

Tekst 1 جمعية الحمير

- 1 قال أعضاء سابقون في "جمعية الحمير" المصرية التي أنشئت عام 1930 ثم توقفت
2 عن العمل عام 1993، إنهم يفكرون الآن في إعادة إحياء نشاط الجمعية الذي يتركز أساساً على
3 النشاط الخيري. وإن السبب في توقف نشاط الجمعية طوال السنوات السبعة الماضية هو رفض
4 وزارة الشؤون الاجتماعية المصرية بمنح الجمعية ترخيصاً رسمياً احتجاجاً على حملها اسم
5 "الحمير" بوصفه غير مناسب ويتنافى مع التقاليد، خصوصاً أن أعضاء الجمعية تُطلق عليهم
6 ألقاب غريبة تتناسب مع مدة العضوية مثل: "جحش" و"حمار صغير" و"حمار كبير".
- 7 تأسست جمعية الحمير كجمعية خيرية برئاسة الفنان المصري الراحل زكي طليمات،
8 وضمت في عضويتها عدداً كبيراً من الفنانين والصحفيين والكتّاب، مثل: طه حسين، وعباس
9 محمود العقاد، وتوفيق الحكيم، ونادية لطفي.
- 10 تأسست الجمعية تحدياً للقصر الملكي والاحتلال الإنجليزي في ذلك الوقت. فقد طلب
11 الإنجليز من الملك فؤاد الأول (1868-1936) إغلاق معهد الفنون المسرحية الذي أنشأه
12 طليمات وذلك لأن هدفه كان خلق مسرح مصري خالص لا يترجم الروايات الأجنبية فقط.
- 13 اختار طليمات ومعه شكري راغب مدير الأوبرا في ذلك الوقت اسم "حمار" باعتباره
14 الحيوان الأكثر قدرة على التحمل والصبر ليكون اسم جمعيتهم الجديدة لمواصلة النضال من
15 خلالها من أجل إنشاء المسرح. وتحول الأمر بعد ذلك للعمل الخيري والدفاع عن الحمير بالفعل
16 في بعض الأحيان، والأهم هو العمل الخيري وجمع التبرعات.
- 17 كانت نشاطات الجمعية مركزة في المجال الطبي في تقديم العلاج المجاني للفقراء
18 وشراء أجهزة طبية منها أجهزة إشعاعية لمعالجة أمراض السرطان وأجهزة لغسل الكلى. أما في
19 المجال الاجتماعي فكانت الجمعية تقدم فرص عمل للعاطلين ومساعدات مالية وملابس
20 للمحتاجين. وكان تمويل الجمعية يأتي من تبرعات أعضائها الأغنياء إضافة إلى الاشتراكات.
21 وقد بلغ عدد الأعضاء "الحمير" 30 ألف عضو.
- 22 تُمنح لأعضاء الجمعية ألقاب ورتب وتندرج هذه الرتب من رتبة "الجحش" إلى رتبة
23 "الحمار الكبير". ورؤساء الجمعية في المدن المصرية وخارج مصر يطلق عليهم لقب "كبير
24 الحمير" ورئيس الجمعية في مصر يُدعى "الحمار الأكبر". ظهرت للجمعية فروع في عدد من
25 الدول العربية وخصوصاً في سوريا وفي دول أجنبية مثل: فرنسا والولايات المتحدة، حيث كان
26 يرأس هذه الجمعيات مثقفون مصريون ويكتبون أيضاً مقالات في الصحف الناطقة باللغة
27 العربية، تحت اسم "الحمار".

