

# أضواء البلاد

إصدار يونيو 2022



مؤسسة  
المبرة الخليفة  
AlMabarrah  
AlKhalifia  
Foundation

## مسيرة رائدة

فهي تمكين  
الشباب  
البحريني

## صبا سيادي

التحدي الأكبر ترجمة مرثيات "الاستثمار  
في الشباب البحريني" ونجحنا فيه



احتفالات تخرج 2022

# أضواء البلاد

ملحق اجتماعي شهري

## رايات النجاح خفاقة

بين أيدينا إصدار مميز من "أضواء البلاد" يصعب علينا أن نصف محتواه. هي صفحات مشرقة ومدعاة للفخر بين قصة نجاح ملهمة وأخرى علامة فارقة وثالثة مزدانة بفرحة أنثائنا من الطلبة والطالبات وهم يعيشون لحظة النجاح المعطرة بالتهاني والأمنيات والدعوات، ورابعة نماذج من المتميزين البحرينيين في مجالات مختلفة.. هم الإضاءات بين الإثراء والتمكين ورايات النجاح.

ملفنا الرئيس يتوج إصدارنا في احتفالية الذكرى العاشرة لإنشاء "مؤسسة المبرة الخليفية" التي صاغت قيمها من أسمى المعاني بدلالتها الكبيرة: العطاء، الإتقان والتعليم حق الجميع، فهذا الكيان الحضاري الذي تأسس في العام 2011 حمل رسالة وطنية عظيمة لإحداث أثر اجتماعي إيجابي في مجال التعليم، وتمكين الشباب البحريني للوصول بقدراتهم إلى أفضل المستويات، عبر تقديم المعارف والمهارات والخبرات، ما سيعود على الشباب وعلى وطنهم بأفضل النتائج، وتماشياً مع رؤية البحرين 2030.

وماذا عن الشخصية التربوية التي عرفها كثيرون على مدى 4 عقود من الزمن كشعلة من النشاط والإلهام؟ حديث الوجه الآخر حللنا فيه ضيقاً على واحد من الرعيل الأول من التربويين وهو الأستاذ أمير قاسم، الذي يأخذنا لمحطات غنية بالإنجاز بدأت في ستينات القرن الماضي. وتتكامل بقية الصفحات في لقاءات وحوارات سنعيش في سطورها مع كوادر وطنية أضرت على النجاح، ووجدت في تمكين الانطلاقة الحقيقية في اتجاه تحويل أفكارهم وأحلامهم إلى مشروعات لها صداها وصيتها بجدارة.

على أية حال، كل ما يأمله فريق أضواء البلاد هو أن يعيش القراء الكرام في كل إصدار جديد وكأنهم يقضون وقتاً في واحة غناء جميلة تسر الناظرين، وهكذا هي بقية الأبواب الثابتة التي تحمل في تنوعها الجديد الممتع، من الصحة إلى السفر والسياحة إلى الديكورات والأزياء، ونحن نضمن أن في كل قطعة مقروعة، فائدة جمة نتمنى أن تنال استحسانكم.

أضواء البلاد

### فريق العمل

#### مديرة الملحق:

دليلة سامي أرناؤوط

#### مشرف التحرير:

سعيد محمد

#### تحرير:

فاطمة عبدالله

#### تدقيق:

كميل عبدالجليل

#### الإخراج الفني:

كوثر جاسم، شذى أحمد

#### مسؤولة المبيعات:

زينب سوار

#### تصوير:

حسن يوحسن

#### تابعونا على الموقع الإلكتروني:

www.albiladpress.com

#### للتواصل معنا:

البريد الإلكتروني: adwaa@albiladpress.com

هاتف: 36060113 - 36531616

رقم التسجيل: 8566 - 1985 ISSN  
العنوان: مجمع 720، طريق: 24، مبنى 336،  
الطابق الرابع، مدينة زايد، ص. ب: 385  
المنامة - مملكة البحرين، س. ت: 67133



Britus  
International  
School  
BAHRAIN

قم بالتسجيل  
الآن



التقديم  
مفتوح

admission@britus.edu.bh

أو اتصل على 17598444





# قريبا في مملكة البحرين GWM TANK

## 04 ◀ موضوع الغلاف

- صبا سيادي:  
التحدي الأكبر ترجمة مرثيات  
"الاستثمار في الشباب البحريني"  
ونحننا فيه

## 08 ◀ تقرير

- مؤسسة العبرة الخليفية:  
مسيرة رائدة في تمكين الشباب  
البحرين
- منصة جسر:  
أول منصة افتراضية وطنية  
مبتكرة لعرض المهارات البحرينية  
ولترويج الوظائف بالدوام الجزئي
- إضاءة على ملتقى العبرة  
الخليفية الأول " عن أثر القيادة  
والريادة والتطوع في تنمية  
الشباب

## 26 ◀ ملف التخرج

- مدرسة الرفاع فيوز الدولية
- مدرسة حوار الدولية
- مدرسة الروابي الخاصة
- الجامعة الخليجية
- مدرسة برايتس العالمية

## 50 ◀ قصة نجاح

- البحرين تفخر بطاقتها الشبابية  
قصص نجاح بقلم "تمكين"

## 56 ◀ الوجه الآخر

- أمير قاسم:  
بدأت التدريس في سن السادسة عشرة

## 60 ◀ حوار

- هدى المدحوب:  
الهندسة المعمارية كانت حلم الطفولة

## 66 ◀ لقاء

- مروة جميل:  
طموحي أن تكون البحرين متميزة في صناعة  
"الأنيميشن" وأكون رائدة القطاع

## 70 ◀ فيلوسوفيا

- المهندس نظام كمشكي:  
التقدم.. هو التحسين المستمر للحياة  
أحمد الغانم:  
لغة الموسيقى تؤلف قلوب الناس بلا تمييز

## 72 ◀ ديكور

- سميحة العصفور:  
نحرص على أدق تفاصيل متطلبات الأسرة البحرينية  
الألوان الكلاسيكية تغمر جمال الأثاث

## 80 ◀ لصحتكم

- الجراح علي ضيف:  
اللتهايات الشرجية قد تتطور إلى دماغ

## 82 ◀ سياحة

- مدينة الأمل في مازندران... التي لا تموت

## 86 ◀ أزياء

- 4 طرق مختلفة لتنسيق ألوان هذا الصيف لأناقتك
- 6 إطلالات مختلفة لتنسيقها مع حقيبة من Jamina Tote

## 90 ◀ جمال

## 94 ◀ مطبخ





المدير التنفيذي للمبرة الخليفة

# صبا سيادي:

التحدي  
الأكبر  
ترجمة  
مرثيات  
"الاستثمار  
في  
الشباب  
البحريني"  
ونجحنا  
فيه

على مدى عشر سنوات مضت، كان العمل في المبرة الخليفة يسير بوتيرة مفعمة بالحماس لتحقيق الأهداف التي وضعتها المبرة نصب أعينها. وفي الواقع، فإن الالتزام بالقيام بمسؤولية وطنية حضارية الأبعاد للنهوض بواقع الشباب والاستثمار فيه ودعم اتجاهات التعليم الحديث من جهة، وإعداد شريحة متمكنة من الشباب تبتدع وتبتكر وتحقق طموحها وتقدر المسؤولية الوطنية والمجتمعية، وإثراء مجالات العمل الخيري والتطوعي نحو فضاءات أرحب، هو في حقيقته يمثل إيماناً بقبول التحدي وترجمة مرثيات الاستثمار في الشباب من الجنسين والنجاح فيه.

تلك إطلاقة في المقدمة تؤكدها المدير التنفيذي للمبرة الخليفة صبا يوسف سيادي، وتحت مظلة المبرة وجهود مجلس الأمناء برئاسة سمو الشيخة زين بنت خالد آل خليفة، يفخر فريق العمل بأن كل لحظة تمر عليهم في عملهم وإنجازهم ونجاحهم ما هي إلا رد الجميل لمملكة البحرين الغالية، بقيادتها الحكيمة وشعبها الكريم.

ومنذ توليها منصب المدير التنفيذي في العام 2012، أشرفت سيادي على برامج ومبادرات المؤسسة، ولخبرتها في القطاع المصرفي والمالي ومؤهلاتها العلمية التي تشمل درجة البكالوريوس في المحاسبة من جامعة البحرين ودرجة الماجستير في إدارة الأعمال من جامعة ستراثكلويد، تؤكد أن أجمل المشاعر هي تلك التي نلتقي فيها، أي فريق عمل المبرة، لنضع الخطط والأفكار ونبحثها من جميع جوانبها من أجل أن نواصل درب النجاح ولله الحمد، والبيانات تقدم الدلائل والشواهد بدءاً من استقطاب الشباب وتوفير الفرص المثالية لهم سواء للتدريب وتنمية القدرات أو للعمل في المجال الخيري والتطوعي، والركن المهم الذي لا بد أن نشير إليه هو علاقتنا المثمرة مع القطاعين الحكومي والخاص لتنفيذ البرامج بشكل ناجح في إطار الشراكة المجتمعية، فهذا التعاون قاد إلى تعزيز فرص التعليم وتوفير المنح الدراسية والتوسع في تقديم الخدمات لفئة الشباب بما يلبي طموحهم وطموحنا في آن واحد.



تعلم الجامعة عن فتح باب القبول والتسجيل للفصل الدراسي الأول 2023/2022 وذلك من خلال تقديم طلبات الالتحاق إلكترونياً عبر موقع الجامعة [www.asu.edu.bh](http://www.asu.edu.bh) أو عبر البريد الإلكتروني [admission@asu.edu.bh](mailto:admission@asu.edu.bh)

برامج  
جامعة لندن ساوث بنك



#### كلية العلوم الإدارية

- البكالوريوس في إدارة الأعمال

#### كلية الحقوق

- البكالوريوس في الحقوق

#### كلية الهندسة

- بكالوريوس الهندسة في الهندسة المدنية
- بكالوريوس الهندسة في الهندسة المعمارية
- بكالوريوس الهندسة في الهندسة الميكانيكية
- بكالوريوس الهندسة في الهندسة الكهربائية والإلكترونية

برامج  
جامعة العلوم التطبيقية



#### كلية العلوم الإدارية

- البكالوريوس في إدارة الأعمال
- البكالوريوس في المحاسبة
- البكالوريوس في العلوم المالية والمحاسبة
- البكالوريوس في العلوم السياسية
- البكالوريوس في نظم المعلومات الإدارية
- ماجستير في إدارة الأعمال
- ماجستير في إدارة الموارد البشرية
- ماجستير في المحاسبة والتمويل

#### كلية الحقوق

- البكالوريوس في الحقوق
- ماجستير في القانون
- ماجستير في القانون التجاري

#### كلية الآداب والعلوم

- البكالوريوس في علم الحاسوب
- البكالوريوس في التصميم الجرافيكي
- البكالوريوس في التصميم الداخلي

قدم هذا الإعلان بموافقة الأمانة العامة لمجلس التعليم العالي - رقم الموافقة (1212-22)

## مركز "ناصر" نموذجاً

وتقدم سيادي نموذجاً حديثاً من تعزيز الدور التعاوني والشراكة، ففي العام 2021 وقعت مؤسسة المبرة ومركز ناصر للتأهيل والتدريب المهني منكرة تفاهم لتعزيز الشراكة في مجال تطوير ابتكارات الذكاء الاصطناعي، وتبادل الخبرات بين الجانبين، ونصت الاتفاقية على إتاحة مرافق "مركز ناصر للبحوث والتطوير"، التابع لمركز ناصر للتأهيل والتدريب المهني، والمُتخصص في الذكاء الاصطناعي، أمام مُنتسبي المبرة بغرض الاستفادة من جهود وخبرات الأكاديميين والمُتخصصين في بحوث وابتكارات الذكاء الاصطناعي، وذلك بتقديم الإرشادات والحلول وتنفيذها.

## قراءة سوق العمل

وتوضح أن: من خلال هذه الخطوة، سيتولى المركز دراسة مُتطلبات البحث والتطوير من خلال توفير المرافق والمبادئ التوجيهية، وضرورة استثمار الطاقات الشبابية في المجالات الواعدة كالذكاء الاصطناعي وعلوم المستقبل، حيث إن مؤسسة المبرة الخليفة تسعى دائماً لإيجاد فرص جديدة ومميزة لمنتسبيها من أجل تحقيق توجيهات سمو الشيخة زين بنت خالد آل خليفة، رئيسة مجلس الأمناء، ويمكنني التأكيد أن قراءتنا دقيقة لسوق العمل ومؤشرات تنميتها، فهي توجب إعداداً يلبي متطلبات المستقبل، ونحن بعبون الله ماضون في تقديم كل ما في وسعنا لإعداد وتأهيل شباب بلادنا.

## شعور بالواجب لتحقيق الغاية

وتتطرق إلى أن البحرين تزخر بالطاقات الشبابية المبدعة في حقول العمل الخيري والتطوعي، ولو عدنا لنذكر بأهم أهداف المبرة سنرى أن إحداهن أثر اجتماعي إيجابي يحتم وجود خطة استراتيجية توظف الإمكانيات وبرامج العمل والمبادرات بشكل يحقق الغاية، بل نشعر أن من واجبنا فتح المجال أمام الشباب لدخول مجالات العمل التطوعي والخيري علاوة على تمكينهم وتنمية قدراتهم العلمية والعملية، وكما هو معروف عن مملكة البحرين، فهي أرض ولادة للمبدعين والمجتهدين والمتفوقين والمبادرين، وتحت مظلة "المبرة" نحقق معهم مسيرة حافلة بالعباء.

البحرين تزخر  
بالطاقات  
الشبابية  
المبدعة في  
حقول العمل  
الخيري  
والتطوعي

قراءتنا دقيقة  
لسوق العمل  
ومؤشرات  
تنميتها..  
وتتطلب إعداداً  
يلبي متطلبات  
المستقبل

# مؤسسة المبرة الخليفية...

## مسيرة رائدة في تمكين الشباب البحريني

"المبرة الخليفية" هي مؤسسة غير ربحية مسجلة ومرخصة من قبل وزارة العمل والتنمية الاجتماعية في مملكة البحرين. تأسست في العام 2011 بهدف إحداث أثر اجتماعي إيجابي في مجال التعليم، وتمكين الشباب البحريني للوصول بقدراتهم إلى أفضل المستويات، خلال تزويدهم بالمعارف والمهارات والخبرات، مما سيعود عليهم وعلى الوطن بأفضل النتائج.

### الرسالة:

تمكين الشباب  
البحريني وتنمية  
مهاراتهم العلمية  
والعملية

### الرؤية:

شباب بحريني مبادر،  
فعال وقادر على  
إحداث تغيير إيجابي  
في المجتمع

### أهدافها:

- تزويد الشباب بالمهارات والخبرات المناسبة لسوق العمل.
- تحفيز الشباب وحثهم على الابتكار والإبداع.
- غرس حس المسؤولية الاجتماعية لدى الشباب.
- تنفيذ مشروعات ومبادرات خيرية تعود بالفائدة على المجتمع.
- دعم التعليم في مملكة البحرين.
- تمكين الشباب لاستغلال أقصى قدراتهم في تحقيق طموحاتهم.
- العمل على بناء الشخصية من خلال سلسلة من الأنشطة البدنية التفاعلية.



## مرتكزات المؤسسة

وضعت المؤسسة خمسة مرتكزات وفق التالي:  
محو الأمية الرقمية  
المهارات الشخصية  
الإعداد الوظيفي  
مهارات ريادة الأعمال  
العمل التطوعي

## المستفيدون من برامج المبرة

وفق البيانات الإحصائية، بلغ عدد المستفيدين من برامج المبرة 3017، من بينهم 46 مستفيداً من صندوق سمو الشيخة موزة بنت حمد آل خليفة، أما مبادرة 100 جهاز محمول فقد استفاد منها 202 مستفيد، ويبلغ عدد المدربين والمدربات 106، وعدد المستفيدين من برنامج إثراء الشباب 1523، وعدد المستفيدين من المنح الدراسية 362 مستفيداً، فيما بلغ عدد حضور ملتقى المبرة الخليفية الأول 805.

## مجلس الأمناء

يضم مجلس أمناء المؤسسة كلا من:  
سمو الشيخة زين بنت خالد بن عبدالله آل خليفة  
رئيس مجلس الأمناء  
سمو الشيخة نجلاء بنت حمد بن إبراهيم آل خليفة  
نائب رئيس مجلس الأمناء  
الشيخة راوية بنت عبدالرحمن آل خليفة  
الأمين المالي  
الشيخة هالة بنت محمد بن عبدالله آل خليفة  
أمين السر  
الشيخة نورة بنت حمد بن أحمد آل خليفة  
عضو مجلس الأمناء  
الشيخة لولوة بنت أحمد بن محمد آل خليفة  
عضو مجلس الأمناء  
الشيخة هي بنت محمد بن سلمان آل خليفة  
عضو مجلس الأمناء  
الشيخة هند بنت علي بن خليفة آل خليفة  
عضو مجلس الأمناء



## برامج الشباب..

### تجربة لاكتساب مهارات المستقبل

تلتزم مؤسسة المبرة الخليفية بدعم الشباب عبر احتضانهم ضمن بيئة داعمة وآمنة ومحفزة تمكنهم من التغلب على التحديات والعوائق المتنوعة التي قد يواجهونها في حياتهم العملية في قالب من التحدي والمرح، والهدف هو منح كل الشباب تجربة تعليمية وعملية وفرص شيقية لاكتساب المهارات اللازمة من أجل مستقبل أفضل.

إن رسالة برامج الشباب هي تمكينهم وتعزيز قدراتهم من خلال أنشطة بدنية وذهنية مبتكرة، ورؤية البرنامج نحو شباب مبادر

متفاعل بإيجابية في المجتمع، وللبرنامج أهداف عدة هي:

- تعزيز الثقة بالنفس والإبداع.
- تزويد الشباب بالمعرفة والمهارات والصفات القيادية اللازمة للنجاح في سوق العمل.
- تطوير حس الالتزام لدى الشباب والقدرة على تحديد الأهداف.
- غرس الإحساس بالمسؤولية تجاه المجتمع.



برنامج إثراء الشباب  
Youth Enrichment Program

## رايات Rayaat

### برنامج "رايات" ..

### إضاءات على تعزيز ثقافة المسؤولية الاجتماعية

أطلقت مؤسسة المبرة الخليفية برنامج رايات في العام 2011 ليكون برنامجًا شاملاً ومتكاملاً يساهم في مجال التعليم وتنمية المهارات الشخصية للشباب البحريني، يوفر البرنامج فرصة للطلبة للدلتحاق بإحدى الجامعات المعتمدة في مملكة البحرين، بالإضافة إلى تقديمه العديد من المزايا كالحوافز المالية وورش العمل والفرص التدريبية في القطاع الحكومي والخاص. كما يخلق البرنامج فرصًا لتعزيز ثقافة المسؤولية الاجتماعية، وذلك من خلال غرس وتعزيز قيمة التطوع وخدمة المجتمع.

ويهدف البرنامج إلى تمكين الطلبة من تحقيق التميز والوصول إلى طموحاتهم، وتشجيعهم على التفوق من خلال تقديم الحوافز العالية بناءً على التحصيل العلمي، وتزويدهم بالمعرفة والمهارات وأخلاقيات العمل، علاوة على ترسيخ مفاهيم المواطنة والولاء والمسؤولية الاجتماعية تجاه الوطن. وتشمل مميزات برنامج "رايات": رسوم الكتب، ورش العمل والدورات التطويرية، خدمة المجتمع، بطاقة الرايات التي تقدم الكثير من المزايا، الرسوم الدراسية، الحوافز المالية الشهرية، التدريب العملي بالإضافة إلى اللقاءات الدورية، وقد بلغ عدد المستفيدين من المنح الدراسية 362 أما المقاعد المدعومة فبلغ عدد المستفيدين منها 32 مستفيدًا، وبلغ عدد الخريجين 164 خريجًا وخريجة، فعلى سبيل المثال، هناك 14 منحة لدراسة الطب، ويبلغ عدد الطلبة الدارسين حاليًا 94 طالبًا وطالبة، والتخصصات الجامعية 48 تخصصًا، أما منح الماجستير فتبلغ 5 منح، وهناك جانب مهم وهو مساعدة الخريج في الحصول على وظيفة عن طريق عرض سيرته الذاتية على الموقع الإلكتروني للمؤسسة.



## برنامج إيثراء الشباب:

هو برنامج تأسيسي ينمي مهارات القيم والمعرفة لدى الفئة الناشئة بهدف خلق جيل ناجح ومتطور اجتماعيًا وثقافيًا من خلال أنشطة تعليمية تتمحور حول القيادة والتواصل المجتمعي والتعليم والتخطيط للحياة

## برنامج "مهاراتي":

تم تصميم البرامج والأنشطة خصيصًا لتوظيف الطاقات الشبابية وتزويدهم بالمهارات والخبرات التي تناسب الحياة الجامعية وتوجيه قدراتهم واستثمار أوقاتهم بما يعود عليهم وعلى الوطن بالنفع والفائدة.

## البرامج المتقدمة:

برنامج تدريبي يهدف إلى تزويد سفراء مؤسسة المبرة الخليفة بالمهارات الرقمية المتقدمة المطلوبة في سوق العمل.

وهناك برامج الشباب للفئة العمرية بين 13 و14 عامًا، أما برنامج الشباب فشمل ورش العمل، الزيارات الاستكشافية الافتراضية، البرامج التطوعية والتحديات الهادفة، فيما يهدف برنامج "مهارات" الذي يستهدف الفئة العمرية بين 15 و16 عامًا، إلى تعزيز المهارات الشخصية، المعرفة الرقمية، الإعداد الوظيفي، مهارات ريادة الأعمال، تعزيز العمل التطوعي، زد على ذلك البرامج المتقدمة للفئة العمرية من 17 إلى 22 عامًا لاكتساب المعرفة الرقمية، أساسيات التجارة الإلكترونية.

