

الجمعية التعاونية الإنمائية في قضاء جزين م.م.

# تعاونية

العدد الرابع عشر - حزيران ٢٠٠٧





٣ ١. «ورشة» عمل الافتتاحية

## أخبار من جزيب

٤ ١. ٥٣ عضواً ينتجون بيض «ب.بلدي» وتصريف يومي لحوالي ٧٠٠٠ بيضة بعد توبييها



## رؤية وآراء

٦ ١. العمّ بشارة شديد - حياة متواضعة جداً  
٨ ٢. دورات تدريبية متنوعة ضمن إطار الجمعية التعاونية الإنمائية



## حديقة الأخبار

١٠ ١. عيد الفصح  
١٠ ٢. علبة جديدة لفرّوج «ب.بلدي»  
١١ ٣. وسيلة نقل جديدة لمشاريع التعاونية  
١١ ٤. الجمعية التعاونية الإنمائية في معرض الزهور لعام ٢٠٠٧



## منبر حرّ

١٢ ١. المال  
١٢ ٢. الحلم

## تقنيّات العمل

١٣ ١. الغذاء الملكي



## ألف صحّتين

١٤ ١. سلطة البندورة وبيض «ب.بلدي»

## تجميل

١٥ ١. استعمالات علاجية تجميلية



## متفرقات

١٦ ١. مبروك  
١٦ ٢. حكم وأقوال

## تعاونيّتي «كيدز»

## رسائل الأصدقاء

١٧ ١. فصل الصيف



## ثقافة

١٨ ١. حول العالم  
١٨ ٢. هل تعلم؟  
١٨ ٣. نصائح وإرشادات



## تسليّة

١٩ ١. إضحك  
١٩ ٢. إختبر ذكاءك  
١٩ ٣. المرافئ المتقاطعة  
١٩ ٤. الكلمة الضائعة



## «ورشة» عمل



خريطة المبنى الجديد

وإمكانية الحصول على الماعز وفقاً للمواصفات المطلوبة، ولكن العمل جارٍ للحصول عليها.

وعن برنامج القروض وكانطلاقه أولية، فقد بدأ في أواخر شهر نيسان الماضي تنظيم دورات تدريبية تلقي الضوء حول مفهوم القرض، أنواعه وكافة الإجراءات اللازمة بهدف الحصول على قرض. هذه الدورات تطل جميع أعضاء التعاونية المهتمين بالحصول على قرض ليتم فيما بعد الدخول وبشكل فعلي في مرحلة الحصول على قرض ضمن شروط معينة.

فعلاً، ان التعاونية تنشط يوماً بعد يوم مُواجهة مختلف التحديات لتحقيق الأهداف المرجوة عن سابق عزم وتصميم. ولا بد، ان نعود ونكرّر أنه من خلال تعاونكم وتضامنكم معنا بشكل أو بآخر نحافظ وباستمرار على مشروعنا الإنمائي.

وتسويقية. بالإضافة إلى أن يكون على تواصل فعّال مع مجلس الإدارة والأعضاء كما مرجعية تنفيذية هامة لمعظم القرارات الصادرة عن التعاونية إلى جانب التنسيق الدائم مع مختلف الشركاء المتعاونين مع التعاونية وخصوصاً الصندوق الدولي للتأهيل.

كذلك، ان العمل لتشييد المبنى التعاوني الجديد قد بدأ خلال فصل الربيع، ضمن المعايير والمواصفات التي تمّ تحديدها مسبقاً من خلال الدراسات التي أجرتها عدد من الشركات الهندسية وقدمتها إلى كل من الصندوق الدولي للتأهيل والجمعية التعاونية الإنمائية لتفوز في عملية تصميم الشكل الهندسي المطلوب للمبنى.

وبعد إجراء الأبحاث والدراسات من مختلف الجوانب من قبل فريق عمل المشروع، فاز مكتب أنطوان وبول الغريب بتنفيذ التصميم الهندسي بشكل يتوافق مع أهداف التعاونية ونشاطاتها ومشاريعها الإنتاجية، حيث تتمّ فيها العملية الأبرز وهي تصنيع وتوضيب منتوجات «ب.بلدي» بشكل نهائي ليتمّ تسويقها وتصريفها في الأسواق اللبنانية.

أما عن مشروع تربية الماعز، فلا يزال هناك بعض الصعوبات من ناحية الشحن

بعد مرور فترة لا بأس بها من المرحلة الرابعة ضمن مشروع «تنمية الفرص الاقتصادية للمتضررين من الألغام وضحايا الحرب في قضاء جزين» بتمويل من الوكالة الأميركية للتنمية الدولية / صندوق ليهي لضحايا الحرب وبدعم من الصندوق الدولي للتأهيل، دخلت الجمعية التعاونية الإنمائية حيز التنفيذ الفعلي لمشاريعها الجديدة.

الجميع في «ورشة» عمل لتحقيق الهدف المرجو الا وهو النجاح في كل خطوة قابلة للتنفيذ، حيث تسبقها سلسلة من اللقاءات والمباحثات وإبداء للرأي ما بين المعنيين بالمشروع كافة، من ممولين وداعمين وعاملين، خصوصاً ما بين أعضاء مجلس إدارة التعاونية الذي يتألف من ٧ أعضاء يتمّ انتخابهم من قبل أعضاء التعاونية أنفسهم كل ٣ سنوات من خلال عقد جمعية عمومية تدرج على جدول أعمالها إنتخاب مجلس إدارة فعّال، مُنتج وصادق يمثلها في مختلف النشاطات والقرارات التي تتخذ ضمن إطارها.

والأبرز لهذا العام هو تعيين مدير للتعاونية: عصام بو راشد، وذلك بهدف إدارة مختلف العمليات التي تدور ضمن إطار المركز التعاوني من إدارية، إجتماعية، إنتاجية



### كارلا العرية



## ٥٣ عضواً ينتجون بيض «ب. بلدي» وتصرف يومياً لحوالي ٧٠٠٠ بيضة بعد توضيبها



ان الجمعية التعاونية الإنمائية التي تتطور يوماً بعد يوم، وتسير في خطوات متقدمة بالنسبة لمشاريعها الزراعية الإنتاجية ضمن إطار مشروع «تنمية الفرص الاقتصادية للمتضررين من الألغام وضحايا الحرب في قضاء جزيب»، قد انطلقت بمشوارها الإنمائي في العام ٢٠٠٢ من خلال مشروعها الإنتاجي الأول ألا وهو تربية الدجاج لإنتاج البيض البلدي. وقد اختارت اسم «ب. بلدي» كماركة مسجلة لمنتجاتها المميزة بجودتها العالية ونوعيتها البلدية التي تضم البيض، العسل، شمع العسل، الأعشاب الطبية، الفروج وفيما بعد حليب الماعز ومشتقاته.

وبعد اهتمام واعتناء كامل من قبل الأعضاء المستفيدين من مشاريع تربية الدجاج والنحل وزراعة الأعشاب الطبية، وفقاً للمعايير البلدية ضمن إطار بلداتهم وبمتابعة وإشراف دائم من قبل مشرفين

التعاوني في عازور بواسطة سيارة (فان) تابعة للتعاونية، وخصوصاً نقل منتج البيض الذي يتم تأمينه بشكل يومي للأسواق بعد أن يكون العضو قد قام بتنظيفه ووضعه في الكراتين العادية المخصصة له.

