

## نادى روتارى الإسكندرية – سان ستفانو

٢٠١١-٢٠١٢

### مجلس إدارة النادى:

رئيس	ابراهيم عجلان
نائب رئيس	عبد الرحمن مرسى
سكرتير فخرى	طه الدرويش
أمين الصندوق	أمانى صقر
ضابط النظام	أحمد شوكت
أعضاء	عصام الرافعى
	أسامة عبد المعطى
	سوزيت الريدى
مستشار	أكرم النقيب

### رؤساء لجان النادى:

العضوية	مصطفى اليمنى
العلاقات العامة	ميرفت بكرى
إدارة النادى	منى عمر
مشروعات خدمة المجتمع	أحمد صالح

### أعضاء النادى:

- ١- أكرم أدهم النقيب
- ٢- أسامة عبد المعطى
- ٣- حمدى علوانى
- ٤- طه محمد الدرويش
- ٥- عبد الرحمن أحمد مرسى
- ٦- محمد عصام الدين الرافعى
- ٧- تامر علاء حسنى
- ٨- أحمد شوكت هاشم
- ٩- محمد مدحت معروف
- ١٠- أحمد صالح حسين
- ١١- ابراهيم حسن عجلان
- ١٢- مصطفى محمد اليمنى
- ١٣- خالد كمال
- ١٤- سوزيت السيد الريدى
- ١٥- ميرفت بكرى
- ١٦- أمانى صقر
- ١٧- منى عمر
- ١٨- أمال بسيونى
- ١٩- أسامة الوقدى
- ٢٠- محمد صالح الحناوى

النشرة الأسبوعية  
العدد السابع والعشرين  
الثلاثاء ٢١ فبراير ٢٠١٢

## إبتسامات

☺ مدرس سأل طلاب: اللي يحس إنه غبي يوقف؟ وقف واحد فقاله المدرس: انت حاس إنك غبي؟ قال: لا بس قلت عيب اخليك واقف لوحذك!

☺ في محشش أذانيه محروقه! سألوه ليش إذتك محروقه؟.. قال المحشش: كنت بكوي قميصي بتاعتي ورن الموبايل ورديت بالمكواة . قالوا له والثانيه ليش محروقه؟ قال: ابن الكلب رن مرة ثانيه!!!

☺ صعيدي بيتكلم بالسياسه يقول : كويس ان امريكا اتهمت طالبان ما اتهمتش المدرسة كلها .

☺ كان في مرة واحد صاحب مزرعة جزر وجانبه واحد صاحب مزرعة ارانب كان كل يوم يجي يلاقى الارانب اكلت الجزر كله وهكذا كل يوم لحد مل زهق قرر انه يروح مزرعة الارانب وجاب شاكوش وكسرلهم كل اسنانهم جه تانى يوم الصبح برده لقى الجزر بتاعه حد اكله راح عند الارانب ومسك واحد منهم وقاله انتوا واديتوه الجزر فين قالوه :عملناه عثير وثريناه

☺ صاحب محل دخلت عنده واحده حلوه .... وكل شوي تقول له : بكم هذا حجي ... بكم هذا حجي .... اخيرا زهق منها قال : شوفي انا ماحجيتش لكن عملت عمرة .. علشان كذا تقدري تقولي .... ياعمري

☺ مر اتنين دخلوا يسرقوا شقه فطب عليهم صاحبها فا واحد منهم دخل البلكونة فدخل صاحب الشقه وقاله انت بتعمل ايه هنا قالو الحرامي انا كنت بحارب بطيارتي ووقعت فا نطيت بالباراشوت في البلكونة قالوصاحب الشقه ايوه يا بطل في دي الرجولة مش اللي قاعد في البانيو بيقولي ضفاح بشرية.

## اللقاء الأسبوع

٢١ فبراير ٢٠١٢

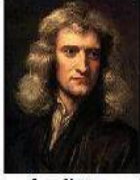
يعقد إجتماع عمل لمناقشة موضوعات هامة منها زيارة محافظ المنطقة للنادى يوم الاثنين ١٢ مارس ٢٠١٢ ، وافتتاح مشروع مستوصف قرية ابيس.

## اللقاء الأسبوع القادم

٢٨ فبراير ٢٠١٢

لقاء مع الأستاذ الدكتور / أحمد رمضان ، أستاذ ورئيس قسم الاقتصاد بكلية التجارة جامعة الإسكندرية متحدثاً عن : "الطريق إلى الاقتصاد الإسلامي".

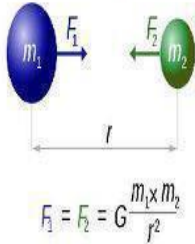
## التفاحة!



Isaac Newton



Gravity



$$F_1 = F_2 = G \frac{m_1 \times m_2}{r^2}$$



Steve Jobs



عربي



أسامة عدلى

## أخبار روتارية

■ أخطرنا مساعد المحافظ ر.س هشام كرام بأن محافظ المنطقة ٢٤٥٠ أسامة البرغوثى سيزور نادينا للإجتماع مع مجلس إدارة وأعضاء النادي يوم الأثنين ٢٠١٢/٣/١٢ .

