

مكتبة الصفا للفنون والتصميم Al Safa Art & Design Library

Suitable for all age groups Location: Auditorium

يناسب جميع الفئات العمرية المكان: المسرح

التاريخ Date	التوقيت Time	اللغة Language	الموضوع Session Topic
1 نوفمبر November	4:30 - 5:30 p.m. مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	فن تدوين اليوميات The Art of Journaling
6 نوفمبر November	3:00 - 6:00 p.m. مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	الوعي بالبيئة المحيطة Mindfulness Of Our Environment التحكم بالضغط النفسي Stress Management
8 نوفمبر November	4:30 - 5:30 p.m. مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	الأكل الصحي للعائلات Healthy Eating for Families
13 نوفمبر November	3:00 - 6:00 p.m. مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	أحلام سعيدة: وسائل النوم الصحيحة Sweet Dreams: Sleep Hygiene مارس الرياضة بحكمة Exercise Wise
15 نوفمبر November	4:30 - 5:30 p.m. مساءً	العربية Arabic	الاهتمام بالذات Caring for Our Well-being
20	2,00 6,00	العربية Arabic	كيف تتحدث لكي يستمع اليك الآخرين How to Talk So People Can Listen
نوفمبر November	3:00 - 6:00 p.m. مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	العطف Kindness
22 نوفمبر November	4:30 - 5:30 مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	إدارة الأموال الشخصية Personal Finances
27 نوفمبر November	3:00 - 6:00 p.m. مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	أساسيات التقيد بالميزانية Budgeting Basics إزرع حديقتك الخاصة في دبي Start your own Garden in Dubai





مكتبة هور العنز Hor Al Anz Public Library

Suitable for all age groups Location: Auditorium

يناسب جميع الفئات العمرية المكان: المسرح

التاريخ Date	التوقيت Time	اللغة Language	الموضوع Session Topic
2 نوفمبر November	4:30 - 5:30 مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	الوعي بالبيئة المحيطة Mindfulness Of Our Environment
9 نوفمبر November	4:30 - 5:30 مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	التحكم بالضغط النفسي Stress Management
16 نوفمبر November	4:30 - 5:30 مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	كيف تتحدث لكي يستمع اليك الآخرين How to Talk So People Can Listen
23 نوفمبر November	4:30 - 5:30 مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	إدارة الأموال الشخصية Personal Finances
29 نوفمبر November	4:30 - 5:30 مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	العطف Kindness
30 نوفمبر November	4:30 - 5:30 مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	إزرع حديقتك الخاصة في دبي Start your own Garden in Dubai





مكتبة الطوار Al Twar Library

Suitable for all age groups Location: Auditorium

يناسب جميع الفئات العمرية المكان: المسرح

التاريخ Date	التوقيت Time	اللفة Language	الموضوع Session Topic
3 نوفمبر November	4:30 - 5:30 p.m. مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	فن تدوين اليوميات The Art of Journaling
6 نوفمبر November	11:00 - 2:00 مساءً صباحاً a.m. p.m.	العربية و الإنجليزية Arabic and English	الوعي بالبيئة المحيطة Mindfulness Of Our Environment التحكم بالضفط النفسي Stress Management
10 نوفمبر November	4:30 - 5:30 p.m. مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	الأكل الصحي للعائلات Healthy Eating for Families
13 نوفمبر November	11:00 - 2:00 مساءً صباحاً a.m. p.m.	العربية و الإنجليزية Arabic and English	أحلام سعيدة: وسائل النوم الصحيحة Sweet Dreams: Sleep Hygiene مارس الرياضة بحكمة Exercise Wise
17 نوفمبر November	4:30 - 5:30 مساءً	العربية Arabic	الاهتمام بالذات Caring for Our Well-being
20	11:00 - 2:00	العربية Arabic	كيف تتحدث لكي يستمع اليك الآخرين How to Talk So People Can Listen
نوفمبر November	مساءً صباحاً a.m. p.m.	العربية و الإنجليزية Arabic and English	العطف Kindness
24 نوفمبر November	4:30 - 5:30 p.m. مساءً	العربية و الإنجليزية Arabic and English	إدارة الأموال الشخصية Personal Finances
27 نوفمبر November	11:00 - 2:00 مساءً صباحاً a.m. p.m.	العربية و الإنجليزية Arabic and English	أساسيات التقيد بالميزانية Budgeting Basics إزرع حديقتك الخاصة في دبي Start your own Garden in Dubai





