

أضواء البلاد

إصدار مايو 2022

خليل الديلمي

عمل الخير غرس
وجني الثمار في
الدنيا والآخرة



عبدالله الحواج

جامعتنا الأولى
عربيًا وفق تصنيف
التايمز

نادر البستكي

نسعى لجعل
البحرين مركزا
إقليميا للتعليم
العالي

الأول من مايو

للعمال في كل
مكان "تعظيم سلام"

سامي بوحسن

نخطط لمشروع طموح بإنشاء
مقر للشركة يشمل 4 مرافق تحت
سقف واحد

الجديدة كلياً من هافال البحريين DARGO



أضواء البلاد

ملحق اجتماعي شهري

العتاء الكريم للوطن وأهله

كم هو جميل ذلك الشعور الذي يجمعنا في أضواء البلاد مع قرائنا الكرام، لتتعطر التهاني الجميلة والدعوات المباركة بالعود الغانم والجميع في سلام وسعادة.. نسأل الله جل وعلا أن يعيد علينا شهر رمضان المبارك أعوافاً وأعواماً، وتطيب لنا التهئة بعيد الفطر المبارك، وتسعدنا تلك التهاني أيضاً لكل عمال بلادنا الغالية مملكة البحرين، وعمال العالم بمناسبة يوم العمال.

ثمة أحاسيس مدهشة تتناوبنا جميعاً حين نتجول في صفحات أضواء لإصدار بشهر مايو، وكلنا أمل في أن يسعد محتواه الجميع.

لا بد من التعبير عن التقدير والامتنان والاعتزاز بكل الأيدي العاملة التي ترفع صرح الوطن، فعمال البحرين، عنوان متجدد للفخر والثناء، ونستذكر إضاعات جميلة لعاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة في حديثه الثاني الخالد من تحديث الوعي الوطني بالتأكيد أن العمال في تكوين المجتمع البحريني يمثلون قوة حية وفاعلة من قوى المجتمع المدني، ولهم في نفسي تقدير يستند إلى ما يبذلونه من جهد في مسيرة التنمية، ويحق لنا بحرنيين ومقيمين أن نستنير بهذه الرؤية السامية.

ولأن أسرة أضواء تؤمن بأهمية مد الجسور مع القطاع الجامعي باعتباره رافداً حضارياً مهماً في تقدم ونهضة الأوطان، سيجد قراؤنا الكرام حوارين مهمين مع الرئيس المؤسس رئيس مجلس أمناء الجامعة الأهلية عبدالله الحواج، والآخر مع نائب رئيس جامعة المملكة للشؤون الأكاديمية والبحث العلمي نادر البستكي فيهما الكثير من المحاور التي تستشرف واقع ومستقبل التعليم الجامعي في بلادنا، فيما نسير في ذات السياق بمجال التعليم في لقاء مدير مدرسة الروابي عبدالستار العامري وتجربة رائدة ومهمة لمدرسة خاصة وفق استراتيجية تطويرية مستدامة للتعليم عالي الجودة.

في حوار الوجه الآخر مع واحد من الكفاءات الطبية الوطنية، وهو استشاري طب العائلة علي البقارة، ولقاء معطر مع أبو الأيتام خليل الديلمي، سنعيش لحظات فيها الكثير من معاني العطاء والبذل الكريم للوطن وأهله.

نأمل أيضاً أن تكون الأبواب الثابتة في الصحة والديكور والسفر والسياحة والأزياء توفر فسحة من المطالعة المفيدة لجميع قرائنا الكرام.

