

سلامة



يوم العلم



مسابقات سلامة
شارك واربح!



حمل تطبيق
المجلة

Salama
Magazine



مسابقة جديدة لطلبة المدارس بالتعاون مع هواوي



نهاية رحلة سعيدة ومثمرة



الجار للجار

مجلة شهرية توعوية للأطفال تصدر عن قسم السلامة المرورية في إدارة المرور بمؤسسة المرور والطرق في هيئة الطرق والمواصلات تعنى بالسلامة المرورية والثقافة العامة

للتواصل مع أسرة التحرير
ص.ب: 118899
هاتف : 0097142904550
فاكس : 0097142904558
E.mail: Deema.hussein@rta.ae
salama.magazine@rta.ae
ask_awareness@rta.ae

التصميم والرسوم

شيماء إبراهيم

الرسوم

حسن السعدي

المشرف العام

ديما حسين

الإخراج الصحفي

شريف أبوظه



تغذية الكوكب



يوم العلم



ملصقات الحقائق الغذائية ج1



خدمة المجتمع

أحي كل



يوم العلم

مرحباً أيها الأعبة:

تُعدّ دولة الإمارات أول دولة عربية تحتفل بالعلم في مناسبة وطنية خاصة به.

يوم العلم هو يوم مشرق جديد لدولة الإنجاز وقيادة الفخر، يوم يذكّرنا جميعاً ماذا يعني العلم، اليوم الذي تتوحد الصفوف خلفه وخلف قيادته، يوم الأيدي البيضاء التي تملأها القوة والعزيمة والشموخ وهي تحتضن العلم كي يُرفع عالياً مهيباً، حباً فيه وفي الوطن، وعشقا لأرضه وقيادته..

علم الإمارات.. دمت شامخاً خفاقاً عالياً بقلوب تحملك وأيدي تشدّ عليك

سلامة

يُعتبر يوم العلم مناسبة وطنية تحتفل بها الإمارات العربية المتحدة في الثالث من نوفمبر كل عام، منذ أن أعلن عنها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم، نائب رئيس الدولة رئيس مجلس الوزراء حاكم دبي، بمناسبة ذكرى تولي صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، حفظه الله، مقاليد الحكم.

تعكس مبادرة يوم العلم ثقافة احترام العلم بصفته رمزاً لسيادة الدولة ووحدتها، واستخدامه رمزاً للوطن والانتماء له، ويشمل جميع فئات المجتمع بمختلف أطيافه، وإعلاء قيمة الاتحاد، على أساس أن علم الدولة الاتحادية هو الهوية الأساسية لها، حيث

أخبار الدار



مسابقة لطلبة المدارس بالتعاون مع هواوي

HUAWEI Community

RTA

**أجهزة ذكية في انتظار
الطلبة الفائزين**

شارك الآن في مسابقة «رسم من منزلك» التي ننظمها هواة الطرق والتواصل بالتعاون مع مجتمع هواوي

موضوع المسابقة:
أجهزة ذكية في انتظار الطلبة الفائزين

الهدف:
تشجيع الطلبة على الرسم والتعبير الفني

الدورات:
من 1 إلى 5
1. Huawei P30 Pro
2. Huawei P30
3. Huawei P30 Lite
4. Huawei P30 Lite SE
5. Huawei P30 Lite 5G

كيفية المشاركة والشروط والأحكام:
- يستهدف المسابقة الرسم من خلال برامج التصوير التورية أو الرسم على الورق A4 وصلة التورية على شكل صورة (PDF) وإرسالها على موقع مجتمع هواوي في قسم الرسم من خلال صفحة الرسم من هواتف - رسم الهاتف - المسمى
- يقع الهاتف المشاركة وسادة تحت
- تستقبل الرسومات هذه الأعداد من 1 نوفمبر 2020 لتستمر طوال شهر وأثر موعد استكمال الرسومات 30 نوفمبر 2020
- لا تقبل القرعة المشاركة على المسابقة الأولى 15 رسمة مشاركة من كل فئة عمرية - يمكن اختيارها على

أطلق قسم السلامة المرورية، بالتعاون مع شركة هواوي، مسابقة جديدة لطلبة المدارس في دبي، يحصل الفائزون فيها على أجهزة ذكية. وتقوم فكرة المسابقة التي أطلق عليها «ارسم من منزلك» على زيارة الطلبة للرابط المتوفر على موقع الشركة، وتحميل رسوماتهم حول الإجراءات الفعالة لمواجهة (كوفيد 19)، وذلك بداية من شهر نوفمبر، حتى 30 نوفمبر 2020.

ورش إرشادية في مكتبات دبي



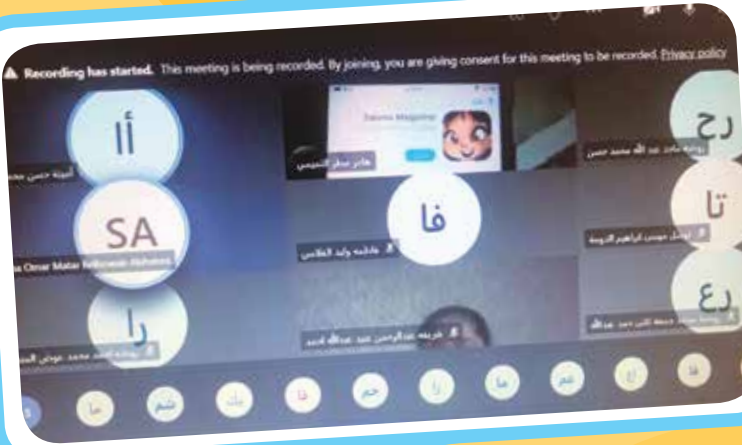
استفاد العديد من الطلاب المشاركين في برامج مكتبات دبي التعليمية والتثقيفية ضمن (مجموعة التركيز) من الورشة التوعوية التي نظمها قسم السلامة المرورية حول قواعد السلامة المرورية، بالإضافة إلى الأفكار التفاعلية حول مجلة سلامة والتطبيق الذكي للمجلة، وكيفية تطوير وتحديث المشاركة فيها.

عقدت الورشة في مكتبة المنحول العامة التابعة لهيئة الثقافة والفنون، وتخللها عدد من الفقرات الشيقة والمفيدة التي تفاعل معها الأطفال، وحصل الجميع على هدايا قيمة.

محاضرات توعية (عن بُعد) لطلبة المدارس

نظم قسم السلامة المرورية العديد من محاضرات التوعية في العديد من مدارس دبي، ضمن برنامج التوعية عن بُعد الذي أطلقه القسم بالتزامن مع الإجراءات الاحترازية لمواجهة انتشار فيروس "كورونا" المستجد منذ شهر مارس الماضي.

وركزت المحاضرات على قواعد السلامة المرورية عند عبور الشارع وركوب السيارة، وإجراءات السلامة عند ركوب الدراجات الهوائية، بالإضافة إلى التعريف بمجلة سلامة، وكيفية تحميل التطبيق الذكي للمجلة، والاستفادة من المزايا الحديثة في التطبيق.