حالياً، ٥٣ عضواً ينتجون البيض بكل اهتمام وانتباه للمعايير البلدية، وكمتابعة للإنتاج البلدي يتم أيضاً توضيب الإنتاج بشكل يدوي حيث ان موظفتين في التعاونية سوزان السويدي وأنطوانيت أنطون اللتين هما عضوين فيها، تقومان بهذه العملية وفقاً للخطوات التالية: أولاً، يتم تجهيز كراتين «ب. بلدي» (سعة ٦ و ١٢ بيضة) ويطبع عليها تاريخ صلاحية البيض مع رمز المنتج بهدف معرفة المصدر في

ميدانيين ومهندسين زراعيين تابعين للمشروع وبدعم من الصندوق الدولي للتأهيل، يتم إنتاج منتجات «ب. بلدي» التي تُنقل من منزل العضو إلى المركز





الآلي في الحفاظ على جودة المنتج والتدقيق بنظافته، وبالتالي تتطلب أيدي عاملة بدل المكننة التي تغطي في أيامنا هذه مما تساعد على إنتشار البطالة في صفوف المواطنين وخصوصاً في مثل هذه الظروف الاقتصادية الصعبة.

في الختام، ان الجمعية التعاونية الإنمائية تحقق إزدهاراً ملحوظاً يوماً بعد يوم، فمن إنتاج وتوضيب ٢٠٠٠ بيضة في اليوم كانت تنتجها ١٢ مزرعة عام ٢٠٠٢ ويتم توزيعها على ٢٠ نقطة بيع إلى ٦٠٠٠ و ٧٠٠٠ بيضة حالياً، يتم توضيبها وتوزيعها يومياً على مختلف الأسواق اللبنانية.

وبالتالي تساهم في إيجاد فرص عمل لأكثر من ٢٠٠ عائلة ضمن إطار مشاريعها الزراعية التي ينتج عنها سلسلة من الأعمال يتم تنفيذها ضمن إطار المركز التعاوني، من تصنيع وتوضيب وتوزيع لمنتجات «ب. بلدي» وأبرزها البيض البلدي الذي يبقى طازجاً في الأسواق.

الظهر حيث نكون قد قمنا بتوضيب ما بين ٦٠٠٠ و ٧٠٠٠ بيضة وذلك في اليوم الواحد، لنصرف بعدها إلى المنزل للقيام بواجباتنا العائلية».

وتضيف «ان هذا العمل الذي أزاوله منذ ٤ سنوات قد أبعدني عن العزلة التي كنت أعيشها مع عائلتي، وبالتالي أصبحت منتجة أوّمن لعائلتي على الأقل لقمة الخبز من دون الاتكال على أحد من أهل أو أقارب أو أصدقاء».

ومن جهتها، الموظفة أنطوانيت أنطون وهي أم لفتاة تدعى ديانا (١٢ سنة) والتي فقدت أيضاً زوجها من جراء انفجار لغم عام ١٩٩٧ في بلدة بكاسين - قضاء جزين، تعتبر ان الجمعية التعاونية الإنمائية قد ساهمت في جعلها مستقلة ومُنتجة في الوقت ذاته، وذلك من خلال عملها طوال ٥ أيام في الأسبوع الذي زاد من ثقتها بنفسها للإستمرارية بالحياة والتعرّف إلى أشخاص جدد.

وتوضح ان هذه العملية اليدوية المتبعة في توضيب البيض، تساهم أكثر من العمل

حال وجود أي مشكلة في الإنتاج أو وصول أي شكوى من قبل الزبائن.

ثم يتم تعبئة البيض بعد إعادة الكشف على نظافته وسلامته كما فرزه. بعدها، توضع هذه الكراتين في الصناديق المخصّصة في غرفة مبرّدة، حيث يُحفظ المنتج على درجة حرارة تتراوح ما بين ١٦ و ١٨ درجة مئوية ليتم نقلها إلى الأسواق مباشرة عند الصباح الباكر، وتوزيعها على مختلف مراكز البيع (أكثر من ٢٠٠ نقطة بيع).

## من ٦٠٠٠ إلى ٧٠٠٠ بيضة يومياً

تقول الموظفة والعضو سوزان السويدي، وهي أم لثلاث أولاد (رين ١٩ سنة، ريمي ١٥ سنة ورامي ١٢ سنة) والتي توفي زوجها غسان عام ١٩٩٧ إثر انفجار لغم أرضي في بلدة عاربه - قضاء جزين «كل يوم نتوجه عند الساعة الثامنة والنصف إلى المركز التعاوني، نرتدي الثياب المخصّصة للتوضيب من قفازات وغيرها حفاظاً على جودة المنتج ونظافته، ونباشر العمل حتى الساعة الرابعة من بعد



## العمّ بشارة شديد حياة متواضعة جداً

منزل متواضع جداً، يتألف من غرفتين وسقف هو كناية عن ألواح من الحديد، مع زوجته حنة البالغة من العمر ٦٩ سنة منذ أكثر من ١١ عاماً، والذي بناه بنفسه لضيق أحواله المادية بعد إصابته التي أدت إلى ضعف بصره في العين اليسرى. إلى جانب معاناته من مشاكل صحية أخرى كالقرحة والتكلس في العظم، وخصوصاً أنه كان مسؤولاً عن أولاده من ناحية تأمين التربية الصالحة والتعليم المناسب لهم ليكبروا ويصبحوا بدورهم مسؤولين عن تأمين مستقبلهم وبناء عائلاتهم.

ضيق الحال كما سوق العمل دفعا بالعمّ بشارة للإصراف إلى العمل اليومي في الزراعة وورش البناء ضمن إطار ضيعته، بالرغم من الإصابة التي تتطلب منه الراحة، لكنه ثابر لتأمين على الأقل لقمة العيش.

وبنظرة تخفي ألم وعتب على هذه الحياة، يقول العمّ بشارة «استمرت حالتنا على أساس يوم عمل وعشرة من دونه، مما كانت تفرض على عائلتي العيش قدر

«كانت حياتي مغايرة كلياً عما هي عليه الآن، كنت أعيش في بحبوحة مع عائلتي في بيروت وأزاول مهنة البناء إلى أن منيت بالكارثة خلال عام ١٩٨٨ إثر إصابتي بانفجار لغم، ما اقتضى مني البقاء في المستشفى لأكثر من شهرين وأولادي الثلاث (سوزان ٣٩ سنة متزوجة، جوزيف ٣٦ سنة وعماد ٣١ سنة متزوج) كانوا لا يزالون صغاراً.

الأمر لم يتوقف عند هذا الحد، لا بل تمت سرقة عدد من المعدات والمواد المخصصة للبناء التي كنت أملكها وأحرق البعض الآخر من جراء الحرب، فعدت إلى حالة الصفر».

بهذه الكلمات عبّر العضو بشارة شديد البالغ من العمر ٦٠ سنة بمجرد السؤال عن حالته.

لكن، ابتسامته المرفقة بكلمة «كتر خير الله» لا يمكن تجاهلها بمجرد أن تصل إلى منزله الكائن في بلدة سنيّا التي تبعد ٢٢ كلم عن جزين.