عن جريدة الجسر عدد 47، 16-3-2000

العلاج بالموسيقى

من أبرز الأبحاث وأغربها التجربة التي أجريت على مجموعة من الأمهات، فقد تم إسماعهن للموسيقى أثناء الولادة فكانت النتيجة اختفاء الألم بشكل محسوس أكثر من فاعلية حقنة المورفين التي كانت تُعطى للأمهات حين الولادة، لدرجة أن كثيراً من الأمهات الآن 14 الاستماع إلى الموسيقى الهادئة على حقنة المورفين المُسكّن للألم، لإحساسهن بالفارق الواضح بين الاثنين. هذه التجارب والأبحاث اعتبرت خطوة هامة في سبيل 15 الموسيقى في علاج أو المساعدة في علاج كثير من الأمراض النابعة من أسباب عضوية خطيرة مثل الشلل الرعاش وتحسين الذاكرة لمرضى الألزهايمر. وفي نفس الوقت الذي تتوالى فيه هذه الأبحاث، يؤكد العلماء أيضاً وللأسف أن الموسيقى تؤدي أحياناً إلى الإصابة بالصمم، خصوصاً بين أوساط الشباب الذين يميلون إلى سماع الموسيقى الصاخبة عن طريق مكبرات الصوت أو عن طريق السماعات الملتصقة بالأذنين. 16 يحذر العلماء من سماع الموسيقى الصاخبة والتي تكون قريبة من الأذنين، لأن ذلك يؤدي إلى حدوث صمم مؤكد بعد فترة قليلة من الاستعمال. ولذلك لا بد من سماع الموسيقى 17 حتى تُحدث التأثير الحسن المرجو منه دون الضرر.

مكتب العرب 11-4-2000

هدى عبد الكريم

دخلت الموسيقى إلى عالم الطب والتعامل مع الأمراض، لتصبح طريقة جديدة في العلاج تضاف إلى الطرق التقليدية، وغير التقليدية. وقد أثبتت الدراسات والتجارب نتائج مهمة جداً، حيث كشفت عن التأثير الإيجابي للموسيقى على بعض أمراض المُخ والأعصاب وتنشيط الروابط بين الخلايا العصبية في المُخ. قامت مجموعة من العلماء في جامعة "أدنبره" في اسكتلنده بإجراء تجارب تتصل باختبارات الذكاء وعلاقته بالموسيقى وأجريت هذه التجربة على مجموعتين من الأطفال في المرحلة الابتدائية. وقد ثبت أن الاستماع لموسيقى "موزارت" قبل ساعات من اختبارات الذكاء أسهم في تفوّقهم على الأطفال الذين 10 قبل الاختبار بتسع درجات أكثر، رغم تماثل السن والمرحلة الدراسية بين الفريقين، وبذلك أكد العلماء أن الموسيقى 11 ذكاء الأطفال. ومن أهم التجارب العلمية التي أجريت لبيان 12 في علاج بعض الأمراض، تلك التي أجريت على مجموعة من مرضى القلق والاكتئاب، فبعد أن استمعوا إلى الموسيقى لمدة 12 أسبوعاً، كانت المفاجأة أن هذه الموسيقى أحدثت أثراً إيجابياً في علاج هذه الحالات النفسية، وتمكنت من إعادة الاستقرار النفسي لهم. كما أن الموسيقى 13 حالات مرضى "اللزهايمر" وبعض الأمراض الأخرى المتصلة بالمُخ والأعصاب.

