

العدد الثاني خاص بشهر مارس /أفريل ٢٠١٨



مجلة المرأة العربية

تظالمين في هذا العدد:

مجلة المرأة العربية

نصائح لصحة العيون

عن البلوزة الوهرانية

ضيقة العدد

صناعة صندوق تركي

بانا كوتا بالشوكولا

تجربة مع منتج التغيير في الحياة الزوجية

صور من جامعة بشار

فضل الذكر في رمضان

طرائف الزواج حول العالم

تطور مهارات الطفل

ملابس صيف للبنوات نصائح و حكم

فعالية شار كيني

فستان العروس *بدلة العريس



منتدى اللغة الجزائرية



- ٢- افتتاحية العدد
- ٣/٤- ضيفة العدد
- ٥- البلوزة الوهرانية
- ٦- تجربة مع منتج
- ٧- فضل الذكر في رمضان
- ٨- تطور مهارات الطفل
- ٩- ملابس صيف للبنوات
- ١٠- فعالية شار كيني
- ١١/١٢/١٣ فستان العروس /بدلة العريس
- ١٤/١٥ نصائح لصحة العيون
- ١٦/١٧ صناعة صندوق تركي
- ١٨- باناكوتا بالشوكولا
- ١٩- من أطباق اللماويات
- ٢٠- صور من جامعة بشار
- ٢١/٢٢ التغيير في الحياة الزوجية
- ٢٣- طرائف الزواج حول العالم
- ٢٤- نصائح وحكم لكِ أختي
- ٢٥- شكر خاص

بسم الله الرحمن الرحيم

بعونه تعالى تم إصدار العدد الثاني من مجلة:
حواء اللمة الجزائرية

اجتهدنا وجاؤنا بتقديم مواضيع
مشوعة تهم المرأة في جميع مجالاتها المختلفة
شكر وعرفان لمن اجتهدت طيلة شهرين
من العمل في منتدى عالم المرأة
أملنا أن تنال إعجابكم ورضاكم
لأننا نحينا عزيزتي اللماوية من أساء
وانتقادك لنقدم الأفضل

مع تحيات عمل فريق المجلة



أم منير

:: مشرفة ::

طاقم المشرفات

إنضم: 22 ديسمبر 2013
المشاركات: 6,196
الإعجابات: 19,217
النقاط: 351
الإقامة: تلمسان... الجزائر
الجنس: أنثى

على بساط الأخوة الصارقت نجدد اللقاء مع شخصيت الخزن من الرقي عنوانا
شخصيت سحرنا بتواجدها وروع حضورها امتازت ب الاخلاق والتواضع مما
جعلها مميزة في عيون الآخرين ،هي أمنا السيدة الرائعت أم منير
ضيفتنا للعدد الثاني من مجلته هواء اللمة الجزائرية نرحب بكم بياقة من الورد

نتنقل مع العضوة إلى فقرة الأسئلة الشخ صية
لتجيب عليها الاخت:
* ما هو مستواك الدراسي ؟
الرابعة متوسط
لكن لم اتوقف عن تثقيف نفسي و التعلم في
البيت
ملاحظة

توقفي عن الدراسة ليس لاني لم اوفق و
لكن لاسباب عائلية
* كم لديك أولاد ؟
ولدان و بنت
* Amira roro هي ابنتك اهديها كلمات
من القلب ؟
ابنتي الوحيدة غاليتي اتمني لها كل التوفيق و
ان يحفظها الله من كل مكروه
و ان تكون شمعة مضيئة ووردة متفتحة
* ما رأيك في الماكياج وهل تستعملينه ؟
استعمله فقط في المناسبات
لان زوجي مند زواجنا لم يكن يحب ان
استعمله لانه بظره يشوه الجمال الطبيعي
فتعودت ان اعيش دونه
في الافراح و المناسبات استعمله و لكن
شيء خفيف فقط لا احب ان اكون لوحة
فنية

-إليك اخط لتلقي كلمة لعضوات اللمة الجزائرية ككل ؟
السلام عليكم حبيباتي
انا سعيدة لان الاختيار وقع علي لاكون ضيفة في مجلة
هواء التي اتمني لها كل التوفيق
و سعادتني الاكبر انني متواجدة بينكن و في بيت اللمة
الحبيبة
نفتتح الح حوار بالأسئلة العامة المتعلقة بالمنتدى :
* كيف تعرفت على منتدى اللمة الجزائرية ؟
كنت اصول و اجول لابحث عن وصفة كنت بحاجة لها
حتى وجدت نفسي في اللمة
اعجبتني كثيرا و شدتني اليها فنسيت الوصفة و انضمت
فورا اليها
رغم ان ابنتي اميرة كانت عضوة من قبلي الا انني
اكتشفتها بنفسني
* كيف ترين منتدى عالم المرأة بصفة عامة ؟ * أي
ركن تميلين اليه أكثر ؟
منتدى المرأة يمر بفترات مختلفة مثله مثل باقي الاقسام
فترة نجد النشاط و المواضيع المختلفة و مرة نجد بعض
الركود
انا اميل اكثر الى ركن التوعية الدينية و الصحة النسائية
* هل ترين نقائص في منتدى عالم المرأة ؟ ماهي النصائح
التي تقدمينها لنا لتداركها ؟
انا شخصيا لا اري نقائص في هذا القسم ينقصه فقط
تفاعل العضوات

* أم منير وقصات الشعر
والصبغ ؟ هل تحبين
التجديد ؟
في حياتي كلها لم استعمل
الصبغة حتى في عرسي
لاني لا احبها
حتى زوجي لم يحب ان اغير
لون شعري
الا ان بدا الشيب يتسلل
اليه
استعملت عدة طرق طبيعية
حتى اتفادي الصبغة و لكن
دون جدوى فلم اجد حلا
غير الصبغة
ملاحظة انا استعمل
GARNIER ٣
اما القصات فهي بين
ديقراي و لكاري ايفيلي
* لبسك في الأعراس
و المناسبات عادة كيف
يكون ؟

حاليا انا احب لبس
القفطان المغربي و اللباس
الخليجي
اذا كان العرس مختلط
اتحجب و اذا كان العكس
استعمل كل زينتي

* الألوان التي تفضلينها في ملابسك ؟
كل الألوان تعجبني ما عدا الابيض و الاصفر و البرتقالي
* ماهي أنواع الهدايا و المفاجآت التي تحبينها ؟ ماهي الهدايا التي أحببتني بها من أهداها لكي من
العائلة ؟
احب كل شيء اسمه مفاجاة و لو ورده
احلى و اغلى هدية تلقيتها من ابي رحمه الله و اسكنه فسيح جناته



أم منير

:: مشرفة ::

طاقم المشرفات

إنضم: 22 ديسمبر 2013
المشاركات: 6,196
الإعجابات: 19,217
النقاط: 351
الإقامة: تلمسان... الجزائر
الجنس: أنثى

