


<https://afaq.ku.edu.kw/ar>

 جامعة الكويت
KUWAIT UNIVERSITY

رئيس التحرير د. أحمد شهاب الشهاب

أفاق

AFAQ • 1978 •

Afaq_Ku | Afaq_news@ku.edu.kw

العدد 1374

الأحد 19 رمضان 1447 هـ / 8 مارس 2026

في جولة ميدانية للاطلاع على الأوضاع ومتابعة الإجراءات مدير الجامعة تتفقد عدداً من الكليات والمرافق المختلفة



الإجراءات المعتمدة. وأكدت إدارة الجامعة استمرار الجولات الميدانية لمختلف المواقع بما يجسد حرصها على حماية منشآتها وصون سلامة منتسبيها خلال هذه المرحلة. ورافق مدير الجامعة في الجولة القائم بأعمال أمين عام الجامعة ونائب مدير الجامعة للخدمات الأكاديمية المساندة د. عبدالله المطوع والقائم بأعمال الأمين العام المساعد لشؤون إدارة المرافق ومدير مكتب مدير الجامعة محمد السليمان.

ص 3

استمرار الجولات الميدانية لمختلف المواقع بما يجسد حرص الجامعة على حماية منشآتها وسلامة منتسبيها

إلى السكن الطلابي (بنين) في الشويخ، والبرنامج الإنشائي في مدينة صباح السالم الجامعية بالشداية، وذلك للاطلاع على الأوضاع ميدانياً ومتابعة تطبيق

حرصاً من إدارة الجامعة على المتابعة الميدانية في ظل الظروف الراهنة التي تشهدها البلاد والاطلاع على أوضاع منتسبي الجامعة المتواجدين في تلك المرافق والاطمئنان على سلامة المنشآت والإجراءات المتبعة فيها أجرت مدير الجامعة أ.د. دينا الميلم جولة تفقدية شملت عدداً من المواقع الخارجية للكليات التابعة للجامعة صباح الثلاثاء الماضي. وشملت الجولة كليات مركز العلوم الطبية في الجابرية، وكلية العلوم الاجتماعية في الشويخ، وكلية العمارة في العديلية، إضافة

مدير الجامعة تفقدت سكن الطلاب والطالبات الأجانب

2

طالب كلية الطب حصد المركز الأول بمنافسات المجلس الطلابي الثامن لأبحاث الطب

4

الجامعة تطلق أول نسخة إقليمية من سباق «H2GP PRO» للهيدروجين

5

كيف تستطيع التنسيق بين الدراسة والتواصل الاجتماعي في شهر رمضان المبارك؟

9

مع مراعاة طبيعة العمل في كل جهة

الجامعة: تنفيذ قرار الخدمة بدوام 30% من العاملين



مارس الجاري، مع مراعاة طبيعة العمل في كل جهة، وبما يضمن استمرارية الأعمال الأساسية وعدم الإخلال بسير العمل، على أن تتولى الجهات المختصة داخل الجامعة تحديد النسب المناسبة وآليات الدوام وفق الاحتياجات الفعلية لكل قطاع، مع التنسيق المستمر مع ديوان الخدمة المدنية والجهات المعنية لضمان حسن التنفيذ.

وتؤكد الجامعة حرصها على سلامة موظفيها وطلبتها، واستمرار العملية التعليمية والإدارية بكفاءة وانتظام، داعية الجميع إلى الالتزام بالتعليمات الصادرة تحقيقاً للمصلحة العامة.

حرصاً من الجامعة على الالتزام بقرارات الجهات الرسمية، وتنفيذاً لما ورد في التعميم رقم (4) لسنة 2026 الصادر من ديوان الخدمة المدنية بشأن تحديد عدد العاملين في الجهات الحكومية في ظل الظروف التي تمر بها المنطقة، فقد أعلنت الجامعة التزامها الكامل بتنظيم آلية العمل وفقاً للقرار الصادر بتقليص نسبة العاملين في مختلف مراكز العمل بالجامعة بما لا يتجاوز نسبة (30%) من إجمالي عدد الموظفين، تحقيقاً للمصلحة العامة وحفاظاً على سلامة جميع منتسبيها. وأوضحت الجامعة أن العمل بهذا القرار، اعتباراً من 2

تؤكد أولوية سلامتهم في ظل الظروف الراهنة التي تمر بها البلاد مدير الجامعة تفقدت السكن الطلابي

رئيس التحرير

د. أحمد شهاب الشهاب

24988353 - 24988140

24988631

مدير التحرير

مهدي حمد العجمي

24988151

الموقع الإلكتروني

<https://afaq.ku.edu.kw/ar>

afaq_news@ku.edu.kw

@Afaq_ku

Afaqkunews



@afaq_ku



أكدت أن
سلامة الطلاب
والطالبات تمثل
أولوية قصوى
لدى الإدارة
الجامعية

استمعت إلى
ملاحظات الطلبة
وأكدت أهمية
التواصل المباشر
معهم وتعزيز
سبل الدعم
والرعاية



مديرة الجامعة تتحدث مع طلبة السكن

قامت مدير الجامعة أ.د. دينا الميلم بزيارة تفقدية إلى سكن الطلبة (بنين) وسكن الطالبات الأجنبي في الحرم الجامعي في مدينة صباح السالم الجامعية، للاطمئنان على أوضاعهم والوقوف على احتياجاتهم ومتابعة الخدمات المقدمة لهم، في ضوء الظروف الراهنة التي تمر بها البلاد.

وأكدت خلال جولتها أن سلامة الطلاب والطالبات تمثل أولوية قصوى لدى الإدارة الجامعية، مشيرة إلى أن الجامعة تتابع المستجدات بشكل مستمر، وبالتنسيق مع الجهات المعنية في الدولة، لاتخاذ ما يلزم من إجراءات.

واستمعت مديرة الجامعة إلى ملاحظات الطلبة، مؤكدة أهمية التواصل المباشر معهم، وتعزيز سبل الدعم والرعاية داخل السكن الجامعي، بما يضمن توفير بيئة آمنة ومستقرة لجميع الطلبة.

جانب آخر من الجولة



...وجانب آخر

المقالات المنشورة

في «أفاق»

تعبر عن آراء كاتبها

لا عن رأي الجامعة أو الجريدة

في جولة ميدانية للاطلاع على الأوضاع ومتابعة الإجراءات مدير الجامعة تتفقد عدداً من الكليات والمرافق المختلفة



لقطات مختلفة من الجولة التفقدية لمديرة الجامعة



حرصاً من إدارة الجامعة على المتابعة الميدانية في ظل الظروف الراهنة التي تشهدها البلاد والاطلاع على أوضاع منتسبي الجامعة المتواجدين في تلك المرافق والاطمئنان على سلامة المنشآت والإجراءات المتبعة فيها أجرت مدير الجامعة أ.د. دينا الميلم جولة تفقدية شملت عدداً من المواقع الخارجية للكليات التابعة للجامعة صباح الثلاثاء الماضي.

