

## ديرتنا حلوة

نحو تحقيق الهدف  
البحرين وجهة سياحية رائدة

روعة اللحظة  
تلك الأماكن التي نعانقها  
في ربيع البحرين

سوق المزارعين البحرينيين  
ملتقى الماء والخضرة  
والوجه الحسن

طلبة الجامعات في البحرين

تجربة الكورونا علمتنا  
وأضافت لقدراتنا

زينب دشتي  
أطفال الجيل الحالي  
لديهم القابلية لاستخدام  
التكنولوجيا أكثر من  
السابق

## برير جاسم

نجاح "GAC Motor" يعكس  
الموقع الصحيح للأداء المثالي  
وجودة السيارات العالية



# البلاد أضواء

ملحق اجتماعي شهري

## ديرتنا حلوة... "لبسوها عقد اللولو"

أيما تجولت بك الذكريات الجميلة في بقاع البحرين ستجد في وجدانك باقة من الأحاسيس والمشاعر، التراب والهواء والشواطئ والسواحل والنخيل والبساتين والأماكن، والناس في هذه البلاد يربطهم وصال العشق، الذي يترعب في القلوب لوطن الحب، الذي لا يساوم بأجمل بلدان العالم طبيعة وأكثرها ثراءً وأوسعها جغرافياً... هنا، في البحرين، تجتمع ثلاثية التاريخ والحضارة والناس، لتصيغ ذلك العقد الثمين، وكما تغني الفنان أحمد الجميري "لبسوها عقد اللولو لبسوها.. وجيبوا النشل لحمم وزفوها"، فهي الجميلة الزاهية في قبيضا وحرها وشتائها وبردها... ديرتنا حلوة!

في "أضواء البلاد" الذي بين أيديكم، نسعى لنزيح عن القلوب والنفوس أجواء جائحة فيروس كورونا، ونعيش أجواء تبعث في الروح السرور، بالطبع، سنبقى نحيا بإجلال جهود المملكة وأجهزتها ومؤسساتها وفرقها ولجانها الوطنية وأبطال الصفوف الأولى والمتطوعين والعمل الدؤوب والصبر والتفاني من أجل سلامة الوطن والمواطنين، ونعيد تأكيد الالتزام بمسؤولية تطبيق كل الإرشادات والتوجيهات وبرامج العمل والتكاتف؛ من أجل أن يعبر الجميع مسار هذه الجائحة إلى بر الأمان بعون الله وتوفيقه، إنما أردنا من خلال ملحق "ديرتنا حلوة" أن نبصر جوانب كثيرة رائعة احتوتها الظروف وأبعدتها عنا وأبعدتنا عنها، وسيجد القارئ الكريم لذة خاصة ومذاقا بنكهة القهوة العربية والحلوى البحرينية، وكرم ضيافة أهل البحرين وحلاوة تفاصيل كثيرة هنا وهناك.. في سياحتها وأسواقها وأحيائها الشعبية ومواقعها التاريخية والأثرية وسماوات البيت البحريني ومجتمع الناس في سيمفونية لطيفة النغم.

صفحة "كورونا" ستطوى، وستعود - بعون الله - الحياة إلى طبيعتها، لهذا سنأخذكم إلى مساحات متنوعة تزواج بين المشروعات السياحية الجديدة والأماكن التي قضينا فيها - وسنقضي في المستقبل الجميل - الأيام الحلوة، وسنتعرف من خلال التقارير واللقاءات على الفرص والخيارات والأفكار في بلد صغير يتمتع بدفء المشاعر وجمال الروح.. ديرتنا حلوة.. هكذا نراها.. وهكذا حبها الله سبحانه وتعالى بحبة في قلوب كل من تنفس هواها.. من كل الشعوب التي حل أبنائها يوماً ما ضيوفاً على مملكة البحرين.

"أضواء البلاد"

### فريق العمل

مديرة الملحق

دليلة سامي أرناؤوط

تحرير وتدقيق

كميل عبدالجليل

إعداد:

سعيد محمد، كوثر جاسم

الإخراج الفني

كوثر جاسم

تصوير:

رسول الحجيري، خليل إبراهيم

مسؤولة المبيعات

زينب سوار

استشارية تسويق

وفاء غلوم

تابعونا على الموقع الإلكتروني:

www.albiladpress.com

صادر عن دار البلاد للصحافة والنشر والتوزيع إدارة المبيعات والتسويق:

مدير إدارة المبيعات والتسويق جاسم مشكور

للتواصل معنا:

البريد الإلكتروني: adwaa@albiladpress.com

هاتف: 17111503 - 36531616 - 36060113

رقم التسجيل: ISSN 1985-8566

العنوان: مجمع 720، طريق: 24، مبنى 336،

الطابق الرابع، مدينة زايد. ص. ب: 385

المنامة - مملكة البحرين، س. ت: 67133

# مهما كانت سيارتك... إستبدلها اليوم نعطيك افضل سعر لسيارتك المستعمله



إبتداءً من

د.ب 7,665  
د.ب 7,350

إبتداءً من

د.ب 10,815  
د.ب 10,299

إبتداءً من

د.ب 6,930  
د.ب 5,599

صيانة لمدة 3 سنوات

مانع للصدأ

التأمين لمدة سنة

عازل حراري

التسجيل لمدة سنة

ضمان لمدة 7 سنوات

تطبيق الشبوط والأحكام



1773 4040 HAVALBH

WWW.HAVAL.BH

HAVAL

The Passion To Innovate



44 | • باب البحرين..  
أجمل ملامح الحياة الشعبية



38 | • تجديد وجبل جليد وفقاعات... والبحر أمان



48 | • رحلة ممتعة من دون أن تدفع  
الكثير من المال



56 | • هاجر خيرالله:  
في بيتي مدرسة! كيف  
نواجه التحدي؟



54 | • زينب دشتي:  
أطفال الجيل الحالي لديهم القابلية  
لاستخدام التكنولوجيا أكثر من السابق

66 | • "سنتر بوينت"  
وجهتكم الشاملة لجميع مستلزمات العودة إلى  
المدارس

60 | • طلبة الجامعات في البحرين:  
تجربة الكورونا علمتنا وأضافت لقدراتنا

6 | • برير جاسم:  
نجاح GAC Motor يعكس الموقع  
الصحيح للأداء المثالي وجودة السيارات  
العالية

12 | • التسهيلات للسيارات  
تطلق رسميًا GS5 وGN6 الجديدتين  
كليتا



16 | • نحو تحقيق الهدف:  
البحرين وجهة سياحية رائدة

20 | • روعة اللحظة... تلك الأماكن  
التي نعانقها في ربوع البحرين

28 | • سوق المزارعين البحرينيين...  
ملتقى الماء والخضرة والوجه الحسن



34 | • بريق اللؤلؤ الساحر... في  
أكبر حديقة غوص





استثنائي وتقنيات حديثة متطورة واقتصادية في استهلاك الوقود. إن هذا الإنجاز الذي حققناه بحصولنا على جائزة أفضل موزع لهذه العلامة لم يأت من فراغ، بل هو جهود فريق عمل متقارن نتج عنه حصولنا على هذا الإنجاز لخمس سنوات متتالية.

نحن أمام تحدٍ جديد يوميًا، فالمنافسة في قطاع تجارة السيارات محتدمة لاسيما في ظل جائحة كورونا وتأثيرها على سوق السيارات على المستوى الإقليمي والدولي، نحن وبكل فخر لا نضع أنفسنا في مصاف العلامات التجارية الصينية بل نحن نقدم محركات تمتاز بجودتها العالية وأدائها المتميز الذي يضاهي أفضل وأرقى العلامات التجارية الكورية واليابانية.

أما بالنسبة إلى GAC Motor كعلامة تجارية مميزة فهي تستخدم قطاعا أصليا في تصنيع مختلف مركباتها من مزودين عالميين وبجودة عالية، وتشمل برامج الثبات الإلكتروني وأنظمة إدارة المحرك من شركة بوش الألمانية، والكوابح الأمامية من شركة كونتيننتال الألمانية، والدعاميات الأمامية والخلفية من شركة فيستيون الأميركية، وناقل الحركة الأوتوماتيكي ذا السرعات المتعددة من شركة ايسين اليابانية، والذي يوفر 5 أنماط للقيادة مع اختبار التحمل المتركم لأكثر من 10 ملايين كيلومتر بكفاءة عالية وأقل استهلاك للوقود؛ ليكون الأفضل على مستوى العالم، وتكييف الهواء من شركة دينسو اليابانية، وأحزمة الأمان والوسائد الهوائية والكوابح الخلفية ومنظومات القوة الهيدروليكية من شركة تي آر دبليو الأميركية، وجميعهم من الشركات ذات السمعة المرموقة في عالم تصنيع السيارات.

سنبدأ حديثنا عن إنجاز مهم ألا وهو تحقيق الشركة لقب "الموزع الذهبي في منطقة الخليج العربي والشرق الأوسط للعام 2019"، كيف تمكنت من تحقيق هذه اللقب على مدى خمس سنوات متتالية، وما التحديات التي تواجهكم لاسيما في ظروف اقتصادية وتحولات صعبة تحت ظل جائحة كورونا؟

وقع الاختيار من قبل شركة التسهيلات للسيارات على GAC Motor نظراً إلى العديد من العوامل التي ميزتها بين عشرات العلامات التجارية للسيارات في جمهورية الصين الشعبية، حيث تعد سيارات GAC Motor إحدى أقوى شركات تصنيع السيارات على مستوى العالم والأكثر نمواً من حيث المبيعات والطلب المتزايد على منتجاتها، وقد حققت العديد من الجوائز الدولية، ونالت ثقة العملاء، بفضل التقنية العالية المستخدمة في تصنيع محركاتها، ومطابقتها للمواصفات العالمية، إضافة إلى فوزها أيضا بلقب "الابتكار للمستقبل"، الذي منحها إياه مجلة "ياهو فايننس" في المعرض الدولي للسيارات في أميركا الشمالية؛ نظراً للمعايير الجديدة التي وضعتها لصناعة السيارات، والتي تراعي عوامل الجودة والسلامة والتكنولوجيا والتطوير المستمر باعتبارها أهم عوامل في صناعة السيارات، والثقة المرتبطة بجميع الجوانب.

إن هذا النجاح في الوصول إلى هذا الرقم من المبيعات من قبلنا في شركة التسهيلات للسيارات يعكس الموقع الصحيح للأداء المثالي وجودة السيارات العالية التي تطرحها الشركة وإقبال الزبائن عليها، ونحن ملتزمون بتوفير مركبات عصرية راقية متقدمة من الناحية التقنية لتوفر لعملائنا الفخامة بأسعار تنافسية ليتسنى لهم الاستمتاع بأداء قيادة

# برير جاسم

نجاح GAC Motor يعكس الموقع الصحيح للأداء المثالي وجودة السيارات العالية

في حوار خاص لـ "أضواء البلاد"، كشف المدير العام لشركة التسهيلات للسيارات برير جاسم عن أن لقب "الموزع الذهبي في منطقة الخليج العربي والشرق الأوسط للعام 2019" الذي حصلت عليه Gac Motor لخمس سنوات متتالية لم يأت من فراغ؛ بل نتيجة لجهود فريق عمل متقن. وأكد جاسم أن الشركة أمام تحدٍ جديد في قطاع تجارة السيارات لاسيما في ظل جائحة كورونا. إليكم نص اللقاء:



هل هناك إرتفاع في الطلب على السيارات الصينية منذ العام الماضي 2019 وحتى العام 2020؟

نعم وبكل تأكيد، الطلب على السيارات الصينية في تزايد من عام إلى عام آخر، في العام 2015 كان عدد السيارات الصينية مبيعاً في مملكة البحرين لا يتجاوز 8.1 % من الحصة السوقية محتلة المركز الخامس في ترتيب السيارات المباعة. اليوم نحن في العام 2020 ومنذ يناير 2020 إلى نهاية شهر يونيو تبلغ الحصة السوقية للسيارات الصينية ما يعادل 16 % من الحصة السوقية في مملكة البحرين وفي المركز الثالث بفارق ضئيل عن السيارات الكورية التي تحتل المركز الثاني، والسيارات اليابانية في المركز الأول حسب الإحصاءات المقدمة من الإدارة العامة للمرور، وهذا ما يثبت جودة السيارات الصينية والقرار الحكيم من قبل مجلس إدارة شركة البحرين للتسهيلات التجارية باستزراع بذرة الاستثمار في هذه العلامة التجارية المميزة، والإقبال المميز من العملاء لهو خير دليل على ذلك، فنحن من أعلى العلامات التجارية في مملكة البحرين حصولاً على التميز في نسب رضا وخدمة العملاء بنسبة تصل إلى 98 %.

هل لك أن تطلعنا على أبرز ميزات الأمن والسلامة المتوافرة في هذه العلامة التجارية؟

تتضمن تجهيزات السلامة الرائدة في GAC Motor، الاستخدام المكثف للفولاذ المقوى في مختلف أنحاء الهيكل، فضلاً عن الوسائد الهوائية المتنوعة، وأحزمة الأمان ثلاثية نقاط التثبيت المزودة بخواص الشد المسبق أو الارتخاء التدريجي، لمنع تضرر العنق والصدر، وغيرها من أنماط الحماية الساكنة التي لا تتوافر في معظم منافسيها في السوق المحلية، ومما لا يعلمه الجميع أن شركة GAC Group هي شركة تابعة للحكومة الصينية ومملوكة بالكامل لها، وأن جمهورية الصين الشعبية تدعم هذه العلامة لوضعها في مصاف العلامات التجارية الرائدة عالمياً فهي أيضاً تصنع العديد من العلامات التجارية الأخرى في الصين مثل هوندا، تويوتا، جيب وغيرها.

وتشمل تجهيزات السلامة النشطة، أنظمة التحذير من الاصطدامات الأمامية على مختلف السرعات التي توفر كبحاً أوتوماتيكياً، وفقاً لسيناريوات معينة يتم إبطاء السرعة أو إيقاف السيارة تماماً إلى جانب مثبتت السرعة المتأقلم، الذي يحافظ على هامش مسافة بينها وبين السيارات الأخرى ونظام التحذير من تخطي المسار. كما أن هذه السيارة حصلت على خمس نجوم في إختبارات الأمن والسلامة C-NCAP.

في السوق البحرينية هنالك ما يربو على 13 علامة صينية، وبعض العلامات دخلت السوق ولم تستطع المنافسة، نحن وبكل فخر أفضلها وأكثرها تميزاً في جميع الجوانب، إذ تتوافر جميع طرازات GAC Motor بشكل مميز وليس تقليداً على إحدى العلامات التجارية الأخرى، بمختلف أنواعها بأسعار تنافسية تضاهي جودة تصنيعها، ما يؤهلها لمنافسة العديد من العلامات التجارية في العالم، ونحن نسعى من خلال ذلك للوصول إلى أعلى مستويات الخدمة والرضا من قبل العملاء آخذين بعين الاعتبار العديد من المحاور الأساسية منها الثقة، الالتزام والاهتمام، وهو الأمر الذي يصب في منح العميل مستوى عالٍ من الإخلاص في الخدمة يوازي مستوى التفاني بين منتسبي الشركة. إضافة لذلك فإننا نقدم لعملائنا حزمة من خدماتنا الشاملة، إذ يتسنى لهم اقتناء طرازاتنا بأفضل الأسعار، ونحن ملتزمون بتعزيز مجموعة الطرازات والمحركات التي نقدمها، والتي تُمكننا من تلبية متطلبات عملائنا المميزين على نحو أوسع. إن النجاحات التي نحققها دليل على تميز استراتيجيتنا التي تتمحور في حصد رضا العملاء وتوفير الخيارات المتعددة لهم بما يتماشى مع احتياجاتهم.

يركز المسؤولون في الشركة على أهمية توفير الخيارات في سوق السيارات بجودة تنافسية، وربما يعتمد ذلك بالأساس على مؤشر المبيعات، هل لديكم نظام تقييم واضح للسوق يرصد مدى رضا الزبون؟ وما آلية العمل لديكم لرصد السلبيات والإيجابيات بشأن مستوى السيارات الصينية؟

منذ أن استشرّف أعضاء مجلس الإدارة قرارهم بوضع بذرة الاستثمار في السيارات الصينية ونحن نعلم أننا أمام تحدٍ صعب في إثبات جودة ومثانة المنتج، وفي الواقع واجهنا الرفض من قبل الزبائن ولكن هنالك شريحة كبيرة من قبل الزبائن آمنت بجودة المنتج وأصبحنا وبكل فخر مضرب الأمثلة في إثبات جودة السيارات الصينية، حتى أن بعض المنافسين أصبحوا يستشهدون بجودة ومثانة سيارتنا والأرقام التي حققتها خلال الأعوام المنصرمة ما ساعد على ارتفاع معدل مبيعات السيارات الصينية؛ لتصل إلى المرتبة الثالثة مبيعاً في السوق المحلية، وذلك بعد العلامات التجارية الأولى عالمياً وبفارق ضئيل جداً عن العلامات التجارية الكورية.



### ماذا عن البحث والتطوير في شركة GAC Motor؟

تعكف دائرة البحث والتطوير في شركة GAC Motor على استخدام أحدث وأفضل أنواع التكنولوجيا العصرية في سبيل توسيع نطاق التطوير في ظل المنافسة المحمومة بين شركات السيارات، إذ تستثمر الشركة على نحو مستمر في البحث والتطوير لتصميم وابتكار سيارات رائدة في مجال التكنولوجيا والتميز في الأداء والسلامة نخبية مختارة من الخبراء والباحثين؛ ليكونوا بمنزلة الذراع الفنية المساندة للقائمين على هذه الشركة من ذوي الخبرة في العديد من العلامات التجارية العالمية الرائدة مثل بورشه ومرسيدس وبي ام دبليو؛ لتلبي شغف احتياجات الزبائن على مختلف تطلعاتهم.

بالنسبة إلى السيارات الكهربائية أو "الهجينة"، هل ستطرح الشركة مثل هذا النوع من السيارات في البحرين، ومتى؟

السيارات الهجينة تتوافر في مملكة البحرين منذ 3 أعوام، أما بالنسبة للسيارات الكهربائية بالكامل فنحن وبكل فخر من أول وكالة للسيارات في مملكة البحرين أعلنت عن وصول أول سيارة كهربائية بالكامل تعتمد اعتماداً كلياً على الكهرباء وهي "GE3"، ومن هنا أدعو جميع الجمهور الكريم لتجربتها والاطلاع عن قرب عليها عن طريق زيارة صالة العرض. وعلى صعيد متصل أعلنت شركة GAC Motor عن طرحها عديداً من السيارات ذاتية القيادة والسيارات الهجينة التي تعمل بالكهرباء والطاقة الشمسية تعمل بالكهرباء، إذ كشفت النقاب عن هذه مجموعة من هذه السيارات حديثاً خلال مشاركتها في المعارض التي أقيمت أخيراً في الصين واليابان والولايات المتحدة الأمريكية، أما عن طرح هذا النوع من السيارات في سوق البحرين فهو رهن التحديات العديدة التي ينبغي التغلب عليها كي تتمكن السيارة من منافسة خيارات الطاقة التقليدية استغرقت وقتاً للظهور إلى جانب مدى تقبل الزبائن لهذا النوع من المركبات والذي يستغرق وقتاً لقبولها في السوق المحلية.