* ما هو رأيك في ظاهرة ضرب
الرجل لزوجته ؟

تخلف و جهل

* لو أخبرك شخص ما أن فلان

أو فلانة يتكلم عنك

* هل تصدقينه مباشرة وتحملين

الحقد على الشخص الآخر ؟

ان كان قريبا مني اواجهه و

اعرف الحقيقة

* أو أنت ممن لا يصدق أي شي

ء يقال له حتى التأكد ؟

أنا كد بالمواجهة وهذا هو

الصحيح

وهناك بعض الاشخاص الذين

اثق بهم و تبادل معهم

الاحترام والمحبة

لا يتقبل عقلي انهم تكلموا عني

بسوء

و دائما و ابدأ اقول حسبي الله

ونعم الوكيل

* كلمة أخيرة لمجلة حواء اللمة

الجزائرية والقائمات عليها؟

والله من كل قلبي اتمنى لها و

النجاح و التالى و للقائمات عليها

السداد و التوفيق

احبكن في الله و بارك الله

فيكن

* لو ممكن تعرفينا على اللباس التقليدي التلمساني ؟
هو القفطان التلمساني من اصل عثماني و هو يتكون من عدة

اجزاء

لبلوزة تنع لمنسوج

القفطان المطرز بالفتلة

لمناديل و القوطة و لحزام

و تزين العروس من فوق اللباس بالحلي و على راسها كذلك

و قد صنف ضمن التراث العالمي

و كذلك لبلوزة و هي من اصل وهراني و لكنها لباس المرأة

التلمسانية منذ القدم

لا يخلو جهاز العروسة من ٢ او ٣ او اكثر من هاد اللباس

بكل انواع القماش

و امهاتنا يرتدين لبلوزة كلباس يومي و نوع القماش يكون

بسيطا و حسب السن

* هل ترين أن زواج البنت و هي صغيرة أمر جيد لها ؟ أم

ترين أن اتمام البنت لدراستها افضل من زواجها في سن

مبكر ؟

انا شخصيا ضد الزواج المبكر للبنت

اتمام لدراستها اولى و ياتي الزواج بعد ذلك

لان الزواج يشغلها عن الدراسة حتى و لو اتفقت مع شريك

حياتها ان تتم لدراستها بعد الزواج

لان الزواج لا يخلو من المشاكل و هذا سيصعب الامر

والله اعرف و رايت بنات مثل الوردات تزوجن في سن

مبكرة و تركن الدراسة ثم فشل زواجهن فاصبحن حبيسات

البيوت

لا دراسة و لا عمل و لا زواج ناجح

من الافضل ان تدرس و تنضج و ينضج

عقلها ثم الزواج بعد ذلك

شكرا لقبول الدعوة غاليتي
الشكر لكن حبيباتي ولي الشرف ان اكون
ضييفة هذه المجلة
تحياتي الخالصة للجميع



العدد الثاني - شهر مارس / أبريل ٢٠١٨

أحيرته

البلوزة الوهرانية من اللباس التقليدي الجزائري



أميرته

:: مراقبة عامة ::

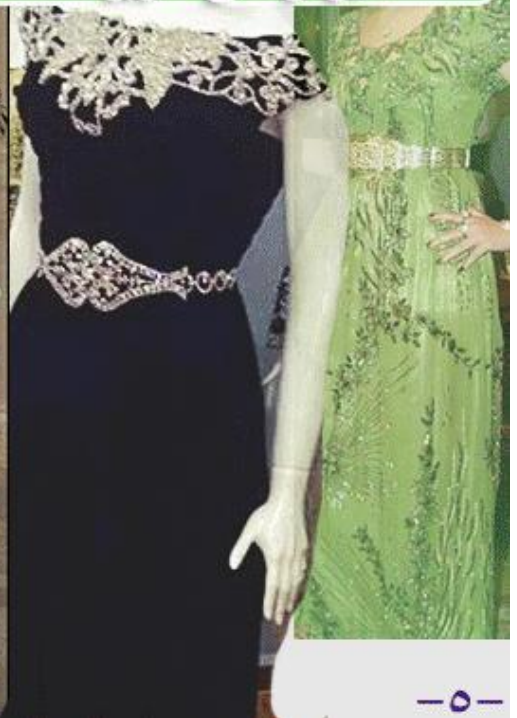
طاقم المراقبين

إنضم: 13 جوان 2011
المشاركات: 14,400
الإعجابات: 19,236
النقاط: 671
الإقامة: ♥ قلب عسكري ♥
الجنس: أنثى

تعتبر البلوزة الوهرانية لباس تقليدي جزائري ينحدر من ولاية **وهران** **الباهية** ، فهو لباس يمثل عراقة و هوية المرأة الوهرانية بصفة خاصة، يعود أصلها إلى **اللباس التلمساني المعروف سابقا ببلوزة يومدين** و التي أصبحت تسمى اليوم البلوزة التلمسانية .

انتشرت البلوزة الوهرانية في **الجزائر كلها** وأصبحت تلبس حتى في البلدان المجاورة **كالمغرب و خاصة في مدينة وجدة المغربية** التي نقلها لها المهاجرون الجزائريون إضافة لقرب المدينة و كلك في الخارج **مثل فرنسا** ، فإذا ألقينا نظرة على البلوزة نجدها فستان مرصع بالاربيسك و الأحجار الملونة ومعبي بالخرز و العقيق ومنها ماهو مطرز بطرز خاص تكون بصدر مفتوح أو مربع و عادة ما تكون ذات أكمام قصيرة

يختلف هذا اللباس حسب نوع القماش و حسب طريقة الفصالة و تطريز الصدر و الأكمام و قد تطورت البلوزة الوهرانية عما كانت عليه سابقا و أصبحت بشكل تتمنى كل امرأة ارتدائها حيث تفننت مصممات الأزياء في الجزائر على تطويرها مما جعلها مفضلة عند الكثير من النساء



العدد الثاني - شهر مارس / أبريل ٢٠١٨

الحلم الوردي تجربتي مع SVR50+ واقى الشمس



الحلم الوردي

:: مراقبة عامة ::

طاقم المراهبين

إنتضم: 21 مارس 2010
المشاركات: 44,373
الإعجابات: 67,710
النقاط: 671
الإقامة: عالم النسيان
الجنس: أنثى

اخترنا لكن في هذه الفقرة التي تخص جمالك
سيدتي آنستي منتج من تجربتي
ليوم حبيت نشارككم تجربتي مع واقى الشمس
الذي فيه فوائد كثيرة:

يحمي الجسم من الشمس
-مناسب لكل البشرات

كريم SVR كريم واقى من الشمس حماية عالية للجلد
وواضحة للبشرة الحساسة (٢ في ١)

فهو كريم واقى من الشمس
واقى من الشمس لطيف ينصح به أطباء الجلد في حالات الجلد
الحساس

و الأمراض الجلدية فهو يحمي الجلد المتعصب من المواد
الكيميائية

من مميزاته أيضا:

يوفر حماية عالية ضد اشعة الشمس A و B

مناسب للبشرة الحساسة

خالى من البارابين

مقاوم للماء و العرق

سريع الإمتصاص و لا يترك علامات على البشرة

سعره ٣٥٠ دج



دعاء الجنات

فضل الذكر في شهر رمضان



دعاء الجنات

:: مشرفة ::

طاقم المشرفات

2014	إبضم:
3,009	المشاركات:
7,721	الإعجابات:
641	النقاط:
أنثى	الجنس:



بسم الله الرحمن الرحيم والصلاة والسلام على أشرف المرسلين
أحمد لله الذي أنعم علينا بنعمته العظيمة حمدا يليق بجلال وجهته وكرم سلطانه ،
حمدا يملأ بين السماء والأرض وما بينهما ، ومن بين هذه النعم نعمته الشهر
الفضيل والضيف العزيز ذو الفضل العظيم والأجر الوفير شهر الرحمة والمغفرة "شهر
رمضان" ، فكيف ياترى أختي المسلمة ستقابلين حق هذه النعمة هل بالذكر
والقيام والصيام فيها وصالح الأعمال ؟ أم أن يكون صوم عن الأكل والشهوات فقط
؟ يجب أن تعلمي أن هناك أمور يجب استغلالها في هذا الشهر الفضيل وهي
"الذكر"

قال تعالى " الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ "
وقال أيضا

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا (٤١) وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا (٤٢) هَؤُلَاءِ الَّذِينَ
يُصَلِّي عَلَيْكُمْ وَمَلَائِكَةٌ لِيَبْخَرَكُمْ مِنَ الظَّالِمَاتِ إِلَى النُّورِ وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا (٤٣)

إذا كان يا اختاه فضل ذكر الله عظيم في سائر الأيام والأزمان فما بالك إذا كان في خير الأشهر .. شهر القرآن ،
سيكون أجره عند الله عظيم وترداد درجتك عنده ، وتكونين برقت نبيته محمد صلى الله عليه وسلم في
أجنت ، اقربي هذا الحديث واحفظيه ، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (ما من ساعة ثم بابت آدم لم
يذكر الله فيها إلا تحسرها يوم القيامة) ، فما بالك لو تحسرت على ساعات من ساعات رمضان فكسرة
أشد وأكبر

لهذا أوصيك وأوصي نفسي أولا بانتهاز كل أوقات الشهر الفضيل بذكر الله ، فليس يعني ذكر الله أن تصلي و
تقري القرآن فقط ، بل ذكر الله في كل لحظة وزمان ، فأنك تطيعين وفي قلبك ذكر الله وأنت تمشين وتغسلين
ملا بسك ... اذكر الله ، إذا بدأت عملك فابدئي باسم الله وتوكلت على الله ، وفي أي عمل يمكنك أن تذكر
الله وإياك ثم إياك من أكل كرم الناس وأنت صائمة فذلك ذنب عظيم فاجتنبه ...
رمضان أيام معدودة وسويغات محدودة فهو ليس كل العام وأيامه تمضي بسرعة فاغتنميها بذكر الله العظيم
فوالله لا توجد ساعة في الدنيا تكون فيها في أعلى الدرجات من ساعة نذكر فيها ربنا ورب الأرض
والسموات .

اللهم بلغنا رمضان .





أم ياسمين dz

:: أمانة اللمة الجزائرية ::

طاقم الإدارة

19 سبتمبر 2009

43,139

58,624

إنضم:

المشاركات:

الإجابات:

مع بلوغ الطفل سنتين قد يستطيع تطوير
استيعابه لاتجاه اليمين واليسار،
واستخدام اليدين بقدرات متساوية دون
تفضيل.

بعد أن يكمل سنتين سيتمكن من تقليد
صفحات الكتاب بسهولة، وبناء برج من
المكعبات يبلغ ٦ طوابق، وفك سوستة
كبيرة، وتنسيق حركات المعصم مع
الأصابع، واستخدام كوب بيد واحدة،
 وإزالة الغلاف الورقي للحلوى.

يمكنك بداية من عمر سنتين تعليم الطفل
الرسم والتلوين. سيستخدم إبهامه
برعونة، ويقبض على القلم بالإبهام
والوسطى، لكن ذلك سيعطيه سيطرة
كافية لتعلم المهارات الأولية للرسم.



أم ياسمين dz

الألعاب وتطور مهارات الطفل

ببعض السنة والسنتين

في عمر ١٢ شهراً تستمر بعض التحديات أمام الصغير، خاصة التقاط الأشياء
الصغيرة والإمساك بها بين الإبهام والسبابة، لكن بحلول الشهر الـ ١٨ تصبح هذه
المهام بسيطة. من الممتع مراقبة الصغير لمشاهدة كيف يستكشف كل الطرق
لجمع الأشياء الصغيرة، وتغيير تشكياتها.

أكثر الألعاب مناسبة لأهداف طفلك في هذه المرحلة بين عمر ١٢ و ١٨
شهراً:

* بناء أبراج من المكعبات حتى الطابق الرابع.

* تغطية وكشف الصناديق الصغيرة.

* الإمساك بالكرات الصغيرة ومتوسطة الحجم وهي في حالة حركة.

* تقليد مقابض الأبواب، وصفحات الكتب والصحف.

* الخربشة والرسم.

تساعد هذه الأنشطة على تطوير مهارات استخدام اليدين، وتعلم الطفل
بعض المفاهيم المكانية مثل "في"، و"تحت" و"حول". يساعد ذلك التطور
الطفل على تحسين عملية التوافق الحركي وهو يقترب من عمر سنتين.

عندما يقترب الصغير من عمر سنتين يصبح قادراً على الاستمتاع بالألعاب
التالية:

* طي الورقة إذا شرحت له كيف يفعل ذلك.

* وضع أوتاد كبيرة (من ألعاب البلاستيك) في ثقب مصممة حسب
مقاس الوتد، ويمكن أن تكون الأوتاد مربعة، وسيدرك الطفل الوضعية التي
تتوافق من خلالها الزوايا.

* رص ٥ أو ٦ مكعبات بالترتيب.

* أخذ مجموعة من الألعاب مرتبة وفق شكل معين، ثم إعادة ترتيبها بالترتيب
وفق نفس الشكل.