إذ لا تتوقع أن يكون هذا الإنسان الواسع الصدر وكبير النفس يعيش في





أنه سيساهم في زيادة مدخول الأعضاء ومساعدتهم لتطوير مشاريعهم الزراعية، وقد تقدمت بطلب للإنخراط بهذا المشروع عندما ينطلق بشكل فعلي، وذلك بهدف الاستفادة منه عبر توسيع مشروع الدجاج مما يزداد معه نسبة إنتاج البيض فيرتفع عندئذ مدخولي الشهري. وهذا، ما يساعدني على إنهاء بناء منزلي الذي باشرت بتشيدته بنفسي منذ حوالي العام لكي أنتقل من هذه «الخيمة» محاولاً قدر المستطاع تسديد تكاليف المواد الأولية المستخدمة».

ومن جهتها، الزوجة حنة التي تعاني من أمراض ترقق في العظم والتكلس والتي بدورها تحتاج إلى أدوية بشكل دائم، ولا وجود لأي ضمان صحي، تشكر الجمعية التعاونية الإنمائية والجهات الممولة كافة على هذا المشروع الذي يساعدهم كثيراً في حياتهم اليومية. وتقول «لا ندري في أي حال كنا سنكون لولا هذه المنحة وإن كانت صغيرة، ولكنها تساعدنا كثيراً وتحافظ على متابعة حياتنا بشكل فعال».

في الختام، يتمنى العمّ بشارة دوام الإستمرارية والتقدم للتعاونية التي تحتضن حالياً أكثر من ١٦٥ عضواً مع عائلاتهم، وتساعدهم في هذه الظروف الصعبة التي يمرّون بها وخصوصاً من الناحية الاقتصادية.

وعند الساعة التاسعة أعاد الكشف على المزرعة وأقوم بجمع البيض وتجهيزه في الكراتين المخصصة ليتم نقلها إلى المركز التعاوني في عازور. أما بعد الظهر، فأضع مجدداً العلف للطيور وأجمع البيض منعا لتكسيره أو تكديسه وضماناً لجودته ونوعيته البلدية، بالإضافة إلى أنني أتولى وبانتظام تنظيف المزرعة. وهذا ما يؤدي إلى إنتاج كمية جيدة من البيض المميز بجودة ونوعية عالية، وهي تصل في الشهر الواحد إلى ١٧٠ كرتونة».

هذا، وقد قام العمّ بشارة حتى اليوم بتربية ٣ أفواج دجاج التي تؤمن له مدخولاً شهرياً لا يقل عن ٣٥٠ ألف ل.ل.، وهو يعتبر ان الدورات التدريبية التقنية التي تنظمها الجمعية التعاونية الإنمائية بالتعاون مع الصندوق الدولي للتأهيل تساهم في اكتسابه خبرة كبيرة حول كيفية الاعتناء بالدجاج، إلى جانب الاستفادة من إرشادات وتعليمات المشرفين الميدانيين والمهندسين الزراعيين التابعين للمشروع.

## القروض

وبكل حماس، يقول العمّ بشارة «ان مشروع القروض الذي برز في المرحلة الرابعة الجديدة من المشروع والذي أطلق تحت إسم «طاقات» يعتبر هاماً جداً حيث



الحال، إلى أن أطلّ مشروع «تنمية الفرص الاقتصادية للمتضررين من الألغام وضحايا الحرب في قضاء جزين»، الذي فتح لنا باب الاستفادة من مشروع تربية الدجاج لإنتاج البيض البلدي والإنتساب إلى الجمعية التعاونية الإنمائية عام ٢٠٠٣».

ويتابع «ان تربية الدجاج جاءت كسند، على الأقل أصبحنا نرتكز على مورد ثابت لتأمين لقمة عيشنا». ويشرح العمّ بشارة سبل اهتمامه بالدجاج، فيقول «أهتم يومياً بالمزرعة الملائمة لمنزلي، إذ عند الصباح الباكر أضع العلف للدجاج بالإضافة إلى الأعشاب والخضار والفاكهة،



# دورات تدريبية متنوّعة ضمن إطار الجمعية التعاونية الإنمائية



أطلقت الجمعية التعاونية الإنمائية بالتعاون مع الصندوق الدولي للتأهيل برنامجها التدريبي الجديد لأعضائها خلال شهر شباط الماضي، الذي يهدف إلى تطوير وتفعيل دور الأعضاء والذين بدورهم يقومون بتقديم كل من الدعم المهني والتقني للتعاونية بطريقة فعّالة ومنتجة.

ويشمل هذا البرنامج مواضيع عدّة منها: مبادئ وقوانين التعاون، إدارة المنشآت، الإدارة المالية، القروض، الريادة المهنية، إدارة الموارد البشرية والتسويق.

والبداية، كانت مع الدورة في «إدارة التعاونيات» التي شارك فيها ٢٥ عضواً والتي تمحورت في حلقاتها الخمس حول مفهوم التعاونية ومبادئها، دور الأعضاء، مالية التعاونية، العضوية في التعاونية، الجمعيات العمومية العادية وغير العادية، قانون التعاونيات وصلاحيات كل من مجلس الإدارة ولجنة المراقبة والأعضاء الملائمين.

وكتحفيز للمشاركة ومتابعة الدورات التدريبية بانتظام وحماس، أمّنت الجمعية التعاونية الإنمائية بالتعاون مع الصندوق الدولي للتأهيل وسائل نقل من وإلى المركز التعاوني في عازور بالإضافة إلى بدل رمزي للمشاركة.

العضو بيار بوراشد (جزين) يعتبر «ان هذه الدورة التدريبية هامة جداً، إذ أفسحت له مجال التعرف إلى مواضيع مختلفة تتعلق بالتعاونية بدءاً بمفهوم التعاونية إلى



وغيرها) ضمن إطار بلده تتطلّب منه الكثير من الوقت.

من جهة أخرى، بدأت في أواخر شهر نيسان الماضي دورة تدريبية حول برنامج القروض مع المسؤولية عن ملف القروض ماجدة سمارة شارك فيها عدد من أعضاء التعاونية (٢٩ عضواً).

تمحورت هذه الدورة حول مفهوم القرض، أنواعه، سبل الاستفادة منه وقد جاءت كتحضير أوّلي قبل انطلاق المرحلة الفعلية للحصول على القروض.

يعتبر كل من العضو حسين شكر، والمهتمّ بمنحة العضو نجيب عيسى، خليل شكر، من بلدة الريحان «ان الدورة التدريبية حول القروض هامة جداً وتساعد على التعرف إلى معلومات لم يكونا على اطلاع بها». وفي سؤالنا عن مشروع الحصول على قرض، قد بادرا بالقول «نظراً إلى أوضاع المنطقة الاقتصادية وعدم توفر باب للعمل، نحن نفكر في توسيع مشاريعنا الإنتاجية التي تقوم على تربية الدجاج بهدف الحصول على إنتاج أكبر مما يساهم في الوقت نفسه بزيادة مدخولنا».

من جهته، العضو إميل رزق الله من بلدة بتدّين اللقش، يعتبر ان الإنسان هو بحاجة دوماً إلى معلومات جديدة مهما كان مثقفاً. كما يشجّع جميع الأعضاء على المشاركة في الدورة التدريبية حول برنامج القروض

الأمر المالية وغيرها». وبما أن منحة تربية الدجاج هي مورد رزقه الوحيد كما لأهله منذ حوالي العامين، والتي يقدّم لها الكثير من الإعتناء والإهتمام بهدف الحصول على إنتاج مميّز بالكمية والنوعية، يتمنى من التعاونية تنظيم مزيد من الدورات التدريبية التقنية حول تربية الدجاج مما تكسبه معلومات جديدة ومفيدة للتربية.