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

Call Us On
17 595252
32016633

Instagram Facebook YouTube /alrawabischool

مدرسة الروابي الخاصة
Al Rawabi Private School

KINDERGARTEN, PRIMARY INTERMEDIATE & SECONDARY



04 ◀ موضوع الغلاف

• سامي بوحسن:

نخطط لمشروع طموح بإنشاء مقر للشركة يشمل 4 مرافق تحت سقف واحد

08 ◀ حوار

• عبدالله الحواج:

برامج جديدة ستطرحها الجامعة اعتبارًا من شهر سبتمبر المقبل وتنتظر الموافقة على برامج أخرى

• نادر البستكي:

نسعى لجعل البحرين مركزا إقليميا للتعليم العالي كمساهم في الاقتصاد الوطني

• عبدالستار العامري:

وضعنا استراتيجية تطويرية مستدامة كمدرسة خاصة تقدم تعليما عالي الجودة وبكلفة مناسبة

24 ◀ ملف العدد

• عبدالقادر الشهابي:

عدد النقابات المنظوية تحت مظلة الاتحاد بلغ 94 نقابة عمالية

• الأول من مايو... للعمال في كل مكان "تعظيم سلام"

• العمال... أحجار كريمة في إطار من ذهب

34 ◀ لقاء

• خليل الديلمي:

عمل الخير غرس وجني الثمار في الدنيا والآخرة

38 ◀ الوجه الآخر

• د. علي البقارة:

لم أكتفِ للمعوقات والحوالز رغم صعوبة الظروف.. كان هدفي أن أتعلم

44 ◀ فيلوسوفيا

• زهراء طاهر:

الوقت.. أؤمن هدية يمكن أن تهدي لي زينات المنصوري:
الكوادر الشابة.. ديمومة الحياة

46 ◀ لصحتكم

• د. حرب العمري:

صدق أو لا تصدق.. بإمكاننا إيقاف الشيخوخة

50 ◀ سياحة

• أدغال وغابات إفريقيا بالقرب منك...

إنها "سفاري الشارقة"

• خليج "غلومسيت" في النرويج... حيث الجبال تصعق الأضواء

56 ◀ منوعات

• شوف الزهور... وتعالج

58 ◀ ديكور

• ستائر "أورغانزا" أجواء فريدة بالنسيج المطرز

62 ◀ أزياء

• 4 طرق مختلفة لتنسيق العباية البيضاء

• 6 إطلالات مختلفة لتنسيقها مع جينز من RE/DONE

66 ◀ جمال

72 ◀ فعاليات

78 ◀ مطبخ

القائم بأعمال المدير العام لشركة تسهيلات البحرين

سامي بوحسن

نخطط لمشروع طموح بإنشاء مقر للشركة
يشمل 4 مرافق تحت سقف واحد

"التسهيلات
للسيارات"
تطبق أعلى
مواصفات
ومعايير
الجودة
والخدمة

توفر شركة التسهيلات للسيارات، الوكيل والموزع الحصري لعلامة GAC MOTOR، طرازات تأتي بشغف ريادة يعبر عن إحساس دراماتيكي يجمع بين القوة في الأداء والرشاقة في التصميم والإبداع في المظهر الخارجي والداخلي، ولهذا، فالشركة حين تطرح الطرازات المناسبة لمختلف الأعمال والاحتياجات، فإنها تحرص على تقديم المنتجات ذات الجودة العالية، وهذا الأمر ليس بالغريب على "التسهيلات" التي تحمل عنوان "الفخامة العصرية"، في سوق تتنافس فيه العلامات التجارية العالمية.

وإضافة لذلك، فإن زبائن التسهيلات يستحقون المنتجات ذات أنظمة القيادة الآمنة لسيارات عصرية تخضع للتطوير المستمر الذي يضيف مميزات تقنية بأفضل الأسعار تلبي رغبة الزبائن الكرام، ووفق ذلك، GAC MOTOR تشهد نموًا يتصدر المرتبة الأولى بين السيارات الصينية التي استطاعت بنجاح توظيف تقنيات مبتكرة تطابق المواصفات الأوروبية. من هنا، حققت تطلعات المواطنين والمقيمين في مملكة البحرين، إلا أن هناك الكثير مما سنتناوله في حوارنا مع القائم بأعمال المدير العام سامي بوحسن...