### موسمان في العام

ومن منطلق إيمان المؤسسة بأهمية تنمية الفئة الناشئة كونهم حجر الأساس لمستقبل واعد، تم تصميم هذا البرنامج الذي يهدف إلى تنمية مهارات الشباب وقدراتهم ومواهبهم الفكرية والعقلية والجسدية بالتعاون مع 81 مدربًا يتمتعون بخبرة طويلة في هذا المجال، ويمتد البرنامج على مدى أسبوعين، ويطبق على مدى موسمين في العام الواحد: الموسم الأول خلال عطلة الربيع والموسم الثاني في الإجازة الصيفية.

وبني البرنامج على دراسة احتياجات المشاركين وتحليل نتائج التقييم الذاتي، حيث ستضمن النسخة الجديدة ورش عمل متنوعة منها افتراضية وفعلية، مع الحرص على اتباع توصيات الفريق الوطني لمكافحة فيروس كورونا فيما يتعلق بتطبيق الإجراءات الاحترازية وتنفيذ التدابير الوقائية.

### هيكل البرنامج

يشمل الهيكل ورش العمل لتشجع الطلبة على اكتشاف القيم لكل عام والتعرف على أهميتها في تطوير ذاتهم، بالإضافة إلى المخيمات والرحلات الميدانية، وهي تختلف من حيث المفهوم، الهدف وتسهم في تعزيز القيم وتعليمها للمشاركين وإلهامهم من خلال بيئات محفزة متنوعة.

وفي مجال خدمة المجتمع يتم تعريف الشباب على مفهوم خدمة المجتمع والتطوع، وتهدف هذه الأنشطة لإشراك الشباب في مواجهة المشكلات الاجتماعية والعالمية من أجل استكشاف طرق جديدة ومبتكرة لحلها والتغلب عليها.

وهناك البرامج المساندة، وهي برامج تعزيزية في اللغة الإنجليزية الهدف منها اكتساب تجربة مهنية، أما التجربة العملية فتهدف إلى تعريف الطلبة على بيئة العمل في الحياة الواقعية من خلال منحهم فرصة التعرف على مجموعة مختلف من الوظائف في مجالات وقطاعات عدة.

وبذلك، هناك مهارات مهمة منها التواصل مع المجتمع، العمل الجماعي، الإبداع، الثقة بالنفس والقيادة، تحمل الضغط، المرونة الجسدية، التعاطف والتراحم، التحفيز، مهارات القيادة، تخطيط الحياة، مهارات الاستعداد للعمل، عمل المشروعات، مهارات التعليم وحل المشكلات، وضع الأهداف، تحدي النفس، مهارات الخطابة والمناظرة، تطوير الشباب، المسؤولية تجاه الوطن.

وتم تصميم الأنشطة، ومنها ما هو تحت مظلة "نادي خريجي إيثراء" خصيصًا لتوظيف الطاقات الشبابية وتلبية احتياجات الفئة الأكبر سنًا وتزويدها بالمهارات والخبرات التي تناسب الحياة الجامعية وسوق العمل، ومساعدتهم على اتخاذ قرارات صعبة بشأن أفضل طريقة للاستعداد لمستقبلهم التعليمي والمهني، ويتناول البرنامج دورات التطوير الذاتي للتعرف على إنجازاتهم وإعدادها لسوق العمل وتوجيه قدراتهم واستثمار أوقاتهم بما يعود عليهم وعلى الوطن بالنفع والفائدة.

ولو تحدثنا عن المكتسبات فلا بد من تأكيد الإعداد الوظيفي، المعرفة الرقمية، مهارات ريادة الأعمال، التطوع، المهارات الشخصية، ولهذا فإن البرامج المتقدمة تساعد الشباب على الاستعداد للعالم التكنولوجي من خلال تعلم الجوانب الرقمية ومهارات الذكاء الاصطناعي والاتجاهات التكنولوجية والحصول على فهم قوي لمستقبل الأعمال.

### برنامج السفراء الرقميين

وهو برنامج تدريبي يهدف إلى تزويد سفراء مؤسسة المبرة الخليفة بالمهارات الرقمية والتكنولوجية المتقدمة والمطلوبة في السوق، بحيث تكون نتائجه تشمل التالي:

- فهم أساسيات التفكير التصميمي كمنهجية تتلمس الحلول وتطرح خططًا ومشروعات مبتكرة لتسوية المسائل.
- فهم أساسيات عملية التحول الرقمي.
- مهارات التواصل الفعال هي أهم سبل النجاح للمشاركين الذين يعملون عن بعد، والتعرف على القنوات المختلفة التي يستطيعون استعمالها لخلق بيئة تفاهم متبادلة وتجنب سوء الفهم، الأمر الذي بدوره سيمكنهم من تأدية مهامهم الوظيفية بشكل أكثر فعالية.
- التخطيط والتصميم عبر العرض البصري والإنفوجرافيك والتلاعب بالصور من أجل عرض البيانات بشكل مبسط لدعم عملية صنع القرار.

### محاور البرنامج:

- الذكاء الاصطناعي، انترنت الأشياء، وبلوكشين.
- الخدمات البنكية الرقمية والخدمات البنكية المفتوحة.
- البوابة الإلكترونية.
- التحول الرقمي.
- التفكير التصميمي.
- التكنولوجيا المالية.
- سابقة الاختراق الرقمي.
- التصميم المعلوماتي من خلال برنامج باور بوينت.
- التواصل عن بعد بفعالية.



## إنجازات وجوائز مؤسسة المبرة الخليفة

- |      |  |
|------|--|
| 2014 | منحة وزارة العمل والتنمية الاجتماعية.  |
| 2017 | تكريم خاص من جائزة سمو الشيخ عيسى بن علي آل خليفة لرواد العمل التطوعي.           |
| 2017 | ملتقى المبرة الخليفة الأول "أثر القيادة والريادة والتطوع في تنمية الشباب".       |
| 2018 | جائزة خليفة بن علي بن خليفة آل خليفة للعمل الخيري "وفاء لأهل العطاء".            |
| 2018 | منحة وزارة العمل والتنمية الاجتماعية للمرة الثانية.                              |
| 2019 | تكريم المحافظة الجنوبية.   |
| 2019 | تكريم في مجال العمل الشبابي بسلطنة عمان.   |
| 2020 | صندوق سمو الشيخة موزة بنت حمد آل خليفة مؤتمر الطب الباطني وأمراض السكري والسمنة. |
| 2020 | الفوز بجائزة الملك حمد لتمكين الشباب.  |
| 2021 | جائزة سمو الشيخ عيسى بن علي آل خليفة للريادة في العمل المجتمعي.                  |



## صندوق سمو الشيخة موزة بنت حمد آل خليفة



تم إنشاء صندوق سمو الشيخة موزة بنت حمد آل خليفة في سنة 2011 بتوجيه من كريمات المغفور لها بإذن الله تعالى سمو الشيخة موزة بنت حمد آل خليفة (طيب الله ثراها)، والذي تتولى إدارته مؤسسة المبرة الخليفة، ويهدف الصندوق إلى القيام بالأعمال الخيرية والإنسانية التي تمس احتياجات الناس ومتطلباتهم ويعود نفعها على المجتمع البحريني. ومن إنجازات ومبادرات البرامج توفير 36 مضخة أنسولين "أبريل 2014" للأطفال المصابين بداء السكري، وبناء مسجد سمو الشيخة موزة بنت حمد آل خليفة، وتوفير 7 منح دراسية، وإجراء 3 عمليات لزراعة قوقعة الأذن، وتوفير سيارة خاصة مجهزة لجمعية حفظ النعمة، فضلاً عن رعاية مسابقة رمضانية.





## منصة جسر..

### أول منصة افتراضية وطنية مبتكرة لعرض المهارات البحرينية ولترويج الوظائف بالدوام الجزئي

الاقتصاد الحر هو سوق مجانية تتيح للعاملين المستقلين التعامل مع العملاء في ترتيبات عمل قصيرة المدة لتقديم وظيفة محددة من خلال منصة عبر الإنترنت. إن إمكانيات نمو اقتصاد العمل المؤقت في مملكة البحرين هائلة، وسيكون ازدهاره مفيدًا لكل من الشركات الصغيرة والمتوسطة (SMEs) والأفراد. وتخلق هذه السوق قيمة كبيرة من خلال تمكينها للأفراد من العمل عن بعد، وتشجيعهم على البدء في اكتساب مهارات أخرى، بينما ستحصل الشركات الصغيرة والمتوسطة على الخدمة المهنية المطلوبة من مجموعة خدمات متعددة.

#### العمل المستقل في البحرين

يشهد العمل المستقل نموًا اقتصاديًا كبيرًا بمملكة البحرين، وازدهاره سيعود بالنفع على الشركات الصغيرة والمتوسطة والأفراد، فتطور العمل المستقل بمملكة البحرين سيشجع البحرينيين على صقل مهاراتهم، وتكمن قيمته أيضًا في تعزيز الشركات الصغيرة والمتوسطة باعتبارها العمود الفقري للاقتصاد البحريني.. إن وجود منصة متخصصة للعمل المستقل سيشجع على تطوير العمل المستقل بمملكة البحرين.

ومنصة جسر هي مبادرة من مؤسسة المبرة الخليفية أنشئت لتكون أول منصة افتراضية وطنية مبتكرة لعرض المهارات البحرينية ولترويج الوظائف بالدوام الجزئي، وتربط المنصة العامل المستقل بالعملاء تحت سقف افتراضي واحد، ما يسهل التواصل والدخول في مشروعات مشتركة في أي وقت ومن أي مكان، ذلك لأن وجود منصة وطنية تساهم في التعريف باقتصاد العمل الحر في البحرين سيشجع البحرينيين على اكتساب مواهب جديدة وزيادة الاعتماد على الذات.

منصة جسر سيكون لها دور أساس في دفع عجلة الاقتصاد خصوصًا في مجال العمل المستقل في مملكة البحرين في عصر ما بعد الجائحة.

### الرسالة:

أن تكون منصة عالمية لعرض المواهب البحرينية.

### الرؤية:

توفير طريق بديل لفرص العمل للبحرينيين.

### الأهداف:

- \* طرح اقتصاد الأعمال المستقلة في سوق العمل البحرينية.
- \* عرض المهارات والمواهب البحرينية إقليميًا ودوليًا.
- \* منح البحرينيين فرصة اكتساب مهارات جديدة وإتقانها، لتعزيز الاستقلالية والاعتماد على الذات.
- \* توفير مسار بديل لفرص العمل.

### الفئة المستهدفة:

البحرينيون الموهوبون الذين تتراوح أعمارهم من 18 سنة فما فوق.

### ما الذي يميز منصة جسر؟

- \* توفر نخبة من المواهب البحرينية.
- \* توفر العديد من الخدمات بمكان واحد، حيث يمكنك الاختيار من بين الكثير من الخدمات والعمال المستقلين المحترفين.
- \* منصة آمنة وموثوقة للعامل المستقل وصاحب العمل للتواصل في مكان واحد.
- \* تساهم جسر في خلق بيئة مستدامة لعرض المهارات.



## مجال الخدمات التي توفرها المنصة

هذه قائمة من الخدمات منها تطوير المواقع الإلكترونية، المحاسبة والاقتصاد، التصميم والإبداع، إدارة وسائل التواصل الاجتماعي، البرمجة، الخدمات القانونية، التصوير، هندسة الصوت، المؤثرون الاجتماعيون، الكتابة والترجمة، الاستشارات، الهندسة والعمارة.

## مزايا العاملين المستقلين

- \* ساعات عمل مرنة.
- \* دخل أساسي أو ثانوي.
- \* فرص عمل أكثر.
- \* طرق دفع آمنة ومحمية.
- \* يتم تحديد سعر الخدمة من قبل العامل المستقل وتحديد الشروط.
- \* سهولة الاستخدام.
- \* عرض المهارات على مستوى محلي وإقليمي.

## مزايا العملاء

- \* الحصول على الخدمات المطلوبة دون الحاجة إلى موظفين بدوام كامل.
- \* سهولة الوصول إلى خدمات محددة.
- \* دعم المواهب البحرينية.
- \* توفير مجموعة مهارات.
- \* طرق دفع آمنة ومحمية.
- \* سهولة الاستخدام.
- \* إنجاز الأعمال المطلوبة في الوقت المحدد.

## كيف تعمل منصة جسر؟

تعمل منصة جسر بسهولة، حيث تبدأ بإنشاء العامل المستقل والعميل حساباً على المنصة لكل منهما، على شرط أن يكون العامل المستقل بحريني الجنسية بينما لايشترط ذلك على العميل. ويتم التواصل بين الطرفين عن طريق المنصة تحت إشراف القائمين عليها.

**إضاءة** على ملتقى المبرة الخليفية الأول عن

## أثر القيادة والريادة والتطوع في تنمية الشباب

من الأهمية بمكان توثيق هذا الحدث، فبالعودة إلى يوم 22 أبريل من العام 2017، تم اختتام فعاليات ملتقى المبرة الخليفية الأول بشأن أثر القيادة والريادة والتطوع في تنمية الشباب، والذي انطلق تحت رعاية المغفور له بإذن الله تعالى سمو الأمير خليفة بن سلمان آل خليفة (طيب الله ثراه) في قاعة المؤتمرات بفندق الخليج وسط حضور لافت.

فعاليات الملتقى وضعت أسس السعي إلى تطوير الشباب البحريني وتشجيعهم على الإبداع والابتكار في محاوره الرئيسية الثلاثة، وتخلل الملتقى قصص نجاح وجلسات نقاشية وورش العمل في مناطق عدة مخصصة لكل جلسة منها صندوق الإبداع وحديقة الحوار ومنطقة النشاطات ومدج النقاش، وقدم فعاليات الملتقى أكثر من 11 شخصية قيادية بحرينية وخليجية، أبرزهم معالي مستشار جلالة الملك للشؤون الدبلوماسية الشيخ خالد بن أحمد آل خليفة وزير الخارجية (آنذاك)، وسعادة السيد هشام بن محمد الجودر الوزير السابق لشؤون الشباب والرياضة والسيد خالد الخضير كاتب ورجل أعمال من المملكة العربية السعودية والسيد خالد العامري إعلامي ونشط اجتماعي من دولة الإمارات العربية المتحدة، وقد وفر الملتقى من خلال برنامجه المتكامل، والذي وُضع بالتنسيق وبالتعاون مع الأطراف ذات الصلة من الهيئات الحكومية والمنظمات غير الحكومية والمؤسسات الخاصة، تجربة مشوقة وحافلة بالأنشطة للشباب وأتاح لهم فرصة التحدث مع نماذج ملهمة.

وتعرف الشباب من خلال مشاركتهم في الملتقى على مؤسسة المبرة الخليفية وبرامجها والفرص التي أتاحتها للشباب البحريني منذ إطلاقها في سبيل الاستثمار في إمكانات الشباب البحريني، وتحقيق طموحاتهم كافة على الصعيدين الأكاديمي والمهني، والمشاركة بشكل فعال في تنمية المجتمع من خلال التطوع، وكان ذلك موضع شكر وثناء رئيس مجلس أمناء المبرة الخليفية سمو الشيخة زين بنت خالد آل خليفة، لجميع المساهمين والمتطوعين الذين بذلوا الوقت والجهد الكبير من أجل تنظيم الملتقى على أفضل نحو، وساهموا في توفير تجربة تثقيفية مفيدة لطلبة البحرين وشبابها.

إن رؤية المبرة الخليفية تتركز على تحقيق التميز العلمي المنشود لكل مواطن بحريني ليصبح عضواً نشيطاً وفعالاً في المجتمع قادراً على تعزيز قنوات التواصل والتفاعل، تماشياً مع رؤية البحرين 2030، وتواصل المؤسسة الالتزام الجاد بتعزيز قطاع التعليم، وتوفير فرص التدريب، وترسيخ مفاهيم المسؤولية الاجتماعية.

تحت مظلتها مشاعر فرح وأمنيات تتحقق للشباب

## نشاط في العمل التطوعي:

جهود المبرة الخليفية منهج عطاء نستلهم منه الرؤى الحضارية

رائع هو ذلك الوصف الذي يصور مؤسسة المبرة الخليفية على أنها بمثابة نهر عذب يجري ليروي جوانبه فتخضر وتثمر بأينع الثمر، والقصد من ذلك هو أن هذه المؤسسة الرائدة لها أثرها، ليس على مستوى البذل والعطاء الوطن وبناء الإنسان وخدمة الوطن الغالي مملكة البحرين، بل يمتد ليصل إلى التأثير في نفوس العاملين في القطاع الشبابي والخيري والإنساني، وهذا أمر رائع للغاية، أن تكون "المبرة الخليفية" قدوة سامقة المكانة وبالطبع، ذلك كله بفضل من الله سبحانه وتعالى، وبفضل إخلاص المنتسبين للمؤسسة. إن الجهود الخلاقة الصادقة والمخلصة، تسير بنا على طريق أفضل النتائج وأعلها منهج القدوة.

وبالعودة إلى شهر ديسمبر من العام 2020، نتأمل محطة مهمة للغاية وهي في مكانتها تحمل اسم حضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة عاهل البلاد المعظم حفظه الله ورعاه، فحصول المبرة الخليفية على الفئة الثانية من جائزة الملك حمد لتمكين الشباب لتحقيق أهداف التنمية المستدامة في نسختها الثالثة، هو تنويح للجهود الدؤوبة في مسار تمكين الشباب وإجراءاتهم وتأثيرهم في تحقيق أهداف التنمية المستدامة، والإدارة المتميزة برئاسة سمو الشيخة الزين بنت خالد آل خليفة لنيل جائزة التمكين المالي، وبالتالي، يضاف إلى إنجازات المبرة وفق مرئياتها لإحداث تأثير اجتماعي في مجال التعليم وتمكين الشباب للوصول إلى إمكاناتهم المثلى، من خلال تزويد الشباب بالمعرفة والمهارات والتهيؤ للمستقبل متسلحين بالعلم، ترمي، ماذا تمثل هذه الجهود للعاملين في المجالات الشبابية والتطوعية والمجتمعية بشكل عام؟ في هذا التقرير نماذج تقدم المعنى:

## مشاعر الفرح وأبواب المستقبل

تختصر سفيرة المنظمة الدولية للعمل التطوعي خلود عبدالله فرحان ثاني مشاعر الفرح التي تستشعرها في رحاب أسرة بحرينية تحلم بأن ترى أبناءها يصلون إلى أعلى مراتب التعليم، فهي ترى أن البرامج التي تقدمها المبرة من أفضل البرامج على مستوى العالم حقاً، وكل خطوة من خطواتها لها امتياز، فمن ناحية هي تسعى لتخفيف العبء على الأسر لا سيما تلك التي لا تستطيع تلبية رغبات أبنائها في مواصلة تعليمهم الجامعي، ومن جهة هناك النماذج الناجحة من الشباب الذين حققوا أمنياتهم تحت مظلة المبرة الخليفية.

وتواصل خلود القول إن المبرة بوضعها أسساً راسخة لدعم التعليم والاهتمام بفترة الشباب من الجنسين وتأهيلهم بإعداد علمي وأكاديمي وشخصي لسوق العمل، تضعنا أمام تجربة بحرينية متفردة من كل النواحي، ونحن نعبر عن الإعجاب بمنهج المبرة في تقديم الأفكار الملهمة بل وتشجيع الشباب على تقديم الأفكار المبتكرة التي من خلالها يكتسبون مهارات إضافية ويمضون في تلبية طموحاتهم.

وتواصل خلود حديثها بقولها: إنني معجبة جداً بأفكار سمو الشبيخة زين بنت عبدالله بن خالد آل خليفة رئيسة مجلس الإدارة وأثني على جهود أعضاء المجلس وجميع المنتسبين، لأنهم في الواقع يحملون الروح البحرينية المقامة المتطلعة للمستقبل ومنهم نتعلم الكثير، ونسأل الله سبحانه وتعالى لنا ولهم التوفيق لنسير على هذا الدرب ونخدم وطننا الغالي.

## التفاعل بإيجابية مع المجتمع

من وجهة نظره، يرى كريم مقداد، سفير سلام دولي بالأكاديمية الدولية سفراء السلام العرب المعتمدة لدى هيئة الأمم المتحدة، أن: المبرة الخليفية بتشخيصها للواقع وفق نظرة حديثة تقوم على تحقيق التفاعل بإيجابية مع المجتمع، فهي بذلك اختصرت الكثير من المسافات، وهذا يدل على الاقتدار والجدارة للقيادة العليا وللعاملين بالمبرة.



خلود عبدالله فرحان



كريم مقداد

وكم نحتاج، وهذا ما كنا نقرأه ونبحثه منذ سنين، نحتاج لتهيئة الشباب البحريني للتسلح بمتطلبات العصر الحديث بحيث نرفع قدراتهم وإمكاناتهم لمواصلة مسيرة النهضة في بلادنا الغالية، وهذه الجوانب من الأمور التي أهتم بها كثيراً في مسيرة عملي الاجتماعي سفيرا للسلام، والسعي لتقديم الأفكار والبرامج والأنشطة التي تحقق هذا الهدف لا سيما في مسار تشجيع الشباب على مواصلة التعليم والتفوق والإبداع حتى في مجال المشروعات الخاصة بهم، أي من يدخلون "ريادة الأعمال"، وما سرني كثيراً باعتباري مواطناً قِبل أن أكون ناشطاً في خدمة المجتمع، هو أن المبرة لها أسلوبها الناجح في غرس مهارات العمل وأخلاقياته وتقديم الحوافز التشجيعية للطلبة المتفوقين والمجدين باجتهد في تحصيلهم الدراسي.