Tekst 3 علم السعادة

- 1 _____ 1 أين توجد السعادة؟ في أي مكان في الأرض؟ تحت سماء مليدة بالغيوم؟ أم تحت
2 _____ 2 سماء مشرقة بالشمس؟ وسط ثقافات غربية أم ثقافات شرقية؟ عند قوم بشرتهم بيضاء أم
3 _____ 3 عند ناس بلون آخر؟ في العالم القديم أم في العالم الجديد؟ هذه أسئلة أجاب عنها معهد
4 _____ 4 جالوب خلال دراسة أجراها عن السعادة وضمها كتاب يحمل عنوان "سيكولوجية
5 _____ 5 السعادة" ألفه "مايكل ارجايل" أستاذ علم النفس بجامعة "أكسفورد" وترجمه إلى العربية
6 _____ 6 السيد فيصل عبد القادر يونس.
- 7 _____ 2 في البداية أدرك الخبراء أن السعادة باتت مستحيلة حين نسج الإنسان حولها خيوطا
8 _____ 8 لا حصر لها من خياله ووهمه. لذلك فإن تصحيح المعتقدات الغير المعقولة عن السعادة
9 _____ 9 كان هدف برنامج للتدريب على السعادة وُضع في "نيوزيلندا" وآخر وُضع في أمريكا.
10 _____ 10 البرنامج يضم أربع مراحل. في المرحلة الأولى تهدف الدروس إلى معرفة أسباب
11 _____ 11 السعادة ودروبها. والمرحلة الثانية تتعلق بتخفيض الطموحات؛ فالأهداف لا ينبغي أن
12 _____ 12 تكون بعيدة المنال. والمرحلة الثالثة تركز على تنمية التفكير المتفائل ورؤية الجوانب
13 _____ 13 المشرقة في أحداث الحياة. والمرحلة الأخيرة تهتم بالحاضر، فالماضي لا عودة له.
14 _____ 3 والآن نقرأ في هذا الكتاب أن السعادة لا علاقة لها بالغنى ولا يوجد أي دليل يؤيد
15 _____ 15 النظرية القائلة أن المرء سيكون أكثر سعادة إذا كسب نقودا كثيرة. وأكثر الناس شعورا
16 _____ 16 بالسعادة- كما تقول الإحصائيات- هم أساتذة الجامعات والعلماء.
- 17 _____ 4 الوفاق في الزواج أهم مصدر للسعادة والمتزوجون أكثر سعادة من العُزاب. عدم
18 _____ 18 الرضا عن العمل أهم مصدر للتعاسة. فنسبة محدودة جدا من الناس يستمتعون حقا
19 _____ 19 بعملهم. إن التدين يزيد من شعور السعادة ويخفف من شعور الوحدة. والصحة تعتبر
20 _____ 20 أهم أسباب السعادة.
- 21 _____ 5 ليس هناك اختلاف كبير في الشعور بالسعادة بين الدول المتقدمة والدول المتخلفة أو
22 _____ 22 بين الدول الغنية والدول الفقيرة. فالفروق القومية في السعادة ضئيلة جدا. وأسعد
23 _____ 23 الأماكن في العالم شمال أمريكا وأوروبا وأستراليا. وأسعد البلاد في أوروبا هي بلجيكا
24 _____ 24 والدانمرك وهولندا. بينما يقل الشعور بالسعادة في فرنسا وألمانيا وإيطاليا حيث يزداد
25 _____ 25 الطموح والصراع. ولا يوجد دليل على أن الناس الذين يعيشون في مناخ ملائم أكثر
26 _____ 26 سعادة، لأن الإنسان لديه القدرة على التكيف السريع.
- 27 _____ 6 تختلف مصادر السعادة لدى الرجال عنها لدى النساء. إذ يتأثر الرجال أكثر
28 _____ 28 بالعوامل الاقتصادية والمالية وبوظائفهم. بينما تتأثر النساء أكثر بأطفالهن وبصحة
29 _____ 29 أفراد الأسرة. وغالبا ما يزيد شعور الرجال بالسعادة مع التقدم في العمر والعكس
30 _____ 30 صحيح بالنسبة للنساء.
- 31 _____ 7 وفي دراسات للمقارنة بين الحضارات المختلفة ثبت أن السعادة تنتشر بصورة أكبر
32 _____ 32 في الثقافات التي تتميز بالأسر ذات العدد الكبير أو التعاون الاجتماعي، بينما تقل في
33 _____ 33 الثقافات ذات الأسر المحدودة العدد.

