

«دايت كير» تقيم أول مسابقة صيفية عن الغذاء والصحة في الكويت

لما تحتوي عليه من عناصر غذائية.

● الوجبات الخفيفة: يفقد الجسم بعضاً من مادة الكالسيوم عند التعرق خلال فصل الصيف الحار، ولتعويض هذا النقص، ينبغي تناول وجبات خفيفة غنية بالكالسيوم مثل الزبادي قليلة الدسم مع الفاكهة.

● الشواء: يفضل شواء سمك السلمون بدلاً من اللحم الأحمر، لأنه يحتوي على كميات أقل من الدهون والكثير من الأوميغا-3 المفيدة للجسم.

وتستضيف «دايت كير» عملاء وأصدقاءهم في جلساتها عن التغذية كل شهر، حيث تسلط الضوء على كل جلسة على موضوع مختص بالصحة والتغذية وذلك بهدف مساعدتهم على تبني خيارات غذائية ونمط حياة أكثر صحة.



مجموعة من المشاركات في المسابقة

المكوث تحت أشعة الشمس المباشرة لمدة لا تتجاوز ساعتين، وينصح بالتنعيم لمدة أقل من ذلك. ويمكن للمرء تناول أغذية تساعد في الحصول على بشرة أكثر اسمراراً مثل البابايا والمانغو

شارك عملاء وأصدقاء «دايت كير» وعائلاتهم في أول مسابقة صيفية عن الغذاء والصحة في الكويت التي أقيمت في نادي الكورنيش بالشعب البحري، حيث خاض المشاركون المتحمسون التحدي واختبروا معلوماتهم عن أهمية الغذاء الصحي والوجبات والنمط الغذائي اليومي الذي يحتاج إليه جسم الإنسان في صيف الكويت الحار.

وقدم إخصائيو «دايت كير» بعد كل سؤال شرحاً مفصلاً عن الأساسيات المهمة لكل العناصر حول احتياجات الجسم والعناصر الغذائية الموجودة في مختلف الأغذية المفيدة للمحافظة على الصحة. وفيما يلي بعض النصائح التي عرضها إخصائيو «دايت كير» خلال تحدي التغذية:

● تنعيم البشرة: من الأفضل

«هيونداي إلكترونيات» ترعى الحفل الترفيهي للمسنين وذوي الاحتياجات الخاصة في دار الرعاية

الشركة على كسب ثقة الزبون وعزز من وجودها في سوق الأجهزة الكهربائية والإلكترونية وأصبحت تستقطب على أعلى نسب المبيعات الإلكترونية في السوق الكويتي.

ولفتت علامة أيضاً إلى ان الشركة قدمت خلال فترة المسابقات الترفيهية التي أقيمت بالحفل هدايا قيمة عبارة عن كوبونات مشتريات مجانية من منتجات ماركة هيونداي إلكترونيات للفائزين بالمسابقة، حيث أضافت مزيداً من الفرح على قلوب المسنين وذوي الاحتياجات الخاصة وأعطت قيمة للمنافسة بينهم، كما تم توزيع كوبونات خصومات خاصة للحضور تكريماً لهم على مشاركتهم بالنشاط.

وأخيراً شكر علامة الشيخ عذبي الصباح على مشاركته القيمة في النشاط، مشيداً بالجهود التي بذلت لإنجاحه من قبله ومن قبل المنظمين، متمنياً للجميع النجاح في أعمالهم والاستمرار في دعم هذه الفئة الغالية.



الكويتي، حيث تتميز الشركة بتطور جودة منتجاتها وتنوعها وبخدمة ما بعد البيع المميّزة، حيث تقدم ضمان الكفالة لمدة سنتين على كل منتجاتها مما ساعد

صرح شادي علامة مدير التسويق والمبيعات في شركة هيونداي إلكترونيات بأن الشركة شاركت بنجاح في رعاية الحفل الترفيهي الخاص بالمسنين وذوي الاحتياجات الخاصة والذي كان تحت رعاية الشيخ عذبي الصباح في دار الرعاية الاجتماعية في الصليبخات ونظّمته مجموعة النور التطوعية، وجاءت هذه الرعاية انطلاقاً من سياسة شركة هيونداي إلكترونيات في دعم هذه الفئة الغالية من المجتمع الكويتي وشعوراً منها بالمسؤولية الاجتماعية الملقاة على عاتقها بمساعدتهم وتقديم كل الدعم لهم، خاصة ان الشركة تعد رائدة في هذا المجال وهذه الرعاية ليست المرة الأولى، بل تضاف إلى سجل الشركة الحافل بالمشاركات في مثل هذه الأنشطة الإنسانية.

