

سلامة Salama

في الحركة بركة



خافلة تحت الطلب



أنت لست نجاراً!



سلوكيات خاطئة



شارك واربح

مع سلامة

اقرأ في هذا العدد



06 في الحركة بركة



08 سلوكيات خاطئة



12 أنت لست نجاراً!

سلامة Salama

مجلة شهرية توعوية متنوعة للأطفال
تصدر عن هيئة الطرق والمواصلات في
دبي تعنى بالسلامة والصحة والبيئة

المشرف العام
سارة المضرب

رئيس التحرير
أبوبكر الشيزاوي

مدير التحرير
شريف أبوطه

التحرير
عائشة الشامي
أيمن فرماوي

إنتاج وتصميم

SLA
SPOTLIGHT
Advertising
www.spotlightuae.net

الإخراج الصحفي
سعيد منصور

للتواصل مع المجلة ص.ب: 118899
هاتف : 0097142903629
salama.magazine@rta.ae

جميع الحقوق محفوظة
هيئة الطرق والمواصلات © 2025

أعلى الكلام



مرحباً أصدقائي..

نحتفي في العاشر من مايو كل عام بـ«يوم الحركة من أجل الصحة»، وذلك لأن الحركة جزء لا يتجزأ من تفاصيل الحياة، ومن دونها تتوقف؛ فالكون في حركة دائمة، وكذلك خلايا أجسامنا في دوران مستمر، وقد بينت الدراسات العلمية أن ممارسة الأنشطة البدنية بجميع أنواعها، تجعل أجسامنا رشيقاً، وتحفزها على إفراز هرمونات تحدد الخلايا التالفة وتزيد المناعة، أما من الناحية النفسية، فإن الحركة تحسّن المزاج وتزيل الأحاسيس السلبية وتقلل من التوتر. أصدقائي.. يجب أن ندرك جميعاً أهمية النشاط البدني لصحة قلوبنا وأجسادنا وعقولنا، بصرف النظر عن أعمارنا وقدراتنا، ففي الحركة بركة للجسم بالابتعاد عن الأسقام والآلام، وبركة للعقل بزيادة التركيز، وبركة للصحة النفسية بجذب الطاقة الإيجابية، ولذلك قد يكون بدء برنامج للياقة البدنية أحد أفضل الأشياء التي نفعليها، ولنجعل المشي والحركة جزءاً من الروتين اليومي لنا، وبمجرد أن نتخذ الخطوة الأولى، سنكون على الطريق الصحيح نحو تحقيق غاية مهمة؛ وهي التمتع بصحة أفضل وحياة أكثر سعادة.

سلامة



حافلة تحت الطلب

20



كن ذكياً.. «لا تبدأ»!

24



هدر الأغذية مأساة عالمية

30

أنشطة وفعاليات

أسبوع المرور الخليجي 2025

شاركت هيئة الطرق والمواصلات بدي في المعرض المروري الذي نظّمته وزارة الداخلية بالساحة الخارجية لمول الزاهية في الشارقة بمناسبة أسبوع المرور الخليجي الموحد، واستقبلت الهيئة في جناحها بالمعرض الزوار وأغلبهم من الطلاب والأطفال بهدايا توعوية تتحدث عن السلامة المرورية، وحصلوا على شرح مختصر عن كيفية عبور الشارع بشكل آمن، وشملت الفعاليات أنشطة توعوية وتوزيع مجلة «سلامة»، وكتيب «تسالي سلامة»، ما أضفى أجواء من البهجة ورسم الابتسامة على وجوه الأطفال.



القواعد الذهبية

نظّمت إدارة المرور بالتعاون مع شركائها في شركة «تريستار» برنامج «القواعد الذهبية لسلامة الأجيال» في مدرسة «بيرل ويسدوم» لطلاب المرحلة المتوسطة، وشملت الفعاليات إقامة مضمار مروري، وتوزيع هدايا مطبوع عليها أبرز القواعد الخاصة بسلامة الطلاب.



فعاليات توعوية في كلية التقنية العليا

نظّمت إدارة المرور فعاليات توعوية لطالبات كلية التقنية العليا للبنات في دبي، شملت جناحاً توعوياً ركّز على مسببات الحوادث المرورية، وكوّنت إدارة الكلية فريق السلامة المرورية المشارك في الفعالية.



قرأت لك

بالتعاون مع مكتبة محمد بن راشد

مشاعر ... مشاعر !

العنوان

فاطمة السعدون وإيمان عبد الحميد

التأليف

2023

مؤسسة ناهد الشوا الثقافية

دار النشر

قصة رائعة فازت بجائزة اتصالات لأدب الطفل سنة 2023 تتحدث بعفوية عن مشاعر الأطفال بين «السعادة، الحزن، الخوف، الغضب»، وكيف يتصرف الطفل مع تلك المشاعر، ومع من يتحدث عنها؟

موضوع
القصة

بطلتنا الطفلة الصغيرة يبتسم وجهها عندما تكون سعيدة، وعندما تشعر بالخوف يرتجف قلبها الصغير فتركض لحضن أمها لتشعر بالأمان، وتبكي عيناها عندما تشعر بالحزن فتبحث عن لعبة ظريفة وتأكل البوظة لتشعر بالابتهاج، وعند الغضب تشرب كأس ماء، وتعدّ (واحد اثنان ثلاثة) لتشعر بالارتياح. فعندما نكتم مشاعرنا نصبح كالبالون الكبير المنتفخ. نتحدث عن مشاعرنا لأصدقائنا المقربين، لأمناء، لمعلمتنا.

