



إطلالة من ذهب و جواهر
تعكس شخصيتك

11



باقة منتقاة من
أهم المستحضرات
والعطور لخريف 2011

9



شكل وجهك ..
يحدد قصة شعرك المناسبة

8

SUNDAY
30 OCTOBER
2011

نور

نورت بطلتك

أسبوعية متخصصة تعنتني بجمالك .. كل أحد مع الوطن

العدد
87

Doha - Qatar TEL: 4467573 - FAX: 4466936 - E-mail: adv@noorweekly.com

عيدك أجمل .. مع نور

بالتعب الذي يصاحبه، والاستعدادات الكبيرة التي تسبقه، وبالتحضيرات الكثيرة التي تشغل بال السيدات وربات البيوت قبله، من شراء الملابس إلى التحضير لعمل حلويات العيد، وتجهيز المنزل لاستقبال زوار هذه المناسبة الكريمة، يطل علينا عيد الأضحى قريباً، ليحدث مع كل الإجهاد الذي يسبق قدومه، حالة من الاحتياج بقدم ضيف ينتظره الناس كل سنة، ضيف يجمع كل العائلات حوله من كبار وصغار .. نساء ورجال ... في جو من الألفة والسعادة ..

ولحرصنا على أن يكون عيدك أجمل وعلى أن تحصل على كل ما يحكم من موضوعات تتعلق بالزائر الكريم، خصصنا لك هذا العدد من «نور» ليلي احتياجاتك المختلفة، ويكون دليلك الصغير ورفيقك المميز في التحضيرات لعيد الأضحى.

وفي هذا العدد الخاص من «نور» نقدم لك مجموعة من المواضيع المتنوعة التي تهتم سيدتي في هذه المناسبة في الأزياء والرشاقة والاكسسوارات والصحة والجمال.

بالإضافة إلى مواضيع تتعلق بالأطفال، فرحة العيد الحقيقية، ومجموعات من أشهى أكالات العيد وطرق تقديم الفواكه الشهية والشوكولا لزوارك الكرام، وغيرها من المواضيع المميزة التي تستحقها.

عساكم من عواده .. عيدكم مبارك ..
وكل عام وانتم بالف خير ..



كيف تخططين لقضاء المناسبة؟ نصائح تساعدك على الاستمتاع بالعيد مع عائلتك

مع اقتراب أيام عيد الأضحى المبارك تستعد معظم الأسر العربية المسلمة لتحضير نفسها في كافة المجالات لهذه المناسبة الغالية، سواء من خلال تحضير الحلويات والكعك والمعوم، وشراء جميع الأمور المتعلقة بالاحتفال من ملابس جديدة للأطفال، وإضافة لمسات مختلفة على البيت، بالإضافة إلى الاستعداد للنشاطات الحافلة التي تنظم في العيد، من زيارات وزهات وسفر، وكل ذلك يتطلب تخطيطاً مسبقاً ومنظماً حتى لا يمر العيد سريعاً، والمرأة الناجحة هي التي تحسن التنسيق والتفكير جيداً للوصول إلى فرحة العيد الحقيقية.

اسعي دائماً لجعل العيد سعيداً ومليئاً بالفرح، وتجاوزي كل ما يمكن أن يغضبك، وذكري أبناءك وزوجك كلما لام طيف غضب، أن هذا يوم عيد يجب أن تفرحوا فيه وأن تغيروا حياتكم نحو الأفضل، وتذكري دائماً أن الإعداد للعيد يكون إعداداً نفسياً واجتماعياً أكثر منه مادياً، فشعور الإنسان بالفرحة والسعادة أمر ضروري وهام للصحة النفسية.



يمكنك من باب التغيير أيضاً أن تقومي بإعداد هدايا صغيرة لأطفالك وأطفال العائلة، ولا يشترط أن تكون باهظة الثمن، إذ يمكنك شراء هدايا رمزية صغيرة مع حلويات ووضعها في أكياس ملونة وتقديمها للأطفال الذين سيتواجدون هذا اليوم، وفرحتهم بهديتك، ستفوق أي فرحة أخرى.. وعند قيامك بتوزيعها ستترنم النشيد الإيجابية وقد ارتسمت على وجوههم.

فيما يتعلق بزيارات الأهل والأقارب والجيران يجب الحرص عليها، فهذا تقليد لا يمكن التخلي عنه، ويمكنك تخصيص اليوم الأول لها، وذلك لأهميتها وتأثيرها الكبير في حياتك، حيث أنها تزيد من فرص التقارب بينك وبين من حولك، كما أنها تفرس القيم الاجتماعية الهامة عند أطفالك مثل الترابط الأسري، الذي يظهر جلياً في مثل هذه الزيارات والتكافل الاجتماعي من خلال تقديم الهدايا البسيطة للأطفال لإدخال الفرحة في قلوبهم.