وأضاف علامة ان ماركة هيونداي إلكترونيات تعد اليوم من أبرز الشركات التي تقدم منتجاتها الإلكترونية وكهربائية لجميع أفراد العائلة في السوق

الآن ميس الغانم سفري في الشويخ

الصحة والأمان. كما تشمل قائمة الطعام الغنية بمحتوياتها مجموعة فريدة من الأطباق اليومية المتنوعة المستوحاة من المطابخ العربية والخليجية والعالمية ومشويات اللحوم والدجاج الشوية بالإضافة إلى الأطباق الجانية والملازات الباردة والساخنة المستخدمة من روح المطبخ اللبناني. الجدير بالذكر ان ميس الغانم قام بتجربة جديدة في هذا الفرع حيث خصص صالة طعام لرواده للاستمتاع بأشبه الماكولات تعمل بنظام الخدمة الذاتية. وبذلك يوفر فرع سفري الجديد لعملائه العديد من الخيارات لتلبية طلباتهم عن طريق خدمة التوصيل المجانية بالاتصال على الخط الساخن 1821155 او عن طريق موقع 6alabat.com او خدمة التسليم وايضا تناول وجباتهم المفضلة داخل الفرع ذاته.

كما تتوفر خدمة تحويل اي طلب الى وجبة لانش بوكس وذلك بإضافة 950 فلساً لتتضمن هذه الوجبة نوعين من السلطات ونوعاً من الحلويات التي تناسب مختلف الأذواق. ولزيادة من المعلومات يمكنكم أيضاً زيارة الموقع الإلكتروني لمجموعة «الرضا للتأجير» مستخدماً بذلك أفضل المنتجات ذات الجودة الممتازة في جميع الأطقم والتعامل مع جميع المكونات وتجهيزها وإعدادها وفقاً لأفضل إجراءات



خلال خدمة التوصيل المجانية منتهجاً سياسة موحدة لضمان «الرضا للعملاء» مستخدماً بذلك أفضل المنتجات ذات الجودة الممتازة في جميع الأطقم والتعامل مع جميع المكونات وتجهيزها وإعدادها وفقاً لأفضل إجراءات

افتتح مؤخراً مطعم ميس الغانم فرعاً جديداً له في منطقة الشويخ وذلك في مجمع كريبتف ديزاين التجاري، ويعتبر هذا الحدث خطوة مهمة نحو انتشار تواجد ميس الغانم سفري في السوق المحلية للكويت من حيث التوزيع الجغرافي ليكمل بذلك منظومة فروع ميس الغانم سفري الأربعة المنتشرة في مختلف مناطق الكويت ليكون بذلك أقرب إلى الزبائن في أي مكان مانحاً إياهم المذاق الشهى الذي تعودوا عليه تحت شعار «أطيب وأطيب».

ويسر مجموعة مطاعم ميس الغانم ان تدعو زبائنها الكرام إلى زيارة الفرع الجديد في منطقة الشويخ الصناعية قطعة (1) والاستمتاع بالوجبات الشهية ذات النكهات الفريدة والتي تتوفر جميعها في مكان واحد يقدم أشهى الماكولات الطازجة والمحضرة بأساليب عصرية.

وجاء افتتاح هذا الفرع ليقوم بخدمة منطقة الشويخ والمناطق المجاورة، منها بعض المناطق في محافظة العاصمة (كيفان البرموك - الخالدية) وأيضا محافظة الفروانية بالإضافة إلى بعض المناطق من محافظة الجبراء (الدوحة - الصليبخات - سعد العبدالله). ويشتهر مطعم ميس الغانم سفري بتقديم الماكولات اللبنانية، العربية والعالمية، من

خلال الرحلة البحرية بمنتزه الخيران مندني للتأبين: التمسك بحبل الله المتين هو السبيل للخلاص من عالم المخدرات القاتلة

تائب: لا تجزع مما أصابك، ولا تحزن، فإن ذلك لا يرد فأنتا، ولا يدفع واقعا، فاترك الحزن والهجم، وكن مستعينا بالله متوكلا عليه، وخذ من الأسباب ما يفرج كربك، ويذهب همك من تقوى الله - عز وجل- والإجابة إليه والتوكل عليه والتعريف إليه في الرخاء يعرفك في الشدة، ذلك لأن التمسك بحبل الله المتين هو السبيل للخلاص من عالم المخدرات القاتلة، فكونوا على صلة بالله يكن الله معكم دائما وتغنموا بحياة كريمة في الدنيا والآخرة.

أما المسابقة الثقافية التي أثارها على الخطيب فكانت من البرامج المميّزة في الرحلة البحرية والتي شارك فيها جميع التأبين وموظفو الجمعية، وحظيت بتنافس شديد بين المجموعات المشاركة، وقام مدير عام الجمعية مسلم الزامل بتكريم الفريق الفائز في المسابقة وإعطائه هدايا عينية، وكان ختام اليوم الترفيهي حفل عشاء على شرف الحضور من التأبين وأبنائهم وعدد من موظفي جمعية بشائر الخير.

