

إكسبر السعادة



جدول المحتويات

- 2 ----- اقبال متزايد على إجراء عمليات التجميل بن الفتيات
- 3 _____ لىلى الثور قصة أول مؤسسة لحزب يمىنى ترسخ حياتها لبناء السلام فى المنطقة العربية..
- 4 ----- آمنة خليفة القمزي الشخصية الإنسانية من أخبار سعادة لهذا الشهر
- 5 ----- مقدم البرامج الإماراتى محمد سعيد النهدى شخصية " مؤثر إيجابى " لهذا الشهر
- 6 ----- كن مهووساً أو كن مرؤوساً.. طريقك إلى السعادة والنجاح
- 7 ----- السعادة منهج حياة وليست هدفاً بحد ذاته
- 8 ----- رئيس الدولة يستقبل فريق الوصل " بطل الدورى والكأس " فى قصر البحر بأبوظبى
- 9 ----- العين بطلاً لدورى أبطال آسيا للمرة الثانية فى تاريخه

ليلى الثور قصة أول مؤسسة لحزب يماني ترسخ حياتها لبناء السلام في المنطقة العربية..

أكدت ليلى الثور، أول مؤسسة ورئيسة المكتب السياسي والعلاقات لحزب الأمل العربي اليمني، أنها ترسخ جهودها لبناء السلام في اليمن والمنطقة العربية.

وحكت "الثور" خلال حوارها مع "أخبار سعادة" مسيرتها في دولة اليمن، حيث كانت أول امرأة في اليمن تشغل منصب أمينة عامة مساعدة رئيس المكتب السياسي والعلاقات لحزب الأمل العربي، وهي رئيسة منظمة سام، وتشغل منصب نائب للشئون السياسية والعلاقات للمجلس الأعلى لتنسيق الأحزاب ومنظمات المجتمع المدني، كما أنها نائبة رئيس ائتلاف الشباب اليمني للسلام، وأمينة عامة مساعدة في الحركة النسائية الوطنية اليمنية، وهي عضوة مؤسسة لشبكة النساء في السياسة، وعضوة في شبكة التضامن النسوي، وتعد ليلى ناشطة في مجالات السلام وحقوق الإنسان ومتخصصة في فن التفاوض وعمليات الضغط والمناصرة .

وقالت "ثور" إنها لعبت دورا كبيرا في الوساطة لأكبر عملية تبادل للأسرى في اليمن والتي كانت أحد مخرجات مباحثات السلام اليمنية، حيث تم فيها تبادل أكثر من 500 أسير بين اطراف الصراع في اليمن.

وأضافت "ثور" أنها شاركت في العديد من عمليات التبادل الأخرى في عدد من المحافظات، منها تعز ومارب، كما تمكنت من إخراج أكثر من 100 معتقل ومعتقلة من السجون، وساهمت في حل عدد من أكبر قضايا الرأي العام في اليمن، منها قضايا اختطافات النساء والأطفال، ونجحت في إنهاء صراعات مسلحة دامت لسنوات، كانت نتيجة إعادها إعادة طفلين إلى والدتهما.

وأشارت إلى أنها خبيرة في عمليات الضغط والمناصرة وتشكيل التحالفات المدنية، كما تم اختيارها وتكريمها من العديد من الجهات المحلية والدولية، فقد حصلت على لقب صانعة وسفيرة للسلام والتسامح والإنسانية، وإعلاء قيم السلام، ونشر مبادئ حقوق الإنسان، وخدمة المجتمع المدني العربي والدولي، وجرى اختيارها كأبرز الشخصيات في 2019 للأعمال الإنسانية بالوطن العربي.

متابعوا أخبار سعادة: اقبال متزايد على إجراء عمليات التجميل بن الفتيات



رأى المتابعون لمنصة أخبار سعادة أن هناك إقبالا متزايدا على إجراء عمليات التجميل بين الفتيات. وشاركت نسبة كبيرة من المتابعين في استطلاع ترمومتر سعادة لشهر مايو، حيث رأى حوالي 92.5% من المتابعين أن هناك إقبالا متزايدا على إجراء عمليات التجميل بين الفتيات. فيما ترددت النسبة المتبقية من المشاركين بحوالي 7.5% بين الإقبال الكثيف من الفتيات على إجراء عمليات التجميل أو العزوف عنها.