العدد الثاني - شهر مارس / أبريل ٢٠١٨

مجلة
صواء
الشمس

فساتين صيفية للبنوتات



العدد الثاني - شهر مارس / أبريل ٢٠١٨

مجلة
صواء
اللمة



Queen Fati

:: عضو قُتْمِيز ::

إتضم: 27 جانفي 2017
المشاركات: 1,253
الإعجابات: 2,558
النقاط: 571
الإقامة: SBA
الجنس: أنثى



Queen Fati

فعالية شاركتني لركن الأناقة



فعالية شاركتني فكرة Queen Fati



انيقات ودلوعات المندي

كما عهدتن حبيباتي هذا المندي الصرع والمجال الواسع للاستفادة وكذا الافادة من خلال تسخير سجادته الاحمر لكي وحدك فتتميزين بطلتك وبريقك الانثوي الفخم وذلك باكتساب مقومات الاناقة في بيتك، خارجك والمناسبات السعيدة، وقد عاد لكن في حلتك المميّزة والمتمثلت في فعالية شاركتني من خلال فتح مجال تبادل ومشاركة الامور التي تصنع وتصقل هذه الطلث، حيث انه ستكون مشاركة الامور التي سيحدد موضوعها كل 10 يوم لتتوج احسن مشاركة من ناحية

النوعيت، الشكل، وطريقة التصوير
و كمثال عن المواضيع التي ستعتمد:
تشكيلة المعاطف من خزانك
تشكيلة اكفانج من خزانك
تشكيلة اخذيتك
تشكيلة اكسسواراتك
وهكذا ودواليك
وتكون الجائزة عبارة عن
نقاط تقدم من الادارة

+

عتم تمير

ملاحظة:

مشاركة واحدة لكل موضوع

منتدى اللمة الجزائرية





لفستان الزفاف صورة خاصة ترسمها
الفتاة في ذهنها
حسب ذوقها ونظرتها الخاصة اتجاهه

الأسئلة النقاشية:

- هل تحبين الفستان الكلاسيكي أو
العصري؟

- هل تحبين اللون الأبيض أو لون آخر؟
- حين اختيارك للفستان من تفضلين ان
يرافقك؟

- تفضلين الكراء أو الشراء وكم من
الوقت تستغرقين؟

- نصائح تقدمينها للعرائس أثناء اختيار
الفستان؟

- اضافة أخرى للموضوع ؟

بدلة العريس هي الأخرى لا تقل
أهمية عن فستان العروس وعليه
يجب عليه أن يختارها بعناية.
الأسئلة النقاشية:

- هل تفضلين اختيار البدلة مع
عريسك؟

- تعطينه رأيك حول الأمر؟ أو
تتركين الخيار له؟

- ماهو اللون الذي تفضلينه في
البدلة؟

- شكل البدلة التي تفضلين؟

- هل تحبين الكلاسيكية أو
المودارن؟

- اضافة أخرى للموضوع؟

آراء العضوات حول فستان الزفاف:



الورد الأحمر قالت:

بالنسبة لفستان الزفاف نحبو بين لكلاسيكي للمودرن يعني يكون بالفكرة الأساسية تاع فساتين الزفاف بصح فيه لمسة عصرية وحاليا كاي فساتين عصريين كلاسيكيين ومحتشمين .

بالنسبة للون أنا نفضل الأبيض يعني راني كلاسيكية نقتل في النقطة هذي مع أنو الموضة حاليا في الفساتين باللون الباج لخفيف بصح أنا مازلت لاصقة في لبيض يعني لبيض

بالنسبة ليا اختيار الفستان لازم يكون مع لبنات لي هو ما خواتي طبعاً وأنا نفضل نشره مش نكره لأنو عندي تحفظ في موضوع نلبس شي لبسوه قبلي يعني نفسياً نكون مش مرتاحة ونحس روحي هك مالا بالنسبة ليا نشره أحسن لي

عاشقة الجنة قالت:

- ١- أنا أحب فساتين الزفاف العصرية خاصة في ونفلي
- ٢- اللون نحب يكون الأبيض الناصع او المائل للبيج يعني لي رآه بكثرة في السوق هههه على حساب الشكل
- ٣- نحب ترافقني اختي و احدى قريباتي
- ٤- أنا نفضل الكراء لأنو رح يتلبس ساعة ولا زوج برك و إذا باش يبقى ذكرى التصاور يكفو ^^

smile □ Lovely قالت:

المهم بالنسبة للفساتين .. نبغي هاذوك البوفي و اللون أبيض ناصع أكيد .. نعشق في لا دونتال تجي أنيقة هاكا مانعرف علاه خخخخ تخيلوني لابسة هاذة يعني مشي يهبل ؟ شكون يخبره معاً يا اختي وماما هاذاك ما عندي أصلاً ربي يخليهملي

نفضل نشره بصح البحبوحة المالية خخخخخ ألوغ نكري ليلة وفايتة

جميلة أنا قالت:

اولا على فستان انا نحب اسمها simple et beau مش معمورة و تبريبي: و مش حاجة كلاسيك بزاف او ليك فستاني مكري من قسنطينة اما على المرافقة انا ديت معايا صديقاتي زوج لانوا اخواتي صغارات، و الحمد لله ساعدوني اكثر في الاختيار اما عن الفستان كريتوا لانوا بكل ببساطة منجمتش نشره؛ غير كي كريتوا اني مليحة هههه (نقصد هو الي كراه هههه احنا هكا عاداتن ا الرجل الي يعطيك حقوا:)) اما على الوقت انا بطبعي صعيبيية الارضاء سوفريت باه قبلت ههههه

النصائح الي نقدم لكل عروس هو انها تلتهي بنفسها اكثر من الحوايج و الشورة لانوا معظم البنات تتعب بزاف قبل الزواج مع توجاد و نهار تروح لدارها يطيح عليها تعب و تعبي تهز روحها: cautious: والراجل يحبها تكون خفيفة و رشيقة و قايمة بيه و بالدار فهمتيني يا قفوزة

اما عن الاضافات انا رح نوري بعض قنادر تع تصديوتي لعللي يستفادوا منهم البنات و على accessoires استعملت parure d'argent والله افضل و بقالي ديما نلبسوا مع des robes w classique

قطر الندى dz قالت:

انا أحب لون الأبيض أكيد كاكل البنات نظن كراء أحسن لأنو تلبسيه ساعة ولا ٢

لما تختريه تكوني مع واحدة تعرف وعندها ذوق احسن صراحة انا ملبستوش لأن الفستان الأبيض فيه شبهة بين الحلال والحرام (بدون لأدخل في التفاصيل) وكان بنسبة ليا تركه أفضل وخرجت بالجلباب كامل نعرفو لعراس يندرو في لصال والعروسة تخرج بيه تنكشف



آراء العضوات حول بدلة العريس:

اشراقة شمس قالت:- نعم افضل ان اختارها معه . . . ههه وراني ناوية غير اصبرو عليا برك خخخ انا نختار معه
٢- نحب لون نواااغ منحبش بيض ورمادي احم احم الوردة انا نديرها خخخخ
٤-مودارن خير ف رايب
اضافة: ربي يهني كل وحدة ويتم لكل ولية بخير وربى يجمعني بيه ويجمع كل وحدة مع لي تحبه بالحلال

أم الشبلين قالت: نخبر معاه حاجة بجاجة ههه و نعطيه رايب مرات يدبر عليا و مرات لا منبغيش قراقات papillon الالوان هو يحب الازرق ؟ او الاسود □
أكد نهار العرس يكون كوستيم كلاسيكي بكل القطع كامل مكمول

بنت اله ٢٥ قالت:س١: هل تفضلين اختيار البدلة مع زوجك ؟ تعطين رأيك حول الأمر ؟ أو تتركين الخيار له ؟