كيف تقيمون التفاعل مع العروض الرمضانية للشركة، وإلى أي مدى يمكن أن تتواصل حتى بعد الشهر الفضيل ومن بينها على سبيل المثال "اربط الحزام.. بالذهب راجع رمضان"، مع تجربة قيادة GA6، حدثونا عنها؟

الحديث عن التفاعل من قبل العملاء سواء كان مواطنين او مقيمين أمر يشرفنا ويسعدنا كثيرا فكل خدماتنا تقدم بحرفية ودقة عالية لكي تنال رضا العميل وترقى لمستوى تطلعاته، وذلك لان العميل يستحق دائماً ان يقدم له ما هو أفضل. وبالنسبة للعروض الرمضاني كما أعلننا عنه شمل السحب على الجوائز الأسبوعية كل خميس ومنها سبائك ذهب ومنها كوينات مشتريات من سيتي سنتر، بالإضافة إلى الصيانة المجانية على سيارتي GS4 و GS5 وكذلك السيارة البديلة خلال فترة الصيانة لسيارتي GA6 و GS3 وكل هذا يشمل أيضا الضمان الممتد إلى ٧ سنوات حيث اننا نثق في جودة ومتانة المنتج الذي نقوم ببيعه فقدمة هذه السنوات الطويلة من الضمان الممدد.

حسب ما تقدم، فإن الجمهور قد يحظى باستمرار العروض المميزة لما بعد الشهر الفضيل؟
فيما يتعلق بالعروض الرمضانية لهذا العام فالخطة الموضوعية حاليا هي فقط لشهر رمضان المبارك ولكن قد يحدث هناك تمديد حسب حاجة السوق والمتطلبات الخاصة به. من المهم الإشارة إلى أنه ربما تكون هناك تغييرات وإضافات حسب متطلبات السوق ومنها العروض المخفضة مع نهاية العام، وهذا يعتمد على مدى توافر موديلات العام 2022 واستقبال موديلات 2023 .

إذن، سنأخذ فكرة عن الموديلات التي أحبها الزبائن في البحرين، ما هي؟
يسرني أن أقدم شرحاً موجزاً للقراء الكرام، فالطلب على GS4 بشكلها الجديد رائع ومستمر، وهناك حجوزات ممتازة عليها، ثم أن طراز الجيب GS3 كأصغر جيب وأخفض سعر في السوق المحلية جعل هذا الطراز مطلوباً، والدليل هو استمرار الطلب الكبير عليه، هذا من ناحية، أما من ناحية أخرى، فالعملاء يبحثون عن المواصفات المفضلة والمواكبة للتطور في تقنيات التصنيع من كل الجوانب، وهذا ركن أساسي في علامة

GAC التي تقدم طرازاتها بمواصفات مميزة وأسعار مناسبة لمختلف الفئات.

تواصلنا مع ما تقدم أقول إن الإقبال الكبير حالياً هو على طراز GS3 نظراً للسعر والجودة العالية، والآن الشكل الجديد لـ GS4 و GA6 ونحن في انتظار GS8 ونتوقع إقبالاً ممتازاً؛ لأن لدينا مؤشرات لحجز هذا الطراز حتى قبل وصوله، ودعني أقول إن GS3 تحظى بإقبال من كل الفئات، لكن فئة الشباب يقبلون على السيارات الرياضية مثل GA6 وكذلك الجيب GS4 والآباء يقبلون على السيارات العائلية GS8 وGS5، ونحن نقدم للزبون أقل قسط وتعامل مع المصارف التي تقدم أقل نسبة من ناحية الفائدة، والغرض من ذلك هو خيار المدة المناسبة وأقل معدل أرباح، زد على ذلك أن الزبائن يحظون بعروض تناسب كل زبون.

الخلاصة أن علامة GAC تغطي كل الأعمار من الشباب إلى المتقاعدين وهي من أفضل السيارات الصينية كما أشرنا، وكذلك نغطي الاستخدامات العائلية من فئة mpv، وأعطيك مثالاً مشجعاً حين طرحنا حتى قبل عامين مسابقة في السوشال ميديا تحت عنوان "خمن السيارة"، فوجدنا أن تفاعل المواطنين والمقيمين جميل جداً ويعرفون الطراز من صورة المصباح أو الشعاع أو أي جزء نختاره في الصورة، وهذا الانطباع عن السيارات الصينية يعطينا مؤشراً بأن أفضلها GAC وهذه هي الماركة المعروفة منذ 2015 من ناحية الجودة والمتانة، وبكل صراحة أقول، إنه قبل ذلك، كان الانطباع عن بعض السيارات الصينية أنها غير مناسبة للزبون في البحرين، لكن GAC غيرت نظرة الناس كثيراً!