	محارس الحياة School of Life
الموضوع Session Topic	الوصف Description
الوعي البيئي Mindfulness of our Environment	الصحة العاطفية معظمنا مشغول جدًا بالعمل، والعائلة، وحياتنا الخاصة لدرجة أننا نفقد الاتصال باللحظة الحالية. يساعدنا التفكر على أن نصبح أكثر وعياً في الاتصال باللحظة الحالية. يساعدنا التفكر على أن نصبح أكثر وعياً في افعالنا، ويساعدنا على الاستمتاع باللحظة الحالية. في هذه الورشة سنستكشف كيفية الاعتماد على حواسنا الخمس. وكيف سيساعد ذلك في التواجد بشكل أكبر في المنزل، والمدرسة، والعمل حيث ستتخذ خيارات أكثر حكمة وتحسن جودة قراراتك. Most of us are so busy juggling work, family and our lives that we lose touch with the present. Mindfulness helps us become more aware of what we are thinking and doing and helps us enjoy the present. In this session we will have a team activi- ty based on our five senses. By being more present at home, school and work, you will make wiser choices and improve your
فن تدوين اليوميات The Art of Journaling	quality of life. «يمكن لتدوين اليوميات عادة أن يغير حياتك. في هذه الورشة، سنتعلم سوياً كيفية استخدام هذه العادة كوسيلة للتفكير، وتحسين الصحة العقلية، والاستمرار في النمو. كما سنتعرف على الأنواع المختلفة للتدوين اليومي، ونشجع الحضور على استخدام الطريقة المفضلة بالنسبة إليهم. Journaling is a habit that can transform your life. In this session, attendees will learn how to use journaling as a way to reflect, improve their mental health and continue to grow. There are several different types of journaling and attendees will be encouraged to use the method that works best for them and their individual development. «نواجه ضفوطات كثيرة في حياتنا اليومية سواء في المدرسة،
التحكم بالضفط النفسي Stress Management	أو العمل، أو حتى في المنزل. في هذه الورشة، سنتعرف على مسببات الضغط الرئيسية ونكتشف كيفية تقليل تأثيرها باستخدام العناصر الأربعة الضغط الرئيسية ونكتشف كيفية تقليل تأثيرها باستخدام العناصر الأربعة لإدارة الإجهاد. ستتاح الفرصة للحاضرين لصناعة كرات الإجهاد الخاصة بهم. ذلك بالإضافة إلى اكتشافهم كيفية الحفاظ على التركيز، والتزام الهدوء تحت الضغط، وتعزيز إنتاجيتهم من خلال التركيز الكامل للذهن. Stress surrounds us in our everyday lives whether it be in school, work or even at home. In this session, we learn about stress triggers and how to reduce their impact using the 4 As of stress management. Attendees will have a chance to create their own stress balls, discover how to keep their minds focused, stay calm under pressure and enhance their productivity through the skill of mindfulness.
الموضوع Session Topic Physical Wellbeing	الوصف Description
Physical wellbeing	الصحة الجسدية هل تحاول أن تتناول طعاماً صحياً ولكنك تواجه صعوبة في جعله يتناسب مع جميع أفراد الأسرة؟ لدينا الحل، سنناقش في هذه الورشة كيفية تقسيم الوجبات وفقاً لذوق كل فرد من أفراد العائلة مع ضمان حصولهم على جميع المتطلبات الغذائية. سنعمل معاً لبناء خطط وجبات، ومشاركة إلهام صندوق الغداء. سيتعرف الحاضرون على أهمية التغذية وكيفية دمج عادات الأكل الصحية في حياتنا اليومية.
الأكل الصحي للعائلات Healthy Eating for Families	Are you trying to eat healthier but having difficulty getting the whole family on board? Deciding on a menu can be a hassle. In this session, we discuss how to divide meals to suit each individuals taste while ensuring that they are still getting all the required nutrients. We will work together to build meal plans and share lunchbox inspirations. Attendees will learn about the importance of nutrition and how to incorporate healthy eating habits in their everyday lives.