الممم لا منحبش وما حبيتش نختار معاه البدلة
سبغوتكي قالي انو ولد عمو رايح يبعثو الكوستيم من الخارج قلت كيما جات تجي وفالاخير قرر قالي نشره وحدي (خاف يبعثو كوستيم باشع ههههه)
وخليتو الخيار ليه لاني بصراحة منحبش ندخل في هاد الامور

س٢: اللون الذي تفضلينه في بدلة العريس ؟

أنا عموما نحب اللون الأسود يليق بالعريس
نكره الالون الأبيض والباج والازرق والرمادي يجيوني مش تع عريس

س٣: شكل البدلة التي تفضلين ؟ ونوعها

انا نحب نحب المودارن . . . وزيد البدلة اللي اختارها زوجي في عرسنا عجبتي بزاف جى بوبى الله يبارك احم هههه

نصيحة من الأخت سكون الفجر:
حببت نقول انو يوم الزفاف هو أحلى وأهم يوم في حياة اي زوجين والاتباه للتفاصيل مهم جدا اي البدلة والفستان والاكسسوارات وهاد الشي يسمح لهم يعيشوه ويتذكروه كاجمل يوم فالتاريخ

queen fati قالت:الكوستيمات لي خرجو تاع لا جيلي لي مصممة من نفس قماش الكوستيم والبروش الصغير مثل بروشات بشكل النظارة . طائرة وغيرها
واللون لي يختلف على حساب لون البشرة ومذلك واحد طويل ورقيق لازم يعرض السروال باش ميبانش كما رقيق ياسر

آميرته قالت:منبغيش الألبسة الرسمية مش عارف علاه منميش لهم
المهم نخبر معاه كي يكون لازم عليه يلبس هذا النوع من اللباس
نبغي اللون الأسود لأن نشوف فيه يوالم ها السيتيل بزاف

عاشقة الجنة نصائح لسلامة وصحة العيون



عاشقة الجنة

:: مشرفة ::

طاقم المشرفات

27 جويلية 2014	إتضم:
14,508	المشاركات:
41,538	الإعجابات:
1,251	النقاط:
أزمير	الإقامة:
أنثى	الجنس:



لا يجب أن نعتبر أن أعيننا من المسلمات في جسمنا ولا نهتم بكفاح عليهما وعلى سلامتهما . نقدم لكم ست نصائح للحفاظ على سلامة عيونكم .

١ . تناول الأطعمة التي تساعد على أكفاح على العينين

حمايت العينين والمحافظة عليهما تبدأ من الطعام الذي تتناولون . المواد الغذائية كأوميغا - ٣ ، ليوتين ، زينك وفيتامينات (سي و إي) تساعد على منع مشاكل البصر المتعلقة بالتقدم بالسن كالتنكس البقعي ومرض المياه البيضاء (الساد) .

بينت بعض الدراسات أن تناول هذه الأطعمة من الممكن أن يساعد على أكفاح على صحة العين :

- أخضر اوات الورقية أخضر كالسبانخ ، الكرنج والمفوف .
- سمك السالمون والتونا والأسماك الزيتية الأخرى .
- البيض ، المكسرات ، البقوليات ومصادر البروتين الأخرى غير اللحوم .
- البرتقال وأكحويات الأخرى أو العصائر أكحوية .

تناول الطعام الصحي والمتوازن يساعدك على أكفاح على وزن صحي وسليم بما يمنع الأمراض المرتبطة بالسمنة كالسكري من النوع الثاني . السكري من النوع الثاني مسبب رئيسي لفقدان البصر عند البالغين .

٢ . التوقف عن التدخين

يزيد التدخين من احتمالية الإصابة بالمياه البيضاء ، تلف العصب البصري والتنكس البقعي .

٣ . ارتداء النظارات الشمسية

اختيار النظارة الشمسية الصحيحة ستساعد على حمايت عينيك من أشعة الشمس فوق بنفسجية لأن التعرض الشديد لها يزيد من احتمالية الإصابة بالتنكس البقعي والمياه البيضاء . اختر نظارة شمسية من النوع الذي يصد الأشعة فوق بنفسجية من النوعين أ و ب بنسبة ٩٩ - ١٠٠٪ . يفضل استعمال النظارات التي تغطي جوانب العينين أيضا أما النظارات الشمسية التي تعرضت للإستقطاب polarized تقلل من الوميض أثناء القيادة . بعض العدسات اللاصقة الطبية توفر أكمايت من الأشعة فوق بنفسجية أ و ب ولكن ارتداء النظارات الشمسية يتوفر حمايت إضافية .

مائدة الجنية

الوقاية خير من العلاج



عاشقة الجنة

:: مشرفة ::

طاقم المشرفات

27 جويلية 2014	إنضم:
14,508	المشاركات:
41,538	الإعجابات:
1,251	النقاط:
أزمير	الإقامة:
أنثى	الجنس:

٤. استخدم واقيات العيون إذا كنت تتعامل مع المواد الخطرة أو الملوثات في عملك أو المنزل ارتد واقيات العيون طوال فترة التعرض لهذا المواد. بعض الرياضات كلعب الهوكي على الثلج وكرة المضرب من الممكن أن تؤدي إلى إصابات العيون لذا لا بد من ارتداء واقية للعيون (كأخوذ المرفقة بقناع واق للوجه أو النظارات الواقية الرياضية المرفقة بعدسات خاصة) لحماية عينيك.

٥. ابعد نظرك عن شاشة الكمبيوتر

النظر الطويل في شاشة الكمبيوتر من الممكن أن يؤدي إلى:

- إجهاد العينين
- عدم وضوح في الرؤية
- صعوبة القدرة على التركيز للمسافات البعيدة
- جفاف في العينين
- الصداع
- ألم في الرقبة، الظهر والاكثاف

٦. قم بزيارات دورية لطبيب العيون يجب على الجميع بما يشمل الأطفال الصغار في العمر زيارة طبيب العيون بشكل دوري للفحص بحيث يساعد على حماية النظر. كما قد يكشف فحص النظر بعض أمراض العيون كالزرق والتي لا تظهر على المصاب بها أعراض. من المهم الكشف عن أمراض العيون بشكل مبكر فكلما كان الكشف مبكرا كلما كان العلاج أسهل وأجبر.

يشمل الفحص الطبي للعيون عادة على:

- إخبار الطبيب بتاريخ العائلة المرضي وتاريخك المرضي.
- فحص العيون إن شك الطبيب أو تم سابقا تشخيص إصابتك بمرض النظر، قصر النظر، اللابؤرية (عدم تماثل النظام البصري حول المحور البصري) أو قصر البصر الشيخوخي.
- فحوصات للتأكد من كفاءة العينين عند النظر معا.
- فحص ضغط العين وفحوصات لعصب العين لتشخيص داء الزرق.
- فحص مجهرى وفحص خارجي للعين قبل وبعد التمدد.