علامة GAC تقدم طرازاتها بمواصفات مميزة وأسعار مناسبة لمختلف الفئات

العروض المميزة تستمر حسب متطلبات السوق ومنها العروض المخفضة مع نهاية العام



نسبة البحرية تبلغ 99% والقيادات الإدارية العليا من البحرينيين الأكفاء وذوي الخبرة

متكامل في موقع استراتيجي على شارع سند، والمشروع سيشمل أربعة مرافق: صالة العرض، قطع الغيار، الصيانة والمخازن كلها تحت سقف واحد، ثم كما أشرتم بالنسبة للعملاء في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية فإنهم يقبلون على GAC، ونتطلع في الحقيقة إلى التصدير إلى السعودية، ففي الوقت الراهن يتم بيع السيارة على أن تكون مسجلة في البحرين، إلا أن لدينا تعاوناً مع الوكلاء في المملكة العربية السعودية ودولة الكويت لتوفير قطع الغيار وخدمات الصيانة، ونتمنى أن تتوسع مستقبلاً.

نختم بسؤال عن دور الكوادر الوطنية في نجاح العمل؟
نعزّز بأن نسبة البحرية للكوادر الوطنية تبلغ 99%، فالقيادات الإدارية العليا هم من البحرينيين الأكفاء وذوي الخبرة، ولا بد من تأكيد أن الأداء المتميز في أقسام الصيانة وقطع الغيار يرتبط أيضاً بكفاءة فريق الاستقبال الذي يعتبر واجهة الشركة التي تمثل الانطباع الأول الذي يهمننا كثيراً، فكل عملائنا وزبائننا يستحقون ما نقدم لهم من مستوى عال في الأداء.

وماذا عن خدمات ما بعد البيع باعتبارها مطلباً أساسياً للمشتري؟

من المهم أن ألفت إلى صورة واضحة لخدمة ما بعد البيع، وأول عامل وضعناه في الاعتبار هو تكامل الخدمة مع تخصيص أسعار هي الأقل مقارنة بالشركات الأخرى، علاوة على ذلك، ندرک أن الزبائن يرغبون في تواصل نشط، وهنا لدينا فريق من الموظفين لخدمة ما بعد البيع يتواصلون مع الزبائن بكل أريحية ويتابعون بدقة الخدمة التي يرغب فيها الزبون الذي بإمكانه التواصل مع مندوب المبيعات الذي باعه السيارة ذاته ليعرف مرحلة صيانة وجهازية سيارته.

الملاحظات التي ترد من الزبائن ما بعد بيع أي طراز.. كيف يتم متابعتها؟

الحمد لله نحن مطمئنون تماماً وسعداء كثيراً بأن نسجم رضا الزبون بعد استخدام السيارة منذ خدمة الصيانة الأولى.. بل هي فرصة طيبة أن نعلن للزبائن الذين يسألون عن تخصيص أفرع لخدمات الصيانة، فالمرکز الرئيس الآن في موقع الشركة بالسهلة، ولكن لدينا خطة طموحة لتنفيذ مشروع

الرئيس المؤسس رئيس مجلس أمناء الجامعة الأهلية

البروفيسور عبدالله الحواج:

برامج جديدة ستطرحها الجامعة اعتبارًا من شهر
سبتمبر المقبل وتنتظر الموافقة على برامج أخرى

بعد جامعة
الخليج العربي
وجامعة البحرين..
جامعتنا الأولى
بين الجامعات
الخاصة في
تصنيف
سكيماغو
للبحث العلمي

يطرح الرئيس المؤسس رئيس مجلس أمناء الجامعة الأهلية البروفيسور عبدالله الحواج في هذا الحوار رؤية تستقرئ واقع ومستقبل التعليم الجامعي في مملكة البحرين استنادًا إلى خبرته الطويلة، والبوابة المهمة لتحقيق التطلعات نحو تميز البحرين في مجال التعليم الجامعي والبحث العلمي هي النقلة التطويرية المشهودة والمباشرة لمجلس التعليم العالي، فالأمين العام لمجلس التعليم العالي الشيخة رنا بنت عيسى بن دعيح آل خليفة تسعى بشكل دؤوب لمنح الجامعات أفقًا أرحب مؤسسًا على شراكة حقيقية.