الطلبة المؤهلين للمشاركة في المسابقة:

الفئة العمرية من 6 - 10 سنوات

موضوع المسابقة:

- الإجراءات الاحترازية التي يقوم بها الطالب لمواجهة فيروس كورونا
- العودة إلى المدارس مع التقيد بالإجراءات الاحترازية

HUAWEI Community



أجهزة ذكية في انتظار الطلبة الفائزين

شارك الآن في مسابقة "ارسم من منزلك" التي تنظمها هيئة الطرق والمواصلات بالتعاون مع مجتمع هواوي

كيفية المشاركة والشروط والأحكام:

- يستطيع المشاركون الرسم من خلال برامج الأجهزة اللوحية أو الرسم على الورق A4 وحفظ اللوحة على شكل صورة (JPG) وتحميلها على موقع مجتمع هواوي في قسم الجاليري مع عنوان مسابقة ارسم من منزلك - اسم الطالب - العمر.

- يحق للطلاب المشاركة برسم واحدة فقط.

- تستقبل الرسومات فقط ابتداء من 1 نوفمبر 2020 لتستمر طوال الشهر وآخر موعد لاستلام الرسومات 30 نوفمبر 2020.

- تختار اللجنة المشرفة على المسابقة أفضل 30 رسمة مشاركة، يحصل أصحابها على فرصة الدخول للتصويت النهائي، سيتم اختيار 3 فائزين حسب أعلى نسبة تصويت على الرسومات من قبل الجمهور على موقع مجتمع هواوي.



يوم العلم

سيناريو: لولوة ثاني

أنا سلامة



بالنسبة لي مزجت بين فكرة تصميم بطاقة وقصة قصيرة تستعرض قيام اتحاد دولة الإمارات والسبع وراء اختيار ألوان العلم

وما فكرتكم؟

أما أنا فقد ساعدتني سلامة الممّ بطامة رائعة تتضمن صوراً ومعلومات عن حكّام الإمارات

أما أنا فقد أعددت لكم مفاجأة.. هذه الكعكة الشهية.. انضموا معي لتلوينها بالكرّيم حتى تعكس ألوان علم الدولة

كم تبدو الكعكة شهية.. شكراً

لا يستطيع أن يلوّن الكعكة بألوان العلم وفقاً لبروتوكول العلم الذي يوضح أنه يحدّد رمزاً من رموز الدولة ويجب ألاّ يستخدمه بشكل غير لائق

صدقت يا عزيزتي.. ولا يجب أن نستقله كذلك في الإعلانات التجارية أو لنستخدم علماً قديماً

معكم حق.. إنّنا لنتناول الكعكة بالقانيل كما هي.. ههه

كم تبدو شهية.. شكراً ماما



اكسبو

ورش ابتكارية تحت الأرض في جناح البحرين

إعداد: لولوة ثاني

يسرّ مجلة سلامة أن تلتقي بالأصدقاء في هذه الصفحة التي تدور حول بعض أبرز أجنحة الدول المشاركة في إكسبو المقبل، والتي تعكس جوانب من تطور وتراث هذه الدول، وأبرز ما يميزها في مختلف المجالات.



تنطلع مملكة البحرين للمشاركة في معرض إكسبو 2020 بشكل فريد ومتميز، حيث تمثل المساحة الأساسية في الجناح البحرين منطقة للتجارب والابتكار، صُممت لتشهد الإنشاءات الفريدة ومحطات الحياة المتعددة، وأنشطة لا تتوقف، لتكون أشبه بورشة للابتكارات والتجارب الحية. ويستعرض الجناح الإرث الثقافي للمملكة، حيث يضم ثلاثة من المواقع المسجلة في قائمة التراث العالمي لمنظمة اليونسكو.





رسوم: شيخة الشامسي سيناريو: أمل سبت



المهندس سالم

الجار للجار



شفها الله وعافها.. علينا
القيام بواجبنا تجاه جارنا

زوجة جارنا أبو عبدالله مريضة
ومحجوزة في المستشفى

وأنا سأعد له وعائلته
وجبة غداء..

الجار للجار والرسول الكريم صلى الله
عليه وسلم أوصانا على سابع جار

ماذا تقترح يا عزيزي؟

سأصل بابنته الصغيرة أيضاً
لأطمئن عليها

أحسبت يا عزيزي.. هذا أقل
واجب يمكن أن نفعله مع جارنا

في الصباح سأذهب إلى جاري
لأطمئن على أحوالهم وأسأله إن
كان يحتاج أية مساعدة

ما رأيك يا أكي أن نحاول نحن
أيضاً تقديم أية مساعدة
للخفيف عن بيت جارتنا

فكرة جيدة...
ولكن كيف؟

هل سمعت الجوار الذي بار
بين أمي وأبي؟

نعم سمعته.. تفصّد عن جاله
روحة جارتنا أبو عبد الله؟

ابنهم عبد الله ممك في
الصف.. هل يحضر معكم
الدروس عن بُعد؟

لا.. منذ يومين وهو لا يحضر
ولا أعرف السبب.. غالباً
بسبب مرض أمه

حسناً عرفت كيف
تساعدهم.. اتصل به الآن
أريد التحدث معه

حسناً يا أكي

البركة في ولدك فقد قاما
بتدريس عبدالله الدروس
التي فاتته وأسهما في
متابعة دراسته عن بُعد

حقاً لقد فاجأتني.. لم أكن
أعلم بذلك أنا فخور
بتصرفكما هذا يا بني

لقد أتيناكم
يا جاري العزيز

لا تقل ذلك يا صديقي فنحن
أهل وهذا أقل واجب.. ولكن
ظمئني كيف خال عبد الله في
الدراسة بعد غياب والدته؟

هذا واجبنا
نجاه جارتنا يا أبي

بانورا صحفية



إعداد: شريف أبوطه



«زمني الصعب».. وجبة
سودانية فريدة

عقب ارتفاع تكلفة طلب الفول إلى 200 جنيه في معظم المطاعم السودانية، اتجه الكثير من المطاعم الشعبية هناك إلى تسويق وجبة أقل تكلفة أطلق عليها (زمني الصعب). وتتكون الوجبة الجديدة، بحسب صحيفة (السوداني)، من بليلة عدسية، تقطع عليها شرائح البصل، ويضاف لها الزيت والشمار، بجانب الفلفل الحار، وتؤكل بالخبز، ويبيع الطلب بنحو 60 جنيهاً فقط. وشهد السودان خلال الفترة الأخيرة ارتفاعاً وصف بـ «الجنوني» لأسعار معظم السلع، لاسيما الفول.

شخصان فقط يسكنان قرية ويصّرّان على الإجراءات الاحترازية



جيو فاني كاريلي (82 عاماً)، وجيامبيرو نوبيلي (74 عاماً) هما السكّنان الوحيدان فقط في قرية (نورتوسشي) الإيطالية النائية، ونادراً ما يغادران هذه القرية المنعزلة، ومع ذلك فإنهما يصّرّان على الالتزام بالإجراءات الاحترازية للوقاية من فيروس «كوفيد 19» كالتباعد الاجتماعي وارتداء الكمامات. يقول كاريلي: أخاف جداً من هذا الفيروس، لأنني إذا مرضت لا يوجد شخص يعتني بي، ويضيف: أنا عجوز، لكنني أريد الاستمرار في العيش هنا لرعاية خرافي وأشجار الكروم وخلافاً للنحل والبساتين، وجمع الكماة والفطر، والاستمتاع بحياتي. وحسب «سي إن إن» يعود تاريخ قرية (نورتوسشي) إلى العصور الوسطى، وبينما انهارت قلعتها القديمة منذ سنوات، بقيت مجموعة من المنازل مع نوافذها المطلية بألوان زاهية، عقب إعادة تصميمها جزئياً بعد الزلزال الكبير الأخير في السبعينيات.