وشملت الجولة كليات مركز العلوم الطبية في الجابرية، وكلية العلوم الاجتماعية في الشويخ، وكلية العمارة في العديلية، إضافة إلى السكن الطلابي (بنين) في الشويخ، والبرنامج الإنشائي في مدينة صباح السالم الجامعية بالشداية، وذلك للاطلاع على الأوضاع ميدانياً ومتابعة تطبيق الإجراءات المعتمدة. وأكدت إدارة الجامعة استمرار الجولات الميدانية لمختلف المواقع بما يجسد حرصها على حماية منشآتها وصون سلامة منتسبيها خلال هذه المرحلة.

ورافق مدير الجامعة في الجولة القائم بأعمال أمين عام الجامعة ونائب مدير الجامعة للخدمات الأكاديمية المساندة د. عبدالله المطوع والقائم بأعمال الأمين العام المساعد لشؤون إدارة المرافق ومدير مكتب مدير الجامعة محمد السليمان.

الجولة شملت
كليات مركز
العلوم الطبية
في الجابرية
وكلية العلوم
الاجتماعية في
الشويخ وكلية
العمارة في
العديلية

إدارة الجامعة
أكدت استمرار
الجولات الميدانية
لمختلف المواقع
بما يجسد حرصها
على حماية
منشآتها وصون
سلامة منتسبيها



بجامعة الملك سعود... ويُعد من أبرز المنصات البحثية الطلابية في المنطقة طالب كلية الطب حصد المركز الأول بمنافسات المجلس الطلابي الثامن لأبحاث الطب

د. الحسيني: الشاهين متميز في البحث العلمي ويسعى نحو التميز الأكاديمي



جانب من التكريم



ماجد الشاهين

حصد طالب كلية الطب في جامعة الكويت ماجد الشاهين المركز الأول في مسابقة المجلس الطلابي الثامن لأبحاث الطب (MSRF) بجامعة الملك سعود في المملكة العربية السعودية، الذي يُعد من أبرز المنصات البحثية الطلابية في المنطقة.

وأعربت القائم بأعمال العميد المساعد للأبحاث والدراسات العليا بكلية الطب في جامعة الكويت د. هبة الحسيني عن فخرها بهذا الإنجاز الجديد، الذي أضيف إلى سجلات التميز الطلابية في الكلية، لاسيما أنه سبق للشاهين الفوز بجائزة Honorable Mention في مسابقة الملصقات العلمية الإلكترونية (e-poster) خلال المؤتمر السنوي للجمعية الأمريكية لتقدم العلوم (AAAS) العام الماضي. وأضافت أن تميزه في البحث العلمي وتفانيه في السعي نحو التميز الأكاديمي يبعثان الفخر في كلية الطب بمركز العلوم الطبية، وفي دولة الكويت، متمنية له دوام التوفيق والنجاح، آملة أن يحقق المزيد من الإنجازات في المستقبل.

Behavioral Profiling of Female 5xFAD Mice Reveals Heightened Anxiety

Majed Al-Shaheen^{1*}, Kawthar Braysh^{2,4}, Leora D'Souza³, Mohammed Al-Dnazi^{1,4,5*}

¹Department of Anatomy, Faculty of Medicine, King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia; ²Department of Anatomy, Faculty of Medicine, King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia; ³Department of Anatomy, Faculty of Medicine, King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia; ⁴Department of Anatomy, Faculty of Medicine, King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia; ⁵Department of Anatomy, Faculty of Medicine, King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia

Introduction

Alzheimer's disease is the leading cause of dementia worldwide. The 5xFAD mouse model has contributed substantially to our understanding of its amyloid-driven pathobiology. Despite its extensive use, most behavioral and mechanistic studies have focused on male mice, leaving female 5xFAD phenotypes comparatively under characterized. This gap is particularly relevant given that women represent the majority of AD patients. Systematic characterization of behavioral and disease-related phenotypes in female 5xFAD mice is therefore essential to identify sex-specific mechanisms that may influence disease progression.

This study aims to develop a comprehensive behavioral characterization of female 5xFAD mice, with a focus on anxiety-like behavior, spatial working memory, and motor function.

Materials & Methods

Figure 1. An illustration of the experimental design. Female mice were aged 4-6 months. 5xFAD transgenic mice co-overexpresses Presenilin 1 and Presenilin 2 (5xFAD; PS1^{101V}/PS2^{125L}/L299V) and two PSEN1 mutations (B114M, L299V).

Results

■ Homozygous Female 5xFAD Mice Exhibit Severe Anxiety-like Behavior with Normal Locomotion

Figure 2. A. Total distance traveled. B. Distance traveled in the central zone presented as a percentage of total distance traveled. C. Time in the peripheral zone. D. Time in the central zone in the OF1 with E. Representative track plot data. All values are mean ± SEM and one-way ANOVA was used for statistical analysis (**p < 0.005, ****p < 0.0001).

■ Heterozygous Female 5xFAD Mice Show Preserved Spatial Working Memory, Motor Function, and Risk Assessment

Figure 3. A. Spontaneous alternations measured as the ratio of actual alternations to the number of maximum possible alternations in the Y-Maze. B. Representative track plot data. C. Clipping size of the animals during the Y-Maze. D. Representative central zone alternations and B indicates separate clippings of both hemispheres. E. Latency to fall in the Y-Maze. F. Time spent in the open arms. G. Time spent in the closed arms, and H. Number of entries into the open arms in the Y-Maze. All values are mean ± SEM, and one-way ANOVA was used for statistical analysis of Y-Maze and Y-Maze.

Discussion and Conclusion

These findings demonstrate a pronounced genotype-dependent effect of amyloid-β plaque burden in increasing anxiety-like behavior in female 5xFAD mice aged 4-6 months.

No cognitive impairment was detected at this age, so assessment of older female mice is required to evaluate age-dependent cognitive decline.

RNA sequencing will be used to define sex-specific transcriptional changes underlying behavioral deficits in female 5xFAD mice, with a focus on neuroinflammatory and synaptic pathways.

Inclusion of age-matched male 5xFAD mice will enable direct assessment of sex-specific differences in behavioral and disease-related phenotypes.

Acknowledgments

This work was supported by grant No. RM01/19 and RM01/23 provided to MAJ through KU.

We thank the Animal Resources Center and Research Core Facility at KU for their resources and support.

We thank the members of the MAJ lab for their inputs and support.

All animal illustrations were created with BioRender.com.

All statistical analyses were conducted using GraphPad Prism version 10.6.1.