التلخيص

إعداد التلخيص:
خديجة محسن



Title of
the Story

Smile

Author

Raina Telgemeier

Publisher

Scholastic

2010

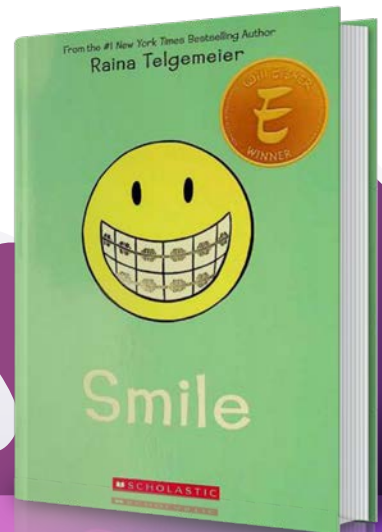
Story
Theme

A bestselling true story featured in The New York Times, written by a distinguished dentist. Suitable for children and teenagers.

Summary

One night a girl named Rina tripped and fell to the ground , severely injuring her front teeth. It was a long and frustrating journey with orthodontics, surgery, dental coverings. This story takes us from middle school to high school, where she discovers her artistic voice, discovers what true friendship really means, and a place where she can finally smile.

I read to you



Summary Prepared By:
Shatha Nasser

«في الحركة بركة»

رسوم: محمد منصور

أنا سلامة



تمارس الألعاب الرياضية
افتراضياً وأنت جالس في مكانك
فماذا عن العالم الحقيقي؟

لم أفهم سؤالك يا أبي.. هل
يمكن أن توضح لي المقصود
بالعالم الحقيقي؟

أنا محترف كرة قدم إلكترونية
وأحد أهم اللاعبين بفريقي
والحمد لله

جسم الإنسان
أعظم من ذلك بكثير
والأنشطة البدنية
مهمة جداً حتى للحالة
النفسية

قرأت أن الجسم
كالآلة يحتاج الحركة
حتى لا «يصدأ»

يقصد والدك أنه من
الضروري أن تقوم
بأنشطة حقيقية
لتعزيز لياقتك البدنية

الرياضة الفعلية التي تفيدك
صحباً.. حتى كوب الماء تطلبه
وأنت جالس في مكانك!

كل نشاط نقوم به
يعزز مناعتنا ويقينا من
الأمراض ويزيدنا حيوية

«في الحركة بركة» ويجب
أن نحرص جميعاً على أن
تكون الرياضة جزءاً مهماً من
حياتنا اليومية



المهندس سالم

سلوكيات خاطئة

رسوم: محمد قجوج



ياااااا.. انتبه يا سالم

الحمد لله أننا بخير.. كاد أن يصدمننا هذا المراهق



اتصل المهندس سالم بصديقه قبل الذهاب للعمل.

يسرني دعوتك على إفطار صباحي لذيذ مع قهوة منعشة

يسعدني قبول هذا العرض الكريم.. شكراً لك يا صديقي



قيادة السكوترات بتهور على الطرق الداخلية



للأسف هناك سلوكيات خاطئة يرتكبها بعض المراهقين داخل الأحياء السكنية

مثل ماذا؟



وعدم الالتزام بالمسارات المحددة من قبل هيئة الطرق للسكوترات والدراجات



فضلاً عن عدم ارتداء
الكثير منهم أدوات
الوقاية كالخوذة وغيرها

والقيام بحركات بهلوانية ما
يعرّضهم لخطر السقوط المفاجئ



ليس الآباء فقط..
من واجبتنا جميعاً نصح
هؤلاء المراهقين
وإرشادهم

أعتقد أن مسؤولية
الآباء توعية أبنائهم
وعدم شراء سكوترات
لهم إلا بعد تعريفهم
بقواعد استخدامها



وتعزيز الوعي المروري
بإجراءات السلامة
الضرورية لاستخدام
الدراجات بمختلف أنواعها

كان الإفطار لذيذاً
وسيعطينا طاقة ممتازة
للعمل بنشاط اليوم

لنكرر هذه التجربة إذاً
وسأدعوك أنا في المرة
المقبلة بإذن الله



التشغيل التجريبي هذا العام والخدمة الكاملة دون سائق 2026 (هيئة الطرق) توسّع شراكاتها العالمية لتشغيل مركبات أجرة ذاتية القيادة

في إطار جهودها لتعزيز قيادة دبي العالمية في مجال التنقل ذاتي القيادة، وتحويلها للمدينة الأكثر عالمياً، وتأكيد مكانتها باعتبارها المدينة الأفضل للعيش والعمل على مستوى العالم، وسّعت هيئة الطرق والمواصلات بدبي نطاق الشراكة والتعاون مع شركات رائدة عالمياً في مجال التقنيات ذاتية القيادة، لتشغيل مركبات أجرة ذاتية القيادة في «دانة الدنيا».