Eindexamen Arabisch vwo 2002-I

havovwo.nl

المهم في هذا الكتاب الكم الهائل من الإحصائيات والدراسات التي أجريت في الغرب 34 8
عن السعادة والتي أثبتت أن السعادة موجودة في كل مكان وتحت أي سماء ومع الجهل 35
والعلم، والفقر والغنى. 36

عن جريدة "الأهرام"، 2000



- يقولون إن كتاباتي في بعض الأحيان تكون تنفيساً عن غضب، أو تعبيراً عن حزن وآلام، وفي أحيان أخرى متفائلة ومائلة للفرح. وهذا أمر طبيعي، لأن شعور الإنسان عبارة عن تفاعل بين حالات الغضب والرضا، وأحاسيسه تتفاوت بين الحزن والفرح، فلا يوجد إنسان حزين طول الوقت، ولا سعيد طول الوقت، فلن نشعر بالسعادة يجب أن نعرف الحزن. وكلنا نتمنى أن نكون سعداء طول الوقت، وإنما الأوقات التي نشعر فيها بالحزن أو الألم تعلمك أن تتغلب عليها.
- فنحن شعوب إذا ضحكت قالت "لعله خيراً" وكأن الضحك علامة أو مؤشراً بأن الحزن أو الشر قادم. وإذا فرحنا من شدة الفرح بكينا، ونسبها دموع الفرح، فكل شيء مرتبط لدينا بالدموع حتى الفرح، ففي الحزن دموع، وفي الألم دموع. ولا فرق بين الفرح المرتبط بالسعادة والابتسام والضحك، والحزن المرتبط بالألم والدموع. فإذا ودعنا نبكي، وإذا استقبلنا نبكي، وإذا نجحنا نبكي، وإذا فشلنا نبكي، فلنتعلم أن نجعل ابتسامتنا وضحكنا للفرح دون دموع، ودون قلق وتشاؤم.
- إذا تعلمنا أن نضيف الجمال إلى كل واجباتنا وأحاسيسنا لن يصيبنا الملل، بل سنشعر بالارتياح والرضا في كل شيء نؤديه. والجمال الذي أقصده ليس الجمال الخارجي أو المظهري، بل الجمال الجوهري أو جمال المضمون، بمعنى أن نعود أنفسنا على كل شيء جميل، فنعتاد أن نملأ قلوبنا بالحب والتسامح لكل الناس، وأن نزيل منها الحقد والغيرة، ونرضى بما قسم لنا، فنتمتع بهدوء النفس، وسكينة وجمال الروح.
- يجب أن نعود أعيننا أن ترى كل ما هو جميل، وهذا ليس معناه أن نغمض أعيننا، ولا نفتحها إلا إذا كان المنظر جميلاً، وإنما نعود أعيننا أن لا ترى سوى مواطن الجمال في الأشياء، وأن نعود آذاننا أن لا تسمع إلا كل ما هو جميل، ولا نأخذ الكلام بمعناه السيئ، بل نحاول أن نفهمه بالمعنى الحسن، وأن نعود ألسنتنا على جمال الكلام، ولا نذكر سوى محاسن الألفاظ التي لا تؤذي ولا تؤذي من يسمعها. فنتمتع بجمال الروح، ونملأ حياتنا بالجمال الجوهري الذي ينمي الحب وينعشه.

Eindexamen Arabisch vwo 2002-I

havovwo.nl

فلنعمل كثيرا، ونحزن فنتألم قليلا، نفرح ونبتسم ونضحك كثيرا، وننقي أنفسنا، ونرى 24 5

كل ما هو جميل، فنتمتع بجمال الروح، ونملأ حياتنا بالجمال الجوهري الذي ينمي 25

الحب وينعشه. 26

عن أمل عبد الله، مجلة "سيدتي"، يناير 2000

الرباط - «الصدى»
كان من الصعب على المحكمة الجنائية في مدينة كامبريدج بولاية
ماساشوتس الأميركية إدانة الشاعر جيفري ميريك بتهمة دفع صديقه من
على سطح إحدى البنايات ما أدى إلى إصابتها بجروح بليغة، فإصراره على
النفي والإنكار جعل الضحية المسكينة تفقد كل أمل في إثبات التهمة التي
وجهتها للشاعر.
لكن المدعي العام سيفاجئ الجميع بوثيقة طريفة أنصفت الضحية وأدت
إلى إدانة الشاعر.
ولم تكن هذه الوثيقة الاستثنائية سوى قصيدة لجيفري نشرها مؤخراً في
إحدى مجلات الموجة الشعرية الجديدة التي تهتم بقصيدة النثر. ولقد تمت
إدانة جيفري بمقطع من قصيدته، يقول فيه:
«وقفت مع حبيبتي
النجدة، النجدة
فلتأت الشرطة
لقد دفعتها من على سطح البناية» ■