يترك وظيفته ليفتح متجرّاً لبيع النمل!

يركض النمل في صناديق شفافة داخل متجر في سنغافورة يوفّر المستعمرات وكلّ التجهيزات اللازمة للراغبين في اقتناء هذه الحشرات ذات الأرجل الستة كحيوانات أليفة.

ودشن جون بي في يناير الفائت متجره «جاست آنتس» (نمل فقط)، وهو أول محلّ في سنغافورة مخصص لبيع هذه الحشرات، محوّلاً هوايته التي كان يخصص لها جزءاً من اهتمامه إلى مهنة يكرّس لها كل وقته، وفق «يورو نيوز».

وطوّر السنغافوري اهتمامه بهذه الحشرات بعدما تلقى بعض العتّات هدية من صهره. وسرعان ما ترك وظيفته كمندوب مبيعات إلكترونيات كي يتفرغ لإطلاق متجره.

ويرى الرجل الأربعيني النمل «حيوانات رحيمة تحب الغير وتتمتع بروح قتالية»، ويأمل أن يصبح متجره مقصداً لعشاق النمل الآخرين.

ويبيع المتجر مستعمرات النمل ومعدات متخصصة وأنايب لاصطيادها وأطباقاً صغيرة للطعام، وحتى الديدان لإطعامها.

عزل 5 بغاوات لسوء أخلاقها!

عزلت حديقة للحياة البرية في بريطانيا خمسة بغاوات أثناء العرض العام، بعدما بدأت في كبل السباب والشتائم للزوار. وكانت حديقة «لينكولنشاير» البرية الأكبر للطيور ببريطانيا، ضمت البغاوات الخمس إلى مجموعتها، وهي أفريقية رمادية اللون، ووضعتها في قفص واحد، وفقاً لموقع صحيفة Lincolnshire Live، ولأنها كانت في الحجر الصحي معاً، وبقفص واحد، فهذا يعني أن المكان كان مكتظاً بالبذاءات طبقاً لتعبير مدير الحديقة «نيكولس»، الذي شرح بأنه «كلما ضحك الزوار من شتائم البغاوات، دفعه ذلك إلى الشتم أكثر». وذكر «نيكولس» أن رواد الحديقة وجدوا بلغة البغاوات البذيئة نوعاً من التسلية في البداية «بينما كنا قلقين على الأطفال المرافقين لهم، لذلك قمنا بإبعاد البغاوات عن الأنظار»، ثم تم وضع المجموعة بعد الحجر الصحي القصير لعرضها على الضيوف، مفترضين أن الشتم سيتوقف، وبعد 20 دقيقة تقريباً عادت إلى البذاءة مجدداً، لذلك تم اتخاذ قرار بوضع كل ببغاء في مكان منفصل.



كنوز المعرفة



(كايت بيتش جميرا) تحفة شاطئية للسعادة والانطلاق

إعداد: لولوة ثاني



مع اعتدال
الجو، تبحث العائلات عن
أماكن جميلة ترتادها للاستفادة
والاستمتاع في الوقت نفسه، مع أخذ
الدعيات اللازمة والالتزام بالتعليمات
الصحية المنتشرة في كل مكان بإمارة دبي،
ويبرز شاطئ (كايت بيتش) في منطقة جميرا
كواحد من أجمل هذه الأماكن، حيث يجتمع محبو
هذا الشاطئ الشهير من الجنسيات والأعمار
كافة للاستمتاع بمختلف الأنشطة الرياضية
التي يحفل بها المكان، إلى جانب تشكيلة
متميزة من الأطعمة والأطباق العالمية،
في أجواء ساحرة بسبب انتشار
الطائرات الورقية المحلقة
في عنان السماء.

اقطف (بازلاء الفراشة) لترتشف الشاي الأزرق!

هل سبق لك أن
ارتشفت الشاي الأزرق؟

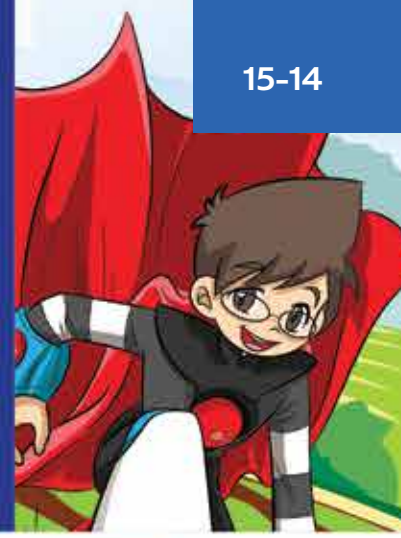
عليك أولاً أن تعثر على ورده (بازلاء
الفراشة) المنتشرة بكثير من المنازل في
دولة الإمارات، وربما يكون منزلك أحدها،
نظراً لقدرتها على التعايش مع الأجواء الحارة.
وعداً عن لونه المميز، فإن الشاي الأزرق يتسم
بفوائد علاجية وغذائية وتجميلية مذهلة،
حيث إنه بمثابة منشط طبيعي للذهن
والذاكرة، ومقاوم للبكتيريا والسكري،
بالإضافة إلى أنه مضاد للاكتئاب
والإجهاد والقلق.



البطل نادر

نهاية رحلة سعيدة ومثمرة

سيناريو و رسم: شيماء إبراهيم حميل





وطني الإمارات

العصا في الموروث الإماراتي

إعداد: حليلة الملا



للعصا في الثقافة الإماراتية مكانة كبيرة في نفوس أبناء الامارات منذ القدم وحتى وقتنا الحاضر، حيث يشير الباحث في التراث الإماراتي الدكتور سالم زايد الطنيجي إلى أن العصا ارتبطت بالإنسان الإماراتي منذ نعومة أظفاره، حيث ينظر إليها على أنها مكملّة للشخصية، وتضفي على صاحبها الوقار والحضور، ولابد أن تكون في يده، لأن العصا ترتبط بالعوادات والتقاليد، ومن السنع والسمت الإماراتي نجد دائماً أن هناك انتقاداً لمن يقابل الرجال ويسلم عليهم ويبادلهم التحية ويتردد على المجالس وهو خالي اليدين.