أحلام سعيدة: وسائل النوم الصحيحة Sweet Dreams: Sleep Hygiene	إذا كنت متعباً، فلن تكون قادراً على أداء عملك بأفضل ما لديك. والنوم الصحي مهم لتحسين الصحة البدنية، والعقلية، والإنتاجية، ونوعية الحياة بشكل عام. عاداتنا اليومية - ما نأكله ونشربه، وكيف نقضي أمسيتنا الليلية وبيئة نومنا وطريقة نومنا - يمكن أن يكون لهم تأثير كبير على نوعية نومنا. في هذه الجلسة، سنقوم بإنشاء أقنعة النوم الخاصة بنا لضمان حصولنا على نوم جيد. أيضاً، في هذه الجلسة، سيتعلم الحاضرون تقنيات تساعدهم على الاسترخاء وكيفية دمج جدول نوم صحي في حياتهم. If you are tired, you will not be able to perform at your best. Healthy sleep is crucial to improving physical and mental health, productivity and overall quality of life. Our daily habits - what we eat and drink, how we spend our evening, our sleeping environment and the way we sleep can have a major impact on the quality of our sleep. In this session, we will create our own sleeping masks to ensure we get quality sleep. Attendees will learn techniques to help them relax and how to
لماذا تعتبر التمارين الرياضية Why Excercise is Wise	incorporate a healthy sleeping schedule. في جميع أنحاء مدينة دبي، يتم تشجيع اللياقة البدنية في جميع أنحاء شوارعنا وطرقنا وحدائقنا. ربما سمعت مرات لا حصر لها كيف أن التمرين "مفيد لك". لكن هل تعلم أنه يمكن أن يساعدك على الشعور بالرضا أيضاً? يمكن أن يؤدي الحصول على القدر المناسب من التمارين إلى تعزيز مستويات الطاقة لديك، وحتى المساعدة في تحسين حالتك المزاجية. في هذه الجلسة، نشارك تمارين عملية يمكنك القيام بها وأنت مرتاح في منزلك. Fitness is encouraged all around our streets, roads and parks in Dubai. You've probably heard countless times how exercise is "good for you." But did you know that it can help you feel good too? Getting in the right amount of exercise can boost your energy levels and even help improve your mood. In this session we share practical exercises that can be done in the comfort of your home.
الموضوع Session Topic	الوصف Description
Social Wellbeing لعطف Kindness	الصحة الاجتماعية هل تحاول أن تأكل طعامًا صحيًا ولكنك تواجه صعوبة في جعله يتناسب مع جميع أفراد الأسرة؟ لدينا الحل. سنناقش في هذه الورشة كيفية تقسيم الوجبات وفقًا لذوق كل فرد من العائلة, مع ضمان حصولهم على جميع المتطلبات الغذائية. معًا سنعمل معًا لبناء خطط وجبات ومشاركة إلهام صندوق الغداء. سيتعرف الحاضرون على أهمية التغذية وكيفية دمج عادات الأكل الصحية في حياتنا اليومية. We all are members of a community. In this session, we discuss how to use compassion and empathy to lead purposeful conversations, build communities and spread kindness. Attendees will be encouraged to create gift cards for their loved ones and share ideas on how to make everyone feel included.
كيف تتحدث لكي يستمع اليك الآخرين How to Talk so People Listen	إذا كنت متعبًا، فلن تكون قادرًا على أداء عملك بأفضل ما لديك. النوم الصحي مهم لتحسين الصحة البدنية والعقلية والإنتاجية ونوعية الحياة بشكل عام. عاداتنا اليومية - ما نأكله ونشربه، وكيف نقضي أمسيتنا الليلية وبيئة نومنا وطريقة نومنا - يمكن أن يكون لها تأثير كبير على نوعية نومنا. في هذه الجلسة، سنقوم بإنشاء أقنعة النوم الخاصة بنا لضمان حصولنا على نوم جيد. أيضًا، في هذه الجلسة، سيتعلم الحاضرون تقنيات تساعدهم على الاسترخاء وكيفية دمج جدول نوم صحي في حياتهم. Sometimes no matter how much we talk, people simply don>t seem to listen to us. This session explores the importance of listening carefully to instructions. Attendees will participate in a collaborative game where they have to communicate with each other to achieve a shared goal and win the game.
الاهتمام بالذات Caring for our Wellbeing	each other to achieve a shared goal and win the game. في جميع أنحاء مدينة دبي، يتم تشجيع اللياقة البدنية في جميع أنحاء شوارعنا وطرقنا وحدائقنا. ربما سمعت مرات لا حصر لها كيف أن التمرين "مفيد لك". لكن هل تعلم أنه يمكن أن يساعدك على الشعور بالرضا أيضًا؟ يمكن أن يؤدي الحصول على القدر المناسب من التمارين إلى تعزيز مستويات الطاقة لديك وحتى المساعدة في تحسين حالتك المزاجية. في هذه الجلسة، نشارك تمارين عملية يمكن القيام بها وأنت مرتاح في منزلك. We need to take care of ourselves in order to take care of others. This session examines how self-care can have a direct