يبدو أن جماعة السلام الأخضر العالمية قد ملت من وعود الحكومات والمنظمات الدولية لحماية البيئة من الأخطار الكثيرة المحدقة بها، وقررت هذه المرة أن تأخذ زمام المبادرة بنفسها، حيث تنوي مع بداية العام المقبل أن تنخرط في مشروع لإنتاج الطاقة الكهربائية من وسائل بديلة لا تشكل أي تهديد للبيئة. وتضع هذه الجماعة تحدياً أمام عامة الناس، الذين يتوجب عليهم دفع قيمة إضافية نتيجة لارتفاع تكاليف هذا المشروع، لتقليل استخدام مصادر الطاقة المسببة للتلوث مثل البترول والفحم والطاقة الذرية. ■



علوم وتكنولوجيا

ولنجتون: بعد 44 عاما من إلقائه زجاجة بها رسالة من سفينة في المحيط الهادي، عادت الزجاجاة إلى شواطئ نيوزيلندا على مقربة من منزل المرسل. وقالت صحيفة "يفيننج بوست" أمس أن "هانز شوارز" وهو نمساوي يبلغ من العمر الآن 66 عاما، كتب الرسالة بالانجليزية والألمانية بينما كان في طريقه إلى استراليا عام 1956 لحضور دورة أولمبية في ملبورن. وعثر على الرسالة التي تضمنت رغبة صاحبها في "العثور على امرأة من منطقة المحيط الهادي" رجل يعيش على بعد 70 كيلومتر من ولنجتون حيث يعيش الآن شوارز. وقال شوارز للصحيفة إنها فرصة تحدث مرة واحدة في المليون... قد تكون الزجاجاة قد وصلت إلى مكان ما في جنوب شيلي أو جزيرة في المحيط الهادي ثم جرفت المياه مرة أخرى. وزار شوارز نيوزيلندا بعد أن حضر الأولمبياد في ملبورن عام 1956 ثم عاد إلى النمسا. وبعد خمس سنوات عاد ليقيم بصفة دائمة في نيوزيلندا قائلا إنه اشتاق إلى أسلوب الحياة السهلة في نيوزيلندا.



هذه نافذة تقدمها «مجلة الشباب» لقرائها المهتمين بمتابعة «الإنترنت» أو الشبكة العالمية للمعلومات، ويمكنك متابعتها في عدد من المواقع المتميزة في مختلف المجالات. ويرجى في حالة المشاركة بمعلومات أو اقتراح مواقع جديدة ومتميزة مرسلتنا على العنوان الإلكتروني أعلاه.

■ مواقع متميزة

www.uwm.edu/~giza/inmain.htm

موقع تم تصميمه بجهد فردي للمهندس «حامد الأفندي» عبر جامعة سيكسون. والمهندس «حامد الأفندي» حاصل على دكتوراه في الكمبيوتر قام بتصميم موقعه ليضم أقساماً عن: الإسلام ومرضان وكرة القدم ومصر والرياضة ووسائل الإعلام كالصحف اليومية.. كالأهرام والجمهورية والوقد.. إذ يتيح الموقع فرصة الانتقال للمواقع المختارة عبره، وخاصة تلك المواقع المهمة بمصر من جميع أوجه نشاطها.

■ اتجاهات نشيطة

www.ivu.org

«النباتيون» النشيطون نجحوا في إقامة موقع باسمهم على شبكة الإنترنت يعرضون فيه أفكارهم ومنتجاتهم وكتبهم واتجاهاتهم ورؤيتهم للأمور.