لقد أقمتم العديد من فعاليات الشراكة المجتمعية ومنها المهرجان العائلي والسحب السنوي الكبير على 12 سيارة أخيراً، هل لك أن تطلعنا على تجربتكم مع هذا النوع من الشراكة مع مختلف فئات المجتمع؟

مهرجان GAC Motor العائلي هو جزء من شراكتنا المجتمعية التي نسعى لها في شركة "التسهيلات للسيارات"، ويتم عن طريقها احتضان أفراد الأسرة لخلق فرص عديدة للترفيه، وذلك من خلال المساهمة في تعزيز الترابط والتماسك في جو من الدفء الأسري يعكس تفاعل الأطفال وتجوابهم مع مختلف الأنشطة التي تقدمها الشركة في إطار منهجي ومعرفي يتناغم مع استراتيجيتها في بناء علامة GAC Motor الرائدة في مملكة البحرين، ونحن في شركة التسهيلات للسيارات نحرص كل الحرص على المشاركة في مختلف أنشطة وفعاليات المجتمع، أما بالنسبة للسحب الكبير فهو، وكما أعرب عنه الرئيس التنفيذي لشركة البحرين للتسهيلات التجارية الدكتور عادل حبيب، عادتنا السنوية لنجتمع مع عملائنا الكرام من حاملي بطاقة امتياز الانتمائية وتكريمهم.

ونحن بصدد وضع العديد من الخطط الإستراتيجية المميزة للوصول لجميع فئات المجتمع وقمنا بالفعل بوضع الخطط لمشاركتهم بمختلف الفعاليات، ولكن جانحة كورونا منعنا من القيام بالعديد من التجارب والفعاليات.

وعلى رأسها الرئيس التنفيذي الدكتور عادل حبيب، ثانياً طاقم العمل البحريني بالكامل، ونحن نفخر بأننا أعلى الشركات في بحرنة الوظائف بنسبة تصل إلى 96% من طاقم العمل، ثالثاً: العلاقات المثمرة مع موزعي التجزئة Sub-Dealers المنتشرين في مختلف أنحاء المملكة وأخيراً عملائنا الكرام الذين يمثلون الشريان الرئيس لهذه الشركة.

هل لك أن تحدثنا عن فريق العمل الذي يقف خلف هذه الحقيقة من النجاحات المتواصلة؟

من لم يشكر المخلوق لم يشكر الخالق، نحن في شركة التسهيلات للسيارات نتميز كل التميز عن باقي شركات السيارات في مملكة البحرين، أولاً دعم مجلس الإدارة والإدارة التنفيذية لشركة البحرين للتسهيلات التجارية



## التسهيلات للسيارات تطلق رسمياً "GS5" و "GN6" الجديدين كلياً

بحضور أعضاء الهيئة التنفيذية وإدارة الشركة، أطلقت "التسهيلات للسيارات"، الوكيل والموزع الحصري لعلامة GAC MOTOR الرائدة في مملكة البحرين، أحدث طرازاتها من سيارتي GS5 و GN6 الجديدين كلياً، في إطار حرصها المتواصل على تعزيز حضورها في مملكة البحرين، وتلبية متطلبات عشاق القيادة الراغبين في الحصول على أحدث التقنيات بأفضل الأسعار.

وفي هذا السياق صرح المدير العام لشركة التسهيلات للسيارات السيد برير جاسم: تواصل GAC MOTOR التحرك بخطى ثابتة نحو إثبات نفسها في سوق السيارات العالمية، إذ إنها الأكثر نمواً، وتأتي في المرتبة الأولى بين السيارات الصينية بالنسبة لثقة العملاء ورضاهم بمواصفاتها التقنية العالية المبتكرة التي تتمتع بها، التي تم تطويرها وفق الأداء الأوروبي المتطور.

وواصلت الشركة التميز بإطلاق المركبات الجديدة، ما يؤكد حرصها على مواكبة التطورات في عالم القيادة، ومنح أصحاب سياراتها أحدث التقنيات العالمية بأفضل جودة، إذ عكفت "جي أيه سي موتور" منذ تأسيسها على تطوير علامتها التجارية باتباع أعلى معايير الجودة العالمية، بالإضافة إلى اهتمامها العالي بتصميم سياراتها والمواصفات التكنولوجية الحديثة التي تستخدمها. لذا حظيت سياراتها بإقبال كبير من قبل عملائنا الكرام، وهو الأمر الذي نتوقع أن تعززه سيارتا GS5 و GN6 الجديدتان كلياً واللذان تضمان جميع المزايا التي تجعل منها الاختيار الأنسب لكل من يبحث عن سيارة مثالية في فئة الكروس أوفر متوسطة الحجم والسيارات العائلية متوسطة الحجم.





تستخدم GAC MOTOR مكونات أصلية مختلفة لسياراتها من مزودين عالميين وبجودة عالية، وتشمل برامج الثبات الإلكتروني وأنظمة إدارة المحرك من شركة بوش الألمانية، والكوابح الأمامية من شركة كونتنتال الألمانية، والدعاميات الأمامية والخلفية من شركة فيستيون الأمريكية، وناقل الحركة ذا السرعات المتعددة (6 سرعات) من شركة ايسين اليابانية، والذي يوفر 5 أنماط للقيادة مع اختبار التحمل المتركم لأكثر من 10 ملايين كيلومتر بكفاءة عالية وأقل استهلاك للوقود، ليكون الأفضل على مستوى العالم، وتكيف الهواء من شركة دينسو اليابانية، وأحزمة الأمان والوسائد الهوائية والكوابح الخلفية ومنظومات القوة الهيدروليكية من شركة تي آر دبليو الأمريكية.



ونحن نفخر بخيرتنا الواسعة تحت مظلة شركة البحرين للتسهيلات التجارية الشركة البحرينية الرائدة محلياً، التي تعمل وفق استراتيجية مدروسة ونظرة ثاقبة تلبى احتياجات عملائنا بمختلف تطلعاتهم، ونحن قادرون على تحقيق توافق مثالي بين السعر والراحة والتصميم والاعتمادية، وأنا شخصياً أدعو الجميع لزيارة معارضنا وتجربة قيادة هذه السيارات الجديدة التي صممت من أجلكم.



وتتميز السيارتان بتصميم عصري جذاب، يعكس اللغة التصميمية الجديدة لشركة جي آيه سي موتور، بالإضافة إلى توافر حزمة من المواصفات التكنولوجية العالية ووسائل الراحة والسلامة، ما يؤكد حرص الشركة على كل ما تقدمه لعملائها.

وتقدم GAC MOTOR سيارتيها الجديدتين كلياً مزودتين بمحرك سعة 1.5 مع شاحن تيربوني وبقوة 166 حصانا وعزم دوران 265 نيوتن/ متر، وناقل حركة أوتوماتيكي بـ 6 سرعات يتميز بالسلاسة وسرعة الاستجابة.

هذا مع باقات شاملة من عناصر السلامة المتطورة مثل نظام الفرامل المانع للانغلاق (ABS)، ونظام منع تسارع المركبة على المنحدرات (HDC) ونظام المكابح الأوتوماتيكية، إضافة إلى 4 كاميرات لرؤية بانورامية وإنذار منع السرقة مع خاصية تعطيل المحرك.



# الصورة السياحية للمملكة... ما بعد "كورونا" نحو تحقيق الهدف: البحرين وجهة سياحية رائدة



## الزياني: المشروعات التطويرية موضع اهتمام رغم التحديات

أنشطة الرياضات المائية وزيادة عدد مناطق الجذب السياحي في مملكة البحرين.

ومن هذا المنطلق، بدأ واضحًا الاهتمام الحكومي بصناعة السياحة والمعارض والارتقاء بها لتعزيز ازدهار مكانة البحرين الاقتصادية على المستويين الإقليمي والدولي، في إطار الرؤية الاقتصادية لمملكة البحرين 2030، فيما حظي القطاع السياحي خلال جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19) بدعم كبير من جانب الدولة، ولتمضي الهيئة في ضمان استمرارية المشروعات التطويرية الجديدة المعنية بتعزيز مكانة البحرين كوجهة سياحية رائدة تحتضن أيضًا صناعة المعارض والمؤتمرات بين دول المنطقة على الرغم من التحديات.

ومن بين أهم مرنيات الاجتماع، قراءة الخطوات المستقبلية لجذب مزيد من السياحة الوافدة من خلال المكاتب التمثيلية التابعة للهيئة في فترة ما بعد فيروس كورونا المستجد، والفعاليات التي تنظمها الهيئة على مدار العام ضمن روزنامتها السنوية.

تأسيسًا على ما تقدم، فإن قطاع السياحة، يمثل أحد القطاعات الاقتصادية المهمة من حيث مساهمته في الناتج المحلي الإجمالي وزيادة معدلات التوظيف فضلًا عن مساهمته المباشرة في تحقيق أهداف التنمية المستدامة، إذ تُقدر مساهمة السياحة في الناتج المحلي الإجمالي للمملكة بحوالي 6.8 %، وتخطط المملكة لزيادة نسبة المساهمة هذه لقطاع السياحة في غضون السنوات المقبلة.

ويدخل القطاع السياحي بوصفه ركنا رئيسا في رؤية البحرين الاقتصادية 2030، وتدعم الدولة الخطط الرامية لتحويل البحرين لوجهة سياحية رائدة، ويؤكد ذلك الاجتماع الذي عقد في 25 يوليو 2020 برئاسة وزير الصناعة والتجارة والسياحة رئيس مجلس إدارة هيئة البحرين للسياحة والمعارض زايد الزياني، إذ تكمن أهميته في متابعة سير خطوات العمل المتعلقة بالاستراتيجية الساعية إلى استقطاب أكبر عدد من الزوار، والمتضمنة تنفيذ مجموعة من المشروعات التطويرية التي ستسهم في تعزيز مكانة البحرين، منها تطوير الشواطئ ومشروع مركز المعارض والمؤتمرات الجديد بالصخير، إلى جانب مشروع إنشاء متنزه بحري تحت الماء، الأمر الذي سيسهم في زيادة السياحة الترفيهية وتطوير

وفق الأرقام المتوافرة بشأن نشاط القطاع السياحي في مملكة البحرين، والحديث هنا بالطبع قبل فبراير 2020، أي قبل جائحة كورونا (كوفيد 19)، فإن هناك مؤشرات بيانية رصدتها هيئة البحرين للسياحة والمعارض، وهي هيئة منضوية تحت وزارة الصناعة والتجارة والسياحة، فإن الإنفاق السياحي شهد نموًا بنسبة 9.8 %، فعلى سبيل المثال، وطبقًا للأرقام المعلنة عن الأعوام 2016 – 2018 فهناك زيادة في نسبة السياح بلغت 12 %، فيما وصل الإنفاق السياحي إلى قرابة 6.1 مليار دينار.



هل يمكن أن يتطور القطاع السياحي دون مشروعات حيوية رئيسة لتهيئة الفرص الاستثمارية؟ الجواب هنا يذهب بنا نحو مشروع توسعة مطار البحرين الدولي، الذي وصفه ولي العهد نائب القائد الأعلى النائب الأول لرئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة في إحدى زيارته للمشروع بأنه من المشروعات التنموية الكبرى التي يتم العمل على تنفيذها، وستواصل تعزيز موقع المملكة الريادي في العديد من القطاعات الحيوية، التي ستزيد من تنافسية البحرين لمواصلة استقطاب مزيد من الاستثمارات وخلق مزيد من الفرص النوعية للمواطنين.



ولاشك في أن تحديث وتطوير المشروعات سيرفد البنية التحتية للمملكة بما يتناسب مع المعايير العالمية، لافتاً سمو ولي العهد إلى أن الانتهاء من مشروع توسعة مطار البحرين الدولي الذي يتم تنفيذه من خلال كوارر وطنية مؤهلة سيعزز من دور القطاع اللوجستي، الذي يعد أحد القطاعات الاقتصادية ذات الأولوية، التي تهدف إلى تحفيز دور القطاع الخاص ليصبح محركاً رئيساً للنمو، ويجعل من البحرين مركزاً إقليمياً للخدمات اللوجستية بما يسهم في مواصلة تحقيق أهداف المسيرة التنموية الشاملة لعاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة.

#### 14 مليون مسافر سنوياً

وفي هذا الجانب، يضع المدير التنفيذي لتطوير الأعمال - إدارة الترفيه والسياحة بمجلس التنمية الاقتصادية جيراد باكر مؤشرات وبيانات مهمة بشأن مشروع توسعة مطار البحرين الدولي، إذ إن مملكة البحرين تستقطب شهرياً نحو مليون زائر، ويعتبر مشروع توسعة المطار من أهم المشروعات وكلفته مليار دولار وقدرته الاستيعابية 14 مليون مسافر سنوياً.

كل ذلك من المؤكد سيعطي دفعة لحركة النمو السياحي، علاوة على أن مجلس التنمية الاقتصادية تطوير قطاع السياحة والترفيه من خلال الترويج للاستثمارات في 4 من القطاعات الفرعية لتشمل البنية التحتية السياحية بما فيها التطوير العقاري، وتطوير قطاع الفنادق والمطاعم، وتطوير قطاع التجزئة والأسواق، إضافة إلى زيادة الأنشطة السياحية والفعاليات الترفيهية، اعتماداً على إبراز المزايا التنافسية والفرص الاستثمارية لهذه القطاعات الحيوية للمستثمرين في الداخل والخارج.



متمثلة في تطوير المنافذ، وزيادة خيارات الإقامة، وإقامة الفعاليات لجذب السياح، والترويج للبحرين كوجهة سياحية.

في ذات المسار، هناك خطة واضحة لدى هيئة البحرين للسياحة والمعارض لتعزيز القطاع السياحي، الأمر الذي ينبع من مساعي الهيئة الدؤوبة لتحقيق توجهات القيادة الرشيدة، وروية حكومة مملكة البحرين لتنويع مصادر الدخل من خلال تسليط الضوء على القطاعات غير النفطية، كالسياحة، لتصبح أحد الروافد الأساسية التي تساهم في دعم الاقتصاد الوطني، ما يساهم في تعزيز مكانة المملكة كوجهة سياحية رائدة على الصعيدين الإقليمي والدولي.

وفي اتجاه آخر، فإن تعزيز النشاط السياحي والارتقاء به ليشكل قيمة مضافة للاقتصاد البحريني كان موضع اهتمام القيادة الرشيدة، يواكبه سعي من الحكومة لتدشين مزيد من المشروعات التي تعزز الركائز القوية لصناعة سياحية متنوعة المصادر، وبذلك تسير مملكة البحرين بخطى واثقة نحو نهضة سياحية تستهدف مختلف المجالات الاقتصادية والثقافية والرياضية والتراثية لتكون رافداً من روافد تنويع مصادر الدخل وتوفير فرص العمل للمواطنين، وقد تبنت الحكومة بالفعل استراتيجية وطنية شاملة للسياحة لتطوير هذا القطاع لما له من أهمية كمورد متجدد يحقق الاستثمار فيه فرقاً ملموساً في الناتج المحلي وتنويع مصادر الدخل، إذ ارتكزت هذه الاستراتيجية على 4 محاور ومؤشرات قياس محددة



## النائب الامستاني

بحريننا الجميلة هي  
في الأساس تاريخ  
وحضارة

تأخذني سواحل البحرين وناسها وسفنها القديمة والقوارب والتقاء الناس وكذلك المزارع الجميلة في المحافظة الشمالية خصوصاً، إلى متعة الذكريات، لاسيما في فصلي الربيع والشتاء إذا ما تحدثنا عن المزارع، حيث تكون خضراء وجميلة وجوها خلاب، فعلى سبيل المثال، في شهري نوفمبر وديسمبر، يتردد الناس، وأنا منهم، على متحف البحرين، لكن الحقيقة، أن التراث الحي ومواقع التاريخ والأثاء كقلعتي البحرين وعراد والحنيبية ومنحدراتها من قلعة الفاتح وكذلك شجرة الحياة.. هذه المناظر والمشاهد التي أحبها شخصياً وأفتقد لها، لكن ستكون بلادنا البحرين بخير وسنعيش بفضل الله الخير كله.



## روعة اللحظة... تلك الأماكن التي نعانقها في ربوع البحرين

غرس شاعر البحرين المرحوم الشيخ أحمد بن محمد آل خليفة في قلوب البحرينيين - ممن حفظوا في مناهج الدراسة أبياته الشهيرة - غرس فيهم حباً على حب عميق في أصلته للبحرين الغالية...



أنت السحر أم أنت الجمال  
لقد تهنا بحسبك يا "أوال"  
صفاً قد صفت منه الليالي  
وسحر لم يصوره الخيال  
جنان بالأمانتي زاهرات  
تضاحك في مرآتها الجمال  
وشطآن تراءى من بعيد  
على أمواجها السحر الحلال  
تعانقت النخيل على ثراها  
فغارت من تعانقها الجبال

نشاق إلى أماكن نعانقها في ربوع البحرين، وتصنع فينا روعة اللحظة، حتى في حضورها كذكرى، وربما في هذه الأسطر مع ضيوف "أضواء البلاد" ستكون المشاعر جلية...



## منصور الجداوي

### "صنقيمة" يفتقد المسرح

"نتنظر أمر الله، والله يجير البحرين وأهلها من هذا الوباء ويكون في عون كل من تضرر سواء من مرض أو تجارة أو في أموره الحياتية ومعيشته، والحمد لله رب هذا ما نقوله على كل حال، والله يحمي البحرين وأهلها، وهذه الغمة بتكاتفنا بنعديها"... بهذه الفقرة بدأ الفنان منصور الجداوي المحبوب بلقبه الشهير (صنقيمة)، ولأن الناس في مملكة البحرين وفي منطقة الخليج العربي خصوصاً أحببت "صنقيمة" كونه ممثلاً كوميدياً مبدعاً، وله حضور اجتماعي عبر وسائل التواصل الاجتماعي بأرائه الجريئة وملاحظاته وموضوعاته التي تستحوذ على قلوب الكثيرين، فإنه بالتأكيد يحب أن يكون قريباً من الناس، إلا أن الالتزام والمسؤولية الوطنية هي الفيصل في هذه المرحلة. وفي الواقع، يقول "صنقيمة": تعلم كما يعلم كل الأحبة أن المسرح هو "ميداني" بحكم أنه عملي وهو الذي يجمعني بمن أحب، وبالطبع، يسعدني أن أكون مع من أحب في لقاءاتنا الاجتماعية الطيبة في المقاهي وتلك اللحظات الجميلة أيضاً التي نصطحب فيها من نحسب لنقضي وقتاً طيباً جميلاً في قاعات السينما".