تداول أن تأكل طماقا محتيًا وكثال تواجه صعوبة من حمله بناسب المساقدة المراقبة المراقبة المراقبة كالمراقبة من المراقبة من من من المراقبة كرفية وكيفية والمدان المراقبة منا المداخلة مع ضمان محدولهم على المحلولة المدان المراقبة منا المداخلة وحيث ومنابراته من المراقبة منا المداخلة وحيث ومنابراته المداخلة		energy levels and even help improve your mood. In this sess we share practical exercises that can be done in the comfor your home.
Session Topic Social Wellbeing بالدرامية المنافرة المن		
المنطقات العالم المنافرة المن		
عبد المنافرة السياق الحيال المنافرة الحيال المنافرة المن	Social Wellbeing	عحة الاجتماعية
		We all are members of a community. In this session, we disc
المحتدان الحريق والمتالية والابتعادية والمتالية والابتعادية والمتعادية الحياة المتحدث		versations, build communities and spread kindness. Attend will be encouraged to create gift cards for their loved ones
Sometimes no matter how much we talk, people simply do seem to listen to us. This session explores the importance listening carefully to instructions. Attendees will participa in a collaborative game where they have to communicate we each other to achieve a shared goal and win the game. حد الاستعادة عديمة قديم يشم تشجيع اللياقة البديقة في جميع أنحاء أن يقرص الحصول على الشعور بالرخا أيضًا لا يصل المستعدة على الشعور بالرخا أيضًا لا يصل المستعدة على تحسين حالتك المزاجية. في تعييز أن يؤدي الحصول على المساعدة عني تحسين حالتك المزاجية. في تعييز المالة والمناسب من المساعدة على تحسين حالتك المزاجية. في تعييز حالتك المزاجية. في منزلك. The session Topic we need to take care of ourselves in order to take care of ou	يستُمع اليك الآخرين How to Talk	
ارعنا وطرقنا وحدائقنا، ربما سمعت مرات لا حصر لها كيف أن التمرين الإرضا أيلاً الإستادة لا لكن التفريز المتعالم القدر المناسب من التعارية البين تعزيز على المعدا لمناسب من التعارية البين تعزيز على المعدا لمناسب من التعارية البين عدائك المراجية. في مكن أن يقوم المساحدة في تحسين حالتك المراجية. في مقالك. We need to take care of ourselves in order to take care of oers. This session examines how self-care can have a direct impact on those around us. We need to take care of ourselves in order to take care of oers. This session examines how self-care can have a direct impact on those around us. Financial Wellbeing Description Financial Wellbeing We need to take care of ourselves in order to take care of oers. This session examines how self-care can have a direct impact on those around us. July and the self-care can have a direct impact on those around us. We lead by leading leading be self-care can have a direct impact on those around us. When the self-care can have a direct impact on those around us. When ye management is about learning how to earn, save spend, borrow and repay money responsibly. In this session we discuss money management tips for kids, teens and add Attendees will create their own mini-banks as a method to foster the habit of saving. A capal acro in any in a self-care can have a direct impact of the self-care can have a direct im		
impact on those around us. Pinancial Wellbeing Description Pinancial Wellbeing Description Description Description Description Description Description Financial Wellbeing Description Piciple Description Description Description Description Description Description Piciple Description Description Piciple Description Description Description Piciple Description Description Piciple Description Piciple Description Piciple Description Description Piciple	Caring for our	اُرعنا وطرقنا وحدائقنا. ربَّما سمعت مرات لا حصر لها كيْف أن التمرين بد لك". لكن هل تعلم أنه يمكن أن يساعدك على الشعور بالرضا أيضًا؟ مكن أن يؤدي الحصول على القدر المناسب من التمارين إلى تعزيز ويات الطاقة لديك وحتى المساعدة في تحسين حالتك المزاجية. في هذه الجلسة، نشارك تمارين عملية يمكن القيام بها وأنت مرتاح في منزلك. We need to take care of ourselves in order to take care of o