في الوقت نفسه رأى حوالي 77.5% أن البحث عن المثالية والكمال في الشكل وراء انتشار عمليات التجميل، بينما خالفت الرأي نسبة 20% السبب الرئيسي وراء انتشار عمليات التجميل، في حين رأى حوالي 84.6% من المشاركين أن الهوس والتقليد الأعمى للمشاهير ضمن أسباب انتشار عمليات التجميل.

ورجح 42.5% من المتابعين أن الوصفات الطبيعية يمكن أن تستخدم لتجميل الشكل وبديلا جيدا عن عمليات التجميل غير الجراحية، في حين خالف 20% من المشاركين وتردد بين الإجابتين 37.5%.

وكان قد أجرى ترمومتر سعادة لشهر مايو استطلاعا حول معرفة أسباب انتشار عمليات التجميل بين الفتيات حتى وصل الأمر إلى حد الهوس لتسابق الفتيات فيما بينهن لإجراء عمليات تجميل هي الأشهر وعلى رأسها بدون جراحة كالفيلر والبوتوكس.

وطرح الاستطلاع السؤال الأول: هل تلاحظ إقبالا متزايدا على إجراء عمليات التجميل بين الفتيات؟

أما السؤال الثاني: هل البحث عن المثالية والكمال في الشكل وراء انتشار عمليات التجميل؟

والسؤال الثالث: هل يدخل الهوس والتقليد الأعمى للمشاهير ضمن أسباب انتشار عمليات التجميل؟

والسؤال الرابع: هل ترى أو الوصفات الطبيعية لتجميل الشكل بديلا جيدا عن عمليات التجميل غير الجراحية؟

مقدم البرامج الإماراتي

محمد سعيد النهدي

شخصية "مؤثر إيجابي"

لهذا الشهر...

حل مقدم البرامج والمذيع الإماراتي محمد سعيد النهدي شخصية "مؤثر إيجابي" من أخبار سعادة لهذا الشهر.

وقدم "النهدي" تهنئة خاصة ببارك فيها العين الإماراتي ومشجعيه بمناسبة تتويج العين بطلاً لدوري أبطال آسيا، معلقاً عبر حسابه على منصة إكس: في أصعب نسخة آسيوية استحقها الزعيم ليتسيد آسيا عن بكرة أبيها، إنه العين يعلو ولا يرضى سوى ولا يُعلى عليه، مبروك لزعيم آسيا النسخة هذه أصعب بكثير من 2003 ولكن الرجال خلصوها إهداء لأمة الكرة.

ويحرص مقدم البرامج الإماراتي على استخدام صفحاته عبر مواقع التواصل الاجتماعي على المشاركة في المناسبات الوطنية والاجتماعية، كان آخرها تعليقه الإيجابي على توجيه الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة نصيحة غالية للطلاب الإماراتيين في كوريا الجنوبية بضرورة الحفاظ على العادات والتقاليد.

وكتب "النهدي": العلم والعادات والتقاليد هي أساس ومرتكز لبناء أي جيل من الأجيال الحالية أو القادمة، هنا أو في الغربية بوخالد نسل زايد يعلمنا كيف يكون تمثيل الإماراتي داخلياً وخارجياً، لا يهم الاسم أو القبيلة أو النسب يكفي بأنك إماراتي نفخر فيك وتفخر فيك الأجيال.

كما يعلن "النهدي" بين تغريدة وأخرى عن دعمه الكامل لمشروعات دولة الإمارات المقدمة للمواطنين لتسهيل سبل العيش بأمان ورفاهية، معلقاً على تدشين الشيخ خالد بن محمد بن زايد مشروع شمال بني ياس السكني "حي المزن": فقط تخيل بأن هذا المنزل "فيلا" بتصميمه وبجماله وبروعته وبسحره وبشكله وبأثاثه وببهاثه هو يتم توزيعه للمواطن الإماراتي بالمجان أبتسم وأسعد وكن أكثر الناس بهجة أنت إماراتي. أنت بنعمة عظيمة.

