

## «شباب النيل» نظمت «بسمة تيم» في «الأكو بارك»



الشاركون في لقطة تذكارية

في الاحتفال باليوم العالمي للبيتم، شكر على ما قدموه ومازالوا يقدمونه من أعمال تطوعية خيرية لا يبعون من ورائها أي منافع شخصية، مجرد أنهم يريدون إرساء العديد من المفاهيم التطوعية والخيرية التي باتت في منأى عن اهتمام الكثيرين. وتأتي الفعالية هذا العام تحت شعار «تعيشي يا ضحكة الكيلاني» إهداء من فريق الرابطة لروح زميلهم هشام الكيلاني الذي وافته المنية قبل موعد الاحتفالية وفاء له.

شارك الرابطة في الحفل مجموعة من المتطوعين ومن الأسر المصرية المقيمة في الكويت وبحضور مميز لجمعية «بكرة أحلى» التطوعية الكويتية، مما ساهم في إنجاح الفعالية وفي إدخال الفرح والسرور إلى نفوس الأطفال الأيتام وفي نفوس جميع المشاركين. وتخلل اليوم العديد من الفقرات والمسابقات المسلية والمنمعة للمصغار والكبار، وفي الختام تم توزيع الهدايا والجوائز على الفائزين، وتسليم درج تكريمية لإدارة المدينة المائية وإدارة مطاعم «روبي تيوزداي» لدعم الاحتفالية والنقاط الصور التذكارية بهذه المناسبة، فشكر واجب لرابطة شباب النيل وجميع من شاركوها

**حنان عبد المعبود**  
تحت شعار «تعيشي يا ضحكة الكيلاني»، كانت رابطة شباب النيل على الموعد مع واحدة من أهم الفعاليات السنوية التي تقوم بها الرابطة سنويا في شهر ابريل، وللمسة الرابعة على التوالي قامت رابطة شباب النيل بتنظيم احتفال «بسمة تيم» لمجموعة من الأيتام المقيمين بالكويت تزامنا مع يوم البيتم العالمي بميدنة الألعاب المائية «اكوابارك»، وهي واحدة من أهم الفعاليات التي تنظمها الرابطة على مدار العام والتي تتنوع بين أعمال تطوعية وأعمال خيرية تلعب فيها رابطة شباب النيل دور الوسيط بين راغبي فعل الخير ومستحققيه، وذلك إيمانا من رابطة شباب النيل بالدور الاجتماعي المتميز الذي يجب أن يكون على قائمة أولويات الرابطة، وتأكيدا على أن العمل الجماعي الجيد والمنظم يسهم بشكل كبير في ظهور الأنشطة الخيرية بالصورة التي تستحق أن تظهر بها، وضرورة نشر قيم العمل التطوعي ومفاهيمه وترسيخا لمعانيه النبيلة.

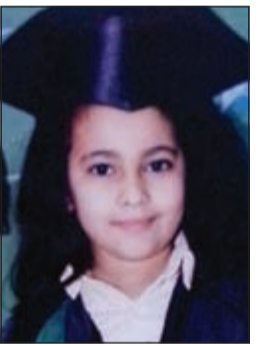


الأطفال يستمتعون بأجواء الأكو بارك



مشاركة من الحضور

## حنين وخالد تفوقا في «الجيل الجديد»



حنين عمر



خالد عمر

احتفل عمر فتحي وأسرته بتفوق ابنتهم حنين التي نجحت في الصف الخامس الابتدائي، وخالد الذي تفوق في الصف الثاني الابتدائي وانتقل إلى الصف الثالث في مدرسة الجيل الجديد، ووعد خالد وحنين والديهما باستمرار المثابرة والاجتهاد والتفوق الدائم. ألف مبروك وعقبال الجامعة.

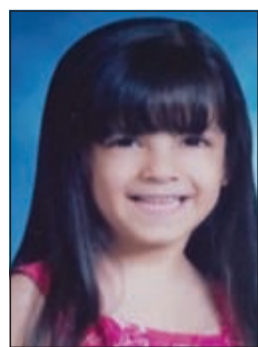
## يوسف أسامة تفوق دراسياً وتلقى التهاني من أخته ملك وجنى



ملك أسامة سلطان



يوسف أسامة سلطان



جنى أسامة سلطان

وليكونوا من بين المتفوقين. ووعد يوسف والديه وأسرته بمواصلة الجهد والاجتهاد للحصول على أعلى الدرجات وأن يكون دائما من المتميزين لتحقيق طموحاته وآمال والديه، وأن يكون عند حسن ظنهما باستمرار في التحصيل والاجتهاد. وكرم إدارة المدرسة يوسف وزملاءه المتفوقين تشجيعا لهم على استمرار الاجتهاد والمثابرة لحصد أعلى الدرجات،

