

16 أبريل
2026

67

النشرة الأسبوعية

نهاية أسبوع ممتعة Have a Nice Weekend



وين تروح نهاية الأسبوع



يقدم المعرض شواهد على رحلات البشر وآثارهم في البحر الأحمر، حيث أصبحت السفن أرشيفات تحولت في نهاية المطاف إلى شعاب مرجانية حية.

للحجز
مباشرة
webbook.com

كنوز غارقة

جدة - متحف البحر الأحمر
حتى 16 مايو

في ليلة عاصفة داخل فندق السعادة، ينقلب كل شيء رأساً على عقب، في مسرحية تشويقية مليئة بالمفوض والمفاجآت.

للحجز
مباشرة
webbook.comمسرحية جريمة
في فندق السعادةالرياض - بوليفارد سيتي
16 - 20 أبريل

فعالية من أبرز الفعاليات الثقافية التي تسلط الضوء على الموروث الشعبي وتعزز حضور الفنون التراثية في المشهد الثقافي المعاصر، وتمثل هذه الفعالية منصة حيوية تجمع المهتمين بالفنون الشعبية والشعر النبطي والعروض التراثية.

للمزيد من
المعلوماتفعالية
السامر والمحاورةالرياض - قصر الحكم
حتى 2 مايو

استمتعوا بليلة ستاند أب كوميدى يملؤها الضحك بتقديم من ثلاثة أصوات كوميدية متفردة، جرعة استثنائية من الضحك بانتظاركم.

للحجز
مباشرةليلة أهل
الرياض في جدةجدة - ذا ستوري تيلرز
16 أبريل

تجارب طهي تفاعلية تأخذ المشاركين في رحلة ثقافية عبر المطبخ السعودي، من خلال تعلم إعداد أطباق مختارة بإشراف طهاة مختصين، والتعرف على قصصها ومكوناتها المرتبطة بالهوية والتراث المحلي.

للحجز
مباشرة
webbook.comتجارب الطهي
جازانجازان - المعهد العالي للسياحة والضيافة
17 أبريل - 02 مايو

انطلقوا مع أطفالكم في مغامرة تفاعلية داخل "عالم المياه" حيث يتحول التعلم إلى متعة، ويكتشف الأطفال رحلة وصول المياه إلى منازلنا عبر 5 محطات ممتعة.

للحجز
مباشرة
webbook.com

الصانع الصغير

الرياض - بوليفارد وورلد
حتى 2 مايو

الفعاليات الرياضية

أهم المباريات خلال الأسبوع

السبت 18 أبريل

الجمعة 17 أبريل

الخميس 16 أبريل

تشيلسي
10:00 PM
مانشستر يونايتدالأهلي
05:45 PM
جوهورالسد
07:15 PM
فيسيل كوبي

مشاهدة ممتعة لكم،،

للتقليل من استهلاك الملح

اتبع التالي:

- استبدل الملح بالليمون والتوابل.
- قبل شراء المنتج، تحقق من نسبة الأملاح في البطاقة الغذائية.
- تجنب وضع الملح على طاولة الطعام.
- اغسل الخضروات المعالجة قبل أكلها، ويفضل استبدالها بالطازجة.

لصحة
أفضلDownload on the
App Store

Remini

تطبيق يعتمد على تقنيات الذكاء الاصطناعي لتحسين جودة الصور والفيديوهات وتحويل الصور القديمة إلى صور عالية الدقة.

GET IT ON
Google Playمنصة
تفيدك

"الوعي بالذات هو البداية الحقيقية لكل تغيير إيجابي"

ومضنة



كاريكاتير

فن الوعي بالذات

يتناول الكتاب رحلة اكتشاف الذات وفهم ما يدور داخل الإنسان من أفكار ومشاعر ودوافع.

يوضح الكتاب أن الوعي الحقيقي يبدأ عندما يفهم الإنسان معتقداته وقيمه وتأثيرها على قراراته وسلوكياته، من خلال أسلوب بسيط وأمثلة عملية تساعد القارئ على التأمل في نفسه، والتعرف على نقاط قوته وضعفه، وتطوير ذكائه العاطفي وقدرته على التعامل مع الآخرين.

إضاءة
من كتاب

كيف يصنع الإنسان وعقله صانعاً، وكيف يتغير عقله؟
عالم المصانع، وعقولنا تحت رحمة المصنعين

فن الوعي بالذات

بالتعاقب

بالتعاقب

بالتعاقب

بالتعاقب

بالتعاقب