مجلس البحث والتعليم العالي (الجامعة) للتعليم المستمر

اللغة الإنجليزية/ العام (العام)

(جميع المستويات)

ابتداء 2026/5/25 - 3/29

9-5 مساءً | الأحد والثلاثاء أو الاثنين والأربعاء
| يتم تحديد كل مستوى وقت الدورة وأيام الدورة بعد الترخيص

24887308
CCSCEW

التسجيل من المنصات الإلكترونية
الرجاء عدم تأجيل التسجيل الإلكتروني
HTTPS://WWW.CCSCE.EDU.SA/REGISTRATION

د.ك 80

مجلس البحث والتعليم العالي (الجامعة) للتعليم المستمر

اللغة الإنجليزية/ العام (المحادثة)

(جميع المستويات)

ابتداء 2026/5/25 - 3/29

9-5 مساءً | من يومين إلى خمسة أيام | الأحد والثلاثاء أو الاثنين والأربعاء
| يتم تحديد كل مستوى وقت الدورة وأيام الدورة بعد الترخيص

24887308
CCSCEW

التسجيل من المنصات الإلكترونية
الرجاء عدم تأجيل التسجيل الإلكتروني
HTTPS://WWW.CCSCE.EDU.SA/REGISTRATION

د.ك 80

مجلس البحث والتعليم العالي (الجامعة) للتعليم المستمر

الإعداد لاختبار الجيمت GMAT

ابتداء 2026/4/23 - 3/29

7-5 مساءً | من الأحد إلى الخميس

24887308
CCSCEW

التسجيل من المنصات الإلكترونية
الرجاء عدم تأجيل التسجيل الإلكتروني
HTTPS://WWW.CCSCE.EDU.SA/REGISTRATION

د.ك 150

بالتعاون مع مؤسسة هورايزن التعليمية

الجامعة تطلق أول نسخة إقليمية من سباق «H2GP PRO» للهيدروجين

تمكين الجيل
القادم من
الطلاب من
اكتساب
مهارات
هندسية
وعمليّة



لقطة جماعية

أعلنت الجامعة ممثلة بكلية العلوم بالتعاون مع مجموعة السابر وشركة Horizon Educational (من جمهورية التشيك)، عن إطلاق برنامج سباق الجائزة الكبرى للهيدروجين «H2GP PRO» في دولة الكويت، وهو حدث تعليمي رياضي في مجال الهيدروجين كمصدر للطاقة النظيفة وتقنيات الاستدامة والطاقة المتجددة.

يأتي برنامج H2GP PRO في إطار تعزيز التعليم التطبيقي في مجالات الهندسة، الابتكار، الطاقة النظيفة، وتكنولوجيا الهيدروجين للطلبة من المدارس الثانوية والجامعات. يتضمن البرنامج تصميم وبناء سيارات سباق تعمل بخلايا وقود الهيدروجين بقياس 1:10، ثم اختبارها في سباق تحمل

إفريقيا تستضيف هذا النوع من سباقات الابتكار في الطاقة النظيفة، ما يساهم في وضع البلاد كمركز تعليمي وتنافسي في هذا المجال.

التي ستقام في سويسرا في يونيو 2026. يُعد هذا البرنامج خطوة نوعية تجعل الكويت أول دولة في الشرق الأوسط وشمال

والهيدروجين تعزيز الابتكار والعمل الجماعي والمنافسة العلمية بين الطلاب فتح فرص للطلاب لتمثيل الكويت في النهائيات العالمية للبطولة

إلى النهائيات العالمية. تسعى هذه المسابقة إلى تمكين الجيل القادم من الطلاب من اكتساب مهارات هندسية وعملية في مجالات الطاقة النظيفة

يمتد لساعات. البرنامج جزء من مسار يمتد ثلاث سنوات يتضمن تدريب المعلمين والطلاب، ودعم فني، وتنظيم سباقات تمهيدية حتى التأهل

مركز خدمة المجتمع والتعليم المستمر / البرامج التعليمية المستمر

الإعداد لاختبار الايلتس IELTS

ابتداءً 2026/4/23 - 3/29

من الأحد إلى الخميس 9-7 مساءً

دك 150

24987300
CCSCEKW
المزيد من المعلومات والتسجيل
اصحح الرمز أو قم بزيارة الموقع الإلكتروني
HTTP://BIT.LV/CCSCEREGISTRATION

مركز خدمة المجتمع والتعليم المستمر / البرامج التعليمية المستمر

الإعداد لاختبار التوفل ITP

(اختبار التوفل الخاص بالقبول في جامعة الكويت)

ابتداءً 2026/4/23 - 3/29

من الأحد إلى الخميس 7-5 مساءً

دك 150

24987300
CCSCEKW
المزيد من المعلومات والتسجيل
اصحح الرمز أو قم بزيارة الموقع الإلكتروني
HTTP://BIT.LV/CCSCEREGISTRATION

يرجى من الأساتذة الأفاضل، كتاب هذه الصفحات، الالتزام بعدد كلمات المقال بحيث لا تتجاوز 350 كلمة

رمضان... شهر القيم المتجددة



محمد حامد بوقماز
المدير الإداري
كلية الهندسة والبتروك

مع إشراقة شهر رمضان المبارك تتجدد في نفوسنا مشاعر الطمأنينة والسكينة وتسمو أرواحنا بقيم عظيمة تعيد ترتيب أولوياتنا وتمنحنا فرصة صادقة لمراجعة الذات وتعزيز مكارم الأخلاق سواء في حياتنا الشخصية أو في بيئة العمل.

وبهذه المناسبة الكريمة يسرني أن أرفع أسمى آيات التهاني والتبريكات إلى أسرة جامعة الكويت كافة من قيادات أكاديمية وإدارية وأعضاء هيئة التدريس وموظفين وطلبة سائلاً المولى عز وجل أن يعيده علينا وعليكم بالخير واليمن والبركات وأن يجعله شهر عطاء وتوفيق ونجاح.

يأتي رمضان كل عام ليؤكد أن العمل ليس مجرد التزام وظيفي بل هو قيمة أخلاقية وسلوك حضاري يعكس وعي الإنسان وإخلاصه فالصيام لا يعني التراخي بل يدعونا إلى ضبط النفس وإتقان الأداء واستثمار الوقت وتحقيق أعلى درجات الإنتاجية بروح هادئة متزنة. وتعد بيئة العمل الجامعي نموذجاً حياً لتجسيد هذه القيم حيث يتضاعف الأثر الإيجابي عندما يقترن الالتزام الوظيفي بروح المسؤولية ويتحول الأداء اليومي إلى رسالة سامية تسهم في خدمة الجامعة ودعم المسيرة التعليمية.

وفي هذا الشهر الفضيل نحتاج أكثر من أي وقت مضى إلى ترسيخ قيم التسامح والتكافل والمرونة والإيجابية في تعاملاتنا اليومية فالكلمة الطيبة والابتسامة الصادقة والتعاون البناء جميعها مظاهر راقية تعبر عن جوهر الصيام وتعكس الصورة الحضارية لمؤسساتنا الوطنية.

ختاماً، يبقى رمضان محطة إيمانية وإنسانية عظيمة نستلهم منها الدروس ونجدد فيها العزم ونعيد شحن طاقاتنا لمواصلة العطاء بنفس متجددة وإرادة أقوى سائلين الله أن يجعلنا فيه من المقبولين وأن يكتب لنا ولكم الأجر والثواب.

