

مواقيت

للانقلدة

الوفاقين

الاشتراكات الإعلان التلفزيون وظائف

علاقات المستثمرين

الراي

اقتصاد

محليات

الاقتصادية

الرئيسية

وظائف

التلفزيون

الإعلان

الاشتراكات

سالفه

ترندنج

متفرقات

أخيرة

مقالات

فنون

رياضة

خارجيات

Get projects moving with e-signatures.

Try free

Protect your operations with real-time sanctions compliance across jurisdictions.

Pole Star Global

Open >

محليات - أخبار محلية

جدول خطة وجبات غذائية لفقدان الوزن

العمر: 25-18	العمر: 35-25	العمر: 45-35
المحيط: 1 شريحة خبز 10 حبة لوز 1 شريحة خبز الغداء: 10 كوب من التوت 1 شريحة خبز 1 قطعة خبز	المحيط: 1 شريحة خبز 1 شريحة خبز 2 شريحة خبز الغداء: 10 كوب من التوت 1 شريحة خبز 1 قطعة خبز	المحيط: 1 شريحة خبز 1 شريحة خبز 2 شريحة خبز الغداء: 10 كوب من التوت 1 شريحة خبز 1 قطعة خبز
العمر: 55-45	العمر: 65-55	العمر: +65
المحيط: 1 شريحة خبز 10 حبة لوز 1 شريحة خبز الغداء: 10 كوب من التوت 1 شريحة خبز 1 قطعة خبز	المحيط: 1 شريحة خبز 1 شريحة خبز 2 شريحة خبز الغداء: 10 كوب من التوت 1 شريحة خبز 1 قطعة خبز	المحيط: 1 شريحة خبز 1 شريحة خبز 2 شريحة خبز الغداء: 10 كوب من التوت 1 شريحة خبز 1 قطعة خبز

أظهر أداء استثنائياً في الدبلوماسية وفد الجامعة الأمريكية يتألق في الفعالية الدولية لـ «نموذج الأمم المتحدة»



جدول خطة وجبات غذائية لفقدان الوزن

العمر: 18-25 الطور 1 خبز توست 1/2 حبة أفوكادو مهروس شرائح مشمش طازجة العشاء 1/2 كوب من البوت 1 خبز توست 1 قطعة بطاطس العشاء 2 بهن مخلوق 1 خبز توست	العمر: 25-35 الطور 1 كعكة متوسطة 1 خبز توست 2 بهن مخلوق العشاء شرائح ديك رومي أو دجاج 1/2 كوب من البطاطا المقلوبة 1 حبة العشاء سلطة المسالخ 1 موزة
العمر: 35-45 الطور 1 مافن بالهلي 1 حبة كبيرة من زبدة الفول السوداني 1 كوب من الفلب العشاء أرز من السمك المشوي 2 قطعة سوت 1/4 كوب من القرنون العشاء 1 كوب من الزبادي 1/2 كوب من البوت	العمر: 45-55 الطور 1 مافن بالهلي 1 حبة كبيرة من زبدة الفول السوداني 1 كوب من الفلب العشاء أرز من السمك المشوي 2 قطعة سوت 1/4 كوب من القرنون العشاء 1 كوب من الزبادي 1/2 كوب من البوت
العمر: 55-65 الطور 1 خبز توست 1/2 حبة أفوكادو مهروس شرائح مشمش طازجة العشاء 1/2 كوب من البوت 1 خبز توست 1 قطعة بطاطس العشاء 2 بهن مخلوق 1 خبز توست	العمر: +65 الطور 1 كعكة متوسطة 1 خبز توست 2 بهن مخلوق العشاء شرائح ديك رومي أو دجاج 1/2 كوب من البطاطا المقلوبة 1 حبة العشاء سلطة المساخ 1 موزة

صورة جماعية لأعضاء «AUKMUN» في المؤتمر



21 يناير 2025 | 10:00 م | 31

Checks

OPEN ▶

شارك وفد نموذج الأمم المتحدة التابع للجامعة الأمريكية في الكويت «AUKMUN»، في مؤتمر نموذج الأمم المتحدة الدولي الشهير الذي استضافته جامعة جورج تاون في قطر. وأظهر الوفد أداء استثنائياً في الدبلوماسية والعمل الجماعي والتميز الفكري.

جمع المؤتمر وفوداً طلابية من جميع أنحاء العالم، للمشاركة في نقاشات معمقة، وتقديم حلول للقضايا العالمية الملحة. وتميز أعضاء وفد «AUKMUN» بأدائهم اللافت والتزامهم بالدبلوماسية العالمية طوال الفعالية.

