

## في هذا العدد:

|               |     |                |     |
|---------------|-----|----------------|-----|
| أخبار النادي  | ٣-١ | أخبار الجمعيات | ٥   |
| أخبار البلدية | ٢-١ | أخبار متفرقة   | ٦-٥ |
| الارض         | ٤   | حكم وأمثال     | ٦   |
| لاهوت الامومة | ٤   | أخبار الناس    | ٦   |

حنا نقولا المعلوف, جورج ابراهيم عيسى, مازن حنا عبود, كابي طوني شاهين, الياس اسعد اسعد, ديب بو ابراهيم, ريمون حنا سميا, سعيد ميشال الشماس, صباح بويعقوب شلهوب, نجوى ميشال المعلوف, اليسار معلوف جناد, ماري معلوف واكيم, ندى عرب شلهوب, ندى جرجي المعلوف, وليد ميلاد شلهوب, ثريا بربارة الخوري, نسيم جورج شلهوب, جورج نقولا الشويري, وديع طانيوس غانم, سعاد سمور معلوف, روبير طوني يونس, ماري شلهوب صوايا, ايلي يوسف المعلوف, تمينة الغنمه سميا, أنطوان جان غنمه.

التتمة على صفحة ٢

## أخبار النادي

## افتتاح الصالة الرياضية

وعدنا تحقق باصرارنا وبدعمكم وبثقتكم بنا لأن الصحة واللياقة البدنية هدف من أهداف النادي لأن التمارين الرياضية حاجه أساسية للمحافظة على سلامة الجسم والعقل لجميع الأعمار مشروع راودنا مع انشاء المدرج منذ عشر سنوات صالة للرياضة واللياقة البدنية أصبحت الآن في خدمتكم, مجهزة بأحدث المعدات الرياضية وتحت اشراف مدرب مختص, ولعلها الوحيدة في منطقتي البترون الوسطى والعليا. تعمّر المدرج كمشروع مشترك بين النادي ووزارة الشؤون



## أخبار البلدية

مقتطفات من مقابلة مع رئيس بلدية دوما جوزيف خيرالله المعلوف على إذاعة الشرق:

دوما قال فيها المطران جورج خضر متروبوليت جبل لبنان والبترون: أنها قطعة سقطت من السماء لا شبيه لها بين بلدات لبنان.

قال عنها الشاعر أسعد جوان: أما سمعتم بالمدن الطائرة - إنها مدينة طائرة - حائرة أين تجلس على الأرض أم على السماء، وكأنها طربوش الله وقع من يده فجأة على رأس هذه التلة، مدينة نقية كراهية تتقدم لترتسم، أنها امرأة من قرמיד، هذه هي دوما إنها مدينة بأعلى جبال البترون ولما تحتويه من مؤسسات رسمية وخاصة.

محكمة وسجن وأموربية للنفوس ومركزاً للبريد والبرق والهاتف ومدارس على اختلافها لما قبل الجامعة، ومهنية مميزة ومركزاً للدفاع المدني.

الاجتماعية بمسعى من النائب السابق فايز غصن مع الوزير أيوب حميد.

وقد ساهم في انشائه الى جانب وزاره والنادي, كل من: مؤسسة عصام فارس, معالي النائب السابق سليمان فرنجيه, شركة الترابه الوطني, د. نزار يونس, المهندس سليم شلهوب, السيد موسى الغنمه.

وفي توسيع ارض الملعب لاستيعابه كل من: المغترب غسان ندره المعلوف, السيد نقولا الزحلاوي وأولاده.

أما الصالة الرياضية فقد أعلن عن حملة مالية على الموقع الالكتروني الذي تجاوب معها كل من وصلت اليه الرسالة وأمن بالمشروع (نتائج الحملة المالية واسماء المتبرعين موضوعة على الموقع الالكتروني للنادي).

أعضاء الهيئات الادارية التي توالت لتاريخه منذ البدء بانشاء المدرج والتي عملت على تحقيق هذا الهدف:

حياة الحاج شلهوب, الياس طانيوس واكيم, فارس غصن صوايا, رمزي أنطون صوايا, غازي عيد لحد, صباح عيسى شلهوب,

**طانيوس شاهين: عدالة في الخدمة وعمر في خدمة العدالة**  
عمل قرابة النصف قرن بجد وكد ومثابرة موظف في وزارة حساسة جداً إذا اختل ميزانها اختل وطنها.  
عمر أمضاه في شرف الخدمة من خدمة العدالة إلى عدالة الخدمة.

وكان مثال الموظف المثالي الصبور الطيب، لم نسمع طيلة فترة عمله أية شكوى أو لوم تجاهه أو نحوه وعلى رغم كثرة مراجعته وأصحاب القضايا وعلى اختلاف مشاربهم وطوائفهم فارضاً احترامه كاسباً محبتهم ورضى وتقدير وثقة جميع القضاة الذين تولوا رئاسة محكمة بلدة دوما، عاكساً على بلدته سمعة طيبة يشكر عليها.