ولم ينس النباتيون - توجد الغالبية العظمى منهم في جنوب شرق آسيا - سرد قائمة طويلة بأشهر النباتيين في العالم، كنوع من الدعاية لمذهبهم ومن بين هؤلاء: كيم باسنجر، ليوناردو دي كابريلو، ونوري باري مور، ومايكل فوكس، وبيفيد ديشوفنى، بوبول مكارتنى، والدلاي لاما زعيم البوذيون الروحي.

أطرف مافي الموقع قاموس نباتي يقوم بترجمة جميع المصطلحات والعبارات المتعلقة بالنباتيين إلى جميع لغات العالم، ويمكنك قراءة جملة «أنا نباتي» مثلاً بجميع اللغات الشائعة، ومنها العربية والعبرية والسواحلية والتركية.

تصريحاً للدخول. وهناك أخبار أخرى عن كاظم الساهر وماجدة الرومي، ولاتنس الاستماع لمقطعات من أشهر أغنيات نجوم الطرب من العرب أمثال: لطيفة وأصالة في يامجنون، وديانا حداد في يامايا، والهوى سلطان لجورج وسوف وغيرها. ومتابعة أحدث إصدارات النجوم أمثال: سميرة سعيد وعاصي الحلاني وراشد الماجد وفيروز وعلاء زلزلي وغيرهم من المطربين المعاصرين، بالإضافة إلى المطربين الراحلين مثل: فريد الأطرش وعبدالحليم حافظ وفايزة أحمد. ويمكنك طلب الشراء عبر الموقع نفسه، والسداد بطريقة الفيزا كارد. في حالة امتلاكك لواحدة.

ولاتنس تسجيل اسمك وعنوانك الإلكتروني لتصلك نشرة الموقع الشهرية متضمنة أحدث الأخبار والإصدارات.

■ لعشاق المواقع العربية

<http://www.sakhr.com>

متاح لمن تمتلك أجهزتهم برامج قراءة اللغة العربية عبر شبكة المعلومات، ويتضمن الموقع أخباراً عن شركة صخر صاحبة الموقع بالإضافة إلى ديوان المتنبي وحكمة اليوم ومقالة العام، والمقال الحر.

من أهم أقسام الموقع قسم «سينما العرب» الذي يضم معلومات موجزة عن أعلام السينما العربية ونجومها وصانعيها من الفنانين والمصورين والمخرجين وجميع التخصصات المرتبطة بالفن السابع.

■ للقرءات الدينية:

<http://sunnah.org/ib-adat/fasting/fast.html>

موقع يشرح العبادات الإسلامية باللغة الإنجليزية طبقاً لاتباع السنة المحمدية.

ونرشح لك قراءة عدة صفحات عن فريضة «الصوم» حيث يجيب الموقع ببساطة عن سؤال «لماذا يصوم المسلمون؟» الإجابة مصحوبة بترجمة لمعاني الآيات القرآنية التي تناولت فريضة الصوم مع شرح واف، هذا بالإضافة إلى العشرات من الأسئلة التي تتعلق بعبادات وشعائر الإسلام.

<http://www.newadvent.org/cathen/00001a.htm>

موقع الموسوعة الكاثوليكية بالإنجليزية، الموسوعة تم البدء في جمعها منذ عام ١٩١٧، وتقدم بالإضافة للمعلومات الدينية عن الكنيسة الكاثوليكية وتعاليمها، والعديد من المعلومات التي تتناول الشخصيات العلمية والفنية والتاريخية التي أسهمت في إثراء الحياة الإنسانية وخاصة في مجالات الرياضيات والكيمياء وعلم النفس.

فالمعرفة - كما كتب محررو الموسوعة - ليست كاثوليكية أو يهودية أو بروتستانتية.

