

«لاندمارك» تنظم حملة توعية صحية لموظفيها



تحصن بخص الموظفين



.. وأخذ عينة من الدم



تسجيل بيانات أحد موظفي لاند مارك



شرح كيفية الاهتمام بالصحة

انطلاقاً من التزامها الجاد والمستمر ببرامج المسؤولية الاجتماعية البناءة على مدار العام، نظمت «مجموعة لاندمارك» أكبر سلسلة لتجارة التجزئة في الكويت، حملة للتوعية الصحية بين موظفيها بالتعاون مع «مئدي الأطباء الهنود»، تم خلالها توفير الاستشارات المجانية حول ارتفاع ضغط الدم ومرضى السكري والكوليسترول وإدارة الإجهاد.

وقام الأطباء بتوعية الموظفين بأهمية العيش الصحي والحفاظ على الوزن وتشجيعهم على إجراء تغييرات إيجابية في نمط حياتهم. كما تمت توعيتهم بالأغذية والمكولات عن طريق تزويدهم بجميع المعلومات الصحية الضرورية المتعلقة بفحوص الكوليسترول والدم فضلاً عن تحليل الوزن.

وأعرب سايبيل باسو، مدير العمليات التنفيذي في مجموعة «لاندمارك» الكويت، عن سعادته بهذه الحملة قائلاً: «نود أن نشكر الأطباء في «مئدي الأطباء الهنود» على تخصيص جزء من وقتهم الثمين لإجراء هذه الحملة لموظفينا. فنظراً لانشغالهم وازدحام جدول أعمالهم، غالباً ما يهمل الموظفون صحتهم. ونأمل من خلال هذه الحملة أن يقدموا على إجراء تغيير في نمط حياتهم. وقد شهدنا إقبالاً كبيراً من الموظفين الراغبين في مساعدتهم على اتخاذ خطوات أولية سهلة للحفاظ على صحتهم».

عروض حصرية لطالبات الجامعة لدى روائع جينيف على ساعات J.LO، SMALTO، LIU•JO



لاحتوائها فكرياً خلافاً حاكت به المرأة والرجل العصري بكلا مفاهيمهما استطاعت بكل بساطة إيجاد تصميم عملي أسطوري يتواءم باستعماله مع كافة المناسبات والأوقات. وأطلقت Smalto ساعاتها الساحرة المليئة بالجاذبية والأناقة، إنها مجموعة ساعات التي ستزين معصمت سيدتي بالنعومة والأناقة لتكون اختصاراً يعبر عن ذوق الرفيع والجريء. ساعات Smalto تتوافر في روائع جينيف للساعات الشركة الرائدة في تقديم أشهر الماركات العالمية من الساعات والمجوهرات وخاصة فرعي البحر سنتر، وفرع المنار مول. وأسعار ساعات Smalto في متناول الجميع وتتراوح قيمتها بين 50 و250 دك. ومنتوعة بين الموبيلات المرصعة بالألماس وغير المرصعة بالألماس.

17-45 سنة. كما أنها مصنوعة من زجاج غير قابل للخدش بعدة ألوان ويبدأ سعر الساعات من 40 دك. وهي متوافرة لدى سلسلة متاجر روائع جينيف للساعات ويكامل تشكيلاتها المتميزة لدى فرع أجيال مول. ولأول مرة بالكويت تنفرد روائع جينيف للساعات بتقديم خصومات هائلة على جميع تشكيلات ساعات Smalto النسائية والرجالية بفروعها. حيث تقدم كل ما هو جديد ومميز في عالم الساعات والإكسسوارات. تشتهر ماركة Smalto بمزجها الفريد بين الشعرية والحدائثة. وها هي تقدم اليوم قطعاً فنية ساحرة ذات أناقة فائقة. تتوافر المجموعة الجديدة من ساعات Smalto في فروع روائع جينيف للساعات. تتميز تشكيلات ساعات Smalto بأنها استطاعت بكل بساطة أن تحتل مكانة ممتازة

موسم جديد تنهيا لاستقباله روائع جينيف للساعات بصدر رحب، لتقدم أرقى الماركات والساعات التي تكمل أناقة الزهرات البائعة، ليستقبلن عودة الجامعة بكل ثقة.

