

مجلة
alef
the magazine



نسخة
مجانية
FREE COPY



حنين **HANEEN**

A Little Champion with Big Dreams

Issue No. 1
November 2025



مجلة alef[®]

the magazine



for ages:
3 to 13
years



GET IT FREE MONTHLY WITH ARAB TIMES SUBSCRIPTION

CONTENTS

4.

Alef Cover Star

Meet Our Star of the Month!

نجم غلاف مجلة ألف

تعرف على نجمنا لهذا الشهر!

6.

Kareem's New Glasses

A Fun Story About Seeing the World Clearly

نظارات كريم الجديدة

قصة ممتعة عن رؤية العالم بوضوح

8.

Eye Spy

Can You Spot All the Hidden Objects?

قوة الملاحظة

هل يمكنك اكتشاف جميع الأشياء المخفية؟

10.

Discover Your Senses

How Your Five Senses Help You Explore the World

اكتشف حواسك

كيف تساعدك حواسك الخمس على استكشاف العالم

12.

Apples

Facts & Yummy Fun!

التفاح

حقائق وممتعة لذيذة!

16.

Baku

Let's Travel to Baku! Fun Facts for Kids

باكو

هيا بنا نسافر إلى باكو! حقائق ممتعة للأطفال

20.

Rabbits

Facts About Our Furry Friends

الأرانب

حقائق عن أصدقائنا ذوي الفراء

24.

What's Fun This Month!

Cool New Toys & Awesome Gadgets

ما هو ممتع هذا الشهر!

ألعاب جديدة رائحة وأجهزة رائحة

26.

Alef News

Interesting News from Around the World

أخبار ألف

أخبار شيقة من جميع أنحاء العالم

PUBLISHED BY:

ARAB TIMES  السياسة



alef
**COVER
STAR**



My name is: Haneen Mahdi Alsarraf

I am 7 years old.

I go to Khawla Primary School.

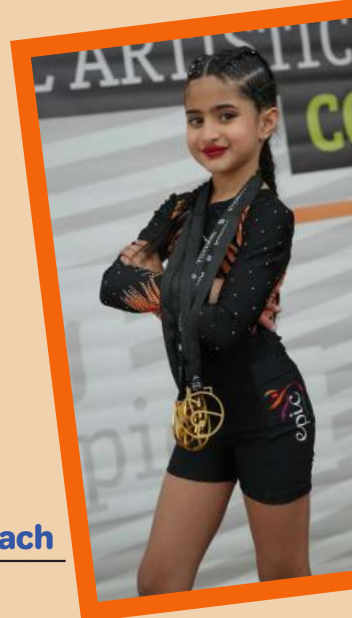
My favourite subject is: Math

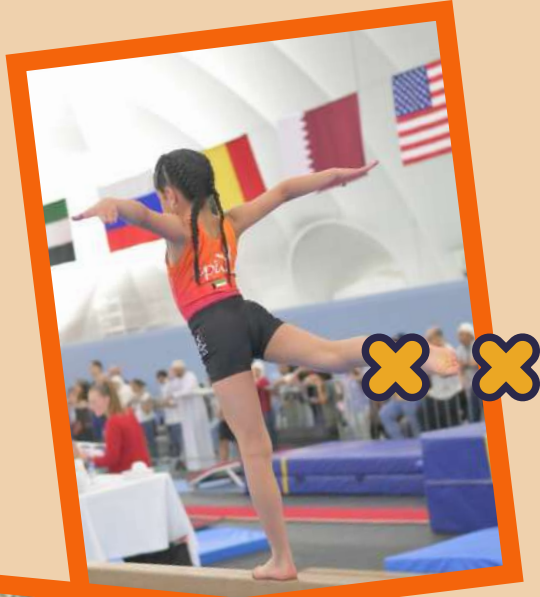
My favourite cartoon or movie is: Mr. Bean

My favourite hobby is: Artistic Gymnastics

My best friend's name is: Fatima Alansari

When I grow up, I want to be: Gymnastics Coach





اسمي: حنين مهدي الصراف

عمري ٧ سنة.