## خليل الرميثي

### أشتاق إلى الملاعب والجماهير والأهازيج

أحب الفنان خليل الرميثي كثيراً زيارة كل مناطق البحرين بقراها ومدنها ومنتزهاتها وشواطئها قبل "كورونا"، لكن كيف الحال بعدها؟ يقول الرميثي "نزور بالطبع الأماكن التي من الممكن زيارتها مع الأخذ بالاعتبار الإجراءات الاحترازية للوقاية، إلا أنني لو سألتني أين المكان الذي تود الذهاب إليه، وسنذهب إليه قريباً إن شاء الله، هو حضور اللقاءات الرياضية كالمباريات في كل الألعاب: كرة القدم، السلة، الطائرة واليد، وكنت أحضر في الملاعب للتشجيع والمشاركة في الشيلات الجماهيرية، والرياضة والله الحمد عادت بشكل طبيعي، وفي المرحلة المقبلة مع انخفاض أعداد المصابين، ستعود الجماهير إلى الملاعب والآن نتابع ويتابعون عبر شاشات التلفزيون، ومع الوقت سنعود إلى الملاعب ونستمتع بالشيلات والأهازيج سواء في القاعات المغلقة أو ملاعب كرة القدم".





**ياسر ناصر**

## جلجامش يسكن حنايا القلاع التاريخية

"دعني أقول إنني مباشرة سأخذك إلى المواقع الأثرية والتاريخية". هنا يتحدث المخرج ياسر ناصر المعروف بـ"ياسر جلجامش" كونه مؤسس مسرح جلجامش، الذي لديه ارتباط كبير جدًا بالأماكن الأثرية وتحديداً القلاع: أقمت في قلعتي البحرين وعراد أعمالاً مسرحية، ونظمت حفل افتتاح مسرح قلعة البحرين إخراجاً وتمثيلاً، أي في الافتتاح الرسمي، وبالنسبة لقلعة عراد أقمت فيها أكثر من عمل، ولهذا أزور هاتين القلعتين مع الأهل والعيال والأصحاب وفي دورات التصوير الفوتوغرافي علاوة على الزيارات الفنية الميدانية وإذا قلت إنني أفتقد كل هذه الصلة، إلا أنني أسترق بعض الوقت لزيارة المواقع التي أحبها بعد السماح بالزيارة، ونتمنى عودة الحياة إلى طبيعتها ليتمتع الناس بتاريخ وحضارة البحرين العريق لمن يعيش العيش في عبق التاريخ والحضارة البحرينية.



**آلاء البناء**

## بناتي والسينما

تحدثنا الإعلامية آلاء البناء في إطار "سوالفنا" عن الأماكن التي أبعدتنا عنها جائحة كورونا، لكنها تبدأ بالقول إن بلادنا البحرين الغالية، وكما هي صغيرة المساحة، لكننا البحرينيين نعشق كل زاوية في تاريخها وحاضرها.. تراثها وجمال روح أهلها، وكم عشقنا العيش في عبق حضارة عريقة تشهد على ذلك مواقعها التاريخية الزاخرة. والخيارات أمام آلاء تخضع مع الأسرة، فهي وبناتها من محبي "طلعة المطاعم"، وهو الأمر الذي يفتقدنه وفق الظروف الراهنة، ثم هناك وجهة أخرى ألا وهي "السينما".. لقد اعتدنا على متعة مشاهدة الأفلام في قاعات السينما، واليوم نحن وغيرنا ليس أمامنا سوى الإيمان بدور كل منا في الالتزام لحين زوال هذه الجائحة بعون الله سبحانه وتعالى وبسلامة الجميع.





## محمد العالبي

### نحن شعب حيوي ونحب هويتنا وتراثنا

الحياة لم تكن كسابقتها بسبب جائحة كورونا، وهنا يقول رئيس المحررين في الزميلة "أخبار الخليج" الصحافي محمد العالبي إن شعب البحرين حيوي ونشط وكما نقول "سهاري" يحب الجلوس في المقاهي والجلوس مع الأصدقاء لاسيما المقاهي الشعبية، حيث الدومنة والبتة والكيرم والبليارد، وتلك الجلسات التي نحبها، ونتابع المباريات وتشترك الآراء بين المشجعين من الإخوة والأصدقاء، وبالنسبة لي أحب سوق المنامة لاسيما لتناول الإفطار الشعبي في أجواء تاريخها وحياتها، وكذلك سوق المحرق القديمة، ونشتري البهارات والمقننات من سوق القيصيرية، وكذلك نشترى الملابس لعيالنا كثوب النشل من أسواق المحرق. لو يُطلب مني اليوم الجلوس في مصنع للفخار في قريتي الحبيبة (عالي) الشهيرة بهذه الحرفة التراثية من الصباح حتى الليل، فلا مانع لدي، لأتعلم التكنيك التراثي القديم على الرغم مما تشهده صناعة الفخار من تقنيات حديثة، وكذلك المهن الأخرى التي توارثناها "كخض اللبن" أي رج الأنية التي يتم فيها تحضير اللبن، وكذلك أتوجه بمشاهد كثيرة في مخيلتي مما أحببت ومنها طبعاً المواقع التراثية كالقلاع وما نستشقه من جمال هويتنا، ونتمنى العودة إلى الحياة الطبيعية ولو بشكل تدريجي، ومسؤوليتنا الوطنية تحتم علينا أن نلتزم بالبقاء في المنازل إلى حين زوال هذه الفترة العصبية.

## حسين الصباغ

### المنامة.. سوقها القديمة وأزقتها وعبقها

يفتقد الصحافي حسين الصباغ جزءاً كبيراً من روح البحرين ورائحتها الطيبة، فجالس البحرين - على سبيل المثال - في مختلف مناطقها، تشكل مدارس نتعلم منها القيم والمبادئ والأعراف السامية والخلال الكريمة التي اتصفت بها البحرين وأهلها منذ القدم، ولاشك أننا نفتقد الملتقيات العائلية بكل ما تتضمن من تراحم ومودة وتفقد أحوال بعضنا البعض.

ونفتقد جزءاً كبيراً أيضاً من "هوى البحرين" المضيافة والطيبة والأسواق التي تنبض بالحياة وفي مقدمتها سوق المنامة القديمة بأزقتها التراثية وعبقها الخاص، كما نفتقد الأجواء الروحية والدينية المميزة في مساجد البحرين ومآتمها.. باختصار، نفتقد البحرين كسيفساء جميل ومتنوع ولطيف، ووسط اجتماعي مميز بمواطنيه ووافديه، ويشعر كل من يعيش في هذا الوطن بأنه في مكان جميل.

وبسبب الجائحة، غابت الكثير من الصور الجميلة لكنها - أي الجائحة - كانت فرصة أيضاً لإظهار معدن المجتمع البحريني وأصالته في التضامن والتعاقد والتكاتف، وإبراز الوعي الكبير بمجتمع البحرين.. ذلك الوعي الذي حظي بإسادة وتقدير من قيادتنا الحكيمة.





من البيض إلى الخضار كلها من مزارع البلد



علاقة الفلاح البحريني بأرضه زاخرة بالخير

انطلقت من رؤية رئيسة المجلس الاستشاري للمبادرة الوطنية لتنمية القطاع الزراعي قرينة عاهل البلاد صاحبة السمو الملكي الأميرة سبيكة بنت إبراهيم آل خليفة، لتحفيز المزارعين واستحداث منصة خاصة للمنتج البحريني، وتحقيق ذلك بالتعاون بين المبادرة الوطنية لتنمية القطاع الزراعي ووكالة الزراعة والثروة البحرية يأتي لتوحيد الجهود في القطاع الزراعي من أجل الارتقاء به وتمكينه اقتصاديًا واجتماعيًا وبيئيًا.

ثمة ركيزة أساس وهي دعم المزارع البحريني بما يشكله من رافد للارتقاء بالقطاع الزراعي في مملكة البحرين، والعمل المستمر للارتقاء بسوق المزارعين وتطويع كل إمكانات الوزارة من أجل إنجاح هذه الفعالية التي باتت مهمة ليس على المستوى المحلي فقط، بل أصبحت تجتذب زوارا من الدول الشقيقة كذلك، وهو دليل على السمعة الطيبة التي اكتسبتها السوق.

تميزت هذه السوق على مستوى دول مجلس التعاون الخليجي والدول العربية بل والأجنبية، إذ تصدرت بعض تقاريرها الكثير من الفضائيات والصحف والمواقع العربية والأجنبية، ويزور السوق في الموسم قرابة ربع مليون زائر، فيما يتراوح عدد الزوار أسبوعيًا كل سبت بين 15 و20 ألف زائر، ويصل في بعض الأسابيع إلى أكثر من ذلك وفقًا للمناسبات والمهرجانات والفعاليات، حتى أن النائب في مجلس الأمة الكويتي صفاء الهاشم تحدثت في إحدى جلسات المجلس لتشيد بتجربة السوق اجتماعيًا وإنتاجيًا وسياحيًا وانتشر هذا المقطع في العام الماضي، أي خلال الموسم الثامن، بشكل كبير وكان له أكبر الأثر في نفوس المزارعين المشاركين وإدارة السوق وكذلك روادها وعشاقها.

ولربما يتأكد ذلك الاتجاه في جعل السوق "سياحية بامتياز"، بما تشهده من خطة تطويرية سنوية، كما يصفها وكيل الوزارة للزراعة والثروة البحرية الشيخ محمد بن أحمد آل خليفة بأن فكرة "مشروع سوق المزارعين"

الموسم التاسع يقترب...  
والعشاق في انتظارها "بلا كورونا"

## سوق المزارعين البحرينيين... ملتقى الماء والخضرة والوجه الحسن

أصبح آلاف الناس في البحرين، من مواطنين ومقيمين، ينتظرون يوم الرابع عشر من ديسمبر من كل عام.. قبله أو بعده وفق الجدول الزمني.. وفي غمرة الاحتفالات بالأعياد الوطنية المجيدة، لكي تفتح سوق المزارعين البحرينيين في حديقة البديع النباتية أبوابها.. فهذه السوق هي بالفعل، وبعد مرور 8 سنوات منذ تأسيسها في العام 2012، أصبحت ملتقى الماء والخضرة والوجه الحسن، وكان اختتام الموسم الثامن في في 14 أبريل 2020 مباعًا؛ بسبب الإجراءات الاحترازية لفيروس كورونا، لكن عشاقها ينتظرونها هذا العام "بلا كورونا إن شاء الله".



الفنانة أمينة القفاص ونورية العالبي في احتفال بالعيد الوطني



المدير التنفيذي للسوق أماني أبوادريس

يسمح بدخول أي منتج مستورد إلى السوق. فهناك فرق عمل تبدأ فجر كل سبت لفحص المنتجات قبل السماح بدخولها إلى السوق، ومن جانب آخر، هناك الأفكار المبتكرة للمهرجانات والفعاليات الأسبوعية التي يخصص لها عنوان يتناغم مع أهداف السوق.

هناك ضفة أخرى من ضفاف النهر الجميل لهذه السوق، وهو فريق العمل الذي ترأسه المدير التنفيذي للسوق أماني أبو ادريس، الذي يبذل جهداً لأن تبقى هذا السوق الجميلة موضع اهتمام الجمهور؛ ليتصاعد عدد الزوار عامًا بعد عام منذ انطلاقه في العام 2012 بمبادرة من قرينة جلالة الملك رئيس المجلس الأعلى للبيئة صاحبة السمو الملكي الأميرة سبيكة بنت إبراهيم آل خليفة، من خلال المبادرة الوطنية لتنمية القطاع الزراعي التي ترأسها الشبيخة مرام بنت عيسى آل خليفة، والهدف من هذه السوق - وفق فكرة سمو الأميرة سبيكة - هو إيجاد سوق محلية لدعم المزارعين وعرض منتجاتهم، وتكاملت الجهود مع وزارة الأشغال وشؤون البلديات والتخطيط العمراني متمثلة في وكالة الزراعة والثروة البحرية، إلا أن نجاح هذه السوق واستمرارها بهذه القوة جاء نتيجة الأنظمة التي وضعتها اللجنة المنظمة وأولها فتح المجال للمزارعين البحرينيين الذين يزيد عددهم على 30 مزارعًا مشاركًا بالإضافة إلى شركات زراعية تصل إلى 6 شركات على أن يتم تقديم المنتجات والمحاصيل المحلية الطازجة، ولا



مهرجان النخلة أحد أبرز الأنشطة التراثية

بين ركن المزارعين، وركن الزهور، وركن حيوانات المزرعة وركن التمور وركن الشركات وركن المطاعم وغيرها من زوايا جميلة، يعيش الزوار أجواء رائعة ويكون أمامهم العديد من الخيارات، أضف إلى ذلك أن السوق تضم أقساما للحرف التقليدية، والنحال البحريني والفنانين، وعدد من المطاعم، وأنشطة ترفيهية للأطفال، كما تنظم المهرجانات ومنها مهرجان الحرف اليدوية، ربيع الأطفال، الطماطم، التوت، مهرجان النخلة. ولأنها من زوار السوق ترى الناشطة الاجتماعية الفنانة التشكيلية نورية العالبي أن هذا المكان الاجتماعي والسياحي والإنتاجي والوطني هو الأفضل على الإطلاق خلال موسمته بالنسبة لجمهور المواطنين والمقيمين، ولأنها تشارك في مختلف الفعاليات التراثية والفنية والاجتماعية، فإنها واثقة تمامًا من أن السوق ستكون أقوى وأجمل بعد عودة الحياة الطبيعية وانقضاء جائحة كورونا.



السوق تستقطب العوائل البحرينية والخليجية



فلفل حار وطازج وينتظر مهرجانه



كل شهية طازج



المصور حسين فردان

والناشطين على منصات التواصل الاجتماعي وهم يقدمون في كل مرة يزورون فيها السوق، لقطة ومقطعا ورسالة متعددة الجمليات، ما أسهم في بقاء الجمهور من المواطنين والمقيمين، وكذلك الأشقاء الخليجين والعرب، في اتصال دائم ومتابعة مستمرة، وكانت الثمرة هي أننا تشرفنا بزيارة أشقائنا الخليجين والعرب في السنوات الماضية، وسيكون الأمر كذلك بعون الله في المستقبل من السنين، فسوق المزارعين البحرينيين تمثل واجهة سياحية واجتماعية وثقافية وتراثية يعزز بها كل بحريني وكل مقيم عشق هذا الوطن.

ومن دون شك، فإن التوثيق بالصورة والفيديو لأجواء السوق له أثره الكبير في التواصل مع الجمهور سواء عبر الصحافة أو الإعلام أو التلفزيون، أو من خلال منصات الإعلام الاجتماعي، ولهذا كان المصور حسين فردان - وما يزال - عضواً فاعلاً يجول بعدسته أرجاء السوق منتقلاً بين المزارعين والزوار والمعروضات والأجنحة ليقدّم تشكيلة من المنتجات المرئية فيقول "من اللازم أن يظهر جمال كل زاوية في حديقة البديع النباتية وهي تحتضن سوق المزارعين، فعلى مدى 8 سنوات، رأينا الكم الهائل من المصورين المحترفين والمبتدئين وكذلك الإعلاميين والفنانين

# 100 ألف متر مربع تحت الماء بريق اللؤلؤ الساحر... في أكبر حديقة غوص

هذه المشروع يزواج بين التزام البحرين بالحفاظ على بيئتها البحرية من خلال دمج أعلى المعايير البيئية الدولية في هذا المشروع الصديق للبيئة تحت الماء، كما وصف الممثل الشخصي لجلالة الملك، رئيس المجلس الأعلى للبيئة سمو الشيخ عبدالله بن حمد آل خليفة، ما يجعل البحرين رائدة عالمياً في مجال السياحة البيئية والحفاظ على الحياة البرية البحرية. ومن المؤمل أن يصبح هذا المشروع نقطة جذب سياحي عالمية؛ نظراً لمساحته الكبيرة وموقعه والتجربة الفريدة لهواة الغوص، كما سيوفر للباحثين معلومات وبيانات غنية عن البيئة البحرية وعلم الأحياء، وسيكون بمثابة دعم كبير لقطاع السياحة البيئية في المملكة.

المشروع يعد بمثابة أكبر مدينة ترفيهية تحت الماء في العالم، تغطي مساحة تزيد عن 100 ألف متر مربع، وينفذ بالشراكة بين المجلس الأعلى للبيئة وهيئة البحرين للسياحة والمعارض والقطاع الخاص، وقد كان حدث التدشين لافتاً واستقطب اهتمام الملايين في مختلف دول العالم حينما تم إغراق طائرة بوينج 747 بطول 70 متراً تم إيقاف تشغيلها لتكون محوراً، وهي أكبر طائرة تغمرها المياه على الإطلاق، وبهذا سيوفر الموقع تجربة غطس استثنائية، إذ يشمل العديد من الهياكل بالإضافة إلى الطائرات، مثل نسخة طبق الأصل من منزل تاجر لؤلؤ بحريني تقليدي، والشعاب المرجانية الاصطناعية وغيرها من المنحوتات المصنوعة من مواد صديقة للبيئة وكلها مغمورة لتوفير ملاذ آمن لنمو الشعاب المرجانية وموطن للحياة البحرية.

مع تدشين المرحلة الأولى لواحدة من أكبر حدائق الغوص في العالم، شمال جزر أمواج في شهر أغسطس من العام 2019، فإن مملكة البحرين ستكون على خارطة أشهر المتنزهات المائية العالمية كجزء من الاتجاه العالمي لمناطق الجذب السياحية تحت الماء، بدءاً من الفندق الواقع تحت الماء في جزر المالديف، إلى متحف أميركا تحت الماء، الذي يقع قبالة ساحل ولاية فلوريدا، حيث يمكن للغواصين استكشاف التماثيل المدهشة.





لحظة الدخول إلى التجربة المثيرة



ألا يبدو شعور هذا الغواص رائعاً



غواص يجوب هيكل الطائرة

وربما يتساءل الكثيرون عن كيفية إغراق الطائرة، والجواب أن فريقاً من المتخصصين أشرف على الإجراءات والاستعدادات اللازمة لغمر الطائرة في منطقة يبلغ عمقها حوالي 20 متراً، وشمل ذلك التأكد من وجود تدابير السلامة اللازمة، وإعادة تجميع أجنحة الطائرة التي تم تفكيكها سابقاً لنقل الطائرة إلى البحرين وربط الأساسات، وفقاً للمعايير البيئية الصارمة وأفضل الممارسات الصناعية الدولية في مجال الاستدامة البيئية، علاوة على أن مجموعة من الغواصين المحترفين من مراكز الغوص المسجلة بفحص طائرات الحديقة تلبية جميع متطلبات السلامة قبل الافتتاح الرسمي، وقدم الغواصون توصياتهم، إذ ستضمن حديقة الغوص العديد من مناطق الغوص الفريدة إضافة إلى الشعاب المرجانية الاصطناعية التي سيتم غمرها في المراحل اللاحقة من المشروع؛ من أجل تشكيل ملاذ آمن للنظام البيئي البحري للمملكة، لتشجيع نمو المرجان وتطوير نظام مستدام لازدهار الحياة البيئية وإنعاش النظام البيئي البحري في مملكة البحرين.