من جهتها، العضو لورات سليمان (جزين) قد أحبّت المواضيع المطروحة في الدورة خصوصاً من جهة سبل تعامل الأعضاء مع بعضهم البعض. وتتمنى تنظيم دورات تتمحور حول مواضيع اجتماعية تتعلق بتربية الأولاد وسبل تعامل الأهل معهم.

ويقول العضو مورييس الخوند (ريمات) الذي يستفيد من منحة النحل منذ سنوات «ان هذه الدورات التدريبية تعود إفادتها ليس فقط على العضو في التعاونية إنما على الفرد في حياته اليومية، حيث يصبح على الأقلّ ملمّاً بالخطوط الرئيسية لإدارة مشروع خاص به».

ويشير إلى أنّه يحبّ المشاركة في الدورات التدريبية كافة التي تنظمها التعاونية، لكن ضيق وقته لا يسمح له بالمشاركة في بعض الأحيان حيث ان مشاريعه الزراعية (من زراعة الدخان



جعلتها أكثر فأكثر مقتنعة بأن الإنسان يستطيع الوصول إلى الهدف الذي يريده مهما كانت الظروف. وذلك، من خلال عزمه وتصميمه لتحقيق مبتغاه وبالطبع من خلال معرفة سبل التصرف واتخاذ التدابير اللازمة والمُنتجة. ومن جهتها، تيريز بطرس زوجة العضو جوزيف بطرس من بلدة حيداب، تعتبر ان كافة الدورات التدريبية التي يتم تنظيمها ضمن إطار مشروع «تنمية الفرص الاقتصادية للمتضررين من الألغام وضحايا الحرب في قضاء جزين» تساهم في استعادة النشاط والحيوية بالإضافة إلى الحصول على مزيد من الثقافة.

وتقول «ان دورة المهارات الحياتية تساعدنا على معرفة سبل التعامل في المجتمع ان على الصعيد الشخصي أو العائلي أو الإنتاجي، بالإضافة إلى زرع روح الأمل في نفوسنا والعمل على التقدم والتطور كل حسب عمله وطموحاته».

وتتمنى ان يشارك في هذه الدورات جميع أعضاء التعاونية مما تشكل مكسباً نفسياً وعملياً وإنتاجياً لكل فرد.

عنوان «المهارات الحياتية» مع الاختصاصي في علم النفس الأستاذ فادي حلبي. شارك في الدورة التي امتدت على ٧ حلقات ٢٥ عضواً والتي شملت مواضيع مختلفة من «التفكير الإيجابي» و «أسرار كبار المنجزين» وغيرها من المواضيع التي تفسح المجال للتعرف إلى العديد من الأمور الحياتية الهامة التي يحتاج إليها كل فرد في مجتمعنا هذا. خصوصاً، ان الكثير من الظروف قد تصادف المرء والتي تتطلب منه حتماً معرفة التكيف مع الحالة التي يمر بها، بالإضافة إلى التصرف بالشكل الملائم بهدف الوصول إلى النتيجة المرجوة مهما اختلفت الأحداث.

العضو مارون الحلو من بلدة عين مجدلين يوضح «ان هذه الدورة مفيدة جداً لأنها تتصل بحياة كل فرد، وتعطيه دفعا للنظر في الأمور بشكل منطقي وواقعي أكثر».

ويلفت أيضاً إلى طريقة المدرب في الشرح وإيصال المعلومات للمشاركين بطريقة فعالة وسهلة.

في حين ان العضو ريماء الخوند من بلدة صيدون تشدد على ان الدورة قد

حتى لو لم يقوموا بأخذ قرض، لا بل أنهم يستفيدون من المعلومات التي تساعدهم في حياتهم اليومية على المدى البعيد. في حين، يقول العضو إدكار شيبان من بلدة لبعاً «لقد تعرّفت إلى معلومات لم أكن على علم بها سابقاً، وخصوصاً من ناحية موضوع السندات والشيكات مع التمييز بين ما هو صالح وما هو مزور كما الفائدة التي يتقاضاها البنك».

ويوضح بأنه شديد الاهتمام للحصول على قرض بهدف الدخول في مشروع زراعي غير تربية النحل من خلال الجمعية التعاونية الإنمائية كتربية الدجاج، وتطوير المشروع مما يساهم في زيادة مدخوله الشهري.

هذا، وبعد انتهاء هذه الدورة التي ستمتد على مدى سبع حلقات (بمعدل حلقة واحدة في الأسبوع على مدى ساعتين)، سيتم العمل على المباشرة في تنظيم دورة أخرى مماثلة في مواضيعها لهذه الدورة، وستستهدف مجموعة أخرى من الأعضاء بهدف التعمق أكثر في برنامج القروض وإطلاع الجميع عليه.

كما تم تنظيم دورة تدريبية أخرى تحت



## عيد الفصح



وتزيّنت صالّة عرض «ب. بلدي» بحلّة العيد من البيض الملون والسلل المتعدّدة الأشكال والألوان التي تحوي شمع العيد العسلي وبيض الشوكولا، حيث توقّف عندها المارّة وأبدوا إعجابهم بمنتجات التعاونية ونشاطاتها المتنوّعة، وذلك عند شرائهم هدايا العيد من البيض وشمع العسل والسلل المزيّنة.

كما تعودنا في كل عام لمناسبة عيد الفصح، نظمت الجمعية التعاونية الإنمائية حملة توزيع البيض البلدي على كافة السيارات والمارّة أمام المركز التعاوني في عازور. وتمّ توزيع مجموعة من المنشورات من بينها نشرة «تعاونيتي» التي تحمل في صفحاتها أخبار التعاونية ونشاطاتها.

## علبة جديدة لفروج «ب. بلدي»

يساهم في نموه بصورة طبيعية (فترة التربية لا تقل عن ٨٠ يوماً)، إلى جانب مراقبة النوعية وبشكل دوري من قبل الصندوق الدولي للتأهيل والخبراء المختصين. وحالياً، تعمل التعاونية على طرحه بشكل قوي في الأسواق اللبنانية كافة، من مراكز بيع وسوبر ماركت إلى جانب سائر منتجاتها البلدية من بيض وعسل وشمع عسلي.

• هو الخيار الأفضل لصحة العائلة. وهذه المواصفات تعود إلى التربية الخاصة بفروج «ب. بلدي»، حيث ان الدجاج يربى بأعداد قليلة في بيئة طبيعية قرب منازل المربيين، يسرح ويتغذى في الهواء الطلق وتحت أشعة الشمس، كما يخضع لبرنامج تربية ووقاية من الأمراض وفقاً للمعايير المعتمدة عالمياً. بالإضافة، إلى ان الدجاج يتغذى من الحبوب والخضار والأعشاب البرية من دون استعمال أي مواد كيميائية أو مواد محفزة للنمو، مما

ضمن إطار تطوير مشاريعها الزراعية الإنتاجية، وخصوصاً من ناحية تسويق منتجاتها قامت الجمعية التعاونية الإنمائية بالتعاون مع الصندوق الدولي للتأهيل بتطوير علبة جديدة لمنتج فروج «ب. بلدي».

هذا الفروج يتميز بالمواصفات والفوائد التالية:

- خال من الهرمونات والمضادات الحيوية وأي إضافات كيميائية.
- يتميز بطعم تقليدي ورائحة زكية.