بمناسبة حالته على التقاعد، بموجب القوانين المرعية لا يسعني هنا كرئيس لبلدية دوما إلا أن أتقدم نحوه بالشكر والتقدير على ما أعطى وقدم لابناء بلدته والجوار خلال قيامه بوظيفته.  
أما الشكر والتقدير الأكبرين له ولزوجته السيدة أليس الذين أسسا لأسرة تفتخر بها بلدة دوما. منها خرج الطبيب ومنها خرج القاضي لتكمل في أولاده خدمة الإنسان والبلدة. وتتوطد خدمة العدالة وتستمر راجياً من الله أن يعطي أولاده الصحة ويمنحهم كما منح والديهم أولاداً يفتخرون بهم، وليبقى الحب والعطاء مستمر خلال هذه العائلة الكريمة الطيبة وكما يقول المثل (الله يبارك بالبيت اللي بيطلع منه بيوت).

وقيل أن اختم أود أن ألفت انتباهك أيها العزيز طاني بأن هناك الكثير من المؤسسات والجمعيات والمجالس في بلدتك دوما ومنهم النادي والمجلس البلدي. واستحقاقهم قريب تستطيع بانتمائك إلى أي من هذه المؤسسات أن تبعد عنك آفة الضجر والملل الذي ولا شك بدأت تشعر بهما.

العمل لا ينتهي طالما لم تنضب في القلب محبة العطاء ولأن محبتكم في نضوج وخصب وازدياد ولأن الانتاج لا ينتهي بحلول الخريف بل يبدأ فيه موسم الحصاد لما زرع في هذا العمر من اتعاب واعراق.

وأنتك تستطيع أن تعطي بلدتك في هذه المجالس من خبرتك بعد هذا العمر كما اعطيتها شاباً من خلال وظيفتك.

وأني على يقين بأن هذا الشاهيني الذي عدل في السلك وعدل في المسلك هو ابن البلدة التي احب، والتي تقول له اليوم شكراً على ما مضى وشكراً سلفاً على الآتي. عسى أن يكون الآتي أعظم مما مضى.

رئيس بلدية دوما جوزيف خير الله المعلوف في ٢٠٠٩/٥/٢٧

## تتمة أخبار النادي

\* أقيم العشاء السنوي للنادي بتاريخ ٢٠ آذار الماضي في مطعم باي ١٣٣-جبيل، وقد حضره حشد من اهالي دوما والاصدقاء لم يسبق له مثيل.

وقد القت رئيسة النادي بالمناسبة الكلمة التالية:  
مساء الخير وأهلاً وسهلاً فيكم، أصدقاء دوما والنادي، أهل دوما وأهل النادي  
٦٦ سنة مرت على تأسيس النادي، ناس كتار اشتغلوا وتعجوا حتى استمر ووصل لهون، وبعد في درب طويلة حتى نحقق الاهداف.

هدفنا دائماً انو النادي يغلي بالنشاطات الثقافية والرياضية والاجتماعية بالشتي وبالصيف وبكل الاوقات.

يغلي ويفرقع نشاطه ويطرطش منطقة البترون كلها.  
ما رح احكي عن كل نشاطات النادي رح ننوه بثلاثة بس:  
ملعب الاطفال اللي عم يقصدوه الاطفال مع أمهاتهم من كل

وقد قام المجلس البلدي بتأهيله وتجهيزه ويقوم بدفع مستحقات من يعمل فيه خوفاً من اقاله لحين البت بهذه المراكز والتي اصبحت ضرورية جداً من قبل الحكومة وفيها مركزاً لصيانة خطوط شبكة الكهرباء لقرى جرد البترون. تشتهر دوما بكروم عنبها على مختلف أنواعها، وتفاحها وزيتونها الأنقى والأطيب.

مناخها معتدل وعلى مدار السنة مما يجعلها تستفيد من مميزات محتويات الفصول السنوية الأربعة.

ورداً على سؤال عن مهرجانات دوما قال الرئيس بأن مهرجانات دوما عادة تبدأ ما بين ١٥ تموز إلى ١٥ آب، وهناك لجنة مميزة لمهرجانات دوما منهم الشاعر العزيز هنري زغيب والفنان وجيه نحلة والأستاذ الأديب انطوان قسطنطين والمهندس حنا أيوب والمحامي الياس شلهوب والسيدة إيفون غنمة والأستاذ فارس صوايا. وترأس هذه اللجنة سيدة مميزة نشطة تعمل في وعلى كل الاتجاهات والأصعدة.