من المهم الإشارة إلى أنه منذ بدء المرحلة الأولى من المشروع، بلغ عدد رحلات الغوص على اللؤلؤ 161 رحلة سياحية بمشاركة نحو ألف غواص وسائح، فهناك 5 شركات للغوص بحثاً عن اللؤلؤ مرخصة للعمل، كما أن عدد المراكز المتقدمة للحصول على تراخيص في ازدياد؛ نظراً للعملية التي سهلت وزارة الصناعة والتجارة عليها؛ لأن السياحة قطاع واعد ذو أولوية اقتصادية ومصدر مهم لتنويع الدخل، مع الأخذ في الاعتبار النمو السريع لمساهمة القطاع في الناتج المحلي الإجمالي والذي ارتفع من 3.4 % العام 2015 إلى 6.8 % بنهاية العام 2018.

وبالطبع، بإمكان الغواصين المحترفين والهواة والبحارة حجز تجربة الغوص تحت الماء من خلال أي من مراكز الغوص المسجلة في المملكة والمدرجة على ([www.divebahrain.com](http://www.divebahrain.com)). ولتكون التجربة مثيرة وشيقة، تعرفت مراكز الغوص المعتمدة على القواعد واللوائح الرئيسية؛ استعداداً لتنظيم رحلات إلى الحديقة وتقديم تجربة آمنة وممتعة.



عالم رهيب.. متعة وتشويق ومغامرة



بعد قليل.. سنقلع لكن إلى قاع البحر

# تجديف وجبل جليد وفقاعات... والبحر أمان

## تجربة فريدة في القرية المائية بساحل المالكية

يستقطب ساحل المالكية آلاف المواطنين والمقيمين في إجازة نهاية الأسبوع والإجازات الرسمية والمناسبات، فهذا الساحل الذي احتفظ بسماته الطبيعية، حيث الرمال الناعمة والمياه الضحلة، كان هو البحر الذي استهدفه الناشط البيئي سعيد منصور ليخطط ويدرس وينطلق مع مجموعة من شباب قرية المالكية، ويحولون فكرتهم الجميلة إلى مشروع "القرية المائية"، ليسجل كأحد أهم المشروعات ذات الصبغة السياحية من تصميم وإدارة أهل القرية، ورغم المعوقات والعراقيل التي ما تزال قائمة، لكن هناك طموح كبير لأن تعود القرية المائية بألعابها المثيرة والشيقة، بعد زوال جائحة كورونا، لتستقبل الجمهور من كل الأعمار، بل، وليبدأ المشوار الطموح في تكرار التجربة على أكثر من ساحل مهياً لمثل هذه المشروعات الشبابية لتطوير السواحل.



الفقاعة المائية.. بالون كبير يسر خاطر

## أكثر من 30 لعبة مثيرة

لم تكن المهمة سهلة، ولكن الشباب صمموا على النجاح، وكانت البداية بإكمال الإجراءات الرسمية، ومن ثم بحث منصور عن الفرص وكانت الوجة إلى الصين، حيث تم اختيار مجموعة من ألعاب الإثارة والتشويق المائية الآمنة بمواصفات تتطابق مع المقاييس المطلوبة، واستورد 30 لعبة متنوعة بين مرافق التسلق على جبل الجليد، وقوارب التجديف والفقاعات المائية (الكرات الهوائية الكبيرة)، بالإضافة إلى توفير الفرصة لمختلف الفئات لقضاء وقت ممتع في السباحة واللعب بأسعار رمزية. ومن أهم الجوانب التي أسهمت في نجاح الفكرة حال تطبيقها، كما يقول منصور، هي تقديم تجربة نوعية ميدانية لتطوير السواحل والحفاظ عليها من جهة، وإيجاد متنفس غير تقليدي للزوار الذين يحبون أن يشارك أطفالهم، وكذلك الشباب، في تجربة المغامرات المثيرة، علاوة على أن جزءا من الربح يخصص لتطوير مرافق الساحل وجزء آخر لدعم الشباب المتطوعين وكذلك المدربين المؤهلين الذين يشرفون على منطقة الألعاب بتوفير كل متطلبات الأمن والسلامة، وهذه كلها تؤكد أن الجهود الأهلية قادرة على تحقيق وتطبيق الأفكار الناجحة إذا ما حظيت بالدعم اللازم من قبل الجهات المعنية.



هيا بنا.. سينطلق القارب المطاطي



ملعب المايونز.. متعة الشباب

## لماذا لا تقدمون التسهيلات؟

ولعل العديد من المواطنين كانت لهم تجربة مميزة يتمنون تكرارها مع أبنائهم، فالمواطن عبدالله الدوسري الذي يعشق التجديف، وجد في المشروع فرصة ممتازة وقد كان ذلك، وهي تجربة أسعدت أطفاله وتمنوا تكرارها، إلا أن جائحة كورونا عطلت الفكرة، والأكثر من ذلك، كما يقول الدوسري، أنا مع دعم الشباب البحرينيين، وهذه التجربة تستحق الدعم، لكنني شعرت بالأسى حينما علمت أن إدارة المشروع التي تعمل وفق ترخيص رسمي، تواجه بعض العراقيل والاشتراطات ومنها نقل الألعاب أو تخزينها كما تبادر إلى ذهني، وهو عمل متعب ومكلف، فالمفترض أن تبقى الألعاب في مكانها طيلة موسم الصيف، ومن الصعب قبول تجاهل تحرك القائمين على المشروع وعدم التجاوب معهم وتقديم التسهيلات لهم، بل حتى التمويل، فمن المؤكد أن صندوق العمل (تمكين) سيكون مسانداً لمثل هذه المشروعات.



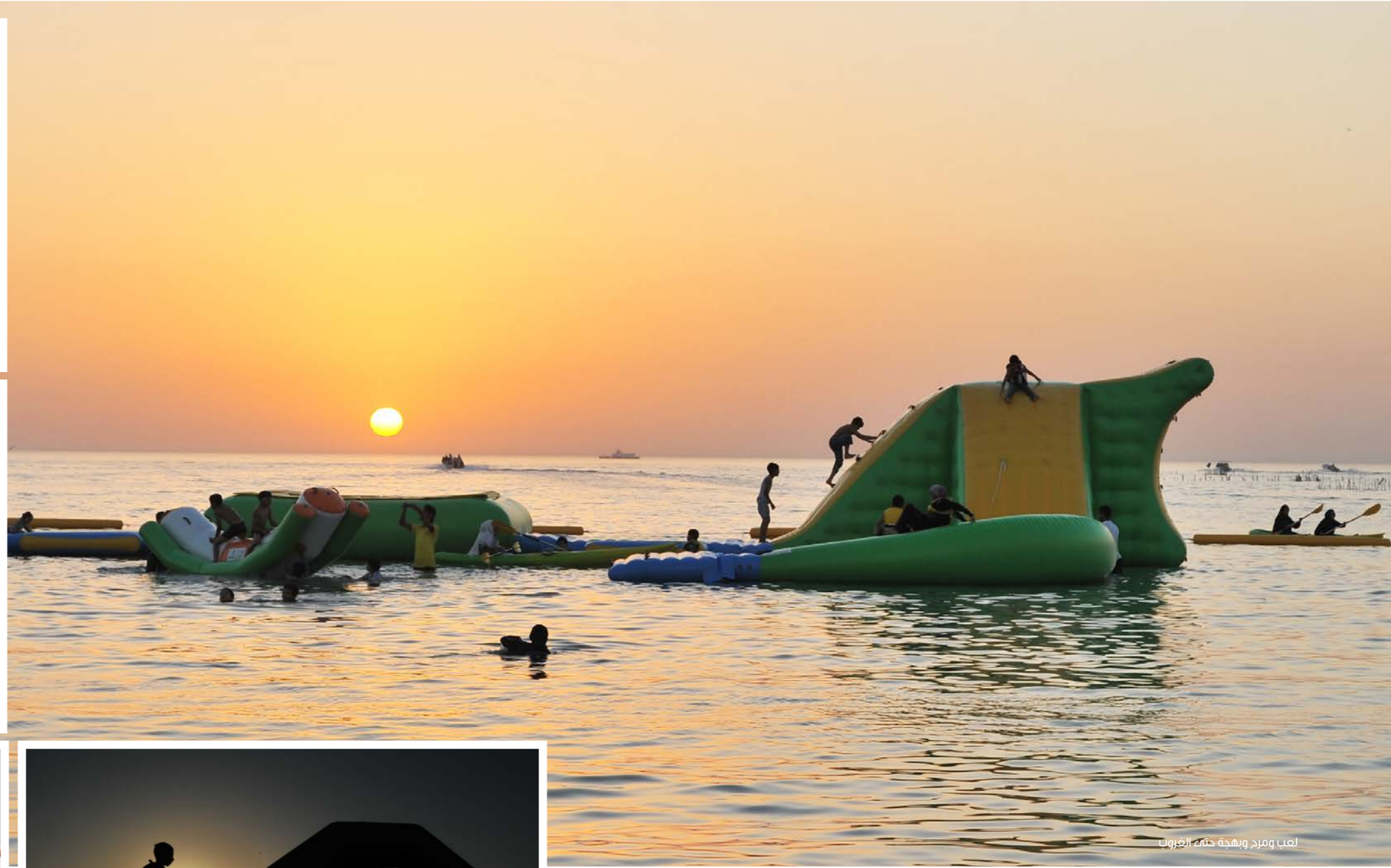
جبل الجليد مغامرة مثيرة للأطفال والناشئة



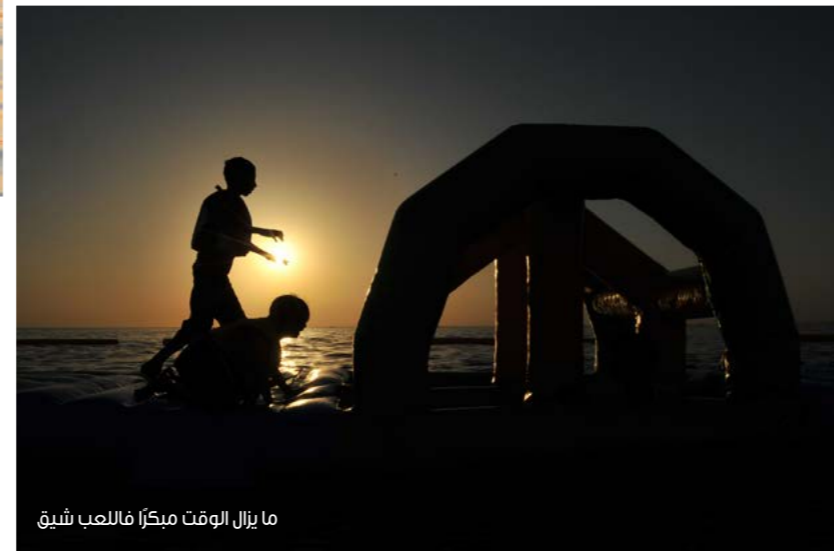
التحديف الأمان ومعه يحلو السباق



كل ما فيه الصورة جميل ورائع



لعب ومرح وبهجة حتى الغروب



ما يزال الوقت ميكزاً فاللعب شيق

## إشادة وإعجاب بالتجربة

وتعبر سارة إبراهيم الفرج، ناشطة اجتماعية، بقولها إن الكثير من المعارف أشادوا بهذه التجربة التي استمتعنا بها جميعًا مع أطفالنا، والجميل أن هذا المكان يتيح للراغبين من المؤسسات الأهلية وكذلك الشركات ومختلف الجهات، لاسيما تلك المعنية بالطفولة والناشئة والشباب، تنظيم مهرجانات وفعاليات في القرية المائية، ونحن البحرنيين، يسعدنا أن نستضيف أهلنا من دول مجلس التعاون حين يأتون إلى زيارتنا، وحين تأتي معهم إلى القرية المائية، فإنهم "ينبسطون وايد ويستانسون" وكذلك عيالهم، ونتمنى أن يستمر هذا المشروع ويتكرر في أكثر من منطقة.

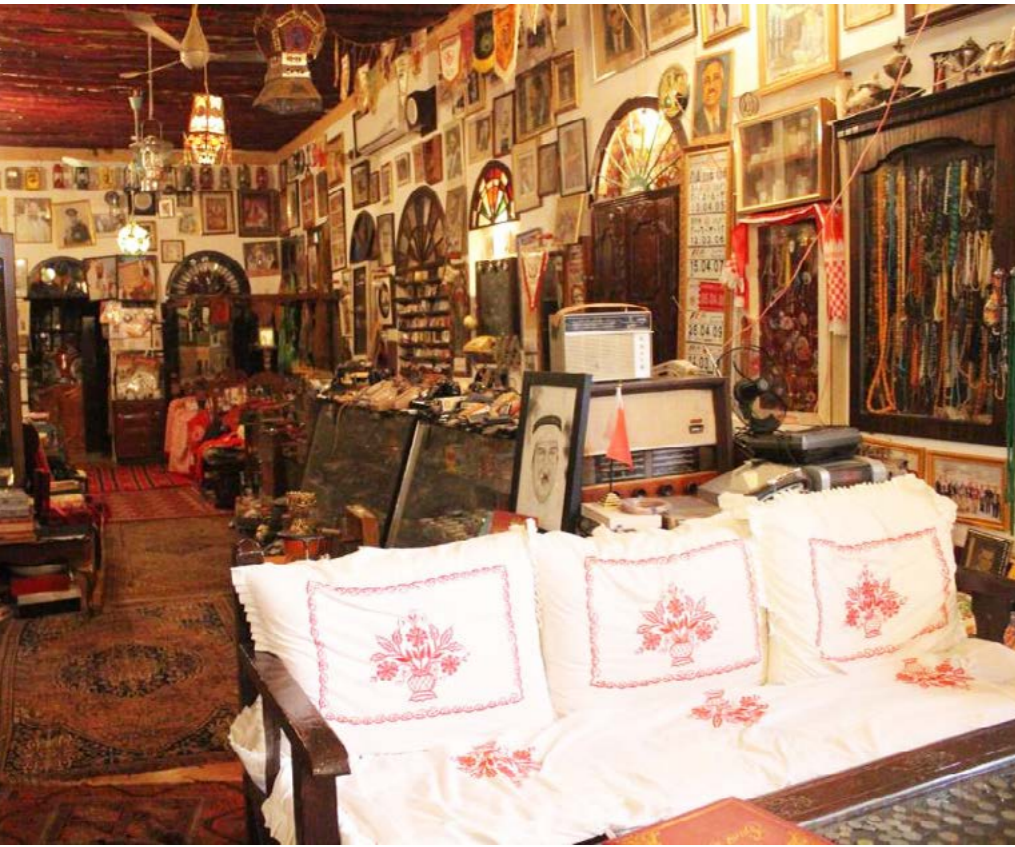
# باب البحرين

## أجمل ملامح الحياة الشعبية

يقع باب البحرين في مدخل سوق المنامة، وقد شيد في العام 1949، وضم مكاتب الحكومة في ذلك الوقت. كان باب البحرين مطنًا على البحر، وتعرض مع مرور الوقت إلى تغييرات كبيرة، إلا أن وزارة الثقافة تبنت هذه الواجهة الحضارية واستطاعت من خلال ترميمها أن تستعيد هيئة باب البحرين الأولى التي كان عليها، وصار قطاع السياحة يباشر أعماله الوزارية في موقع الباب نفسه، ويستقبل الزوار من خلال مركز للمعلومات.

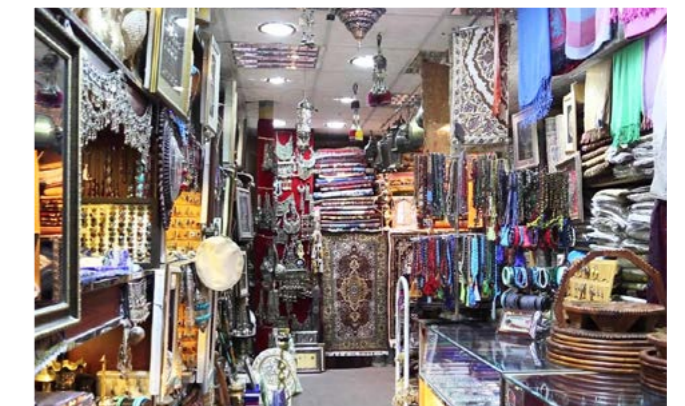
تم تجديد النصب في العام 1986 لإظهار المعالم المعمارية الإسلامية. واليوم يضم الطابق الأرضي مكتب المعلومات السياحية ومتجر الحرف اليدوية. والنصب يتكون أساسًا من قوس ضخم، يمتد تحت الطريق والذي غالبًا ما يشار إليه بأنه مدخل سوق المنامة.

أما شارع الحكومة الذي يمتد أمام باب البحرين فيحتوي على العديد من البنوك الكبرى والمؤسسات التجارية. يسمى شارع الحكومة لأن اجتماع حكومة البحرين يعقد هناك. مدينة الذهب (مختلفة عن سوق الذهب) عبارة عن مجمع لتسوق الحلبي الذهبية، وتقع أيضًا على شارع الحكومة.



من خلف واجهة باب البحرين، يبدو مشهد مدينة المنامة حيًا جدًا من خلال سوق المنامة القديمة التي تعتبر أحد أقدم الأسواق في مملكة البحرين، حيث العديد من الدكاكين والمنتجات التي تباع سلخًا شعبية وحديثة، وتقدم تجربة مغايرة للتسوق ما بين مجموعة من المنسوجات، البهارات، البخور والعطور، التذكارات، المصنوعات الشعبية واليدوية وغيرها من مختلف أنحاء العالم، إلى جانب مجموعة من المقاهي الشعبية.

التسوق في سوق المنامة القديمة تجربة استثنائية تستعيد أجمل ملامح الحياة الشعبية واليومية، وتضيف إلى زيارتك ذاكرة لا تتكرر في أي مكان آخر.



## جزر الدار

تقع هذه الجزر بالقرب من ميناء سترة، الذي يعد ميناءً مهمًا للصيادين، وهي شواطئ طبيعية، تضم مجموعة من الشعب الصناعية التي يتمتع الزائر بمشاهدتها عند ممارسة رياضة الغوص داخل مياه الجزيرة الصافية، كما يتمكن السائح من ممارسة السباحة وخوض التجربة داخل المياه العذبة فيها، ويمكنه أيضا مشاهدة الدلافين الطبيعية، والاستمتاع بحفلات الشواء على الجزيرة، كما يوجد في الجزيرة مجموعة من الشاليهات، المنتجات السياحية التي تقدم خدمات الإقامة مع ترفيه سبل الراحة للزائر، وتتميز الجزيرة بصيد اللؤلؤ، ويكون ذلك من خلال رحلات غوص في قيعان الجزيرة.



## رحلة ممتعة دون أن تدفع الكثير من المال

جزر الدار، جزيرة جرادة، جزر حوار، مجموعة من أجمل الجزر في البحرين، تأخذك في رحلة ممتعة من دون أن تدفع الكثير من المال، فإن كنت تبحث عن مجموعة من الأماكن الشاطئية الجميلة ولديك ميزانية محدودة، فاختر من بين أجمل الجزر في البحرين التي سنعرضها عليك في التقرير التالي.