## وسيلة نقل جديدة لمشاريع التعاونية



تلقت الجمعية التعاونية الإنمائية هبة من الصندوق الدولي للتأهيل، بتمويل من الوكالة الأميركية للتنمية الدولية / صندوق ليهي لضحايا الحرب، وهي كناية عن بيك أب من نوع «هينو Hino» (موديل ٢٠٠٧، سعة ١٠ طن ونصف).

وسيلة النقل هذه ستكون مخصصة لنقل المواد الأولية لعلف الدواجن من المطاحن في بيروت إلى المركز التعاوني في عازور، ليتم خلطه وتجهيزه بشكل نهائي قبل تصريفه، مما يخفف عن التعاونية دفع كلفة نقل العلف ويساهم في تأمين النوعية المطلوبة كما إتمام العملية الإنتاجية لمشروع تربية الدجاج.

## الجمعية التعاونية الإنمائية في معرض الزهور

### «The Garden Show & Spring Festival» لعام ٢٠٠٧

شاركت الجمعية التعاونية الإنمائية في قضاء جزين للسنة الرابعة على التوالي في معرض الزهور الذي نظّمته كل من السيدة مريم شومان والسيدة جومانا سلامة في ميدان سبق الخيل في بيروت، وذلك من ١٥ أيار ٢٠٠٧ لغاية ٢٣ منه. وقد عرضت منتوجات «ب. بلدي» من بيض وعسل وشمع عسلي وأعشاب طبية وماء مقطرة (قصعين وزعتر ولافاندر)، حيث لاقت جميعها تشجيعاً من قبل الزوّار الذين قصدوا المعرض وتعودوا على مشاركة الجمعية التعاونية الإنمائية السنوية فيه، وقد تم توزيع نشرة «تعاونيتي» ومنشورات أخرى على الزائرين.





## المال

المال أكبر شرّ عا وجهه الدني  
قَدَيْش بالأموال في ناس اغتنوا  
وَحَدُو عَلَى هالأرض بيحبو الغني  
قَضُوا حَيَاتُنْ كُض بِالْعَيْشِ الْهَنِي.  
في ناس علّوا قصور ومساكن بنوا  
عاشوا بجاه وفخر حقد وطيشني  
صاروا بجمع المال غيرن يلعنوا  
عندن فرق حراس قلعة محصني.  
حبّوا غنى هالأرض وعليها جنوا  
كنوز وجواهر مال منّا هيبني  
نسيوا مقابيلن ناس كانوا يسكنوا  
مكسب حياتن جوع لقمة معفني.  
ولا يوم طلّوا صوب بيتن يعتنوا  
يكونوا بجنبن عون مرّة بالسني  
همن المال يزيد منّو يخزنوا  
بفكرن الديني هيك عيشي مطمّني.  
يللي جمعتوا المال ما تطمّنوا  
ما في حدا بالأرض إلا ما فني  
هالكون صانو الربّ حبّو كوّنو  
يا بشر أوعى تعبدوا ربّين  
سرّ الحياة كبير منّا ولدني.

حلوة الدني خيرات سحر مكلّلة  
الله غامرها حبّ إيمان وحنين  
مروج الطبيعة زهور حلوة مشكلة  
والناس حبّوا العيش فوضى وبلبله.  
وصى بكلامو الربّ كل المؤمنين  
ويرهان بالإنجيل بماضي السنين  
لا تعبدوا الأموال أكبر مشكلة  
يفسرّ لّلنا سرّ أعظم مسألة.  
تأمل يسوع نهار عالم عابرين  
في أرملة بعجقة الناس المارقين  
يتبرّعوا بأموال منّا معدّلة  
فلسين معها بس كانت حاملة.  
حطّتهم بإيمان وبحبّ ويقين  
صرخ فادي الكون إنتوا الحاضرين  
عمّ توضعوا أموال عنكم فاضلة  
من قلب طاهر نقي حطت شو معا  
وهالأرملة فلسين معها باقيين  
للأبد سرّ كبير فلس الأرملة.

المال انّو جد عالارض تا نستعملو  
ومن هالدني شو بياخد الإنسان  
مش للوجاهة نحملو ونتأملو  
إلا معاملة الناس مع حبنّ الو.  
يللي امتلكتوا المال بالأطنان  
بالقلب خلّوا جزء للإحسان  
وبسيارات العزّ عم تتجولوا  
الخير بحر كبير ما منكمّلو.  
الله وهب وزنات للإيمان  
وحبّ القلب والروح بالوجدان  
بالحبّ وصى الناس تا يتسرّموا  
حبّوا بطهارة الغير أوعى تخجلوا.  
يا بشر غنى الأرض مهما كان  
ومساعدة محتاج أو جوعان  
مجد بدّو يزول جولوا واسألوا  
بمخزن وجاهة ومال فينا نبدّلوا.  
هالعمر ما لازم نروحو ضيعان  
وربّ السما بمحبتو رحمان  
ما زال فعل الخير فينا نعملو  
حبّ وإيمان وعطف وصانا  
هيذا وسام كبير معنا منكمّلو.

العضو حنا الخوند

## الحلم

يا عَيْلَتنا الجميع بيشكروكي  
يا حلم تحقّق وإلنا جابوكي  
يا جمعية تعاون إنمائية  
لكل معتاز فينا أوجدوكي  
يا بيت الجود يا إيد السخيّ  
قليلي لو بحاتم لقبوكي  
علينا طلتك ساعة رضي  
ها إقرار كل اليعرفوكي  
إلك من قبلنا أخلص تحيي  
إنت وكل يللي مؤلوكي  
ولأنك منطقي وعاطفي  
بقضا جزين عنّا سكّنوكي  
وسكنتي بالإيجار ومش خطي  
حتى ساعدونا وساعدوكي  
وهلق عن بوادر حسن نبي  
من مسؤول للموظف العادي  
الأيادي تكاتفوا تيعمّروكي  
وقليلي كثير لو عنك حكينا  
والنا الضخر لّوليك انتمينا  
إنت الدعم إلنا ولّولدا  
وفضلك لا نكرنا ولا نسيّنا  
إنت إلنا وفيك اتّحدنا  
وحبك غلّ بالقلب وعينينا  
وغيرك مين بالضيقة نجّدا  
ونحننا بفضلك عملنا وجنينا  
وعلى إنتاجك الوافر اعتدنا  
ورا عساتك مناكل إيدينا  
وعلى دجاجاتك وبيضهم شهدنا  
ومن لبناتك الطازة ارتويننا  
ومن قصعينك وزعتر بلدنا  
يا ما ناس أمراض شفيّنا  
ونهج مشروعك القيمّ حمدنا  
وعا درب محبتك نحننا مشيّنا  
والنا الحقّ لو فيك نشدنا  
وعا شطكّ لو تزوّرقنا ورسيّنا  
انشالله دؤم بتضليّ سنّدنا  
ومتل الشمس فيك النور يسطّع  
وتبقي عا شواطئ الخير مينا

العضو يوسف شلهوب



# الغذاء الملكي Gelée Royale



سحب الغذاء الملكي بغية تسويقه

من المشاريع الإنتاجية الهامة التي يعنى بها حالياً ٧٩ عضواً في التعاونية الإنمائية، هو مشروع تربية النحل لإنتاج العسل الطبيعي. ومع بداية فصل الصيف كان لا بد أن نلقي الضوء على موضوع إنتاج الغذاء الملكي، الذي يتميز بخصائص متنوعة والتي يغفل عنها العديد من الأفراد.