وأني اغتنم هذه الفرصة لأتوجه بالشكر والتقدير للسيدة حياة الحاج شلهوب على ما قامت وما تقوم به من أجل بلدتها دوما إننا لا نحبا فقط بل نحترمها أيضاً وهي رئيسة نادي دوما.  
يتخلل مهرجانات دوما عدة محطات فنية، ثقافية، غنائية، ومحاضرات عن مختلف نواحي الحياة.

تفتح أبواب دكاكين سوق البلدة للصناع والحرفيين والرسامين ليعرضوا فيها ما صنعت ورسمت أيديهم، وما تنتج بيوت دوما من ناتج ارضهم، وما حكيت أيديهم من مشغولات حريرية وخلافه كل هذا يعرض في دكاكين السوق التي تزيد عن الخمسة والستون محلاً.  
هذا السوق الذي لديه الكثير من الكلام بأيام المهرجان. هناك سيكتشف الزائر والسائح أن السوق متحف حي ينبض بالثقافة والتراث والحياة. ادعوا جميع اللبنانيين أن يوافونا إلى بلدة دوما حيث الثقافة والتراث والتاريخ والحياة واحد.

زوروا بلدة دوما حيث تحفل بالكثير من المواقع التراثية كالأديرة والكنائس وعيون المياه والمغاور وطرق للمشاة.

حجر وقرميد بيوتها هو حجر وقرميد السماء، أهميتها ليس ما يقال عنها، بل الذي لم يقال بعد عنها.

عند زيارتها في العشر دقائق الأولى تنسى نفسك وبعد نصف ساعة تنس العالم.

ولكل ما سبق ذكره صنفتها وزارة السياحة سنة ١٩٩٦ بلدة سياحية ومملكة جمال بلدات لبنان.

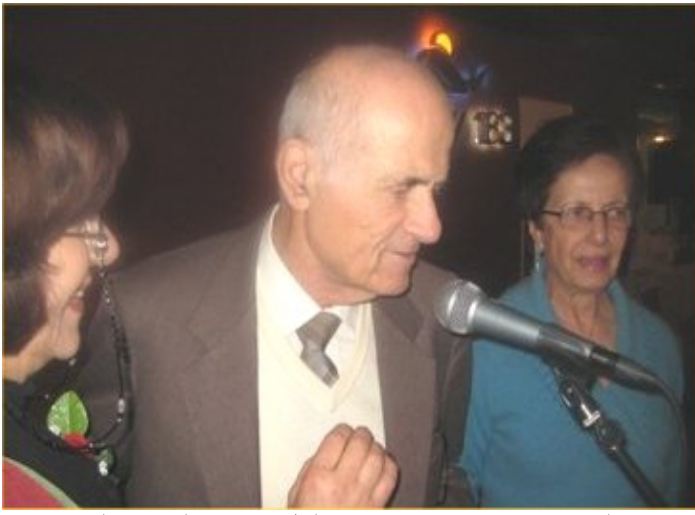
ولا يسعنا الا ان نذكر أسماء الذين شاركوا في اعمال التنفيذ وقد ساهموا بجزء من اتعابهم، وهم السادة:

جان الغنمة، كرم وجورج وغسان صافي، جوزف الشماس، سعيد الشماس، حنا واكيم، أمين عيسى، طانيوس سميا، عصام صوايا، جان حنا، جلال حنا، بسام سليمان، وبشارة عبود.

اننا واذ نشكر كل المساهمين والعاملين في هذا المشروع نتوجه بخالص الشكر والامتنان لجميع الاهالي والأصدقاء الذين حضروا وساهموا في جميع نشاطات النادي الهادفة الى تحقيق كل ما يعود بالخير على دوما وأبنائها.

الصالة فتحت ابوابها منذ اوائل شهر أيار وقد تأجل الافتتاح الرسمي لطرف حزين، ندعو جميع ابناء دوما وابناء البلدات المجاورة الى الاستفادة من خدماته والاشتراك فيه لانه لا استثمار افضل واجدى من الاستثمار في الصحة.

رئيسة النادي حياة الحاج شلهوب



موسى الغنمة يا كبيرنا انت بنحب الكل ونحنا كلنا منحبك. بعدها قدمت رئيسة النادي للمحتفى به السيد موسى الغنمة درعا" تقديرية تكريما على تاريخه الزاخر بالعطاء والتضحية للنادي وللبدة، وتلقى التهاني من الحاضرين.