ويلفت مقداد بالقول: يودي أن أتناول نقطة مهمة وهي صيانة الهوية الوطنية والنسيج الوطني، وأعتقد أن المبرة كانت موقفة جداً في ترسيخ تلك المفاهيم وغرس معاني الولاء والمسؤولية الاجتماعية تجاه الوطن الغالي، ومن هنا نقول إن المبرة ترجمت رؤيتها ورسالتها في المبادرات المتفاعلة مع المجتمع إلى برامج حقيقية يستفيد منها الجميع، فلهم منا كل التحية والتقدير، بل ونتشرف أن نكون عناصر تعمل وتدعم المبرة في كل برامجها وهذا من صميم أهدافها كسفراء للسلام.

## مواكبة معاصرة لتأهيل الشباب

ومن منطلق نشاطها في خدمة المجتمع، تقول فاطمة سالم، ناشطة اجتماعية: إن المبرة الخليفية تشرفنا نحن البحرينيين، لأننا نجد في خطة عملها مواكبة معاصرة لمتطلبات تأهيل شباب الوطن، وهذا الأمر في تقديري تأسس على بحث دقيق وتشخيص لنواحي مجتمعية مهمة، فمن أجل نجاح البرامج لا بد من بيئة خصبة متفاعلة وداعمة، وأفضل تلك البيئات هي بيئة العمل التطوعي الذي وجدت المبرة أهمية كبرى لتشجيع الإقبال عليه، والإيمان بآثاره سواء الدينية أو الوطنية أو الاجتماعية أو الإنسانية، ولأن المبرة نجحت في تحقيق هدفها، نرى اليوم نجاح برامجها الكبيرة والمهمة في فتح المجال أمام الشباب لإكمال تعليمهم الجامعي، والمبرة على هذا الأساس نعتبرها ركناً من أركان صياغة المستقبل، ودورها كبيرة في مجالات التنمية البشرية وتكوين قاعدة قوية من الكوادر الوطنية التي ستواصل مسيرة النهضة.

ولا يمكن أن نخفي سعادتنا وفخرنا بإدارة سمو الشبيخة زين بنت خالد بن عبدالله آل خليفة، رئيسة مجلس الإدارة والفريق المتميز من الأخوات المبدعات اللواتي يشكلن معاً فريقاً مشرفاً لكل البحرينيين، ولولا أفكارهم وإخلاصهم وإيمانهم وحبهم لوطنهم، لما بذلوا هذه الجهود في وقت قياسي لا يتجاوز عقداً من الزمان، ففي حوالي عشر سنوات، أثبتوا تلك الجدارة ونقاط التفوق ويكفي أن نتجول بعض الوقت في الموقع الإلكتروني للمبرة لتزداد سعادتنا واعتزازنا بالعمل المنجز.



فاطمة سالم



## نواف الصباغ

رسمت مع  
المبرة خطتي

جميلة بكل معانيها تلك العبارة التي قالها الطالب في تخصص الهندسة المعمارية بجامعة البحرين نواف عبدالوهاب الصباغ وهو يتحدث عما أضفته له "المبرة الخليفية" إذ يقول "في الواقع، رسمت مع المبرة خطتي المستقبلية.. على المديين القصير والبعيد". ولعل الصباغ يكن الكثير من المشاعر باعتباره انضم للمبرة وله من العمر 13 سنة، وهو اليوم في الثالثة والعشرين من العمر وقد عاش محطات مهمة في برنامج إثراء وإعداد الشباب وحصل على منحة "رايات" في العام 2018، ليقدّم الخلاصة قائلا "لدى المبرة خطة عمل واضحة.. إنهم يرسمون المسار من الألف إلى الياء بكل اقتدار وخبرة وكفاءة". ويذهب إلى مسار الحديث عن أن: كل من ينتمي إلى المبرة الخليفية يجد نفسه منتقلاً من مستوى إلى مستوى أفضل من خلال المشاركة في الدورات التي تنمي المهارات والقدرات، وهناك الدعم المالي السخي ليستمر الطالب في تحصيله العلمي، وهناك المكافآت للإنجازات الدراسية التي تحفز الجميع على التنافس والتميز، علاوة على التأهيل المدروس لسوق العمل، وبهذا نصل كشباب لهذا الوطن المعطاء إلى نجاحات مثمرة نخدم بها بلادنا الغالية.



## عيسى السبيعي

تحولت إلى  
شخصية قيادية

يواصل الخريج عيسى محمد السبيعي تعليمه الأكاديمي في تخصص الاتصالات في "بوليتكنك البحرين" بكل طموح يقوده إلى طريق النجاح، لكنه يعبر عن الكثير من الامتنان لمؤسسة المبرة الخليفية بعبارات يغمرها الفخر قائلا "لقد غيرت المبرة الخليفية حياتي، وهذا ما أتمناه لكل شخص لأن يبادر وينضم لها، فأنا اليوم شخص آخر تمامًا لست هو ذلك الشاب الذي دخل المبرة أول مرة"، ولكن، كيف ذلك؟ يجب السبيعي بقوله: "المبرة" صقلت شخصيتي حالي حال الكثير من إخوتي الشباب، حيث نظمت لنا المبرة دورات تدريبية في مجالات كثيرة مهمة، فقد علمونا كيف نتعامل مع الناس وكيف نفهم سوق العمل، بل كانوا يقدمون لنا في بعض الأحيان عروضاً لدورات تسهم في تطوير قدراتنا أكثر وأكثر، وفي داخلي الكثير من الحنين.. يحن قلبي للمبرة لا سيما برنامج "رايات" الذي هو بالنسبة لي إطلاقة مبهجة في حياتي. ويتطرق إلى أن: التجربة في المبرة كانت ملهمة للغاية منذ البداية، فقد زرع انتمائي لها ثقة كبيرة في نفسي ومنحتني مقومات الشخصية القيادية وزودتني بالمهارات، وهو الأمر الذي يلزمني اليوم وينعكس على مختلف نواحي حياتي الدراسية، المهنية والاجتماعية، ولربما هذه المزايا كلها لا يمكننا الحصول عليها من خلال الدراسة الأكاديمية، ولكن في منظومة برامج "المبرة الخليفية" المتكاملة اكتسبنا الكثير من متطلبات تطوير الذات.



## برعاية كريمة من معالي نائب رئيس مجلس الوزراء مدرسة الرفاع فيوز الدولية تحتفل بتخريج فوجها السابع



برعاية كريمة من نائب رئيس مجلس الوزراء معالي الشيخ خالد بن عبدالله آل خليفة، نظمت مدرسة الرفاع فيوز الدولية حفل تخريج الفوج السابع 2022 لطلابها، والذي يضم 34 طالبًا وطالبة.

وبهذه المناسبة، أكد معالي الشيخ خالد بن عبدالله آل خليفة الحرص الذي توليه الحكومة للارتقاء بجودة ومخرجات التعليم الأساسي والجامعي، وتشجيعها للقطاع الخاص على الاستثمار في هذا المجال الحيوي؛ وذلك لتنويع الخيارات أمام الدارسين وأولياء أمورهم، وتمكين الكفاءات والطاقات الوطنية الشابة من المساهمة بفاعلية في تقدم وازدهار مملكة البحرين.

وهنا معالي الشيخ خالد بن عبدالله آل خليفة الطلبة والطالبات الخريجين، معربًا عن شكره وتقديره لمدرسة الرفاع فيوز الدولية على الجهود التي تبذلها في توفير بيئة تعليمية حديثة وحرصها على تخصيص إمكانات المدرسة للارتقاء بالمسيرة التعليمية في المملكة.





يرون أبناءهم الأعزاء يُنهون بنجاح هذه المرحلة المهمة بعدما قدموه لهم من دعم وعناية واهتمام وغرس لأسس العلم والإبداع.

وألقى كل من الأستاذ أحمد تواتي مدير قسم الأولاد والأستاذة سجينتا ساتيش مديرة قسم البنات كلمتهما الترحيبية بهذه المناسبة، وقد ألقى الطالبة يارا وسيم كلمة اللغة العربية والطالبة الدانة الزايد كلمة اللغة الإنجليزية، وألقى الطالبان ريانة الرميحي وفواز الأنصاري كلمة مجلس الطلبة، كما قدمت الطالبة دانية معروف كلمة قسم الدعم التربوي، ومن ثم ألقى الطالب عبدالرحمن جلال كلمة الخريجين. وقد قام بتقديم فقرات الحفل الأستاذة صفاء الصادق معلمة اللغة الإنجليزية بالمدرسة.

وبعداً تم توزيع الشهادات والهدايا التكريمية على الطلبة الخريجين والمتفوقين في أجواء من الفرح والسعادة عمت أرجاء القاعة.



## حفل تخرج الفوج الثاني عشر من طلبة مدرسة حوار الدولية



برعاية كريمة من الرئيس التنفيذي لمجموعة بنك البحرين والكويت بالبحرين الدكتور عبدالرحمن علي سيف، باركت مدرسة حوار الدولية ممثلة برئيس مجلس الإدارة السيد محمود عبدالجبار الكوهجي للطلبة الخريجين والخريجات قطفهم نتاج سنوات جهدهم ومثابرتهم في هذا اليوم الذي يشهد بداية محطة جديدة في حياتهم لإكمال مسيرتهم التعليمية.

فقد ازدانت قاعة المؤتمرات بفندق الخليج يوم الخميس الموافق 26 مايو 2022م بتخريج الفوج الثاني عشر من حملة دبلوم الثانوية العامة من مدرسة حوار الدولية.

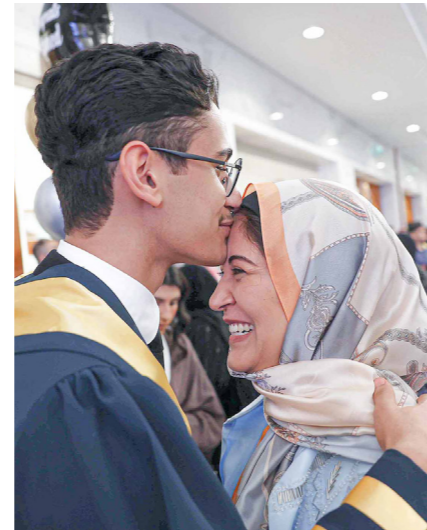
وبدأ الحفل بموكب دخول الخريجين ثم النشيد الوطني لمملكة البحرين، الذي عزف من فرقة موسيقى وزارة الداخلية، ثم تلاوة آي من الذكر الحكيم من الأستاذ عيسى سناكو معلم التربية الإسلامية بالمدرسة، بعدها ألقى الدكتور عبدالرحمن سيف راعي الحفل كلمته، وأعرب فيها عن سعادته بكادر المدرسة التعليمي والإداري والمستوى الرفيع الذي تتمتع به المدرسة، وكذلك احتوائها طلبة التربية الخاصة والبرامج المقدمة إليهم، وشكر مدير المدرسة السيد بلال عكاشة الدكتور عبدالرحمن على رعايته للحفل، كما هنا ذوي الطلبة، معبراً عن سروره بمشاركته فرحتهم وهم







## مدرسة الروابي الخاصة تحتفل بتخريج الفوج الثامن من طلبتها



أقامت مدرسة الروابي الخاصة حفل تخريج الفوج الثامن من طلابها للعام الدراسي 2021 - 2022 البالغ عددهم 75 طالباً، بحضور النائب معصومة عبدالرحيم. وقال مدير المدرسة د. عبدالستار مصطفى العامري في كلمته خلال الحفل الذي عقد مساء يوم السبت الموافق 28 مايو 2022 "نقف اليوم إجلالاً وتقديراً لجهود أبناؤنا الخريجين لنبارك لهم نجاحهم، فهذا الفوج هم نخبة استثنائية، إذ أتموا المرحلة الثانوية في ظروف استثنائية فرضتها عليهم الجائحة، ولكن يقينهم بالله وإصرارهم على النجاح مكنهم اليوم من الوقوف بشموخ ليرسموا أجمل لوحات التحدي والتفوق". وأضاف "أصالة عن نفسي، ونياية عن منتسبي مدرسة الروابي الخاصة، من هيئات إدارية وتعليمية وخدمية، أقدم إليكم بخالص عبارات الترحيب لحضوركم حفل التخرج لهذا العام، الذي تواصل خلاله العمل الجاد والاجتهاد من قبل المعلمين والطلاب على حد سواء من أجل رفع جميع التحديات والوقوف مجدداً اليوم لنحتفل بالنجاح والتفوق كما جرت العادة، وذلك بعد ما مررنا به أثناء الجائحة".



وذكر أنه لمدة تجاوزت العامين، والمدرسة تعمل في ظروف استثنائية بسبب الجائحة، إذ إنها ضاعفت الجهود لتجاوز كل المعوقات، وقد تمكنت بفضل تكاتف الجهود، والإصرار الذي أبداه الطلاب الأعداء ومعلموهم وأبائهم، من تجاوز الصعوبات ومثبطات النجاح، وقال "نحن اليوم نجني ثمار التعب الذي عانينا منه طيلة هذه الفترة العصيبة، فهنيئاً مجدداً للخريجين الأعداء، وهنيئاً لأولياء أمورهم بهذا التميز، ثم هنيئاً لمدرستنا مدرسة الروابي الخاصة، بتخرج أبنائها وتأهيلهم لتحقيق أحلامهم وبناء مستقبلهم"، متمنياً أن تكون هذه المرحلة فاتحة لأفراح ونجاح الطلبة في مراحل حياتهم المختلفة.

وفي الختام، دعا الطلاب المتوجين إلى السير على نهج العلم والمعرفة، ليكونوا منارات للأجيال اللاحقة في مدرسة الروابي الخاصة وتشريفاً إلى أهلهم ومدرستهم بتميزهم في المرحلة العلمية والعملية المقبلة.







## الجامعة الخليجية تحتفي بتخريج 3 أفواج من طلبتها

نظمت الجامعة الخليجية حفل تخريج الفوج الثالث عشر والرابع عشر والخامس عشر من الخريجين تحت رعاية الدكتورة الشبيخة رنا بنت عيسى بن دعيج آل خليفة الأمين العام لمجلس التعليم العالي نائب رئيس مجلس أمناء مجلس التعليم العالي في قاعة الدانة بفندق الخليج، بحضور رئيس مجلس أمناء الجامعة رئيس مجلس الإدارة البروفيسور منى بنت راشد الزياتي، ولقيف من السياسيين والنواب والأدباء والمبدعين وأساتذة الجامعات ووجاه المملكة وأهالي الخريجين.



وقالت الدكتورة الشبيخة رنا بنت عيسى بن دعيج آل خليفة، في كلمتها خلال الحفل، إن الجامعة الخليجية تبذل جهوداً حثيثة للارتقاء الدائم بمخرجات العملية التعليمية بالجامعة بما يسهم في تميز خريجها وتفوقهم وإبداعهم في مجالات سوق العمل المختلفة، مقدمة الشكر إلى الدكتورة منى راشد الزياتي رئيس مجلس أمناء الجامعة والدكتور مهند إبراهيم الفراس رئيس الجامعة وجميع القائمين عليها ومنتسبيها.



وأشادت بما جسدهته الجامعة الخليجية من مسيرة بناء وعطاء مستمر، معتبرة أن ما وصلت إليه اليوم من سمعة طيبة ومستوى رفيع، وما تحققت على صعيد النهوض بمسيرة التعليم العالي يدعو إلى الفخر والاعتزاز بهذه الجامعة، مشددة على مواصلة دعم مسيرة الجامعة الخليجية لتمكينها من أداء رسالتها النبيلة، واستدامة نقلتها النوعية التي شهدتها، وبناء المستقبل المشرق للوطن الغالي.

وقالت مخاطبة الخريجين "أؤكد لكم أنكم ستشكلون المحرك والدافع الرئيس لتعزيز المسيرة التنموية الشاملة للمملكة، وأنتم وسيلة التنمية وغايتها، وعليكم المحافظة على استدامة إبداعكم وتميزكم".

وأشارت إلى أنه على عاتق خريجي الجامعة الخليجية تقع مسؤولية المواصلة والاستمرار في التعليم والتدريب واكتساب مهارات وخبرات جديدة تساهم في تمكينهم للتكيف مع سوق العمل والوفاء بمتطلباتها.







## مدرسة برايتس العالمية - البحرين تحتفل بتخريج الفوج 14 للعام 2022



احتفلت مدرسة برايتس العالمية البحرين، وهي مدرسة مملوكة لمنصة برايتس التعليمية وتعتمد المناهج الدراسية الأمريكية من رياض الأطفال وحتى الصف الثاني عشر، بتخريج الفوج الرابع عشر لسنة 2022، وذلك يوم الخميس الموافق 9 يونيو 2022 في قصر ومنتجع العرين تحت رعاية كريمة من مجموعة جي إف إتش المالية.

وشهد الحفل تسليم 179 طالباً شهادات التخرج بحضور عائلاتهم وأفراد مجتمع مدرسة برايتس العالمية - البحرين، ومن بينهم رئيس مجلس أمناء المدرسة السيد هشام الرئيس، والرئيس التنفيذي لبرائيس التعليمية السيدة فاطمة أحمد كمال. وتم تقديم شهادات الدبلوما للخريجين من قبل مدير المدرسة السيد أندي هابل، مع حصول الطلاب الثلاثة الأوائل على جوائز الإنجاز الخاصة المقدمة من مجموعة جي إف إتش المالية، والتي قدمها السيد هشام الرئيس. كما شمل تكريم هذا العام أيضاً الطالبة سارة محمد الجودر، والطالبة الهنوف أحمد جمعة، والطالبة ملك محمد الأنصاري على التوالي.



وبهذه المناسبة، قال السيد هشام الرئيس "إنه لشرف عظيم أن نحتفل بتخريج دفعة استثنائية أخرى من طلاب عائلة برايتس التعليمية. نحن فخورون بكوننا قادرين فعلياً على تخريج طلاب مستقلين فكرياً، وعلى مستوى أكاديمي رفيع جداً، يمكنهم من البناء على المهارات والمعرفة التي اكتسبوها أثناء وجودهم في المدرسة. وعلى مدار السنوات العديدة الماضية، تغيرت أنظمة وأساليب التعليم بشكل كبير، ونعتقد أن المدرسة وطلابنا قد تمكنوا من مواجهة التحديات التي واجهناها، لا سيما خلال فترة الوباء، واغتنموا بنجاح فرص التغيير والنمو. نشعر ببالغ الفخر بخريجينا والإدارة والمعلمين، وكذلك العائلات التي ساعدت أبناءها في تحقيق هذا الإنجاز الأكاديمي والتمثولي الرائع".



### الطالب محمد جاسم:

### مدرسة برايتس بيئة تعليمية خصبة

التحقت بمدرسة برايتس بعد تأسيسها، وكان لها الفضل الكبير في نجاحي وتفوقي، بسبب إدارتها ومعلميها المؤهلين وقدراتهم. وقد وفرت المدرسة بيئة تعليمية خصبة لجميع الطلبة، ما ساهم في تمكينهم على مختلف المستويات، فقد قدمت المدرسة الدعم الشخصي اللازم والفرص الصحيحة للتعلم، والحافز لتحقيق النجاح، وقد ساعدني ذلك في الحصول على المركز الثالث في لوحة الشرف للمدرسة.



### الطالبة سارة الجودر:

### مدرسة برايتس تشجع الفضول التعليمي

كان لمدرسة برايتس الفضل في تكوين شخصيتنا نحن الطلبة، فقد دعمت المدرسة جميع الطلاب دون استثناء، وكان لها الدور الرئيس في دعم مسيرتي التعليمية منذ دخولي المدرسة، ولها الفضل في تفوقي خلال مسيرتي. كما أن مدرسة برايتس وفرت إلى الطلاب بيئة تعليمية تتناسب مع قدراتهم، فقد وفرت لنا بيئة خصبة للتعليم والاستكشاف. وللمدرسة دور في تمكين الطلبة ودعم قدراتهم ومواهبهم المختلفة، ما ساعدهم على اكتشاف ذاتهم، وتنمية مواهبهم وإشباع فضولهم التعليمي.



### الطالبة ملك الأنصاري:

مدرسة برايتس حفزت  
الطلاب على الإبداع

كان لمدرسة برايتس دورًا في تحفيز جميع الطلبة على الإبداع، فهي من المدارس التي توفر بيئة خصبة لجميع الطلاب، إضافة إلى توفير المناهج ووسائل التعليم الحديثة. لقد كان لي الفخر بالالتحاق بالمدرسة، فالمدرسة مميزة وأقدم خدمات علمية ذات جودة. ومن هذا المنطلق اتوجه بالشكر لأعضاء الهيئة التعليمية والإدارية في المدرسة لما قدموه لجميع الطلبة.



### الطالبة الهنوف أحمد:

برايتس بيئة تعليمية محفزة

تعد مدرسة برايتس من المدارس التي توفر بيئة تعليمية مهيئة لجميع الطلبة فهي ساعدتنا كطلبة بدون استثناء على الارتقاء بالمستوى التعليمي. لقد كان لمعلمين ومعلمات المدرسة دورًا في تفوق العديد من الطلبة، إذا ساهموا في دعم الطلبة بدون استثناء، إضافة إلى تشجيعهم على الإبداع والابتكار. أشكر إدارة المدرسة على توفير بيئة تعليمية محفزة لجميع الطلبة وعلى دعمهم لنا خلال المسيرة التعليمية.