أنواع العصا



فمنها ذات اللون الأصفر، وذات اللون الأسود، وذات اللون الفاتح، ومن الناس من يسقي العصا بالدهن والزيتون، كي يضيف عليها لمعاناً ونضارة وليونة ومثانة خلال استعمالها اليومي، لذا قلّما نجد رجلاً يمشي من دون عصا في يده، الكبير منهم والصغير على حد سواء، وأصبحت عادة متوارثة لدى السواد الأعظم من الناس، وأدى ذلك إلى استمرارها والحفاظ عليها، حيث نشاهدها في أيدي الكثيرين في وقتنا الحاضر من شيوخ وتجار ووجهاء وبسطاء الناس، وكثير من الشعراء تغنى بها، ونظم القصائد لمجاراتها، هنا نجد شاعر الزيد محمد بن علي الخيال الطنيجي رحمه الله، يقول في إحدى قصائده:

بشجي لك يا عصاية ... والمشتكي له ضد
لأنك على يمنية ... ومطيعه في اليد
أو بخبرج بالفاية ... وأنتي جتومة سد



هنا يناشد الشاعر محمد الخيال الطنيجي رحمه الله، عصاه ويشاكيها، كونها قريبة منه، ودائماً على يمينه، ويقول لها إنه سوف يبوخ لها بالسر ويخبرها بالقصد والمعنى، وهي التي تحفظ السر.



وفي قصيدة أخرى يقول الشاعر الخيال رحمه الله، إنه عندما ذهب مع الإبل ليسقيها من البئر، استخدم عصاه، ولكنه لم يتوقع ما حدث له، حيث خسر العصا، ونظم هذه الأبيات:

في عصاي هوب أنا راض ... تنكسر وتصور مختله
كسرهما من زين لعراضي ... ش الربيع اللي مدارله
تنكسر حيام لحياضي ... والتعدي زل من حله

ومعنى القصيدة أنه أثناء ورود الإبل الماء، تزاخمت وتراصت كي تجد ما يسد رمقها من المياه، وأثناء قيامه بتخويف الإبل من التزاحم، قام بضرب أطراف الحوض الصلب بقوة بهدف تخويفها، فانكسرت عصاه وزادت آلامه لفقدائها، لأن هذا الموقف كان غير متوقع بالنسبة إليه، فعصاه غالية لديه، فكانت هذه الأبيات.

أمثال شعبية

«اللي ما يسوقه مرضعه سوق العصا ما ينفعه»

يُضرب هذا المثل عندما يكون الإنسان غير مؤدب في الأصل، ومنذ صغره، ونشأته الأولى، فلن تجدي معه العصا، ولن يفيد الضرب معه أبداً، وهنا يستدل على أن التربية والتنشئة الصحيحة لابد أن تكون منذ الصغر.



حبل الكذب قصير

إعداد : نورة محمد الصبيحات

الذي قام بقص عشرة سنتيمترات من الحبل الذي أعطاه له التاجر، لأنه اعتقد بأن الحبل سيطول عشرة سنتيمترات، كما قال له التاجر مسبقاً، ومنذ ذلك الحين انتشرت مقولة (حبل الكذب قصير).

متى يُقال هذا المثل:

عندما تكتشف خداع شخص وثقت به وكذب عليك، فالإنسان مهما حاول إخفاء الحقيقة، لابد أن يأتي يوم تظهر فيه أمام الجميع.

قصة مثل

قصة المثل:

يُحكى أن تاجراً غنياً كان لديه العشرات من الخدم، وفي أحد الأيام قام أحدهم بسرقة ألف دينار، ففكر التاجر في حيلة ذكية يستطيع من خلالها كشف السارق، حيث أعطى كل خادم حبلًا طوله نصف متر، وقال لهم إن سارق النقود سوف يقوم بتطويل حبله 10 سنتيمترات، ثم أمرهم أن يأتوا إليه صباح اليوم التالي، كل واحد بمفرده ومعه حبله. وبالفعل حضر الجميع ومعهم الحبال التي أعطاهها لهم وهي بالطول ذاته، ما عدا حبل شخص واحد كان أقصر، ليكتشف من هو السارق

العناية المرورية

خدمة المجتمع



بالطبع، فالباش يحتاجون
العديد من الأدوية
والفيتامينات والكمادات
والمواد التي تحافظ على
السلامة والوقاية من الفيروس

أنا فخورة بك يا عزيزي
وأتمنى أن أقدم شيئاً
مفيداً للمجتمع مثلك

عملي مهم جداً إلى جانب
زملائي الصيادلة لتأمين
احتياجات الناس خصوصاً
في هذه الظروف

عملك في الصيدلية
متعب يستغرق معظم
النهار وأحياناً ساعات
طويلة من الليل

تقصد ظراف جائحة
كوفيد 19؟

بإي، ولكنني
متقاعد الآن؟

كنت تعملين في مجال التغذية
الصحية ولديك الكثير من
المعلومات عن تقوية جهاز
المناعة.. أليس كذلك؟

بإمكانك إن كان لديك
وقت فراغ المساهمة
في أي عمل تطوعي

لدي وقت فراغ ولكن ما
طبيعة العمل الذي أستطيع
من خلاله خدمة المجتمع فيما
يخص الوقاية من الفيروس؟

بإمكانك تقديم هذه
المعلومات للجميع، وهذا
الامر أساسي جداً للوقاية من
الفيروس أو العلاج منه

عن طريق وسائل التواصل
الاجتماعي.. وأنت بارعة في
التعامل معها

فكرة جميلة ولكن
كيف أفعل ذلك؟

ساعد السليمان زوجته في أولى الحلقات التي سجلتها
عن التغذية الصحية للقوية جهاز المصاعة.



وبالفعل صارت الزوجة تقدم المعلومات
المفيدة بشكل يومي.



ومن أهم الأمور التي يجب
مراعاتها لتقوية جهاز المصاعة
التغذية الصحية عبر تناول
اللحوم والأسماك والخضراوات



وقتي الآن كله مفيد
لخدمة المجتمع

كيف هو وقتك
الآن يا عزيزتي؟



أمهلي دقيقة واحدة
فأنا أجيب عن سؤال
لأخذني المتابعات

هل العشاء جاهز
يا عزيزتي؟



الجدّة عوشة

ارفعه عالياً ليبقى
شامخاً

سيناريو و رسم: شيما إبراهيم جميل



انتهاء

«طرق دبي» تفتتح جسراً للمشاة الأول من نوعه بالإمارة

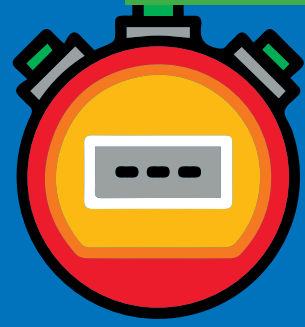
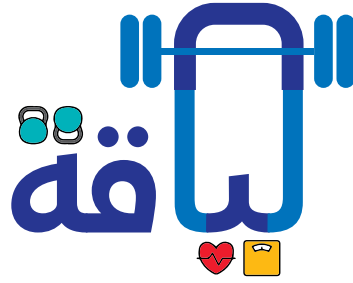
إعداد: عبد الرحمن المعمرى

صورة مشروع



افتتحت هيئة
الطرق والمواصلات بدبي،
مؤخراً، جسراً للمشاة يُعدّ الأول من
نوعه في الإمارة، له أربعة سلاسل تربط
الجهات الأربع على تقاطع شارع الملك سلمان
بن عبدالعزيز آل سعود مع الشارع الغربي،
بالقرب من جميرا بيتش ريزيدنس (JBR)، مدخل
منطقة المارينا.
ويتميز الجسر بتصميمه الفريد، المستوحى
من طبيعة المباني في المنطقة والمواقع
الساحلية.
ويبلغ طوله 75 متراً، وتقدر طاقته
الاستيعابية بنحو 8000 شخص
بالساعة في الاتجاهين.