يذكر أن الجمعية تأسست عام 1993 ك لجنة خيرية وأشهرت رسمياً عام 2005 كجمعية خيرية ذات نفع عام تتبع وزارة الشؤون، وهي متخصصة في مكافحة الإدمان والحد من ظاهرة المخدرات، وتتبنى نظرية إيمانية لغرس القيم والأخلاق وإحياء المورثات الدينية لدى مدمني المخدرات لتشجيعهم على التوبة والاستقامة على الصراط، وتبني البيئة الصالحة والبدل عن رفاق السوء ليمارس المدمن التائب حياته الجديدة في أجواء إيمانية مفعمة بالأمل والتعلق بالرجاء بغفو الله للظفر بجنان الخلد.



الشيخ سليمان مندني خلال لقائه بالتأبين

إلا الله علام الغيوب الذي يجب المضرب إذا دعاه، والمسلم مطالب بالصبر وقت المحن والشدائد وبالإجابة إلى الله، يتوسل بالأسباب الموصلة إلى كشف المكروه، لا يستعين للحادثات، ولا يضعف أمام الملمات، يحاول التخلص منها في حزم الأقوياء وعزيمة الأصفياء، قوته في ذلك سيد المرسلين، وإمام الصابرين، فقد حل به وبأصحابه الكرام من الشدائد المحن والابتلاء ما تقشعر منه الأبدان، فما وهنوا، وما ضعفوا، وما استكانوا، بل قابلوا ذلك بالصبر والثبات (الذين قال لهم الناس إن الناس قد جمعوا لكم فاخشوهم فزادهم إيمانا وقالوا حسبنا الله ونعم الوكيل فانقلبوا بنعمة من الله وفضل لم يمسسهم سوء واتبعوا رضوان الله والله ذو فضل عظيم..

وأضاف مندني، أقول لكل

يساهم في دعم الأطفال من مرضى السكري

شركة علي عبدالوهاب المطوع التجارية و«Nike» ترعى نصف ماراثون الكويت الخيري الثاني

يسبقها فترة احماء في الساعة السابعة، والمسافة 21 كيلومتر مع إمكانية المشاركة في أول 10 كيلومتر من السباق، وسوف تنوفر المياه المعدنية على طول مسار السباق مع تواجد فرق اسعافات أولية ورجال وزارة الداخلية للمحافظة على أمن وسلامة المشاركين، وبالإضافة إلى ذلك، سيحصل كل عداء على حقيبة تحتوي مجموعة أدوات للسباق وتشمل: مريلة عليها رقم المتسابق، ورفاعة للتوقيت، «دراي فت تي شيرت من نايك وميدالية».

ستقام التمارين اسبوعياً لتحضير المشاركين للسباق ابتداءً من 23 سبتمبر الجاري ولمدة شهر في مشفى مشرف. ابتداءً التسجيل للسباق في

الاماكن التالية:
C-Club: 2225_3190/
Nike stores: 1804449
Extreme Sports: 2225_4587

كما يمكنكم التسجيل على الانترنت والحصول على المزيد من المعلومات حول سباق ماراثون الكويت الخيري الثاني عند زيارتكم الموقع الإلكتروني: www.kuwaitcharityrun.com

رسوم التسجيل لكل متسابق 15 دينار سذهب تبرعات لحملة Kids 4 Pumps لشراء مضخات انسولين لعلاج الأطفال من مرضى السكري.



رعاية شركة علي عبدالوهاب المطوع التجارية و Nike إلى مساعدة هؤلاء الأطفال وضمان الرعاية المحيية للمواطنين الكويتيين من الأطفال والشباب من الأجيال المقبلة جزءاً من التمتية المستدامة.

وسيطلق السباق يوم 17 نوفمبر 2012 من وإلى المارينا كريسييت - الواجهة البحرية في تمام الساعة الثامنة صباحاً

ضمن برامجها الجمعية والمتميزة للتأبين نظمت جمعية بشائر الخير المتخصصة في علاج وتأهيل المدمنين، رحلة بحرية إلى شاليهات الخيران تخللتها حوارات إيمانية و فقرات ترفيهية ومسابقات ثقافية، وذلك في إطار أنشطة الجمعية المتنوعة لاحتواء التأبين وتهيئة الأجواء المناسبة لإعادة تأهيلهم نفسياً وصحياً واجتماعياً.

