

فراغي.. فرصتي د.صلاح محمد الشيخ



مبادرة التحفيز لملء الفراغ خطوة رائدة نحو مجتمع أكثر عطاءً في زمن تتسارع فيه التحديات وتزايد فيه الضغوط الاجتماعية والنفسية، تبرز مبادرة التحفيز لملء الفراغ التابعة لجمعية متقاعدي منطقة مكة المكرمة والتي سيبدأ تطبيقها السبت ١٤ / ٧ / ١٤٤٧هـ الموافق ٣ / ١ / ٢٠٢٦ م كنموذج ملهم يعيد توجيه البوصلة نحو قيمة الوقت، وأهمية استثماره فيما ينفذ الفرد والمجتمع.

هذه المبادرة لم تكن مجرد فكرة على الورق، بل تحولت إلى ممارسة ميدانية حقيقية شارك في تنفيذها أكثر من عشرة من أعضاء الجمعية العمومية؛ الذين جسّدوا روح العطاء والانتماء، وقدموا مثالا عمليا على أن الخبرة لا تتقاعد، وأن الطاقة الإيجابية لا يحدّها العمر.

لقد أثبت المشاركون أن المبادرات المجتمعية لا تحتاج إلى موارد ضخمة بقدر حاجتها إلى إرادة صادقة. فقد استعدوا لتطبيق المبادرة بالميدان، أمام أسرهم وأولادهم، كنموذج يحتذى به، مع حثهم لإخوانهم وأصدقائهم للمشاركة، يسودهم روح التفاؤل والثقة بالله تعالى، في الإعانة والسداد، نعم؛ لقد خصصوا زمنا من أوقاتهم لممارسة نبود هذه المبادرة، بغية الوصول إلى نتائج ايجابية، تعزز من قيمة هذه المبادرة، أخذين في الحسبان أن ملء الفراغ ليس ترفا، بل ضرورة لبناء حياة متوازنة وصحية.

إن حرص المشاركين على نشر ثقافة استثمار الوقت عبر هذه المبادرة؛ يعكس وعياً عميقاً بدور المتقاعد في التنمية الاجتماعية. هؤلاء المشاركون يستحقون كل التقدير، فهم فرسان الجمعية، ونماذج يُحتذى بها في المسارعة في التطوع والمبادرات.

إن جمعية متقاعدي منطقة مكة المكرمة، تسعى عبر هذه المبادرة إلى تحويل مفهوم "الفراغ" من حالة سلبية إلى مساحة إيجابية تُستثمر في التعلم، والإنجاز، والعلاقات الإنسانية، والأنشطة الصحية، والمشاركة المجتمعية. وهي دعوة مفتوحة لكل فرد شاب كان أو كبير لإعادة اكتشاف ذاته من خلال أنشطة تغذي العقل والروح والجسد.

فالمجتمع الذي يدرك قيمة الوقت هو مجتمع قادر على التقدم، والمبادرة تفتح الباب أمام كل من يرغب في تحسين جودة حياته، وينظم وقته ليجمع؛ بين الفائدة والترفيه، والتطوع، وخدمة الأهل والناس.

إن نجاح المبادرة ميدانياً يؤكد أنها قابلة للتطبيق في كل بيت، ومع كل أسرة ويمكن لكل فرد أن يبدأ بخطوات بسيطة، متدرجة، مع إصرار وعزيمة في الالتزام بجدولة المبادرة حتى تصبح مألوفة لدى النفس وتنتشر هذه الثقافة، فيصبح لدينا مجتمعاً أكثر توازناً، وأكثر صحة، وأكثر قدرة على مواجهة التحديات.

ختاماً.. إن مبادرة التحفيز لملء الفراغ ليست مجرد نشاط عابر، تتبناه الجمعية بل هي رؤية مجتمعية ناضجة تستحق أن تُعَمَّم، وأن يتبناها الأفراد والأسر وما قام به المشاركون في تطبيقها ميدانياً هو الشمعة الأولى التي تُضيء طريقاً واسعاً نحو مجتمع أكثر وعياً وإيجابية.

تحية تقدير لكل من شارك، ولل فريق المتابع لتنفيذ المبادرة، ولكل من سيواصل هذا البرنامج فالمجتمع الذي يملأ فراغه بالخير... يصنع مستقبلاً أجمل.

تحيات منسوبي جمعية متقاعدي منطقة مكة المكرمة.

رئيس مجلس إدارة الجمعية
د.صلاح محمد الشيخ



مبادرة ملء الفراغ في الحياة فراغي ... فرصتي

مقدم الدورة: رئيس مجلس الإدارة
د. صلاح محمد الشيخ



مبادرة (التحفيز لملء الفراغ)

"فراغي ... فرصتي"

مقدم المبادرة: مجلس إدارة الجمعية الانتقالي
عام ١٤٤٧هـ / ٢٠٢٦

رئيس مجلس الإدارة
د. صلاح محمد الشيخ

مبادرة: التحفيز لملء الفراغ

فراغي .. فرستي

مدة المبادرة شهر واحد تبدأ من

٢٠٢٥ / ٠١ / ٠٣



جمعية متقاعدي منطقة مكة المكرمة
Makkah Region Retirees Association
تاريخ التأسيس ٢٣ / ١ / ١٤٤١ هـ - ٢٠١٩ م
MRRRA

متتارك تطبيق ميداني

<input type="text"/>	الاسم:
<input type="text"/>	الـجوال:
<input type="text"/>	رقم المشارك:
<input type="text"/>	الصفـة:

mrramakkah
@ X Instagram

مشرف المبادرة
د. صلاح بن محمد الشيخ