Financial Wellbeing الإدارة الأموال حول تعلم كيفية كسب الأموال وحفظها وإنفاقها وإنفاقها الأصوال حول تعلم كيفية كسب الأموال وحفظها وإنفاقها والفاقها وسدادها بشكل مسؤول. في هذه الجلسة، نناقش نصائح وقالأموال للأطفال والمراهقين والبالغين. سيقوم الحاضرون بإنشاء الأموال الأصفيرة الخاصة بهم كطريقة لتعزيز عادة الادخار. Money Management Money management is about learning how to earn, save spend, borrow and repay money responsibly. In this sessic we discuss money management tips for kids, teens and add Attendees will create their own mini-banks as a method in foster the habit of saving. A tendees will create their own mini-banks as a method in foster the habit of saving. A tendees will learn the value of how bugeting impacts of financial knowledge and using real life examples play a lift size activity inspired by the household game "Monopoly" Attendees will learn the value of how bugeting impacts o		impact on those around us.
الموال حول تعلم كيفية كسب الأموال وحفظها وإنفاقها والموال حول علم كيفية كسب الأموال وحفظها وإنفاقها وسدادها بشكل مسؤول. في هذه الجلسة، نناقش نصائح وقد الأطفال والمراهقين والبالفين. سيقوم الحاضرون بإنشاء مصارفهم الصغيرة الخاصة بهم كطريقة لتعزيز عادة الادخار. Money Management Money management is about learning how to earn, save spend, borrow and repay money responsibly. In this session we discuss money management tips for kids, teens and add Attendees will create their own mini-banks as a method to foster the habit of saving. A جميفا مدم أهمية الميزانية عندما نحتاج إلى اتخاذ قرارات كبيرة. م جميفا مدم أهمية الميزانية عندما نحتاج إلى اتخاذ قرارات كبيرة. We all know how important budgeting is when we need to make big decisions. In this session, we will incorporate or financial knowledge and using real life examples play a lift size activity inspired by the household game "Monopoly" Attendees will learn the value of how bugeting impacts o		
الداموال للأطفال والمراهقين والبالغين. سيقوم الحاضرون بإنشاء مصارفهم الصغيرة الخاصة بهم كطريقة لتعزيز عادة الاحخار. Money Management Money Management is about learning how to earn, save spend, borrow and repay money responsibly. In this sessic we discuss money management tips for kids, teens and adu Attendees will create their own mini-banks as a method to foster the habit of saving. Attendees will create their own mini-banks as a method to foster the habit of saving. According to the first of the first of the habit of saving. We all know how important budgeting is when we need to make big decisions. In this session, we will incorporate out financial knowledge and using real life examples play a lift size activity inspired by the household game "Monopoly" Attendees will learn the value of how bugeting impacts o		
Money Management Money management is about learning how to earn, save spend, borrow and repay money responsibly. In this session we discuss money management tips for kids, teens and add Attendees will create their own mini-banks as a method to foster the habit of saving. م جميعًا مده أهمية الميزانية عندما نحتاج إلى اتخاذ قرارات كبيرة. م الله المنزل "مونوبولي". سيتعلم الحاضرون قيمة تأثير الشرارات معًا. We all know how important budgeting is when we need to make big decisions. In this session, we will incorporate out financial knowledge and using real life examples play a lift size activity inspired by the household game "Monopoly" Attendees will learn the value of how bugeting impacts o	Session Topic	
ستوحى من لعبة المنزل "مونوبولي". سيتعلم الحاضرون قيمة تأثير الأخطاء على حياتنا عندما يتخذون القرارات معًا. We all know how important budgeting is when we need to make big decisions. In this session, we will incorporate out financial knowledge and using real life examples play a lift size activity inspired by the household game "Monopoly" Attendees will learn the value of how bugeting impacts o	Session Topic Financial Wellbeing	عتقرار المالي ور إدارة الأموال حول تعلم كيفية كسب الأموال وحفظها وإنفاقها قتراضها وسدادها بشكل مسؤول. في هذه الجلسة، نناقش نصائح رة الأموال للأطفال والمراهقين والبالغين. سيقوم الحاضرون بإنشاء