## ياسر عبدالعزيز

بكل ثقة واعتزاز، يتحدث المؤسس والمدير التنفيذي لتطبيق ملعب ياسر عبدالعزيز ليأخذنا في رحاب مشروع يستهدف قطاعين سريعين النمو في المنطقة، هما قطاعا التكنولوجيا والرياضة، وذلك من خلال توظيف التكنولوجيا لتمكين جميع أفراد المجتمع من ممارسة الرياضة بشكل سريع ومريح وممتع.

يقول عبدالعزيز: هدفنا منذ بداية المشروع تمثل في تكوين منصة تساعد في إيجاد حلول مبتكرة لبعض المشكلات الموجودة في الأسواق المستهدفة، وقادرة في نفس الوقت على التوسع بشكل سريع وواسع النطاق باستخدام التكنولوجيا.

ويضيف: استفدنا ومنذ بداية تأسيس الشركة من برامج "تمكين" مثل برنامج دعم الأجور وبرنامج تطوير الأعمال، والتي ساعدتنا في التوسع وتوظيف فريق العمل، ونطمح للتوسع بشكل أكبر في الأسواق الخارجية وخلق تجربة أفضل للمستخدمين الحاليين.

# البحرين تفخر بطاقتها الشبابية قصص نجاح بقلم "تمكين"

مبادرات  
ريادية  
وبرامج  
مبتكرة  
ودعم  
لتحقيق  
الطموح

حين نتأمل بقصص نجاح الشباب البحريني الواعد في تحقيق طموحاتهم وتطلعاتهم، نجد بأن صندوق العمل تمكين يشكل جزءاً من هذا النمو عبر المبادرات الريادية التي تضيف شعور الإعزاز والفخر. ثمة رؤية واضحة لتمكين لدعم المؤسسات والأفراد في بناء مستقبل باهر للأجيال القادمة. قد لا نكتفي بمضامين هذه العبارة وحسب، بل نشاهد ونقرأ ونتعلم ونتفاعل بالجميل القادم دائماً.. فالعزيمة والإصرار والابتكار والتفاني، هي قيم انتهجها تمكين، وسارت معها كوادر وطنية آمنت بالإنجاز."

لنتعرف على ثلاث قصص نجاح بقلم "تمكين" إن جاز لنا التعبير؛ لأن فصول القصص الملهمه، تكتب بحبر الريادة وصياغة المستقبل الواعد.

حلول  
مبتكرة  
لقطاعي  
التكنولوجيا  
والرياضة



## ياسر شعيب وعلي الحداد

### الاحتراف والخبرة

ليست تلك القصة الثلاث الملهمة والمبهرة في آن واحد هي فصول حكاية "تمكين" الرائعة، إذ سبقها وأعقبها حكايات نجاح، على امتداد الطموح الذي يدرك "تمكين" أهميته الحضارية في ريادة الأعمال.

اكتسبت شركة الخزائن العالمية شهرتها لأنها قامت على أساس طموح فئاً وعلقاً وابتكاراً، فيتحدث كل من ياسر شعيب وعلي الحداد عن دعم "تمكين" المتواصل الذي يمثل فرصاً واسعة للنمو والتوسع للمؤسسات البحرينية في مختلف القطاعات، فبفضل الدعم المقدم، استطعنا تجهيز مصانعنا بأحدث الآلات التي يديرها عدد من الصناع المحترفين ذوي الخبرة، لضمان تقديم أعلى معايير الجودة لمنتجاتنا.

وفق ذلك، تعتبر شركة الخزائن العالمية شركة إقليمية رائدة ومتخصصة في تصميم وإنتاج المفروشات المنزلية بفضل امتلاكنا مصنعين كبيرين في مملكة البحرين و8 صالات عرض في المنطقة، ولدينا الكثير من الخطط المستقبلية، حيث نسعى إلى توسيع وجودنا في منطقة الخليج والشرق الأوسط عبر تعزيز وجود علامتنا التجارية، وعليه فقد قمنا حديثاً بتخصيص استثمارات كبيرة لزيادة حضورنا الإقليمي من خلال توسيع عمليات تصدير المنتجات والخدمات إلى الأسواق الدولية.



## حمزة الغتم

### جائزة علي مستووى الشرق الأوسط والفضل لـ "تمكين"

يصيغ المدير التنفيذي لشركة حمزة الغتم عبارات الفخر والتقدير لـ "تمكين"، وكم هي جميلة مفرداته حين عبر عنها بالقول: فخورون بكون "تمكين" أحد عملائنا الأوائل الذين استفادوا من خدماتنا الرقمية! نحن ممتنون لإيمانهم بقدراتنا، وهذا إن دل على شيء إنما يدل على دعمهم للشركات الناشئة البحرينية.

ويضيف: أطلقنا شركة منذ عامين لخدمة العملاء في السوق البحرينية فقط، ومنذ ذلك الحين، مكنتنا برامج دعم "تمكين" المتمثلة في برنامج التوظيف والتسويق وغيرها من التوسع بشكل سريع والوصول لأكثر من 1000 عميل في 98 دولة حول العالم.

إن FACEKI توافر نظام أساسي للتحقق من الهوية ومصادقة المستخدم المدعوم بالذكاء الاصطناعي يمكن من التحقق من هوية المستخدمين في أقل من 30 ثانية، وبالتالي زيادة استيعاب العملاء والمحافظة عليهم، ما يساعد الشركات على تقليل تكاليفها بشكل كبير وزيادة كفاءتها وأرباحها.

ويتطرق الغتم ليوكد أنه "بفضل ذلك تمكنت الشركة من الفوز بجائزة الشركة الناشئة الأكثر ابتكاراً في مجال التكنولوجيا في الشرق الأوسط لسنة 2021، ونحن فخورون جداً بهذا الإنجاز والنمو السريع الذي منحتنا إياه العمليات المؤتمتة القائمة على الحوسبة السحابية والمدعومة بالذكاء الاصطناعي، فطموحننا لحدود له، ونعمل حالياً على خطط توسع كبيرى لزيادة النمو وجعل "الركة علامة تجارية عالمية للتكنولوجيا".

Call Us On  
17 595252  
32016633

Instagram Facebook Twitter YouTube / alrawabischool

مدرسة الروابي الخاصة  
Al Rawabi Private School

KINDERGARTEN, PRIMARY  
INTERMEDIATE & SECONDARY



## فاطمة الأنصاري

تصيغ المؤسس والمدير التنفيذي لمكتب فاطمة الأنصاري للتصميم بمشروعها الذي يحمل اسمها كلمات رائعة للغاية، حيث تقول: "نحن نسعى إلى رسم حضور مميز للمكتب ليس فقط في مملكة البحرين والمملكة العربية السعودية، وإنما الانتشار بشكل أوسع لكل دول الخليج العربي والحصول على شركاء استراتيجيين في العديد من الدول من خلال رؤيتنا الواضحة وطموحنا الممتد، وعبر فريق عمل احترافي وشغوف".

ذلك هو المنطلق الذي تصفه المصممة فاطمة الأنصاري بالقول: نرى أنفسنا روادًا في قطاع التصميم وتوظيف المساحات بشكل مبتكر وعملي، ولنا القدرة على ترك الأثر الإيجابي والمميز للمشروعات التي نعمل عليها سواء كانت سكنية أو تجارية، ليس لعملائنا فحسب، وإنما يشمل ذلك كل من يرتادها، وذلك عبر تقديم تجارب تصميم فريدة واحترافية تستحضر بشكل خاص ثقافتنا المحلية ودمجها بدائقة عصرية.

ونحن نؤمن بنمير الكوادر البحرينية في القيادة والفكر، ونحرص دائمًا على تدريب وتأهيل الموظفين على أهم المهارات التي يحتاجونها في إدارة وتنمية مشروعاتهم بشكل احترافي، بالإضافة إلى تنظيم الدورات الأساسية التي تسهم في نجاح مشروعاتهم.

طموحنا  
مهتد عبر  
فريق عمل  
شغوف

عرفه كثيرون كشخصية تربوية وإعلامية لها مسيرة 4 عقود من الزمن كشعلة من النشاط والإلهام في الوقت ذاته، فالحديث عن واحد من الرعيل الأول من التربويين وهو الأستاذ أمير قاسم يأخذنا إلى ستينات القرن الماضي معلما في دولة الإمارات العربية المتحدة وفي البحرين، ومقدما ومعد برامج في إذاعة وتلفزيون البحرين على مدى عشرين عامًا قدم خلالها العديد من البرامج التربوية والثقافية والمسابقات ونشرات الأخبار. ومن المحطات التي يتذكرها العديد من الناس لا سيما الصحفيين والإعلاميين فضلًا عن المسؤولين، التجربة الرائدة للجنة العامة للسلامة على الطريق، التي يرأسها مدير الإدارة العامة للمرور والترخيص وتضم في عضويتها ممثلين عن الوزارات وشركات السيارات وشركات التأمين، وهي لجنة اهتمت بتطبيق الأنظمة والإشراف على الفعاليات المرورية في مملكة البحرين وكذلك دول مجلس التعاون الخليجي.

ومن تلك التجربة، انبثقت أيضًا مشاركته في لجنة التوعية المرورية لطلبة المدارس لنشر الوعي والثقافة المرورية. وعلى الصعيد الاجتماعي، شارك في تأسيس نادي الديه وجمعية الديه الخيرية ومركز شباب الديه، وكذلك في الأنشطة والفعاليات التي تقدمها مختلف المؤسسات في المجتمع.

## ألعب الطفولة.. "القلينة" و"في فيوه".. ممتعة ولا تغادر الذاكرة



في المدرسة النبهانية أبو ظبي



سؤالنا الأول في مشوار الوجه الآخر مع ضيفنا يتعلق بمشوار التحصيل العلمي.. فكيف كان؟  
اخترت اللغة العربية كتخصص، لذلك تخرجت في العام 1972 حاملًا درجة الليسانس في اللغة العربية من جامعة بيروت العربية، وواصلت بعزيمة وطموح مشواري في التحصيل العلمي فحصلت على الدبلوم العالي في التربية من جامعة البحرين في العام 1984 بالإضافة إلى دبلوم الإدارة العليا من جامعة البحرين بالتعاون مع الجامعة الأميركية في بيروت، ولم أتوقف طيلة هذه السنوات، حيث حصلت على درجة الماجستير من جامعة مانشستر في بريطانيا في العام 1987.

نلت شهادة الليسانس  
في جامعة بيروت العام  
1972 والماجستير في  
مانشستر العام 1987



أربعون عامًا في قطاع التربية  
والتعليم من معلم إلى مدير إدارة

# أمير قاسم

بدأت التدريس في سن السادسة عشرة



لقطة تذكارية مع فريق العلاقات العامة بوزارة التربية

على ذكر الأصدقاء، سنغير الجو في الحوار ونذهب معك إلى مرحلة الطفولة، من تتذكر من أصدقاء تلك الفترة؟

ولدت في قرية الديه العام 1947، وقربتنا في ذلك الوقت بالنسبة لنا شبه معزولة عن جاراتها القرى، حيث تفصلها بعض المسافات، ففي شماليها البحر الذي لم يعد موجودًا في وقتنا الحاضر، وجنوبها جدحفص، وشرقها السنابس، وغربها كراباد والبدعة وهي مصيف يتبع الديه، وهذا المصيف كان يجمع أبناء العائلة الحاكمة من الشيوخ وأهالي المحرق ومختلف مناطق البحرين، حتى أن بعض الشيوخ كانوا يقضون فترة الصيف في بساتين منطقة البدعة. وفي طفولتي، كنا مجموعة من الأصدقاء منهم من اختاره الله ومنهم من لا يزال على قيد الحياة (الله يطول أعمارهم وأعمار القراء الكرام والسامعين)، وهناك بعض الأصدقاء المتميزين لكنهم ليسوا من الشخصيات المعروفة كونهم خلف الأضواء. وكوني رجل علاقات عامة ومعلما ساهم ذلك في ظهوري في البلد. كان من بينهم الصديق عبدالعزيز عبدالله يوسف وهو استشاري في الأشعة وله خبرته وتميزه، وكذلك شقيقه حميد عبدالله يوسف وهو من قياديي شركة بابكو من الدرجة الأولى، وكذلك الصديق علي يعقوب الصياد أيضًا ممن التحقوا بشركة بابكو وحقق مناصب متقدمة، وأتذكر الصديق أحمد عيسى عطية وقد توفي قبل عامين (رحمه الله) وكان من الإداريين الكبار في شركة بابكو وابتعث إلى بريطانيا ودرس دراسات عليا، ثم التحق بشركة بتلكو كأحد القياديين.

## مجموعة من أصدقاء الطفولة اليوم يتبؤون مناصب قيادية في مواقع عدة

إليه وأدعوه لتبادل الزيارات، ولهذا تجدني في العلاقات والاجتماعات والمناسبات الأفراح منها والأتراح وفي كل مكان. وألفت إلى جزئية مهمة أثرت في شخصتي كثيرًا، وهي أنني واطبت على حضور المجالس الحسينية والمحاضرات، وأثر مجالس القرية كبير في بناء الشخصية والاستماع إلى الخطباء وما يطرحونه من سير وموضوعات متنوعة وقد تربيت في تلك المجالس، ومن هنا، أحب الخير لي وللآخرين، وأشعر بالانزعاج الكبير حين يسيء أحد إلى أحد آخر أمامي، فمن الأشياء الطيبة في حياتنا هي عمل الخير دون انتظار الجزاء، وحين لا تلقى أثره الآن سنلقاه فيما بعد في الدنيا والآخرة، فإن الحسنه بعشر أمثالها، وأقول إن من الأقوال والمآثر التي أمنت بها هي مقولة الإمام علي عليه السلام: "الناس صنفان، إما أخ لك في الدين، أو نظير لك في الخلق"، فما يهمني هو الإنسان وعلاقتي به دون النظر إلى عرق أو دين أو مذهب أو جنس.



الاهتمام بالأنشطة التربوية عنصر مهم في المسيرة



صورة حديثة مع أحد طلابه العمانيين وكان يدرس في إمارة العين

نعود لفترة الطفولة، ففي تلك الفترة كانت ألعابنا شعبية كما تعلمون، وليس كما الآن حيث ألعاب الكمبيوتر المكلفة وكذلك الألعاب العصرية، ففي أيامنا كانت الألعاب الشعبية لا تكلف كثيرًا، وكان من ضمنها "القلين أو القلينة" حيث نستخدم فيها قطعتين من الخشب واحدة عصا طويلة والأخرى صغيرة نضربها بالعصا الكبيرة لأبعد مسافة، أما لعبة "في فيوه"، فالفي هو ظل الإنسان وفي هذه اللعبة نضطف في طابور وأحدنا لديه قطعة من الحجر تسمى "قيس" ويلقيها ونحن وقوفًا وأمامنا ظلنا وحين يرمي تلك القطعة فتقف على ظل أحدنا ينطلق في الجري ونجري خلفه لاصطياده. كما كنا نلعب "الصبية" التي نرسمها على تراب الأرض بالمربعات ولعبة "الويل" التي نستخدم فيها عجلات الدراجات الهوائية بعد أن نزيل منها الأسلاك، ثم دخلت بعض الألعاب كالكيرم والدومنة وغيرها.

دعنا نساغر معك.. أي البلدان زرتها وأحببتها؟

زرت كل دول الخليج، أما الدول العربية فقد زرت مصر، لبنان، سوريا، ومن الدول الأجنبية بريطانيا، وكذلك زرت أوكرانيا وهي التي تشهد في الوقت الراهن حربًا مع روسيا، لكن أوكرانيا في الحقيقة من أجمل البلدان، وكانت لي تجربة السفر إلى اليوسنة والهرسك، وأتوقف قليلًا عن بلد جميل هو الآخر ألا وهو التشيك، فقد زرتها بعد انفصال "تشيكوسلوفاكيا"، وقبل انضمام التشيك إلى الاتحاد الأوروبي، وهذه البلاد جميلة للغاية بمنتجاتها ومياهها المعدنية لا سيما في كارلوفي فاري ويخيموف وبلانيا، وهي من البلدان ذات الشعب الطيب ولا تكلف زيارتها الكثير، فهي من البلدان الرخيصة من ناحية الكلفة، ولك أن تعلم بأن التشيك استقبلت أعدادًا كبيرة من الجالية الفيتنامية إبان الحرب الأمريكية الفيتنامية التي جعلتهم لاجئين في العديد من الدول، وعلى الرغم من أن ثقافة ومعيشة الفيتناميين مختلفة، لكن التشيك أصبحت بلد المعيشة والاستقرار لهم.

نختم بالجلوس بضع لحظات معك في وقت الفراغ.. ما الذي تميل إليه؟

في القراءة، أحب المؤلفات الاجتماعية كالقصص والكتب الأدبية وسير الشخصيات على مر التاريخ وكذلك المجال السياسي، وهذه الأخيرة، أي المجال السياسي، تشعرني بعد القراءة والمطالعة فيها بأنني لم أستفد شيئًا (بيتسم)... أما على صعيد العلاقات الاجتماعية فأحرص على رعاية علاقاتي الاجتماعية؛ لأن ميولي كبيرة لهذه الأجواء، فأحب التواصل مع الأهل والأصدقاء والمعارف، ومن أفنقده كثيرًا أحاول الوصول

"أضواء البلاد" تحاور رئيس قسم العمارة والتصميم الداخلي  
بجامعة البحرين في أول لقاء صحافي

## د. هدى المدحوب

كنا سعداء في أسرة تحرير "أضواء البلاد" لأن نحمل باقة التهاني لها بمناسبة تعيينها رئيسًا لقسم العمارة والتصميم الداخلي بجامعة البحرين، فالكفاءات البحرينية المبدعة حين تتولى المناصب القيادية لا سيما في الجامعات والمؤسسات الأكاديمية والبحثية، ففي ذلك دلالة كبيرة على ما توليه قيادة البلاد الكريمة من اهتمام بقطاع التعليم العالي وكوادره الوطنية. كان سؤالنا الأول مع رئيس قسم العمارة والتصميم الداخلي بجامعة البحرين د. هدى المدحوب هو: "هل بالإمكان منحنا فكرة عن اختيار تخصصكم قبل التخرج من الثانوية، أي ما دوافعكم للتخصص في هذا المجال؟" وكان للإجابة بتفاصيلها الميسرة مذاق خاص، حيث أجابت بالقول: "الهندسة المعمارية كانت حلم الطفولة، وتعود بي الذكريات إلى المرحلة الابتدائية وهي كما يسمونها اليوم "الحلقة الأولى"، حيث طلب منا كتابة رسالة نشرح فيها مهنة المستقبل، وأتذكر أنني اخترت الهندسة، ولكن لن أقول إنه كان شغفًا منذ الصغر، وإنما عملت طوال سنين لتحقيقه، ولكن كانت هذه بداية الشرارة" إن جاز لنا التعبير.

ثم بعد ذلك، وخلال المرحلتين الإعدادية والثانوية، كانت أختي الكبرى تدرس الهندسة المعمارية، وكنت أنبهر بالتفاصيل التصميمية ومستوى الإبداع الذي يتطلبه التخصص، فتشكل عندي هذا الميول، وأنا بطبيعتي أمتلك ذوقًا فنيًا ومهارة إبداعية وتلفتني أدق التفاصيل، ولدي مهارة التحليل أيضًا، وكنت أحب الرياضيات التي هي مادة أساسية كما تعلمون من أجل تحقيق الغاية الجمالية والفنية للتصميم المعماري من حيث الكتلة والمساحة والحجم إلى آخرها من جوانب، ومجموع هذه العوامل ساهم في اختياري للتخصص.



الهندسة  
المعمارية  
كانت  
حلم  
الطفولة



جائزة سمو  
الشيخ حمدان بن  
محمد آل مكتوم  
أفضل ختام  
لرحلة الدكتوراه  
الشاقة

لدى تسلمها جائزة الابتكار من سمو الشيخ حمدان بن محمد آل مكتوم

في العام 2019 أحرزتم جائزة حمدان بن محمد للابتكار في إدارة المشروعات - الاستخدام المبتكر لممارسات إدارة المشروعات - الفئة الأكاديمية، ماذا مثل لكم هذا الإنجاز؟

يسرني أنكم أشركتم في هذا الحدث المهم في مسيرتني؛ لأن الحصول على هذا التقدير العالمي المرموق، والظفر بالتشرف بلقاء سمو الشيخ حمدان بن محمد بن راشد آل مكتوم والاستماع إلى تهنئته الكريمة على العمل الذي قمت به على مدار السنوات الأربع في دراسة الدكتوراه، يعد علامة فارقة كبيرة ولحظة فخر لمملكة البحرين، وليست لي ولعائلتي فحسب، فكان ذلك هو المسك وأفضل ختام لرحلة الدكتوراه الشاقة والله الحمد والمنة.

كانت أختي الكبرى  
تدرس الهندسة المعمارية  
وأبهرتني التفاصيل  
التصميمية ومستوى  
الإبداع

لدينا خطة لتطوير  
المناهج بما يتناسب  
مع متطلبات السوق  
والاعتمادات المحلية  
والعالمية



قطعة تذكارية من معرض مشروعات الطلبة 2022.

تلامس الشبكات الوظيفية بشكل مباشر، كما أنها تساهم في فهم سلوك الشبكات التعاونية المشاركة في إنجاز المهام المعقدة في المشروعات، والذي بدوره يؤدي إلى تحسين الترتيبات التعاقدية وإعادة تصميمها لتعكس تكوينات العلاقة الصحيحة المطلوب تنفيذها من قبل العملاء وأصحاب المصلحة في المشروع.