المصدر : موقع صحي

بنقابي افتخر

كيف أصنع صندوق توكي؟



بنقابي افتخر

:: عضو شرقي ::

إنضم: 11 ماي 2015

المشاركات: 4,116

الإعجابات: 10,443

النقاط: 191

الإقامة:

في أرض الله الواسعة

الجنس: أنثى

أولا
نأخذ علبة احذية ونأخذ القياسات بالقماش ثم نقوم بقص على حسب
العلبة

ثانيا نلصقها بواسطة مسدس الغراء
ثم نعمل حروش بواسطة خشوة او بونج

ثالثا: نغلفه أجوانج فوق أكشو مباشرة



رابعا: نكمل الغطاء نضع له طبقة من أكشو و
نغلفه بقماش مغاير طبعا ننسق بين الالوان



وأخيرا نزين الصندوق بطريقة احترافية



العدد الثاني - شهر مارس / أبريل ٢٠١٨

فقرة المهارات اليدوية لهذا العدد من إعداد بنقابي افتخر

وهكذا يكون الشكل النهائي للصندوق
أتمنى أن ينال إعجابكم
إلى اللقاء مع فقرة العدد المقبل من المهارات اليدوية



بنقابي افتخر

:: عضو شرقي ::

إنضم: 11 ماي 2015

المشاركات: 4,116

الإعجابات: 10,443

النقاط: 191

الإقامة:

في أرض الله الواسعة

الجنس: أنثى



العدد الثاني - شهر مارس / أبريل ٢٠١٨



الحلم الوردي باناكوتا بالشوكولا



الحلم الوردي

:: مراقبة عامة ::

طاقم المراهبين

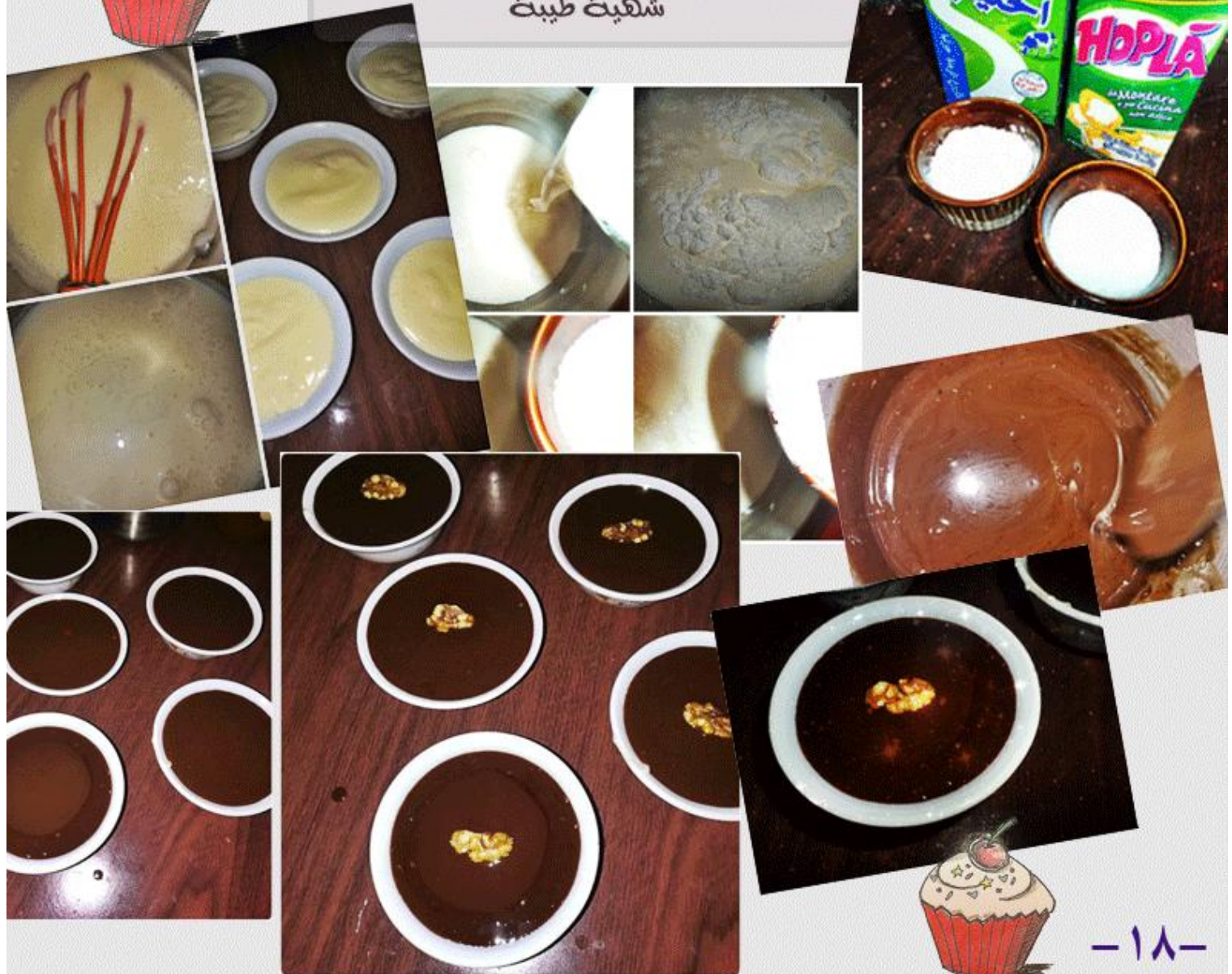
إنضم: 21 مارس 2010
المشاركات: 44,373
الإعجابات: 67,710
النقاط: 671
الإقامة: عالم النسيان
الجنس: أنثى

المقادير:

٢٥٠ ml الكريمة الطازجة
١٥٠ ml حليب
٥٠ G شوكولا
١٤٠ G من السكر

طريقة التحضير:

في كسرولت على النار ضع الحليب والكريمة
السائل
وحررهما جيداً لتمدج المكونات جيداً.
وتبقى كمية تملأ مع الشوكولا
الى ان يمتزج الخليط
ويسكب على الباناكوتا
يوضع في البراد مالا يقل عن اربع ساعات
شعيت طيبة



العدد الثاني - شهر مارس / أبريل ٢٠١٨

بعض أطباق اللماويات!

مجلة
صواء
اللمة



العدد الثاني - شهر مارس / أبريل ٢٠١٨

ياسمين yaso

صور بعثة كاميروني

صور التقطتها من جامعة ولاية بشار



ياسمين yaso

:: مشرفة ::

طاقم المشرفات

إنضم: 24 نوفمبر 2015
المشاركات: 5,129
الإعجابات: 12,929
النقاط: 901
الإقامة: من عالمي
الجنس: أنثى



التغيير في الحياة الزوجية!