\* شاركت رئيسة النادي في ورشة العمل التي عقدت في اهدن بتاريخ ١٢ أيار الماضي بدعوة من **Lebanese business linkages initiative** وقد جمعت العاملين في القطاع السياحي ومسؤولي المهرجانات السياحية في منطقة الشمال. انتهت الورشة الى تشكيل لجنة اساسية ولجان فرعية، وقد تضمن القسم الاول تقديم مجموعة من الافكار والاقتراحات اما في القسم الثاني فجرى وضع خطة عمل لاطلاق حملة تسويق على ٣ مراحل:

المرحلة الاولى لجمع المواد والعروض السياحية الموجودة في لبنان، وتشجيع الجمهور على وسائل الاتصال الالكتروني.

المرحلة الثانية لوضع خطة تستهدف الانتشار اللبناني من خلال تعزيز الروابط بين شركات السياحة المحلية ومنظمي الرحلات في البلدان المستهدفة.

المرحلة الثالثة لاستكشاف وتنمية الموارد من الجهات المانحة لدعم القطاع السياحي من خلال حملة تسويق ودعاية.

المنطقة، أكيد رح نعيد تأهيله. النادي الصحي جهزناه بأحدث الآلات للصحة واللياقة البدنية. مبنى النادي .. اللي تعمر بالسنتين رح نعيد تأهيله ونزيد طابق منامه وكل الوسائل الحديثه لاستقبال المؤتمرات الشبابية والنشاطات الثقافية والاجتماعية وروزين عطيه اشتغلت ع هندسة معمارية تناسب دوما والهدف من النادي. وانشالله نقدر نتكل ع حالنا ع اولاد دوما والاصدقاء حتى ننجز هالحلم.

كثار من أبناء دوما المغتربين والمقيمين، الي غابوا عنا واللي بعدن معنا أسسوا وتعبوا ع البناء، تعبوا ع المسرح، تعبوا ع الفن، تعبوا ع الرياضة وتعبوا ع الصحة، كلهم ما منسى فضلهم وكرمناهم بمناسبة اليوبيل الذهبي لتأسيس النادي. لكن بيناتنا اليوم عضو من كبار السن اللي أشرف على عمار المبنى، صبب الملعب، وعمار المدرج وكان حاضر بكل نشاطات النادي الكبيره والصغيره. حيننا الليله نلقت النظر عليه حتى الاجبال تقندي فيه.

موسى الغنمة .. أنت الغنمة بتواضعك .. بوداعتك .. بتسامحك .. باحساسك، انت الكبير بمحبتك، بايمانك، بكرمك، بانسانيتك، باخلاقك، بشهادتك للحق، بمحبتك لعيالتك، بمحبتك لناديك، بمحبتك لضيعتك، بمحبتك لوطنك.

لما موسى تزوج ما تغرب تزوج من تتورين .. وصاروا كل الاولاد ولاده والسبب جوليت أم الكل. جبران خليل جبران قال: لا تعطوا الرجل الكبير بل خذوا منه وهكذا تكرمونه

يا ريت كل الشباب والصبايا بياخذوا من موسى الغنمة وبيقتدوا فيه حتى تضل دوما تشع حق وخير وجمال واشاعها يعم الوطن كله.

### حصيلة تبرعات الحملة المالية لغاية كانون الثاني ٢٠٠٩

|                |                          |
|----------------|--------------------------|
| UAE            | Elie S Shalhoub          |
| UAE            | Roger A Youness          |
| Kuwait         | Tony Bou Nicolas         |
| UAE            | Charbel Bou Nicolas      |
| UAE            | Bachir A Chalhoub        |
| UAE            | Nassim G. Chalhoub       |
| Kuwait         | Fadi Maalouf             |
| Kuwait         | Rima N. Chalhoub         |
| Kuwait         | Tony M. Faddoul          |
| UAE            | Boutros M Chammas        |
| UAE            | Toufic Wakim Maalouf     |
| UAE            | Fidel Khalil Abboud      |
| UAE            | Joseph Elias             |
| <b>\$1,876</b> | <b>Bronze Club Total</b> |

| Platinum Club Contributors > 10,000 USD |                            |
|---|----------------------------|
| Kuwait                                  | Khaled K Maalouf           |
| Lebanon                                 | Salim & Hayat Shalhoub     |
| <b>\$28,000</b>                         | <b>Platinum Club Total</b> |

| Gold Club Contributors > 1,000 USD |                        |
|------------------------------------|------------------------|
| Lebanon                            | Hanna Ayoub            |
| Kuwait                             | Hanna & Sabah Shalhoub |
| Germany                            | Rawan Shalhoub         |
| <b>\$5,367</b>                     | <b>Gold Club Total</b> |

| Silver Club Contributors > 500 USD |                          |
|------------------------------------|--------------------------|
| UAE                                | Sabah Bou Nicolas        |
| Kuwait                             | Gabriel Ayoub            |
| Kuwait                             | Asaad Al Sarraf          |
| USA                                | Tony Sawaya              |
| <b>\$2,045</b>                     | <b>Silver Club Total</b> |
| Bronze Club Contributors           |                          |

تراب الأرض أفضل من التراب الذي يدبّ فوقه، هذا يأخذ لحين وذلك يعطي باستمرار، هذا يندثر وذلك يبقى. لماذا لا يحاكي الإنسان ومجمعه الأرض وترابها؟ أليس هو منها قد أخذ ومنها يأخذ، فوقها يعيش وإليها يعود؟ لماذا ينكر صفاتها، وبغرور صلف يتعالى فوقها؟ أخاله قد نسي أنه "من التراب وإلى التراب يعود".