■ لهواة الموسيقى العربية.

www.nagham.com

موقع لبناني يتيح لك فرصة متابعة أخبار المطربين والمطربات العرب، وأحدث إصداراتهم أو مايقابلهم من مشكلات كالتى واجهت المطربة اللبنانية «مادونا» من رفض السفارة المصرية منحها

الحملة الصيفية "سفر بصحة جيدة"

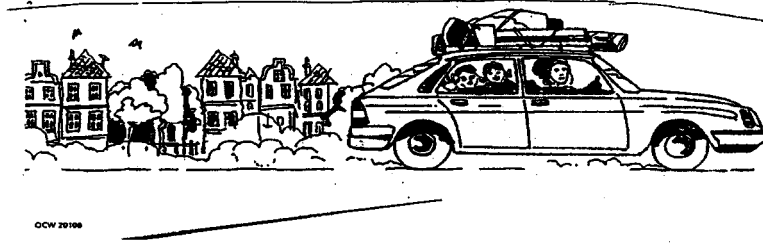
مصلحة الـ GGD دنهاخ

فصل الصيف على الأبواب. لديك أطفال تتراوح أعمارهم ما بين 3 و 15 سنة وتنتوي أن تقضي عطلتك خارج الدول الأوربية؟ إنتبه إذن جيدا:

"هيباتيتيس أ" Hepatitis A.

في البلدان التي تتسم بالحرارة، تتواجد أمراض أخرى غير التي توجد في هولندا. الأطفال معرضين للإصابة بأمراض خلال العطلة. بعض الأمراض يمكن أن تحملها معك حتى إلى هولندا. مثال لمرض معروف هو مرض "هيباتيتيس أ" (بوصفير). الأطفال الصغار لا يعانون كثيرا من هذا المرض. الكبار يمكن أن يصابوا بهذا المرض. "هيباتيتيس أ" مرض معدي، يعني ينتقل من شخص لآخر. بذلك يمكن أن ينتقل المرض من طفل لأفراد العائلة الآخرين.

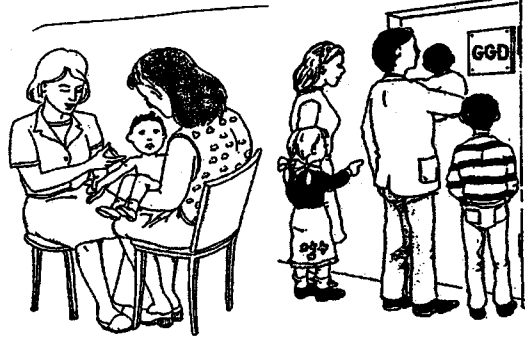
مصلحة الـ GGD تنصحك إذن كي تلتحق أطفالك ضد مرض "هيباتيتيس أ".



ساعات الإستقبال للتلقيح

حتى هذه السنة تنظم مصلحة الـ GGD دنهاخ ست مرات ساعات استقبال للأطفال الذين تتراوح أعمارهم ما بين 3 و 15 سنة. يمكنك أن تزورها من أجل الحصول على إرشادات خاصة بالسفر وكذا من أجل التلقيح لتجنب ما يعرف "بالهيباتيتيس أ" Hepatitis A. التلقيح ضد "الهيباتيتيس أ" يتكون من جزئين. تلقيح يتلقاه أبناك قبل السفر وآخر نصف عام بعد ذلك. بعد التلقيح الثاني يكون أبناك قد تلقى وقاية لمدة عشر سنوات ضد "الهيباتيتيس أ". لذلك فمن المهم جدا أن يأخذ أبناك كذلك التلقيح الثاني.

متى
ساعات الإستقبال الخاصة هذه، تنظم أيام الأربعاء ما بين الساعتين 13.00 و 15.00 بعد الزوال ،
وذلك في التواريخ التالية:
10 ماي 7 يونيو
17 ماي 14 يونيو
24 ماي 21 يونيو



المكان
كل ساعات الإستقبال يتم تنظيمها بمقر مصلحة الـ GGD المتواجدة ب: 360 Thorbeckelaan. يمكن
الإلتحاق بمصلحة الـ GGD من المحطة المركزية للقطار بواسطة ترام 3 في اتجاه Loosduinen، محطة
.De Savornin Lohmanplein

الدخول
تذاكر الدخول (بالمجان) متوفرة ابتداء من 1 ماي لدى الإستقبالات ب :
- استقبالات مصلحة الـ GGD (360 Thorbeckelaan)
- استقبالات "روبنس هوك" (13 Tenierstraat)
- استقبالات الرعاية المنزلية (30 Orveltestraat)

المصاريق
خلال ساعات الإستقبال الخاصة هذه، يكون ثمن التلقيح 40 خلدة (في حين أن الثمن العادي 74 خلدة).
علبة تحتوي على 12 كيسا من مشروب الـ ORS ثمنها 10 خلدات. الـ ORS يساعد على تجنب التجفاف
في حالة إصابة أبنك بالإسهال (دياري).