أذهب إلى مدرسة خولة المشتركة

مادتي الدراسية المفضلة هي: مادة الرياضيات

رسومي المتحركة أو فيلمي المفضل هو: مستر بن

هوايتي المفضلة هي: رياضة الجمباز الفني

اسم صديقي المقرب: فاطمة الانصاري

عندما أكبر، أريد أن أصبح: مدرسة جمباز



KAREEM'S NEW GLASSES

Kareem was a cheerful little boy who lived in Kuwait. He loved going to school, reading adventure books and playing football at Mishref Park. But lately, something felt strange. He couldn't see the board clearly in class, he had to squeeze his eyes to see clearly!

One afternoon, Kareem came home and said, "Mama, Baba... I can't see the board at school very well. Everything looks blurry. I am scared." His parents looked at each other with concern.

"Don't worry, habibi," his father said. "We'll take you to the eye doctor tomorrow."

The next day, after school Kareem and his parents went to visit an eye doctor, also known as an ophthalmologist. The clinic was big and bright, with toys and posters of happy kids wearing glasses. Inside, they met Dr. Khadija, a friendly ophthalmologist who wore a white coat and spoke kindly. "Let's see how your eyes are doing, Kareem," she said with a great big smile.

Kareem sat in a huge chair and looked

through a machine that showed a balloon at the end of the road. He then got to wear a pirate patch on one eye while reading rows of blurry letters.

After the test, Dr. Khadija said, "You have a little myopia, Kareem. That means you need glasses to help you see clearly far away. You should especially use your glasses for the board at school."

Kareem nodded. He was a little nervous, but excited too.

After the doctor, they headed for ice cream and searched for a special kid's shop to help them find the BEST glasses in Kuwait. They then headed to a special kids' optical store in Central Plaza Mall. It was full of colorful frames and walls, and even a small play area. The display had glasses in every color -blue, green, gold, and with fun designs like rockets and stars. A friendly lady helped Kareem try on different pairs.

"These blue ones look cool," Kareem said, peeking at himself in the mirror. His mother laughed and said, "You look like a smart little doctor!" Kareem finally picked a pair of glasses with blue frames and lightning bolts on the sides. Kareem came back the next day to pick up his new eyeglasses. When Kareem put them on for the first time, he screamed, "I can see everything! Even the small signs across the street!"

From that day on, Kareem wore his glasses proudly. At school, he could see the board clearly again. He even helped Bader, his classmate feel better about wearing glasses too. Every time someone asked about his cool lightning glasses, Kareem smiled wide and said, "I got them from the Kid's Optical Boutique in Central Plaza!"



نظارات كريم الجديدة

الدكتورة خديجة طبيبة العيون . كانت الدكتورة خديجة دودة ترتدي معطفاً أبيض وتتحدث بلطف . قالت الدكتورة بابتسامة عريضة: "لنر كيف حال عينيك يا كريم."

جلس كريم على كرسي كبير ونظر عبر جهاز يُظهر بالوناً في نهاية الطريق. ثم ارتدى كريم غطاء على إحدى عينيه وهو يقرأ صفوفاً من الحروف غير الواضحة.

بعد الفحص، قالت الدكتورة خديجة: "لديك قصر نظر بسيط يا كريم. هذا يعني أنك بحاجة إلى نظارات لمساعدتك على رؤية الأشياء البعيدة بوضوح. يجب عليك استخدام نظارتك خاصة في المدرسة وانت امام السبورة."

أوماً كريم برأسه . كان متوتراً بعض الشيء ولكنه متحمس أيضاً.

بعد زيارة الطبيب، توجه كريم وابيه لتناول الأيس كريم وبحثوا عن متجر خاص يقدم أفضل النظارات للأطفال في الكويت.

ذهبوا إلى متجر خاص بنظارات الأطفال في سنترال بلازا مول.

كان المتجر مليئاً بإطارات النظارات والجدران الملونة، وايضا مساحة مخصصة ليلعب الاطفال.

النظارات كانت معروضة بجميع الألوان، الأزرق والأخضر والذهبي، وبتصاميم مرحة تشبه الصواريخ والنجوم. ساعدت سيدة ودودة كريم في تجربة أزواج مختلفة من النظارات. قال كريم وهو ينظر إلى نفسه في المرآة: "هذه النظارات الزرقاء رائعة". ضحكت والدته وقالت: "تبدو كطبيب ذكي!".