سكون الفجر

:: مشرفة ::

طاقم المشرفات

إنضم: 29 أوت 2013
المشاركات: 10,144
الإعجابات: 27,565
النقاط: 351
الإقامة: مدينة جامعة - الوادي -
الجنس: أنثى

تلك كانت أمثلة حية
وواقعية لمستها أنا
شخصياً ..
الآن وبعد أن عرفنا
الداء سنبحث حتماً
عن الدواء، ولكل
دواء وقته وعلمته وأيضاً
علينا أن لا نكثر منه
فالكل يعلم النتيجة ..
هنا أحمل لك عزيزتي
المرأة بعض النصائح
والأفكار التي ستجعل
من حياتك هادئة
وجميلة وإليك أيضاً
عزيزتي المقابلة على
الزواج لكي لا تقعي
في الخطأ الذي وقعت
فيه أخواتك ..

من ممّا لا يحب التغيير والتجديد؟ بالطبع لن نجد من يقول أنا، فلو نظرنا إلى الكون والطبيعة لوجدناها تحب التجديد هي أيضاً ففصيف طقس ساخن وفي الشتاء ثلوج جميلة وجمال المدفئة، ولربيع جماله بأزهاره ورائحته الزكية، ولن ننسى الخريف وألوانه الهادئة وتساقط أوراق الشجر.

إذاً نستنتج من كل هذا أن التغيير فطرة وأن كل نفس بشرية ترغب بالتغيير بل وتحب ذلك.

موضوعنا لهذا اليوم يتحدث عن التغيير في حياة كل زوج وزوجة، ربما تحدث الكثير من الدعاة وعلماء النفس والمصلحين عن أهمية التغيير في الحياة الزوجية ولكن القليل فقط من ينصتون ويطبّقون وهذه هي المشكلة

فالكثير من النساء والرجال أيضاً يتحمسون جداً بعد الخروج من إحدى المحاضرات والتي تتحدث عن التغيير، مثلاً نجد الزوج ذهب إلى محل الزهور وأشتري أكبر باقة ثم أشتري خاتماً من الذهب أو شيء من هذا القبيل وحجز في أفخم مطعم وحجز رحلة إلى جزر المالديف ... إلى آخره

يدخل على زوجته وكله حماس وفرح يتراقص داخل قلبه، ليجد أن زوجته لم تفرح كثيراً بما فعل بل ملئ الشك قلبها والسبب هو هذا التغيير المفاجئ من الصفر إلى المائة!!

وكذلك نجد بعض النساء المتحمسات بعد إحدى المحاضرات التي تخص التغيير، تدخل البيت وتقلبه رأساً على عقب ويبقى المنزل في حالة يرثى لها ربما ليومين أو ثلاثة وبعد ذلك تطلب من زوجها المال أريد شراء بعض الملابس، لتذهب بعد ذلك " في حال أخذت بعض النقود" لتشتري بعض الملابس المثيرة وبعض من مساحيق التجميل والعطور الزكية و... إلى آخره

لتجد أن زوجها لم يفرح بل الغضب وصل إلى ذروته ويبدأ بقول " لو أنك تركت هذا هنا، كان مكانه أفضل، لو أنك فعلت كل هذا على عدة مراحل لو لو لو ... وما هي إلى لحظات لتبدأ المعركة ثم نعود إلى ما تحت الصفر بعشرات الدرجات.

التغيير في الحياة الزوجية!



سكون الفجر

:: مشرفة ::

طاقم المشرفات

29 أوت 2013	إنضم:
10,144	المشاركات:
27,565	الإعجابات:
351	النقاط:
مدينة جامعة - الوادي	الإقامة:
أنثى	الجنس:

تبدأ الحياة الزوجية مباشرة بعد أول ليلة تقضيها مع زوجك الذي إختاره الله لك قبل أن تختاره لنفسك، ستتفاجئين ببعض التصرفات من زوجك ربما تعجبك وربما تقلب كيائك رأساً على عقب، وستحدث أيضاً عن البيت والتغيير في البيت والمظهر الخارجي لك أيضاً في الطعام والتقديم والإستقبال ... إلى آخره من الأمور التي ستجعل حياتك هادئة أولاً وأهم نقطة هي الإحترام والإحترام ثم الإحترام وهو ما يجعل حياة الزوجين رائعة فإذا ذهب الإحترام ذهب كل شيء

• **ابدأي بنفسك** عزيزتي فمن اليوم الأول عليك أن تدركي **بأنك قبطان سفينة البيت** وأن البيت مسؤوليتك أولاً وأخراً وأنتِ الملكة في مملكته الصغيرة تلك فعليك عزيزتي أن تكوني منظمة في عملك داخل المنزل كالترتيب والطبخ والإهتمام بزوجك والأطفال، فكلما كنت منظمة كلما كانت حياتك أسهل.

• **اجعلي هذه الأشياء** الملابس المثيرة العطور الزكية مساحيق التجميل والإعدادات لليلة هادئة ورومانسية، جزء لا يتجزأ من حياتك اليومية ولا تبالغي بل اجعلي هذه الأشياء كالألوان تضيفنها على يومك أو أسبوعك لتشعري وزوجك بالراحة وتنعمان بالحب والتغيير بالوقت ذاته

• **لا تجعلي الملل والروتين يتسللان إلى علاقتك الحميمية مع زوجك**، مثلاً من الجميل جداً ممارسة العلاقة الحميمية مع زوجك بأماكن مختلفة من البيت وهنا أستثني النساء اللواتي أصبح أولادهن كبار ويميزون، بل أقصد الزوجة التي لاتزال في السنوات الأولى من الزواج والسنوات الأولى تصل إلى خمس أو ست سنوات، بمعنى أن لديك الوقت الكافي لتضيفي الكثير من المرح والحب على حياتك

• **التغيير في الشكل مهم جداً**، تسريحة شعرك أو القصة أو الملابس الداخلة منها والخارجية، ألوان الملابس وأشكالها كل هذه الأشياء جميلة وبسيطة جداً ولكن مفعولها قوي جداً إلى درجة أنك ستشعرين بذلك في عيون وتصرفات زوجك دون أن ينطق بكلمة واحدة

• **الحب والكلمة الطيبة والإهتمام هذه أسس كل بيت قبل البناء الخارجي** أو لنقل أنها الأسس الروحية للحياة الزوجية، لا تملي من كلمة (أحبك) حتى وإن لم يقلها لك زوجك ما عليك إلى أن تقولي له (أحبك) ليردها لك (وأنا أحبك أيضاً)، والكلمة الطيبة مفتاح كل القلوب فما بالك بقلب زوجك؟

• **الحوار بينكما مهم جداً** لدرجة لا يعلمها إلى الله، حاوريه وأسأليه عن الأشياء التي يحبها بشكل طريف كأن تلعبان لعبة سؤال وجواب أو أن تعطيه ورقة وقلم وتخبريه بدلع أن يكتب كل شيء يريد أو يصف لك ليلة جميلة في مخيلته أو يصف لك المظهر الذي يريد أن يراك به، والعكس أكتبي له ما تشتهين وما تريدين منه وما الأشياء التي تريدين أن تغيرها أو غيرها هو بنفسه، صدقيني هذه الأشياء التي قد تعتبرها تافهة صدقيني هي في الواقع كبيرة جداً ومفعولها يدوم وستترك أثراً جميلاً في أنفسكم