## الغذاء الملكي Gelée Royale

### • ما هو الغذاء الملكي؟

الغذاء الملكي يُسمى أيضاً بالهلام الملكي، وهو من منتجات الغدد الفموية للعاملات التي يتراوح عمرها ما بين ٥ و ١٥ يوماً. وهو على شكل مادة دسمة بيضاء تشبه الحليب وبواسطته تغذي العاملات جميع اليرقات خلال اليومين الأولين من حياتها باستثناء اليرقات التي ستصبح ملكات، فتستمر بتغذيتها طوال فترة التغذية ومن خلاله أيضاً تتغذى الملكة طوال فترة حياتها.

### • التركيب الكيميائي للغذاء الملكي:

يظهر الغذاء الملكي كمادة نصف جامدة بلون لبني، طعمه شديد الحموضة ورائحته حادة. ويحتوي على معدل مرتفع من البروتينات والدهون



الغذاء الملكي في النخروب الملكي

### • خصائص الغذاء الملكي وتأثيره على جسم الإنسان:

١. يزيد من الإخصاب عند المرأة والرجل، فهو يُساعد على إفراز الهرمونات الجنسية.
٢. مضاد للإكتئاب، إذ إن من يستعمله يشعر بالنشاط والحيوية كما السعادة.
٣. مضاد للشيخوخة، حيث إنه يجدد الخلايا ويزيد من هرمونات الشباب.
٤. مقوّي للذاكرة.
٥. يحافظ على الجلد، ويجعله ناعماً وطرياً ومرناً.
٦. ينبه جهاز المناعة في الجسم.
٧. يعاكس عملية ترقق العظم، إذ يساعد على تثبيت الكلس على العظام.
٨. يساعد على بناء العضلات والأنسجة، خصوصاً لدى الرياضيين.
٩. يساعد على خفض مستوى الكوليسترول والتريغليسيريد في الدم.
١٠. يساهم في تنظيم ضغط الدم.
١١. له تأثير كمضاد حيوي ومضاد للفيروسات.
١٢. ينشط حركة المعدة، إذ إنه يساعد على الهضم ويزيد من الشهية على الأكل.
١٣. يساعد على زيادة إنتاج الكريات الحمر كما يعالج مشكلة فقر الدم.

### إستشاري المشروع

المهندس الزراعي جوقزحيا

والماء والسكريات والأملاح المعدنية (Ca, Na, Mg, K...) والفيتامينات (B1, B2, B3, B5, B6, B7, B8, B9) بالإضافة إلى B12 و A, C, D. كما يحتوي الغذاء الملكي على مركبات فوسفورية وأحماض نووية ومواد مضادة حيوية.

### • طريقة إنتاج الغذاء الملكي وتخزينه:

هناك عدة طرق لإنتاج الغذاء الملكي، تعتمد على تربية الملكات صناعياً حيث يتم إدخال إطاراً إلى خلية التربية ويترك لمدة يومين كحد أقصى. ثم يؤخذ الإطار وتُنزع منه يرقات الملكات بواسطة إبرة التطعيم، وبعدها يُسحب الغذاء الملكي من النخريب.

إن تخزين الغذاء الملكي يتطلب شروطاً خاصة لمنع تخريبه، حيث يُحفظ لمدة ستة أشهر على الأقل على درجة حرارة صفر في أوعية زجاجية بنية اللون ومُحكمة الإغلاق بعيداً عن الضوء.

### • طريقة استعمال الغذاء الملكي:

لاستعمال الغذاء الملكي، يجب مزجه مع العسل، حيث نمزج ٢٠ غراماً من الغذاء الملكي مع ١ كغ من العسل. بعدها، يُحفظ المزيج في البراد بعيداً عن الضوء. هكذا، يُصبح جاهزاً للإستهلاك بمعدل ملعقة صغيرة صباحاً للأفراد الناضجين.



# ألف صَحْتَيْن

## المقادير:

- ١٢٠ حبة صغيرة من البطاطا
- ٤ بيضات «ب. بلدي»
- ٨ حبات من البندورة
- ٦ ملاعق إضافية من زيت الزيتون
- ٦ ملاعق شاي من الخل
- ٢/١ ملعقة شاي من الملح
- ٦ ملاعق طعام من الثوم المعمر (chives) حسب الرغبة
- ١٢٠ حبة صغيرة من البطاطا
- ٤ بيضات «ب. بلدي»
- ٨ حبات من البندورة
- ٦ ملاعق إضافية من زيت الزيتون
- ٦ ملاعق شاي من الخل
- ٢/١ ملعقة شاي من الملح
- ٦ ملاعق طعام من الثوم المعمر (chives) حسب الرغبة
- ٦ ملاعق إضافية من زيت الزيتون
- ٦ ملاعق شاي من الخل
- ٢/١ ملعقة شاي من الملح
- ٦ ملاعق طعام من الثوم المعمر (chives) حسب الرغبة

## طريقة التحضير:

- اغسلي البطاطا بالماء البارد واسلقيها في وعاء من الماء المملح لمدة ١٠ - ١٥ دقيقة حتى تطرى ثم صفيها ودعيها تبرد.
- اسلقي البيض جيداً لمدة ١٠ دقائق وأضيفي مقداراً ضئيلاً من الخل في الماء أو اثقبي ثقباً صغيراً مدوراً في نهاية طرفي البيض لمنع التشقق. ضعي البيض عندما تنتهي من سلقه بالماء البارد حتى يبرد.
- قطعي البندورة إلى دوائر رفيعة. قشري البصل وقطعيه إلى دوائر رفيعة وافصليها عن بعضها ثم اغسلي الخسة بالماء البارد وصفيها.
- قشري البطاطا وقطعيها إلى دوائر رفيعة ثم أزيلي قشر البيض وقطعيه إلى دوائر. رتبي دوائر البطاطا والبندورة والبيض في طبق كبير ثم زيني الطبق بدوائر البصل والخسة والزيتون.
- اخفقي الخل والفلفل والملح والزيت واسكبي المزيج بالملعقة فوق السلطة وانثري عليها الثوم المعمر.

سلطة البندورة وبيض «ب. بلدي»

الكمية تكفي: ٤ أشخاص  
مدة التحضير: حوالي الساعة  
مدة الطهو: ٣٠ دقيقة

وألف صَحْتَيْن من «ب. بلدي»



## استعمالات علاجية تجميلية

ولمجموعة «ب. بلدي» من العسل والأعشاب الطيبية (زعتر، قيصين، خزامى واكيليل الجبل) بالإضافة إلى البيض عدّة استعمالات علاجية تجميلية وخصوصاً للبشرة.

### معالجات للوجه

#### • ماسك لمعالجة حبّ الشباب:

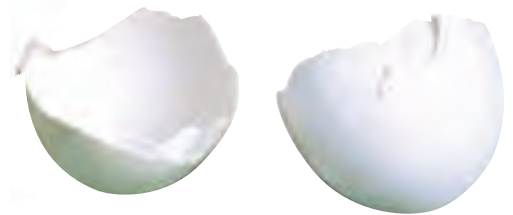
افرموا حفنة من أزهار الخزامى (اللافاندر) وأضيفوا إليها ملعقة كبيرة من الكريما الطازجة (القشدة) وملعقتين كبيرتين من زيت الزيتون ثم ضعوا المزيج على وجهكم واركوه مدة ٢٠ دقيقة قبل ان تغسلوه بالماء.