مبارك عليكم الشهر
وكل عام وأنتم بخير



أ.د. يعقوب يوسف الكندري
أستاذ الأثنوبولوجيا والاجتماع
كلية العلوم الاجتماعية

دول العالم الثالث للبحوث العلمية أهمية على المستوى العام بالدرجة نفسها عند مجتمعات دول العالم الأول، وهذا ما يعكسه مستوى الإنفاق على الدراسات والبحوث العلمية، وكذلك كم المنتج العلمي المنشور إذا ما تمت مقارنته بدول العالم الأول. فاعتماد الباحث على المبحوث في تحقيقه لنتيجة صادقة قد تعرضه لخطأ الإجابة ومن ثم التأثير على النتائج. فعدم الجدية في الاستجابة على الاستمارات البحثية في هذا النوع من الدراسات الكمية - وفي بعض الأوقات عدم صدق الاستجابة - يجعل ما يُعرض هذا النوع من الدراسات الكمية إلى الشك فيما توصلت إليه الدراسة وما تخرج به هذه الدراسة من نتائج. فهناك دور مؤثر للثقافة في الاستجابة للاستمارات البحثية والاستبيانات والاستطلاعات الرأي في الثقافة العربية التي يجعلها دائماً محل شك. يتبع.

النشر العلمي

بين الدراسات الكمية والكيفية في مجال العلوم الاجتماعية والسلوكية (5/5)

اختيار عينة مناسبة، يؤدي إلى نتائج دقيقة وتكشف بوضوح الظاهرة وعلاقتها واختلافاتها مع المتغيرات الأخرى، وكذلك يمكنها التنبؤ بهذه العلاقات، وبالتالي المتوقعة مع الإحصاء الاستدلالي. ولا شك إن الاعتماد على الإحصاء لا بد من أن يكون متكامل الأركان حتى يتم الخروج بنتائج مناسبة وسليمة وواقعية. وهناك بكل تأكيد بعض من الجوانب والمتغيرات قد تؤثر في دقة النتائج في الدراسات الكمية، وهذا ما يراه الكيفيون ويوجهون سهام انتقادهم إليه وإلى البحث الكمي. فالعوامل الثقافية تلعب دوراً بارزاً في التأثير على الاستجابة للاستمارات البحثية والاستبيانات ومدى جديتها وصدقها، وهي بكل تأكيد مرتبطة بثقافة الاهتمام بالبحث العلمي في المجتمع المدروس. فيختلف الوضع الثقافي للاستجابة البحثية في المجتمعات الغربية إذا ما قارناه في المجتمعات العربية. فلا بد من الإشارة إلى أن ثقافة الجدية ودقة الاستجابة تختلف بشكل كبير حسب ثقافة المجتمع المرتبطة أساساً بأهمية البحث العلمي في هذا المجتمع من عدمه. فلا تعير مجتمعات

(الدراسات الكمية والقدرة على التنبؤ: محور القوة 1)

هناك أهمية للدراسات الكمية والتي لا يمكن أن يتم إنكارها. فيعطي الرقم والمؤشر الكمي قدرة على التنبؤ، وعلى التخطيط المناسب، ويساعد الحس الإنساني في اتخاذ القرارات، ولا تعتمد على الباحث وموضوعيته، حيث يترك الأمر للأداة وليس للباحث في استخراج النتائج البحثية. ولذلك، حرصت مراكز البحوث الكبرى على الاعتماد على البحوث الكمية وخرجت بنتائج تنبؤية دقيقة في مواضيع مختلفة وقد يكون أهمها تلك الدراسات الاستطلاعية التي تتنبأ بدقة عن فوز الرئاسة الأمريكية على سبيل المثال لا الحصر. فقل ما نجد أن هذه الاستطلاعات تخيب أو تخرج عن دائرة توقعاتها. فإذا ما أحكمت قواعد الدراسة وأصولها، فإن نسبة الخطأ في النتائج قد تكون ضئيلة وضئيلة جداً، ونسبة الخطأ قد تكون أقل من 5% على أكثر تقدير حسب مستويات الدلالة الإحصائية المعتمدة في البحوث الكمية. فالاعتماد على منهج رصين والاعتماد على

في زمن الضجيج... وعي الطالب حصن للوطن

فالسكينة لا تعني الغفلة، بل تعني متابعة واعية متزنة تجمع بين حسن التوكل والأخذ بالأسباب. ختاماً، تبقى الطمأنينة في وعد الله: ﴿فَسَيَكْفِيكَهُمُ اللَّهُ﴾، لكن الواجب يحتم علينا أن نكون خط الدفاع الأول ضد الإشاعة، وصوت العقل في زمن الضجيج. ووعي الطلبة اليوم هو استثمار حقيقي في أمن المجتمع واستقراره.

بقلم: غالية السبيعي

عملي ومسؤول. ونحن نعيش أياماً مباركة تتجلى فيها الروحانية والسكينة، تزداد الحاجة إلى ضبط سلوكنا الرقمي. وقد قال النبي ﷺ: «كفى بالمرء كذباً أن يحدث بكل ما سمع» (رواه مسلم)، وهو توجيه بالغ الدقة في زمن إعادة النشر السريع. إن الوعي الرقمي اليوم مسؤولية وطنية. ويتحقق ذلك بالرجوع إلى المصادر الرسمية، والتمييز بين الخبر والرأي، وتجنب العناوين المثيرة والمقاطع المبتورة.

الطالب الجامعي بوصفه عنصراً مؤثراً في بيئته الأكاديمية والرقمية. فليس كل ما يتداول حقيقة، ولا كل مقطع متداول يستحق النشر.

دعاء نبوي عند الخوف كان النبي ﷺ إذا خاف قوماً قال: «اللهم إنا نجعلك في نحورهم، ونعوذ بك من شرورهم» (رواه أبو داود). وهو دعاء يرسخ الطمأنينة ويذكر بأن السكينة الإيمانية ينبغي أن تقترن بوعي

﴿فَسَيَكْفِيكَهُمُ اللَّهُ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ﴾ بهذه الطمأنينة يبدأ المؤمن خطواته في أوقات القلق؛ فاليقين بالله يزرع السكينة، والعقل الواعي يحمي المجتمع من الفوضى. وبين تسارع الأخبار وتدفق المنصات، يقف طالب الجامعة اليوم أمام مسؤولية حقيقية: أن يتحقق قبل أن ينشر، وأن يهدأ قبل أن يتفاعل. لقد أصبح انتشار الشائعات أسرع من أي وقت مضى، وقد تبنى عليها تصورات ومواقف غير دقيقة. وهنا يبرز دور

يُرجى من الأساتذة الأفاضل، كتاب هذه الصفحات، الالتزام بعدد كلمات المقال بحيث لا تتجاوز 350 كلمة

صقر رشود... صقر المسرح!