ففي تلك الساعة يتساوى جميع أهل الأرض، فقراؤها وأغنيائها، حكامها ومحكوموها، كبارها وصغارها، الكل في أرض الرب سواسية، يميز نفوسهم بعض من فضيلة ادخرتها للمثل أمام باريها. أنظر يا أخي إلى صدر الأرض ما ارحبه وما اطول أناته، فهو المعلم وهو المعطاء، هو النبع الدافق بالحياة وهو الوسادة الأخيرة والملاذ الذي إليه ناوي فيحتضننا برفق ومحبة.

الكل يدب فوقه فلا يشكو ولا يتذمر! نأخذ منه ويأخذون فيعطي ويوجد ولا ينتظر مقايضة! نقيم فوقه الصروح، ننقل كاهله بالأبراج فيحملها بصبر وعناية! نرمي في رحابه قذاراتنا، فيقبلها من غير اشمئزاز! يحولها، بعد حين، إلى

مادة صالحة تدخل مجددا دورة الحياة، تسهم في تطورها. إمتدت أيادينا بآلاتنا الحضرارية التخريبية إلى أحشاء الأرض فاستلت دمها مع بترولها وما ووجهت باعتراض أو قوبلت برادع، ومن حيث لا نتوقع ذهباً أسود أعطينا، طاقة عظيمة زودتنا، إيماننا على فجر جديد أشرقت، طائرات في الجو حلقت، غواصات أعماق البحر مخرت، قطارات أفاصي أرجاء اللأرض جابت، كل شيء تغير، قانون الجاذبية خُرق، الدوران حول كرة الأرض تم، الوصول إلى القمر وغيره من الكواكب غدت كلها أمورا ممكنة الحدوث، بفضل طاقة جادت بها معادن باطن الأرض. هذا غيض من فيض كرم هذا الكوكب الذي لا يزال في بداية مسيرة العطاء التي تدهش العالم. يأخذون سداد حاجتهم من غير سؤال أو إستجداء أو طلب، فالنور والماء، الغذاء والهواء تقدم بوفرة لكل نابت مهما اتضعت قامته واختلف لونه او ساءت رائحته أو طابت ثماره. لا تقف رحابة صدر الأرض عند هذا الحد، بل تتعداه بسرور، ففي غمرة الإزدحام والتنوع لا تشعر الزواحف والحشرات والحيوانات بمختلف فصائلها أن الأرض قد حسرت عنها رحابها وضاق فضاؤها ولم يعد لها مكان تعيش فيه، فهي بدورها تسرح وتمرح في مسرح الخلق الفسيح تكمله وتكتمل به، تنعم فيه بغذاء لا تدفع ثمنه، وبماء يروي عطشها، وبشمس تيبث الدفء والضوء

بمقدار ما تحتاجه جميع الكائنات لتحيا وتستمر.

تكتمل روعة الأرض في ليل ساكن يعقب نهاراً، تأوي خلاله الكائنات إلى سكنها تجدد نشاطها، تستعيد حيويتها، تعود بعده إلى إستئناف دورة الحياة وإكمال المسيرة. تمر السنوات قروناً، تتوالى دهوراً وتراب الأرض على حاله، لا يعتريه تغير ولا يطاله فساد أو يناله فناء، عطاؤه دائم، جوده مدهش، صمته حكيم، صبره عبرة، تسامحه قدوة، هدوؤه حياة، تواضعه كبير، انبساطه رحابة واستيعاب،

حضنه ملجأ حياة وضريح رفاة. أما إنساننا فلا يزال تراباً مستعاراً يرتعش فوق التراب، يندثر بعد حين، تعود خلاياه إلى نسيج الأرض، تستأنف بصورة جديدة دورة الحياة.

لماذا إذا نتعالى وتراب الأرض يتواضع، نصخب بغرور وادعاء ويصمت بحكمة ووداعة، نقتر بحساب ويوجد بسخاء، يساوي ويتساوى، نميز وتتمايز، يسالم ويصادق، نشاجر ونعادي، يحب ويحتضن، نبغض ونتنافر.