خطوة مهمة

تعتبر هذه الشراكات خطوة مهمة في تحقيق استراتيجية دبي للتنقل الذكي ذاتي القيادة، الرامية لتحويل 25٪ من إجمالي رحلات التنقل في دبي إلى رحلات ذاتية القيادة من خلال وسائل المواصلات المختلفة بحلول عام 2030، وتعكس التزام هيئة الطرق والمواصلات بالعمل مع قادة التكنولوجيا حول العالم، وتشكل جزءاً من التجارب التشغيلية على المركبات ذاتية القيادة، التي بدأت في عام 2016، وشهدت تنوعاً في السنوات الماضية.

تسهيل تنقل الركاب

يسهم تشغيل مركبات الأجرة ذاتية القيادة بدبي في تحقيق التكامل بين أنظمة النقل والمواصلات من خلال تسهيل تنقل ركاب وسائل النقل الجماعي، بالإضافة إلى تسهيل وصولهم إلى وجهاتهم النهائية بما يتوافق مع الاستراتيجية التخصّصية للميل الأول والأخير التي اعتمدتها الهيئة العام الماضي الخاصة بالجزء الأول أو الأخير من الرحلة المؤدية من أو إلى أقرب وسيلة نقل جماعي.

السلامة المرورية

تؤدي المركبات ذاتية القيادة إلى رفع مستوى السلامة المرورية على الطرق، حيث يعتبر الخطأ البشري المُسبب الرئيس لأكثر من 90٪ من الحوادث، إلى جانب خدمة المركبات ذاتية القيادة لشريحة كبيرة من المتعاملين، وتحديداً فئة كبار المواطنين والمقيمين وأصحاب الهمم.

تعاون استراتيجي

تشمل هذه الشراكة تعاوناً استراتيجياً مع كل من: Uber Technologies, Inc (NYSE:UBER) وWeRide (NASDAQ: WRD)، حيث ستقومان بإطلاق المركبات ذاتية القيادة في دبي عبر منصة Uber، إلى جانب شركة Baidu الصينية عبر ذراعها المتخصصة في النقل ذاتي القيادة Apollo Go، الذي يعدّ من أبرز مزودي حلول القيادة الذاتية على مستوى العالم، وخدمات طلب المركبات





تحول نوعي

يشكل التوسع في تشغيل المركبات ذاتية القيادة تحولاً نوعياً في مشهد النقل دبي، ويسهم في جهود هيئة الطرق والمواصلات لتعزيز تكامل شبكة النقل من خلال تسهيل حركة تنقل مستخدمي وسائل النقل العام، وستبدأ Uber من خلال WeRide وكذلك Baidu عمليات التشغيل التجريبي التجاري لمركبات الأجرة ذاتية القيادة في دبي هذا العام بوجود سائق أمان خلف المقود، وذلك تمهيداً للإطلاق التجاري في عام 2026.

شراكة طموحة

حظي الجيل السادس من مركبات (Robo Taxi RT6)، المصمم خصيصاً لخدمات التنقل الذاتي، بترحيب واسع وإشادة كبيرة من الركاب، وتمثل الشراكة الطموحة مع هيئة الطرق والمواصلات في دبي أكبر توسع دولي لـ Apollo Go خارج الصين حتى الآن، كما تسلط الضوء على التزام دبي بتزسيخ مكانتها مركزاً عالمياً رائداً للابتكار في مجال تنقل المستقبل، عبر خدمات آمنة ومستدامة وفعالة وتوفير حلول نقل نوعية تعود بالفائدة على شرائح أوسع من المجتمع.

10 ملايين رحلة

سجلت Apollo Go حتى اليوم أكثر من 150 مليون كيلومتر بالمركبات ذاتية القيادة الآمنة، ما أسهم في انتشار واسع النطاق لخدمات طلب المركبات ذاتية القيادة في أكثر من 10 مدن صينية. ومنذ فبراير الماضي، بدأت عملياتها الكاملة دون سائق في مختلف أنحاء الصين، وقد أنجزت مؤخراً أكثر من 10 ملايين رحلة ذاتية القيادة، ما يجعلها أكبر مشغل لأسطول مركبات دون سائق في العالم.

منصة ذكية

تعد WeRide من الشركات الرائدة عالمياً وأحد أوائل اللاعبين في قطاع النقل ذاتي القيادة، كما أنها أول شركة رобо تاكسي مُدرجة في الأسواق المالية. وبفضل منصة WeRide One الذكية ومتعددة الاستخدامات وعالية الكفاءة والتكلفة المناسبة، تقدم WeRide منتجات وخدمات قيادة ذاتية لتلبية غالبية احتياجات النقل عبر مجموعة واسعة من التطبيقات على الطرق المفتوحة، بما في ذلك مجالات التنقل والخدمات اللوجستية والنظافة العامة.





البطل نادر

أنت لست نجاراً!