واختارت روائع جينيف للساعات لهذا الموسم أيقونة عصرية باقة تشعل بالحيوية والشباب، جينيف لوبيز J.LO أحد الأسماء اللاعبة في عالم السينما الأميركية، وبدأت دراسة الفن والتمثيل وهي صغيرة فظهرت في جميع المسرحيات الموسيقية لمدرستها، وفي سن الـ16 ظهرت لأول مرة على شاشة السينما، وكان ظهورها العالمي الأول كمنمثلة ومغنية عام 1990.

حصلت المطربة والممثلة الأميركية جينيف لوبيز على لقب «أكثر المشاهير أناقة» من مجلة «هاربر بازار» الأميركية، بعد أن تمكنت من اقتناص اللقب من بين 54 نجمة منافسة لها شرشحن جميعاً للقب، كما منحت مجلة «بويس وكلي» الأميركية الشهيرة جينيف لوبيز لقب «أيقونة موضة العقد في هوليوود». وتتميز تصميماً ساعات J.LO بألوانها الساحرة التي تناسب الموضة العالمية وترضى جميع الأذواق وروعة الأحجار الكريمة المرصعة بها والتصميمات الفريدة والمميزة التي تعكس شخصية من يقتنيها.

وتتوافر ساعات J.LO بأسعار جذابة للغاية وتتراوح بين 30 و60 دك. وتتوافر جميع تشكيلات ساعات ماركة J.LO لدى روائع جينيف للساعات وخاصة فرع السلمية مجمع بوخمسين، وانطلاقاً من شغف الجامعيات الدائم بأحدث صيحات الموضة والأناقة، وبحثهن عن كل مميز وفريد فإن ساعات ومجوهرات LIU•JO لسن تتواني عن ابتكار تصاميم رائعة لإدعت خصيصاً لهن، لتمنح كل منهن سحراً أخاذاً خاصاً بها وثقة لا تضاهي. ساعات ومجوهرات LIU•JO تحلق ككفاشة غيداء لتنتشر سعراً رقيقاً يناسب جميع الأعمار والأذواق. فنرى تبايناً يوضح أن عملاءها تتخذ الفئة العمرية من

قطرة من التغيير

نوبات الارتباك



www.dropofchange.com.kw
tel: 22444428 – 22444429
mobile: 60495750
الشرق – شارع الخليج – عمارة 1 – برج أحمد
الدور 12.

وللجنون، أو «الفقدان السيطرة والتحكم». أما أهم الأعراض البدنية فهي: سرعة التنفس، تسارع نبضات القلب، الأرق في الصدر، الشعور بالغثيان، والدوخة. وفي بعض الأحيان، يمكن أن يتعرض من يعانون من نوبات الارتباك إلى فقدان الشعور بالواقع أو إلى حالات من الانقضاء عن الشخصية. وبعد أول تعرض لنوبة الارتباك في مكان أو موقف معين، ينتاب البعض شعور بالخوف من تكرار النوبة في نفس المكان أو الموقف، وبالتالي يتفادون ذلك المكان أو الموقف. وهذا النمط من التفادي ومقدار القلق من حدوث نوبة أخرى قد يصل إلى حد الإيتمكن الفرد من قيادة السيارة أو أن يتعرض إلى الخوف من مغادرة منزله.

