

قد نقول ونقول ولا نجد  
من يفعل ما يقول، فاصنع  
القول بالفعل قبل فوات  
الأوان.



إيماننا منا بالجهود الشبابية وقدرتها لإطلاق عنان كويت الأفضل سعينا جاهدين لإبراز قطرة  
من بحر الإبداعات الكويتية الشبابية، ولذلك أردنا أن نشارككم هذه الصفحة كل يوم اثنين لنبرز ما  
خفي من طاقات كامنة نفتخر بها، وكل أسبوع سيتجدد اللقاء مع مشروع كويتي وافتخر.

نسبة الكويتيين العاملين  
في القطاع الحكومي 95 في المئة،  
ليش مو 100 في المئة!!!



### أنجز لأنبي كويتي وافتخر

## حصة الشميمري... توازن الروح والصحة باليوغا

حصة الشميمري أمين عام الاتحاد العالمي لليوغا منذ العام 2006. حصلت على شهادات عدة متخصصة في الممارسة والتدريب والتدريس في مجال اليوغا من 2002 إلى 2004. قُدمت العشرات من الحلقات المتخصصة في قناة «سمارت واي» الفضائية إضافة لبرامج إذاعية عديدة. أشرفت على دورات متخصصة بمستويات متعددة في جامعة الكويت عام 2006. ألفت موسوعة من عشرة أجزاء في مركز اليوغا وذلك عام 2007.

### جوائز وتكريم وعضويات تم تحقيقها

حصلت على المركز الأول في مسابقة اليوغا-المستوى الثالث، في مهرجان اليوغا العالمي عام 2005. اختيرت كاستاذ ومحكم في مهرجان مصر الدولي الثاني لليوغا عام 2007. عضو مؤسس لجمعية الطب البديل في الكويت عام 2006. أمين عام الاتحاد العالمي لليوغا منذ عام 2006. مستشار التنمية الصحية في مركز الراشد منذ عام 2007.

\* من كتاب «المبدعون في الكويت»

حصة الشميمري



احدى حركات اليوغا

### هل فشلت؟

من أنا؟ ما هي أهدافي وطموحي وإنجازاتي؟ تتساءل دائماً عن موقعنا على خارطة الحياة، ومدى استثمار أيام حياتنا، وترويض دقائق الساعات لتحقيق عمل ما يثبت وجودنا ويضيف إلى سيرتنا الذاتية نجمة براءة تروي حكاية إنجاز حلمنا به يوماً، وعن تحقيقنا الغاية المرجوة من هدف سعينا إليه وبذلنا كل ما بوسعنا لتأتي نتائجه على قدر كبير من الرضا والسعادة والفائدة العامة. فنحن نعلم تماماً أننا نعيش مرة واحدة، وعلينا أن نستحق المرور وننال شرف الذكرى الطيبة، وهذا لن يتحقق بالانكسار، على اسم عريق يستمد تاريخه من إنجاز عريق في أغلب الأحيان، ولا منصب وظيفيا روتينيا فقير بالإنجازات، ولا ثروة مادية موروثية مصيرها أن تنضب إن لم تستثمر بشكل إيجابي وفعال، هذا الأمر الأملج والجملة المميّزة تتطلب منا التخطيط المستمر، وجعله هاجساً يومياً كخبرتنا ومساء شربنا، وإدراك كم وقتنا ثمين، وكيف يمكننا تسخيرها لخدمة غاية وهدف يضيف قيمة حقيقية إلى حياتنا، فهذا لا بد له من رؤية جلية وخطة تنفيذية تجعل منه مصنعا لإنجازات تولد صغيرة لتكبر وتنفق شأرها لاحقاً، وربما أنت خاطئنا الأولى خجولة متعثرة، إلا أن الأيام خير دليل لتثبت لنا أن البداية هي مدرسة صغيرة نتعلم منها سبل النجاح، والوقاية من مطبات الفشل، والأهم لنا كشباب كويتي نتمتع بيزم شتى وبترف جم أن نتمكن من إدارة وقتنا وإيجابياتنا، وتعلم كيفية الانتفاع للجانب الصالح بكل ما يحيط بنا، فالبطالة أم الرذالة ووقت الفراغ يقودنا للعديد من الظواهر الاجتماعية الرديئة التي نلمسها اليوم بيننا، كاستخدام التكنولوجيا بشكل سيئ والانجراف مع السيل العكس، فالإنسان بطبيعته يميل إلى الأمور السهلة المنال، وما أسهل من السلبية فهي سريعة الإنجاز، حيث لا جهد، لا تخطيط، ولا بعد نظر، ولكنها قصيرة الأمد تعود بالدمار على تابعها ومن حوله، فإن أيقنا كشباب كيف نملأ فراغنا بعمل جدي وجيد، سنسير على الطريق القويم ونصبح فخر أهلنا وفائدة لوطننا، ومن هنا نأمل يوماً ما في الكويت أن تتناقص عدد الرواد الدائمين صباح مساء للمقاهي ومراتدي الأماكن الترفيهية، يشير إلى لفظة شبابية منا باتجاه ترتيب أوراقنا لإنجاز ما يترجم رؤيتنا وتطبيقها على أرض الواقع، فنستعد للإبحار على علم بأن سفننا ستواجه رياحاً لن تستهيبها.