أخيراً، اختار كريم نظارة بإطار أزرق مزينة بعلامات برق على جانبيها. عاد كريم في اليوم التالي لاستلام نظارته الجديدة. عندما ارتداها لأول مرة، صاح بفرح: "أرى كل شيء! حتى اللافئات الصغيرة في الشارع!".

منذ ذلك اليوم، ارتدى كريم نظارته بفخر. أصبح كريم يرى السبورة بوضوح مرة أخرى. ارتداء كريم للنظارات منح شعور بالراحة لزميله في الصف الذي يرتدي النظارات هو ايضا.

في كل مرة يسأل أحدهم كريم عن نظارته الرائعة، يتسم كريم بابتسامة عريضة ويقول: "اشتريتها من بوتيك نظارات الأطفال في سنترال بلازا!".

كريم طفل صغير مرح يعيش في الكويت. يحب كريم المدرسة ويهوى قراءة كتب المغامرات ولعب كرة القدم في حديقة مشرف.

لكن مؤخراً، شعر كريم بشيء غريب. لاحظ انه لا يستطيع رؤية السبورة بوضوح. كان عليه أن يضغط عينيه ليرى بوضوح!

في أحد الأيام، عاد كريم إلى المنزل واشتكى لابييه وامه من عدم قدرته على رؤية السبورة بوضوح. اخبرهما بخوف ان كل شيء حوله اصبح ضبابيا. تبادل والداه النظرات بقلق.

قال له والده: "لا تقلق يا حبيبي، سنأخذك إلى طبيب العيون غداً".

في اليوم التالي، بعد عودة كريم من المدرسة، اصطحبه ابوه لزيارة طبيب العيون. كانت العيادة واسعة ومشرفة، مليئة بالألعاب وصور لأطفال سعداء يرتدون النظارات. قابل كريم وابوه





Can you spot them all?

هل تستطيع تحديد الكل؟



Find each item from the list below
and tick the box once you spot it.

اكتشف الصورة المطلوبة وحوط عليها في
الصندوق!

☐ ملعقة spoon 

☐ شورت shorts 

☐ علم flag 

☐ يد hand 

☐ حارار tractor 

☐ قمر moon 

☐ بالون balloon 

☐ كلب dog 

☐ ساعة clock 

☐ فأر mouse 

☐ فانار lighthouse 

☐ فنجان cup and saucer 

☐ جورب sock 

☐ حلزون snail 

☐ بطريق penguin 

☐ براد شاي teapot 

☐ ملكة queen 

☐ عنب grapes 

Affirmation Card

بطاقة التأكيد

أنا أعلم

I Know that

أنت رائع

You are Excellent

أنت قوي

You are strong

أنت ذكي

You are smart

أنت محبوب

You are loved

أنت شجاع

You are brave

أتمنى لك كل التوفيق

Wish you all the best





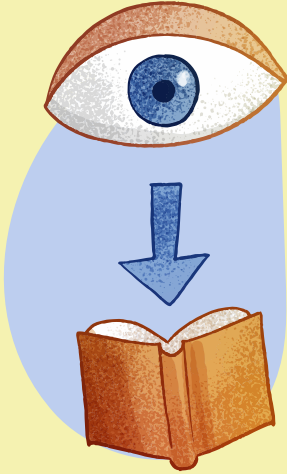
Discover Your Senses!

Our senses help us to understand and experience the world around us!

We use them every day to see, touch, smell, hear, and taste.

حاسة البصر:

نستخدم أعيننا لرؤية جميع الألوان والأشكال من حولنا.



SIGHT:

We use our eyes to see all the colours and shapes around us.

حاسة التذوق:

نستخدم أفواهنا وألسنتنا لتذوق النكهات المختلفة.



TASTE:

We use our mouths and tongues to taste different flavours.

حاسة الشم:

نستخدم أنوفنا للتعرف على الروائح المختلفة. يحمل الهواء الروائح إلى أنوفنا



SMELL:

We use our noses to smell different things. The air carries scents to our noses.

اكتشف حواسك!

تساعدنا حواسنا على فهم العالم من حولنا وتجربته.