ويمكن أن يؤدي ذلك السلوك إلى تحجيم الحياة الاجتماعية للفرد والتأثير على الكثير من جوانب الحياة، مثل العمل أو العلاقات أو الصداقات وغير ذلك. وفقاً للجمعية النفسية الأميركية، فإن معظم الاخصائيين يتفقون على أن أفضل علاج لنوبات الارتباك هو عبارة عن مجموعة من العلاجات المعرفية والسلوكية. إن علم النفس الاستراتيجي هو شكل من منظور من العلاج المعرفي السلوكي، وقد أوضحت آخر الأبحاث التي تم إجراؤها أنه أفضل وأسرع طريقة للعلاج. ووفقاً لشاردون وواتزلواويك 2004، فإن كفاءة هذا النموذج المتقدم من علاج القلق والرهاب (الخوف) ونوبات الارتباك تبلغ نسبتها في الوقت الحاضر 95٪.



د. ماريا جرابينو
كثبت د. ماريا جرابينو إحصائية نفسية إكلينيكية – معالجة نفسية إستراتيجية
دكتواره في علم النفس للفنون والآداب

نوبات الارتباك عبارة عن حالات من الخوف والقلق الشديد التي يتعرض لها الإنسان في حياته، وهي تظهر فجأة وعادة ما تستمر لفترة زمنية قصيرة. وأهم الأعراض النفسية لنوبات الارتباك هي الخوف، والإحساس باقتراب الموت، والخوف من «التعرض

مدير «موفنيك المنطقة الحرة» يفقد وزنه لتناوله من قائمة «الخيار الصحي»



..ويعد



حسن حسائين قبل

جزء صغير من الصورة الكبيرة لمبادرة «الخيار الصحي» والتي تعتمد في تفصيلها على استعمال المنتجات المحلية والموسمية أفضل الموردين المحليين والتركيز على الوعي البيئي في كل قائمة طعام. وفي هذا السياق، أوضح المدير العام حسن حسائين «انني حاولت ان أخوض تلك التجربة وسط تحد كبير لأقراني باستخدام قائمة الخيار الصحي التي أعدها مهر الطهارة والتي تعتمد على المنتجات المحلية ذات المكونات الطبيعية والطازجة والتي ساعدتني على تحقيق هذا الهدف».

الطبيعية ووضعت قوائم الطعام «الخيار الصحي» في 26 فندقاً من فنادق ومنجعات موفنيك عبر منطقة الشرق الأوسط

أقدم مدير فندق موفنيك الكويت بالمنطقة الحرة حسن حسائين على تجربة جادة بموجبه خفض من وزنه عقب استخدامه لنظام غذائي متكامل من قائمة «الخيار الصحي» التي تقدم بمطعم بايز الشهير وقد استمر عليها قرابة 6 شهور وفقد أكثر من 25 كيلو غراماً.

مجموعة شركات معرفي تحتفل بموظفيها المتميزين



(أحمد علي)

لقطة تذكارية مع عدد من موظفي مجموعة معرفي



تكريم أحد الموظفين المتميزين



موظفة تتسلم شهادة تقدير



جانبا من المكرمين

لميس بلال
أقامت مجموعة شركات معرفي مساء أمس الأول حفلاً لتكريم الموظفين المتميزين لسنة 2013 بحضور فريق العمل والإدارة التنفيذية، وذلك في فندق راديسون بلو.

وخلال الحفل الذي أقامته المجموعة التي المدير العام لشركة الرياض للتجارة العامة والمقاولات عبدالمهتاب معرفي كلمة حيث فيها الموظفون على العمل السدووب وبذل الجهود الدائمة التي تنعكس إيجاباً لصالح كل من الشركة والموظفين، مشيراً إلى حرص المجموعة على إقامة هذا الحفل السنوي من منطلق التطوير والتطلع السدووب لتحفيز وتشجيع العمالة والموارد البشرية والموظفين.

من جانبه، أفاد المدير العام لمجموعة معرفي الهندسية عبدالحكيم معرفي بأن المجموعة تقدر جهود الموظفين وتحرص على رفع معنوياتهم، ما ينعكس إيجاباً على إنتاجيتهم، مؤكداً أن حضورهم اليوم لمشاهدة الموظفين نجاحهم. وفي نهاية الحفل تم تكريم الموظفين المتميزين في جو عائلي بعيداً عن ضغط العمل، وتخلل الحفل بوفيه عشاء مميز.