ويؤكد أن مجلس التعليم العالي يدعم تقديم تخصصات جديدة لتخريج كوادر وطنية مؤهلة، وعلى سبيل المثال، حين تحتفي الجامعة الأهلية بالمتفوقين من طلبتها كما حدث في الاحتفال المميز الذي نظمته الجامعة حديثًا ولقاء أصدقاء استحسان وتقدير كبيرة، فهي تحتفي بمن سيقوم بتعليم أبنائنا مستقبلًا، وبنبي منازلنا، ويقود مسيرة النهضة، أي أنه عندما احتفي بمهندس وطبيب ومعلم من المتميزين، فهذا لأنهم هم المستقبل، وهذا يتوافق مع اتجاه مجلس التعليم العالي بضرورة التعاون وفق شراكة حقيقية مع الجامعات.. طرحنا العديد من الأسئلة وتلقينا الإجابات الجوهريّة في الأسطر التالية..





في جودة التعليم كنا في المرتبة 23 بالعام 2021، وهذا العام تقدمنا إلى المرتبة 13 على الرغم من تشديد معايير لاختيار وارتفاع عدد الجامعات المشاركة، لهذا فقد تقدمنا كثيرًا على مستوى العالم العربي، حيث إننا ثالث أو رابع جامعة، ويعود ذلك إلى أن طلبتنا وأساتذتنا بادروا لدخول مرحلة البحث العلمي.. ليس ذلك فحسب، بل شعرنا بضرورة تدريس ما توصي به بحوثنا ودراساتنا العلمية.. وللتوضيح، حولنا تدريس التاريخ أو العلوم من باب المثال إلى ما يمكن أن أسميه إنتاج العلوم، ونسير في اتجاه هدف مهم جدًا وهو أن يكون التعليم العالي أداة لحل القضايا والمشكلات عن طريق البحث العلمي، والجامعة الأهلية اليوم مؤهلة لتقديم الاستشارات لحل الكثير من القضايا والمعضلات على المستوى الوطني والعالمي، وهذا مكن الجامعة من تقديم استشارات للشركات والمصارف والمصانع، وشه الحمد بدأنا مع بعض الشركات كـ "البا" وهناك شركات أخرى للتعاون المشترك قيد البحث، فالجامعات لا بد وأن تكون جزءًا من حركة تقدم الوطن.

هذا الحديث يربطنا بسؤال يتعلق بحصول الجامعة الأهلية على المرتبة الأولى بين الجامعات الخاصة في تصنيف سيماجو للبحث العلمي.. ماذا يعني لكم هذا التصنيف؟

في البداية، لا بد من القول إن التصنيفات الأكاديمية تعني التأثير، أي تأثير الجامعات في مجتمعاتها وتأثيرها كذلك على التعليم.. ليس على المستوى الوطني بل العالمي، لذلك فهذه التصنيفات مهمة والجامعة الأهلية حققت الكثير في هذا المجال وتصنيف سيماجو للبحث العلمي الذي أحرزناه في أبريل 2022، وضع جامعتنا في المرتبة الأولى على الجامعات الخاصة والثالثة على مستوى مملكة البحرين بعد جامعة الخليج العربي وجامعة البحرين، وبالمناسبة، فإنه في مساء يوم الأربعاء 28 أبريل 2022، تم الإعلان عن نتائج تصنيف "تايمز العالي" في العاصمة السويدية ستوكهولم لتأثير الجامعات على مجتمعاتها في مؤشر تحقيق أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة، وجاءت جامعتنا الأولى على مستوى البحرين والمستوى 102 إلى 200 على المستوى العالمي من بين 1573 جامعة.