العاب وامرح Play and have fun

Building strong muscles

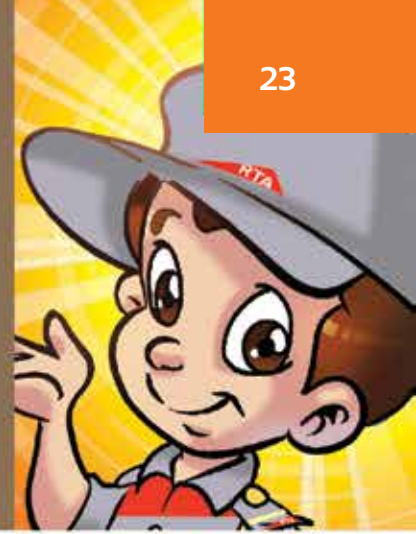
Get those feet up and off the ground for easy exercise that kids will want to do. Jumps build muscle strength, fitness and endurance. Fun jumps for kids to try include
 Jumping jacks: stretch arms and legs out to the side like a starfish while jumping, return arms to sides and legs to center on landing
 Tuck jumps: bend knees and lift heels high while jumping

بناء عضلات قوية

من الضروري ألا نركن إلى الكسل، ونقوم ببعض التمرينات السهلة ونشجع غيرنا على القيام بها.. القفز يساعد على بناء عضلات قوية، والحفاظ على لياقة الجسم والتحمل. من القفزات الممتعة التي دائماً تجذب الأطفال: قفزة «جاك»: فرد اليدين والقدمين عند القفز ليتخذ الجسم شكل نجمة البحر، وإعادة اليدين والقدمين إلى المنتصف عند النزول. القفز مع الثني: القفز إلى الأعلى مع ثني الركبتين عند النزول ورفع الكعبين عالياً عند القفز.



المفتش حمد



قيادة مركبة دون لوحات أرقام

سيناريو: لولة ثاني



حكايات

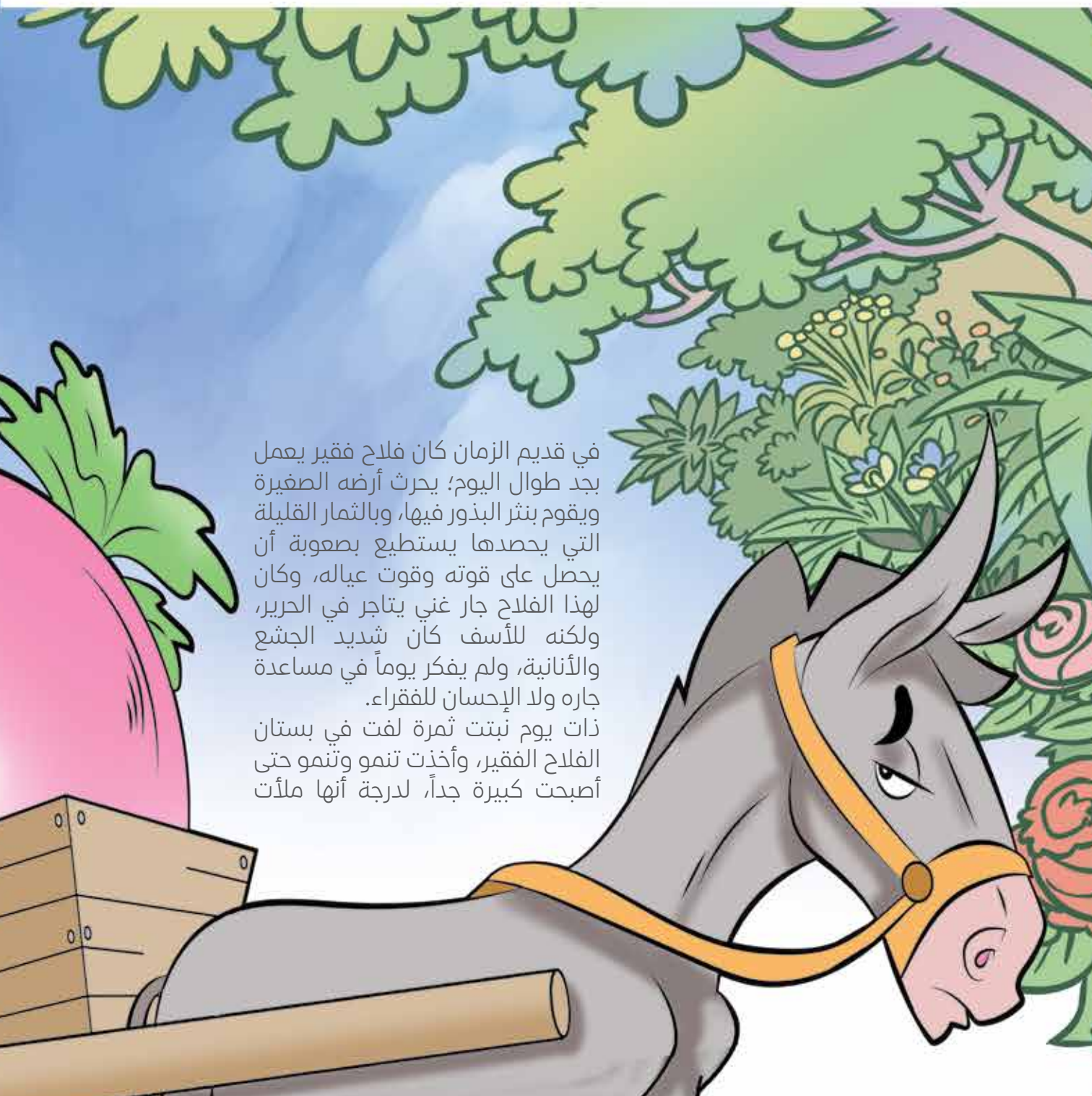
ثمرة اللفت العملاقة قصة من الأدب العالمي

إعداد: أيمن فرماوي - رسوم: حسن السعدي



في قديم الزمان كان فلاح فقير يعمل
بجد طوال اليوم؛ يحرث أرضه الصغيرة
ويقوم بنثر البذور فيها، وبالثمار القليلة
التي يحصدها يستطيع بصعوبة أن
يحصل على قوته وقوت عياله، وكان
لهذا الفلاح جار غني يتاجر في الحرير،
ولكنه للأسف كان شديد الجشع
والأنانية، ولم يفكر يوماً في مساعدة
جاره ولا الإحسان للفقراء.

ذات يوم نبتت ثمرة لفت في بستان
الفلاح الفقير، وأخذت تنمو وتنمو حتى
أصبحت كبيرة جداً، لدرجة أنها ملأت



إن أهديته الحرير الثمين؟!
أرسل التاجر لفافتين من الحرير
إلى قصر الملك، وانتظر أن يكافئه
ويرسل له العطايا، ولكنه كاد أن
يفشى عليه من الدهشة عندما
رأى عربة محملة تقف أمام قصره
يقودها حراس أشداء، وفوجئ أن
الملك أرسل له ثمرة اللفت الضخمة
هدية له!.. وبدلاً من أن يزداد ثراء
بعطايا الملك، كان على هذا التاجر أن
يأكل لشهور وشهور من ثمرة اللفت
العملاقة جزاء طمعه.