كيف لا نعتبر ولا نتعلم ونحن في هذه الدنيا نزورها لفترة قد تقصر أو تطول إلا أنها في كلا الحالين منقضية، والمصير محتوم، والجسوم إلى التراب مآلها، والمساواة بين الجميع قدر لا يرد. فلنسرع إذا ولنكتسب من الأرض حكمتها ومن الله نعمته.

بقلم الدكتور نسيم شلهوب

## كلمات في لاهوت الأمومة

أمي هي ذلك الجبل المنعم عليه، جبل لبنان، بوديانه وسواقيه وأشجاره وعصافيره... بخيرات أرضه وشموخ رجاله وعناد أزره،

أمي ضحكة الملاك الذي غنى ولادة المسيح، أمي أنغام السواقي الدافقة من خيرات الشتاء خيراً وبركات، أمي حكمة الشيخ ووداعة الناسك وبحور ومسك ولبان... واليوم، اليوم أركع وأصلي لأظل في عيني أمي ذلك الطفل الذي منها...

ولتنظّل عيناها أرجوحة أحلامي وقبلة الحنان فوق جبيني، اليوم أصلي للاهوت الأمومة لأنّ فيه الكثير من لاهوت المحبة ولأنّ فيه الكثير من لاهوت الحياة وفيه الكثير الكثير من لاهوت العطاء،

فإلى أمي وإلى كلّ الأمّهات باقة من الحبّ وألف ألف قبلة من القلب.

القيت بمناسبة عيد الأم في عشاء النادي بتاريخ ٢٠٠٩/٣/٢٠

بقلم القاضي كابي شاهين

يوم نظر المخلص الكرمة التي غرستها يُمناه، وشاء في دفق من حبه اللامتناهي أن يُعقّ جبلة الإنسان من آتون الخطيئة،

يوم تفتقت أحشاء السماء عن الكلمة، كلمة الحياة، وتنادت الملائكة بنشيد الشيروبيم،

يومها استقرّ الضابط الكُلّ في رحم امرأة من جنسنا، فكانت له أمّاً، وكان هو لها ابناً...

في تلك اللحظة الممتلئة نعمة، من ذلك الزمن العظيم في المحبة، صار للاهوت أمّ هي كأمي، هي ككلّ أمّهات دوما، ككلّ أمّهات البشر.

وكيف لي أن أستذكر الأم إذا لم أهدتكم عن أمي! أمي هي تلك الزيتونة المباركة من زيتونات العويّة، يدفق من أحشائها في كلّ موسم زيت مقدّس،

أمي هي تلك النقاحة المذكورة في سفر الملك، التي استظلتّ بها النبيّ فأرخت على جسده المتعب خيرات أفيائها، أمي هي تلك السنديانة القابعة فوق، عند مار نوهرا، الصّامدة بوجه العناصر، المنجذرة في أصالة الانتماء، والمنطلقة بأنظارها نحو زرقة السماء،

جيلا من الطلاب أعطتهم كل ما تعرف من علم ومعرفة، زارعة فيهم قيما تربت عليها.

### لجنة الأمهات في لبنان - فرع دوما

بالتعاون مع الهيئات المحلية التي تعنى بنشاطات إجتماعية وثقافية وصحية وبيئية وغيرها مما تظهره الحاجة في حينه ويكون بالإمكان المشاركة به وما يتماشى مع هدف لجنة الأمهات في لبنان والمتمثل برفع مستوى المرأة ومن خلالها المجتمع، وضعت اللجنة برنامجا متكاملًا لصيف ٢٠٠٩ نأمل من التمكن بتنفيذه إن شاء الله ويتمثل ب:

- دورات تدريبية وندوات حول: الإرشاد الصحي، الإسعافات الأولية، التغذية، الوقاية.
- الإرشاد الثقافي: تنشيط دور الكتاب وإحياء المطالعة بواسطة المكتبة المتوفرة في اللجنة وبالتنسيق والتعاون مع المدارس.
- توعية بيئية: المحافظة على بيئة صحية، إحياء الزراعات المنزلية والحرجية وغيرها.
- مخيم صيفي نهاري للأطفال.

هذا في المبدأ إلى جانب نشاطات أخرى يعلن عنها في حينها أو ما تزال موضع بحث مع جهات أخرى للتنسيق.

رئيسة فرع دوما

فيكي سكاف

### مدرسة دوما الرسمية

كرمتم مديرة مدرسة دوما الرسمية والهيئة التعليمية فيها السيدتين الفاضلتين: إلهام سليم المعلوف ونايفة حيقوق يعقوب لمناسبة بلوغهما السن القانونية وذلك في حفل غداء في مطعم إسكلايو دوما نهار الأحد ٣ أيار ٢٠٠٩، حضر الإحتفال إلى جانب المديرية والهيئة التعليمية، المحتفي بهما وعائلتيهما.