د. خلود الصالح
كلية الآداب

قسم اللغة الفرنسية وثقافتها

@alsaleh_kholoud

مما لا شك فيه ، كان زمن سبعينيات القرن العشرين بوابة الانفتاح على الآخر في لغته وثقافته . حينها حرص كتاب ومخرجو المسرح الكويتي آنذاك على تسليط الضوء على التبادل الثقافي بين الشعوب التي لطالما أوصى بها القرآن الكريم.

وحيثما نسترجع بعض شخصيات اهم مسرحياته

في ١٩٣٤ يوم وضاع الديج، نستوعب صعوبة الموقف الذي مرت به شخصية "يوسف" وهو ابن المرأة الهندية والمتزوجة من تاجر كويتي أبي أن يرجع إلى الكويت ومعه زوجته وولده . وكيف عاشت زوجته مع ولدها في بريطانيا فخلقت ثقافة مختلطة ومهجنة من العرق العربي والهندي في ثوب اجنبي.

هذا المشهد الذي تصدر مسرحية ضاع الديج كان الأولى أن يحصد جوائز كثيرة لسبب أراه رئيسياً وهو بدء انفتاح الكويت ونهوضها بين قامات الدول المجاورة من بلاد الرافدين ودولة عظمى كالدولة الفارسية.

ضاع الديج كانت قمة في الذكاء الاجتماعي لانها صورت شخصية من شبه القارة الهندية وعلاقتها ببريطانيا العظمى ، وكيفية انغماس تلك الشخصية بعادات وتقاليد المجتمع الكويتي التي كانت في الحقيقة واقعا غير مصطنع .

هذا بالضبط ما يحدث عندما نتناول بعض النصوص التي تتحدث عن سكان باريس في محاضراتنا اللغوية ، وكيف ان الشعب الباريسي بدأ بالتغيير بسبب هجرات الغرب (أوروبا) والجنوب (افريقيا) والشرق (آسيا). مؤكداً أن "يوسف" وجد صعوبة كبيرة في اتقان لفظ اللهجة الكويتية وتكوين او صياغة جملة التي لا بد ان يستخدمها يوميا ، تماما كـ بعض الطلبة الكويتيين الذين قضوا طفولتهم في فرنسا. إن هؤلاء، لن يستجيبوا بسرعة لنظام التعليم في الكويت إلا إذا أحدثنا التقارب كما تفعل اللغة الفرنسية في التقارب والتقريب بين الدول التي تستظل بغطاء المنظمة العالمية للفرنكفونية. بالتأكيد، فإنه على "يوسف" أن يتأقلم وحده ويتقرب أكثر من زوايا مجتمعه الجديد، وهذا ما يعاني منه كل المغتربين : تقبلهم لعالمهم الجديد، وتقبل الآخر لهم. اتقان اللغة الاجنبية واستخدامها لا يكفي لتعزيز دور اللغة المكتسبة. إن دورها في مجالات معينة كالادب والثقافة والسياسة وفي تناول وطرح مواضيع اجتماعية تلامس الواقع هي التي تحدث الفارق بل وتؤكد على دورها الفعال في المحافل الدولية.

رفعة قبعة لأحد رموز الكويت "صقر رشود".

وللحديث بقية...

رمضان خير الشهور



أ.د. مناور بيان الراجحي

اول ليلة من شهر رمضان، صفدت الشياطين ومردة الجن)، ولكن وللأسف تكثر علينا المفاصد وتصحو شياطين الانس ويستعر جنونها والعياذ بالله، وهناك المسلسلات و ما أدراك بالمسلسلات، ليبتها بعد التراويح بل على صلاة العشاء بالتوقيت المحلي (وحي يا محلي وهلي يا مهلي)، و الله يستر من شياطين الربع المستعرة ويحفظ ديارنا وحكامنا وشعبنا ومقيمينا.

العقاب، فصم رمضان ايها العبد ايماننا واحتسابا، واعلم بأن الصيام ليس عن الطعام والشراب يقول الرسول صلى الله عليه وسلم (ليس الصيام من الأكل والشرب إنما الصيام عن اللغو، والرفث، فان سابك احد او جهل عليك فقل اني صائم) و (من لم يدع قول الزور والعمل به فليس لله حاجة في ان يدع طعامه وشرابه)، هذا كلام رسول الله فتمعن ايها المسلم واحرص بأن يحتسب لك الله صياما كاملا انه قريب مجيب.

نعم، استغرب من كثرة ارتكاب المعاصي من قبل البعض في شهر الخير على العلم بأن الشياطين والجن قد صفدت اي ابعدت عن دنيانا لقول الحبيب (اذا كان

(من صام رمضان ايماننا واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه). عزيزي القارئ، أعرف أنك مدرك ما سبق تمام وما سوف يأتي أيضا، فمن باب الذكر فقط، هناك مشكلة يقع فيها الكثير منا وهي اننا جميعا بلا استثناء نحب بل نستमित على انجاز امورنا الدنيوية في هذ التوقيت الضيق، ليس هذا فقط بل نحرص بأن يطلق علينا صفات كثيرة من الصفات الزائلة ونحرص أيضا بأداء الأعمال التي تحب وتقربنا من العباد متجاوزين بها ما يحبه رب العباد، ونجهر بالقول إن الله غفور رحيم. نعم ان المغفرة والرحمة من صفات الله سبحانه وتعالى ومن صفاته ايضا انه شديد

أرجوحة

تقبل الله طاعتكم عزيزي القارئ، وأدخلكم فسيح جناته، ولله الحمد والشكر على هذه النعمة، نعمة صيام رمضان، ها نحن نصوم هذا الشهر الفضيل وقد فقدنا الكثير من الأحباب والأصدقاء الذين توفاهم الله، فاعتنم الفرصة أيها العبد في هذه الأيام المباركة بأن تطبق الأوامر الربانية كما يحب سبحانه ان يطبقها عبده المسلم، واعلم بأنك راحل عما قريب عن هذه الدنيا وسوف تجرد حتى من ملابسك إلا اعمالك التي سجل لك الله فيها حسناتك أما الاعمال التي سجل لك فيها سيئاتك، فإنها سوف تمحى بقدرته سبحانه وتعالى من كتابك اذا صمت رمضان كما يريدك الله ان تصوم، يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم

تأملات

يد



أ. أنوار فاهد

مدرس مساعد

قسم الإدارة التربوية - كلية التربية

حتى من ليس لديه اليدين المحسوستين، هو يمتلكهما في قراره الذي يتحول لفاعل وعمل يصل للناس. ولن أخبرك أكثر عن الأيدي، سأترك لك التاريخ شاهداً على جمالها وقبحها، في فنون المعمار وكتب الأولين وحضارات العالم التي صنعتها يد الإنسان، خليفة الله في أرضه، تأملها بعمق واستشعرها في سكينه من الوعي.

لقرار؛ فهل تجعلك يدك يد خير أم يد شر؟ وهنا يكمن الابتلاء.

