

## الموت تتجنبه ليف

عن دما، 2019 عام حتى نشأي أثناه الستين عن الـكثيري لأعرف أكين لم العمر. من الـثلاثين أبلغ أن وشك على أنا خل الـ توفى. قد الـصف في زملائى من اثنين أن أيّضاً عملت آخر. قريب بـتوفى، 2022 عام وفي أقاربى. أحد توفى الـأخبار. في الـوفيات من الـكثيري شهدا سنوات، ثلاث استمرت الـ ٣٠ فـترة الـ تجارة. هذه من تعلمـتها الـ التي الـ دروس أشـارك أن أـ يريد مـسؤول، كـإنـسان

المرتفعات من تسقط لا الحية، في حذراً كن

قد السقوط فإن الـكـفـاـيـة، فـيـهـ بـمـاـ حـذـرـاـ الـشـخـصـ يـكـنـ لـمـ إـذـاـ الـمـدـيـنـةـ. فـيـ الـمـرـتـفـعـةـ الـأـمـاـكـنـ مـنـ الـعـدـيـدـ هـنـاكـ  
قـاتـلـاـ. يـكـونـ حـتـىـ أـوـ خـطـيـرـةـ إـصـابـاتـ فـيـ يـتـسـبـبـ  
الـأـرـضـ. عـلـىـ الـشـاهـقـةـ الـمـبـانـيـ مـنـ الـعـدـيـدـ هـنـاكـ تـكـنـ لـمـ بـعـيـدـ، زـمـنـ مـنـ ذـالـسـقـوـطـ. عـنـ دـبـسـهـوـلـةـ تـتـأـذـيـ أـدـمـغـتـنـاـ  
الـجـديـدـةـ. الـحـيـاةـ أـنـمـاطـ مـعـ الـتـكـيـيـفـ إـلـىـ الـبـشـرـدـيـحـتـاجـ

اجتماعیہ بحیاہ واعتنی متفائل، لکن

عده وجود مع الاصدقاء. وبعض زملاء، عائلة، تغوي ر[[مج رد دون البقاء في حي اتك دورة تبدأ على السن، في تكبير عن دمأ الآخرين. مع تفاعل اتك تقل معهم، حي اتك لم شاركة الأشخاص من أقل علاقات جيدة عائلية جو على الحفاظ على حريصاً كن والعائلات، العمل على كبار بشكل تعتمد على اتك لأن نظراً ذملايك. مع إيجابية عمل كيوفهم أكثر، التعلم إلى نحتاج إلى الحديث. الحياة من كبار جزء التوتر والتوتر. مع التعميل كيفية وتعلم وجهات لاكتساح كثيرةً القراءة إلى نحتاج بعديه. زمن من ذالن اسعاش كيف ومعرفة العالم، هذا في آخره يعيش أشياء حول صحيحة نظر

الكبيرة والديون المقاومة تجنب ذاتي، من ضبطاً لكن

أن دون قدمًا وأمضى الحقيقة هذه أتقبل أن قررت لذا حيالها. بالهدوء ستشعر بالخسارة، عقلك يتقبل أن بمجرد أخرى. مرة من هنا كثيراً أشكوا

محيطي. في الحالات بعض عن سماع لقدرأسوأ. الأمور ستجعل الأخرى المقامرة أن نوع العقاري. الدهن قرض إن

## الجراهم أو الاحتيال عمليات من حذراً لكن

التي الاماكن إلى أذهب ألا صديق أخبارني السلامة. حيث من جدًا إيجابية تكن لم المتحدة الأوليات في تجربتي الاماكن إلى الذهاب من حذراً أكون وأن الموسقي، الكرنفالات مثل المتحدة، الأوليات في الناس فيها يتجمع هذه تجنب أن إلا أن شطتك، من يحدقد أنه من الرغم على مخيقاً. الأمر يكون أن يمكن صحيحة هذا المدن. في الخطرة الحياة. في الأخرى الجوانب من بالوعدي بالاستمتع لك يسمح الخطرة المواقف من الأنواع

## جي د بشكل جسمك وعامل جديدة بصحبة لكن

غير لسلوكيات نتائجة الوفيات هذه كانت ما غالباً السلطان. بسبب توفوا قد أعرفهم الذين الأشخاص بعض [ ] انتبهوا مثل مقالات كتبوا لقد الأخرى. السنوات في بالصحة وعيًا أكثر أصبح لأن دفعني الأمر هذا صحيحة. اختيار أقدمها التي الأخرى النصائح ومن الخفيفة [ ]. الوجبات من بدلاً الفواكه و [ ] تن أولوا الطعام [ ] نضارة لمدى الرياضية. التمارين من المزيد وممارسة طبيعية الأكثر الأطعمة

## السلامة عن الأطفال وتعليم الأسرة رعاية

تعليم لنا. بالنسبة قصوى أهمية ذات والسلامة الصحة تعترف بذلك، علينا. عميق تأثير الأسرة لرفاهية ذلك، ومع بالآخرين. بسهولة ويتحققون أبriاء الأطفال يكرون ما غالباً فيه. شكلاً أمر الغباء من الحذر الأطفال يقطنون. نكون أن يجب لذا العالم، في إجرامية وأعمال سيئون أشخاص هناكيزال

## النهاية

الذكاء أن من الرغم على من، مفرلاً أمر الموت أن يبدوا والوفيات. الموليد من المزید سنواجعه العمر، في تقدمنا مع نحقق المجدودة حياتنا في أننا من تأكد لذا أطول. لفتره العيش في يسعاننا واللتكنولوجيا الاصطناعي بالكامل. وعشنا ندم بـ حياة عـش أحـلامـنا. بعض نحقق المـستـحـيلـ نـحققـ إـنجـازـاتـ بعضـ