#### • ماسك للبشرة المختلطة:

افرموا حفنة من أوراق النعناع الطازجة وأضيفوا إليها صفار بيضة «ب. بلدي» وملعقة كبيرة من القشدة السميكة وملعقة صغيرة من زيت الزيتون. امزجوا الخليط جيداً ثم ضعوه على الوجه مدة ربع ساعة قبل ان تغسلوه بالماء.

#### • ماسك لبشرة نضرة:

اخفقوا صفار بيضة «ب. بلدي» مع ملعقة صغيرة من زيت الزيتون، ثم ضعوا المزيج على الوجه واركوه مدة ٢٠ دقيقة قبل ان تغسلوه بالماء.



ملاحظة: ان المعلومات مأخوذة عن كتاب "أسرار العلاج بزيت الزيتون" للمؤلفتين صوفي لاکوست وسيمون شامو.



## مبروك

### معايدات

- لمناسبة عيد القديس يوسف الذي صادف في التاسع عشر من شهر آذار الماضي، نتقدّم من أعضاء التعاونية كافة بأحرّ التهاني القلبية، وخصوصاً لحاملي اسم يوسف. وعقبال كل سنة.
- لمناسبة حلول عيد الفصح المجيد في شهر نيسان الماضي، نتوجّه بمعايدة قلبية من الجميع، وخصوصاً من أعضاء التعاونية على أن يحمل لهم هذا العيد الخير والبركة. كل عيد وأنتم بألف خير.
- لمناسبة عيد الأم والعمّال وككل عام، نتمنى لجميع الأمّهات والعاملين وخصوصاً أمّهات وأعضاء الجمعية التعاونية الإنمائية حياة مليئة بالفرح والعمر المديد والصحة. كل عام وأنتم بألف خير.
- أطفأت ماريان شلهوب ابنة العضو يوسف شلهوب شمعتها الخامسة عشر. نتمنى لها حياة مليئة بالسعادة والنجاح. وكل سنة وهي بألف خير.

### المناولة الأولى



• في كنيسة القديسة بربارة - أنان، احتفل ميشال بطرس ابن العضو كريستيان بطرس بمناولته الأولى، مع مجموعة من رفاقه. وللمناسبة، أقامت والدته حفل عشاء في منزلها الكائن في أنان حضره حشد من أفراد العائلة والأصدقاء. مبروك.

### ولادة

• رزقت الزميلة جينا قزحيا وزوجها جورج الناشف بمولود أنثى سمّاها «ماري بل». نتوجه بالتهاني القلبية الخالصة إلى العائلة بالمولود الجديد وألف مبروك.



## حكّم وأقوال

### حكّم

- إذا قرأت المرأة كتاباً، فكأنما قرأه زوجها وأولادها (لامارتين)
- كل شخص لأرهنقه حياته المدنية، يحبّ العودة إلى الطبيعة ولكن ليس سيراً على الأقدام (روستن)
- الحظ يستخدم أحياناً عيوننا ليقعنا (لاروشفوكو)
- من يبحث عن الظلم لا يحتاج إلى مصباح (لشتنبرغ)

### بيقول المثلّ

- لا تقلّد حقيراً أو صغيراً أعلى المناصب فيستخفّ بك الناس (مثل مصري)
- ليس أسوأ من الثمرة التي لا تنضج مطلقاً (مثل إيطالي)
- نسمع عجيج الآلام الخفيفة ولا نسمع صمت الآلام العميقة (مثل ألماني)
- خروفاً أجرب يعدي قطعاً برمته (مثل لاتيني)





## صديقي العزيز

مع بداية فصل الصيف، أحببت تعاونيتي «كيدز»، أن تلقي الضوء على السباحة وأسباب ممارستها. ان السباحة هي رياضة وتسلية يمكن التمتع بها على مدار السنة، وفي الإمكان ممارستها في الأماكن المفتوحة كالبحر أو النهر أو حمام السباحة أو الأماكن المغلقة مثل حمامات السباحة الدافئة المنتشرة في أنحاء البلاد. وباستطاعتك أن تسبح مع أسرّتك وأصدقائك أو بمفردك، وذلك عندما تصل إلى مستوى عالٍ من الكفاءة، وأنت لا تحتاج إلا لمعدات قليلة جداً وتستطيع أن تبدأ منذ الصغر وتستمر سنوات طويلة ما دامت السباحة تستهويك. هذا، وقد تقبل على السباحة لمجرد اللهو، وقد تعتبرها رياضة للتسابق، وهي في كلتي الحالتين لون صحيح من ألوان النشاط يتدرّب فيه كل جزء من الجسم.

وإذا أردت أن تزاول ألعاباً مائية أخرى، مثل قيادة المراكب الشراعية أو الإنزلاق على الماء، فلا بدّ من تعلّم السباحة حتى تتمكن - في حالات الطوارئ - من الوصول إلى الشاطئ أو تظل طافياً على الماء إلى حين وصول النجدة. وأخيراً، فالسباحة وسيلة لتقوية الأطراف الضعيفة، وتدريب المعوقين بديناً الذين لا يقدرّون على الحركة من دون سند إضافي من الماء.

## رسائل الأصدقاء

### فصل الصيف

فصل الصيف هو فصل اللهو واللعب والمرح، كبار وصغار يقصدون الشواطئ للسباحة وللإستجمام تحت أشعة الشمس ويمارسون هواياتهم المفضلة، كما يتنزّهون في الطبيعة التي تعمّها الحياة بأشجارها وأزهارها المزركشة بألف لون ولون.

ويأتي السياح من مختلف البلدان إلى لبنان ليتمتعوا بجمال طبيعته ما بين جباله وسواحله، ويقضون أوقاتاً مسلية خلال النهار والليل في المطاعم والنوادي والسهرات الليلية الطربية فيشعر الفرد بالحيوية والنشاط. فبلدتي بكاسين التي تبعد ٧٥ كلم عن مدينة بيروت، وحيث أعيش مع أمي وبين أقاربي، تزدهر خلال الصيف فيؤمّها المصطافون من كل حدب وصوب ليتمتعوا بجمال طبيعتها، المميّزة بحرجها الصنوبري الكبير فيتمّ إحياء الحفلات وخصوصاً في مناسبة عيد القديسة تقلا، شفيعة البلدة.

أنا أحب كثيراً وطني لبنان، وكذلك بلدتي بكاسين حيث أترعرع بين ربوعها ولن أتركها أبداً.

ريتا ماريا نمور





## مصر Egypt

شهرة، وبلا شك متعة للناظرين بواجهاتها الحجرية التي تكتسب لونها ورياً مع شمس الصباح ثم يصبح ذهبياً خلال النهار، ولا يلبث ان يتحوّل إلى أرجواني دخاني عندما يسدل الليل ستاره.