نستخدم الحواس يوميًا للرؤية واللمس والشم والسمع والتذوق.

حاسة اللمس:

نستخدم أصابعنا لللمس الأشياء والشعور بها.

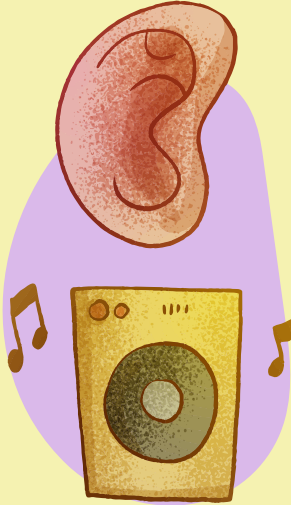


TOUCH:

We use our fingers to touch and feel things.

حاسة السمع:

نستخدم آذاننا لسماع الأشخاص والأصوات.



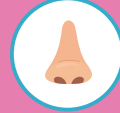
HEARING:

We use our ears to hear people and sounds.



ارسم خطًا من الصورة على اليسار إلى الفعل الصحيح على اليمين.

Match each sense to what it does! Draw a line from the picture on the left to the correct action on the right.



○

○

○

○

○



○



APPLES

التفاح ينتمي
لعائلة الورد

Apples are part of
the rose family

تُستخدم بعض أنواع
التفاح في صنع الخل
والعصير.

Some apples are
used to make
Vinegar and Juice

استلهم إسحاق نيوتن من
سقوط تفاحة ليتوصل
لقوانين الجاذبية.

Isaac Newton was
inspired by a falling
apple to think about
gravity

يمكن لشجرة التفاح أن
تحيا لأكثر من مئة عام

Apple trees can live
for more than 100
years

التفاح

كان التفاح أول فاكهة
تناولها رواد الفضاء في
الفضاء.

Apples were the
first fruit eaten by
astronauts in space

التفاح الأخضر غالبًا ما
يكون حامضًا، بينما الأحمر
عادةً ما يكون حلوًا.

Green Apples are
often sour, while
red ones are usually
sweet





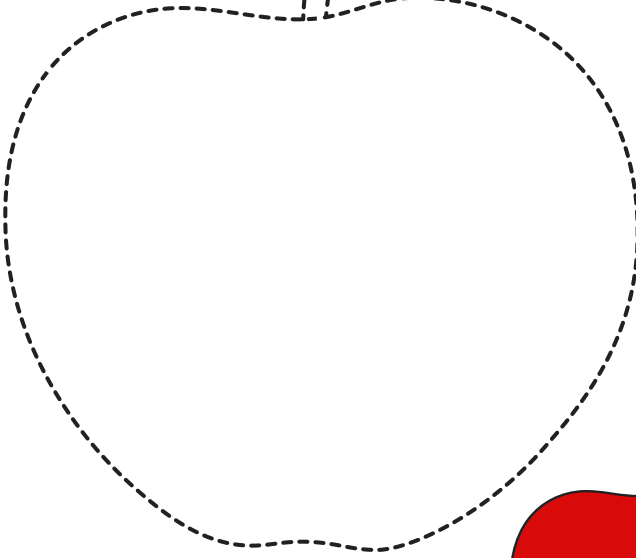
التفاح غني
بفيتامين ج.

Apples are full of
Vitamin C

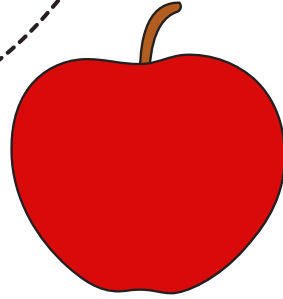
تعتبر الولايات المتحدة⁹
والصين وبولندا من أبرز
الدول في زراعة التفاح.

The U.S., China, and
Poland are top apple
growing countries

صل النقاط لتكمل رسم التفاحة، ثم
لونها باللون الأحمر كما في الصورة



Join the dots to complete the apple. Then
colour it red, just like the picture shown!



Colour three of the apples red.

لون ثلاثة تفاحات باللون الأحمر



Colour four of the apples green.