■ عقد الإجتماع الدورى الشهرى لرؤساء وسكرتيرى اندية الروتارى بالإسكندرية والبحيرة يوم السبت ٢٠١٢/٢/١٨ حضره رئيس النادي ابراهيم عجلان وتحديث فيه ممثل المحافظ القادم ر.س أحمد سعادة عن ندوة التدريب التحضيرية الأولى لرؤساء وسكرتيرى النوادى للعام الروتارى القادم Pre-PETS I التى عقدت يوم ٣ فبراير وإنخفاض نسبة الحضور من الرؤساء والسكرتيريين القادمين وأهمية حضور أعضاء رؤساء اللجان أيضاً ، كما تحدث ر.س وليد الشربين عن جوائز المنطقة للعام الروتارى ٢٠١١-٢٠١٢ ، كما تحدثت مسئول لجنة المؤسسة الروتارية ر.س كوليت حجار عن حجم المساهمات لدعم المؤسسة الروتارية وضرورة مشاركة النوادى والأعضاء النوادى فى هذا الدعم .

■ تعقد ندوة التدريب التحضيرية الثانية لرؤساء وسكرتيرى النوادى للعام الروتارى القادم Pre-PETS II يوم الجمعة ٢٠١٢/٢/٢٤ الساعة العاشرة صباحاً بالنادى السورى وذلك بمشاركة رؤساء اللجان للعام الروتارى القادم .

## الإجتماع الماضي



## ماذا تعرف عن الروتاري

### أسئلة وأجوبة (تكملة)

٤٦ - ما معنى "خدمة النادي" ؟  
تشمل "خدمة النادي" جميع الأنشطة التي يقوم بها الروتاريون لمساعدة أنديةهم على تأدية وظيفتها على أمل وجه، ومن هذه الأنشطة :  
حضور الاجتماعات الاسبوعية، المحافظة على العلاقات الودية مع زملائهم في النادي، المشاركة في البرامج على اختلاف انواعها، قبول العضوية في اللجان، قبول العضوية في مكتب النادي، دفع ما يتوجب عليهم من رسوم، تمثيل النادي في الأنشطة الخارجية، آاعلام غير الروتاريين عن اهداف الروتاري، لقاء المحاضرات في اجتماعات الأندية الروتارية الاخرى ، حضور اجتماعات روتارية مشتراة بين مدن مختلفة، حضور ندوة ومؤتمر المنطقة والندوات الخاصة بالتدريب القيادي، المساهمة في انشاء الاندية الروتارية الجديدة .

٤٧ - من هو المسؤول عن خدمة النادي ؟  
يعهد الرئيس بهذه المهمة إلى أحد أعضاء مجلس إدارة النادي او أحد أعضاء النادي .

٤٨ - ما هو موقف مجلس ادارة الروتاري الدولي من إسناد المسؤوليات في النادي ؟  
يجبذ الروتاري الدولي :  
(أ) أن يكون أعضاء مجلس إدارة النادي رؤساء لجان سابقين .  
(ب) ان لا ينتخب رئيساً للنادي إلا من سبق له أن شغل وظيفة أمين سر فخري أو عضو مجلس الادارة .

## أخبار روتارية

تعدّد رايلا انتراكت مصر **Egypt Interact Ryla** يوم السبت ٢٠١٢/٣/١٠ بفندق فلسطين هلنان برعاية محافظ المنطقة أسامة البرغوثي وذلك إعتباراً من الساعة العاشرة صباحاً وحتى الخامسة مساءً .

تعدّد رايلا مصر **Country Ryla (Egypt)** في المدة من ٥-٧ ابريل ٢٠١٢ و يحضر رئيس الروتاري الدولي كاليان بانيرجي **RIP Kalyan Banergy** جلسات يوم ٢٠١٢/٤/٦ للإستماع ومتابعة مشروعات الشباب **New Generation** .

يعقد المجلس العام لمصر **Egypt General Assembly** يوم الجمعة ٩ مارس إعتباراً من الساعة الواحدة ظهراً وحتى الثامنة مساءً وذلك بالقرية الذكية- قاعة النادي لمناقشة عدة موضوعات و بصفة خاصة "مستقبل الروتاري في مصر **The Future of Rotary in Egypt**" وذلك بمشاركة رؤساء وأعضاء الروتاري.