بقلم ضاري الزوان \*

وستحاول يوماً أن تثبت بأن الطريق المعبود اليوم لم يكن كذلك بالأمس، وبفضل الجهد والعمل والإيمان بالمقدرة نستطيع التغلب على الصعاب ونبرهن لذاتنا أن النجاح والفشل حليفين دائمين فالوثية الثابتة لا بد لها من خلوتين صغيرتين للوراء، وسيفي السؤال يطرح في كل رحلة وإشراقة جديدة من أنا؟ هل توجت حياتي بإنجاز مميز مهما كان بسيطاً ومتواضعاً ويستحق شرف الخلود؟ ونسأل أنفسنا هل فشلت؟

\* رئيس مشروع «كويتي وافتخر»  
dhw@p2bk.com

### شاركهم النجاح

## أكلتنا كويتية 100 في المئة

Crisp house مشروعنا لمن يعانون من السمنة

### منى العيسى: أقدم الحلويات ذات السعرات الحرارية الخفيفة



Crisp house

ووجدت أقبالاً شديداً عليها، ما دفعني لإطلاق هذا المشروع.  
• ما الذي يميز كروبياتك؟  
- يعتبر الكروبي من اذف أنواع المواد التي تستخدم في إعداد الحلويات فهو من ناحية يعتبر قليل السعرات ومن ناحية أخرى يحتوي على الكثير من الفيتامينات والمواد الصحية، فلذلك أصبح محبي الحلويات يتناولوا الأصناف التي تحتوي على الكروبي نظراً لانخفاض معدل السعرات الحرارية فيها وبذلك تكون وفقنا بين المحافظة على الوزن وأكل ما نحب من الحلويات.  
• كيف يتم التواصل معك؟  
- يمكنك التواصل معي على هاتف رقم 97529777، أو الإيميل crisphouse@live.com.

مبتكر فكرة Chicken bites الفريدة من نوعها

### علي النعمة: أتميز بتوصيل الدجاج محتفظاً بنكهته الشهية



Chicken bites

جميع أحواله يتمتع بطعمه الفريد.  
• لماذا اخترت الدجاج بالذات؟  
- اخترت الدجاج لاعتباره من أنواع الأكل الذي لم يتم عرضه في الساحة بهذه الطريقة، إذ نادراً ما نجد أماكن توصيل الدجاج المطبوخ إلى البيت مع احتفاظه بنكهته الأصلية.  
• كيف تتم عملية التواصل؟  
- يمكنك التواصل معي شخصياً، على النعمة على هاتف رقم 97762226، أو الإيميل: chicken-bites@hotmail.com

علي النعمة من الشبان الحريصين على تحضير الدجاج وإرساله إلى منزل الزبائن محتفظاً بنكهته دون أن يتأثر بعامل الزمن والتنقل من مكان إلى آخر. النعمة تحدثت إلى فريق «كويتي وافتخر» حول تفاصيل مشروعها الصحي:  
• ما مشروع chicken bites؟  
- chicken bites هو عمل يعتبر فريداً من نوعه متخصص في بيع الدجاج سواء أكان مطبوخاً أو مقبلاً والذي في

أردنا هذا الأسبوع أن نحصر مقابلاتنا مع أصحاب المشاريع الكويتية المختصة بالماكولات... عسى أن نكون قد وفقنا بالاختيار، ومنها الأعلى يا شباب وبنات الكويت. صاحب مشروع Q8bites كشف عن سهولة التسوق الإلكتروني.



q8bites

عبدالله الحبيب: هدي أن اساهم في تسويق المنتج الشبابي الكويتي.  
عبدالله الحبيب شاب جامعي من خيرة شبان الكويت الذين اطلقوا العنان لخيالهم ولم يتركوا اللهاج من مكان على طريق تحقيق أحلامهم فريق «كويتي وافتخر» النقاء، وكانت درشة خاطفة حول هذا الإنجاز الرائع:  
• من صاحب موقع «كويت بايت»؟ وما فكرة الموقع؟  
- اسمي عبدالله الحبيب، ومازلت في مرحلة الدراسة الجامعية، إن أساس الفكرة هو أن أجمع أكبر عدد ممكن من الأعمال الشبابية المتخصصة في الأكل، ليسهل على العميل البحث عن طلبه بمجرد الدخول إلى الموقع.  
• ما الهدف من إنشاء هذا الموقع؟  
- الهدف الأساسي هو أن أبرز وأسوق أكبر مجموعة أعمال شبابية في مجتمعنا، وأتيح لهم فرصة الانتشار والتنافس الذي يقوئ من جودة المنتج.  
• كيف تتم عملية تحميل المعلومات؟  
- هي عملية بسيطة تقتضي أن يتم الضغط على كلمة تحميل ويتم وضع جميع المعلومات لتكون جاهزة للعرض.