لون أربعة تفاحات باللون الأخضر





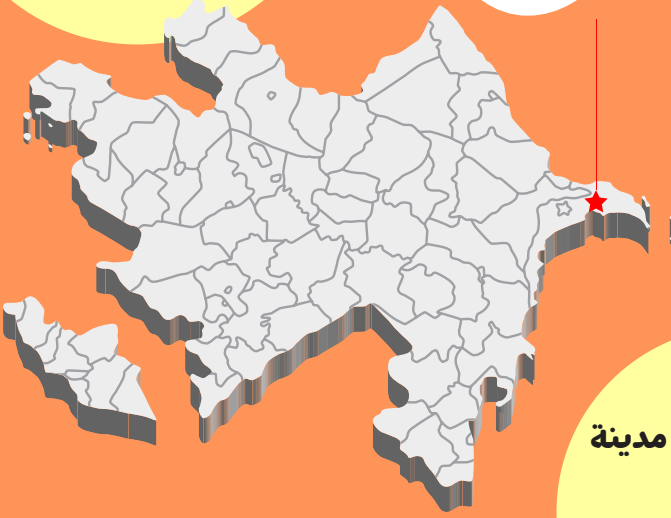
BAKU



باكو هي أكبر مدينة في
أذربيجان، وهي العاصمة
أيضًا.

**Baku is the largest
city in Azerbaijan
and is the capital as
well**

باكو



لقب باكو يعني مدينة
الرياح.

**Baku's nickname
is 'City of Winds'**



عملة باكو وكل أذربيجان
هي المانات الأذربيجانية.

**The currency of
Baku (and all of
Azerbaijan) is
the Azerbaijani
Manat**

الدين الرئيسي هو
الإسلام.

**The main religion
is Islam**



أبراج باكو الشهيرة هي أبراج
الذهب وأبراج العذراء.

The famous towers
in Baku are the Flame
Towers and Maiden
Towers



شيكربورا معجنات أذربيجانية
شهية، مقرمشة قليلاً من الخارج
ومحشوة بالحلوى الطرية
والمكسرات.

Shekerbura is a tasty
Azerbaijani pastry with
a slightly crispy outside
and a sweet, soft nut-
filled centre.



عيد نوروز (عيد الربيع) هو
أكبر احتفال في باكو

Novruz Bayram (Spring
Festival) is the biggest
celebration in Baku



باكو مشهورة

بالسجاد.

Baku's carpets
are famous

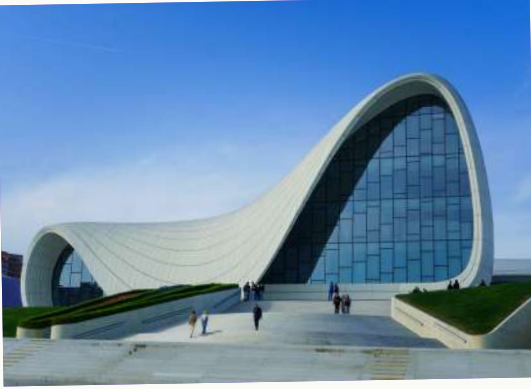
يتكون علم أذربيجان من ثلاثة
خطوط أفقية - الأزرق والأحمر
والأخضر مع هلال أبيض ونجمة
ثمانية في الوسط.

The flag of Azerbaijan has
three horizontal stripes -
blue, red, and green with
a white crescent and an
eight-pointed star in the
centre.



يقع مركز حيدر علييف في
باكو. المركز يحتل مبنى شهير
بتصميماته المنحنية المذهلة.

The Heydar Aliyev Centre in Baku is a famous
building with amazing
curved shapes



باكو لديها متحف خاص
للسجاد. يمكن للزوار
مشاهدة كيفية صناعة
السجاد

Baku has a special
Carpet Museum
where you can learn
how carpets are
made.





الأرانب

RABBITS

تبدأ صغار الأرانب بالقفز
والاستكشاف بعد أسبوعين من
ولادتها.

Rabbit bunnies start to
hop and explore after two
weeks



للأرانب أذان طويلة
وذيل كثيف.

Rabbits have long
ears and a fluffy tail



يستطيع الأرنب تحريك أذنيه في
كل الاتجاهات ليتمكن من السماع
بوضوح

A rabbit can turn its ears
almost all the way around to
hear better.