## جزيرة حوار

تقع الجزيرة جنوب البحرين، بالقرب من دولة قطر، وقد كانت نقطة نزاع بين البحرين وقطر، ثم حُكم بها من قبل محكمة العدل الدولية في لاهاي لصالح مملكة البحرين. وهي عبارة عن أرخبيل يضم عدداً من الجزر الصغيرة يصل عددها لـ 14 جزيرة. تنطلق أهمية الجزيرة سياحياً واقتصادياً من وجود الغاز الطبيعي فيها، وهي من المحميات الطبيعية البرية التي تضم العديد من الحيوانات والنباتات البرية والطيور المهاجرة لوقوعها في منتصف طريق هجرة الطيور، وتتميز بشواطئها الطبيعية الفاخرة الجذابة.



## جزيرة جرادة

تتميز جزيرة جرادة بوجود الشعب المرجانية فيها، ومناخها الجميل وشمسها الدافئة، ورمالها البيضاء، ومياهها الصافية العذبة، كما تضم الجزيرة اللؤلؤ إلى جانب مجموعة متنوعة من أنواع الأسماك المختلفة والدلافين التي توجد جانب الشعب المرجانية، كما تتميز الجزيرة بمأكولاتها العربية الشهية.

# زينب دشتي

## أطفال الجيل الحالي لديهم القابلية لاستخدام التكنولوجيا أكثر من السابق

### بروفایل

زينب صلاح دشتي، معلمة بمدرسة الاستقلال الثانوية للبنات، التحقت بسلك التعليم العام 2012 وشاركت في الدروس المتلفزة بفترة جائحة كورونا إضافة إلى كونها معلمة أساسية في دروس البث المباشر تيمز، وقدمت محاضرة اختيار التخصص الجامعي بذكاء عن بعد.

حصلت حديثاً على لقب أخصائية تحليل الرسم الموجه من قبل الأكاديمية الدولية لخط اليد التابعة لجامعة سوريون الفرنسية.

تعليم إلكتروني أم تقليدي؟ وكيف يرأيك سيتعامل الأهل مع طرق التعليم الجديدة.

على حسب توجيهات واستعدادات الوزارة فإن للطلبة الخيار بين التعليم الإلكتروني والتقليدي بحيث ألا يتعدى اليومين في الأسبوع حسب التصريحات الأخيرة لوزارة التربية والتعليم.

لما بالنسبة للأهل فإنهم على أتم الاستعداد لمواجهة التحديات؛ إذ أصبحت لديهم خلفية وتجربة سابقة مع التعلم عن بعد، فبعد النجاح أصبحت رؤيتهم للعملية التعليمية أكثر إيجابية وأكثر ثقة بقرارات وزارة التربية التي تصب في مصلحة الطلبة.

### برأيك كيف ستتجاوز المدارس تحديات التعليم الجديدة؟

أصبح الطلبة أكثر وعياً في كيفية استخدام البوابة التعليمية وبرنامج مايكروسوفت تيمز، فهذه الجائحة أحدثت نقلة نوعية في استخدام التكنولوجيا في التعليم. اليوم جميع المعلمين مدربين وقادرون على استخدام برامج التعلم عن بعد، وكل الشكر لوزارة التربية التي لم تتوان عن تدريبنا بشكل مكثف حتى استطعنا جميعاً أن نكون متمرسين في استخدام البرنامج بنسبة 100% وكذلك الحال بالنسبة للطلبة، فعلى الرغم من التحديات التي واجهتهم في التعامل مع التكنولوجيا إلا أنهم اليوم بلا استثناء كسبوا التحدي بقدراتهم ووعيهم. اليوم نحن على أتم الاستعداد لما تتطلبه العملية التعليمية، وقادرون على اجتياز كل التحديات بسلاسة بعد النجاح الباهر الذي حققته الوزارة بالفصل الدراسي السابق.

### ما أثر التعليم عن بعد على المراهقين والأطفال؟

أطفال الجيل الحالي لديهم القابلية لاستخدام التكنولوجيا أكثر من السابق بحكم أنهم معتادون على استخدام الأجهزة الذكية. تفاجأت من ابنتي ذات الأربعة أعوام بأنها متحمسة لدروسها الإلكترونية، وتنتظر تلك الدروس بفارغ الصبر، بل تجلس مستعدة لذلك قبل ساعة من موعد الدرس وهي ومتشجعة لأداء الواجبات الإلكترونية! تلك براهين على أن الجيل الجديد هو جيل التكنولوجيا، وهي جزء لا يتجزأ من حياتهم، ويجدونها أكثر متعة على الرغم من اشتياقهم لأقرانهم واللعب معهم بالنسبة للأطفال، فنحن بانتظار دفعات ذكية إلكترونية وقادرة على مواكبة الثورات التكنولوجية الحديثة بشكل نفخر به مستقبلاً وأنا على يقين بذلك.

أما بالنسبة للمراهقين وبالنسبة لخبرتي مع طالبات الثانوية فقد وجدت فيهم الشغف والإبداع غير المتناهي، إذ قامت مدرستي بتنظيم معرض

الموهوبات نهاية العام الدراسي، وتفاجأت بكمية الإبداع، إذ إنني شاركت فيها مع طالباتي بعرض فيلم يوثق مسرحية لم تكتمل للأسف بسبب ظروف جائحة كورونا، ولكنهن أثبتن قدرتهن بجدارة على تحويل تلك المسرحية إلى فيديو من خلف الكواليس تظهر أبرز مواهبهن المتميزة، فلا شيء كان قادراً على عدم إنهاء هذا العمل الذي اختصر أجمل أيام التدريب الشاق.. طالباتي لم يتوانين عن المشاركة في الدورات عن بعد في الإجازة الصيفية المقامة من قبل مختلف المؤسسات والأفراد، إضافة إلى الدورات المجانية التي قمت شخصياً بإعدادها عن طريق حسابي الشخصي في الانستغرام واليوتيوب، وذلك دلالة على حبهن للمعرفة ووعيهن ورغبتهم في تطور الذات ومواكبة العلم. أرى أن الطلبة على أتم الاستعداد الآن لتلقي التعليم الصحيح وبشئى الطرق بالفصل المقبل.

### ما أهم النصائح لتجاوز هذه المرحلة؟

إن أهم ما يحتاجه الطالب للإحساس بالأجواء الدراسية هو التحضير لها، فلا مانع من شراء قرطاسية جديدة استعداداً للفصل المقبل كالمعتاد وتخصيص ركن في المنزل خاص بالدراسة، بحيث لا يختلط مكان الراحة في المنزل مع زاوية العمل والدراسة.

ومن أهم التحضيرات هي تعديل أوقات النوم بحيث يأخذ الطالب قسطه الكافي من النوم ليلاً ويستيقظ من الصباح الباكر ويجهز نفسه لوضعية الدراسة الصحيحة.

أنصح الطلبة بممارسة التمارين الرياضية حتى لو كان ذلك في المنزل فإنها تساعد على النشاط والقضاء على الطاقات السلبية.

نجاح روتينك اليومي يقودك بالطبع إلى نجاح العام الدراسي كله، فكونوا على قدر من المسؤولية واتبعوا التوجيهات من مصادرنا الصحيحة ولا تؤجل عمل اليوم إلى الغد، فتراكم الواجبات أو التقويمات يعني ضغوطاً إضافية أنتم في غنى عنها.

توفر وزارة التربية شتى الوسائل والطرق لإيصال المعلومات منها الدروس المتلفزة، البوابة التعليمية وبرنامج التيمز والدروس المباشرة. أنصح الطلبة بمتابعة تلك الدروس والتحضير المسبق لها حتى تصل المعلومات بسهولة.

وفي الختام بما أنكم اجتزتم المرحلة الصعبة فلا يوجد أي عائق لتجاوز هذه المرحلة بجدارة أيضاً.. لنبرهن للعالم كله بأن أبناء البحرين أقوى من كل التحديات وبصمتنا في التعليم في هذه الفترة لن ننساها الأجيال المقبلة.

فعلى الرغم من بعد الصفوف الدراسية والبيئة المدرسية عن المثالية، وعدم تلبية توقعات أولياء الأمور والطلبة أحيانا، إلا أنها كانت تحقق الكثير من الأهداف الإيجابية المقصودة وغير المقصودة في شتى المجالات، وكانت مصنعا لإبداعات ومواهب لا تحصى. كما كانت تسعى جاهدة لتحقيق تكافؤ الفرص في التعليم للجميع.

وكان لتوقف التعليم المباشر صدمة للطلبة وأولياء الأمور والمعلمين والمسؤولين سواء، وسبب في شعورهم بخيبة أمل بسبب الانتقال المفاجئ للتعليم عن بعد الذي لم يجدوا فيه هدفهم المنشود الملبي لتوقعهم العالي وطموحهم وفق تصورهم المسبق عنه، بل كان تحديا أمام الجميع نظرا لعنصر المفاجأة وعدم الاستعداد له.

قد تتغير الظروف في المرحلة المقبلة، وسنقدم على تغيير نوعي دأبت وزارة التربية والتعليم على الاستعداد له للمرحلة المقبلة... لذا نأمل أن يتجاوز أولياء الأمور مرحلة التخوف إلى مرحلة تقبل الواقع والبدء بالتكيف بتحليل الواقع بموضوعية لإيجاد الحلول للمشكلات التي يواجهونها والاستفادة من الفرص المتاحة بأقصى درجة من الوعي.



## ما أبرز التحديات التي يواجهها الطلبة وأولياء الأمور؟

- هناك الكثير من المتغيرات التي تؤثر في عدم تحقيق تكافؤ الفرص عند التعليم عن بعد في المناخ الأسري:
- عدد الأبناء من الطلبة، وأعمارهم، ومستوياتهم الأكاديمية والنفسية، واحتياجاتهم الخاصة.
- مستوى ولي الأمر الثقافي، والتعليمي، والمادي، وطبيعة عمله، وأوقات وجوده في المنزل.
- البيئة الفيزيائية ومدى توافر أماكن مخصصة هادئة مناسبة للتعليم عن بعد.
- المواد والأدوات المناسبة للتعليم عن بعد، ومدى توافر الأجهزة، ومدى كفاءة خطوط الإنترنت، والقدرة على استخدامها بكفاءة.
- كما توجد تحديات أخرى متعلقة بالجانب النفسي والاجتماعي لدى الطلبة وأولياء أمورهم منها:
- عدم وجود القناعة بالتعلم عن بعد، وضعف الثقة في مدى فاعليتها.
- فقد الشغف بالتعلم، لغياب عنصر التحدي.
- عدم القدرة على التحكم في التزام الطالب بوقت الدروس، وحل الواجبات، والمشروعات الموكلة إليه.
- الضغط النفسي على ولي الأمر لتقمص دور المعلم، والقلق من مدى قدرة ابنه على تحقيق أهداف التعلم.
- غياب الروتين والنظام، والجدية في التعلم.
- عدم قدرة ولي الأمر على التوفيق بين ظروف العمل ومهام المنزل وتدريب الأبناء.
- الطلبة أصحاب الهمم، يكونون أكثر تضررا لغياب البرامج المباشرة المخصصة لهم.
- الطلبة ذوو الظروف الأسرية الخاصة كالطلاق أو اليتيم، ومن يعانون من عدم وجود دعم أسري لهم.
- عدم وجود البرامج والأنشطة المتكاملة لتنمية شخصية الطالب جسديا ونفسيا وعقليا.

## ففي بيتي مدرسة! كيف نواجه التحدي؟

كم سيفتقد أحبنا الطلبة ربوع سياحتهم العلمية اليومية في رحاب مدارسهم! سيفتقدون أصحابهم ومغامراتهم الطفولية ومشاكساتهم التي لا يفصحون عنها إلا بعد مضي عمر طويل. سيفتقدون الكثير من المهارات الفكرية والاجتماعية والإنسانية، والمهارات الحياتية والوجدانية. سيفتقد أحبنا الطلبة التحدي الفكري ومهارات التواصل وحل المشكلات، والمهارات التطبيقية، والكثير من المشاعر الإنسانية المتغيرة والمتنوعة في غياب التفاعل المباشر مع زملائهم ومعلميهم، التي تنشط في مختلف المواقف التعليمية. سيفتقد أحبنا الطلبة وداعة وسماحة وجوه المعلمين.



المرشدة التربوية هاجر خيرالله

## كيف نواجه هذا التحدي؟

لتغيير القناعات وحل المشكلات نحتاج إلى النظر من زوايا مختلفة والمرونة لنحول المحن إلى منح تزيد من الاستفادة من الفرص المتاحة بأقصى درجة، عبر بعض التغييرات والاستعداد بالتهيئة وإيجاد العوامل الإيجابية المساعدة على النجاح، فالتعلم عن بعد أعاد للوالدين دورهم الرئيس اتجاه أبنائهم في التربية والتعليم. وأصبحوا أكثر وعياً بهذا الدور في هذه المرحلة عن طريق اطلاعهم على آلية التعلم، والمهارات المطلوبة، والتقييمات، والتخلص من الكثير من الالتزامات المادية، والضغوط المتعلقة بوقت الوصول للمدرسة، ومشكلات المواصلات وازدحام الطرق، كما أنه زاد شعور ولي الأمر والطلاب بالأمان.

**وفيما يلي مجموعة من الأفكار التي تساعد على مزيد من التكيف:**

- تشكيل فريق دعم لتقديم الإرشاد والدعم لأولياء الأمور، والتدخل في علاج المشكلات المعقدة للتعلم، وتشجيع ولي الأمر بالتواصل وطلب المشورة.
- دعم شركات الاتصالات بتقديم خدمات بمبالغ رمزية لإتاحة الفرصة وإنجاح عملية التعلم للجميع.
- تشكيل مجموعات أهلية داعمة من الأهل والأصدقاء لتبادل الخبرات.
- تخفيف ولي الأمر من القلق والتوتر، والتعاطي الإيجابي، وإبعاد الطالب عن مخاوفه الذاتية.
- تعزيز الدور الريادي للآباء وتشجيعهم على نجاح التجربة الأولى للتعلم عن بعد، والغرس في نفوسهم تقدير أصحاب القرار لحرصهم على حمايتهم من الوباء مع توفير فرص التعلم لهم، وترسيخ الوعي الجماعي بالتعاون من أجل تحقيق النجاح للجميع.
- معرفة ولي الأمر دوره في عملية التعلم عن بعد بأنه ميسر وموجه للعملية التعليمية، ولا يتقصر دور المعلم، بل ينسحب تدريجياً، ليعتمد الطالب على نفسه.
- تطوير ولي الأمر مهاراته التقنية والاطلاع على المستجدات من البرامج.
- إبعاد الطالب عن المشكلات الأسرية، والنفسية.
- التعاون بين أفراد الأسرة، وتقليل الضغوط على كاهل الأمهات.
- احترام وقت الطالب وعدم إشغاله بالمهام المعيقة لمتابعة التعلم.
- تنظيم الميزانية، وإعادة ترتيب أولويات الإنفاق.
- تخصيص أماكن خاصة مناسبة مجهزة بجميع الأدوات والوسائل المعينة على التعلم، وتحويل نظراته إليها من التسلية إلى الجدية.
- إيجاد الروتين والتنظيم المتعلق بأوقات النوم والتعلم وتناول الوجبات وممارسة الهوايات بوضع القوانين البيئية المناسبة، والذي يكون له تأثير إيجابي على شخصية الطالب مستقبلاً.

- العمل على عدم فقد الطالب بعض الروتين المدرسي؛ كي يكون مهيناً للعودة إلى المدرسة ويتكيف في المرحلة المقبلة، وذلك باستخدام الأدوات والأوقات المتعارف عليها كالفسحة، وصوت الجرس، واللغة العربية الفصحى، ومصطلحات مدرسية، واحترام وقتهم الخاص، والعطلة الأسبوعية.
- إبعاد الملهيات كالهاتف النقال والألعاب، والمشغلات كأصوات الأطفال الصغار، والتلفاز، والأجهزة المنزلية، وتدريبه على مهارات وأدبيات التعامل مع المحتوى الإلكتروني.
- إيجاد البدائل المتنوعة لزيادة دافعية الطالب وشغفه نحو التعلم باختيار ما يناسب ميوله ومهاراته.
- الاهتمام بالجانب الحركي والمواهب، وادخال المرح على أجواء البيت بتشجيع الطالب على ممارسة الرياضة والأنشطة المختلفة يومياً بشكل فردي أو جماعي مع أفراد الأسرة.
- الاهتمام بالتغذية الصحية المتوازنة المناسبة لعمر الطالب واحتياجاته، لتفادي السمنة بسبب قلة الحركة.
- إيجاد أنشطة ذهنية واجتماعية موازية للبرامج الأكاديمية تنمي مهارات التفكير وحل المشكلات والتفكير الناقد باستخدام الألعاب الذهنية الجماعية التي تحتوي على التحدي، والحوار، والمناقشة والتسلية في جو من المرح والضحك.

- تنمية المواهب ومهارات التواصل من خلال منصات وبرامج تهتم بذلك، وتشجيع الطالب على إنشاء صفحة خاصة، وعمل قنوات خاصة به لنقل تجاربه ومخرجات تعلمه وتبادل الخبرات مع أقرانه والآخرين.
- الحوار المستمر مع الطالب ومناقشته بشأن التحديات التي يواجهها، وتشجيعه على تحمل مسؤولية البحث والتعلم الذاتي وحل مشكلاته، واستخدام مهارات القرن الواحد والعشرين.
- من المهم أيضاً تشجيع الطالب على الاعتناء بهندامه ونظافته الشخصية عموماً، وفي مواعيد تلقي دروسه خصوصاً.



ولا ننسى أن للطالب في المراحل الأولى من التعليم يحتاج إلى وقت أطول للمتابعة، لذا يكون لولي الأمر دور أكبر في التركيز على المهارات الأساسية، ولتسهيل مهامه ينبغي:

ربط المعرفة والمهارات بالحياة الأسرية والبيئة المحيطة بالطفل مثال: مهارات التحدث: طرح التساؤلات عليه باستخدام الألعاب والصور والطبيعة؛ لشحذ فكره على الطلاقة اللفظية، وإثراء إجاباته لإكسابه المفردات المتنوعة، والكلمات الجديدة لإغناء حصيلته اللغوية، قراءة القصص، ويطلب منه إعادة سردها، أو تأليف قصص، والتمثيل، والتعبير عن نفسه عند ممارسته للأنشطة اليومية.

الحساب: ربط المفاهيم بالواقع كالعقد، وحساب الفواتير، وتقدير الأوزان في المطبخ، واستخدام المقاييس، واستكشاف الأبعاد والأشكال في تصميم البيت وغيرها من الأفكار. وكذلك في المواد الأخرى.