Budgeting Basics We all know how important budgeting is when we need to make big decisions. In this session, we will incorporate out financial knowledge and using real life examples play a lift size activity inspired by the household game "Monopoly" Attendees will learn the value of how bugeting impacts or	Session Topic Financial Wellbeing	Description عر إدارة الأموال حول تعلم كيفية كسب الأموال وحفظها وإنفاقها الأموال حول تعلم كيفية كسب الأموال وحفظها وإنفاقها القتراضها وسدادها بشكل مسؤول. في هذه الجلسة، نناقش نصائح رة الأموال للأطفال والمراهقين والبالغين. سيقوم الحاضرون بإنشاء مصارفهم الصغيرة الخاصة بهم كطريقة لتعزيز عادة الادخار. Money management is about learning how to earn, save spend, borrow and repay money responsibly. In this session we discuss money management tips for kids, teens and adulation and repay money management tips for kids, teens and adulation and create their own mini-banks as a method to the control of the co
	Session Topic Financial Wellbeing إدارة الأموال Money Management	Description يتقرار المالي ور إدارة الأموال حول تعلم كيفية كسب الأموال وحفظها وإنفاقها قتراضها وسدادها بشكل مسؤول. في هذه الجلسة، نناقش نصائح رة الأموال للأطفال والمراهقين والبالغين. سيقوم الحاضرون بإنشاء مصارفهم الصغيرة الخاصة بهم كطريقة لتعزيز عادة الادخار. Money management is about learning how to earn, save spend, borrow and repay money responsibly. In this session we discuss money management tips for kids, teens and aduratendees will create their own mini-banks as a method the foster the habit of saving. A جميعًا مدى أهمية الميزانية عندما نحتاج إلى اتخاذ قرارات كبيرة. هذه الجلسة، سنقوم بدمج معرفتنا المالية واستخدام أمثلة واقعية ستوحى من لعبة المنزل "مونوبولي". سيتعلم الحاضرون قيمة تأثير
	Session Topic Financial Wellbeing إدارة الأموال Money Management	Description المالي المالي الموال حول تعلم كيفية كسب الأموال وحفظها وإنفاقها قتراضها وسدادها بشكل مسؤول. في هذه الجلسة، نناقش نصائح والمراهقين والبالفين. سيقوم الحاضرون بإنشاء مصارفهم الصغيرة الخاصة بهم كطريقة لتعزيز عادة الادخار. Money management is about learning how to earn, save spend, borrow and repay money responsibly. In this session we discuss money management tips for kids, teens and address will create their own mini-banks as a method to foster the habit of saving. A جميعًا مدى أهمية الميزانية عندما نحتاج إلى اتخاذ قرارات كبيرة. م جميعًا مدى أهمية الميزانية عندما نحتاج إلى اتخاذ قرارات كبيرة. الأخطاء على حياتنا عندما يتخذون القرارات معًا. We all know how important budgeting is when we need to make big decisions. In this session, we will incorporate out financial knowledge and using real life examples play a lift size activity inspired by the household game "Monopoly" Attendees will learn the value of how bugeting impacts o
	Session Topic Financial Wellbeing إدارة الأموال Money Management	Description را إدارة الأموال حول تعلم كيفية كسب الأموال وحفظها وإنفاقها قتراضها وسدادها بشكل مسؤول. في هذه الجلسة، نناقش نصائح قتراضها وسدادها بشكل مسؤول. في هذه الجلسة، نناقش نصائح أن الأموال للأطفال والمراهقين والبالفين. سيقوم الحاضرون بإنشاء مصارفهم الصغيرة الخاصة بهم كطريقة لتعزيز عادة الادخار. Money management is about learning how to earn, save spend, borrow and repay money responsibly. In this session we discuss money management tips for kids, teens and address will create their own mini-banks as a method to foster the habit of saving. م جميعًا مدى أهمية الميزانية عندما نحتاج إلى اتخاذ قرارات كبيرة. م جميعًا مدى أهمية الميزانية عندما نحتاج إلى اتخاذ قرارات كبيرة. الأخطاء على حياتنا عندما يتخذون القرارات معًا. We all know how important budgeting is when we need to make big decisions. In this session, we will incorporate on financial knowledge and using real life examples play a lift size activity inspired by the household game "Monopoly" Attendees will learn the value of how bugeting impacts o

