

نشرة القابضة

فرق باها سعادة

ليس كل فراق حزين

بعض الفراق سعادة وراحة وفوز وريح!
قد جرت وفارقت عادة أو هواية تحبها؟

بعد ماعدت لها بعد غيبة،
ماكانت أذ يماحل؟
إذا كان فراقاً ممتعاً.

ما اقتنمت؟

طبيب ما سمعت اللى يتقول

فارق تجد عوضاً عن من تفارقه
وابتعد فإن لذيق العيش في البعد

ولا بيت الشجر أقمعك؟

فريب أمرك

النشرة الشهرية
العدد السادس
يوليو 2021

طيب الرياضة!

الرياضة أكبر وأعظم مثال
مصدر قوي جداً للسعادة
هل سألت نفسك يوماً
ما العلاقة؟

وش الرابط بينهم؟

لأن بممارستها تفارقك
المشاعر السلبية وتذهب
إلى مالا نهاية من الابتعاد
وبالتالي تصاب بسعادة
حسية تتغلغل بداخلك

النشرة الشهرية
العدد السادس
يوليو 2021

الرياضة لاكتفي بإسعادك حسيّاً فقط، بل وجسديّاً!

قلتي شلون تحقق الرياضة ذلك؟

بنفس فكرتنا !

بممارستها تفارق
جسدك السموم
والأمراض وبالتالي؟

ف ر ق اه م سعادة

لو ما اقتنمت ف هذي
عبادة واضعة ومسرّية

النشرة الشهرية
العدد السادس
يوليو 2021

طيب خذ الكبيرة

لعبة كاملة بشروطها
وقوانينها تقوم على خطين
لا ثالث لهم، إما أن تفارق
الكرة فتسجل هدفاً.

أو تكسب وُدّها فتبقى عندك،
وتلك خسارة لا تتمنى تذوقها!

جنه أوفر؟

ولكن المقصد انه في حال
فراقها ستسعد بنقطة،
وفراق يتلوه فراق،
ونقطة تتلونها نقطة،
ففوز كبير وفرحة

النشرة الشهرية
العدد السادس
يوليو 2021

يبدو لي انك ماراح تقتنع إلا بالتجربة

في يوم الخميس 1 يوليو
وفي ساعات الصباح
الهادئة، وسط مكاتب
المجموعة، مقابل مكتب
القابضة ..

بطولة تنس طاولة ستقام بين الموظفين الرهبين

جرب شعور الفراق السعيد

ولا تخلي للكرة مكاناً في
ملعبك، ولا في قلبك

النشرة الشهرية
العدد السادس
يوليو 2021

البطولة القابضة تنس طاولة

والبطولة ستكون بين:

الشباب

اكرم	vs	عبدالحليم
محمد ابو النصر	vs	سالم
مازن	vs	محمد العمر
محمد الغريب	vs	سعود
عبدالله	vs	عمار الشهري
عمر	vs	محمد العلي
محمد الصالح	vs	عبدالرحمن
صالح	vs	اسامة
عبدالعزیز	vs	ياسر
ابو صهيبي	vs	منذر

البنات

وعد	vs	ندي
فاتن	vs	مشاعل تركاوي
رفيدة	vs	مشاعل
رانيا	vs	ضحى
نهاد	vs	حفصى

النشرة الشهرية
العدد السادس
يوليو 2021

دوكس الرهبين

عملوا بمقتضى هذه الفكرة
وأطلقوا بقة خيالية
باعثة للسعادة:

لسعادة سيارتك

اشترك
بـ 499 ريال
لمدة ستة
كاملة

وخل الباقية معك

أي مشكلة تواجه سيارتك!
الباقية بتدخل وتحول بين
سيارتك وبين المشكلة،
وبالتالي؟ فراق سعيد

النشرة الشهرية
العدد السادس
يوليو 2021

ولشيء جانبي أيضاً الفراق اللي مارح يكون
فراق سعيد لك هو فراقك للماء،

الموية

زي ما نعرف لها فوائد كثيرة وعديدة منها
التزود بالطاقة طبعياً وبعد ان شربها
فعال جداً لآلام الرأس وتحسين البشرة
وتحسين عمل الجهاز الهضمي والأداء
الرياضي غير انها مفيدة للصحة وتساعد
على إنقاص الوزن لعدة اعتبارات وغيرها
الكثير الكثير الكثير من فوائد شرب الماء
وهي من أهم العناصر اللي لابد تستمر معنا
طوال اليوم بدون انقطاع.

لذلك لو تشربون موية كثر ماتشربون قهوة
كان أموركم بعد الله بخير.

وهنا نسرد لكم طرق تساعدك على الحفاظ
على شرب الماء طول اليوم بانتظام:

تطبيق water reminder

وجود مطارة تشيلها معك وين مارحت وتخصصها لشرب
الماء واحرص تكون دائماً متعبية.

ذكر نفسك دائماً بفوائد شرب الماء وإذا ما نفع معك
ذكر نفسك بأضرار عدم شربها.

خلي لك رفيق ماء يذكرك وتذكره دائماً. بشربها
وتصير هي مرتبط فرس علاقتكم حتى.

النشرة الشهرية
العدد السادس
يوليو 2021

وعادة أماز اللي مايفارقونها
انهم دائماً مبدعين
وفوق التوقعات

نحتفي ونسعد كلنا بحصول
أماز على الاعتماد من
Google

وبس والله!

النشرة الشهرية
العدد العاشر
يوليو 2021