في الوقت نفسه يوجه "النهدي" نصائح لمتابعيه عبر صفحته على منصة إنستجرام بضرورة الاستخدام الإيجابي والأمثل لمنصات التواصل، حيث قدم بإحدى الفيديوهات المصورة بالتريث قبل متابعة المشاهير، معلقاً: عبارة تكرر مراراً "لا تجعلوا من الحمقى مشاهير"، للمحافظة على الأجيال القادمة، توقفوا عن متابعة ونشر فيديوهات المشاهير قبل دراسة المحتوى.. أنتم السبب في شهرتهم.



أمينة خليفة القمزي

الشخصية الإنسانية

من أخبار سعادة

لهذا الشهر

كونها أول مزارعة إماراتية، جمعت قواها على قلب رجل واحد، لتسطر رحلة طويلة من النجاحات المتتالية بدأت باستخدام باحة منزلها لإطعام أولادها وأسرتها حتى حققت الريادة في مجال الزراعة العضوية، ونقشت الأثر في تعزيز الاستدامة البيئية ونقل خبرتها إلى أفراد المجتمع، ليكرمها صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة بجائزة أبوظبي في دورتها الحادية عشرة خلال الحفل الذي أقيم في قصر الحصن في أبوظبي.

وحلت الوالدة أمينة بنت خليفة القمزي، الشخصية الإنسانية من أخبار سعادة لهذا الأسبوع.

واستطاعت الوالدة أمينة أن تحقق الريادة في مجال الزراعة العضوية وإنتاج أصناف وألوان من الخضراوات والفواكه، ضمن خطواتها الآمنة حقا في تعزيز الاستدامة البيئية ونقل خبرتها إلى أفراد المجتمع من خلال جهودها المستمرة في هذا المجال.

وشقت "أمينة" طريقها في الزراعة بشكل متواضع جدا، حيث استخدمت باحة منزلها لتغرس أولى بذراتها في أوائل الستينيات بأبوظبي، وبعدها تعزم على تحقيق نجاحات متوالية وإنتاج أصناف مختلفة من الخضراوات والفواكه.

وقالت الوالدة أمينة في تصريحات صحفية سابقة إن أحد أقاربها قطف المحصول الأول آنذاك، من الخضراوات وكان عبارة عن طماطم بسيطة لا تتجاوز حينها ربع كيلو، وعدد من حبات الخيار وأخذها إلى الشيخ شخبوط بن سلطان الذي ظن وقتها أن تلك الخضراوات مستوردة، حتى أعجب بها كثيراً بها حين علم بأنها من إنتاج أبوظبي.

كما أكدت أنها حظيت بدعم لا محدود من المغفور له الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان طيب الله ثراه بعد أن تولى مقاليد الحكم في إمارة أبوظبي، رافعة شعار ضرورة تناول الغذاء السليم للأجيال القادمة.

ونالت الوالدة أمينة الكثير من التكريمات التي قدرت مجهوداتها في مجال الزراعة والتغذية دون استخدام أي إضافات كيميائية، حيث قدمت نموذجا للمرأة الإماراتية المعطاءة أمام المجتمع الإماراتي والعربي، آخرها تكريم الشيخ محمد بن زايد آل نهيان رئيس الدولة بجائزة أبوظبي في دورتها الحادية عشرة.

وعلمت الوالدة أمينة على هذا التكريم عبر صفحتها على إنستجرام: ملتقاك أوبرك الساعات.. لا خلىنا من شوفك.

السعادة منهج حياة وليست هدفاً بحد ذاته

المستشار عماد سعد

خبير الاستدامة والمسؤولية المجتمعية، رئيس شبكة بيئة أبوظبي



لو دققنا في تفاصيل الميثاق الوطني للسعادة والإيجابية بدولة الإمارات العربية المتحدة، لوجدنا نقاط استراتيجية كثيرة قد ركز عليها صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد وحرص على تمكينها أثرها في المجتمع المحلي بالإمارات، أولها أن السعادة هي منهج حياة وليست هدف بحد ذاته. منهج نعيشه به ونلتزم بمخرجاته وله مؤشرات أداء وأدوات قياس. كما اشار الى أن السعادة لا تأتي من الخارج بل تنبع من الداخل بما يحمله الانسان من أصل وأصالة وقيم ايجابية رفيعة هي جزء اساسي من هويته الوطنية وعلاقته بمحيطه الحيوي.