وأكد الشيخ أحمد البسام رئيس لجنة رعاية التأبين والمشر على الرحلة البحرية أن الجمعية حريصة على إقامة مثل هذه الرحلات البحرية الترفيهية للتأبين لتحسين الأجواء النفسية لهم، والحصر على تواجدهم في صحة صالحة تعينهم على الخير، وشحن طاقاتهم الإيمانية بمجموعة من الوعظ، وتهيئة الأجواء المناسبة لهم ليكونوا أكثر سعادة واستقبالاً للحياة داخل المجتمع بعد انقطاعهم عن عبودية الحذر القاتل.

وفي حديثه للتأبين قال الشيخ سلمان مندني نائب رئيس الجمعية: «الحياة الدنيا مليئة بالمحن والمعاب والابتلاءات والشدائد والنكبات، إن صفت يوماً كدرت أياماً، وإن أضحت ساعة أبكت أياماً، لا تسدوم على حال (وتلك الأيام نادواها بين الناس) فقر وعنى، عافية وبلاد، صحة ومرض، عز وذل، فهذا مصاب بالعلل والأسقام، وذلك مصاب بعقوق الأبناء، وذلك فظ الخلق، سيء العشرة، وثالث مصاب بكساد تجارتهم وسوء صحة الجيران إن رفقة سيئة، وهكذا إلى نهاية سلسلة الآلام التي لا تقف عند حد، ولا يحصنها عد، وأوضح مندني أنه لا يزال هذه الآلام، ويكشف هذه الكروب

في 17 نوفمبر 2012 ستكون

شركة علي عبدالوهاب المطوع التجارية وعلامتها التجارية العالمية Nike الراعي الرئيسي لسباق نصف ماراثون الكويت الخيري الثاني، من تنظيم مجموعة كي سسي آر لسباقات الكويت (كي سسي آر). في كل عام تنظم كي سسي آر سباقات جري بهدف جمع تبرعات لمشايخ خيرية وإنسانية محددة في الكويت، ففي العام الماضي ساهمت كي سسي آر بجمع تبرعات وصلت قيمتها إلى 57,000 دينار لصالح بيت عبدالله لرعاية الأطفال في عدد من الأمراض الذين يعانون منها وذلك لدعم علاجهم وتخفيف معاناتهم، أما في هذا العام فركزت كي سسي آر مبادراتها لجمع تبرعات لصالح معهد دسمان مرضى السكري وتحديدا لحملة Kids 4 Pumps للأطفال من مرضى السكري النوع 1.

وتبين الإحصاءات ان دولة الكويت تعد السابعة عالمياً في عدد الأطفال دون سن الرابعة عشرة الذين يعانون من مرض السكري وأن 5٪ من هؤلاء الأطفال يحصلون على الرعاية الصحية اللازمة في ما يتعلق بالعلاج بمضخات الانسولين، بينما 90٪ منهم لا يحصلون على مضخات الانسولين والتالي الرعاية الصحية اللازمة، وتهدف

«أمل الكويت للعطور»: تعلن عن اقتراب موعد افتتاح فرعها التاسع في مجمع الأقبوز

أعلنت شركة أمل الكويت للعطور عن قرب موعد افتتاح فرعها الجديد في مجمع الأقبوز ليصل عدد فروعها في الكويت إلى 9 فروع.

وفي هذا السياق، قال مدير عام الشركة مكي القلاف: «إن خبرتنا تمتد لأكثر من 30 عاماً في مجال العطور، وستقوم بافتتاح هذا الفرع الجديد الذي يضم أشهر وأفضل الماركات العطرية بالإضافة إلى العطور الشرقية المميّزة والبحور النقي الفريد، حيث يتم تصنيع جميع منتجاتنا من قِبل متخصصين أكفاء، وتضم أفرع الشركة

أشهر العطور الخاصة بتكئة شرقية ناهيك عن البحور والعود المتميز والفريد من حيث الرائحة والنقاء، من بينها البحور السلطاني القديم ودهن العود المبخر وعود أمل الكويت الخاص وعود الشويخ الخاص، والمجموعة الشرقية ومسك الحرم.

وبين القلاف ان الكويتيين اصحاب ذوق عال في اختيار عطريهم المفضل، حيث أنهم يهتمون بالعطور الأصلية والدهن الأصلي ولا ينجرفون وراء التقليد، لذلك حرصنا في شركتنا ان نلبي كافة الأذواق،

كما أننا حرصنا أيضاً على ان يكون السعر في متناول الجميع، ليلبي جميع الاحتياجات، مشيراً بان الشركة لا تآلو جهداً في تصنيع أجود أنواع العطور والبخور.

وأشار القلاف ان الفرع الجديد يتميز بتصميم داخلي كلاسيكي قديم الطراز يعكس روح الأناقة والعراقة التي تحملها جميع فروع شركة أمل الكويت للعطور، لتمنح زائريها متعة التسوق وزيارة لا تنسى. وتعكس فروع الشركة المنتشرة في جميع أنحاء الكويت الحضور البارز للشركة في سوق العطور الأوسط.