كم من يد مررت عليها في حياتك علمتكم أو منحتكم حناناً واحتراماً؟ في المقابل كم من يد مررت عليها أساءت إليك ظلماً وعدواناً؟ المسألة اختيار يظهر على يدك شهادة لك أو عليك، لذلك تأمل ما تصنع يدك؟ وانظر لمن حولك من الناس، كيف تختلف أيديهم عبر ما يقدمونه للعالم، انظر إلى الطهارة والفنانين والحرفيين وأهل العلم والقلم، وللأمهات والآباء وكيف للأيدي أن تصنفاً ونحتاً عبرها في تطلعاتنا وهوياتنا ومسؤولياتنا. جميعنا نمتلك تلك الأيدي.. نعم جميعنا..

أهدتها إليك يداك؟ متى كانت آخر مرة وثقت بيدك؟ نعم يديك.. تلكما اليدين اللتان أهداهما الله لك وأنت اعتدت على وجودهما جزءاً لا يتجزأ منك، حملت لنا الكثير من تجارب الحياة، وتكونت عبرهما الذكريات وما زلنا نزداد وعياً ونضجاً بوجودهما. تلك الأيدي التي ضرب الله لنا بها الأمثال في القرآن، بين يد الخير والشر والشهادة، حينما تشهد الأيدي على أعمالنا يوم القيامة. وانظر لأحكام الشريعة في صد اليد عن الطمع في حقوق الآخرين، فما إن تسرق الأيدي حتى تقطع! ليس الأمر بهذه البساطة، أن تمنح يداً، أي أن تمنح اختياراً تحوله

عنوان هذا المقال غريب! أليس كذلك؟ يتكون من حرفين فقط، هما الياء والداد، لكن.. هل تأملت عمق هذين الحرفين ومدى تأثيرهما في حياتك؟! ما زلت أذكر آخر لحظة جمعني بأبي قبل وفاتها، كانت يدي تمسك بيدها، ولم أكن أعلم أن تلك اللحظات ستكون الغالية والأخيرة بيننا. كلتا اليدين نعمة من الله علينا، نستكشف عبرهما الحياة بكل تفاصيلها؛ فهل تذكر في طفولتك أولى لحظات الكتابة بالقلم أو حفر الأرض وتقليب التربة الزراعية أو الإمساك بقطرات الأمطار أو تحرير طائرتك الورقية لتطير في أعالي السماء، هل تذكر تلك المشاعر التي

شروط ومعايير كتابة المقالة في جريدة آفاق الجامعية

- أن تكون باللغة العربية الفصحى، وتكتب المقالة بقلم وفكر ورأي كاتبها، وليس عن طريق نسخ بحوث ومصادر متعددة.
- ألا تتجاوز 300 كلمة
- إرفاق الاسم الثلاثي أسفل المادة مع اسم الكلية.
- إرسال المادة بصيغة word إلى عنوان البريد الإلكتروني التالي: Afaq.article@ku.edu.kw أو تسليمها شخصياً في مقر الجريدة بالشداية
- النشر مقتصر على منتسبي الجامعة، وارسالك للمادة لا يعني ضرورة نشرها حيث تتم المراجعة والاعتماد
- مشاركة الطلبة للكاريكاتير بحيث يعالج قضايا الطلبة.

فتسجد شاكرًا

سعيك يُرى،
عين الله لا تغيب، ينظر إليك ويسمعك،
يعلم ما بداخلك، ولكن اسعى حتى يقول لك كُن فتكن،
وفي لحظة يُصبح التعب كله متلاشيًا، ضمير غائب
اختفى،
وتصير أنت ظاهرًا، منجزًا، واصلًا، وكأن الضيق
والتعب لم
يكونا شيئًا يُذكر.
وتمر الأيام والشهور والسنين وتنتقل من نقطة
صفر إلى مئة ميل
فتنظر خلفك يومًا، وتلمح نفسك من بعيد ضائع
لا تعلم ما تريد
من نفسك ومن حولك، ومن الحياة بأكملها،
فتسجد شاكرًا مدمع العينين على ما من الله به عليك
من خير ورزق وتوفيق على كل ليلة معتمة لم
يلمحك فيها سواه.
فلا تظن بأن دعاؤك لا يستجاب، إنما
يخبئها الله لك لحين تصبح قادرًا على استيعابها،
ذهنيًا ومعنويًا وجسديًا.

ندى فهد الرشيدى
كلية التربية

عن الاختيار... حين نزن أننا أحرار

لأنني انسقت إليه بهدوء؟
هل قراري تعبير عن ذاتي، أم عن
صورة أريد أن أبدو بها؟
الحرية لا تعني رفض كل تأثير
خارجي، فهذا مستحيل. نحن كائنات
اجتماعية بطبيعتنا. لكنها تعني
القدرة على التمييز بين ما نريده
فعلًا، وما نلقن أننا نريده.
ربما لا نستطيع أن نكون أحرارًا
بالكامل،
لكن يمكننا أن نكون أكثر وعيًا بما
يوجهنا.
والوعي بداية الحرية.
يبقى السؤال مفتوحًا:
في قراراتنا الكبرى، من كان يقود
فعلًا؟
نحن... أم توقعات لم نتوقف لنفكر
فيها؟

أنوار فاضل الحطاب
كلية التربية

معياري اجتماعي، أو خوف غير معن
من الفشل. في هذه الحالات، نزن
أنا نختار، بينما نحن نستجيب.
في البيئة الجامعية، تتجلى هذه
المفارقة بوضوح. كثير من الطلبة
يختارون تخصصًا لأنه "مضمون"، أو
لأنه يحظى بمكانة اجتماعية أعلى،
أو لأنه يحقق تصورًا معينًا للنجاح.
قليلون فقط يسألون أنفسهم: هل
هذا المسار يعكس ما أريده أنا؟
الوجوديون، مثل كيركغارد وسارتر،
رأوا أن الحرية ليست امتيازًا مريحًا،
بل عبثًا. لأن الاختيار الحقيقي
يحمل الإنسان مسؤولية نتائجه.
من الأسهل أحيانًا أن ننسب قراراتنا
إلى "الظروف" بدل أن نعترف بأنه
كان خيارنا.
لكن الفلسفة لا تسعى إلى إدانة
الاختيارات، بل إلى إيقاظ الوعي
بها. أن نسأل أنفسنا: هل أنا في
هذا المسار لأنني اخترته بوعي، أم

نحب أن نعتقد أننا نختار.
نختار تخصصنا، أصدقائنا، أسلوب
حياتنا، وحتى آراءنا.
لكن السؤال الفلسفي الذي لا نطرحه
كثيرًا:
إلى أي مدى كانت اختياراتنا حرة
فعلًا؟
في الظاهر، تبدو الحرية بديهية.
نحن لا نعيش في زمن تفرض
فيه علينا المسارات بالقوة. ومع
ذلك، فإن كثيرًا من قراراتنا تتشكل
داخل شبكة معقدة من التوقعات
الاجتماعية، والضغوط الثقافية،
وصور النجاح السائدة. نختار أحيانًا
ما يبدو "منطقيًا"، لا ما يعكس
ميولنا العميقة.
الفيلسوف الألماني إيمانويل كانط
ربط الحرية بالقدرة على اتخاذ قرار
مستقل عن الإكراه الخارجي. لكن
الإكراه لا يكون دائمًا صريحًا. قد
يكون في صورة توقع عائلي، أو