ويوفر هذا المنهج التحليلي الجديد لمديري المشروعات توصيات قائمة على الأدلة والبيانات ذات المصدقية العالية، وهذا المنهج مناسب بشكل خاص لأولئك الذين يديرون مشروعات البناء والهندسة المعقدة التي اعتمدت تقليدياً على الهياكل والأدوار التنظيمية البسيطة نسبياً المبنية من خلال إبرام عقود ذات شروط وبنود تُعنى بتوضيح ما يجب على كل طرف القيام به دون النظر في كيفية إنجاز المهام المطلوبة على أرض الواقع. وعلى النقيض من ذلك، يقدم منهج التحليل الشبكي وسيلة أكثر تطوراً بكثير لرصد وتحليل وإدارة الأنظمة المؤسسية بأنواعها المختلفة بما في ذلك الأنظمة ذات الطابع الانتقالي/المرحلي، ولذا، فإن هذا الجانب يوصي العاملين والباحثين في إدارة المشروعات الكبيرة بتبني النموذج الشبكي كأسلوب إداري جديد قائم على تحويل دور مديري المشروعات من أوصياء عن مخرجات العمل إلى عناصر موجهة وداعمة للتغيير، ومن ثم تمكين العاملين في المشروعات بمختلف رتبهم الهيكلية من إنجاز مهامهم عن طريق تنمية حس المسؤولية لديهم.

ما المجالات التي تستحوذ على اهتمامكم في مجال العمارة.. هل هي العمارة الإسلامية، التراثية البحرينية الخليجية.. مدارس أو اتجاهات أخرى؟ بالطبع، فالهندسة المعمارية أو تخصص العمارة له مساقات مختلفة تشمل: التصميم المعماري، العمارة الإسلامية، عمارة البيئة، الصوتيات والضوئيات في المباني، وغيرها، ومن أهم مجالات اهتماماتي هو إدارة المشروعات الكبيرة وتحليلها كأنظمة معقدة متداخلة باستخدام أدوات التحليل الشبكي (أحد العلوم التحليلية الجديدة التي ذاع صيتها خلال الألفية الجديدة)، لتوفير نهج أكثر كفاءة وشمولية، ويعتبر هذا المنهج التحليلي أنموذجاً جديداً في إدارة المشروعات حيث يصورها كشبكات ذات أبعاد متداخلة تتغير هيكليتها ذاتياً بحسب نوع المهمة المطلوب إنجازها دون الحاجة للاعتماد على دوائر صنع القرار في التنظيم المنصوص عليه في الاتفاقيات التعاقدية، فهذا التصور يقدم صورة أقرب للواقع في شرح إدارة المشروعات الكبيرة، إذ إن التغيير في الهيكلية هو السمة الأبرز في هذه الشبكات مقارنة بالصورة النمطية المعروفة في الإدارة، فالثبات في الهياكل والتنظيمات عنصر مهم لاستقرار وإنجاز المشروعات.

وللتوضيح أكثر أقول إن الفائدة المرجوة من هذا المبحث هو مساعدة المؤسسات على تصميم أنظمة توفر قدرات تواصل ذات فعالية عالية



نقاش جانبي مع زميلات التخصص

## هناك حاجة لخلق فرص وظيفية بمساقات تخصصية مختلفة للخريجين

يطرح قسم العمارة والتصميم الداخلي ثلاثة برامج في المرحلة الجامعية، الأولى هي: البكالوريوس في العمارة، والبكالوريوس في التصميم الداخلي، والبكالوريوس في عمارة البيئة. وفي مرحلة الدراسات العليا يقدم القسم ماجستير العمارة، كيف تقيمون الإقبال على هذه البرامج من جانب الشباب البحريني من الجنسين؟ وهل الفتيات أكبر نسبة؟

باختصار، أؤكد لكم أن الإقبال كبير على التخصصات، فتخصص العمارة يأتي في الصدارة، يعقبه التصميم الداخلي، ثم عمارة البيئة الذي يعتبر تخصصًا جديدًا نوعًا ما، إذ تم طرحه في العام 2018، ومن المؤمل أن تخرج الدفعة الأولى منها هذا الفصل.. الإقبال عليه كبير والبنات لهن النسبة الأكبر.

### من منظوركم، كيف ترون مستقبل الخريجين في سوق العمل؟

لعلني أتطلع إلى الكثير ردًا على هذا السؤال، ولكن دعني أقول إن مستقبل الخريجين يلزمنا أن ننظر إلى أننا بحاجة إلى استثمار الفرص وتطوير الإمكانيات ومخرجات الطلبة، بما في ذلك إقامة شراكات مع المؤسسات الهندسية والإدارات ذات العلاقة، وبالمقابل هناك حاجة لخلق فرص وظيفية بمساقات تخصصية مختلفة للخريجين؛ لأن السوق منتشبة بالتخصص العام، وهذا ما وضعناه نصب أعيننا لنركز على إعادة النظر في البرامج المطروحة وقياس مدى احتياج سوق العمل.



مشاركة في منتدى المصممين البحرينيين

### ما أبرز الأفكار التي تبحثونها حاليًا لتطوير العمل بالقسم؟

يسعدني أن أطرح لكم وللقرء الكرام رؤيتي وأهم التطلعات والأهداف المستقبلية لإدارة القسم، وأوجزها في التالي:

الاستفادة من الخبرة المكتسبة من جائحة كورونا لتطوير طرق وأدوات التعليم بعيدًا عن الأساليب التعليمية التقليدية، وبما يضمن جودة التعليم، بالإضافة طبعًا إلى الاستفادة من هذه الخبرات في تحسين الإدارة اليومية للقسم.

تعزيز الشراكة بين جامعة البحرين والجامعات الإقليمية والعالمية لا سيما في مجالات البحث العلمي وتنظيم الندوات والمحاضرات وتبادل الخبرات.

تقوية العمل المشترك بين الجامعة والشركات العاملة في قطاع الهندسة، لتأهيل الطلبة وإعدادهم بما يتناسب مع احتياجات سوق العمل، كل ذلك من أجل تعزيز فرصهم للحصول على الوظيفة بعد التخرج.

في الوقت الراهن، نعمل على تطوير المناهج والمواد التعليمية بما يتناسب مع متطلبات السوق والاعتمادات المحلية والعالمية، بالإضافة إلى اقتراح برامج جديدة منها مقترح برنامج الدراسات العليا (الدكتوراه).

للتوعية بجائحة كورونا دعماً للفريق الوطني لمكافحة الفيروس، بما في ذلك ورش العمل للأطفال، فقسمت فكرتي إلى قسمين: الأول تقديم ورش فنية للرسوم المتحركة لاكتشاف مواهبهم وتطوير مهاراتهم ورفع معنوياتهم إثر ما خلفته الجائحة من آثار في المجتمع، والشق الثاني هو أنني اقترحت الرسوم المتحركة وهو أطول مشروع بين الورش مدته 56 دقيقة أنيميشن، فيما تتراوح مدة المشروعات الأخرى بين 3 و4 دقائق، ولهذا قسمته على 5 حلقات، فالتحدي صعب لأنه آني ولحظي ومتجدد في كل لحظة، وعملنا على المشروع في نهاية العام 2020، وأصبح العمل في متناول المشاهدين منذ بداية العام 2021، وانطلق في فضاء السوشال ميديا من أستوديو بيت الأنيميشن وبيت السرد والسفارة الأميركية.



سيلفي مع مخرج مسلسل فريخ الإماراتي محمد سعيد حارب

الرسوم المتحركة من أصعب مجالات الإنتاج فنياً من ناحية، ودقة قصصه وموضوعاته من جهة أخرى، كيف بدأت علاقتك مع هذا الفن؟ كنت شغوفة بالرسوم المتحركة منذ كنت في المرحلة الإعدادية، وفي تلك المرحلة كبرت لدي فكرة الرغبة في دراسة هذا التخصص جامعيًا، لكن لم تتيسر الظروف لأن أظفر بذلك، وحين تخرجت من الجامعة في تخصص إدارة "اللوجستيك الدولية" كنت أمتلك بعض المعرفة، ففي تخصص الإعلام والفنون كان بالإمكان دراسة الأنيميشن في فصل دراسي أو فصلين، لكن ذلك لا يشمل دراسة الإخراج، ومع دراسة اللوجستيك جعلت دراسة الأنيميشن فرعياً. هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى، ركزت على التعليم الذاتي وأصبحت أشارك في الدورات التدريبية المتخصصة وأقرأ في الكتب والإصدارات. وفي السنة الثالثة بالجامعة التحقت بأحد البرامج الدراسية القصيرة في الولايات المتحدة الأميركية، وأود الإشارة إلى أنه في ذلك البرامج طلبوا منا تقديم موضوع معين يهم المجتمع ونتبناه، فاخترت موضوع تأثير مشاهد العنف في الرسوم المتحركة على الطفل، وأهمية غرس الهوية البحرينية في الأنيميشن، وكان ذلك في في العام 2015، وبعد أن أنجزت البرنامج الدراسي، جاءت الثمرة بتجريب أعمال بسيطة تنفيذًا وتطبيقًا.

واسمح لي أن أشير إلى أن شركات الإنتاج تستند إلى إدارة المشروعات الإبداعية كصناعة، ولا بد أن ننظر لها كصناعة فعلاً، اليوم يسألني الناس: ماذا بعد عائلة يوسف ومتى الجزء الثاني؟ وهذا لا يعني أن المسلسل سيتوقف، وما أطمح إليه شخصياً أن تكون لدينا في مملكة البحرين "صناعة الأنيميشن"، وأن أكون رائدة هذا القطاع.

وما قصة الفرصة التي جاءت من السفارة الأميركية؟ كما تطرقنا سابقاً، فإن صعوبة الأنيميشن تكمن في التكلفة المالية، ثم حين لا تمتلك المؤهل الأكاديمي في هذا التخصص ولا تمتلك الموهبة فهذا جانب أكثر صعوبة، ولأنني لم أدرس المجال كتخصص علمي وليست لدي خبرة سابقة حتى أتمكن من الإنتاج، توكلت على الله واعتمدت على عزيمتي وموهبتي واقتناص الفرص، ولهذا في العام 2020 تلقيت اتصالاً من السفارة الأميركية يتعلّق برغبتهم في تشجيع تقديم محتوى إعلامي



رغم المصاعب الكبيرة..  
حولت الظروف القاسية  
إلى "قصة نجاح"

## مروة جميل

طموحي أن تكون  
البحرين متميزة في  
صناعة "الأنيميشن"  
وأكون رائدة القطاع

في الحقيقة، من شاهد مسلسل الرسوم المتحركة (الأنيميشن) الذي حمل عنوان "عائلة يوسف" وما احتواه من مضامين توعية وثقافة تجاه فيروس كورونا (كوفيد 19)، وانتشاره في عدد من المنصات الإلكترونية، ربما خيل إليه أن هذا العمل الجميل تم إنتاجه في أكبر أستوديوهات الأنيميشن العالمية! والحقيقة، أن فتاة بحرينية شابة هي من وضعت الفكرة ورسمت وصممت وأنتجت العمل.. ومن منطلق دعم وتشجيع "أضواء البلاد" للمتميزين والمجتهدين من الشباب.. دار هذا الحوار مع المخرجة الشابة مروة جميل.

## عائلة يوسف



دعينا نتحدث بصراحة عن مقومات استمرارك في هذا المجال.. هل أنت متفائلة؟

على اعتبار أنني في بداية الطريق خصوصاً في الإخراج، فهذه البداية صادفتها فترة كورونا ذات الكساد الاقتصادي إلا في حال أن تكون هناك جهة تريد الإنتاج، وفي الواقع أنا محظوظة لأنني انتظرت من العام 2015 حتى العام 2020 لأنطلق أولى الخطوات، حتى أنني حينما كنت أتحدث مع من حولي بفكرة إنتاج رسوم متحركة كانوا يضحكون، لكنني كنت أكرر لهم أنني سأتوفق بعون الله وسانتج، وبفضل الله سبحانه وتعالى تحققت ذلك في أبريل 2020، ومضيت وفق الإجراءات، فعلى صعيد الإنتاج لابد من التعامل بشكل رسمي خصوصاً في التعاقد مع الممثلين وبعقود، ولا بد من إصدار سجل تجاري، وهذا ما فعلته وأسست "أستوديو أنيميشن هاوس". ولا بد من أن أذكر أيضاً أنني في العام 2017 حولت المشروع إلى ورش عمل وهي باكورة أنيميشن هاوس لرسوم الأطفال، وتعاونت مع هيئة الثقافة وشركة البحرين للسينما ولكن بميزانية محدودة، ولنجاح العمل، هناك اتصالات مستمرة إلى اليوم، وفي انتظار التعاون مع تلفزيون البحرين؛ لأنني بصراحة كمخرجة بحرينية مبتدئة في حاجة إلى هذا الدعم دون وضع تعقيدات وحواجز.

مسلسل "عائلة يوسف"  
مولود من "رحم كورونا"  
لتوعية الأسرة والمجتمع

أتمنى أن يحظى العمل  
بدعم تلفزيون البحرين لنا  
كمخرجين ناشئين

ما الأعمال العالمية والعربية التي تأثرت بها في نطاق الرسوم المتحركة؟

من الأعمال العالمية التي تأثرت بها هي أعمال والت ديزني وكذلك مسلسل "فيكسر"، وأكثر الشخصيات المفضلة عني هي جودي أبوت، وعلى العموم أحب الأعمال ذات المعنى والقيمة، والتي هي في أساسها روايات كـ "جودي أبوت" و"سالي" وهذا ما نفتقده حين نتعلق كأطفال بالأعمال المميزة ثم نفقدها، وكما يعلم كثيرون فإن هناك أعمالاً موجهة للطفل تحوي ألفاظاً بذيئة ولغة الجسد في بعضها رسائل مبطنة ما يلزم على أولياء الأمور تصفية (فلتر) ما يشاهده أطفالهم ويشاهدون معهم لتقييمها، وكذلك من الأعمال الخليجية "فريج"، وقد تشرفت بلقاء مخرج العمل محمد سعيد حارب وهو أحد الشخصيات المهمة بالنسبة لي، إذ زرت أستوديو "لامترا" للتعرف على التجربة الإماراتية في إنتاج الرسوم المتحركة بالعام 2018.



ألا ترون أن مسلسل "عائلة يوسف" مداه طويل ونافع.. يعني حتى بعد عودة الطلبة للمدارس، بالإمكان تقديمه لهم؟

الخطوة الحالية هي تسويق المسلسل للوصول إلى أكبر شريحة، وهنا نريد الوصول لطلبة المدارس ورياض الأطفال في أعمارهم، فهو توعوي اجتماعي، والأساس في الفكرة قصة عائلة مكونة من أم وأب وأطفال والروبوت والمربية، فالأب يعمل طبيباً في الصفوف الأمامية ويتعرض للإصابة فيختفي منذ نهاية الحلقة الأولى لكونه في المستشفى، ويبقى متواصلاً مع أسرته من خلال الأم، ثم تتوالى الأحداث والمشاهد الرئيسية بين الأم والأطفال من خلال الأسئلة التي يطرحونها لتلقي المعلومات الصحيحة التي وظفناها من خلال المشاهد، والهدف هو تصحيح مفاهيم تربوية في المنزل في التعامل مع أفراد الأسرة والتعامل مع المربية، وكما ذكرت سابقاً فإنني أهتم كثيراً في التوعية بما يتعلق بتأثير مشاهد العنف في الرسوم المتحركة على الأطفال.

رؤيتي واضحة منذ البداية  
وهي غرس الهوية  
البحرينية في الرسوم  
المتحركة

ما أبرز المراحل الصعبة في تنفيذ العمل؟

الحمد لله، لم أواجه مرحلة صعبة للتراجع وترك العمل، لكن المشكلة هي الجدول الزمني، إذ لم أعرف متى ننتهي في ظل هذه الظروف، لا سيما أن بعض أعضاء فريق العمل تعرضوا لإصابات كورونا، ثم مرحلة الإغلاق التي شملت مختلف القطاعات ومنها الأستوديوهات، وقد رحشنا طفلة لغناء أغنية المسلسلة "هذا الوقت سيمضي"، وحينما أردنا تسجيلها بدأ الإغلاق، وكان من الصعب إحضار الطفلة، فاضطرت لأن أسجل الأغنية بصوتي، ومن هنا أقول إن فريق العمل كان يعمل بطاقة فوق جهده لكي نغطي أي فراغ وفي أي جانب من الجوانب.

## لغة الموسيقى تؤلف قلوب الناس بلا تمييز

**أحمد الغانم**  
موسيقيار بحريني



ثمة شعور لا يمكن وصفه حين نربط بين معاني الحب ونغم الموسيقى.. إنه عالم مليء بالأحاسيس والمشاعر المفعمة، وهو بالنسبة لي عالم له دلالات وميض خاص قريب من قلبي، في تجربة كونكورديا في العام 2019 دليل على ما أقول، فالمفردة تعني في اللغة اللاتينية الانسجام والتآلف وفعل الموسيقى في تآلف القلوب بين الناس من مختلف الأصول والأعراق، فأعضاء الفرقة ينتمون إلى ثقافات مختلفة، لكنهم يتناغمون لتقديم موسيقى من مختلف الحضارات والأهم.

في تجربة كونكورديا ألفت لحنًا بعنوان نحو الحرية، وكانت لدي رؤيتي الخاصة في أن الفن والموسيقى لغتان عابرتان للحدود وللثقافات، أي أن بإمكان الموسيقيين الغربيين عزف موسيقى عربية باستخدام أدواتهم التي اعتادوا عليها والعكس صحيح لعزفهم من التواصل والتقارب بين الشعوب، ولهذا شاركنا في مهرجانات دولية في انطلاق فريدة ومهمة تحمل رسالة وتريد أن تعبر بها كل الدول العربية والعالم.

## التقدم.. هو التحسين المستمر للحياة

**المهندس نظام كمشكي**  
كاتب ومستشار إداري ومالي



سيرة العمل رئيساً لدائرة الصيانة والخدمات الهندسية ومستشاراً لوزير شؤون الكهرباء والماء، ومستشاراً في الشؤون الإدارية والمالية، وتولّي رئاسة مجلس إدارة ممتلكات وكأول ممثل للمقاولين في غرفة تجارة وصناعة البحرين وأول رئيس لجمعية المقاولين لدورات عدة ومناصب كثيرة تقلدتها، هي كلها اليوم تمثل تراكم خبرة، لكنني أختصرها كلها في عبارة حب الوطن وأهل الوطن، وتأتي الأمنية الأولى والطموح وفق ذلك في أن نرى توافاً وإيماناً بالرؤية لتحقيق مشروعات استراتيجية كبرى في البلد تتلاقى مع الاحتياجات.

في البحرين، نرى في مناخ كثيرة أننا بحق نمضي إلى الأمام بسرعة قوية وتطور لافت وهذه هي دلائل النجاح، إلا أنني مؤمن تماماً بأنه حتى بعض الماضي لابد أن نخضعه للدراسة والتقييم حتى نتطور بصورة علمية وواقعية، وهذا ما أضعه في حيز الاهتمام الشخصي؛ لأننا البحرينيين نعيش في رحاب مملكة قادرة على التقدم، وأهم ركن من هذا التقدم هو التحسين المستمر للحياة لا سيما بالنسبة لمعيشة المواطن، ما يتطلب منا المعالجة والمكاشفة وتصحيح أي مسار خاطئ.

المهندسة

## سميحة العصفور

نحرص على أدق تفاصيل متطلبات الأسرة البحرينية

لغة الفخامة  
ولمسات  
النفايس  
في تصاميم  
"ياقوت"  
ديزاين"

تعاقدًا، كما يخطف الياقوت الأبصار بهائه  
وجماله الساحر حين يتناغم مع المرجان  
واللؤلؤ والألماس والذهب، يقترن اسم  
مؤسسة ياقوت ديزاين بلمسات النفايس  
ولغة الفخامة في كل ركن من أركان المبنى..  
أي مبنى! صغيرًا كان أم كبيرًا.. حديثًا كان  
أم قديمًا، فتمتزج الخبرة والفن والإبداع  
والابتكار مع الذوق الرفيع والرقيق من  
المشاعر والأحاسيس في كل زاوية من زوايا  
المنزل أو العمارة أو المشروع الإنشائي، وفق  
ذاك، تختصر المدير العام المهندسة سميحة  
العصفور عبارة موجزة لشرح المسمى: في  
الجنة، قصور من ياقوت.. وأيضًا، هذا الحجر  
الكريم ارتبط بالفخامة من غابر العصور.. في  
تيجان الملوك وقصورهم، فبقى حجرًا  
نفيستًا وثمينًا في كل الأزمنة.





### نتاج الصيت والسمعة

سمعة وصيت "ياقوت ديزاين" ارتبط بمسار النجاح في كل محطة، وتتطرق العصفور إلى أنها نفذت مشروعات في البحرين وخارجها لا سيما المملكة العربية السعودية وسلطنة عمان، سواء للأفراد أو المشروعات التجارية، وتقول: ساهمت خبرتنا المميزة التي تعتبر بمثابة سمعة لدى عملائنا في أن نحصد ثمار العمل، ويمكنني القول إننا اليوم خبراء في مجالنا حيث تقدم "ياقوت ديزاين" خدمات تبدأ من دراسة المخطط المعماري، فعلى سبيل المثال، نبدأ بمراجعة التصميم الخاص بمشروع الفلل، فنؤكد من عدم وجود أخطاء أو عيوب ونوزع نقاط الأثاث ومن ثم نقاط الكهرباء، حيث إن توزيع الأثاث مرتبط بدقة توزيع نقاط الكهرباء وهذا ما يلزم أن نلفت النظر إليه، وبعد ذلك ننتقل إلى التصميم الداخلي من إضاءة واختيار المواد وغيرها ونقدم المشروع متكاملًا من بدايته بكل تفاصيله بطريقة الأبعاد الثلاثية؛ ليُشاهد العميل نموذجًا يحاكي الإنشاء مقارنًا للحقيقي، هذا بالنسبة لمشروعات الأفراد، أما المشروعات التجارية فندرس لهم الفكرة من أساسها بشكل مكثف وبدقة، فقد يكون هذا المشروع هو مشروع العمر للعميل، ولا بد أن يكون متميزًا وناجحًا من أساس الفكرة والتصميم كعامل نجاح أكبر للمشروعات التجارية، أضف إلى ذلك مشروعات الحدائق والمساحات الخضراء.