**وأخيراً، عزيزي ولي الأمر، لا تنس دورك التربوي في تعزيز القيم، فإني حين تدرب ابنك على تحمل المسؤولية والاستقلالية فإنك تعلمه الصدق والأمانة.**

"

## التواصل مع الكوادر التعليمية



راشد رياض

طالب في معهد البحرين للدراسات المصرفية والمالية

يعلق راشد رياض، طالب في معهد البحرين للدراسات المصرفية والمالية، فيقول "تغيير أسلوب التعليم من مباشر إلكتروني صعب بالنسبة لبعض الطلاب الجامعيين، خصوصاً بالنسبة للذين اعتادوا على التواصل المباشر مع الأساتذة للسؤال عن أي تفصيل غير واضح. في النموذج الإلكتروني سيضطر الطالب في حال عدم فهمه لأن يراجع ويتدرب بشكل فردي من خلال المواد المتاحة لديه، وهذا برأيي يؤثر بدرجة ما على بعض الطلبة، لكنه في المقابل ساهم في تنمية مهارات التعلم الذاتي من دون الحاجة للمتابعة من خلال الأستاذ". وعن أهم الأمور التي يرى أن من المهم للجامعات والمعاهد توفيرها لتسهيل التواصل والتعلم الإلكتروني على الطلاب خلال الفترة المقبلة يقول "بشكل عام تم التعامل مع الأمر بشكل ممتاز، خصوصاً إذا ما نظرنا للأمر بكونه يحصل للمرء الأولي بهذا الشكل في جميع جامعات البحرين"، ويضيف "من وجهة نظري كوني طالبا، من المهم تسهيل عملية التواصل مع الأساتذة للحصول على التوضيحات والاستفسارات وأن يكون هذه التواصل سريعاً ومباشراً".

وعلى الرغم من تفاعل راشد بشكل إيجابي مع موضوع التعليم عن بعد إلا أنه مازال يفضل النموذج التقليدي المباشر للتعليم، لما لذلك من أثر واضح في تركيز الطلبة والتفاعل وحتى الحياة الجامعية والاجتماعية. ويختم تعليقه "لا يمكن للتعليم الإلكتروني إيصال نفس جودة المعلومة التي يوصلها التعليم العادي، فهو لا يوازي التعليم العادي في كثافته وكفاءة المعلومة".

"

# ما بين التعليم العادي والإلكتروني

## طلبة الجامعات في البحرين: تجربة الكورونا علمتنا وأضافت لقدراتنا

من دون سابق إنذار، وجدنا أنفسنا مضطرين، أهالي وطلبة وواد تعليمية، لأن نتعامل مع أزمة جائحة فيروس الكورونا، التي اجتاحت وعرقلت وتركت أثرها على جميع الدول وجميع القطاعات ومن بينها قطاع التعليم بمختلف مستوياته.

الاستجابة كانت سريعة وحكيمة من قيادة مملكة البحرين الرشيدة ومن الحكومة والجهات المعنية من وزارات وهيئات حكومية، وذلك لاتخاذ القرارات ولوضع خطط تضمن استمرارية التعليم والتحصيل الدراسي، في المقابل فإن هذه المرحلة أعطت طلبتنا تجربة جديدة بكل ما فيها من تحديات ومتغيرات. اليوم ونحن نقبل على بدء العام الدراسي الجديد، ونحن نعرف تماماً أنه لن يكون كباقي الأعوام الدراسية، وأنه علينا التعامل مع الإجراءات الاحترازية التي تفرض علينا الكثير من المتطلبات، بدرجة عالية من المسؤولية لحماية الجميع ولضمان استمرارية سير العملية التعليمية بشكل سلس، أردنا أن نطلع على أثر تجارب الأشهر الماضية على طلبة قطاع التعليم العالي في الجامعات والمعاهد وما التحديات التي واجهوها، وما تطلعاتهم لبدء العام الدراسي الجديد في هذه الظروف الاستثنائية.

## ضغوط أقل

مريم فيصل، طالبة في الجامعة الأهلية، ترى أن التعليم تأثر بشكل كبير ولكن تم تعويضه بطريقه أخرى من حيث إتاحة الخيار للطلبة إما بامتحان نهائي أو فقط اجتياز المقرر، وتقول مريم "بالنسبة لي، كوني في السنة الأخيرة، كنت أحتاج أن أتعلم بشكل دقيق، خصوصاً أن ما سأتعلمه الآن سيستخدم في مقررات التخرج، وهو ما يشكل عبئاً كبيراً على الطالب لفهم واستطلاع كل تفاصيل المقرر". وتؤكد مريم أن سهولة التواصل مع المدرسين من الأمور الأساسية، وتقترح توافر إمكان زيارات الحرم الجامعي في حال الحاجة لذلك". وعن تجربتها مع التعلم الإلكتروني عن بعد خلال الأشهر الماضية أيهما تفضل التعلم عن بعد أم التعليم العادي ولماذا، تقول "لا يوجد ضغوط نفسية في حالة التعلم العادي، خصوصاً مع كثرة المهام والتقييمات والمشروعات وهو ما يشكل ضغطاً عالياً على الطالب وبشكل خاص في حال تقديمه لعدد كبير من المقررات. وترى مريم أن التعليم عن بعد أنه فيه الكثير من التحديات والصعوبات في إيصال المعلومة وتوضيحها".



مريم فيصل  
طالبة في الجامعة الأهلية

## إيجابيات وفرص

أما السيد علي محمود، طالب في جامعة البحرين، فيقول "للتعليم الإلكتروني أثر إيجابي على عملية التعلم؛ لما يضمنه من وسائل متعددة من نصوص ومواد سمعية وبصرية، إلى جانب سهولة الوصول لها، ما يساعد على زيادة مستوى الفهم والاستيعاب للمادة العلمية. كما وفر هذا الأسلوب فرصة أكبر لاستخدام الأجهزة الإلكترونية الخاصة بشكل تفاعلي وإيجابي أكثر"، ويضيف "من أهم الأمور التي تدعم أسلوب التعليم الإلكتروني ويجب أن توفرها الجامعات والمعاهد هي المادة التعليمية التفاعلية التي تناسب هذا الأسلوب وتعطي فعالية أكبر له. أيضاً توفير الدعم الفني الذي يكون مرجعاً للطلاب في حال حدوث أي مشكلة أو للإجابة على استفساراتهم". وعن تجربته مع التعلم الإلكتروني يقول "لكل أسلوب تعلم إيجابيات وسلبيات ولكن أفضل أن يتم الدمج بين النظامين وهو النظام المزدوج الذي يجمعهم معاً. أي تكون المادة التعليمية مقسمة بين لقاءات مباشرة ولقاءات عن بعد عبر الوسائل الإلكترونية. حيث يوفر هذه النظام من وجهة نظره مزيداً من الاستقرار التعليمي. ويرى أن جودة التعليم لم تتأثر بنقلها لتجربة إلكترونية عن بعد بل على العكس، فهو على حد تعبيره يعطي فرصة لزيادة جودة التعلم من خلال توافر سبل أكثر للدراسة. كما فتح التعلم عن بعد للجامعات والمعاهد آفاقاً جديدة ذات قيمة عالية من خلال استخدام الطرق غير تقليدية المتوافرة حالياً وتساهم في رفع الجودة لمستويات عالية.

## الجامعات بذلت جهدها

حسين فؤاد، طالب في الجامعة الأهلية، يقول "تأثر التعليم بشكل كبير بسبب الأوضاع الحالية وليس لأنه عن بعد فقط، بل تأثرنا به نفسياً وذهنياً، أصابنا الإرهاق والتعب النفسي، لم يعد باستطاعتنا أن نتحمل أكثر كوننا طلاباً يخوضون المرحلة الأخيرة من الجامعة"، ويضيف "الجامعات بذلت ما في وسعها لتسهيل التعليم الإلكتروني لكن لم يختلف الوضع، فإما أن نواجه نحن الطلبة مشاكل في أجهزتنا كالإنترنت أو يواجه الأساتذة هذه المشكلة نفسها وهي مشكلة واحدة من أصل مشاكل أخرى عدة، التعليم عن بعد لا يمكن أن يسهل بل إنما يزداد صعوبة على الطلبة والكادر التعليمي".

وبفضل فؤاد التعليم العادي ويقول "التعليم العادي أفضل عندما نجلس مع الدكتور وجهاً لوجه ونستطيع التحدث معه دون انقطاع بسبب الإنترنت، وهو الأمر الذي يسهل التعليم بشكل كبير، دون أن ننفي أن التعليم الإلكتروني لا يقلل من جودة التعليم في الجامعات والمعاهد، فجميع الطلاب مشتاقون للعودة إلى الجامعة".

## مواقع خاصة



محمد جمشير فيروز  
جامعه AMA

محمد جمشير فيروز، طالب بجامعة AMA، يرد على سؤالنا: هل تأثر تعليمك الجامعي بتغيير أسلوب التعليم من التعليم المباشر إلى الإلكتروني عن بعد؟ فيقول "في بعض المواد تأثرت بنسبة قليلة جدًا"، ويضيف عن أهم الأمور التي يرى أن من المهم للجامعات والمعاهد توفيرها لتسهيل التواصل والتعلم الإلكتروني على الطلاب خلال الفترة المقبلة "من المهم أن يكون لديها موقعها الخاص وتوفير جميع الملتزمات لدى الطالب مثل الرسوم البيانية وملتزمات مواد المحاسبة". ويميل محمد للتعليم المباشر لسرعة وصول المعلومة للطلاب، ومن وجهة نظره أن هذا لا يمنع من توافر بعض المواد بالتعليم عن بعد".

زهراء حسن، طالبة في جامعة البحرين، ترى أن التغيير الذي حصل كان صعباً، وأن أساليب التعليم تأثرت بالانتقال من المباشر إلى الإلكتروني عن بعد. وتؤكد زهراء أن من أهم الأمور التي تعزز فاعلية التعليم عن البعد توافر خدمات اتصال وانترنت قوية، ولعل هذه الأمور هي التي تجعلها تميل بشكل أكبر للتعليم العادي التقليدي بعيداً عن التعلم عن البعد، خصوصاً، من وجهة نظرها، أن التعليم عن بعد يجعل من الصعب إرسال المعلومة بشكل واضح.



نور الهدى نورس العنيسي  
جامعة البحرين

## مقررات نظرية وعملية

نور الهدى نورس العنيسي، طالبة بجامعة البحرين، تقول "لقد تأثر مستوى التعليم بشكل كبير بين التعليم المباشر والتعليم الإلكتروني، ما أدى إلى انقسام الطلبة إلى قسمين، الأول منهم قد تأثر سلباً، ما أدى إلى عدم قدرة الطلاب على استيعاب الدروس عبر المنصات الإلكترونية وعدم وجود كتب لفهم الدروس منها، والبعض الآخر تأثر إيجاباً، ما أدى إلى ارتفاع المعدلات الجامعية بسبب التعلم عن بعد عن طريق التعليم الإلكتروني". وتضيف "من وجهة نظري، كوني طالبة جامعية، كانت مواجهة الصعوبة لدينا في الإنترنت، خصوصاً في تقديم شبكة انترنت عالية الجودة وتوفير أجهزة لابتوب للطلاب الذين ليس لديهم أجهزة". وتفضل نور الهدى التعليم العادي؛ كونها تدرس في كلية التربية الرياضية، إذ إن مجالها يتطلب فهماً للمهارات المعتمدة في كل مقرر. وتقول "كان من الصعب التأقلم مع التعليم الإلكتروني وذلك أدى لعدم فهم معظم المهارات المطلوبة في أكثر المقررات العملية، وأما بالنسبة للمقررات النظرية فقد كانت مفهومة وواضحة وسهلة الفهم".

## نقاش وتفاعل

يعلق عبدالله راشد، طالب في جامعة البحرين، عن رأيه بمدى تأثير التعليم بتغيير أسلوب الشرح من مباشر إلى إلكتروني عن بعد فيقول "للأسف، من وجهة نظري تأثر على النحو الأسوأ نوعاً ما، إذ إنه يقلل تركيز الطالب ويأثر على الاستيعاب ويقلل النقاش والأسئلة المطروحة"، ويؤكد عبدالله ضرورة فتح المجال لتفاعل الطلبة مع الأساتذة من خلال التواصل والأسئلة، ويضيف "لكل منهم سلبياته وإيجابياته ولكن التعليم العادي يسهل على الطالب التواصل مع دكتور المادة وطرح كمية الأسئلة لتوضيح ما لم يستوعبه الطالب من خلال الشرح الإلكتروني، كما أن التعليم العادي أكثر مصداقية في الامتحانات، حيث توجد رقابة أكثر في اللجنة"، ويختم كلامه "من وجهة نظري يقلل هذه الأمر من جودة التعليم والفهم، ومن ناحية أخرى يصعب على أستاذ المادة تحديد مستوى الطالب".

# “سنتربوينت”

وجهتكم الشاملة لجميع مستلزمات  
العودة إلى المدارس

تزامنًا مع اقتراب موسم العودة إلى المدارس، يقدم "سنتربوينت"، أكبر وجهة للأزياء في المنطقة، مجموعة شاملة من المنتجات والمستلزمات المدرسية التي تلبي مختلف احتياجات الأطفال وتنقلهم إلى الأجواء المدرسية الغنية بالمرح والفائدة، سواء للعودة الفعلية إلى المدارس أو التعلم عن بعد أو كليهما معًا.

يضم متجر "سنتربوينت" أربع علامات تجارية شهيرة تشمل: رعاية الأمومة، سبلاش، شومارت، لايف ستايل، تحت سقف واحد، وتشمل مجموعته الجديدة لموسم العودة إلى المدارس تشكيلة واسعة من الحقائب والأزياء والأحذية وصناديق الغداء والقرطاسية، وهي متوافرة بقيمة متميزة وبخيارات تناسب جميع الأعمار. ويهدف توفير بيئة مثالية للتعلم عن بعد، تضم تشكيلة هذا العام مقاعد الدراسة بأنماط مستوحاة من أشهر الشخصيات المفضلة لدى الأطفال، إضافة إلى الكراسي المخصصة للدراسة وألواح الكتابة وسماعات الرأس والملحقات المكتبية.





وبما أن اختيار الحقائب المدرسية تجربة يعشقها الصغار أثناء استعدادهم للعودة إلى المدارس، يقدم "رعاية الأمومة" مجموعة واسعة من حقائب الظهر والحقائب المزودة بعجلات بتصاميم ورسومات مستوحاة من الشخصيات والألعاب والرياضات المفضلة لديهم. ويهدف إضفاء مزيد من المرح والتشويق على أجواء العودة إلى المدارس، تأتي مجموعة المستلزمات المدرسية للأولاد مزينة برسومات وشخصيات من عالم السرعة والمغامرات مثل "سبايدرمان" و"باتمان" و"سونيك" و"باو باترول" و"سبونج بوب" و"فورت نايت" و"فيراري" وغيرها الكثير. ويمكن للفتيات اختيار ما يناسبهن من الحقائب والقرطاسية المزركشة برسومات شخصياتهن المفضلة مثل "أميرات ديزني" و"أنا" و"السا" من فيلم "فروزن"، و"ترولز"، "هالو كيتي"، "دمى لول"، و"رينبوكورنز". وللمرة الأولى، يقدم "سنتر بوينت" تشكيلة من حقائب الظهر المزينة بالألوان الزاهية برسومات وصور مطبوعة لشخصيات "جوجو سيوا" و"روكو" و"تيتريس".



ولتمكين أطفالكم من ترك انطباع متميز في يومهم الدراسي الأول، تقدم "لايف ستايل" مجموعة فريدة من المستلزمات المدرسية العصرية بأسعار تبدأ من 2.9 دينار وتضم قائمة واسعة من المنتجات الرياضية لعلامات "فرانكلين ومارشال" و"جي وولد" و"سبورت ليجند" و"ستيب أب فور ميولا 1" و"مينمي" و"مارشملو" و"بيبي جينز". وتتأسي التشكيلة الكاملة من الحقائب المزودة بعجلات وحقائب الظهر وحقائب الغداء وصناديق الغداء وحافظات الأقلام الرصاص وزجاجات المياه، مزينة بمجموعة مذهلة من رسومات أحادي القرن وحوريات البحر والرسومات الفضائية وتصاميم الورود الزاهية بألوان جذابة.





أما اليافعين الراغبين بتشكيلة جديدة تزين خزانة ملابسهم، فبوسعهم اختيار ما يناسبهم من تشكيلة "سبلاش" من الملابس وحقائب الظهر العصرية والإكسسوارات الاستثنائية بدءًا من القمصان القطنية 100% برسومات ومطبوعات مميزة؛ والقمصان القطنية من قماش ساتان ليكرا، وسراويل برمودا القصيرة المحبوكة، وسراويل الجينز للأولاد والسراويل القماشية، والسراويل الضيقة، وسراويل الجينز الضيقة ذات الخصر المرتفع، والسراويل المريحة، والقمصان ذات التصميم والأقمشة مميزة للفتيات، إضافة إلى الملابس الرياضية والأساسية. فسارعوا إلى شراء الأزياء المريحة والأنيقة للانتقال بسلاسة من حصص التعلم عن بعد إلى الفصول الدراسية الفعلية. وفي ظل أزمة "كوفيد 19" المستمرة، يتوقع لقوائم التسوق للعودة إلى المدارس أن تكون مختلفة هذا العام. ومهما كانت احتياجاتكم، كونوا على ثقة أن "سنتر بوينت" يوفر وجهة تسوق شاملة لجميع مستلزمات العودة إلى المدارس.

مجموعة العودة إلى المدرسة متاحة الآن في متاجر سنتر بوينت في مجمع الواحة الجفير ومجمع الواحة الرفاع وسيتي سنتر البحرين. يمكن للعملاء أيضًا التسوق من منازلهم المريحة على

WWW.CENTREPOINTSTORES.COM

ولأن الأحذية عنصر أساسي على قائمة التسوق لموسم العودة إلى المدارس، تقدم "شومارت" مجموعة متنوعة من الأحذية المريحة والأنيقة للصفوف الدراسية وأوقات اللعب. ويوفر "سنتر بوينت" جميع احتياجات الصغار من الأحذية سواء للزّي الرسمي باللون الأسود أو الأحذية الأنيقة للفتيات، وصولًا إلى الأحذية البيضاء والرياضية. وتوفر علامات الأحذية الرياضية الرائدة مثل "كابا" و"بوما" وصولًا إلى "سكيتشرز" و"كانجاروز" مجموعة من الأحذية المناسبة للمدرسة والأنشطة الرياضية.

وعلاوة على ذلك، تقدم "شومارت" مجموعة من حقائب الظهر المتينة بألوان وتصاميم عملية مميزة من علامات تجارية رائدة مثل "أديداس" و"نايكي" و"كابا" و"بوما" و"لي كوبر"، لتضفي بذلك لمسة متفردة على تشكيلة العودة إلى المدارس، وهي مناسبة لمختلف احتياجات أطفالكم سواء الدراسية أو الرياضية.