الأشعة الكهرومغناطيسية: بين التطور التكنولوجي والمخاطر الصحية

الهاتف قرب الرأس.
• إطفاء جهاز الواي فاي أثناء النوم
إن أمكن.
• عدم وضع الأجهزة الإلكترونية بالقرب
من الأطفال لفترات طويلة.
في الختام:
لا يمكن الاستغناء عن التكنولوجيا
الحديثة، لكنها تتطلب استخدامًا واعيًا
ومتوازنًا. فالتقليل من التعرض للأشعة
الكهرومغناطيسية واتخاذ إجراءات
وقائية بسيطة يمكن أن يساهم في حماية
صحتنا وصحة الأجيال القادمة.

حور أحمد الشبيبي
حصه مشعل الشطي
خديجة عبدالرحمن الحداد

• التأثير على الجهاز العصبي والتركيز.
• ارتفاع درجة حرارة الأنسجة عند
التعرض لموجات قوية.
• احتمال زيادة مخاطر بعض الأمراض
عند التعرض المفرط، خاصة للأطفال
الذين تكون أنسجتهم أكثر حساسية.
كما يمكن أن تؤثر هذه الأشعة على
بعض الكائنات الحية، مثل الحشرات
والديدان والنباتات، من خلال تغيير
سلوكها أو نموها عند التعرض لمصادر
قوية لفترات طويلة.

كيف نقلل من التعرض للأشعة؟
• تقليل استخدام الهاتف المحمول لفترات
طويلة.
• استخدام سماعات الرأس بدلاً من وضع

الراديو، ومنها ما هو قوي مثل الأشعة
السينية وأشعة غاما.
أمثلة على مصادر الأشعة الكهرومغناطيسية
في حياتنا اليومية
• الهواتف المحمولة والأجهزة اللوحية.
• أجهزة الواي فاي والإنترنت اللاسلكي.
• أبراج الاتصالات والبث الإذاعي
والتلفزيوني.
• الميكروويف والأجهزة الكهربائية المنزلية.

أضرار الأشعة الكهرومغناطيسية المحتملة
تشير بعض الدراسات إلى أن التعرض
الطويل للأشعة الكهرومغناطيسية قد
يؤدي إلى آثار صحية محتملة، مثل:
• اضطرابات النوم والصداع والإجهاد.

مع التطور السريع في التكنولوجيا
وانتشار الأجهزة الإلكترونية في حياتنا
اليومية، مثل الهواتف الذكية وأجهزة الواي
فاي والأجهزة اللوحية، ازداد الحديث عن
الأشعة الكهرومغناطيسية وتأثيرها
المحتمل على صحة الإنسان والبيئة.

ما هي الأشعة الكهرومغناطيسية؟
الأشعة الكهرومغناطيسية هي نوع من
الطاقة ينتقل على شكل موجات في
الفضاء، وتصدر من مصادر طبيعية
مثل الشمس، ومن مصادر صناعية مثل
الهواتف المحمولة وأجهزة الاتصالات
والرادار وأبراج البث.
وتختلف هذه الموجات في قوتها وطولها
الموجي، فمنها ما هو ضعيف مثل موجات

كيف تستطيع التنسيق بين الدراسة والتواصل الاجتماعي في شهر رمضان المبارك؟

فيصل العتيبي: أوازن بين العبادة والدراسة واهتم بنومي أكثر من أي فترة كي أقدر استمر بكفاءة وراحة

عبدالله العجمي: تنظيم الوقت ووضع جدول يومي متوازن بين الالتزامات الأكاديمية والاجتماعية

عايش العتيبي: أحاول أن أرتب يومي حسب طاقتي أستغل وقت بعد الفجر للدراسة لأن تركيزي يكون أعلى

عبيد العجمي: أحاول أن أمشي على جدول ثابت كي أوازن بين كل شيء دراسياً واجتماعياً بنفس الوقت

عبدالرحمن الراشد: احرص على حضور كافة محاضراتي وبعد صلاة التراويح زيارة الدواوين والاصدقاء

يوسف الحداد: اخصص يومين بالاسبوع اترغ فيهما لزيارة الاصدقاء في رمضان والتواصل مع الناس ولقائهم

احمد حسين: أحاول ما أضع أي محاضرة خصوصاً في رمضان لأن التركيز يكون أقل



مع حلول شهر رمضان المبارك يتغير الجدول اليومي للطلبة من حيث حضور المحاضرات وتخصيص وقت للدراسة والتواصل الاجتماعي، وهو ما يستدعي إعادة تنظيم الوقت ووضع جدول يومي متوازن بين الالتزامات الأكاديمية والاجتماعية، وفق رأي الطلبة، الذين أكدوا أنهم يرتبون يومهم حسب طاقتهم ويستغلون وقت بعد الفجر للدراسة لأن التركيز يكون أعلى، مع الموازنة بين كل شيء دراسياً واجتماعياً بنفس الوقت.

وأشاروا إلى الحرص على حضور كافة محاضراتي وبعد صلاة التراويح زيارة الدواوين والاصدقاء، في حين رأى بعضهم تخصيص يومين بالاسبوع لزيارة الاصدقاء في رمضان والتواصل مع الناس ولقائهم، من دون تضييع أي محاضرة خصوصاً في رمضان لأن التركيز يكون أقل. تفاصيل الآراء في التالي:

وقت ثابت للمذاكرة اليومية (حتى لو كانت ساعة بس) ، وقت للعبادة، ووقت للأهل والأصدقاء، دائماً أفضل الدراسة بالأوقات التي أكون فيها نشيطاً غالباً بعد الفجر أو بعد الإفطار بساعتين لان تركيزي يكون احسن .

وأضاف أما الشيء الثاني : خصوصاً في رمضان اعتمد هذي الطريقة للدراسة و أدرس يومياً بدل أن اراكم كي اوازن بين المناسبات وصلاة التراويح، وأركز على المهم من الواجبات والاختبارات و اخصص ساعة واحدة كيلا اتعب وأنا صائم، وتابع العتيبي، برمضان الطاقة اقل لكن تزيد فيه الفعاليات مثل الفطور الجماعي والغبقات، واحد وقتنا واضحا لا يؤثر على دراستي، واتعلم أقول «لا لبعض الدعوات إذا عندي ضغط بالدراسة والاختبارات وليس ضروريا أن احضر كل شيء. وأكد «الاهم اني لا اضغط على نفسي أكثر من اللازم واحاول أوازن بين العبادة والدراسة واهتم بنومي أكثر من اي فترة كي أقدر استمر بكفاءة وراحة.