السيدة إلهام سليم المعلوف:

أبصرت إلهام النور عام ١٩٤٤ ترعرعت في كنف والدين حنونين حتى أصبحت عروسا سلماها إلى عريسها السيد جورج معلوف عام ١٩٦٧ وأنجبا خمسة أولاد هم ماري، جين، رولا، أمال وطلوني كما لهما ثمانية أحفاد.

قضت في الخدمة الفعلية ٤٤ سنة تنقلت خلالها بين الفريكة - كفرحي - كفرحدا ودوما تاركة بصمة نور وعلم في كل مدرسة أعطت فيها حرفا.

السيدة نايفة حيقوق يعقوب:

ولدت نايفة عام ١٩٤٥ في عائلة سهرت على تربيتها وتعليمها حتى كبرت وتزوجت من السيد حنا أمين عبود عام ١٩٦٨ وأساسا عائلة مؤلفة أربعة أولاد: مروان، مازن، ميرنا ومايا ولهما حفيد واحد.

قضت في الخدمة الفعلية ٤٤ عاما متنقلة بين قوسايا(البقاع) ثم تنورين وأخيرا دوما، كانت شاهدة على ولادة أربعة وأربعين

### أخبار متفرقة

#### أمسية تراثيل في دوما

بدعوة من "حركة الشبيبة الأرثوذكسية"-فرع البترون، اقامت جوقة مركز البترون امسية ترانيم صومية فصحية بتاريخ ١٦ أيار الماضي، في كنيسة سيدة النياح الرعائية في دوما، بعنوان "فلتعل أصوات الترانيم المقدسة على الكلام الانتخابي". أشرف على تمرين الفرقة رهبان دير حماطورة، واختتمت الأمسية بترتيلة لكاهن رعية دوما الارثوذكسية الارشمندريت وديع شلهوب من أهم مرتلي الكرسي الانطاكي.

#### أدوية الكوليسترول تمنع الأمراض القلبية والسكتات الدماغية

رأى طبيب جراحات القلب التدخلية والإكلينيكية الدكتور ربيع دندشي أنه "سوف يعاد النظر قريبا في موضوع الكوليسترول" وأكد ان ارتفاع نسبة الكوليسترول هو ثاني أكثر العوامل الرئيسية التي تزيد من فرص الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية والنوبات القلبية.

لفت دندشي إلى أن "نسبة إنتشار أمراض القلب في منطقة الشرق الأوسط مرتفعة جدا"، داعيا إلى "إستخدام التقنيات العلاجية الحديثة والإقلاع عن التدخين وتغيير نمط الحياة والفحص الدوري، للوقاية من أمراض القلب والأوعية الدموية".

وكشف أن منطقة الشرق الأوسط شهدت مؤتمرات طبية عدة حضرها حشد من أطباء العالم، ناقشوا خلالها النتائج التي توصلت إليها أحدث دراسة تداخلية تجريبية بعنوان "جوبيتر" لتقييم العقاقير الخافضة للكوليسترول وتبرير إستخدامها للحد من أمراض القلب والأوعية الدموية والتي أصبحت نسبة الإصابة بها في زيادة مطردة في جميع بلدان العالم وخصوصا في المجتمعات العربية، حيث لا تقل نسبة الإصابة في أي دولة عربية عن ٢٠٪ من عدد سكانها.

#### كيف تحمي نفسك والآخرين من انفلونزا الخنازير



اطرح المنديل بعد استعماله في القمامة فوراً



استخدم منديل ورقي عند السعال أو العطس



إذا ظهرت عليك أعراض الإنفلونزا، سارع بزيارة الطبيب



داوم على غسل يديك بالماء والصابون



إذا ظهرت عليك أعراض الإنفلونزا، لا تغادر المنزل إلى العمل، أو المدرسة، أو أية أماكن مزدحمة



إذا ظهرت عليك أعراض الإنفلونزا، حافظ على مسافة لا تقل عن متر عند تعاملك مع الآخرين



احذر لمس العينين أو الأنف أو الفم دون غسل اليدين



احذر العناق أو التقبيل أو المصافحة عند خيبة الآخرين

وكانت النتائج باهرة، فأذهلت الطب والأطباء حيث انخفضت نسبة الإصابة بنوبة قلبية أو الموت بمرض قلبي وعائي ٤٧٪ مقارنة بالعلاجات الأخرى، وانخفض خطر الإصابة بالجلطة القلبية ٥٤٪ مقارنة بالعلاجات الأخرى وانخفض أيضا خطر الإصابة بالسكتة القلبية ٤٨٪. نتيجة علاجات تخفيض الكوليسترول إنخفضت معدلات الوفيات الإجمالية إنخفاضا ملحوظا بمقدار ٢٠٪ مقارنة بالعلاجات الأخرى.