رسوم: طريف كلجي





طالبة مدرسة حمدان بن راشد يتفاعلون مع «أسبوع دبي للذكاء الاصطناعي»

بمناسبة فعاليات «أسبوع دبي للذكاء الاصطناعي»، الذي انطلق خلال الفترة من 21 إلى 25 أبريل الماضي، تحت رعاية سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم، ولي عهد دبي، نائب رئيس مجلس الوزراء، وزير الدفاع، رئيس مجلس أمناء مؤسسة دبي للمستقبل، التقت «سلامة» مع طالبة مدرسة حمدان بن راشد للتعرف إلى كيفية تفاعلهم مع هذه المبادرة المتميزة، ورؤيتهم لمستقبل الذكاء الاصطناعي في دولة الإمارات.

آفاق مستقبلية

قال الطالب محمد ياسر:

مبادرة «أسبوع دبي للذكاء الاصطناعي» تمثل فرصة عظيمة لفتح آفاق جديدة للطلبة وتحفيزهم على الابتكار والإبداع، والمشاركة من خلال تقديم أفكار مبتكرة توظف الذكاء الاصطناعي في تحسين التعليم وتسهيل الحصول على شالمعرفة للجميع، وأطمح أن أقدم مشروعاً يساعد على تحليل أنماط تعلم الطلبة، وتقديم محتوى ذكي مخصص حسب احتياجات كل طالب. وأضاف: يمكن توظيف الذكاء الاصطناعي في التعليم عبر إنشاء منصات تعليمية ذكية تقدم محتوى تفاعلياً مخصصاً لكل طالب، اعتماداً على مستوى فهمه وسرعة استيعابه، كما يمكن استخدامه لتصبح الواجبات تلقائياً ومتابعة تطور الطالب، وتقديم إشارات للمعلم عند وجود تأخير أو صعوبات معينة. وتوجه محمد بخالص الشكر والتقدير إلى قيادتنا الرشيدة على دعمها المستمر للتعليم والابتكار وحرصها على تمكين الشباب ومنحهم الفرصة للمشاركة في مستقبل الذكاء الاصطناعي، وأضاف: دولة الإمارات العربية المتحدة توظف الذكاء الاصطناعي والتقنيات العالية في الصحة والتعليم، وأطمح أن أكون في المستقبل متمكناً في هذا المجال.

التواصل مع البشر

قال الطالب هزاع محمد: إن المبادرة ممتازة، وأسعدتنا، ويمكن للذكاء الاصطناعي أن يستخدم لتعليم الطلبة حسب مستواهم ومساعدتهم في الشرح والتصحيح، ويمكنه أن يتحدث مع البشر ويساعدهم على تنظيم وقتهم، وجعل حياتهم أكثر سهولة. شكراً للقيادة على الدعم وتوفير الفرص للإبداع.

مساعدة المعلمين

قال الطالب أحمد علي الشمار، إنه شارك مع الطلبة في ورش العمل والأنشطة التفاعلية التي نظمت خلال أسبوع المبادرة، والتي ركزت على مفاهيم الذكاء الاصطناعي وتطبيقاته في الحياة اليومية، ويمكن الاستفادة منه في مساعدة المعلمين والمدارس، كما يمكن للمدارس تفعيل ورش العمل وتشجيع الجميع على المشاركة.

ويمكن أن يكون للذكاء الاصطناعي دور مهم في تسهيل تعلّم اللغات والترجمة، ما يسهّل على الطلبة الفهم والمشاركة، وأضاف: أتمنى أن تتاح لي الفرصة في إنشاء منصة تعليمية شخصية لكل طالب، بحيث يكون للطلاب معلم افتراضي ذكي، كما يسرني أن أتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى الشيوخ الكرام واهتمامهم الكبير في دعم مسيرة التميز والتطور التي جعلت همها الأول هو الاستثمار في الإنسان، والمعرفة في مقدمة أولوياتها. وأتمنى لدولتي في المستقبل أن تكون في المركز الأول في مجال الذكاء الاصطناعي، وأن نسبق العالم في التطور والابتكار والبحث.



خطوة كبيرة

قال الطالب خليفة البلوشي: إن مبادرة أسبوع دبي للذكاء الاصطناعي تعكس رؤية دولة الإمارات في الريادة والتكنولوجيا، وتؤكد حرصها على تمكين جيل المستقبل بالمعرفة والأدوات اللازمة لصناعة غدٍ مشرق. جميعنا يدرك أن الذكاء الاصطناعي يمتلك القدرة على إحداث تحول جذري في العملية التعليمية من خلال تطوير منصات تعليمية ذكية تراعي الفروق الفردية بين الطلبة، كما يدعم المعلمين في تصميم محتوى تعليمي تفاعلي، ويسهم في التقليل من الأعباء الإدارية ودعم مهارات الإبداع. وأضاف: أتوقع أن يكون الذكاء الاصطناعي عنصراً أساسياً في منظومة التنمية الوطنية خلال العقود المقبلة، والمشاركة في المبادرات الوطنية والعمل على إنجاز مشاريع تسهم في تقديم حلول ذكية ومستدامة.