تلقى الطالب يوسف أسامة سلطان التهنية والمباركة من الأهل والأصدقاء ومن والده أسامة سلطان ومدرسيه بمناسبة تفوقه الدراسي كما تلقى التهنية من والدته وأخته ملك وجنى. وكرم إدارة المدرسة يوسف وزملاءه المتفوقين تشجيعا لهم على استمرار الاجتهاد والمثابرة لحصد أعلى الدرجات،

## علم النفس

# الاضطراب ثنائي القطبية

أني شيء. وهذا يمكن أن يؤدي بهم إلى الإحساس بتضخم في تقدير الذات، والشعور بالإثارة، وانخفاض الحاجة إلى النوم، والتصرف بطريقة مبالغ في الحميمية مع الآخرين، مع سهولة التشتت والتوهان، والشعور بجريان الخواطر في ذهن بشكل محموم. كما تظهر لديهم بعض السلوكيات الطائشة، مثل الإنفاق العيبي للأموال، والنزوات الجنسية المنحرفة، والقيادة السريعة، وتعاطي المخدرات. فإذا ما اجتمعت ثلاثة أو أكثر من هذه الأعراض معا، تقريبا بشكل يومي، لمدة أسبوع، كان هذا مؤشرا على وجود نوبة جنون.

وهذه النوبات أكثر شيوعا لدى الأشخاص الذين يصابون بالاضطراب الثنائي القطب في سن مبكرة، وخاصة خلال فترة المراهقة.

العلاج بالكلام قد يساعد المرضى على الاستمرار في تعاطي الدواء ومواجهة تأثيرات الاضطراب على عملهم وحياتهم الأسرية. أما العلاج الاستراتيجي فيركز على تغيير الأفكار والسلوكيات التي تصاحب تقلبات المزاج، ويهدف إلى تخفيف الضغط الناتج عن إصابة الشخص بالاضطراب الثنائي القطب، بما يؤثر إيجابيا على العلاقات الشخصية للمرضى ويساعدهم على تطوير إجراءات روتينية يومية لتسهيل الحياة.

إستراتيجيات أسلوب الحياة مع الاضطراب ثنائي القطب

يمكن تطوير إجراءات روتينية يومية راسخة لمساعدة المرضى في إدارة إصابتهم بالاضطراب الثنائي القطب. وينبغي أن تضمن النوم الكافي،

الاضطراب ثنائي القطب والحياة اليومية

الإصابة بالاضطراب الثنائي القطب يؤدي إلى تعطيل إنجاز الأهداف المرغمة، سواء في العمل أو في المنزل. ففي أحد الاستطلاعات، أكد حوالي 88٪ من المرضى أن هذا المرض قد أثر سلبا على حياتهم المهنية.

فالتقلبات المزاجية الحادة وغير القابلة للتنبؤ قد تسبب في تجنب زملاء العمل للتعامل مع المريض، وكذلك قد تؤدي إلى إخافة الأهل والأصدقاء من المريض. كما أن الأشخاص الذين يعانون من اضطراب ثنائي القطب يصبحون أيضا عرضة للإصابة باضطرابات القلق.

أدوية الاضطراب ثنائي القطب

الأدوية هي المفتاح في مساعدة الناس الذين يعانون من اضطراب ثنائي القطب على العيش بطريقة مستقرة ومنجحة. فيمكن لأدوية تثبيت الحالة المزاجية العمل على تلطيف تقلبات الصعود والهبوط الحادة، والتحويلات الشديدة بين نوبات الجنون والاكتئاب. وعلى المريض

نوعان من الاضطراب ثنائي القطبية:

يعانون من الاضطراب ثنائي القطبية من النوع الأول لنوبات من الجنون أو نوبات الخنسة فيها الجنون بالاكتئاب، وغالبا ما تعتر بهم أيضا نوبة واحدة أو أكثر من نوبات الاكتئاب. أما الأشخاص الذين يعانون من النوع الثاني من الاضطراب ثنائي القطبية، فإنهم يتعرضون لنوبات اكتئاب رئيسية مع نوبات جنون أقل حدة، فهم يعانون من نوبات جنون خفيفة وأقل حدة، ولا تستمر إلا لأقل من أسبوع. وفيها تبدو على المريض أعراض وكأنه يستمتع بوقته بكل سعادة أو كأنه شخصية ساحرة ويتمتع بروح الفكاهة.

أعراض مرحلة الاكتئاب

إذا ما استمر الشخص الذي يعاني اضطراب ثنائي القطبية، من دون علاج، فقد يواجه نوبات شديدة من الاكتئاب. وتشمل أعراضه الشعور بالحنن، والقلق، وانخفاض الطاقة، واليأس، وصعوبة التركيز، حيث يفقد المرضى الاهتمام بالأنشطة التي كانت ممتعة لهم في السابق. وتحدث لهم حالات من اكتئاب الوزن ووقدانه، ومن الإفراط في النوم والتفريط فيه، وكذلك التفكير في الانتحار.