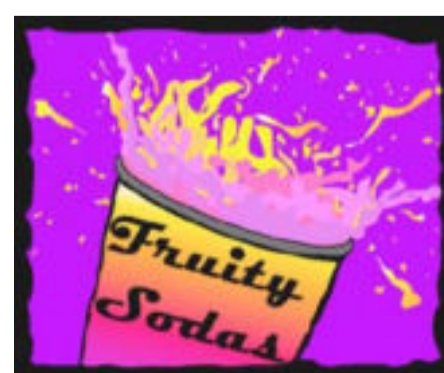
عصائر Fruity sodas من صنع ثلاثة من الشبان النشطين

### يوسف المسيليم: نوصل الطلبات بأنفسنا... نعم نفتخر بذلك

تكون أنفسنا، أنا يوسف المسيليم، يوسف المنيفي ومحمد المطر.  
• ما الذي يميز منتجاتكم عن باقي أنواع العصائر والمشروبات؟  
- الذي يميزنا هو أننا ثلاثة شباب نقوم بهذا العمل من صنع أيدينا ونقوم بتوصيله بأنفسنا لأننا نؤمن بالعمل الشبابي المستقل بحد ذاته.

هو عبارة عن مشروع شبابي كويتي 100 في المئة، كانت بدايتها في المعارض، وبعد أن حزننا على إعجاب شريحة كبيرة من المجتمع فقررنا أن نوسع إطار العمل ليكون أكبر من مجرد معرض، فبدأنا بتوصيل المشروبات إلى المنازل.  
• من وراء هذه الفكرة؟  
- نحن ثلاثة شباب مازلنا طلبة جامعة ونحاول أن

يوسف المسيليم تحالف مع اثنين من أصدقائه يوسف المنيفي ومحمد المطر وقرروا أن يكونوا عناصر فاعلة في مجتمعهم. بداياتهم كانت في إقامة معارض لطرح منتجاتهم من عصائر Fruity sodas ومن ثم انطلقوا لإيصال الطلبات إلى المنازل... والتفاصيل في ما يلي:  
• حدثنا عن مشروعكم؟



Fruity sodas

يعلن مشروع كويتي وافتخر عن فتح باب التسجيل أمام الراغبين بالمشاركة في المعرض من يود المشاركة معنا أن يتفضل بإرسال رسالة على عنوان البريد الإلكتروني التالي: P2bk3@p2bk.com فسارع بتقديم طلب الاشتراك لتحصل على المكان المناسب لك.

من يقول؟!

الكويت

### التاريخ التعليمي في الكويت قديماً

كانت مهنة التعليم قديماً محصورة تقريباً بشخص أو عدة أشخاص لا يتجاوز عددهم في أفضل الأحوال أصابع اليد الواحدة في القرية، وكان هؤلاء عادة أئمة المساجد في القرية فهم الوحيدون تقريباً الذين يعرفون القراءة والكتابة، وكان الواحد منهم يسمى المطوع وهو إمام المسجد، وغالباً ما يمارس المطوع مهنة تدريس أبناء القرية، ويكون مكان التدريس إما في المسجد وإما في مكان آخر معروف، كحقل قريب من المسجد يخصص لذلك، أو غرفة في بيت المطوع أو في بيت فاعل خير، وكان المكان الذي يمارس فيه التعليم يسمى كتاباً.

كان المطوع يدرس في المراحل الأولية للكتابة والقراءة وبعض سور القرآن الكريم، ويجتمع الطلاب حوله وكل واحد معه لوح من الخشب ووداة فيها حجر وقلم وشي عبارة عن عود من شجر القرض، لغمسه في الدواة والكتابة على اللوح.  
ولم يكن المطوع موظفاً رسمياً يتقاضى راتباً على عمله وإنما ما يفعله لوجه الله لا يستطيع الدفع ومن يستطيع فسبقهم أهله للمطوع أي شيء، لديهم من تمر أو حبوب أو نقود في نهاية المرحلة أو الفصل والواقع نفسه ينطبق على البنات إذ تكون هناك سيدة متعلمة أي تقرأ وتكتب وتحفظ القرآن تعمل على تدريس البنات في بيتهن وتفتح كتاباً للبنات، لا يتبعي إلا وجه الله، وكان الأولون يرسلون بناتهم للتعليم والدراسة إذا وجد في القرية من تستطيع فتح كتاباً وتعليم البنات، ويكون أجرها أيضاً مثل المطوع وهو عبارة عن بعض الغلال أو نقود تتقاضاها في آخر المرحلة لن تستطيع الدفع من الطالبات.