## صحتك

### المسامحة تقيك من الاصابة بمرض السرطان!



من المعروف أن التقاليد الاجتماعية والدينية في معظم أنحاء العالم تحض الناس على المسامحة والغفران، ويبدو أن هذه النصيحة لا توفر الراحة النفسية فحسب، بل ثبت أيضاً أنها تحسن الصحة الجسدية باعتبار أن الحقد الزائد والغضب والتخطيط للانتقام كلها أمور تزيد التوتر العصبي ويقول القس مايكل باري، مسؤول الشؤون لدينية في مستشفى لعلاج السرطان إن المشاعر السلبية من غضب وكره وحقد "تؤثر فعلياً على الصحة الجسدية وكذلك على الصحة العقلية، وبالتأكيد ستتأثر الأبعاد الروحية أيضاً". وألف القس باري، الذي بحث لسنوات في هذا المجال، كتاباً يحمل عنوان "مشروع المصالحة"، وقال إنه الطريق إلى التغلب عن مرض السرطان والحفاظ على صحة جيدة والوصول إلى السعادة والراحة. وفي هذا الكتاب، قال باري إن فقدان القدرة على المسامحة هو في الواقع ظاهرة مرضية وقد تؤثر سلباً على الصحة، خاصة إذا كان المرء مصاباً بأحد الأمراض المزمنة.

وأضاف باري: "من المثبت علمياً أن التوتر العصبي مثلاً يضر بالجهاز الهضمي، كما يؤثر على الأوعية الدموية والشرابين، ولكن الأهم أنه يضعف بشكل كبير نظام المناعة في الجسم." وينصح باري المرضى الذين يقابلهم بكتابة رسائل يعربون فيها عن رغبتهم بمسامحة من أساء إليهم بعد شرح أسباب غضبهم ومن ثم قرارهم بالعفو، على أن يقوم بوضعها لاحقاً في حائط بقاعة الصلاة في المستشفى. ويعتبر باري أن المسامحة فرصة للتخلص من الأعباء النفسية التي يعانيها الناس، ما يفتح الباب بالتالي أمام معالجة مشاكل الجسد بشكل أسهل.

ياللى صابره ع البلاوى وقلبى غاوى يقول حكايتك  
انتى طبعك ايو صابره بس سكته ومين مرايتك  
نفسى اقولك انى منك عاوز اعرف يوم نهايتك  
نفسى ابوس واحضن تراك واللى جابك وف حبايبك

مص ✨

قولى يامه يلى ناسك ليه سبوكى وحرقت دمك  
يلى اصحابك خنوكى يلى سحبوكى لهمك  
يلى شيلتى دمع عينى وهما سكنو جوا غمك  
اشكى ليا وقت ضيفك فضفضى لقلبى اللى ضمك

مص ✨

اه بحسك وانتى جوايا ف عروقى  
اه بشوفك وانتى ليا حنانى طوقى  
اطلبينى هتلاقينى نبض سكنك وف عروقى  
اسمعينى واندهينى واعرفينى هتلاقينى؟ يوم شروقى

مص ✨

الرساله ديه ليكى  
مستحيل ابعده عليكى  
نفسى ايوه ابوس ايدىكى  
نفسى اقعد جوه فيكى  
بالايدى امسح دموع جوه ف عنىكى  
قلبى نبضو بينايدىكى  
يحبس بيكى

يقول

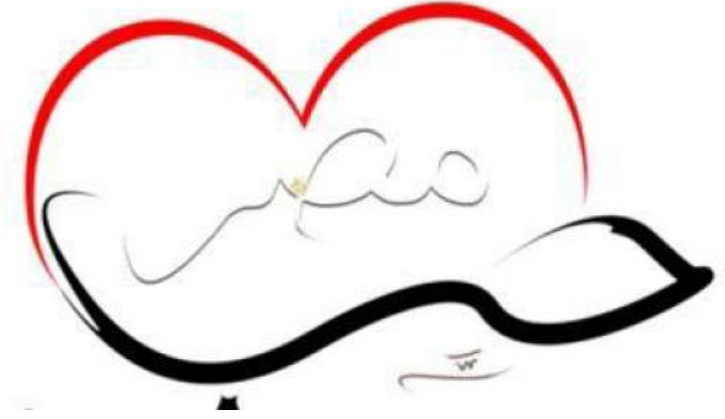
يا

م

ص

ر

مص ✨



في حب مصر

مص ✨

هو ايه غالب وجودى جوه فيكى غير حنانك  
هو ايه سارق حدودى جوه منى غير جنانك  
هو ايه مخلينى ديمما منتظر لحظه امانك  
هو ايه خلانى متشعلق ف ارضك وف حيطانك

مص ✨

هو مين يقدر عليكى ولايبعد تانى عنك  
مش بانى نبض فيكى لا؟؟ لانى جوه منك  
او لانى نبض سكنك او حلاوه صغر سنك  
اعزرينى انى بحبك؟؟والجمال ساكن ف فنك

مص ✨

مستحيل ابعده واغرب بعدى عنك فيها موتى  
مستحيل ابعده واشرق بعدى عنك فيه سكوتى  
مستحيل انا حسى يطلع ليكى او اطلع ف صوتى  
انتى لحنى وصوت موسيقتى لحن يعزف بيه فلوتى

مص ✨