النوبات المختلطة

من يعانون من النوبات المختلطة، تجتمع لديهم أعراض الاكتئاب والجنون في وقت واحد. وهذا يؤدي إلى سلوك غير متوقع، مثل الشعور بالحنن أثناء القيام بنشاط بحبونه، أو الشعور بزيادة مفرطة في النشاط.



د. ماريا جريمانو

كتبت د. ماريا جريمانو إحصائية نفسية إكلينيكية - معالجة نفسية إستراتيجية دكتوراه في علم النفس للفنون والأداب

الاضطراب ثنائي القطبية، وهو ما يسمى أحيانا «الاكتئاب الجنوني»، هو حالة من الارتباط النفسي التي ينجم عنها تقلبات حادة في مزاج المريض من التقيض للتقيض. وهي تشبه ركوب أفعوانية دوارة لكن بسرعة بطيئة، حيث يستغرق الإنسان أسابيع يشعر بالسعادة وكأنه على قمة العالم، ثم ما يلبث أن يغرق في اكتئاب عميق. وتختلف ارتفاعات وانخفاضات قمم السعادة والاكتئاب، اختلافا كبيرا من شخص إلى آخر.

أعراض مرحلة الاكتئاب

إذا ما استمر الشخص الذي يعاني اضطراب ثنائي القطبية، من دون علاج، فقد يواجه نوبات شديدة من الاكتئاب. وتشمل أعراضه الشعور بالحنن، والقلق، وانخفاض الطاقة، واليأس، وصعوبة التركيز، حيث يفقد المرضى الاهتمام بالأنشطة التي كانت ممتعة لهم في السابق. وتحدث لهم حالات من اكتئاب الوزن ووقدانه، ومن الإفراط في النوم والتفريط فيه، وكذلك التفكير في الانتحار.

أعراض مرحلة الجنون

خلال مرحلة الجنون، يميل المرضى إلى الشعور بالبهجة ويعتقدون أن بإمكانهم إنجاز

## فرصة استثنائية للقاء أشهر المصممين والتمتع بتجربة تسوق مميزة

# «هارفي نيكلز» تطلق مهرجان «FABFEST» المتميز



تشكيلات مختارة من أرقى الأزياء

الموسم. ومن أهم المصممين الذين سيزورون الكويت للمشاركة في مهرجان «FABFEST» البرنو مورتي، مصمم الأحذية الفاخرة الذي يشتهر بشغف الإبداع والقدرة على ابتكار مجموعة التي يستوحىها من المرأة. كما أن متجره الكائن في سان تروبيه ومجموعته المعاصرة المنتشرة في كبرى محلات الأزياء الفاخرة حول العالم تضم أجود الأحذية الإيطالية ذات التصاميم المتميزة. وخلال مهرجان «FABFEST» سستمكن الزبائن من تصميم أحذية خاصة بهم وحسب نوقهم من خلال تحديد موعد مسبق مع البرنو ولقائه وجها لوجه.

وسيحضر المهرجان اثنان من أشهر مصممي الجواهرات وهم ميتشيليا باينرو صاحبة الماركة التجارية اليونانية Rosantica آيزاك مانكفيتز صاحب علامة Ben-Amun الذي سيرعرض مجموعته الخاصة «لألي بيننطية» التي استلهمها من جواهر التراث الكويتي في صيد اللؤلؤ.

وتأسست شركة هارفي نيكلز التجارية في العام 1831 وأصبحت اليوم واحدة من أهم الشركات العاملة في مجال الأزياء والموضة في المملكة المتحدة، وتخطت شهرتها الحدود البريطانية ووصلت إلى العالم، وأصبحت عنوانا لتنوع المنتجات الحصرية

المنتجة أيضا بالتنوع بالتسوق من المنتجات الحصرية لأهم الماركات العالمية مثل Alexis و Zac Zac Posen و Fyodor Golan بالإضافة إلى تشكيلة مختارة من كبرى العلامات الشهيرة مثل: Monica و Ben Amun و Vinader و Happiness و Love و Dara3a. بالإضافة إلى فرصة الحصول على هدايا رائعة من أكثر من 60 علامة تجارية تشمل: Aquazzura و Kotur و Zanelato و DKNY و Bassam Fattouh و Givenchy عند الشراء خلال فترة المهرجان، وأهم ما يميز مهرجان «FABFEST» هو فرصة لقاء عدد من كبار المصممين العالميين واكتشاف المزيد عن تصاميمهم الأنيقة وأحدث صيحات أزياء

## محمد وسمر احتفلا بخطوبتهما



محمد وسمر خلال الاحتفال

احتفل محمد مصطفى فخاخي بخطوبته على م. سمر خالد جمعة، في جو بهيج ضم لفيفا من الأهل والأصدقاء والأقارب الذين تمنوا للعروسين حياة سعيدة، ألف مبروك للعروسين.



محمد فخاخي وسمر جمعة