وحدها عربة كاملة.. أخذ الفلاح ثمرة
اللفت العملاقة إلى الملك، وقدمها
له هدية، فتأثر الملك بسبب كرم
هذا الفلاح الفقير، وأعطاه صندوقاً
مليئاً بالجواهر الثمينة، وبدلاً من
أن يفرح التاجر الطماع بما حدث
لجاره، حقد عليه، وأراد أن يذهب
إلى الملك بهدية مميزة ليكافئه
بالعطايا الكثيرة كما كافأ الفلاح،
وقال لنفسه بمكر: لقد كافأ الملك
هذا الفقير مكافأة ثمينة لمجرد أنه
أهداه ثمرة لفت، فماذا سأحصل أنا



فارس وشاهين

مقرب هابل

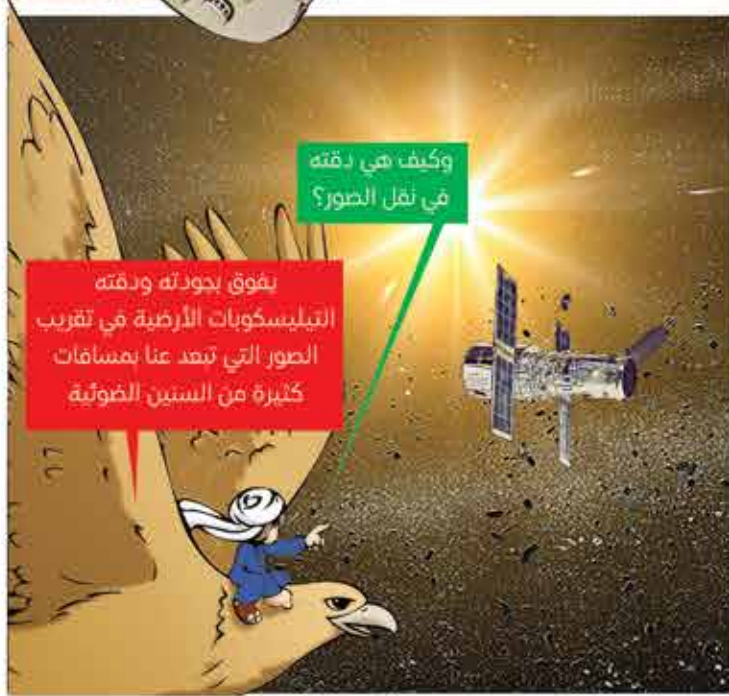


يطلق عليه عين الأرض على الفضاء الخارجي وهو الذي أعطى الكثير من المعلومات والأسرار للعلماء عن الكون بتفاصيل لم يكن لأحد أن يعلمها من قبل



مرحباً أصدقائي الأعزاء... اليوم سنتحدث معكم عن مقرب هابل أكبر مقرب عرفه العالم

هذا المقرب عبارة عن تليسكوب كبير جداً موجود في الفضاء لرصد حركة المجرات والكواكب والنجوم



وكيف هي بقلته في نقل الصور؟

يفوق بجودته ودقته التليسكوبات الأرضية في تقريب الصور التي تبعد عنا بمسافات كبيرة من السنين الضوئية



يبعد مقرب هابل عن الأرض 650 كيلومتراً ويدور حولها كل 97 دقيقة



تم تصميم المقراب من مزايا حساسة
يمكنها رؤية المجرات والكواكب..
وحتى الثقوب السوداء التي تحدث بعد
نهاية النجوم

تم إقلاع المقراب عام 1990م بعد أن
حملته مكوك الفضاء ديسكفري إلى
الفضاء الخارجي ولا يزال أكبر إنجاز في
تاريخ وكالة الفضاء الأمريكية ناسا



كم يبلغ وزن المقراب
يا شاهين؟

يبلغ وزن مقراب هابل 12 طناً
وطوله 13 متراً
ومراتبه الرئيسة 240 سم



شكراً لك يا شاهين على هذه
المعلومات القيّمة

على الرحب والسعة
يا صديقي العزيز



لقد أسهم المقراب في رؤية أعداد
هائلة من المجرات والنجوم
البعيدة عنا واكتشاف العديد من
الظواهر التي تحدث في الكون

كما اكتشف ولا يزال
العديد من النجوم
والكواكب المتنوعة في
هذا الكون العظيم

الإنفلونزا الموسمية.. احم نفسك والآخرين

Seasonal Flu.. Protect yourself and others

وزارة الصحة ووقاية المجتمع
المرضة: حنا اليماني - مستشفى الذيد - قسم التمريض

عبادة سلامة



Seasonal Flu is an acute viral disease that is widespread in autumn; it affects the respiratory system, especially the nose and throat, and its symptoms are similar to those of the emerging coronavirus, but is less dangerous than it, and the symptoms range from mild to severe such as fever, chills, general feeling of weakness and muscle pain, in addition to head and abdominal pains. The Seasonal flu usually disappears on its own, but sometimes it is fatal, and the most persons vulnerable to its complications are young children, those over 65 years of age, and the persons with chronic diseases.

How it is spread?

It spreads by droplets. When an infected person coughs or sneezes; the virus spreads through the air, and also by touching and handshake.

How to prevent flu?

To prevent infection, the infected person should cover his mouth and nose, especially when coughing or sneezing, avoid direct touch with others during the period of sickness, and wash his hands regularly.

- Being keen on receiving the flu vaccine; it is considered the most successful mean for protecting us from this disease, especially during this period, so that our bodies are not exposed to the seasonal flu viruses together with the emerging coronavirus.
- We should stay away from sources of infection, and it is important that patient stays in a well-ventilated place.
- Taking care of sterilization and washing the personal belongings, as well as washing hands with disinfectants to kill viruses.
- Not using paper napkins many times, and getting rid of the used ones immediately in a safe manner.



الإنفلونزا الموسمية مرض فيروسي حاد يكثر انتشاره في فصل الخريف، يصيب الجهاز التنفسي، وخاصة الأنف والبلعوم، وتتشابه أعراضه مع فيروس كورونا المستجد، لكنه أقل خطورة منه، وتتراوح الأعراض ما بين الخفيفة والشديدة كالحمى والقشعريرة والشعور العام بالوهن وألم العضلات، بالإضافة إلى آلام الرأس والبطن، وعادة ما تزول الإنفلونزا الموسمية من تلقاء نفسها، لكن أحياناً تكون قاتلة، وأكثر الأشخاص تعرضاً للإصابة بمضاعفاتها الأطفال الصغار ومن تزيد أعمارهم على 65 سنة، والأشخاص المصابون بأمراض مزمنة.

كيفية الانتشار؟

عن طريق الرذاذ عندما يسعل الشخص المصاب أو يعطس، فينتشر الفيروس بالهواء، وأيضاً عن طريق اللمس والمصافحة.

كيفية الوقاية من الإنفلونزا؟

للووقاية من العدوى ينبغي على المصاب تغطية فمه وأنفه، خصوصاً عند السعال أو العطس، وتجنب التلامس المباشر مع الآخرين خلال فترة المرض، وغسل اليدين بانتظام.