• **قدمي كل ما هو جديد من الأطعمة والعصائر** ولا تبالغي بل يمكنك التنويع بما بين قدمي الطعام بشكل مختلف ونوعي بالأطباق والأكواب، غيري من مظهر المطبخ كالستائر والمفارش

• **إحرصي على الأمور الدينية** كأن تنصحي زوجك وتذكره بصلاة الجماعة في المسجد، ولو كان متعباً فأطلبيني منه أن يصلي بك وقومي بالجلوس إلى جانبه وأخبريه بأن حان وقت أذكار المساء أو أذكار الصباح، وخذي بيدك القرآن وأخبريه بأنك تريدين أن تتلي عليه ما تيسر لك أو ليتلو هو عليك

• **يعشق الرجل الليالي السحرية** التي لا تنسى، كأن تخبريه بأنك تجهزين له مفاجئة ويبدأ هو بالتفكير فيما ستقدميه وما تلك المفاجئة ليأتي الليل ويرى بأمر عينيه جمالاً ساحراً وعطر فواح وشعرك المنسدل على كتفيك وبعض الشعر المتناثر على وجهك، وتكوني قد جهزتي بعض المأكولات الخفيفة والحلويات ولا تنسي بصمتك الخاصة عزيزتي فكلما كانت اللية من تصميمك شعرتي بالفخر أكثر وشعرك زوجك وأنت بالسعادة أكثر



هذه بعض النصائح لك عزيزتي وهناك العديد من الأفكار التي ستكتشفينها حالما تبدئين التغيير وأبدأي عزيزتي شيئاً فشيئاً ولا تبالغي أبداً بل كوني كالوردة تتفتح شيئاً فشيئاً، إلى أن تصبح ساحرة جداً ولكن لزوجك فقط.

بشرى ملاك

طرائف الزواج حول العالم



بشرى ملاك

:: مشرفة ::

طاقم المشرفات

18 أبريل 2016	إنضم:
1,810	المشاركات:
5,497	الإعجابات:
71	النقاط:
الجزائر	الإقامة:
أنثى	الجنس:



تختلف عادات وطقوس الزواج في الكثير من المناطق حول العالم فلكل دولة أو قرية أو قبيلة عاداتها الخاصة بها من ناحية الزواج، والتي تكون متوارثة عن الآباء والأجداد منذ عشرات السنين ولا زالت الكثير من هذه الطقوس والعادات موجودة إلى يومنا هذا.

مثلاً:

الهند: هناك العديد من العادات وتقاليد الزواج المنتشرة في الهند، ولعل أغربها هي عادة اختيار الزوج التي تقوم بها الفتيات الهنديات؛ حيث تختار الفتاة رجلاً قد تراه مناسباً للزواج فتضربه بالعصا على رأسه وظهره وكلما زادت قدرته على التحمل كان جديراً بالارتباط والزواج، وهناك عادة في قبيلة هندية تعرف باسم "تودا" تعتمد هذه العادة على جعل العروس تزحف على يديها وركبتيها للوصول إلى العريس أثناء مراسيم الزفاف، وعندما تصل إلى عريسها يقوم بدوره بمباركتها عن طريق وضع قدمه على رأسها، وبعدها ترتدي المرأة خاتم الزواج في أصابع قدميها.

الأسكيمو: من عادات الزواج الغريبة الموجودة في الأسكيمو هي شمّ العريس رائحة عروسته فإذا أعجبته رائحتها تزوجها، وإن لم تعجبه الرائحة هرب، ومن العادات الغريبة في الأسكيمو هي تقديم الرجل زوجته كهدية لصديقه الأعزب عرفان محبته وصداقته.

الأمازون: من عادات وطقوس الزواج في الأمازون الواقعة في أمريكا الجنوبية قيام العريس قبل سبعة ليالٍ من زواجه بسرقة أكبر عدد ممكن من الدجاجات الموجودة في منطقته ويذبحها جميعها، ولاحقاً يطبخها ويأكل رؤوسها، ويضع أقدامها على سرير عروسه.

الصين: من عادات الزفاف الموجودة في الصين قيام العروس عند تحديد موعد الزواج بالبكاء والانتحاب لمدة ساعة كاملة، وبعد حوالي عشرة أيام تشاركها أمها وأخواتها وصديقتها بالبكاء والانتحاب، وخلال هذه الفترة تُغني العروس الأغاني الحزينة فيما يعرف باسم "أغنية الزواج الباكية".

أسكتلندا: من عادات الزواج الغريبة الموجودة في أسكتلندا عادة قذف العروس يوم زفافها بمواد مختلفة تتميز بأنها كريهة الرائحة؛ كالبيض والصلصات المختلفة، ومن ثم يتم عرض العروس في أنحاء المدينة.

التبت: من العادات الموجودة في مقاطعة التبت عند اختيار الزوج للزوجة، توضع هذه الزوجة في أعلى الشجرة، ويقوم أهلها وإخوتها وأقاربها بالتجمع أسفل هذه الشجرة مسلحين بالعصي؛ فإذا أراد الزوج الحصول عليها عليه أن يصعد إلى الشجرة وهو يتعرض للضرب مراراً وتكراراً حتى الوصول إليها ومن ثم حملها ومغادرة المكان، وبذلك يكون قد ظفر بها.



أم منير

:: مشرفة ::

طاقم المشرفات

22 ديسمبر 2013	إنضم:
6,227	المشاركات:
19,271	الإعجابات:
351	النقاط:
تلمسان...الجزائر	الإقامة:
أنثى	الجنس:

أم منير نصائح وحكم

ابنتي حبيبتي نصيحتي إليك :
لا تكثري من مدح من تحبين
كوني خفيفة النفس لا خفيفة العقل
لا تجبري نفسك على انسان لا يريدك
لا تجعلك كرامتك أرضا يداوس عليها
بل اجعليها سماء اجميع يتمنى الوصول إليها
لا تمشي مع من لم يطع ربه
الصديقة التي تخلت عنك
لا تسعي لقربها أبدا
كوني حلما لكل رجل
ولا تكوني مطمعا لكل رجل
هكذا أحياء علمتني أنا ...

العدد الثاني - شهر مارس / أبريل ٢٠١٨



شكر خاص لمبدعات العدد



بدأنا في التحضير لهذا العدد قبل اغلاق المنتدى
وبعد عودته من جديد أكملناها والحمد لله
نشكر كل أخت شاركت معنا في هذا العدد وواصلت معنا
المشوار بالرغم من الصعوبات التي واجهتنا
بارك الله فيكن أخواتي لوفائكن وحبكن للمة

فريق تحرير العدد الثاني :

كل الشكر لكل من كانت لها بصمة
في منتدى عالم المرأة خلال الشهرين
سواء بموضوع أو رد

أميرته
عاشقة الجنة
دعاء الجنات
ياسمين yasso
سكون الفجر
بنقابي افتخر
الحلم الوردي
بشرى ملاك
أم منير

تصميم:

أم ياسمين dz

تم بفضل الله وعونه تصميم
العدد الثاني الحمد لله