	مصارفهم الصغيرة الخاصة بهم كطريقة لتعزيز عادة الادخار.
إدارة الأموال Money Management	Money management is about learning how to earn, save, spend, borrow and repay money responsibly. In this session, we discuss money management tips for kids, teens and adults. Attendees will create their own mini-banks as a method to foster the habit of saving.
2.:1:	نعلم جميعًا مدى أهمية الميزانية عندما نحتاج إلى اتخاذ قرارات كبيرة. في هذه الجلسة، سنقوم بدمج معرفتنا المالية واستخدام أمثلة واقعية مستوحى من لعبة المنزل "مونوبولي". سيتعلم الحاضرون قيمة تأثير الأخطاء على حياتنا عندما يتخذون القرارات ممًا.
أساسيات التقيد بالميزانية Budgeting Basics	We all know how important budgeting is when we need to make big decisions. In this session, we will incorporate our financial knowledge and using real life examples play a lifesize activity inspired by the household game "Monopoly". Attendees will learn the value of how bugeting impacts our lives as they make decisions together.
الموضوع	الوصف
Session Topic	Description
Environmental Wellbeing	السلامة البيئية
ازرع حديقتك الخاصة في دبي Start your own Garden in Dubai	بالنسبة للعديد من الأفراد، تعتبر البستنة واحدة من أكثر الأنشطة متعة وتسلية. توفر البستنة عددًا طويلًا من الفوائد الصحية بالإضافة إلى إمكانية جمع الطعام وتخزينه، والتي ستجد بلا شك صعوبة في رفضها. في هذه الجلسة، سيتعلم الحاضرون كيفية رعاية النباتات في الظروف المناخية في دبي. For many individuals, gardening is one of the most delightful and entertaining pursuits. Gardening offers a number of health benefits in addition to the possibility of gathering and storing food, which you will find difficult to refuse. In this session, attendees will learn how to nurture plants in the climatic conditions of Dubai.