موازنة
من جانبه، قال يوسف الحداد: "الصراحة اخصص يومين بالاسبوع اترغ فيهما لزيارة الاصدقاء في رمضان والتواصل مع الناس ولقائهم في هذا الشهر الفضيل وباقي الايام للعمل والدراسة يعني اوازن بين الاثنين قدر الامكان »

من جهته، قال احمد حسين : "بالنسبة لحضور المحاضرات الأسبوعية، أحاول ما أضع أي محاضرة، خصوصاً في رمضان لأن التركيز يكون أقل، فالترام بسبب ضغطا مضاعفا. أجهز قبلها بنوم كاف و اكتب ملاحظات مختصرة كي أختصر وقت المراجعة، ففي رمضان الموضوع يحتاج إلى تنظيم واع لا عشوائي. امشيها بخطة واضحة كي اوازن بين الصيام والدراسة والعبادة بدون ما اتعب واخلص طاقتي.

توزيع الوقت
بدوره، قال فيصل أنور العتيبي (كلية الآداب تخصص الفلسفة) أول شيء: أضع جدولاً بسيطاً وواضحاً فيه أوقات المحاضرات،



يوسف الحداد

بانتظام، وأخلص شغلي الدراسي أولاً فأول كيلا يتراكم علي. وأختار وقتاً أكون فيه نشيطاً للمذاكرة، وأعطي نفسي وقت راحة قبل الفطور. وبعد الإفطار أخصص وقتاً للعائلة والأصدقاء، لكن بدون ما يؤثر على نومي أو دراستي. بهذه الطريقة أقدر أستفيد من رمضان دراسياً واجتماعياً بنفس الوقت.

لقاء الأهل

بدوره، قال عبدالرحمن الراشد: "أذهب الى الجامعة و احرص على حضور كافة محاضراتي وبعد صلاة التراويح احرص على زيارة الدواوين والاصدقاء كونها فرصة ذهبية للقاء الاهل والاصدقاء».



فيصل العتيبي

يكون أعلى، وأحضر المحاضرات أو أراجع مراجعة خفيفة في وقت الظهر، وأخفف قبل الإفطار لأن الإنسان يكون مرهقاً وبعد التراويح أخصص ساعة تقريباً للتخلص أو حل الواجبات. وما أضغط على نفسي بكل شيء في يوم واحد، بل أوزع المهام على الأسبوع وأحدد أياماً للزيارات العائلية والاجتماعية، كي أوازن بين دراستي في الجامعة وعبادتي وتواصلتي الاجتماعي بدون تعب».

جدول ثابت

من جهته، قال عبيد شافي العجمي: "في رمضان أحاول أن أمشي على جدول ثابت كي أوازن بين كل شيء. أحضر محاضراتي

بداية، قال عبدالله خالد العجمي: «يمكن التنسيق بين حضور المحاضرات الأسبوعية والدراسة والتواصل مع المجتمع في شهر رمضان من خلال تنظيم الوقت ووضع جدول يومي متوازن. يحرص الطالب في المجتمع الكويتي على حضور محاضراته بانتظام مع استغلال أوقات ما بعد الفجر أو بعد التراويح للمذاكرة. كما يساعد تقليل السهر غير الضروري على زيادة التركيز والإنتاجية».

وأضف: «يتميز شهر رمضان في الكويت بروح التكافل والتواصل الاجتماعي من خلال الديوانيات والزيارات العائلية. لذلك يمكن تخصيص أوقات محددة للعبادة وأخرى للدراسة وأخرى لصلة الرحم. هذا التنظيم يعزز التوازن بين الالتزامات الأكاديمية والاجتماعية. وفي النهاية، يبقى التخطيط المسبق هو مفتاح النجاح خلال الشهر الفضيل».

بعد الفجر

أما عايش راشد العتيبي فقال: «بصراحة في رمضان أحاول أن أرتب يومي حسب طاقتي؛ أستغل وقت بعد الفجر للدراسة لأن تركيزي

حرصا على تنمية القدرات الرياضية لدى الطلبة وبناء جيل جامعي صحي وواع الجامعة نظمت بطولة كرة القدم للكليات بالشراكة مع الهيئة العامة للرياضة

شهدت البطولة
منافسة قوية
بين الفرق
المشاركة

تمت تسمية
الفرق المشاركة
بأسماء شهداء
دولة الكويت
ولاسيما شهداء
القرين

حرص الإدارة
على متابعة
سير المنافسات
وضمن تنظيمها
وفق أعلى
المعايير

المباريات أخذت
طابعاً تنافسياً
مميزاً أسهم في
اكتشاف عدد من
المواهب الواعدة



كتبت: حنان الفهد القروي:

انطلقت في 12 فبراير 2026 بطولة الكليات لكرة القدم بجامعة الكويت، بتنظيم من إدارة الأنشطة الرياضية، وبدعم ورعاية الهيئة العامة للرياضة، وبالشراكة مع بنك تم، وذلك على ملعب كلية العمارة - العديلية، بمشاركة 20 فريقاً طلابياً يمثلون مختلف كليات جامعة الكويت.

وشهدت البطولة منذ انطلاقها منافسة قوية بين الفرق المشاركة، وسط أجواء حماسية وتقارب واضح في المستويات الفنية بين اللاعبين، ما أضفى على المباريات طابعاً تنافسياً مميزاً، وأسهم في اكتشاف عدد من المواهب الطلابية الواعدة التي برزت خلال المواجهات التمهيدية.

جانب من مباريات البطولة

يونس سكين، إلى جانب تواجد جميع المشرفين الرياضيين من المشرفين على البطولة، في تأكيد واضح على حرص الإدارة على المتابعة الميدانية لسير المنافسات، وضمن تنظيمها وفق أعلى المعايير التنظيمية والفنية.

وتأتي هذه البطولة ضمن جهود عمادة شؤون الطلبة لتعزيز الممارسة الرياضية الجامعية، وترسيخ ثقافة النشاط البدني بين الطلبة، ودعم الحركة الرياضية داخل جامعة الكويت، بما يسهم في بناء جيل جامعي صحي وواع ومرتببط بقيمه الوطنية.

وفي إطار ربط النشاط الرياضي بالهوية الوطنية والذاكرة التاريخية للكويت فقد تمت تسمية الفرق المشاركة بأسماء شهداء دولة الكويت، ولاسيما شهداء القرين، وذلك تزامناً مع اقتراب الأعياد الوطنية وعيد التحرير لدولة الكويت، في مبادرة وطنية تهدف إلى ترسيخ قيم الولاء والانتماء في نفوس الطلبة، وتعريفهم بتضحيات الشهداء الأبرار ودورهم البطولي خلال فترة الغزو العراقي الغاشم. وحضر الأذوار التمهيدية القائم بأعمال مدير إدارة الأنشطة الرياضية د. طارق دشتي، ورئيس قسم الإشراف الرياضي (طلاب)