ان أكبر الأهرامات الثلاثة هو هرم خوفو وهو الوحيد المتبقي من عجائب الدنيا السبع التي كتب عنها علماء الإغريق والرومان. وقد كان في الأصل متوجاً بطبقة رقيقة من الأحجار الكلسية التي تعكس أشعة الشمس فيصبح كمنارة عبر وادي النيل، أما أبو الهول فهو تمثال يصور رأس الملك خفرع (لكن بشكل يكتنفه الغموض) متصل بجسد أسد، بعد موت خفرع ضاع جسد أبي الهول تحت رمال الصحراء التي جرفت المنطقة، وقد اعتقدت تحتتمس الرابع بأن التمثال قد تكلم معه وأخبره بأنه سيصبح فرعوناً إذا زالت الرمال عنه، بعد هذه الحادثة ساد لدى المصريين الاعتقاد بأن التمثال يملك قوة التوقع. وتتمتع مصر أيضاً بسياحة رياضية، ومن الرياضات التي يمكن ممارستها في مصر: الرياضات المائية كالسباحة بواسطة أنبوب التنفس والغوص. فمصر تعتبر مكاناً رائعاً لممارسة هاتين الرياضتين.

تشتهر مصر بعدة أسواق منها خان الخليلي في القاهرة، بالإضافة إلى الأسواق السياحية الصغيرة المنتشرة. ومن الأشياء التي يمكن للسائح أن يشتريها من هناك: الرخام والمرمر، القطع النحاسية ذات اللون الأصفر والأحمر، البضائع القطنية والصوفية، الأعمال الخشبية وغيرها من الأشياء التي يمكن لأي زائر أن يحب اقتناءها على اعتبارها تذكراً من بلد زاره في يوم من الأيام يدعى مصر.



عاصمتها القاهرة التي تقع عند سفح المقطم حيث يتوسّع نهر النيل ليشكل دلتاه، وهي تعتبر من أكبر مدن القارة الإفريقية حيث يزيد عدد سكانها عن 14 مليون نسمة. أسسها القائد الفاطمي جوهر الصقلي شمالي الفسطاط، وزينها الفاطميون وتابع تجميلها المماليك ثم محمد علي وخلفاؤه وهي مركز ثقافي وحضاري وفني وتجاري وأثري، تقع فيها الأهرامات وأبو الهول والجامع الأزهر. القاهرة هي عقدة مواصلات برية وجوية إلى جانب كونها مدينة حارة وصاخبة.

يقع مركز القاهرة حوالي نهر النيل وفي عدة شوارع وساحات حديثة حيث يمكنك إيجاد معظم الفنادق العالمية، ويقع ميدان التحرير في قلب المدينة على الضفة الشرقية من النهر، حيث يلتقي عدد كبير من الشوارع عند أكبر محطة باصات في المدينة، كما تحيط به وزارات ومبان حكومية تحوي مكاتب للطيران ووكالات سفر. بالقرب من ميدان التحرير وعلى ضفة النيل، يقع فندق هيلتون النيل الذي يشكل علامة بارزة لسكان القاهرة والسياح أيضاً. ومن الأماكن الهامة التي يتدفق على زيارتها العديد من الناس المتحف المصري حيث يوجد أكثر من 1700 قطعة وجدت في قبر توت عنخ آمون الذي توفي ولم يتجاوز بعد التاسعة عشر من عمره، ولم يكن هناك وقت كاف لتحضير قبر واسع يناسب مكانته الملكية ومع ذلك ملئ بالكنوز. أن الألفان الثلاثة المحيطة بمومياء الملك معروضة في المتحف، والكفن الداخلي مشغول من الذهب الخالص ويزن 170 كغ، كما يمكن رؤية الضعاف الذهبي الذي كفن به الملك، فهو اكتشاف ما زال يبهز الأبصار بعد مرور أكثر من 3000 عام. وفي الطابق العلوي، في غرفة المومياء يمكنك رؤية البقايا المحنطة لبعض أشهر حكام مصر من السلالة الثامنة عشر حتى العشرين.

الأهرامات تقع في منطقة الجيزة، وقد استحوذت أهرامات مصر على اهتمام العالم منذ الاستكشافات الأولى التي قام بها مستكشفو هذه الأرض الغائرة في القدم. أما المرء فيقف مذهولاً أمام هذا العمل الفذ في التصميم والتنظيم الناتج عن ملايين الكتل الحجرية التي نقلت إلى الموقع، ووضعت بدقة عجيبة واحدة فوق الأخرى وكل ذلك من دون معدات رافعة. أهرامات الجيزة هي أكثر الأهرامات

### نصائح وإرشادات

- الكذب شرّ مزدوج يؤدي الغير والكاذب معاً.
- الصدق قوة والكذب ضعف وجبن.
- والداك يشقيان ليوفراً لك الكتاب والكساء والرغيف والمدرسة ... فكن دوماً مجتهداً.
- ساعد رفاقك وإخوتك الصغار إذا طلبوا المساعدة، وخصوصاً في دروسهم.

### هل تعلم؟

• ان الدلفين الذي هو من الحيوانات المكيفة للحياة المائية يتنفس الهواء حوالي مرتين أو ثلاث في الدقيقة، وفي حالة الاضطراب يستطيع البقاء تحت الماء من خمس دقائق إلى عشر. يتغذى الدلفين من الأسماك التي يلتقطها بفيه المسنن ويبتلعها من دون مضغ. وهو يتمتع بحاسة سمع خارقة وبقدرة رادارية فائقة على السبر بالصدى حتى ان باستطاعته الإستغناء عن البصر لإيجاد طريقه بين شبكة عراقيل أو تمييز سمكتين عن بعد تختلفان حجماً أو شكلاً، أما حاسة الشم لدى الدلفين فمعدومة. ويتراوح طول الدلفين ما بين المترين والثمانية أمتار، وهو حيوان اجتماعي يعيش أسراباً ويألف حياة الأسر في مهابات واسعة حيث يمكن تدريبه على القيام بأعمال بهلوانية تنم عن الرشاقة والذكاء.





# الكتيبات العلمية



ان مجموع هذه الكتيبات التي صدرت عن مشروع "تنمية الفرص الاقتصادية للمتضررين من الألغام وضحايا الحرب في قضاء جزين" بدعم وإشراف الصندوق الدولي للتأهيل، وبتنسيق من الوكالة الأميركية للتنمية الدولية / صندوق ليبي لضحايا الحرب، تساعد على التعرف إلى سبل الاهتمام بتربية الدجاج والنحل كما الاعتناء بزراعة الأعشاب. وتسهل عملية تنفيذ كافة الخطوات التي تتطلبها التربية أو الزراعة بطرق سليمة وواضحة تجنباً للأمراض والأفات، أو حتى لاستعمال الأدوية لمكافحة والتي تؤثر مباشرة على جودة الإنتاج. هذه الكتيبات تجدونها في المركز التعاوني في عازور.

لمزيد من المعلومات أو الحصول عليها،

الرجاء الاتصال على الأرقام التالية:

٠٣/٣٢٤٣٢٩ - ٠٧/٨١٠١٤٠

مشروع تنمية الفرص الاقتصادية للمتضررين من الألغام وضحايا الحرب في قضاء جزين

الصندوق الدولي للتأهيل

المكتب الرئيسي: سن الفيل - حرش ثابت - بيروت - لبنان - ص.ب: ٥٥٣٤ - هاتف، فاكس: ٠١/٥٠٢١٨٨/٩

مكتب فرعي: عازور - جزين - هاتف، فاكس: ٠٧/٨١٠١٤٠

بدعم من الوكالة الأميركية للتنمية الدولية



تعاونية

الجمعية التعاونية الإنمائية في قضاء جزين م. م.