فقدان
الجنسية من

منذ ساعة

«الغوص»
يرفع شباك

منذ 15 دقيقة

الأكثر قراءة

يومي

اسبوعي

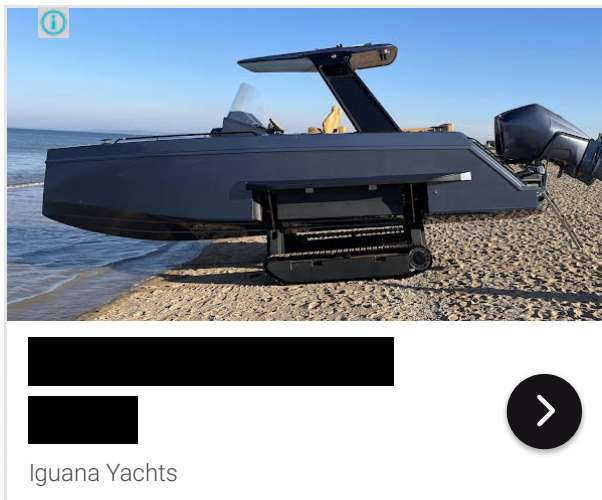
ومن أبرز محطات المؤتمر، كان تكريم منى العسوسي بمنحها تنويهاً مشرفاً في المجلس الاقتصادي والاجتماعي للأمم المتحدة «ECOSOC» عن تمثيلها المتميز لبنغلاديش. وقد حازت مساهماتها الواضحة والمدرسة إشادة من الزملاء والمنظمين.

وتعكس المشاركة في مؤتمر نموذج الأمم المتحدة بجورج تاون قطر، التزام الجامعة الأمريكية في الكويت المستمر بتنمية القيادة والتفكير النقدي والمواطنة العالمية بين طلبة. وتأتي الجامعة على أداء الوفد كاملاً وتمثيلهم المتميز في هذا المحفل الدولي المرموق.

وضم وفد «AUKMUN» المشاركون:

- في لجنة الأمم المتحدة المعنية بوضع المرأة «CSW»: عائشة العسوسي ممثلة أستراليا، ونور الزبيدي ممثلة اليمن

- في المجلس الاقتصادي والاجتماعي للأمم المتحدة «ECOSOC»: آية الحردلو ممثلة الولايات المتحدة الأمريكية، وبتول البوصيخ ممثلة بوليفيا، ومنى العسوسي ممثلة بنغلاديش.



- منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة «اليونسكو»: كارولينا أبو الحسن ممثلة إيران.

- مجلس حقوق الإنسان التابع للأمم المتحدة «UNHRC»: مريم أبو شرح ممثلة الولايات المتحدة الأمريكية، وأحمد كنعان ممثل الأرجنتين.

أظهر كل عضو من أعضاء الوفد التزام الجامعة الأمريكية في الكويت بتنشئة مواطنين عالميين مثقفين وملتزمين قادرين على التصدي للتحديات الأكثر إلحاحاً في العالم.

وتعتبر الجامعة الأمريكية في الكويت، أول جامعة خاصة للعلوم الإنسانية والآداب الحرة في الكويت، وقد وضعت الجامعة معاييرها التربوية والثقافية والإدارية بناء على النموذج التربوي المتبع في الجامعات والكليات في الولايات المتحدة الأميركية. لغة التدريس هي اللغة الإنكليزية.



جدول خطة وجبات غذائية لفقدان الوزن

العمر: 25-18	العمر: 35-25	العمر: 45-35
الخطوة: 1 شريحة لحم 10 حبة أفوكادو مهروسة خضار مقطع طازجاً الحساء: 10 كوب من الصلصة 1 شريحة لحم 1 قطعة سكر	الخطوة: 1 شريحة لحم 1 شريحة لحم 2 بيض مسلوق الحساء: خضار مقطع طازجاً مع صلصة 1/2 كوب من خضار الطماطم 1 حبة	الخطوة: 1 شريحة لحم 1 قطعة لحم من زبد الطماطم المهروسة 1 كوب من الصلصة الحساء: 10 كوب من الصلصة 2 قطعة لحم 1/2 كوب من الصلصة
العمر: 55-45	العمر: 65-55	العمر: +65
الخطوة: 1 شريحة لحم 1 قطعة لحم من زبد الطماطم المهروسة 1 كوب من الصلصة الحساء: 10 كوب من الصلصة 2 قطعة لحم 1/2 كوب من الصلصة	الخطوة: 1 شريحة لحم 10 حبة أفوكادو مهروسة خضار مقطع طازجاً الحساء: 10 كوب من الصلصة 1 شريحة لحم 1 قطعة سكر	الخطوة: 1 شريحة لحم 1 شريحة لحم 2 بيض مسلوق الحساء: 10 كوب من الصلصة 1 شريحة لحم 1 قطعة سكر



الراي

رئيس التحرير وليد جاسم الجاسم

متفرقات

ثقافة
قضايا
شعر

أخيرة

أخبار أمنية
جرائم
أخبار متنوعة

فنون

منوعات
موضة وأزياء
مجتمع

خارجيات

الخليج
العرب
والعالم
تقارير خاصة

رياضة

رياضة محلية
رياضة عالمية
ملفات خاصة

اقتصاد

بنوك
سياحة
وسفر
نفط
تكنولوجيا
سيارات

محليات

أخبار محلية
مجلس الأمة
لقاءات
وتحقيقات



مجموعة الراي الاعلامية
ALRAI MEDIA GROUP



موقع الراي

الصفحة الرئيسية
تلفزيون الراي
اشترك في الجريدة
اتصل بنا
خدمة الـ RSS

×

موافق

موقع الراي يستخدم ملفات تعريف الارتباط لضمان حصولك على أفضل تجربة على موقعنا. لمزيد من التفاصيل، [اقرأ سياسة الخصوصية الخاصة بنا.](#)