الأرانب لا تأكل الجزر فحسب،
بل تحب أيضاً أكل الأوراق
الخضراء.

They don't only eat
carrots, they also love
to eat green leaves



للأرانب 28 سنّاً تستمر
في النمو بدون توقف.

Rabbits have 28 teeth
that never stop growing



توجد الأرانب في جميع
القارات باستثناء القارة
القطبية الجنوبية.

Rabbits are found on
every continent except
for Antarctica

يستطيع الأرنب القفز
حتى 3 أمتار في القفزة
الواحدة.

They can hop up to 3
meters in one jump

الأرانب مجموعة خاصة
من الحيوانات تختلف
عن القوارض.

Rabbits belong to
a group of animals
called lagomorphs,
not rodents

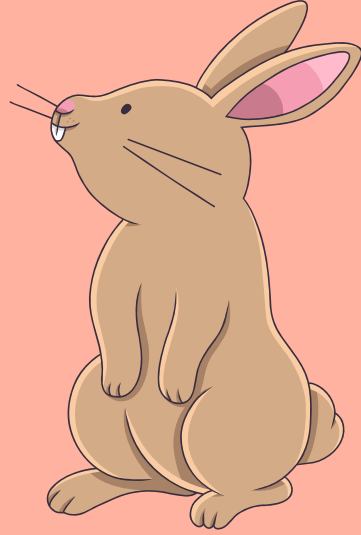
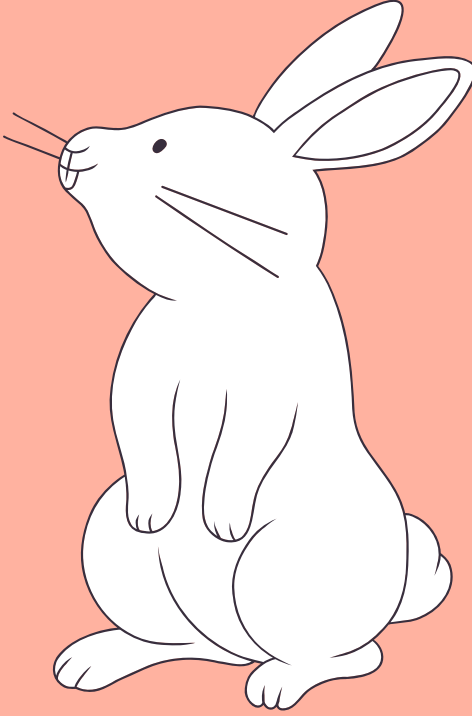


أكبر أنواع الأرانب في العالم هو العملاق
الفلمنكي، الذي قد يزن 10 كجم.

The largest rabbit in the world
is the Flemish Giant, which can
weigh 10kg

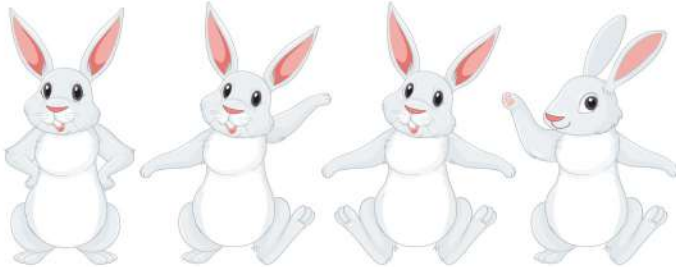
لون الأرنب بنفس الالوان الموضحة في الصورة

Colour the rabbit using the same colours shown in the picture.



قم بعد الأرنب في الصورة ثم اكتب العدد في المربع

Count all the rabbits in the picture and write the number in the box.





What's Fun This Month!

ستيتش ينبض بالحياة!

ستيتش ديزني ألتيميت ليس مجرد دمية ناعمة ولطيفة نلعب معها فقط بل يتحدث ويرقص ويفضض ويعبر بأكثر من 100 صوت وتعبير. إنه صديقك المرح الجديد.

Stitch Comes to Life!

The Disney Ultimate Stitch isn't just soft and huggable, he talks, dances, and even throws tantrums! With 100+ sounds and expressions, he's your new mischievous best friend.



اصنع أقلام التظليل بنفسك!