عوارض ومخلفات
التلقيح ضد "هيبتاتيس أ" لا تكون له أية مخلفات. أغلب العوارض التي تظهر هي صداع الرأس
والإحمرار حول مكان أخذ التلقيح (الوشكة). في حالات قليلة، يمكن أن يكون هناك ارتفاع في الحرارة،
صداع الرأس أو وجع في العضلات.

الخطوط الملكية المغربية



الخدمات على متن الطائرة



يمكن استعمال الأجهزة الطبية الإلكترونية بشكل عادي خلال جميع فترات التطبيق، غير انه لا يسمح باستعمال الحاسوب والحسابات وآلات التسجيل وقراءات الكاسيت واسطوانات الليزر والعباب الفيديو إلا بعد انطفاء الإشارة الضوئية «المرجو ربط أحمزمتكم».

■ أونيفير ماجيك

يتكون منتج الخطوط الملكية المغربية المخصص للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين سنتين و 12 سنة من وجبة غذاء خاصة تقدم في أطباق خاصة كذلك أو على شكل علبه تحتوي على وجبة طعام خفيفة، كئناهما تقدمان مصحوبتين بعلبة للألعاب «العالم السحري» فلا تترددوا واطلبوا المنتج عند قيامكم بالحجز.

■ المرجو عدم التدخين

يمنع التدخين منعا كليا خلال تحركاتكم على متن الطائرة وفي المرحاض. وحفاظا على راحة المسافرين الآخرين، نرجو منكم أن تحترموا الأماكن المخصصة لغير المدخنين. كما أن تدخين الغليون والسيجار ممنوع على متن الطائرة. ونخبر زبناءنا الكرام أن الرحلات الداخلية للخطوط الملكية المغربية ورحلاتنا الآتية من ألمانيا وفرنسا وبريطانيا والمتجهة إليها رحلات لغير المدخنين.

■ من أجل راحتكم

يزودكم العاملون على متن الطائرة بمخدرات وأغطية على جميع رحلاتنا وتوضع رهن اشارتكم محفظة أدوات النظافة على متن درجات المرحلة الأولى والدرجة التجارية. كما يقدم لكم على الرحلات الطويلة أخفاف وأقنعة لمزيد من الراحة.

■ التسلية

اضافة الى هذه المجلة التي تهديها لكم الخطوط الملكية المغربية، نقدم لكم مجموعة صحف ومجلات محلية وأجنبية. وبإمكان ركاب رحلات الدرجة الأولى على متن البوينغ 400-747 مشاهدة فيلم على شاشتكم الشخصية التي توجد طريقة استعمالها مبينة في الصفحة 110 رفقة لائحة الأشرطة الموضوعية رهن إشارتكم. كما يعرض فيلم من بين احد الأفلام باللغة الفرنسية أو الإنجليزية حسب إختياركم. وتتخصص الصفحات 106، 107 و108 لبرنامج السينمائي المعروض على متن الطائرة.

وندعوكم للإستماع للقطع الموسيقية التي اخترناها لكم على الرحلات الطويلة. من موسيقى كلاسيكية وغربية وأندلسية. وتوجد التفاصيل بالصفحة 120 ، 121 و122.

■ الأجهزة الإلكترونية

من المحتمل جدا أن تتسبب أجهزة الراديو والتلفار المنقول والهاتف الشخصي ومعدات الحاسوب وآلات الإتصال المستعمل بالطائرة وبالتالي يمنع استعمالها منعا كليا على متن الطائرة.