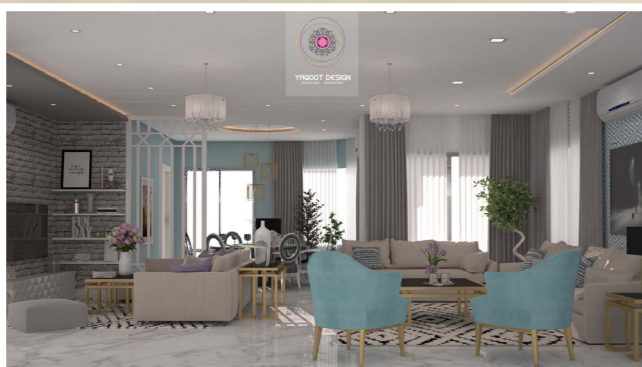
### ارتبطت بالفن منذ الصغر

تطوف بنا المهندسة سميحة إلى بعض الذكريات التي ارتبطت باختبار الاسم، فتشير إلى أنه في فترة نشاط المشاركة في المنتديات الإلكترونية على تنوعها، اختارت اسم "ياقوته" كـ "يوزر نيم"، وعرفها الكثير من الناس بهذا الاسم. أما عن عشقها للفن والجمال والإبداع، فتقول "لا أبالغ حينما أقول إنني مرتبطة بعالم الفن منذ صغري، وحتى في أيام الإجازات المدرسة، كنت أبحث في المجالات التي أتمكن من الإبداع فيها. أما عن اختيار التخصص الجامعي فلم يكن هذا التخصص موجودًا بعد تخرجي من المرحلة الثانوية، ولكن بعد دراسة الجرافيك تم استحداث تخصص هندسة الديكور، والبداية لم تكن صعبة لوجود شغفي الداخلي، وبعد التخرج عملت في شركات عدة، وقصة أول شركة كانت تمثل لي التحدي الأكبر، حيث كان المدير، وهو مهندس "صعب المراس"، كان يحول لي أفكار المشروعات الصعبة، وعلى الرغم من أنني آنذاك كنت أعمل متدربة، إلا أنه تم توظيفي بشكل رسمي بعد أن وجدوا لدي الحس الفني والابتكار والقابلية لتقديم الأكثر، وبعد ذلك، شعرت بأنني لا أتطور مهنيًا على الرغم من أن الشركة كانت تعتمد علي كثيرًا، وكنت أرغب في تطوير قدراتي".

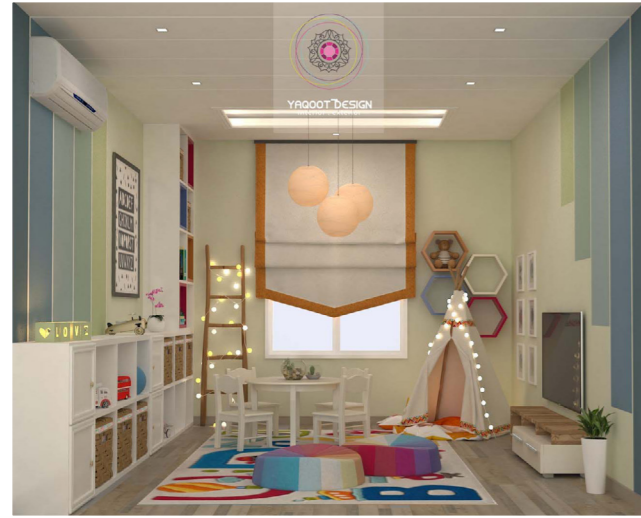
### محطات عمل أثمرت الخبرة

تبدأ مرحلة جديدة تحدثنا عنها سميحة فتقول "توجهت للعمل في شركة أخرى، وهذا الانتقال منحتني فرصة التطور في مجال التصميم ثلاثي الأبعاد وتفصيل هندسة الديكور، فكونت خبرة لا بأس بها، ثم أضافت لي تجربة عملي في شركة متخصصة في جودة الهندسة بعدًا آخر لا يقتصر على التصميم الداخلي بل التصميم المعمارية، فكنت أرسم مخططات، وفي هذه المرحلة، وجهت الاهتمام لكيفية التخطيط لبيت العمر من البداية على أسس سليمة وصحيحة، والخط الجديد هو دمج المعماري مع التصميم الداخلي، ومع الظروف المختلفة، تحولت إلى فكرة مشروع خاص مع أنني بقيت فترة من الزمن بلا عمل، لكن درست المشروعات وكيفية العمل فيها، والفضل بعد الله سبحانه وتعالى لزوجي حيث شجعني وساندني؛ لأنه رأى أن موهبتي وخبرتي ووجود عملاء يطلبونني بالاسم فرصة سانحة للعمل في مشروع الخاص، ومن هنا أسست "ياقوت ديزاين" في العام 2015.

خبرتنا المتميزة جعلتنا  
نقدم نموذج التصميم  
الذي يحظى بموافقة  
العميل من أول مرة



التصاميم المبتكرة الناجحة نتاج توافق الأفكار بين  
الطرفين: العميل والمهندس



### كوادر بحرينية مبدعة

تعتمد "ياقوت ديزاين" على فريق عمل ذي كفاءة، وهذه النظرة التي تتحدث عنها المهندسة سميحة بالإشارة إلى أنه بعد خوض تجربة العمل نجد صنفين من المصممين: الأول هو المحب للتدرب والتطور وهذا ينتج ويحقق طفرة، والصنف الآخر هو من يمتلك الخبرة والدراية لكنه لا ينتقل إلى مستوى أعلى، فيتمسك برأيه ولا يتقبل الأفكار والإرشاد والتوجيه وهذا أمر لا نحبذ، وقبل أيام اجتمعنا في لقاء مع عدد من المصممين والمهندسين ومنهم ضيوف من جامعة البحرين، وطرحنا فكرة أن يسبق دخول التخصص بالنسبة للطلبة وجود امتحان لاختيار نخبة من المبدعين، فهناك اليوم شريحة كبيرة تخرج، فهل هذه الأعداد تستوعبها السوق؟ أم إنه بعد سنتين الدراسة يكتشف الخريج أنه لا يستطيع أن يقدم ويتميز في هذا المجال.

### رسالة للمطورين والمستثمرين

المشروعات الحديثة فتحت المجال للمصارف والمطورين العقاريين، لكن لدى سميحة رسالة للمطورين العقاريين تقول فيها: "دخلت الكثير من البيوت والمشروعات الإسكانية ووجدت فيها العديد من المشكلات المعمارية وهذا أمر لا ينتبه له الكثير من الناس، وحتى ننجح، لابد من أن يكون البيت البحريني محتويًا على كل المتطلبات التي تناسب الأسرة البحرينية دون مشكلات وعيوب، فيدخل بيته وهو مرتاح، والتنفيذ مدروس دراسة صحيحة تلي طموحاته حتى لو كانت الأرض محدودة المساحة، إلا أنه بالإمكان استغلالها منذ بداية التأسيس، ولهذا توجهت للمطورين العقاريين والمستثمرين لوضع هذه النقاط موضع الاهتمام. وحتى المنازل

القديمة، ولي تجربة، حيث زرت منزلًا قديمًا في إحدى المناطق، وكان صاحب المنزل يتساءل مستشيرًا: هل أطوره أم أصرف النظر عنه؟ فقلت: بالعكس، مساحة المنزل جيدة جدًا وبإمكاننا أن نحوله إلى منزل جميل، واليوم تراه كتحفة بعد إنجاز المشروع، فكل الإمكانيات متوافرة على أن تكون حالة المنزل قابلة للتحسين، والأهم أن من سيقم المنزل يمتلك الخبرة التي تفيد صاحب المنزل في مشروع التطوير، والكلفة تعتمد على تقييم المنزل، وبالتالي نوازن بين ميزانية العميل وبين الخيارات المتوافرة في السوق، فعلى سبيل المثال، بإمكاننا توفير المواد التي تناسب العميل ونضع أمامه الخيارات المثلثة؛ لأن هذا التحسين له أثر كبير في النفسية سواء بالنسبة للمنازل أو أماكن العمل، فمثلًا حين تزور مقهى مصممًا بأسلوب عصري مبتكر، وآخر وضعه اعتيادي للغاية، فستختار الأول ولو بسعر أعلى في خدماته؛ لأنك ترتاح فيه، وبالنسبة لنا في ياقوت ديزاين نراعي كل احتياجات العميل بحيث نحقق رضاه في كل مراحل العمل".



## من المهم أن يدقق المطورون العقاريون والمستثمرون لتلذفي العيوب بدراسة التصميم قبل التنفيذ

شاملًا كل الاحتياجات، فقبل الكورونا، كان القليل من الناس يجلسون ساعات أطول في المنزل، أما هذا الظرف، فقد رفع اهتمام الكثيرين بالحدائق وكذلك الأسطح التي هي عادة ليست مستغلة بطريقة صحيحة والناس أصبحت تتجه لإبراز أفضل صورة للسطح، وهناك من يفكر في زاوية قهوة، سينما منزلية، مرفق رياضي "جيم"، وهذه الأمور اتجهت لها الناس كثيرًا وحتى لو لم يكن التغيير كبيرًا بالنسبة للبعض، فأيسره تغيير الأثاث.

### من أجل عيون الضيوف

وأكثر ما يركز عليه الناس في المجتمع البحريني هي الصالات المنزلية، فبعضهم يحب ذلك لنفسه، والبعض الآخر يريد للآخرين.. أي الضيوف، وهذه الفكرة لا أفضلها؛ لأن صاحب المنزل وأسرته هم من سيعيشون في المنزل، ولهذا لابد من أن يكون اختيارهم هم، وبالتأكيد حين استقبل الضيوف، تمتليء عيونهم بالألوان المميزة والتصميم الراق والمود المستخدمة، وبعد الصالات يأتي الاهتمام بغرف النوم.

لا نكتفي بالتصميم.. ندرس شخصية العميل ومن باب خبرة تأخذنا المهندسة سميحة إلى أن مجال التصميم يركز بشكل أساسي على فن وإبداع المهندس المتمكن، وفي عصرنا اليوم ومتغيرات الحياة من كل نواحيها، لا نكتفي بالتصميم بل ندرسك كشخصية. ماذا تحب وماذا تفضل وما هو ميولك وكيف هو "اللايف ستايل" الذي يروق لك؟ من خلال جمع المعلومات والمعطيات والتباحث في الاجتماع الأول أو الثاني مع العميل، نعرف كيف هو النمط والتصاميم والألوان التي تنال إعجابهم، فيما يعتمد البعض الآخر بشكل كلي علينا، وهنا من خلال بعض الأسئلة ومشاهدة النماذج نستطيع الوصول إلى المستوى والنموذج أو لنقل الأفكار التي يريدنا في منزله ونحولها إلى تصميم، ودعني أقول إن دوري مثل دور الطيبة: تحديد المشكلة وكيفية معالجتها، ثم نقدم العمل بأفضل ما يكون بتصميم ناجح من الطرفين للوصول إلى نتيجة مرضية، ولهذا كل عملنا والله الحمد يعبرون عن الرضا من التصميم الأول؛ لأننا قبله أجرينا دراستنا وأخضعنا الأفكار للتقييم.. خذ على سبيل المثال أيضًا مرحلة جانحة كورونا، فهي لم تؤثر كثيرًا على المشروعات، بل هي مرحلة أسهمت في رفع الاهتمام بالمنزل بين الناس، وكيف يجعلونه



### الأزرق الكلاسيكي الفاتح

اللون الأزرق الكلاسيكي، لا سيما للأرائك المخملية ذات اللون الأزرق الداكن أو الأكثر فخامة ذات اللون الأزرق الفاتح، وهو أكثر دفئًا خصوصًا في التناغم مع النباتات الداخلية والمواد الطبيعية.

### الأريكة البيضاء النقية

مع أنها اختيار سيئ للغاية لأصحاب الحيوانات الأليفة، لكنها مناسبة مع التصميم المثيرة كالظلال الأكثر دفئًا وحيوية، وهي كذلك توفر أساسًا محايدًا لطبقات من الوسائد والأغطية ذات الألوان الفاتحة.



### رومانسية الأريكة الخضراء

الأرائك الخضراء لها ارتباط مع الطبيعة، فاللون الأخضر كونه لونه مهدئًا ومريحًا يجعله الخيار المثالي للأريكة، في حين أن ظلال التفاح الأخضر الناصعة كتشبيهه، تجعلك بشكل مريح في أجواء كوخ لطيف، لخلق إحساس رائق المزاج ورومانسي.



### الأريكة السوداء المتناغمة مع أرضيات الخشب

مع أنها اختيار سيئ للغاية لأصحاب الحيوانات الأليفة، لكنها مناسبة مع التصميم المثيرة كالظلال الأكثر دفئًا وحيوية، وهي كذلك توفر أساسًا محايدًا لطبقات من الوسائد والأغطية ذات الألوان الفاتحة.



### الأريكة الصفراء المبهجة

لون الأريكة الأصفر الناعم يضيء الغرفة، وبالإمكان اعتبارها قطعة مركزية متعددة الاستخدامات، كما أنها تتناغم مع الألوان الطبيعية وظلال من الأحمر البسيط أو الأخضر.



## الألوان الكلاسيكية تغمر جمال الأرائك

يعد اللون أحد أهم الاعتبارات عند تزيين منازلنا، حيث يؤثر على كل شيء من مزاجنا بل حتى نوعية نومنا وحتى تركيزنا، فاللون يخلق ملدًا مريحًا لغرفة النوم، أو مطبخًا مشرقًا، أو رواقًا دافئًا، وكذلك أرائك مبهجة، وقد اختارت خبيرة الديكور الأميركية رايتشيل إدواردز أكثر ألوان الأرائك رواجًا للعام 2022 والتي تسيدت عليها التصميم الكلاسيكية بخيارات أكثر جرأة.

### أريكة الظلال الوردية

اللون الوردية محبوب بشكل مذهش، مع مزج اللون الرمادي البسيط لتجنب العتمة. ويمكن أن تكون الظلال الوردية الغنية في الأقمشة الملموسة مثل الصوف أو المخمل متعددة الاستخدامات اختيارًا موفقًا.



### أريكة المخمل الرمادي متعدد الاستخدامات

ليس من المستغرب أن يكون اللون الرمادي الشائع دائمًا هو لون الأريكة الأكثر رواجًا لهذا العام، ومتعدد الاستخدامات بشكل لا نهائي، حيث يمكن تكييف اللون الرمادي المحايد مع أي منزل تقريبًا، بأنماط تتدرج في التدرج اللوني من التقليدي إلى المخمل الملموس الحديث.





يشرح شعيرة الليزر لحرق الناسور



## بواسير ونواسير وشقوق... والعلاج يتطور

ما يعيق عملية التخلص من فضلات الجسم، ولهذا نقول إن الالتهابات الشرجية قد تتطور إلى دمامل وبالتالي قد تتطور إلى نواسير بالنسبة إلى 30% من المرضى.

### مليينات ومراهم ومطهرات

وفي الحديث عن العلاجات المتوافرة، فهي تختلف باختلاف المرض أو الحالة، وقد نبدأ العلاج باستخدام المراهم، المليينات، المطهرات الموضعية والتحاميل، وهذا ما نسميه العلاج الاحترازي، ولكن في حالات معينة قد نلجأ للتدخل الجراحي الذي ينقسم إلى قسمين: العمليات التقليدية وكذلك العمليات الحديثة، ومع هذا نقول إن التطور الحاصل في عمليات الشرج كبير، وذلك لتخفيف الآلام وسرعة التشافي عن طريق استخدام أجهزة حديثة، ومن أشهر هذه الأجهزة الليزر المطور، ولكن يجب استخدامه بحذر ومن خلال متخصصين مدربين على إجراء هذه العمليات.

### إشكال يقع فيه المرضى

والسؤال: ما مشكلات الشرج الأكثر شيوعاً؟ ويجب ضيف بأن مشكلات فتحة الشرج تتنوع ما بين البواسير، النواسير، الشق الشرجي، الدمامل وبنسبة ضئيلة السرطان، ولا توجد أسباب محددة، ولكن هنالك عوامل مرتبطة بأمراض فتحة الشرج، من ضمنها: الإمساك، الإطالة في وقت التبرز، التهابات الشرج، وتختلف الأعراض باختلاف المرض، وهو أحد الإشكالات التي يقع فيها المرضى، إذ يعتقدون بأنهم يعانون من البواسير ولكن بعد الفحص نكتشف وجود شق شرجي والعكس صحيح. ويواصل حديثه: البواسير مثلاً، تتسبب في العادة بنزف شرجي وانتفاخات في المراحل المتقدمة، بينما الشق الشرجي يرتبط بالآلام شديدة خصوصاً بعد التخلي أو مع الجلوس لفترة طويلة.

### قد تتطور إلى دمامل

ويؤكد ضيف أن التشخيص يعتمد بالدرجة الأولى على التاريخ المرضي والفحص الكليني، ويتم استخدام منظار لفتحة الشرج لا يتجاوز طوله 5 سم، وهنا نود الإشارة إلى أن البواسير قد تتسبب في انتفاخات مؤلمة

## الجراح علي ضيف: الالتهابات الشرجية قد تتطور إلى دمامل



ربما يعد هذا الموضوع مهماً لا سيما لمن يعانون من مشكلات الالتهابات الشرجية ويتأخرون في العلاج لأسباب خاصة بهم، إذ أن ذلك التأخير، كما هو الحال بالنسبة لكل مرض، قد تكون عواقبه وخيمة، والجديد هنا، كما يحدثنا استشاري الجراحة العامة وجراحة المناظير علي أحمد ضيف هو إجراء علاج الناسور الشرجي بالليزر باستخدام جهاز حديث من الفتحة الخارجية للوصول إلى الفتحة الداخلية، ومن ثم إدخال شعيرة الليزر لحرق قناة الناسور إلى الخارج، وبعدها تتم خياطة الفتحة الداخلية، ويتعافى المريض في غضون 5 إلى 7 أيام ونسبة نجاح العملية تتراوح بين 70 و75%.



مدينة الأمل في مازندران... التي لا تموت

## قبلة عشاق ضباب تشلاو وعذوبة شورمست

في سحرها الطبيعي من صنع الخالق جل وعلا ما يجعلها وجهةً لكثير من السياح البحرينيين والخليجيين والعرب وكذلك الغربيين، فمدينة الأمل في محافظة مازندران الإيرانية، وكما تسميتها الفارسية أمول، سميت بهذا الاسم لأنها كانت موطنًا للعديد من القبائل العربية في فترة الفتح الإسلامي، كما أنها لإقدمها، كانت مقصدًا للفلاسفة والعلماء، ولهذا تصنف بأنها واحدة من أقدم حواضر السلالات والأجناس البشرية، ولهذا تعرف أيضًا بأنها المدينة أو الأرض التي لا تموت وضواحيها هزار وسنجر. وتشير بعض كتب التاريخ إلى أن المدينة استوطنها أيضًا منذ القدم قوم يطلق عليهم مسمى آمارد، وعلى الرغم من كل ذلك الإرث الإنساني، إلا أنها لم تعرف كوجهة سياحية إلا في السنوات القليلة الماضية.

في زيارته إلى المدينة، أعد المهتم بأدب الرحلات علي صالح مذكرات تضمنت معلومات عن هذه المدينة التي تشتهر بأنها موطن الكثير من العلماء والفلاسفة مثل أبو حاتم محمود الحسن الأملي، الشيخ الكيلاني، الحاج ملا علي كني، سهل بن بشر، خليل بن بجر الأملي، علي لاريجاني، ابن رين الطبري، أبو الحسن الطبري، عمر بن الفرخان الطبري، الإمام فخر الدين الرازي ومحمد بن جرير الطبري.

### هكذا جاء ذكرها في الشاهنامه

يبلغ سكان المدينة قرابة نصف مليون نسمة، وتقع على نهر حراز وجبل دماوند وجبل "بارز"، وتتوسطها غابة اليمستان، وتقع على بعد قرابة 20 كيلومترًا من بحر قزوين، وتبعد عن طهران العاصمة مسافة 180 كيلومترًا. هي مدينة تاريخية، وذكرت في الشاهنامه الفارسية (تصنيف أبو القاسم الفردوسي وتتكون من 1000 بيت من الشعر) ذكرت بأنها مركز الثقافة والفكر وأرض التاريخ والعلوم والفلسفة، بل وقلب صناعة الثقافة وهي أيضًا عاصمة الأرز، بالإضافة إلى أنها تُعتبر حلقة الوصل بين كثير من المدن والمناطق المجاورة، وبسبب ذلك فإنها تضم مجموعة من أفضل المعالم السياحية والتاريخية في محافظة مازندران، وكونها حلقة وصل بين مدن عدة فإنها تعتبر قريبة من معظم مناطق الجذب السياحي في المحافظة، وأهمها جسر فريسك، وهو جسر مقوس حجري يقع في شمال إيران، تم بناؤه من قبل النمساويين قبل الحرب العالمية الثانية بقيادة مهندس يدعى والتر آينر، وتم تشييده في عهد رضا شاه، وتقع منطقة فريسك في مقاطعة سافادكوه في مقاطعة مازندران، ويبلغ ارتفاع الجسر حوالي 110 أمتار، ويبلغ طول قوسه 66 مترًا، ويخدم الجسر شبكة السكك الحديدية العابرة لإيران في شمال إيران، بالإضافة إلى أنه يربط السكك الحديدية بين طهران ومنطقة بحر قزوين، كما أنه يربط بين جبلين في منطقة عباس آباد، ويشتهر هذا الجسر بأنه لم يتم بناؤه بأي شيء معدني أو فلزي، ولكن استخدم في بنائه أدوات عادية جدًا مثل الديناميت وآلة المثقاب اليدوي.