ولا يخلو الميثاق من روح التحدي والمثابرة التي عودنا عليها الشيخ محمد بن راشد حيث يقول انا وشعبي نحب المركز الاول، حيث حرص من السنة الاولى لإطلاق الامم المتحدة للمؤشر الى حد الان المثابرة على احتفائه بالمركز الاول على المستوى العربي وتقدمه على المستوى الدولي. بهذه الروح استنفر سموه جهود كافة مؤسسات القطاع الحكومي وشركات القطاع الخاص كي تتبارى قدماً لمأسسة مفهوم السعادة وجعله أسلوب حياة لهم له طرق يقاس بها ويطور.

وفي مكان آخر يركز صاحب السمو الشيخ محمد بن راشد آل مكتوم على مفهوم التعليم والتعليم بشكل كبير وهذا دليل احترامه للعلم باعتباره أهم ادوات التغيير والتطوير بالمجتمع حيث يقول "نحن في بداية مسار نتعلم فيه كل يوم لتحقيق الخير والسعادة للإنسان وتمنياتنا بالسعادة لجميع الشعوب والدول". ما يدل على عمق رؤيته وتواضع القائد امام العلم والمعرفة.

لكن يبقى السؤال الاساسي ماذا نفعل ومن أين نبدأ، طبعاً لم يترك سموه هذا الموضوع دون بيان او توضيح حيث وضع خارطة طريق لجميع المؤسسات العامة والشركات الخاصة ولمن يرغب ان يتبع خطواته وصولاً الى سعادة الناس باعتبار السعادة هو أحد اهم مخرجات المسؤولية المجتمعية.

فالميثاق الوطني للسعادة والايجابية هو خارطة الطريق لتوحيد مفهوم السعادة والايجابية وفق منظور دولة الإمارات له ثلاثة محاور رئيسية هي: ثقافة السعادة المؤسسية وصفات الموظف السعيد والإيجابي ومؤشرات السعادة والإيجابية المؤسسية.

كما ألزم كافة الجهات الاتحادية انشاء مجلس السعادة والايجابية بهدف تحقيق سعادة المجتمع وإطلاق وتنفيذ ومتابعة البرامج والمبادرات ذات الصلة بالإضافة الى تعزيز السعادة والايجابية في بيئة العمل الداخلية.

بالإضافة الى تخصيص أوقات خاصة لأنشطة السعادة والايجابية لترسيخ هذه الثقافة بين الموظفين من مختلف الدرجات. بل أكثر من ذلك جعل في كل مؤسسة حكومية موظفاً مختصاً بصفته الرئيس التنفيذي للسعادة والايجابية بهدف تعزيز ثقافة السعادة والإيجابية في الجهة بالإضافة للتنسيق مع مكتب وزيرة الدولة للسعادة لتنفيذ مبادرات البرنامج الوطني للسعادة والإيجابية في الجهة الحكومية وإدارة وتنسيق المبادرات والمشاريع لتعزيز السعادة والإيجابية لدى الموظفين والمتعاملين بالإضافة لإطلاق برامج لتصنيف بيئة العمل في القطاع الحكومية والخاص حسب مستويات السعادة فيها.

كن مهووساً أو كن مرؤوساً.. طريقك إلى السعادة والنجاح



باسم عدنان العتيبي

استشاري التمكين وريادة الاعمال

كن مهووساً أو كن مرؤوساً.. طريقك إلى السعادة والنجاح الهوس هو محرك النجاح. من كتاب "كن مهووساً أو كن مرؤوساً" يقدم كتاب "كن مهووساً أو كن مرؤوساً" للكاتب غرانت كاردون وجهة نظر جديدة حول مفهوم الهوس. بينما يعتبر الكثير من الناس الهوس مشكلة نفسية أو عقبة تحول دون تقدم الإنسان في حياته، يرى كاردون أن الهوس هو في الواقع المفتاح الذي يمكن من خلاله تحقيق العظمة.

الهوس: محرك النجاح

يعتقد كاردون أن الهوس هو محرك النجاح. إنه الدافع الذي يجعل الناس يواصلون السعي لتحقيق أهدافهم، حتى عندما يواجهون التحديات. الهوس هو الذي يدفع الناس إلى العمل بجهد أكبر، وتعلم المزيد، وتجاوز حدودهم.