شاطئ خورفكان

فارس

وشاهين

إلى أين ستأخذنا
اليوم يا صديقي

إلى شاطئ خورفكان إحدى
أبرز الوجهات السياحية
بإمارة الشارقة

يجمع الشاطئ بين الجمال
الطبيعي للجبال والأشجار والساحل

وهو وجهة عائلية بامتياز إذ يوفر
ملاعب للأطفال وبيت المرح
والترامبولين المطاطي للقفز

ويمكن للعائلات القيام بجولات بحرية على
متن القوارب لاستكشاف الساحل



يتيح الشاطئ لزواره
الاستمتاع بتجارب
مائية متنوعة
كالتجديف والتزلج
على الماء وركوب
المظلات



ويمكن لمحبي اللياقة
البدنية الوصول إلى ملاعب
التنس وكرة الطائرة الحديثة
ومسارات الجري والدراجات

بالإضافة إلى أكاديمية البادل
العالمية التي تلبي شغف عشاق
هذه الرياضة المتنامية



بشاطى خورفكان خيارات
واسعة من المأكولات
والأطباق العالمية والمحلية

وفعاليات وأنشطة متنوعة على
مدرج خورفكان المفتوح المطل
على الشاطئ



شكراً لك يا
شاهين على هذه
الجولة الرائعة



العفو يا صديقي.. سنقوم
بجولات أروع في المرات
المقبلة بإذن الله

روبوتات صديقة

للإنسان في الإمارات (2)

رسوم: محمد منصور



استشراف

المستقبل



باتت الإمارات مركزاً إقليمياً لصناعة وتجميع الروبوتات وبها جامعات وبرامج ومسابقات تدعم ذلك

رائع



هل استخدام الروبوتات والذكاء الاصطناعي في بلادنا تم حديثاً فقط؟

لدا... تؤدي الروبوتات في الإمارات أدواراً متنوعة منذ سنوات عدة



جامعة محمد بن زايد للذكاء الاصطناعي وبرنامج دبي للروبوتات ومسابقات الإمارات للروبوتات

هل يمكن أن تذكر لنا بعض الأمثلة على ذلك؟



وفي 2017 انضم أول شرطي آلي ذكي في العالم إلى صفوف كوادر شرطة دبي



ففي 2014 أطلقت الهيئة الاتحادية للهوية والجنسية الروبوت (حمد) لخدمة وإسعاد زوار مراكز الخدمة التابعة لها



حافلة تحت الطلب

رسوم: عبد الفتاح حلمي

درب السلامة





يتم طلب الحافلة بسلسلة
وسرعة عبر التطبيق الذكي
(Dubai Bus On Demand)
المتوفر على الهواتف
والأجهزة الذكية



وتوفر حلاً مبتكراً لرحلات الميل الأول
والأخير بين منطقة سكن المتعاملين
وأقرب محطة لوسائل النقل الجماعي



يمكن للسائقي
الحافلات التواصل مع
طالبي الخدمة من
خلال التطبيق للوصول
إلى أقرب نقطة من
أماكن وجودهم

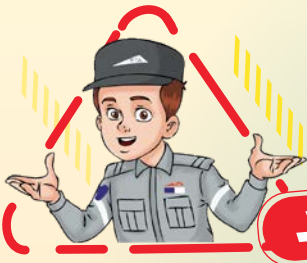


معذرة.. مضطر
للمغادرة الآن

تمنياتنا لك بالسلامة
والتوفيق دائماً



ويستطيع المتعاملون تحديد
مسارهم من نقطة الانطلاق
حتى نقطة الوصول ودفع
تعرفة التنقل



المفتش حمد

ممنوع قيادة السكوتر في هذا الطريق!

رسوم: حسام عبد الغني

للأسف يقود هذا الشاب السكوتر
الكهربائي في طريق تزيد السرعة المحددة
فيه على 60 كم/ساعة.



أنت المخطئ.. ممنوع قيادة
السكوتر في شارع تزيد السرعة
المحددة فيه على 60 كم/ساعة



حمداً لله أنك بخير.. تفاداك
سائق السيارة بأعجوبة



هل شاهدت أيها
المفتش؟.. يا له من
سائق متهور

قيامك بذلك يربك حركة
سير المركبات في الطريق
ويعرضك للخطر



قيادة الدراجة الهوائية أو الكهربائية
على الطريق الذي تزيد السرعة
المحددة فيه على 60 كم/ساعة
مخالفة يترتب عليها دفع 300 درهم



(طرق دبي) توسّع خيارات الدفع بالتقسيط عبر (تابي)



محبوب

تشمل قنوات الهيئة الرقمية: الموقع الإلكتروني، تطبيق هيئة الطرق والمواصلات، تطبيق الدفع نول والأكشاك الذكية.



وسّعت هيئة الطرق والمواصلات في دبي خيارات الدفع بالتقسيط عبر (تابي) لتشمل جميع قنواتها الرقمية، وكان ذلك متاحاً فقط عبر أكشاك الهيئة الذكية.