2022-23

# Al Raja School Admission

Now Open for Registration

- ✓ For New Students
- ✓ Online Registration
- ✓ For Grades KG 1 & KG 2

Visit Our Website  
www.alrajabahrain.org

For More Info Call  
+973 1725 4414



## سلالات ساسانية ومغولية

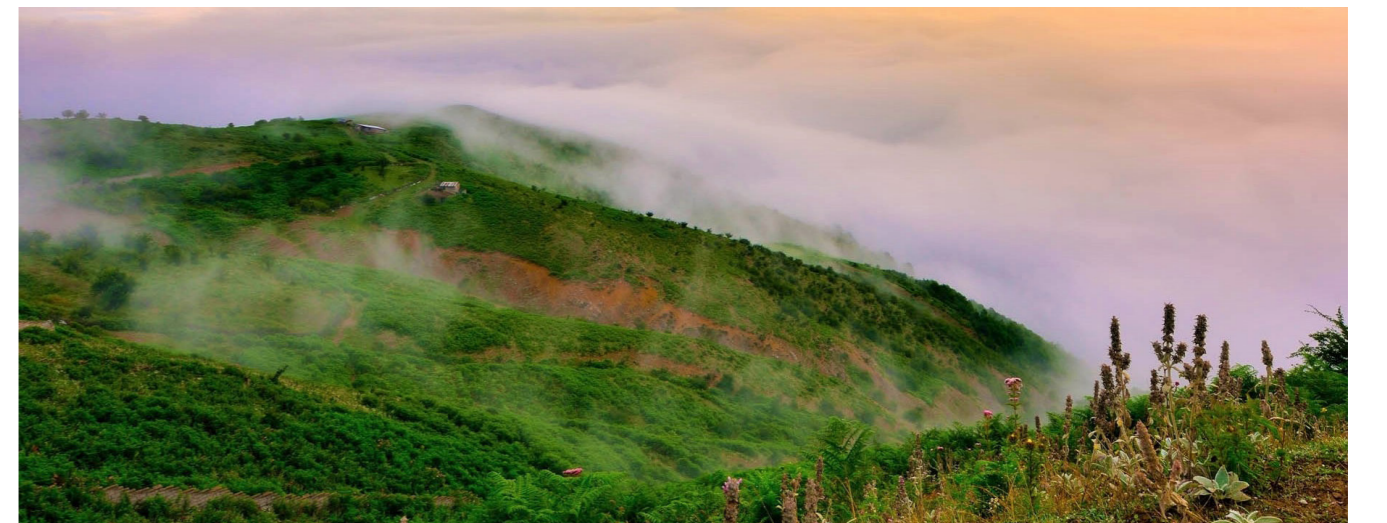
ربط بعض المؤرخين هذه المدينة القديمة بفترات سلالة البشداديين وسلالة كايانيين، أما قبيلة "آمرد" فهم الأشخاص الذين يسكنون المنطقة قبل وصول الأريين الذين هاجروا واستقروا في الهضبة الإيرانية من أواخر الألفية الثانية قبل الميلاد إلى أوائل الألفية الأولى قبل الميلاد. وكانت المدينة عاصمة مازندران في الفترة التي بدأت من الإمبراطورية الساسانية إلى سلالة الخانات في الإمبراطورية المغولية، وأشار إليها المؤرخ الشهير هيرودوت بقوله إن قبيلة تسمى مارديان واحدة من 10 إلى 15 قبيلة فارسية في فارس.

## ينابيع وجبال وشلالات

من أشهر معالم مدينة "الأمل" جبل يبلغ ارتفاعه حوالي 5610 مترًا عن سطح البحر وهو جبل "دماوند"، وبهذا فهو أعلى قمة في منطقة الشرق الأوسط، ما يجعله وجهة جذب سياحية للسائحين خصوصًا لعاشقي ممارسة رياضة تسلق الجبال، ويضم بعض المعالم الطبيعية النادرة ما يميزه ويعطي له أهمية سياحية ضخمة، فهو يحتوي على سفوح مخضرة وعيون وأنهار جارية مثل نهر تلخ رود أو ينابيع المياه الساخنة والمعدنية العلاجية مثل نبع لاريجان على ضفة نهر حراز في جنوب الجبل، بالإضافة إلى شلال شاهنشست يحي أي (التلحي) وهو من أجمل شلالات إيران، إلى جانب أنه يتيح زيارة سهل شقائق النعمان وبحيرة لار وشلاو وغابة شورميسست في أليمستان التي تُعتبر من أبرز المعالم. كما يعتبر جسر دوازده تششمه من أهم المعالم السياحية، وقد تم بناء الجسر في عهد الشاه عباس، وتم تشييد بنائه في فترة القاجارية بصورة كاملة حتى يربط بين الشطرين الغربي والشرقي من المدينة، وهو مبنى على شكل أقواس قائمة بالكامل على أعمدة بشكل مستطيل، يبلغ عددها حوالي



12 قوسا على طول الجسر بالكامل، حيث تصل المسافة من بداية أعلى قمة الأقواس حتى مستوى النهر لحوالي 7 أمتار، وبالنسبة للمسافة بين القاعدتين فهي حوالي 6 أمتار، وطول الجسر يبلغ 120 مترا. ويستمتع زوار مدينة "الأمل" باقتناء الصناعات اليدوية مثل السجاد والبساط والأقمشة الحريرية، والنسيج والأواني الفخارية والخشبية والتماثيل الخشبية والحصير، ويستمتعون لبعض الوقت في حمام شاه عباسي بمياه المعدنية الدافئة، وتحلو الأوقات في التجول عبر الجسور الخشبية المعلقة في جبل بارز.



# 4 طرق مختلفة لتنسيق ألوان هذا الصيف لأناقتك

ألوان هذا الصيف مشرقة، منعشة، وتبعث على البهجة. اعتمديها كمصدر للطاقة الإيجابية التي تنعكس على حياتك وتنشربها في محيطك. تعرّفي فيما يلي على أبرز 4 ألوان بالأزياء الجاهزة للصيف، حيث يمكنك تنسيقها حسب ذوقك الخاص.



## إطلالات مختلفة لتسويقها مع حقيبة من Jamina Tote

صُنعت Jamina Tote يدويًا بتصميم سلة منسوج كلاسيكيًا من الجوت الطبيعي، وهي مثالية لإضافة لمسة نسيجية إلى ملابسك للرحلات اليومية والسفر.

يضمن النمط المنسوج بإحكام عدم وجود خطر سقوط متعلقاتك من خلال الفتحات المفتوحة، ووجود مقابض قوية مستديرة مناسبة للارتداء فوق الكتف، يجعل هذه الحقيبة كبيرة الحجم مثالية للنزهات التي تحتاجين فيها إلى حمل المزيد. كمكافأة إضافية، ستضيف Jamina Tote لمسة جميلة من الملمس إلى منزلك عند تعليقها على خطاف أو رف معاطف في منزلك.

وهي مصنوعة يدويًا من الجوت المغزول يدويًا. هذه القطعة متعددة الاستخدامات مصنوعة من قبل حرفيين موهوبين في مجال التجارة العادلة، عبر ثلاثة أجيال، في مجتمع قرية صغيرة في بنغلاديش.



# مستحضرات تجميل لازمة لفصل الصيف

من الجيد تحديث حقيبة مستحضرات التجميل ومنتجات العناية بالبشرة الخاصة بك، من موسم إلى آخر. ومع اقتراب فصل الصيف، لابد من التحول إلى استخدام مجموعة مستحضرات تجميل ربما لم تكوني تستعملينها خلال الشتاء، وإنما هي ضرورية جدًا لصحة بشرتك وشعرك وجمال مظهرك خلال الصيف. انطلاقًا من ذلك، نرصد لك مجموعة من أهم مستحضرات التجميل اللازمة لفصل الصيف.

## الواقعي الشمسي

يعد الواقعي الشمسي أهم مستحضرات التجميل التي على المرأة استخدامها دائمًا، خصوصًا في الصيف، إذ إن أشعة الشمس القوية تلحق أضرارًا شديدة بالبشرة وتؤدي إلى ظهور البقع الداكنة والتجاعيد والخطوط الدقيقة بشكل مبكر. لذلك، إياك أن تخرجي من المنزل من دون وضع طبقة من الواقعي الشمسي، وتكرار هذه الخطوة كلما تعرضت بشكل مكثف لأشعة الشمس.

## مرطب الشفاه مع عامل حماية من أشعة الشمس SPF

كبشرة الوجه والجسم، تحتاج الشفاه إلى القدر نفسه من الحماية من أشعة الشمس في الصيف التي قد تكون قاسية ومسببة للجفاف وتقشر الشفاه. لذلك، يعد مرطب الشفاه مع عامل حماية من أشعة الشمس SPF، أحد أهم مستحضرات العناية بالبشرة التي يجب أن تكون موجودة دائمًا في حقيبتك خلال الصيف، فهو يرطب الشفاه ويوفر لها الحماية من أشعة الشمس ويمنحها ملمسًا ناعمًا.

## ماسك مغذٍ للشعر

إياك أن تهملَي شعرك خلال فصل الصيف، وإلا سيتعرض للجفاف والتقصف والتكسر ويصبح هشًا. لذلك، أنت بحاجة إلى استخدام ماسك مغذٍ للشعر يبقي شعرك رطبًا ويحميه من الأضرار الكبيرة التي قد تلحقها به أشعة الشمس.

## عطر صيفي منعش

تمامًا كما ستبدلين مستحضرات التجميل ومنتجات العناية بالبشرة المناسبة لفصل الشتاء بأخرى مناسبة لفصل الصيف، من المهم التحول من العطور الشتوية القوية والمركزة إلى عطر صيفي خفيف ومنعش يركز في تركيبته على الفاكهة والزهور، فهو سيشكل لمسة نهائية رائعة لمكياجك وتسريحة شعرك وملابسك.

## برايمر

البرايمر مستحضر ضروري يُستخدم كقاعدة قبل وضع المكياج حتى تمتزج مستحضرات المكياج بسلاسة وتثبت لوقت أطول. وخلال الصيف خصوصًا، يعتبر البرايمر من أهم مستحضرات التجميل التي على المرأة اقتناؤها للحفاظ على مكياج أنيق وثابت لفترة أطول.

## بودرة المكياج المات

الصيف يمكن أن يجعل البشرة لامعة ودهنية، لذلك تعد بودرة المكياج المات، أو البودرة المضغوطة، أحد أهم مستحضرات التجميل التي يجب أن تكون موجودة في حقيبتك، فهي توفر لبشرتك تغطية شفافة لساعات طويلة، وتحافظ على مظهر بشرتك وتكافح الزيوت الزائدة واللمعان.



# روتين العناية بالبشرة خلال شهر الصيف

تحتاج البشرة لعناية خاصة خلال فصل الصيف؛ لأنها تتأثر بشدة بسبب أشعة الشمس الوجود لفترة طويلة على الشواطئ والإصابة بحروق البشرة أو الجفاف نتيجة فقدان كمية كبيرة من الماء أو زيادة إفراز زيوت البشرة ولعانها بشكل غير مستحب.

يمكن أن تتسبب مشكلات البشرة خلال فصل الصيف إلى ظهور البقع وترهل الجلد أو ظهور الخطوط الرفيعة فيها لذلك يعتبر الحل الأمثل للحصول على بشرة صحية خلال فصل الصيف هو اتباع نظام عناية خاص.

يفضل خلال نظام العناية بالبشرة خلال فصل الصيف الاعتماد على الزيت الطبيعية الغنية بالمعادن للحصول على بشرة رائعة ومتوهجة في خطوات بسيطة وبلا عناء لترطيب البشرة وتغذيتها طبيعيًا.

## ترطيب البشرة

تعرض البشرة للشمس أو المياه المالحة على الشواطئ وفي أحواض الاستحمام يسبب جفافها، لذا من الضروري أن يبدأ روتين العناية بالبشرة وينتهي مع مرطب خفيف ومغذٍ. ويمكن تعويض البشرة عن الجفاف بالكريمات المرطبة واستخدام الزيوت الطبيعية التي تغذي البشرة وترطبها في الأعماق، مثل زيت اللوز وزيت جوز الهند.

## تجنب الكافيين وشرب المياه

يفضل خلال فصل الصيف تجنب استهلاك الكافيين قدر الإمكان، واستبداله بالعناصر المغذية التي تمد البشرة بالعناصر الضرورية وتحافظ عليها مشرقة، مثل عصير الليمون، عصير البرتقال، عصير الجزر، عصير التوت، وغيرها من العناصر الطبيعية.

وشرب المياه والسوائل الطبيعية بكثرة يجنب جفاف البشرة وتشققها، ويحافظ عليها نضرة ويخلصها من التعب والشحوب.

## واقى البشرة

استخدام واقى البشرة من الشمس يعمل على حمايتها من أشعة الشمس فوق البنفسجية الضارة بنوعها وتجنب الحروق واسمرار الوجه. ويفضل استخدام واقى شمس سهل الامتصاص لا يترك آثارا دهنية على الوجه للظهور بمظهر طبيعي، ولا يسد المسام لحماية البشرة بشكل فعال. كما ينصح بدهن كريم الوقاية في الصباح قبل الخروج، ويمكن دهنه بعد دهن الكريم المرطب.

## تقشير البشرة

يعتبر تقشير البشرة من الخطوات الأساسية التي لا يمكن الاستغناء عنها خلال فصل الصيف لتحفيز الدورة الدموية في الطبقة الخارجية منها ودعمها على تجديد الخلايا والتخلص من الجلد الميت التي قد يسبب الظهور بمظهر باهت.

ويفضل استخدام المقشرات اللطيفة للبشرة مرة في الأسبوع من خلال غسل مقشر للوجه، أو عمل مقشر طبيعي في المنزل مكون من اللبن الزبادي والشوفان لتحسين صحة البشرة والتخلص من الخلايا الميتة لتترك البشرة نقية ونظيفة ومتوهجة.

# مستحضرات الحماية من الشمس للصيف

بمجرد أن يأتي فصل الصيف وتصبح أشعة الشمس قوية، أول ما نفكر فيه هو الخروج من المنزل. إلا أن لأشعة الشمس أضرارًا على البشرة يجب الحرص على مكافحتها والحد منها، باستخدام مستحضرات الحماية من الشمس التي لا تقتصر فقط على الواقى الشمسي للوجه. انطلاقًا من ذلك، نرصد لك مجموعة من مستحضرات الحماية من الشمس للصيف.

## مستحضر الحماية من الشمس للشفاه

Sun Bum SPF 30 Coconut Lip Balm، هو مرطب للشفاه يتضمن عامل حماية من أشعة الشمس، ويتميز بتركيبته المعززة لترطيب الشفتين ومنحها ملمسًا ناعمًا ومظهرًا لامعًا، بفضل احتوائه على الفيتامين E والصبان.

## جل مرطب للوجه

Neutrogena Hydro Boost City Shield Hydrating Water Gel SPF 25 هو جل مرطب للوجه يشتمل على عامل حماية من الشمس 25، ويتميز بتركيبته الهجينة خفيفة الوزن، والغنية بحمض الهيالورونيك الذي يحافظ على رطوبة البشرة لساعات طويلة، كما أنه خال من الزيوت ويشكل قاعدة رائعة للمكياج في الصيف.

## مستحضر العناية بالبشرة بعد تعرضها للشمس

Unsun Refreshing After Sun Lotion، أحد أفضل المستحضرات التي بالإمكان استخدامها لهذه الغاية. فهو مجدد ومغذٍ للبشرة، يشتمل على مزيج من زيوت الصبان والباوبايا وجوز الهند وصبان التين شوكي، وهو بالضبط ما تحتاجينه بعد تمضية يوم كامل تحت أشعة الشمس.

## بخاخ الجسم الواقى من الشمس

COOLA Classic Body Organic Sunscreen Spray، هو بخاخ الجسم العضوي الواقى من الشمس، ويحتوي في تركيبته على كمية كبيرة من زيت بذور التوت ومستخلص الكمثرى، لتغذية بشرة الجسم وتوفير الحماية اللازمة لها من أشعة الشمس.

## الواقى الشمسي للوجه

La Roche-Posay Anthelios Face Serum with SPF 50 هو أحد أفضل أنواع الواقيات الشمسية، حيث يشتمل على عامل وقاية من أشعة 50، وتركيبته سلسلة تذوب في البشرة من دون أن تحدث أي بقع بيضاء عليها، كما تشمل مكونات تعمل على تحسين البشرة مثل الفيتامين سي المعزز لإشراق البشرة وتوهجها.





## حضري التشيز بلاتر الخاص بك

### المكونات

- لوحة خشبية دائرية أو مستطيلة يمكن وضع جميع المكونات فوقها
- 3 إلى 5 أنواع من الجبنة (طرية، مالحة، معتقة...)
- 2 إلى 3 أنواع من شرائح اللحم البارد (يمكن الاستغناء عنها للنباتيين)
- 2 إلى 3 أنواع من الشيبس والكرakers ورقائق البسكويت
- مكسرات حسب الرغبة: جوز • لوز • كاجو • فستق حليبي
- مخللات حسب الرغبة (زيتون أسود أو أخضر)
- أطباق صغيرة حلوة: مربى، عسل
- أطباق صغيرة مالحة مثل الحمص بالطحينة أو بابا غنوج

### فواكه طازجة:

- ستروبري
- كرانبيري
- شرائح تفاح أخضر أو أحمر

### فواكه جافة مثل:

- تمر
- تين جاف
- مشمش جاف
- زبيب



## الخميرة المنزلية

طريقة عمل الخميرة الطبيعية في المنزل تختلف عن الخميرة الجاهزة؛ لأنك تجهزها في البيت من البداية للنهاية، ويكون طعم الخبز مختلفا تماما عن أي خبز آخر، كما أن نتيجة الخبز والفراغات والهشاشة بها أكثر من رائعة، وهي التي تستخدمها أشهر المخابز العالمية، حيث يمكنك تحضيرها في البداية والاحتفاظ بها مدة طويلة، وكلما طالت مدة حياتها كلما كانت أقوى وتعطي نتائج خبز أفضل، ويمكن أيضا تحضيرها بالدقيق الأبيض العادي حسب رغبتك. اليوم سنتعرف على كيفية تحضير الخميرة الطبيعية في منزلك.

### اليوم الأول:

- يجهز 100 غ دقيق، ويفضل الدقيق الأسمر أو خليط بين الأبيض والأسمر، وهناك دقيق يسمى جوادر (غالبا متوافر بقسم الأكل الصحي) وعند توافره يكون أفضل.
- 100 غ من الماء بحرارة 32 سلزيوس (ويضاف لها قليل من السكر لتنشيطها).
- تخلط المكونات، وتوضع ببرطمان زجاجي كبير، وتترك أول ساعتين مكشوفة، ثم تغطى.

### اليوم الثاني:

- نتخلص من نصف كمية العجين، ونضيف دقيقا وماء مثل اليوم الأول.

### اليوم الثالث:

- يفترض أن يتضاعف حجم الخميرة البادئة، وتتكون فقاعات على الوجه، وتظهر رائحة، نكرر نفس خطوات اليوم الثاني وهي أن نتخلص من نصف البادئة ونضيف دقيقا وماء.

### اليوم الرابع:

- نتخلص من ثلاثة أرباع البادئة ونكرر نفس الخطوات بإضافة دقيق وماء.

### اليوم الخامس:

- في هذا اليوم يفترض أن الخميرة جاهزة وتحولت لخميرة صالحة للخبز بها، ونكرر نفس الخطوات، وتكون جاهزة للخبز عندما تتضاعف ثلاث مرات أو أكثر، وقد تخرج من الوعاء من شدة نشاطها. يمكن استعمالها بعد 3 ساعات إلى 5 ساعات من تغذيتها، ونأخذ المقدار المناسب، ونغذي باقي الخميرة بنفس الطريقة لاستخدامها في وقت آخر، ثم نضعها بالثلاجة مغطاة.

### ملحوظة:

رائحة الخميرة هي التي تحدد ما إذا كانت جاهزة أم لا، حيث يكون بها رائحة حموضة خفيفة. إذا كانت بطيئة في التفاعل، يمكن إضافة عصير الأناناس بدلا من الماء، أو قطعة فاكهة لتنشيط التخمر، ثم ترفع بعد يومين.

### كيفية تخزين الخميرة:

تحفظ بالثلاجة، ونغذيها كل أسبوع أو إثنين أو ثلاثة حسب حاجتها بحيث نخرجها من الثلاجة، ونتخلص من السائل المتكون أعلاها (هو عبارة عن كحول طبيعي تكون نتيجة حاجة الخميرة للغذاء) ثم نغذيها بنفس الطريقة، ونخبز بها بعد مرور 3 - 5 ساعات ونغذيها بعد الاستخدام ونحتفظ بباقي الخميرة بالثلاجة. وفي حال عدم استخدامها ضعيها بالثلاجة بعد التغذية الأولى.