- - الحرص على أخذ لقاح الإنفلونزا، فهو يعتبر أنجح وسيلة للحماية من هذا المرض، لا سيما خلال هذه الفترة، حتى لا تتعرض أجسامنا لفيروسات الإنفلونزا الموسمية مع فيروس كورونا المستجد معاً.
- - يجب الابتعاد عن مصادر العدوى، ومن المهم وجود المصاب بمكان جيد التهوية.
- - الاهتمام بالتعقيم وغسل الأغراض الشخصية، وكذلك اليدين بالمطهرات لقتل الفيروسات.
- - عدم استخدام المناديل الورقية أكثر من مرة، والتخلص من المستخدمة فوراً بطريقة آمنة.

صحيح صديق للمطريق

خدمات هيئة الطرق والمواصلات
(باص دبي)



ممتدة على شبكة تضم 119 خطاً
داخلياً منها 35 خطاً لتغذية
محطات المترو و12 خطاً خارجياً
لنقل الركاب للإمارات الأخرى



مرحباً أصدقائي الأعزاء.. تقوم
مؤسسة المواصلات العامة
بتوفير خدمة الحافلات العامة عبر
أسطول ضخم للحافلات يبلغ عدده
1518 حافلة



ولن نسي أن نذكر أن جميع
باصات دبي مجهزة وملائمة
للأصحاب الهمم

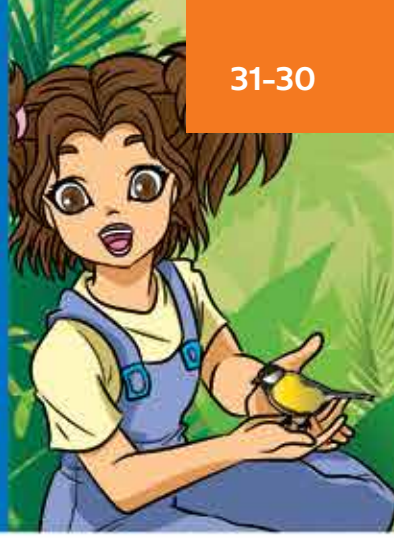


يمكننا تحميل قائمة
المسارات الخاصة بباص دبي
من موقع الهيئة



وأيضاً 62 خطاً داخلياً و8 خطوط
سريعة. وتغطي الشبكة 82%
من مساحة المناطق الحضرية في
إمارة دبي وتنقل نحو 3692 راكباً
في اليوم طيلة أيام الأسبوع

علياء صديقة البيئة



ملصقات الحقائق الغذائية

الجزء 1

سيناريو ورسوم: شيماء إبراهيم جميل



إذا أين أبدأ بالقراءة يا غياث؟

تختلف المعلومات الواردة في الملصق باختلاف منتج الأطعمة والمشروبات..

فالقسم العلوي يحتوي على معلومات خاصة بالمنتج (حجم الحصة، السعرات الحرارية والمعلومات الغذائية)

يحتوي القسم السفلي على حاشية تشرح النسبة المئوية للقيمة اليومية وتعطي عدد السعرات الحرارية المستخدمة في نضاج التغذية العامة

انظري أولاً لعدد الحصص في العبوة (الحصص لكل عبوة) وحجم الحصة. يتم توحيد أحجام الوجبات لتسهيل مقارنة الأطعمة المماثلة

البطاطا	
حجم الحصة	110 جم
عدد الحصص في العبوة	2
الكمية في الحصة الواحدة	55 جم
السعرات الحرارية	210
القيمة اليومية	
%18	الدهون الكلية 22 جم
%18	الدهون المشبعة 2 جم
%20	الدهون غير المشبعة 18 جم
%20	الكوليسترول 30 ملغم
%20	الصوديوم 400 ملغم
%20	الكربوهيدرات الكلية 31 جم
%20	الألياف الغذائية 3 جم
%20	السكر 4 جم
%20	البروتين 3 جم
%20	فيتامين أ
%20	فيتامين ج
%20	البوتاسيوم
%20	الحديد

البطاطا

بعدها موضوع السعرات الحرارية، حيث تمثل مقياساً لمقدار الطاقة التي نحصل عليها من حصة هذا الطعام، ويحدد عدد الوجبات التي استهلكناها عدد السعرات الحرارية التي تناولناها بالفعل

ويتم تقديمها في وحدات مألوفة، مثل الأكواب أو القطع، متبوعة بالكمية المترية، على سبيل المثال، عدد الجرامات (جم). يعكس حجم الحصة الكمية التي يأكلها الناس أو يشربونها عادةً. لكنها ليست توصية بالمقدار الذي يجب أن تأكله أو تشربه

ولا تنسي أن تناول الكثير من السعرات الحرارية يومياً يرتبط بزيادة الوزن والسمنة

الحقائق	
الحصة الواحدة: أصغر واحد (55 جم)	
الكمية في الحصة الواحدة	
السعرات الحرارية	250
الدهون الكلية	12 غم
دهون مشبعة	3 غم
كوليسترول	30 ملغم
صوديوم	470 ملغم
كربوهيدرات (نشويات)	31 غم
ألياف	3 غم

الشيف الطفيّر

الفلفل المحشوّ

في البداية نقطع البصل ونضعه في القلاية مع زيت الزيتون ثم نضيف عليه اللحم المفروم وصلصة الطماطم وقليلًا من الفلفل والملح حسب الرغبة

مرحباً أصدقائي.. الفلفل الأخضر من الخضراوات الصحيّة الفيتة بالمعادن والفيتامينات.. وطبقنا اليوم هو الفلفل المحشوّ ونحتاج لإعداده إلى: (6 حبات فلفل بارد كبيرة، 250 جم لحم غنم مفروم، بصلّة كبيرة، صلصة طماطم، جبنّة موزريلا، زيت زيتون، فلفل، ملح)