وأشار إلى أن الدراسة أجريت على عينة شملت ١٨ ألف مريض تم إختيارهم من بين ٩٠ ألف مريض و ٥٠ دولة شاركت في البحث، حيث أظهرت للمرة الأولى قدرة الأدوية الخافضة مقارنة بالعلاجات الأخرى على الحد من مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية، وتشمل الجلطة القلبية والذبحة الصدرية أو الوفاة الناتجة من مرض قلبي أو وعائي آخر، حيث بلغت فاعلية تلك العقارات إلى الحد من هذه المخاطر نسبة ٤٤٪.

وتابع دندشي " كان من المقرر أن تستمر الدراسة مدة خمس سنوات، لكنها أتت ثمارها وأثبتت نجاحها بعد سنة وتسعة أشهر،

## أخبار الناس

| ولادات : |                    |            |                       |
|----------|--------------------|------------|-----------------------|
| ٢٠٠٩/٤/٣ | كفن روجيه سمور     | ٢٠٠٦/٦/١٦  | سيلين ماري طوني صوايا |
| ٢٠٠٩/١/١ | بامبلا ميلاد شاهين | ٢٠٠٩/٤/٢٤  | كفن عادل المعلوف      |
|          |                    | ٢٠٠٩/٤/٩   | لين يوسف شلهوب        |
|          |                    | ٢٠٠٩/٢/٢   | أودري جهاد عيسي       |
|          |                    | ٢٠٠٩/٢/٦   | لين سامر جبور         |
|          |                    | ٢٠٠٦/٨/٦   | ماريات بشارة الغنمة   |
|          |                    | ٢٠٠٨/١٠/١١ | لياندر و زياد يعقوب   |
|          |                    | ٢٠٠٩/١/٥   | نيكولا أمين الباشا    |

| عمادات :  |                 |           |                   |
|-----------|-----------------|-----------|-------------------|
| ٢٠٠٩/٦/١٤ | كلارا شوقي سميا | ٢٠٠٩/٤/٢٦ | إيقانا أمين شلهوب |
|           |                 |           | بامبلا وليد شاهين |

| زفاف :    |                                     |            |  |
|-----------|-------------------------------------|------------|--|
| ٢٠٠٩/٥/٢  | اللياس بيار خوري/ دارين نقولا شلهوب | ٢٠٠٩/٥/١٥  | كابي طانيوس شاهين/ رنا حارس رزق        |
| ٢٠٠٩/٥/٢٣ | جورج عازار/ نتالي رزق               | ٢٠٠٧/١٢/١٨ | ميلاد أنطون شاهين/ تريسي ساربونج       |
| ٢٠٠٩/٥/١٢ | جورج خليل/ مياسا معين سميا          | ٢٠٠٩/٤/٢٥  | وليد ميلاد شلهوب/ غراز بيلا سليم بشارة |
| ٢٠٠٩/٥/٩  | بيار حنا راشد/ نانسي ميشال إبراهيم  | ٢٠٠٩/٥/٢٤  | جوني بطرس شلهوب/ بسكال حاكمة           |

| وفيات :   |                |           |                 |
|-----------|----------------|-----------|-----------------|
| ٢٠٠٩/٥/١٢ | هيفا سليم سميا | ٢٠٠٩/٤/٢٩ | نقولا يوسف سمور |
|           |                |           | طوني جورج شلهوب |
|           |                |           | سليم حنا شلهوب  |

## حكم وامثال

- لا إني لا أعلم شجرة أطول عمرا ولا أطيّب ثمرا ولا أقرب مجتني من كتاب ( الجاحظ )
- بعد لقمة العيش أول حاجة للشعوب هي التربية ( دانتون )
- أول العلم الصمت والثاني الاستماع والثالث الحفظ والرابع العمل ( الاصمعي )
- إن أفضل طريقة للتهرب من المسؤولية هي في الادعاء أن لديك مسؤوليات ( ريتشارد باخ )

■ البريد الإلكتروني للنادي: douma@doumaclub.com

■ عنوان النادي على الانترنت: www.doumaclub.com

- إن جميع المقالات الواردة في هذا العدد تعبر عن آراء أصحابها، ولا تعكس بالضرورة مواقف النادي.
- إن صفحات النشرة مفتوحة لإخبار ونشاطات الجمعيات، على أن يتم تزويدنا بها في الوقت المطلوب.
- إن إدارة النشرة ترحب بكل مساهمة في تحرير صفحاتها شرط توخي المصلحة والفائدة العامة.

**صدي دوما**  
نشرة دورية توثيقية تصدر عن نادي دوما  
العدد الرابع - حزيران ٢٠٠٩  
أسرة النشرة: اللياس واكيم، حنا المعلوف، سعاد السمور، تمينة غنمه، طوني غنمه  
بريد الإلكتروني: sadadouma@hotmail.com