## خبز الساوردو المنزلي

### المكونات

- كوبا دقيق
- ½ كوب مزيج الخميرة الطبيعية
- ½ كوب + معلقتان كبيرتان ماء
- ملعقة صغيرة ملح
- خميرة مجهزة مسبقاً

### الخطوات

- ضعي في العجان نصف كوب من مزيج الخميرة والدقيق والملح والماء، واعجني المكونات 10 دقائق حتى تحصلي على عجينة متماسكة.
- ضعي العجينة في وعاء منثور بالدقيق وغطيها واتركيها ترتاح حوالي 12 ساعة.
- ضعي العجينة المخمرة على سطح العمل المرشوش بالدقيق.
- اعجني العجينة المخمرة قليلاً بواسطة يديك ثم ضعها في وعاء وغطيها ثم اتركها ترتاح حوالي 4 ساعات.
- جهزي الفرن على حرارة 250 درجة مئوية.
- ضعي العجين في صينية فرن عميقة مبطنه بورق الزبد، ثم غطي الصينية وأدخليها إلى الفرن.
- بعد مرور 30 دقيقة، أخرجي الصينية من الفرن وارفعي الغطاء، ثم أدخلي القدر مجدداً إلى الفرن 15 دقيقة حتى يصبح الوجه ذهبي اللون.
- أخرجي القدر من الفرن، ثم ضعي الخبز على رف التبريد واتركه يرتاح حوالي ساعة ليصبح بعدها جاهزاً للأكل.





## عصير اليوسفي مع التوت

### المكونات

- 6 أكواب ماء
- 5 أكياس شاي أعشاب اليوسفي
- 4 أكياس شاي أعشاب التوت
- ثلج حسب الرغبة
- قطع من التوت واليوسفي (للتزيين)
- عصير الرمان حسب الرغبة
- ملعقة سكر (حسب الرغبة)

### الخطوات

- اغلي 6 أكواب من الماء وضعي بها 5 عبوات من شاي أعشاب اليوسفي و4 عبوات من شاي أعشاب التوت.
- دعيتها تخطط لمدة 30 دقيقة، ثم تخلصي من عبوات الشاي واسكبي العصير في إناء آخر به ثلج.
- أضيفي كوبا أو كوبا ونصف الكوب من عصير الرمان حسب مذاقك.
- أضيفي الكمية المرغوبة من السكر.
- أضيفي شرائح اليوسفي أو البرتقال مع ثمر التوت ومكعبات الثلج للزينة.



## عصير التوت الأزرق مع الشاي الأخضر

### المكونات

- 8 أكواب ماء
- 4 أكياس من الشاي الأخضر
- كوب من شراب التوت الأزرق
- ثلج حسب الرغبة
- قطع من التوت الأزرق (للتزيين)

### الخطوات

- اغلي كوبين من الماء وارفعيهما من على النار ثم أضيفي نصف كوب آخر من الماء بدرجة حرارة الغرفة.
- ضعي بعد ذلك عبوات الشاي واخلمي لمدة 10 دقائق. قومي بإزالة العبوات وأضيفي ما تبقى لديك من الماء.
- اسكبي على الخليط شراب التوت الأزرق حتى يصل إلى درجة المذاق الحلو الذي تفضلينه.
- أضيفي مكعبات الثلج ثم استمتعي بهذا الشراب الرائع لتهدئي من روع الحرارة الصيفية المزعجة.

## سموثي التمر والموز

### المكونات

- 10 حبات تمر
- موز
- كوب لبن
- مكعبات ثلج
- قرفة مطحونة
- نصف كوب زبادي

### الخطوات

- ضعي التمر بعد نزع النواة منه في الخلاط الكهربائي.
- أضيفي الموز بعد تقطيعه إلى شرائح.
- أضيفي كوب اللبن، مع رشّة من القرفة المطحونة، ومكعبات الثلج، ونصف كوب من الزبادي.
- بعد مزج المكونات وتماسكها، استمتعي بتناول سموثي التمر الشهى والمغذي الطبيعي، الذي لا يحتاج إلى تحلية.

## عصير التفاح بالقرفة

### المكونات

- تفاحتان
- قرنفل
- أعواد القرفة
- ملعقة كبيرة عسل

### الخطوات

- قطعي ثمار التفاح وقشريها، وضعيها في الخلاط الكهربائي.
- صفى الخليط ليصبح عصير التفاح جاهزا.
- ضعي عصير التفاح في وعاء صغير على نار هادئة، وأضيفي له أعواد القرفة مع القرنفل، والعسل، وقلبيه حتى تمتزج المكونات.
- تناوليها ساخنا.



## سلطة اللحمة المقرمشة

### المكونات

- ¼ كوب عصير ليمون
- ¼ كوب زيت زيتون
- 3 ملاعق كبيرة ملح
- حزمة بصل أخضر
- حزمة نعناع
- حزمة بقونوس
- حبة خيار
- كوبا طماطم
- فلفل أسود
- ملعقتان كبيرتان كسكس
- كوب مفاصل مقطعة
- ملعقتان كبيرتان زيت السمسم
- كوب نشاء الذرة
- ½ كوب صلصة المحار
- ½ كوب صلصة الشطة الحلوة
- 3 ملاعق كبيرة حبوب سمسم

### الخطوات

- ينقع الكسكس في ماء ساخن مدة 5 دقائق.
- في وعاء، يُخلط عصير الليمون وزيت الزيتون والملح وشرائح البصل والنعناع المقطع والبقونوس المقطع ومكعبات الخيار الصغيرة وأنصاف الطماطم الكرزية وملعقة صغيرة واحدة من الفلفل. يضاف الكسكس. يُغطى ويُحفظ في الثلاجة.
- في وعاء الخلط، تُضاف شرائح لحم الضأن وزيت السمسم والنشاء، ثم تخلط جيداً ويُحمر الخليط في زيت ساخن.
- تُرفع من الزيت عندما تصبح مقرمشة وتُضاف صلصة المحار وصلصة الشطة الحلوة ويوضع السمسم المحمص على الوجه.
- توضع مفاصل لحم الضأن المقرمشة على السلطة وتُزين بأوراق النعناع.



## سلطة مكسيكية

### المكونات

- علبة فاصولياء حمراء
- كوب طماطم
- حبتان من الأفوكادو
- ½ كوب بصل
- خس أميركي
- 1 ½ كوب جبنة شيدر
- ½ كوب فلفل الهالابينو
- كوبان من شيبس التورتيللا
- علبة كريمة حامضة

### الخطوات

- تصف شرائح التورتيللا في صحن ثم يضاف الخس، الفاصولياء، الطماطم، الأفوكادو، البصل الأبيض وجبنة الشيدر.
- تزين بالكريمة الحامضة وفلفل الهالابينو.

## كرات الريزوتو بالجبنة

### المكونات

- 3 فصوص ثوم مفرومة
- بصلة مفرومة
- 3 ملاعق زيت زيتون
- كوب أرز إيطالي ريزوتو
- ملعقة زعتر
- ملعقة ملح
- ملعقة فلفل
- ¼ ملعقة زعفران مذاب في مرق
- 3 ملاعق جبن بارميزان
- كوب بقسماط
- زيت للقلي
- كوبا دقيق
- كوب جبن موزاريلا
- بيضتان مخفوقتان
- 4 أكواب مرق

### الخطوات

- احضري وعاء وضعي الزيت ثم اقلي البصل والثوم على النار.
- اضيفي الأرز، الزعتر، الزعفران والمرق ثم خفضي الحرارة حتى ينضج الأرز.
- تبليه بالملح والفلفل ثم اضيفي جبن البارميزان وقلبي لمدة دقيقتين.
- اهرسي الأرز جيداً وشكله على هيئة كرات ثم احشيتها بجبنة الموزاريلا وكوريها مرة أخرى.
- اغمسي الكرات في الدقيق ثم البيض ثم البقسماط.
- اقلي الكرات في الزيت حتى تحمر ثم قدميها في طبق التقديم.

## الدجاج الكرسبي المخبوز

### المكونات

- ½ كوب من الحليب قليل الدسم
- ملعقة صغيرة من بهارات الدجاج
- كوب من رقائق الذرة المفتتة (الكورن فليكس السادة بنكهة الذرة)
- 1 ½ ملعقة كبيرة بودرة البصل
- 1 ½ ملعقة كبيرة بودرة الثوم
- ملعقتان صغيرتان فلفل أسود
- ملعقتان صغيرتان فلفل أحمر حار (اختياري)
- ملعقة صغيرة زنجبيل مبروش
- 4 قطع من أفخاذ الدجاج
- 4 قطع من صدور الدجاج
- ¼ ملعقة صغيرة من مسحوق البابريكا
- ملعقة صغيرة زيت نباتي

### الخطوات

- ضعي نصف كمية بهارات الدجاج إلى الحليب.
- اخلطي البهارات المتبقية ما عدا البابريكا مع رقائق الذرة في كيس من النايلون.
- اغسلي الدجاج جيداً وجففيه بواسطة مناديل المطبخ، ثم ضعي قطع الدجاج في الكيس مع البهارات والرقائق الذرة.
- ضعي الكيس في الثلاجة لمدة ساعة.
- أخرجي الدجاج من الثلاجة ورشيه بمسحوق البابريكا.
- سخني الفرن على حرارة 180 درجة مئوية.
- ضعي الدجاج في صينية كبيرة، وغطها بورق القصدير وأدخلها إلى الفرن لمدة 40 دقيقة.
- أزيل ي ورق القصدير واصل ي الخبز لأربعين دقيقة إضافية، أو إلى أن تنقرمش قطع الدجاج، وقدميها في الحال.



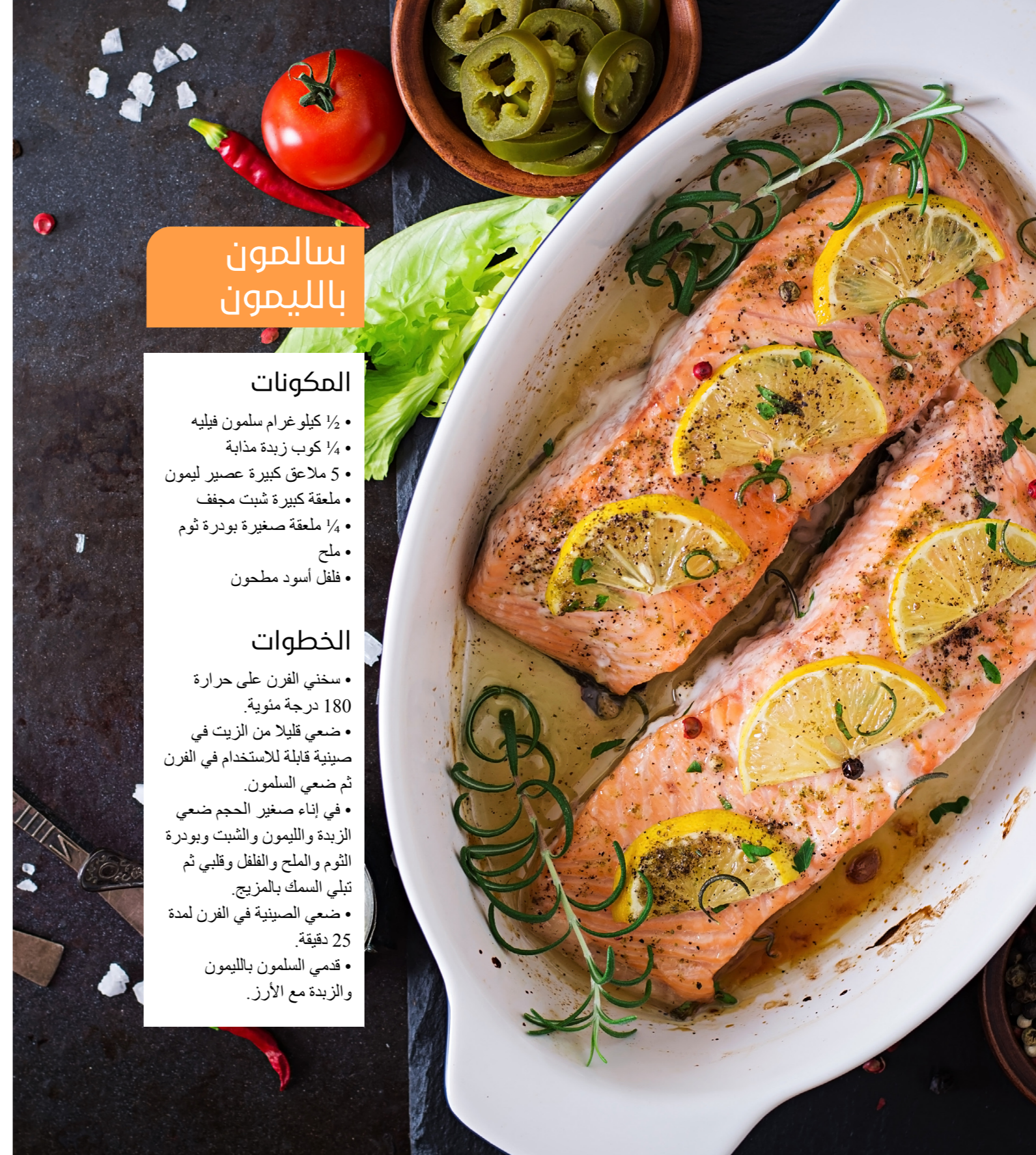
## لازانيا الباذنجان

### المكونات

- حبتا باذنجان (مقشر ومقطع لمكعبات بحجم 2 سم)
- 400 غ بندورة معلبة مع العصير، مهروسة
- كوبا ماء، ساخن
- 400 غ بندورة معلبة مع العصير، مهروسة
- ملعقة كبيرة من الملح
- 200 غ جبنة بيضاء (فيتا) مفرومة
- 200 غ جبنة الريكوتا (قريشة)
- 200 غ صفائح اللازانيا بالسبانخ
- 250 غ صفائح الجبنة البارميزان، مبشورة
- نصف كوب جبنة البارميزان، مبشورة
- نصف كوب من الزيتون الأسود الكبير منزوع اللب ومفروم
- نصف كوب من الزيتون الأسود الكبير منزوع اللب ومفروم
- 5 ملاعق كبيرة عصير ليمون
- ملعقة كبيرة شبت مجفف
- ¼ ملعقة صغيرة بودرة ثوم
- ملح
- فلفل أسود مطحون

### الخطوات

- حضري الفرن على درجة حرارة 175°C، وضعي الرف الأوسط.
- رشى قطع الباذنجان بالملح، واتركيها تتصفى من السائل.
- سخني الزيت النباتي في وعاء القلي العميق، واقلي الباذنجان على دفعات حتى يصبح اللون ذهبياً، اتركيها جانباً لتتصفى من الزيت الزائد.
- في نفس الوعاء، سخني زيت الزيتون على نار متوسطة - عالية، وحمصي البصل حتى يطرى، أضيفي الثوم ورب البندورة، واطبخي لدقيقة أو دقيقتين.
- أضيفي البندورة المهروسة، الماء الساخن، مكعبى مرقة الدجاج، الفليفلة الحمراء وإكليل الجبل، اغلي على نار متوسطة لمدة 15 دقيقة.
- في وعاء، اخلطي بلطف جبنة الفيتا، الريكوتا، الكريمة، البقدونس والزيتون.
- اسكي 3 - 4 ملاعق كبيرة من صوص البندورة في أسفل طبق الفرن، ضعي طبقة من صفائح اللازانيا، رشها بـ ¼ كمية الباذنجان المقلي، و7 ملاعق من صوص البندورة ومزيج الجبنة، ثم طبقة أخرى من اللازانيا وطبقة فوقها من المكونات الباقية.
- رشى الوجه بجبنة البارميزان المبشورة، اخبزي لمدة 30 - 40 دقيقة أو حتى ينضج بالكامل، ويصبح لون الجبنة ذهبياً على الوجه.



## سالمون بالليمون

### المكونات

- ½ كيلو غرام سلمون فيليه
- ¼ كوب زبدة مذابة
- 5 ملاعق كبيرة عصير ليمون
- ملعقة كبيرة شبت مجفف
- ¼ ملعقة صغيرة بودرة ثوم
- ملح
- فلفل أسود مطحون

### الخطوات

- سخني الفرن على حرارة 180 درجة مئوية.
- ضعي قليلاً من الزيت في صينية قابلة للاستخدام في الفرن ثم ضعي السلمون.
- في إناء صغير الحجم ضعي الزبدة والليمون والشبت وبودرة الثوم والملح والفلفل وقليبي ثم تبلي السمك بالمزيج.
- ضعي الصينية في الفرن لمدة 25 دقيقة.
- قدمي السلمون بالليمون والزبدة مع الأرز.



## ترايفل التوت

### المكونات

- كوبان من الفراولة (مقطعة)
- كوبان من التوت
- كوب حليب
- 1 ½ كوب حليب مركز
- ملعقتان كبيرتان بودرة كريم كراميل
- كوب كريم شانتيه
- كيك جاهز

### الخطوات

- في وعاء اخفقي الكريمة حتى يصبح قوامها هشاً.
- في وعاء آخر اخفقي الحليب مع بودرة الكريم كراميل والحليب المركز.
- ضعي هذا الخليط فوق الكريمة المخفوقة وقلبي.
- قطعي الكيك شرائح.
- في طبق التقديم الزجاجي ضعي طبقة من الكيك ثم الفاكهة ثم الكريمة وهكذا حتى تنتهي المكونات.

## ترافل الشوكولاته

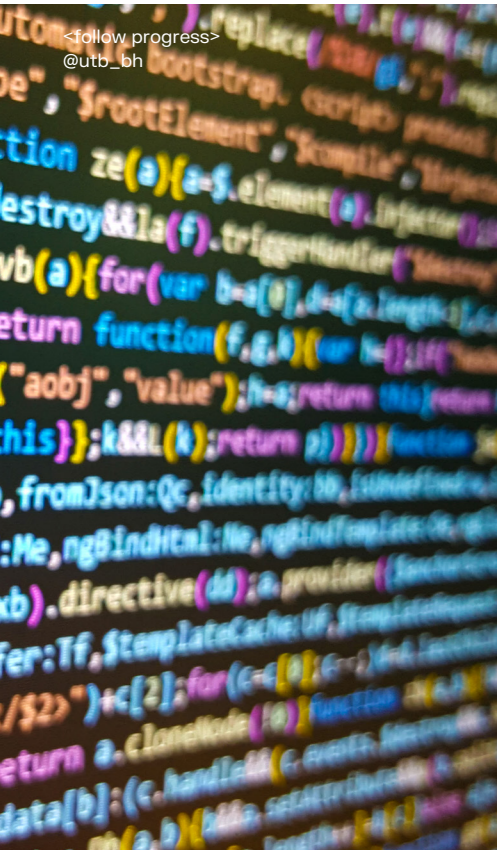
### المكونات

- 230 غ شوكولاته (مفرومة)
- ½ كوب كريمة (سائلة)
- ملعقتان كبيرتان زبدة (مقطعة لمكعبات صغيرة)
- نصف كوب بودرة الكاكاو (اللتزين)

### الخطوات

- سخني الكريمة والزبدة في قدر غير لاصق على نار متوسطة حتى تبدأ بالغليان.
- أضيفي الشوكولاته المفرومة وقلبي حتى تذوب الشوكولاته ويصبح الخليط ناعماً.
- حركي الخليط بملعقة بلاستيكية واتركي المزيج حتى يجمد وغطيه بورق البلاستيك وضعيه في الثلاجة لمدة 3 ساعات.
- أخرجي الوعاء من الثلاجة وشكلي كرات صغيرة بحجم حبة الجوز.
- اغمسي الكرات بالكاكاو البودرة وضعيها بطبق التقديم وقدميها.
- يمكنك حفظ الترافل في الثلاجة لمدة أسبوع.





## ابتكارات تلهمك اليوم لتبتكر أنت مستقبلاً

### كلية دراسات الحاسوب

بكالوريوس علوم الحاسوب

### كلية العلوم الإدارية والمالية

بكالوريوس العلوم في الإدارة الدولية

بكالوريوس العلوم في نظم  
المعلومات الإدارية

ماجستير إدارة الأعمال

### كلية الهندسة

بكالوريوس العلوم في هندسة  
الميكاترونكس

بكالوريوس العلوم في هندسة تقنية  
المعلومات

بكالوريوس العلوم في الهندسة البيئية

## سجل الآن!



**University of  
Technology  
Bahrain**

الموقع الإلكتروني  
www.utb.edu.bh  
البريد الإلكتروني  
info@utb.edu.bh

الهاتف  
+973 17787978  
رئيس قسم التسجيل  
syhussain@utb.edu.bh

الواتس آب  
+973 17787979  
الرقم المجاني  
80001800



## جام البرتقال

### المكونات

- كيلوغرام برتقال مقشر ومقطع إلى مكعبات
- ملعقتان كبيرتان قشر برتقال مبشور
- ربع كوب قشر برتقال مقطع إلى شرائح
- كوب عصير برتقال
- 3 ملاعق كبيرة عصير ليمون حامض
- كيلوغرام سكر

### الخطوات

- في قدر كبير على نار هادئة، ضعي البرتقال، قشر البرتقال المبشور، شرائح قشر البرتقال وعصير الليمون الحامض.
- أضيفي السكر وحركي المزيج من وقت إلى آخر حتى لا يلتصق في قعر القدر.
- عندما تندمج المكونات ببعضها، أطفئي النار وارفعي القدر ثم ضعيه جانباً حتى يبرد المزيج.
- وزعي المربى في برطمانات زجاجية وأغلقها بإحكام. احتفظي بها في مكان جاف.

# تمكين النمو صناعة التغيير

هويتنا الجديدة ترمز للنمو ووعدهنا لتحفيز ودعم  
المؤسسات والكفاءات البحرينية الملتزمة بتطوير  
إنتاجيتها وزيادة تنافسيتها واستدامتها.

تمكين  
Tamkeen