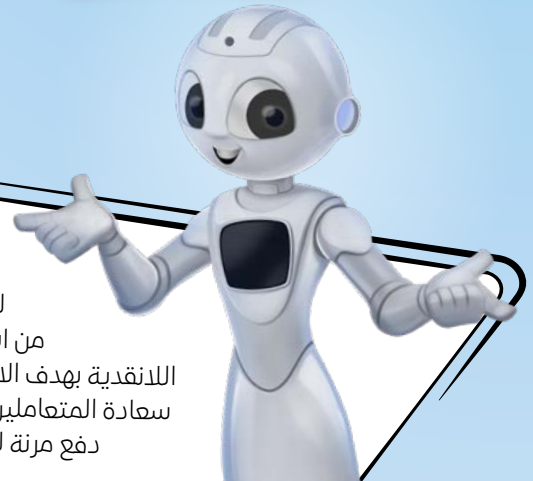
تهدف الهيئة من خلال ذلك إلى تسهيل دفع رسوم خدماتها المتنوعة البالغ عددها 170 خدمة بتقسيطها عبر (تابي).



من الخدمات التي يمكن تقسيط رسومها تجديد رخصة المركبة ورخصة القيادة وحتى دفع الغرامات المترتبة على المخالفات الخاصة بالهيئة ومنها مخالفات المركبات.



أدرجت الهيئة (تابي) كوسيلة للدفع انطلاقاً من استراتيجية دبي اللانقدية بهدف الارتقاء بمستويات سعادة المتعاملين، وإتاحة خيارات دفع مرنة لخدماتها.



كن ذكياً.. «لا تبدأ»!

إعداد: نيشا عبدالمجيد - هيئة الصحة بدبي
رسوم: عبد الفتاح حلمي

الآنسة

وقاية

كالسجائر الإلكترونية التي قد يستهوي شكلها البعض ويظنون أنها أقل ضرراً .. لكن الحقيقة أنها أخطر من السجائر العادية



فهي تحتوي على النيكوتين الذي يضر الدماغ.. خاصة في سن مبكرة



وتتسبب في ضرر شديد للرئتين بسبب أبخرتها المليئة بالمواد الكيميائية





قد تخدعنا شركات السجائر
الإلكترونية بنكهات
وتصميمات مختلفة تخفي
آثارها الضارة



وتجعله أكثر عرضة للإصابة بالعديد
من الأمراض المميتة كالسرطان



ولنتذكر دائماً أنه بابتعادنا عن
التدخين نبنّي مستقبلاً صحياً
سعيداً لنا ولعائلتنا أيضاً



لكن واجبنا أن نقول:
لا للسجائر الإلكترونية
ولكل أنواع التدخين



ولنكن أذكىء ولا نبدأ أبداً
في استخدامها حفاظاً على
صحتنا وحماية لأنفسنا

وطني الإمارات

مغامرات صيفية وسياحة صديقة للبيئة في الإمارات

يتميز فصل الصيف في دولة الإمارات بممارسة الأنشطة الترفيهية والمغامرات في المناطق الجبلية التي تكون درجات الحرارة فيها معتدلة، ومن أشهر هذه المناطق (جبل جيس) في رأس الخيمة، القائم على السياحة الصديقة للبيئة، حيث يمكن للزائر الاستمتاع برياضة تسلق الجبال واستخدام الدراجات، ومنتزه جبل حفيت الصحراوي.

قمة جيس للمغامرة

تتضمن القمة منصة المشاهدة، وجبل جيس فليت؛ أطول مسار انزلاقي في العالم، المسجل في موسوعة «غينيس» العالمية، ومنزلقات جيس المكونة من 7 مسارات انزلاقية، وجسراً معلقاً بطول 51 متراً، ومتاهة جيس المعلقة، ومخيم «بير جريلز» للمستكشفين.

منتزه جبل حفيت

منتزه جبل حفيت الصحراوي من مواقع التراث العالمي المصنفة في (اليونسكو)، ويمكن للزائر اكتشاف البقايا الأثرية التي تعود إلى العصر الحجري الحديث، والمدافن القديمة التي تم تنقيب عنها بناء على توجيهات المغفور له بإذن الله الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان، طيب الله ثراه. ومن الأنشطة التي يمكن للزائر ممارستها المشي، واستخدام الدراجات الهوائية، وركوب الخيل والإبل، والمشاركة في الجولات التي تعرّف بالطبيعة، والاستمتاع بالتخييم.



«مناسبات سارة»

بالتعاون مع هيئة تنمية المجتمع



أصدقائي.. من المناسبات السارة التي نحضرها أحياناً حفلات الزواج، حيث نبارك للعروسين ونقدم لهما هدية تعبيراً عن سعادتنا بخطوتهما الأولى لبناء أسرة صالحة في المجتمع.. تعالوا نتعرف إلى ذلك من خلال لغة الإشارة.