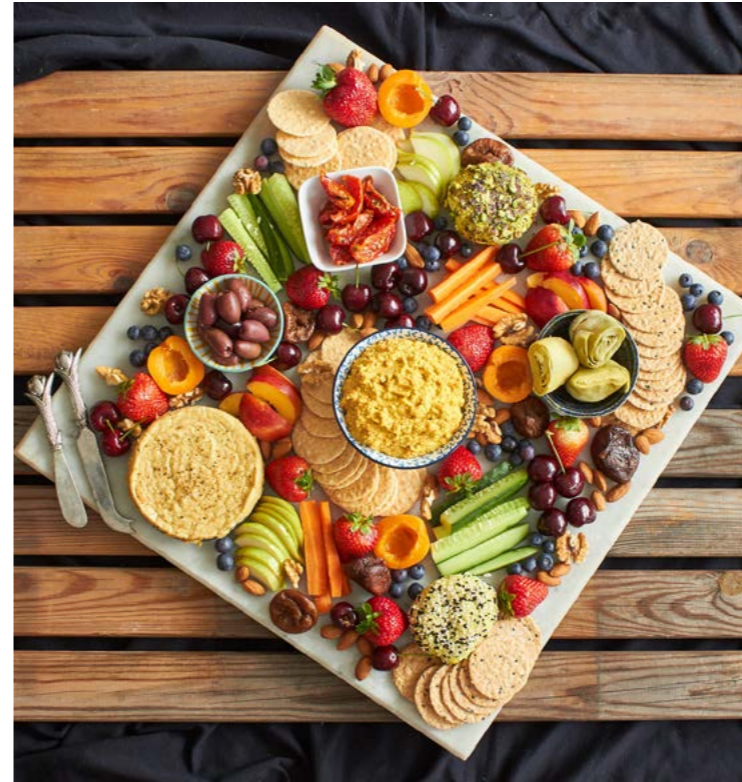


# البلاتر

## غذاء العين قبل المعدة

رائعة لمائدة المناسبات والحفلات، وتجمع الأهل والأصدقاء، فالجميع يحبها! سهلة التنفيذ ولا تستغرق الكثير من الوقت أو المشقة، فعليك فقط استخدام طبق خشبي، 4 أجبان مختلفة المذاق مقطعة أو كاملة مع وضع السكين، قطع الخبز المتنوع والكراكرز المفضل، ثم أضيفي قطع الفواكه المجففة كالتين والمشمش وبعضاً من الفواكه الطازجة كالفاولة والعنب. ولا تنسي أن تضيفي المكسرات، فإنها تضيف جمالا ونكهة مميزة لطبقك. إضافة القليل من الجام والعسل سيجعل المذاق شهياً أيضاً.

لمحبي اللحم يمكنك إضافة قطع من اللحم المقدد أو التركي على الجانب. يمكنك الإبداع في عمل بلاتر الأجبان كما تحببه، فلا توجد قواعد ثابتة. استلهمي طبقك المقبل من بعض الصور المختارة لك بعناية في الصفحات التالية.





## عصير الشمام

الشمام مصدر قوي للصحة، فهو مليئة بالعديد من العناصر الغذائية التي تبدو تقريبًا من الفواكه الخارقة، وهو متوافر بكثرة في الصيف ولديه نسبة عالية جدًا من محتوى الماء فيها، ما يجعله باردًا ورطبًا. من فوائد الشمام أنه يتحكم في ضغط الدم ويقوي العيون، كما يساعد في إنقاص الوزن والسيطرة على مرض السكري. ومن دوره معالجة القروح ومنع حصوات الكلى من التكون، ويعالج اضطرابات النوم.



## عصير الصبار

فوائد عصير الصبار: كان عصير الصبار تقليديًا جزءًا من العديد من مستحضرات الأيورفيدا والأدوية والمقويات. إليكم 7 أسباب تجعلكم تشربونه كل يوم، فهو محمل بالفيتامينات والمعادن، يحارب اضطرابات الجهاز الهضمي، يطرد السموم من الجسم، مثالي لعلاج فقر الدم، يوازن المشاكل الهرمونية، ممتاز للشعر والبشرة، وأخيرًا تعزيز الحصانة.



## عصير البطيخ الأحمر

البطيخ من الفواكه الباردة والمنعشة في الصيف الغنية بالفيتامينات المفيدة للجسم، بالإضافة إلى أنه أحد أهم مصادر الألياف الطبيعية، ويتميز بقدرته على علاج العديد من الأمراض. يمكنكم تحضيره بخلط نصف كيلو من البطيخ بعد إزالة البذور منه مع مكعبات الثلج بكل سهولة واستمتعوا بمذاقه اللذيذ.



## عصير الليمون بالنعناع

يعد عصير الليمون والنعناع من أكثر أنواع العصائر فائدة لجسم الإنسان؛ لاحتوائه على مكونات غنية بالفيتامينات والمواد المضادة للأكسدة بالإضافة إلى الأملاح المعدنية. وهو يساهم في التخلص من عسر الهضم، ويساعد في الحفاظ على صحة القلب، وتقوية عضلاته. يعتبر من المشروبات التي تزيد من نشاط الدورة الدموية في الجسم. ينصح بتناوله لمن يتبعون أنظمة غذائية لتخفيف الوزن؛ لأنه يساعد على حرق مزيد من السعرات الحرارية. يستخدم في التخلص من أوجاع المغص.

## سلطة الدجاج المشوي بتتبيلة المانجو

### المكونات

#### للدجاج المشوي

- ملعقة كبيرة زيت زيتون
- 6 أفخاذ دجاج منزوعة الجلد والعظم
- ½ كوب صلصة المانجو والكزبرة (جاهزة)

#### للسلطة

- 5 أكواب من الخس المقطع
- 2 خيار مقطع مكعبات
- فلفل حلوة مقطعة شرائح رقيقة
- حبة أفوكادو ناضجة ومقطعة
- ½ كوب كزبرة مفرومة
- ½ كوب صلصة سلطة المانجو والكزبرة

### الخطوات

- ابدئي بتتبيل الدجاج في نصف كوب من صلصة سلطة المانجو والكزبرة. يترك جانباً لمدة 15 دقيقة.
- أضيفي زيت الزيتون إلى مقلاة، واطبخي الدجاج لمدة 15 دقيقة، مع التقليب حتى المنتصف. اتركيه لمدة 5 - 10 دقائق قبل التقطيع.
- لتجميع السلطة، أضيفي الخس والخيار والفلفل والأفوكادو والكزبرة والدجاج المشوي إلى وعاء كبير.
- صبي الصلصة في الأعلى وقلبيها حتى تتجانس. قدميها على الفور وإلا تصبح السلطة رطبة.

## سلطة بانزانيا بالخوخ المشوي مع الطماطم

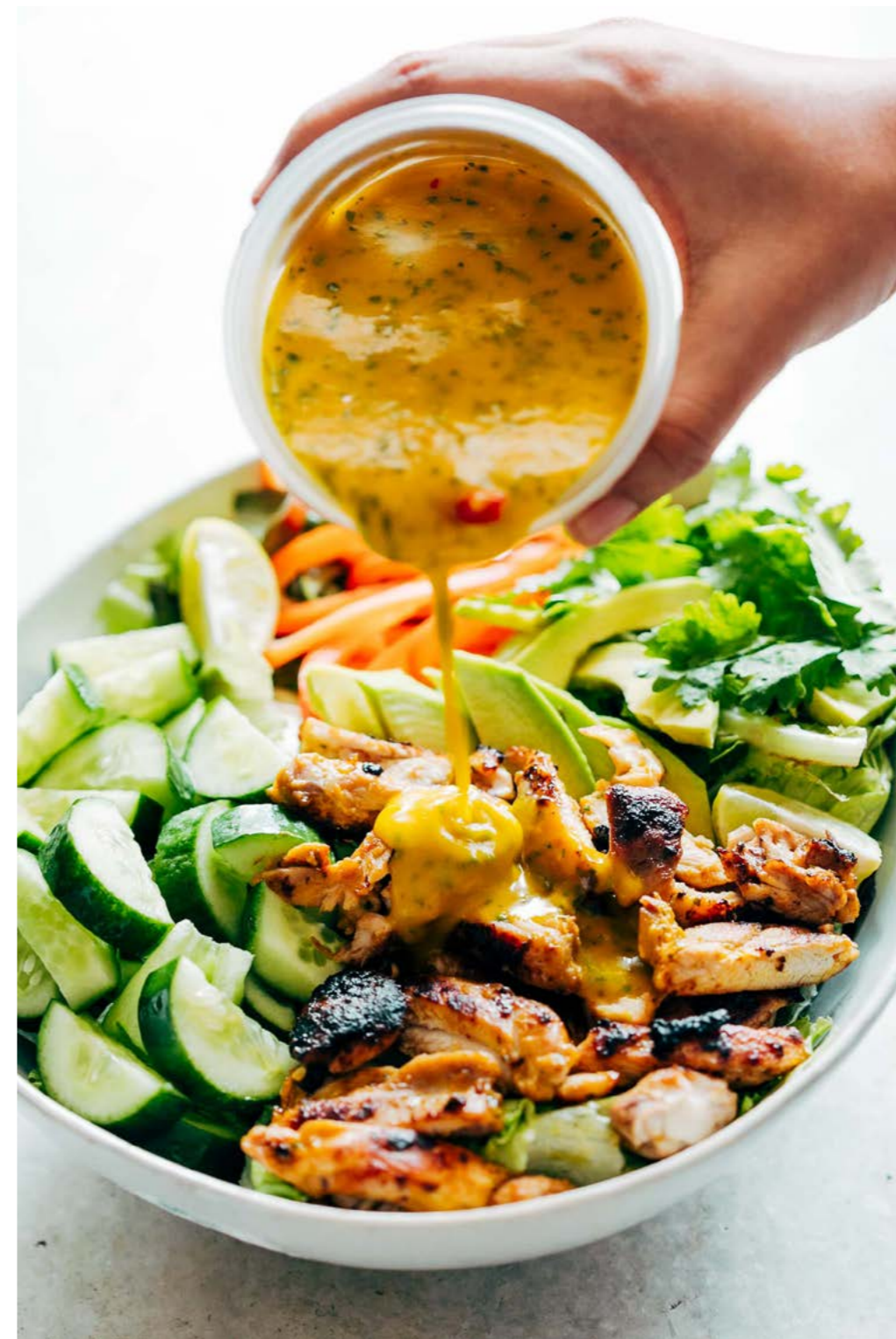
### المكونات

#### القاعدة

- 3 خوات مقطعة
- 1 ½ نصف طماطم كرزية مقطعة نصفين
- ¼ كوب + ملعقة كبيرة زيت زيتون
- 4 أكواب مكعبات الخبز
- 2 ملعقة طعام من الخل الأبيض
- ملعقة كبيرة من العسل
- ¼ كوب ريحان مقطع
- ¼ كوب شبت مقطع
- 2 ملعقة طعام من الطرخون المفروم
- ملعقة كبيرة من البردقوش المفروم
- 2 كوب سبانخ
- كوب جرجير صغير
- ½ كوب جبن ماعز مفتت
- ملح البحر والفلفل الأسود

### الخطوات

- سخني الفرن مسبقاً على 375 درجة فهرنهايت. أضيفي 4/3 من الخوخ المقطع إلى صينية خبز واحدة. أضيفي ملعقة كبيرة من الزيت ورشي القليل من ملح البحر الناعم. أضيفي نصف كمية الطماطم الكرزية إلى صينية الخبز الثانية. أضيفي ملعقة كبيرة من الزيت ورشيها بملح البحر الناعم.
- ضعي الخوخ على صينية الخبز وحمصيه في الفرن لمدة 15 دقيقة، وقلبيه في منتصف الوقت حتى يصبح طرياً ويصبح لونه بنيًا. يرفع عن النار ويوضع جانباً. ثم قومي بشوي الطماطم لمدة 30 دقيقة، مع التقليب، حتى تتشقق، وارفعيها عن النار وضعيها جانباً.
- على صينية خبز ثالثة مبطنه بورق، أضيفي مكعبات الخبز. تُسكب المكعبات بملعقة كبيرة من الزيت وتتبّل بالملح والفلفل الأسود.
- ضعيها في الفرن واطهيها لمدة 30 دقيقة، وقلبيها حتى تصبح مقرمشة وذهبية اللون. ارفعيها عن النار وضعيها جانباً.
- في وعاء كبير، اخفقي ملعقتين كبيرتين من الزيت (أضيفي مزيداً إذا لزم الأمر) والخل والعسل والريحان والشبت والطرخون والأوريغانو مع الملح والفلفل الأسود. أضيفي السبانخ، الجرجير، الخوخ (المحمص)، الطماطم (المقطعة والمقرمشة)، ومكعبات الخبز. يقلب حتى يغطي ويخلط جيداً. يترك جانباً في درجة حرارة الغرفة للسماح بتذويب النكهات لمدة نصف ساعة تقريباً قبل التقديم.
- رشيه بجبن الماعز وقدميه.



## سلطة السبانخ بالأفوكادو مع بذور الخشخاش



### المكونات السلطة

- 6 أكواب سبانخ طازجة
- لتر فراولة مقشرة ومقطعة
- حبة أفوكادو، مقشرة، منقوعة ومكعبات (أو يمكنك المضاعفة لحبتين)
- 4 أونصات من الجبن الأزرق المتفتت (أو جبن الماعز أو الفيتا)
- ¼ كوب شرائح لوز محمص
- نصف بصلة حمراء صغيرة مقطعة شرائح رفيعة

### تتبيلة بذور الخشخاش

- ¾ كوب زيت أفوكادو (أو زيت زيتون)
- 3 ملاعق كبيرة من خل التفاح
- 2 ملعقة طعام من العسل
- ملعقة كبيرة من بذور الخشخاش
- رشة خردل جاف أرضي (اختياري)
- ملح البحر الناعم والفلفل الأسود

### الخطوات

- لعمل تتبيلة بذور الخشخاش، اخفقي جميع المكونات معًا حتى تمتزج. أضيفي قليلا من الملح والفلفل أو أكثر حسب الذوق.
- للسلطة، أضيفي جميع المكونات مع الكمية المرغوبة من الصلصة حتى تمتزج. وقدميها على الفور.

## سلطة العنب وجوز البيقان



### المكونات

- 2 ½ رطل من العنب الأحمر والأخضر
- 4 ملاعق جبن كريمي
- ½ جرام كريمية حامضة
- ¼ ملعقة صغيرة ملح
- 3 ملاعق كبيرة سكر بني فاتح
- 4/3 جرام جوز البيقان المحمص

### الخطوات

- قطع العنب إلى نصفين.
- قلبي الجبنة الكريمة والقشدة الحامضة والملح وملعقتين كبيرتين من السكر البني في وعاء حتى يذوب السكر. ثم أضيفي العنب وقلبي بلطف حتى يغطي.
- ضعي البيقان والسكر البني المتبقي قبل التقديم مباشرة.



## دواوشي اسكندرانيه

### الخطوات

- في وعاء، ضعي الخميرة والسكر و¼ كوب من الماء، وقلبي جيدًا، ثم ضعيه في مكان دافئ ومظلم لمدة 15 دقيقة.
- في وعاء آخر، ضعي الدقيق واللبن البودرة والزيت واعجني جيدًا.
- أضيفي خليط الخميرة واعجني، ثم أضيفي الماء تدريجيًا، حتى تحصلي على عجينة طرية ومتماسكة.
- غطي الوعاء بفوطة نظيفة، ثم ضعيه في مكان دافئ لمدة 60 دقيقة.
- في وعاء كبير، ضعي اللحم والبصل والفلفل الأخضر والحوار والملح والفلفل الأسود والبهارات، واعجني جيدًا. غطي الوعاء، ثم ضعيه في الثلاجة لمدة ساعة.
- سخني الفرن عند درجة حرارة 180. قسمي العجين واللحم إلى كرات، ثم افردى الكرة الأولى، ثم افردى كرة اللحم فوق كرة العجين. افردى الكرة الثانية من العجين، ثم ضعيها فوق اللحم، ثم اغلقي طرفي العجين بالشوكة أو كالمضغرة. كرري هذه الخطوات مع باقي العجين واللحم.
- ادھني الوجه بالزبد، ثم رصيها في صينية مدهونة بالزيت. ضعي الصينية في الفرن لمدة 25 - 30 دقيقة، حتى يُصبح اللون ذهبيًا.

### المكونات

- 3 أكواب دقيق
- كوب ماء دافئ
- 3 ملاعق كبيرة لبن بودرة
- ملعقة كبيرة سكر، ملعقة كبيرة خميرة فورية
- ¼ كوب زيت
- ½ كيلو لحم مفروم
- ½ كيلو بصل مفروم فرغًا ناعمًا
- 3 ثمرات متوسطة الحجم
- فلفل أخضر مفروم فرغًا ناعمًا
- قرن فلفل حار مفروم
- ملعقة صغيرة بهارات مشكلة، أو بهارات حواوشي
- ملح وفلفل أسود

## ماك أند جيز القرنبيط

### المكونات

- 3 ملاعق كبيرة زيت الزيتون
- علبة معكرونة
- قرنبيط متوسطة الحجم مقطعة شرائح رقيقة
- 4 فصوص ثوم مقطعة
- حبة بصل كبيرة مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ملح وفلفل أسود مطحون
- كوب جبن شيدر أبيض مبشور
- ½ كوب جبن البارميزان المبشور
- ¼ ملعقة صغيرة مسحوق الخردل
- رشة فلفل حريف
- 1 ½ ج. فتات خبز محمص مطحون
- ½ ج. بقودونس طازج مفروم

### الخطوات

- سخني الفرن إلى 425 درجة فهرنهايت. ثم ادھني الطبق بخفة بغطاء 9 x 13 بوصة. واطبخي المعكرونة حسب تعليمات العبوة.
- سخني ملعقتين كبيرتين من الزيت في قدر كبير على نار متوسطة. أضيفي القرنبيط والثوم والبصل مع الملح.
- اطهي المزيج مع التحريك من حين لآخر حتى ينضج لمدة 15 إلى 20 دقيقة. أضيفي 4 أكواب من الماء واتركيها على نار خفيفة حتى تصبح الخضار طرية للغاية لمدة 10 إلى 12 دقيقة. صفى الخضروات وديها تبرد قليلًا. احتفظي بماء الخضروات المصفى جانبًا.
- اخلطي الخضروات، الشيدر، البارميزان، مسحوق الخردل، الفلفل الحريف في الخلاط (وفقًا لحجم الخلاط، قد تحتاج إلى القيام بذلك على دفعتين). حتى تنهرس، أضيفي ماء الخضروات بما يكفي فقط لتحريك الخليط، حتى يصبح سلسًا، من دقيقة إلى دقيقتين.
- أضيفي الصلصة إلى المعكرونة وقومي بخلطها.
- نقل إلى صحن الخبز المعدة. يُمزج الخبز المحمص المطحون والبقودونس معًا وملعقة كبيرة من الزيت في وعاء. يتبل بالملح والفلفل، يرش المعكرونة.
- اخبزها حتى يصبح لونها بنيًا ذهبيًا، لمدة 14 إلى 16 دقيقة.



## برجر السلمون

### المكونات

- 14 أوقية من سمك السلمون المجفف
- بيضة كبيرة مخفوقة
- ½ ج. فتات الخبز
- فص ثوم مفروم
- عصير ليمونة وبشرها
- 2 ملعقة كبيرة شبت مفروم طازج
- ملعقة كبيرة خردل
- ملعقة صغيرة صلصة وسترشير
- ½ ملعقة صغيرة رقائق الفلفل الأحمر
- ملح
- فلفل أسود
- ملعقة كبيرة زيت زيتون

### للتقديم

- خبز همبرجر
- مايونيز
- خس
- طماطم
- بصل أحمر

### الخطوات

- في وعاء كبير، اخلطي سمك السلمون مع البيض وفتات الخبز والثوم وبرش الليمون والعصير والشبت والخردل ووسترشير ورائق الفلفل الأحمر.
- يتبل بالملح والفلفل ويقرب حتى يمتزج تماما، ثم تشكل في 3 إلى 4 فطائر سمك.
- يسخن الزيت في مقلاة كبيرة، أضيفي الفطائر واطهيها حتى تصبح ذهبية، حوالي 4 دقائق على كل جانب.
- قدمي الفطائر على الخبز مع المايونيز والخس والطماطم والبصل.