"السعادة والنجاح هما وجهان لعملة واحدة"

يعتقد كاردون أن الهوس هو أيضاً مفتاح السعادة. عندما يجد الناس شيئاً يشعرون بهوس تجاهه، فإنهم يشعرون بالرضا والإنجاز. إنهم يشعرون وكأنهم يعيشون حياة ذات مغزى.

الدور في السعادة الوظيفية

يلعب الهوس دوراً مهماً في السعادة الوظيفية. عندما يشعر الموظفون بهوس تجاه عملهم، فإنهم يشعرون بالرضا والسعادة. إنهم يشعرون وكأنهم يحققون شيئاً مهماً، وأنهم يساهمون في شيء أكبر من أنفسهم.

توصيات

- ابحث عن شيء تشعر بهوس تجاهه.
- ركز على تطوير مهاراتك وقدراتك في هذا المجال.
- لا تتوقف عن التعلم والنمو.

"عندما تجد شيئاً تشعر بهوس تجاهه، فأنت تعيش حياة ذات مغزى."

يمكن أن يساعدك الهوس على تحقيق النجاح والسعادة في حياتك المهنية. عندما تجد شيئاً تشعر بهوس تجاهه، فركز عليه وابذل قصارى جهدك لتحقيق أهدافك.

العين بطلاً لدوري أبطال آسيا للمرة الثانية في تاريخه



فاز العين على يوكوهاما الياباني، 5 - 1، بإياب نهائي دوري أبطال آسيا لكرة القدم، ليتوج بطلاً للمرة الثانية في تاريخه، مستفيداً من نتيجة مباراتي الذهاب والإياب، 6 - 3، رغم الخسارة ذهاباً، 2 - 1.

سجل أهداف العين، سفيان رحيمي (هدفين) بالدقيقتين 9، و68، وكاكو من علامة الجزاء بالدقيقة 33، ولابا كودجو (هدفين) بالدقيقتين 90+1، و90+6.

وسجل لفريق يوكوهاما، لاعبه يان ماتئوس في الدقيقة 40. ولعب يوكوهاما ماريونوس اللقاء من نهاية الشوط الأول، بـ10 لاعبين بعد طرد حارسه ويليام بوب في الوقت المحتسب بدل ضائع من الشوط الأول.

وكان العين، قد توج باللقب القاري للمرة الأولى في نسخة 2003، عند إطلاق النظام الحالي للبطولة، ليتوج مرة ثانية باللقب في آخر نسخة للنظام الحالي.

رئيس الدولة يستقبل فريق الوصل " بطل الدوري والكأس " في قصر البحر بأبوظبي



استقبل صاحب السمو الشيخ محمد بن زايد آل نهيان، رئيس الدولة، اليوم، في قصر البحر بأبوظبي، فريق الوصل لكرة القدم، بمناسبة تتويجه بكأس رئيس الدولة للمرة الثالثة، وبطولة دوري أدنوك للمحترفين لموسم 2023 2024 للمرة الثامنة في تاريخ النادي.

وهنا سموه، اللاعبين ومدرب الفريق والطاقم الإداري والفني وجميع جماهير النادي، بتتويج جهودهم خلال الموسم بالإنجازين.

وأعرب سموه، عن شكره لكل الفرق التي شاركت في الدوري وكأس رئيس الدولة، وأمتعت الجماهير وتميّزت بروح رياضية وتنافسية عالية، تعزز رياضة كرة القدم في الدولة، وتسهم في رفد سجلها الرياضي على المستويات المحلية والإقليمية والعالمية.

وأكد الشيخ محمد بن زايد اهتمام القيادة بتطوير القطاع الرياضي في إطار سعي الدولة إلى تحقيق مراكز متقدمة في مختلف المنافسات الرياضية على الصعيدين الإقليمي والدولي، مشيراً سموه إلى أهمية العمل على رفد الساحة الرياضية بمواهب نوعية متميّزة في مختلف أنواع الرياضات، والاستثمار بهم لما فيه الخير للوطن حاضراً ومستقبلاً.