الذي أحرزناه في أبريل 2022، وضع جامعتنا في المرتبة الأولى على الجامعات الخاصة والثالثة على مستوى مملكة البحرين بعد جامعة الخليج العربي وجامعة البحرين، وبالمناسبة، فإنه في مساء يوم الأربعاء 28 أبريل 2022، تم الإعلان عن نتائج تصنيف "تايمز العالي" في العاصمة السويدية ستوكهولم لتأثير الجامعات على مجتمعاتها في مؤشر تحقيق أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة، وجاءت جامعتنا الأولى على مستوى البحرين والمستوى 102 إلى 200 على المستوى العالمي من بين 1573 جامعة.

في جودة التعليم كنا في المرتبة 23 بالعام 2021، وهذا العام تقدمنا إلى المرتبة 13 على الرغم من تشديد معايير لاختيار وارتفاع عدد الجامعات المشاركة، لهذا فقد تقدمنا كثيرًا على مستوى العالم العربي، حيث إننا ثالث أو رابع جامعة، ويعود ذلك إلى أن طلبتنا وأساتذتنا بادروا لدخول مرحلة البحث العلمي.. ليس ذلك فحسب، بل شعرنا بضرورة تدريس ما توصي به بحوثنا ودراساتنا العلمية.. وللتوضيح، حولنا تدريس التاريخ أو العلوم من باب المثال إلى ما يمكن أن أسميه إنتاج العلوم، ونسير في اتجاه هدف مهم جدًا وهو أن يكون التعليم العالي أداة لحل القضايا والمشكلات عن طريق البحث العلمي، والجامعة الأهلية اليوم مؤهلة لتقديم الاستشارات لحل الكثير من القضايا والمعضلات على المستوى الوطني والعالمي، وهذا مكن الجامعة من تقديم استشارات للشركات والمصارف والمصانع، وشه الحمد بدأنا مع بعض الشركات كـ "البا" وهناك شركات أخرى للتعاون المشترك قيد البحث، فالجامعات لا بد وأن تكون جزءًا من حركة تقدم الوطن.

لعله من الجميل أن نقرأ ملامح العام الدراسي المقبل وما تخطط له الجامعة لا سيما على صعيد طرح برامج جديدة.. فما هو المقبل الجديد؟

ستطرح الجامعة الأهلية في شهر سبتمبر المقبل 2022 أربع إلى خمسة برامج جديدة، ومن حيث المبدأ، تمت الموافقة على بعضها وأخرى في الطريق، فمن البرامج المهمة جدًا على مستوى درجة البكالوريوس هناك تخصص العلوم الصحية والطبية في التغذية والعلاج الطبيعي والعلاج التأهيلي، وشراكتنا مع الجامعتين العالميتين العريقتين كجامعة برونيل البريطانية وجامعة جورج واشنطن الأميركية سيدخل مرحلة جديدة من التطوير، وفي شهر مايو 2022 لدينا احتفال مع جامعة برونيل برعاية مجلس التعليم العالي لتقديم برامج جديدة وسيشارك أكثر من 20 أستاذًا من "برونيل" لاستعراض برامجهم الجامعية وهذا بتشجيع ورعاية من مجلس التعليم العالي، وهذا اللقاء يحاكي المستقبل، حيث إن الكثيرين متخوفون لناحية اندثار بعض الوظائف، ولكنني أقول إن هناك وظائف كثيرة نحتاج لخلقها، وبلادنا بعون الله على استعداد للمرحلة المقبلة التي توجب تعاون كل الأطراف، ولا أدل على ذلك مما سمعناها خلال لقاءاتنا مع عاهل البلاد المفدى صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، وولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، حفظهما الله، والحديث عن توجيهات للأخبار المفرحة في الطريق، وشخصيًا، أتمنى أن نستغل كل فرصة من أجل جعل البحرين مركزًا تعليميًا بامتياز.