هذه الإشارة
معناها
(حفلة)



وهذه
معناها
(زواج)



وتعني هذه
(هدية)



وتعني هذه
(خطوبة)



وأما هذه
فمعناها
(مبروك)



نجم الثريا ونجم سهيل

رسوم: يوسف حليم

الجدّة

عوشة



ومع طلوع الثريا تنشط (رياح
السموم) وتكون شديدة السخونة

وماذا عن نجم سهيل؟

نجم سهيل إذا
ظهر يبدأ الجو
بالاعتدال

كيف كان الأهالي يخفون
من حرارة الصيف ولم يكن في
المنازل كهرباء؟

وتتساوى ساعات
الليل والنهار وهو
مؤشر لبداية
انكسار شدة الحر

منازلنا القديمة كانت
تحفة فنية وتتميز
ببناء البارجيل

وما وظيفة البارجيل
في المنازل القديمة؟

يقوم بالتهوية والتبريد
ويساعد على دوران
الهواء في الغرفة

هدر الأغذية مأساة عالمية (1)

رسوم: محمد منصور

عليا

صديقة الاستدامة



يتم إهدار أكثر من مليار
وجبة يومياً عالمياً فيما
يجوع ثلث البشرية



ما الذي يشغلك يا عليا؟

أقرأ عن قضية
مهمة تقلق العالم
هي هدر الطعام



نعد كميات طعام كبيرة أو نطلب من
المطاعم ما يفوق حاجتنا
.. ويكون مصيرها سلة المهملات



ومن المتسبب في ذلك؟

للأسف الجميع..
بما فيهم نحن
بسلوكياتنا الخاطئة



وأيضاً التسوق المفرط ونسيان تاريخ
انتهاء الصلاحية فتتعرض المواد
المخزنة في مطابخنا وثلاجاتنا للتلف



اكتشف الاختلافات الخمسة
Spot the five differences



متعة وتنسأل
Fun and Entertainment

ما هو المسار الصحيح؟
What is the correct path?



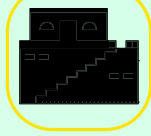
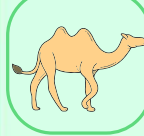
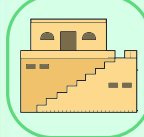
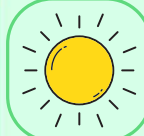
حرك عود ثقاب واحداً لتكون العملية صحيحة
Move one matchstick to fix the equation

$$5 + 7 = 2$$

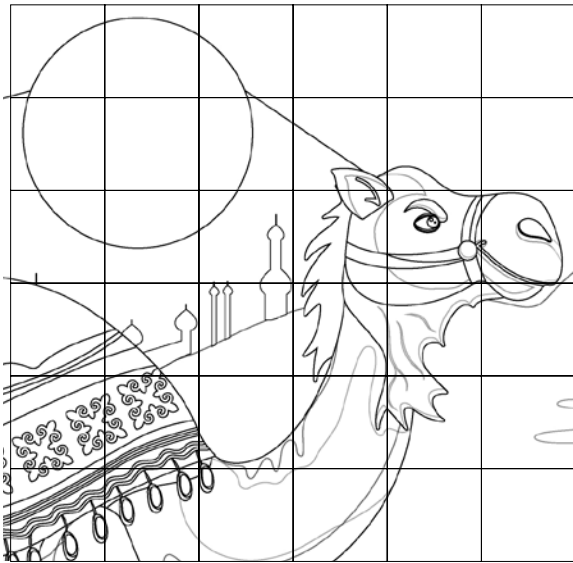
لون color



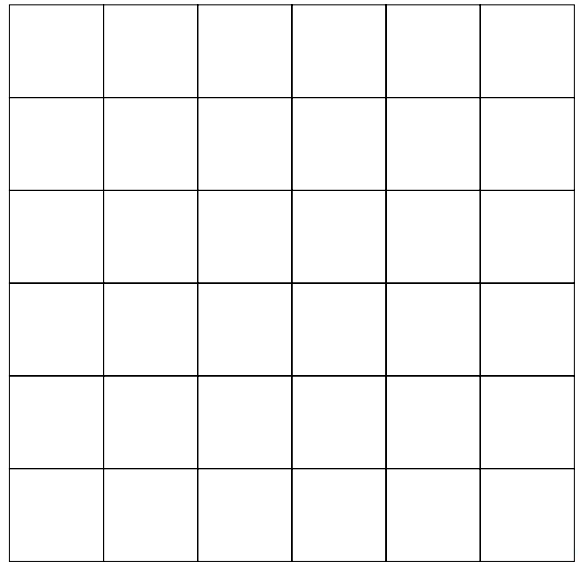
وصلوا معي
Let's connect



Let's draw



هيا بنا نرسم



مسابقة «اقرأ.. انشر.. اربح» “Read.. Publish.. Win” Competition



My smart and intelligent friends. Have you read the magazine carefully?

An offence that incurs a fine of 300 AED.

Scan through the magazine pages to spot it. Once you identify it, notify the parents about the violation made by the driver. Provide us with their phone numbers to ensure they receive the information. By doing so, you'll be entered into a raffle to win nol cards valued at AED1,000.