يتيح لك (استوديو كليمنتوني آيديا) ستة أقلام تظليل ملونة باستخدام الأحبار والرؤوس المرحّة. تساعدك الاقلام الرائعة على الابداع!

Make Your Own Highlighters!

The Clementoni IDEA! Studio lets you design six colourful highlighters using inks, tips, and fun toppers. Creativity has never looked so bright!

ما هو الممتع هذا الشهر!

ابن، برمج، العب!
تتيح لك مجموعة روبوت بناء نماذج
مختلفة من الروبوتات والتحكم
فيها عبر التطبيق أو جهاز التحكم
عن بُعد. تعلم، جرب، وأطلق
العنان لخيالك!

Build, Code, Play!

The ecoEbot 4-in-1 Robot Set lets you build different robot models and control them via app or remote. Learn, experiment, and drive your imagination!



حلق عالياً مع إكس سباي!
انطلق في السماء مع طائرة ريفيل
إكس-سبي بدون طيار! صور فيديو
مباشر، وقم بحركات بهلوانية رائعة،
وتسابق بثلاث سرعات. كل ذلك من
خلال هاتفك أو جهاز التحكم.

Fly High with X-Spy!

Take to the skies with the Revell X-Spy Drone! Capture live video, do awesome flips, and race in three speeds, all from your phone or controller.





أخبار alef NEWS

في يوم الصواريخ الكبير للمدارس، صنع الأطفال في جميع أنحاء الولايات المتحدة صواريخ باستخدام صودا الخبز والخل! عندما اختلطت المادتين، انطلقت الصواريخ في السماء. كان المنظر رائعاً!



Kids all over the U.S. made rockets using baking soda and vinegar! When they mixed the two, boom! The rockets shot up into the sky. It was part of a big "Rocket Day" for schools. How cool is that?

استطاع شقيقان في المملكة المتحدة إنتاج أكبر قرعة غسل بلغ محيطها أكثر من ٢١ قدماً. تجاوزت الرقم القياسي العالمي السابق بحوالي ٣٢ كجم.



A giant pumpkin grown by two brothers in the UK broke the world record, measuring over 21 feet around and beating the old record by about 32 kg.

أضاء قمر الحصاد العملاق السماء ليلة ٦ و٧ أكتوبر. زخات نيازك التنين وأوريونيد زادت المشهد جمالاً وسحراً، حيث تألقت الشهب في السماء. كان أكتوبر شهراً مثالياً للاستلقاء على بطانية، والنظر إلى السماء وطلب تحقيق أمنية!



October's night sky was full of wonders

A huge Harvest Supermoon lit up the sky on October 6 - 7, followed by dazzling Draconid and Orionid meteor showers, where shooting stars streaked across the heavens. It was the perfect month to grab a blanket, look up, and make a wish!

بريك توبر: خلال أكتوبر ٢٠٢٥، تعاونت ليفو مع تويز أر أس لإعادة فعالية "بريك توبر" التي يعيشها المعجبون.

أتاحت للأطفال فرصة حضور يوم بناء زرافات مصفرة في المتجر في ١٨ من شهر أكتوبر، والمشاركة في تحديات بناء أسبوعية عبر الإنترنت، والدخول في سحب على جائزة كبرى.



Bricktober: During October 2025, LEGO teamed up with Toys'R'Us to bring back the fan-favorite "Bricktober" event. Kids got to attend an in-store giraffe-mini-build day on October 18, take part in weekly online build challenges, and enter a grand prize sweepstakes



مصاصة عسل السدر و حليب بعسل الحمضيات

نمو صحي ... طعام أحلى

اطلب أونلاين



189 22 22

MUJEZA

www.mujeza.com



MYOPIA (SHORTSIGHTEDNESS)

A GROWING CRISIS IN THE DIGITAL WORLD

النظارات العالمية
INTERNATIONAL OPTIQUE



The onset of myopia is rapidly increasing



4-6 hours/day average screen time for kids

WHY IS IT HAPPENING?



Increased near work

Lack of outdoor time



WHAT CAN WE DO?

Early screening



20-20-20 rule



Outdoor time



Myopia management



For further information please contact your Ophthalmologist or Optician.