بعد الانتهاء من زيارة الأهل والأقارب وتبادل التهاني، يأتي دورك الآن لتفكري مع أسرته بكيفية قضاء أيام العيد، وذلك من خلال تخصيص وقت محدد لذلك، وهناك العديد من الأماكن التي يمكنك الذهاب إليها مع أفراد أسرته، ولكن عليك أن تحرصي عند اختيارك للمكان أن يكون مناسباً لأطفالك وأن يوفر أكبر قدر ممكن من الترفيه، وفرحة طفلك في قائمة أولوياتك عند اختيارك للمكان الذي ستقصدينه.

يمكنك أن تخططي مع زوجك وأطفالك لرحلة أو نزهة إلى حديقة ما أو إلى شاطئ البحر تتخللها بعض المفاجآت والمسابقات من إعدادك وتحضيرك، كما يمكنك أيضاً الذهاب في رحلة إلى الخارج على سبيل التغيير، إذ يجب عليك جعل العيد فرصة للنزهة في الحدائق والمنتزهات في الهواء الطلق وخصوصاً مع تحسن الطقس، فلذلك القدرة على تحسين المزاج بشكل كبير وإدخال السرور إلى نفوس الجميع، وتغيير الروتين المقترن عند البعض على الذهاب إلى المولات وقضاء ساعات طويلة في جو مغلق.

ولعيد بلا مشاكل عليك أن تحرصي بشكل كبير وقيل كل شيء على سلامة أطفالك من كافة الجوانب حتى لا تنقلب فرحة العيد إلى حزن، لذا يجب أن تختاري ألعاب الأطفال التي لا تضر بسلامة طفلك والمناسبة لعمره والتي لا تحتوي على قطع صغيرة أو مواد ضارة، مع ضرورة الابتعاد عن الألعاب النارية أو الأدوات الكهربائية.

وعند الخروج يجب الحرص على مراقبة الأطفال عند الذهاب إلى المسابح أو الملاعب أو الساحات لتجنب الغرق أو السقوط أو غيرها من المشاكل.



ولكي تترك هذه الأيام القليلة المميزة ذكرى طيبة وجميلة في نفوس كل أفراد العائلة، تقدم لك بعض النصائح التي من شأنها أن تساعدك في قضاء عيد ممتع، وكسر حاجز الرتابة والملل، والتي تعتمد كأساس لها على التخطيط الذكي لكل يوم من أيام الأضحى المبارك:

رتبي للاجتماع جيداً وخططي لها مسبقاً حتى تستطيعي الاستمتاع بها، من اصغر الأمور إلى أهمها، كقيامك بترتيب منزلك مسبقاً، لتقللي من الوقت الذي تمضيته في تجهيزه خلال العيد، وتحضير الحلويات كافة لضيوفك، حتى لا تقعي في مشكلة ضيق الوقت، وبشكل خاص مع الزيارات الكثيرة والمفاجئة أحياناً.

وعند قيامك بالتخطيط للعيد عليك أن تطليبي مشاركة أطفالك وزوجك في ذلك لمعرفة ميولهم، وما إذا كان تخطيطك للاجتماع مناسباً لاهتماماتهم، ولحظي الجميع بفرصة الحصول على أيام ممتعة، ولذكري لانتسائي عليك أن تجلسي مع أفراد عائلتك وتناقشون معاً عن الأماكن المناسبة، وعماً بهم أطفالك في العيد لكي تستطيعي أن تخططي له بشكل ناجح.

قد يكون يوم العيد عند البعض شرارة تشعل نار الخلافات في المنزل، وبالذات في الصباح، بسبب ضيق الوقت وتشتت الذهن، فتشحن النفوس بالغضب وتنقلب فرحة العيد إلى شجار، تجعل البعض يمزق العيد بوجه غاضب ونفوس مكتئبة، ولتجنبني ذلك الأمر احرصي سيدتي على تجهيز ملابسك وملابس زوجك وأطفالك وأحذيتهم وجميع أغراضهم قبل العيد بيوم، فأكثراً ما يغضب الرجل، عدم ترتيب هذه الأمور والتأخر في تجهيز الملابس وارتداها.

احرصي على أن تخلي للنوم باكراً أنت وأفراد عائلتك، لتستيقظوا في وقت مبكر لتكونوا على أتم الاستعداد لأول أيام العيد الحافل بالنشاطات والزيارات، واخرجوا في البداية لأداء صلاة العيد فهذا من شأنها أن يدخل فرحة كبيرة في قلوب من حولك وشعور بالراحة والسكينة.

تغيير وتجدد في العيد، اجعلي طرق التهنئة مختلفة واعي بطاقات تهنئة خاصة لأفراد عائلتك وجيرانك وصديقاتك، بدلاً من الاعتماد دائماً على المسجات، واكتبي في كل بطاقة عبارة من شأنها أن تدخل الفرحة في قلوب الجميع وتزيد من حبهم وتقديرهم لك.



علايات - فتيات

Sale

حتى 50% UP TO

المجموع صغير والتمس كبير

يوم الترويج 11/10/11
من 11:00 إلى 19:00

www.almajma.com

QATAR U.A.E. SAUDI ARABIA KUWAIT K.S.A. OMAN EGYPT MOROCCO