أصدقائي الأذكاء دقيقي الملاحظة.. هل قرأتم المجلة بتركيز؟

هناك مخالفة يترتب عليها دفع 300 درهم

ابحثوا عنها بين صفحات المجلة، وبعد تحديدها، أخبروا الوالدين بالمخالفة التي ارتكبها سائق المركبة، وأرسلوا إلينا أرقام هواتفهم، للتأكد من وصول المعلومة إليهم، لتدخلوا السحب على الفوز ببطاقات «نول» بقيمة 1000 درهم.

The competition is sponsored by



معهد الإمارات للسياسة
Emirates Driving Institute

المسابقة برعاية

nol Card is accepted for payment at:

ENOC, Carrefour, Lulu Hypermarket, Aster Pharmacy, Aswaaq, Burger King, Al Maya Supermarket Group, 800 DEGREES PIZZA Restaurant, All Day Grocery, London Dairy Restaurant, CARTER'S Restaurant, IMG Theme Park Entertainment, Circle K Store, Cravia Restaurant, Gloria Jean's Coffee, Medcare Clinic, Medcom Pharmacy, Mr. Baker Restaurant, O50 Telecom, Zoom Store, Autopro Car Services, Pavo's Pizza Restaurant, Tasjeel, MEDICINA Pharmacy.



بطاقة نول مقبولة الدفع في:

اينوك، كارفور، لولو هايبرماركت، صيدلية أستر، أسواق، برجر كنج، مجموعة المايا سوبرماركت، مطعم 800 DEGREES PIZZA، بقالة All Day، مطعم لندن البان، مطعم CARTER'S، ترفيهه IMG Theme Park، متجر دائرة K، مطعم Cravia، مطعم غلوريا جينز كوفي، عيادة ميدكير، صيدلية ميدكوم، مطعم مستر بيكر، إلكترونيات O50 تيليكوم، متجر زووم، خدمات السيارات Autopro، مطعم بيتزا بافو، تسجيل، صيدلية MEDICINA.

Send entries for: salama.magazine@rta.ae

أو WhatsApp: 0551927117

ترسل المشاركات إلى: salama.magazine@rta.ae

أسهموا في الوقاية .. واربحوا



المسابقة برعاية

The competition is sponsored by

أصدقائي قراء «سلامة»:

أسهموا معنا في وقاية أنفسكم وأفراد أسرركم من الأمراض عبر الإجابة عن سؤال «الآنسة وقاية»، وشرح محتواه للأفراد عائلتكم، ثم إرسال رقم هاتف أحد الوالدين لنا للتأكد من وصول المعلومة إليهم، لتدخلوا السحب للفوز بهدايا عينية لثلاثة فائزين مقدّمة من هيئة الصحة بدبي.

**E-cigarettes pose serious health risks.
List some of their harmful effects on health.**

**تشكل السجائر الإلكترونية خطراً كبيراً..
اذكر بعض أضرارها الكثيرة على الصحة.**

Kindly send entries for:

E.mail: salama.magazine@rta.ae – WhatsApp: 0551927117

يرجى إرسال الإجابة إلى العناوين التالية:

Participate in Prevention, Stand a Chance to Win

Dear Salama readers and friends,

We invite you to join our endeavor to safeguard yourself and your loved ones from illness. Participate by responding to the “Miss Weqaya” query and sharing the content with your family. Kindly provide a parent’s contact number to confirm the message’s delivery. By doing so, you will be entered into a draw for a chance to win one of three physical prizes courtesy of the Dubai Health Authority (DHA)

أجمل تعليق

مسابقة
العدد 214



أرسل إلينا تعليقك على هذه الصورة لتحصل على فرصة الفوز معنا
بقسيمة شراء بقيمة 100 درهم مقدمة من **حل الأطفال**
ضمن رابحين على البريد الإلكتروني فقط: salama.magazine@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 **babyschool** kindly send by email only to: [salama.
magazine@rta.ae](mailto:salama.magazine@rta.ae)

الاسم: Name :
العمر: الهاتف: Phone:
التعليق:
Comment:

الفائزون في مسابقة

«سأهم في الوقاية .. واربح» 213

- 1- كليثم سلمان عبدالله
- 2- دانية خالد العولقي
- 3- رند أكرم أبو حطب

أسماء الفائزين في مسابقة

أجمل تعليق 213



Ibrahim Syed Ali

Look! I am going to wear you tomorrow

غالية خالد ضيف الله

متى بتكبر رجولي عشان ألبس هالكعب؟
شكلها مو بس كبيرة ... هذي تحتاج رخصة قيادة.

شروط

المسابقة

- لاستلام الجائزة يجب على الفائز إحضار صورة الهوية.
- تقتصر المشاركات على الفئة السنية من 6 - 14 سنة.
- يسقط حق الفائز في المطالبة بالجائزة بعد مرور شهر واحد على إعلان أسماء الفائزين.

Terms of

The Competition

- To claim the prize, the winner must present a photograph of their ID.
- Only those within the age group of 14-6 years are eligible to participate.
- The right to claim the prize will be forfeited after one month from the announcement of the winners' names.

الفائزون في مسابقة

«اقرأ.. انشر. اربح» 213

- 1- عبد الرحمن حسن
- 2- ماجد عيسى
- 3- محمد حميد الزعابي
- 4- سالم يوسف جمعة