ثمّ تقدّم لكم طبقنا الذي أصبح شهياً كما ترون.. وإلى لقاء قريب

بعدها نضع قطع الفلفل المحشو بالفرن

نوزع الخليط على أنصاف الفلفل البارد بعد قطع كل حبة إلى نصفين

أرسم مع سلامة



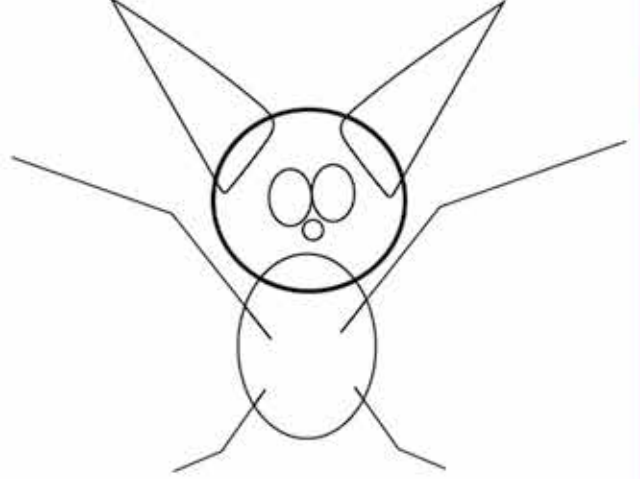
الخفاش



2



1



4



3



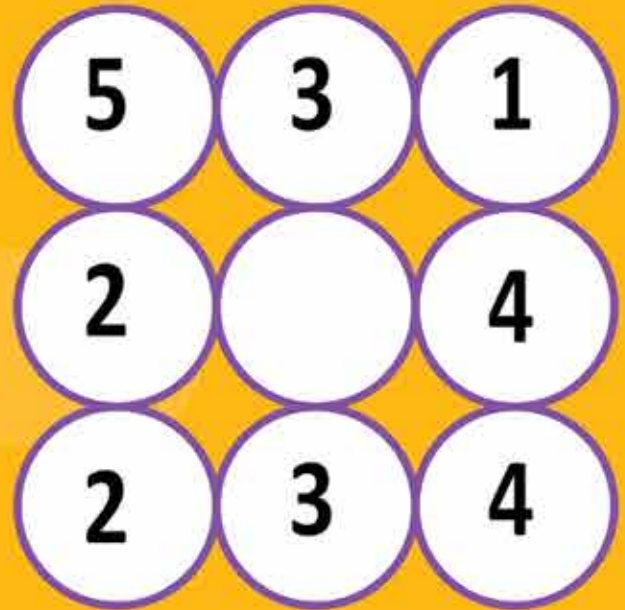
أوجد الفروقات الخمسة



متعة
وتسالي



ما هو الرقم المفقود؟



— : —



— : —



9 : 15



— : —



— : —



— : —

كم
الساعة
الآن؟



لَوْن معنا

أوجد الكلمة المفقودة
بعد حذف كل حرفين متشابهين

حدد الأدوات التي يستخدمها الرسام



الفائزون في المسابقة



* يسقط حق الفائز في المطالبة بالجائزة بعد مرور شهر واحد على إعلان أسماء الفائزين.
* تقتصر المشاركات في مسابقات مجلة سلامة على الفئة السنية من 6 - 14 سنة.
* لاستلام الجائزة يجب على الفائز احضار ما يثبت شخصيته.

اسم الفائز في مسابقة

المصور الصغير 162
Sehar Rafique

اسم الفائز في مسابقة

«صحة الطفل» 162
نضال محمد مراد

الإجابة: في صفحة 20



أسماء الفائزين في مسابقة

أجمل تعليق 161

1 - لطيفة حسن قاسم
من كثر ما الحجر الصحي ممل تعلمت
كيف أطبخ أحسن من خواتي

2 - سميرة محمد عبد الحميد
أسوي فطائر لآخواتي لأن ماما تحضر
معهم على التيمز



إذا أردت تغيير المسار، فعل مؤشر الانعطاف

أحرص على تفعيل مؤشر الانعطاف قبل
تغيير المسار لتجنب الحوادث

**If you must change
lanes, you must
indicate**

Put your indicator on before changing
lanes to avoid mishaps

800 9090 rta.ae



نادي البراعم

لنشر صور أطفالكم في نادي البراعم راسلونا
على البريد الإلكتروني: shareef.taha@rta.ae



اندرو امجد



شيخة الجرداني



يوسف البلوشي



عزة العامرية



شهاب البلوشي



وديمة قاسم



عمر عبد المنعم



ريم الجرداني



مايكل امجد

مسابقة المصور الصغير Young photographer competition

أرسل إلينا أفضل صورة التقطتها
لتحصل على فرصة للفوز بهدايا
قيّمة من قسم التوعية المرورية

Send us the your best shot to
get a chance to win Valuable
Prizes from Traffic Awareness

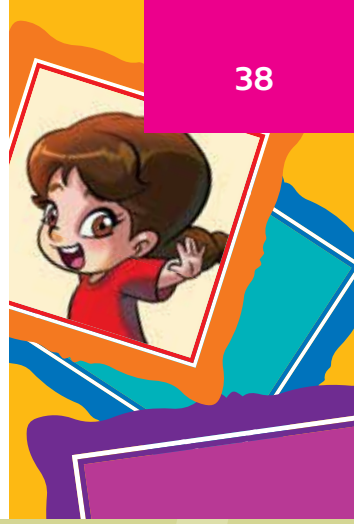
الرجاء إرسال الصورة مع ذكر الاسم والعمر
ورقم التواصل عبر البريد الإلكتروني:

shareef.taha@rta.ae

Please send your photos with the full name, age
and contact to the following Email address:

shareef.taha@rta.ae

سلامة جاليري



سمية عبد الحميد



احمد فخري



حنين رضا



هند الحمادي



جمل تعليق

العدد 163



ارسل إلينا تعليقك على هذه الصورة لتحصل
على فرصة الفوز معنا بقسيمة شراء بقيمة
100 درهم مقدمة من محل الأطفال ضمن
رابحين على البريد الإلكتروني فقط:

Thuraya.almulla@rta.ae

Send us your funny Comments on the
picture to win with us a coupon worth of
100 DHS for 2 winners brought to you
by babyshop kindly send by email only
to: Thuraya.almulla@rta.ae

الاسم: Name :

العمر : الهاتف: Phone: Age :

التعليق: Comment :

Child Care Competition



مسابقة صحة الطفل



Cetaphil Baby Daily Lotion
with organic calendula is
clinically proven to hydrate
babies' delicate skin for
24 hours, restoring the skin's
natural barrier, softening &
soothing the skin.



في أي صفحة يختبئ الفيل فيل؟

الجواب :

In which page the elephant Phil
hide?

Answer:



Find the character
and win a Tablet

One winner per month

ابحث عن الشخصية
و اكسب جهاز لوحي

جائزة واحدة شهرياً



SAMSUNG
Galaxy Tab E

STAY HOME

STAY HOME

خليك بالبيت

التعقيم / الترطيب

KEEP THEM
MOISTURIZED
KEEP THEM
PROTECTED

وفري لهم
الترطيب والحماية

الرجاء إرسال أجوبتكم مع ذكر الاسم والعمر ورقم للتواصل عبر البريد الإلكتروني : shaimaa.gamil@rta.ae

Please send your answers with the full name, age and contact to the following Email address : shaimaa.gamil@rta.ae

عطلتنا غير UNIQUE WEEKEND

Form September 2020

من سبتمبر 2020



العروض
Shows

المغامرات
Adventure

الإثارة
Excitement

التحدي
Challenges

المتعة
Fun

In one place

في مكان واحد

“ Children’s City “
Every Friday and Saturday
From 4:00 pm - 7:00 pm

“مدينة الطفل”
يومي الجمعة والسبت
من الساعة 4:00 – 7:00 مساءً

NEW

Salama app

Discover New Stories
Try out Cool Games

جديد

تطبيق سلامة

اكتشف قصصاً جديدة
وجرب ألعاباً ممتعة



مجلة رقمية

DIGITAL MAGAZINE



ألعاب وألغاز رائعة
COOL PUZZLE GAMES



فيديوهات توعوية
Awareness videos



كتب صوتية للرسوم المتحركة
AUDIO ANIMATED BOOK



حمل التطبيق

Get the app



Available on the
App Store



GET IT ON
Google play



Download on
AppGallery



جديد! NEW!
العاب الواقع المعزز في
ركن الألعاب!
Augmented reality games
in the Games section!