## فاهيتا الدجاج

### المكونات

- ½ ج. زيت زيتون
- ¼ ج. عصير ليمون من حوالي 3 ليمونات
- 2 ملعقة صغيرة كمون
- ½ ملعقة صغيرة رقائق الفلفل الأحمر
- رطل صدور دجاج منزوعة الجلد والعظم
- ملح
- فلفل أسود مطحون طازج
- 3 حبات فليفلة مقطعة شرائح رفيعة
- بصلة كبيرة مقطعة شرائح رفيعة
- تورتيلا للتقديم

### الخطوات

- في وعاء كبير، اخفقي نصف كوب من الزيت وعصير الليمون والكمون ورائق الفلفل الأحمر. يتبل الدجاج بالملح والفلفل، ثم يضاف إلى الوعاء ويقرب حتى يغطي.
- اتركي الخليط في الثلاجة لمدة 30 دقيقة على الأقل وما يصل إلى ساعتين.
- عندما تصبح جاهزاً للطهي، سخني ملعقة كبيرة من الزيت في مقلاة كبيرة على نار متوسطة. أضيفي الدجاج ويطهى حتى يصبح ذهبياً لمدة 8 دقائق لكل جانب.
- اتركيها لمدة 10 دقائق ثم قطعيها إلى شرائح.
- أضيفي الفلفل والبصل إلى المقلاة واطهيها حتى تصبح طرية لمدة 5 دقائق.
- نضيف الدجاج ونقلب حتى تمتزج.
- تقدم مع التورتيلا.



## تاكو الدجاج الحار والأناناس

### المكونات

- 2 رطل من صدور الدجاج منزوعة الجلد والعظم
- ½ بصلة حلوة مقطعة مكعبات
- 2 فص ثوم مفروم أو مبشور
- 2 ملعقة صغيرة من مسحوق الفلفل الحار
- ملعقة صغيرة بابريكا
- ½ ملعقة صغيرة من الكمون
- ملعقة صغيرة ملح كوشير
- 1 - 2 فلفل حار مجفف مطحون
- ½ كوب عصير أناناس
- كوب من قطع الأناناس الطازج
- حبة فليفلة بوبلانو مقطعة
- خبز التورتilla والذرة، والجبن الأبيض، وشرائح الأفوكادو، للتقديم

### صلصة الأناناس والرمان

- كوب من قطع الأناناس الطازج
- حبات رمان
- حبة هالابينو، مصنفة، حسب الرغبة، ومفرومة
- ¼ كوب كزبرة طازجة مفرومة
- عصير ليمون

### الخطوات

- في وعاء، اخلطي الدجاج، البصل، الثوم، الفلفل الحار، الفلفل الأحمر، الكمون، الملح، الفلفل الحار، عصير الأناناس، الأناناس، وفليفلة بوبلانو.
- غطيه ودعيه يطهى لمدة 20-25 دقيقة.
- بمجرد الانتهاء من الطهي، قطعي الدجاج باستخدام شوكتين.
- لتحضير الصلصة، في وعاء، اخلطي الأناناس، أرز الرمان، الهالابينو، الكزبرة، عصير الليمون، وقليلًا من الملح.
- يحشي الدجاج في قطع التاكو ويعلوه صلصة الأناناس والجبن والأفوكادو.

## ريزوتو الهليون

### المكونات

- 1 ½ كوب أرز الريزوتو
- مرق دجاج ربع لتر
- حبة متوسطة الحجم من الكراث (أو نصف بصلة صغيرة مقطعة)
- 3 ملاعق طعام من الزبدة غير المملحة
- ملعقة كبيرة زيت نباتي
- نصف كيلو من الهليون (مقطعة إلى قطع بحجم بوصة)
- ¼ كوب جبن بارميزان مبشور (بالإضافة إلى جبن بارميزان إضافي)
- 2 ملعقة كبيرة بقدرونس إيطالي (مفروم)
- ملح (حسب الذوق)

### الخطوات

- سخني مرق الدجاج على نار هادئة في قدر متوسطة الحجم، ثم اخفضي الحرارة حتى تبقى ساخنة.
- سخني الزيت وملعقة كبيرة من الزبدة على نار متوسطة في مقلاة كبيرة ثقيلة القاع. عندما تذوب الزبدة، يضاف الكراث أو البصل المفروم. تشوي لمدة 2 إلى 3 دقائق أو حتى تصبح ناعمة وشفافة قليلاً.
- أضيفي أرز الريزوتو إلى الوعاء وقلبيه بسرعة بملعقة خشبية بحيث يتم تغليف الحبوب بالزيت والزبدة المذابة. قومي بتشويحه لمدة دقيقة أخرى تقريبًا حتى تكون هناك رائحة محمصة طفيفة، لكن لا تدعي الأرز يتحول إلى اللون البني.
- أضيفي مغرفة من مرق الدجاج الساخن إلى الأرز وقلبي حتى يمتص السائل تمامًا. عندما يبدو الأرز جافًا تقريبًا، أضيفي مغرفة أخرى وكرري العملية. تأكدي من التحريك باستمرار.
- استمري في إضافة مغارف من المرق الساخن وقلبي الأرز أثناء امتصاص السائل. أثناء طهيهِ، سيبدأ الأرز بأخذ قوامًا دسمًا عندما يبدأ في إخراج النشويات الطبيعية.
- استمري في إضافة باقي المرق، مغرفة في كل مرة، لمدة 20 إلى 30 دقيقة أو حتى تصبح الحبوب طرية ولكنها ما تزال تحتفظ بطراوتها، دون أن تكون مقرمشة. بعد حوالي 15 دقيقة، أضيفي الهليون واستمري في التقليب والتقليب. إذا نفذ المخزون ولم يتم الانتهاء من الأرز، يمكنك إنهاء الطهي باستخدام الماء الساخن. ما عليك سوى إضافة الماء كما فعلت سابقًا، مغرفة في كل مرة، مع التحريك أثناء امتصاصه.
- أضيفي 2 ملعقة كبيرة متبقية من الزبدة وجبن البارميزان المبشور والبقدرونس والملح واتركيها. زينيها بمزيج إضافي من جبن البارميزان وقدميه على الفور.

## فتات الخوخ

## المكونات

## خليط الخوخ

- 6 خوخات كبيرة مقطعة
- ¼ جرام سكر محبب
- عصير نصف ليمونة
- ½ ملعقة صغيرة قرفة مطحونة
- ½ ملعقة صغيرة زنجبيل مطحون
- رشة ملح كوشير

## التغطية

- ½ 1 جرام طحين جميع الاستخدامات
- جرام مغلف سكر بني
- ملعقة صغيرة ملح
- ¼ ملعقة صغيرة قرفة
- ½ جرام زبدة ذائبة
- آيس كريم فانيليا للتقديم

## الخطوات

- سخني الفرن إلى 375 درجة.
- لعمل الخوخ: في وعاء كبير، امزجي الخوخ والسكر وعصير الليمون والقرفة والزنجبيل والملح.
- في الطبق: في وعاء متوسط، امزجي الدقيق والسكر البني والملح والقرفة.
- اسكبي الخليط في الزبدة المذوبة وحركي حتى يشبه المزيج الفتات الخشنة.
- اسكبي الخوخ والعصائر في طبق كبير للخبز. ثم رشي الفتات بالتساوي فوق الخوخ.
- اخبزها حتى تتحول إلى طبقة ذهبية لمدة 45 إلى 50 دقيقة.
- قدميها ساخنة مع الآيس كريم، حسب الرغبة.

## كلافوتيز الكرز

## المكونات

- زبدة طرية، للوعاء
- 1 ½ ج كرز مقطع نصفين منزوع النواة
- 4 بيضات كبيرة
- ½ ج سكر
- 1 ج حليب
- ملعقة صغيرة خلاصة اللوز
- ¾ ج طحين جميع الاستخدامات
- ½ ملعقة صغيرة ملح
- سكر بودرة

## الخطوات

- سخني الفرن إلى 350 درجة وادهني طبق الخبز الدائري 9 بوصات بالزبدة.
- في الخلاط، أضيفي البيض والسكر وامزجي حتى تتكون الرغوة. أضيفي الحليب، خلاصة اللوز، الدقيق والملح وامزجي حتى تمتزج جميع المكونات. ثم صبي الخليط فوق الكرز.
- اخبزها حتى تصبح ذهبية حوالي 35 دقيقة.
- انثري السكر البودرة أعلاه للتزيين.
- قدميها دافئة أو في درجة حرارة الغرفة.



## مكعبات الليمون

### المكونات

#### القاعدة

- بخاخ طبخ مانع للالتصاق
- 1 ج زبدة بدرجة حرارة الغرفة ومكعبات
- ¼ ج سكر محبب
- ½ ج طحين جميع الاستخدامات
- ¼ ج سكر بودرة
- بالإضافة إلى المزيد للتزيين

#### الحشوة

- 2 ج سكر
- ¼ ج طحين جميع الاستخدامات
- 6 بيضات كبيرة
- ¾ ج عصير ليمون
- بشر ليمونة
- ليمونة مقطعة شرائح صغيرة للزينة

### الخطوات

- سخني الفرن إلى 180 درجة، وتبطن صينية خبز 13 x 9 بوصة بورق خبز.
- اصنعي القاعدة:
- في وعاء كبير باستخدام خلاط يدوي، قشدي الزبدة والسكر معًا حتى يصبح خفيفًا ورقيقًا من 2 إلى 3 دقائق.
- أضيفي الدقيق والسكر البودرة واخفقي حتى يتجانس.
- وزعي العجينة في صينية الخبز المحضرة واضغطي لتتسطح، ثم اخبزها حتى تصبح ذهبية خفيفة من 18 إلى 20 دقيقة.
- ارفعيها من الفرن واتركيها لتبرد لمدة 30 دقيقة.
- اصنعي الحشوة:
- في وعاء خلط كبير، اخفقي السكر والدقيق والبيض وعصير الليمون وبشر الليمون وامزجيهما حتى يمتزجا بالكامل، يُسكب القشرة، ويُعاد إلى الفرن ويُخبز حتى يثبت، حوالي 20 دقيقة.
- ارفعيه من الفرن وضعيه في الثلاجة لمدة 3 إلى 4 ساعات
- زينه مع السكر البودرة وشرائح الليمون.

## آيس كريم جوز الهند

### المكونات

- 3 علب (13.5 أونصة) من حليب جوز الهند كامل الدسم
- ¼ ج سكر محبب
- ⅓ ج مغلف سكر بني
- ¼ ملعقة صغيرة ملح كوشير
- حبة فانيليا
- 2 ملعقة كبيرة نشا الذرة
- 2 ملعقة صغيرة خلاصة الفانيليا النقي

### الخطوات

- في اليوم الذي تسبق التخطيط للتجميد، قم بتجميد وعاء صانع الآيس كريم الخاص بك، نظرًا لأن قاعدة الآيس كريم الخاصة بك ستحتاج إلى البرودة أيضًا، نقترح صنعها في الليلة السابقة أيضًا.
- أضيفي حليب جوز الهند والسكريات والملح في قدر متوسطة الحجم على نار متوسطة.
- قطعي الفانيليا إلى نصفين بالطول باستخدام سكين التقشير، اكشط من الداخل للخلف بظهر السكين وأضيفيه إلى خليط جوز الهند، يُغلى المزيج ويُحرك حتى تذوب السكريات.
- ضعي نشا الذرة في وعاء صغير، اغرفي حوالي كوب من حليب جوز الهند المغلي وأضيفيه إلى نشا الذرة، مع الخفق حتى تذوب.
- اسكبي الخليط في قدر وقلب حتى يتماسك، خففي النار وديعها تنضج حتى يتماسك الخليط حوالي 3 دقائق، للتحقق مما إذا كان الخليط سميكًا بما يكفي، قومي بتغطية الجزء الخلفي من ملعقة خشبية واسحبي إصبعك من خلاله، يجب أن يترك إصبعك خطًا نظيفًا، أزيله من الحرارة.
- اخفقي في خلاصة الفانيليا، ثم صبي الخليط في وعاء كبير وقومي بتبريده حتى يبرد تمامًا لمدة 3 ساعات وحتى الليل.
- عندما يتم تبريد الكسترد وتجميد وعاء الآيس كريم، قومي بتبريد الآيس كريم وفقًا لتعليمات الشركة المصنعة، لمدة 15 دقيقة تقريبًا، انقلي الآيس كريم إلى وعاء آمن للاستخدام في المجمد وتجميده حتى يتماسك من 2 إلى 3 ساعات، أو الليلة بأكملها.





## أعواد الموز

### المكونات

#### القاعدة

- 4 موزات
- 8 أعواد خشبية
- 1/4 ج رقائق الشوكولاته
- ملعقة كبيرة زيت جوز الهند
- 1/2 ج رشات كور القوس قزح
- كريمة مخفوقة للتقديم
- 8 حبات كرز معلب أو طازج

### الخطوات

- بطني صينية خبز كبيرة بورق برشمان وتوضع جانبًا.
- قطعي نهايات كل موزة لتسوية الجانبين، ثم قطعيهم إلى النصف.
- أدخل العصى الخشبية في كل قطعة من الموز وضعها على صينية الخبز المعدة. تجمد لمدة ساعتين.
- في وعاء متوسط آمن للاستخدام في الميكروويف، اخلطي رقائق الشوكولاته وزيت جوز الهند والميكروويف على فترات 30 ثانية، مع التقليب بينهما حتى تذوب تمامًا.
- اسكبي رشات القوس قزح في وعاء صغير آخر.
- اغمسي الجزء العلوي من كل موزة مجمدة في الشوكولاته، ثم لفي طرف الشوكولاته الذائبة في الرشات.
- أعيدها إلى صينية الخبز وقومي بتجميدها حتى تتماسك الشوكولاته لمدة 15 دقيقة تقريبًا. زينيها بالكريمة المخفوقة والكرز.

## ترايفل الفراولة

### المكونات

#### القاعدة

- 1 ج كريمة خفق
- ملعقة كبيرة من السكر
- 1/2 ملعقة صغيرة خلاصة الفانيليا
- 3 ج كعكة سارالي أو أي نوع آخر
- 2 ج فراولة مقطعة

### الخطوات

- في خلاط قائم مزود بمرفق التجديف، اخفقي الكريمة والسكر حتى تشكل مخفوق متماسك لمدة حوالي 5 دقائق.
- أضيفي الفانيليا حتى تمتزج، ثم انقلي الخليط إلى كيس الأنابيب.
- اصنعي طبقات في البرطمان من الكعك ثم طبقة خليط الكريمة المخفوقة والفراولة، وكرريها.



## جيز كيك الليمون والتوت

### المكونات

#### القاعدة

- 12 بسكويت الليمون
- 2 جرام جبنة كريمة طرية
- 3/4 ج سكر ناعم
- 2 ملعقة كبيرة عصير ليمون
- 1/2 ج كريمة ثقيلة
- 1/4 ج جام التوت
- ملعقة صغيرة قشر الليمون

### الخطوات

- ضعي قالب كب كيك مع أكواب الكب كيك ثم ضعي البسكويت في قاع كل كوب ثم ضعيه جانبًا.
- في وعاء كبير، اخفقي الجبن مع خلاطة يدوية حتى تصبح ناعمة، ثم اخفقي سكر البودرة وعصير الليمون وبرش الليمون والفانيليا والملح. أضيفي الكريمة الثقيلة واخفقي حتى تتكون القمم الرقيقة والصلبة. ثم صبي خليط الجبنة بالكريمة فوق البسكويت.
- باستخدام ملعقة صغيرة، ضعي كمية صغيرة من التوت في وسط كل كعكة تشيز كيك. استخدم مسواك (أو سيخ صغير) للتدوير.
- توضع في الثلاجة حتى تصل إلى 4 ساعات.



تعتبر شركة نفط البحرين (بابكو) من المؤسسات العالمية الرائدة التي تسعى جاهدة من أجل تحقيق أعلى مستويات الأداء والتميز المنشود في مضمار صناعة النفط. وتمثل مسيرة التعلم والتطوير في الشركة ركناً أصيلاً في هويتها التي تهدف إلى تطوير الكوادر البشرية مما يتيح للشركة تحقيق القدرة على المنافسة وتحقيق الأهداف المؤسسية

## كوكيز جوز البيقان



### الخطوات

- في وعاء متوسط الحجم، اخفقي الدقيق مع صودا الخبز والملح. ضعيها جانباً.
- في وعاء الخلاط، اخفقي الزبدة والسكر معاً حتى يصبح الخليط خفيفاً ورقيقاً (حوالي 5 دقائق). أضيفي البيض والفانيليا واخفقي حتى يتجانس.
- اخلطي المكونات الجافة حتى تمتزج تماماً؛ ثم قلبي فيه البيقان المفروم. غطي العجينة وضعيها في الثلاجة لمدة ساعة على الأقل.
- بمجرد أن تبرد العجينة، ابدئي بتسخين الفرن على درجة 350 فهرنهايت.
- شكلي العجينة على شكل كرات مقاس ابوصة وضعيها على بعد بوصتين على ورقة بسكويت مبطن بورق زبدة واخبزيها لمدة 10 دقائق أو حتى تنضج. يجب أن الكوكيز في التحول إلى اللون البني الفاتح. قم اتركه يبرد.
- في غضون ذلك، حضري الزينة. في قدر على نار متوسطة، اخلطي السكر البني والحليب. يُغلى المزيج ويُغلى لمدة 3 - 4 دقائق مع التحريك باستمرار. ارفعيه عن النار وأضيفي الزبدة والملح.
- أضيفي سكر الحلويات ثم اخفقي بالخلط الكهربائي حتى تصبح ناعمة. سوف تتماسك الزينة عندما تبرد. ومع ذلك، إذا كان يبدو رقيقاً جداً بحيث لا يمكن دهنه، أضيفي مزيداً من سكر الحلويات حتى يتحقق القوام المطلوب.
- أضيفي حوالي ملعقة كبيرة من الزينة لكل قطعة كوكيز. وزينيها بقطع جوز البيقان.

### المكونات

- 2 كوب طحين جميع الاستعمالات
- ½ ملعقة صغيرة صودا الخبز
- ¼ ملعقة صغيرة ملح
- كوب زبدة غير مملحة، طرية
- ½ كوب سكر محبب
- نصف كوب سكر بني
- بيضة كبيرة
- ملعقة صغيرة فانيليا
- ½ كوب جوز أميركي مفروم ناعم
- جوز البيقان أو البيقان المفروم للتزيين

### فروستينج السكر البني

- كوب سكر بني
- ½ كوب حليب كامل الدسم
- ملعقة كبيرة زبدة
- ¼ ملعقة صغيرة ملح
- 2 كوب سكر الحلويات

بابكو  
Bapco



دوماً نرتقي  
Empowering progress