هذا الحديث يربطنا بسؤال يتعلق بحصول الجامعة الأهلية على المرتبة الأولى بين الجامعات الخاصة في تصنيف سيماجو للبحث العلمي.. ماذا يعني لكم هذا التصنيف؟

في البداية، لا بد من القول إن التصنيفات الأكاديمية تعني التأثير، أي تأثير الجامعات في مجتمعاتها وتأثيرها كذلك على التعليم.. ليس على المستوى الوطني بل العالمي، لذلك فهذه التصنيفات مهمة والجامعة الأهلية حققت الكثير في هذا المجال وتصنيف سيماجو للبحث العلمي

جامعتنا الأولى عربيًا وفق تصنيف التايمز لمؤشر تأثير الجامعات في التنمية المستدامة للأمم المتحدة



بروفيسور، لنستخلص ثمار ما تم اكتسابه خلال جائحة كورونا.. ماذا تقول في هذا الجانب؟

بلا شك تعلمنا خلال العامين الماضيين علومًا جديدة، فمن المشكلات تخلق الفرص، والله الحمد، منذ بداية أزمة كورونا (كوفيد 19) وجدنا جامعاتنا الخاصة تسير في الاتجاه الصحيح بالنسبة للتكنولوجيا عموماً وتكنولوجيا الاتصالات تحديداً، وهذا ما سارت عليه مملكة البحرين وتميزت فيه، لذلك انتقلنا بسهولة إلى التعليم الافتراضي. ونحن في الجامعة الأهلية سخرنا التعليم الافتراضي التفاعلي، فالتعليم مضى عليه 230 سنة على ذات النمط ولكن هذه هزة.. أي الجائحة، إنما لا بد من العودة للتعليم الحضوري لكي يشعر الطالب بالمناخ الجامعي مع زملائه وأساتذته ويدخل المعامل والمختبرات وهذا شيء أساسي وضروري، لكن لا بد من أن نتعلم من كل معضلة ونخلق فرصاً من هذه المعضلات، ونستطيع القول إن الجامعة الأهلية نجحت بتقاني كل العاملين فيها وطلبتها وأنجزت في العامين الماضيين عددًا كبيراً من البحوث والدراسات، وهذا ما وضعنا في المنصات العالمية للبحث العلمي وأصبحت البحرين مصنفة ضمن الدول التي تنتج البحث العلمي، ونحن في الجامعة الأهلية سعدنا بأن تكون جامعتنا أداة تغيير جذري لطرق التعليم وصياغة التصورات المدروسة للمستقبل، وأنا شخصياً أكرر دائماً على أن الخريج بعد 3 إلى 4 شهور من تخرجه لن يتذكر الكثير مما درسه! ربما سيتذكر القليل

هل بالإمكان جعل قطاع التعليم الجامعي مورداً رافداً للاقتصاد الوطني؟

أكرر دائماً أننا في بلد ليس لدينا مورد نفطي كما هو لدى الجيران، ولكن نستطيع التحول إلى مركز تعليمي وصحي ونوظف مميزاتنا وأولها سمعة وطيبة أهل البحرين، ومنها كذلك البنى التحتية لكي يكون التعليم والصحة موردين أساسيين في الاقتصاد الوطني، ورأيت ذلك في أستراليا ونيوزلندا وأيضاً في أميركا وبريطانيا.. في أستراليا لديهم وزير للتعاون الدولي، وهي تدخل 80 مليار دولار سنوياً من التعاون الدولي في مجال التعليم العالي، وفي نيوزلندا يقدر الدخل من القطاع الجامعي بـ 50 مليار سنوياً، وفي أميركا يأتي دخل التعليم العالي كثاني مرتبة من بعد التصنيع العسكري، إذاً البحرين تستطيع أن تكون نموذجاً في منطقتها، ولذلك لا بد أن تتعاون كل الجهات لتحقيق هذا الهدف، ونحتاج إلى هذا التعاون لأن التعليم العالي يحتاج للتعاون مع الهجرة والجوازات والإعلام والاتصالات وكل الجهات لتسويق البحرين.

هل لدى الجامعات الخاصة رؤية مشتركة للتعاون من أجل تحقيق هدف تحويل البحرين إلى مركز للتعليم الجامعي؟

سأكون أميناً، فهذا الأمر لم يكن موجوداً في السابق، ولكن في الأونة الأخيرة هناك تعاون وثيق بين الجامعات، ولأول مرة هناك تواصل حقيقي مع جامعة البحرين، وأنا سعيد جداً أن أذكر ذلك ومجلس التعليم العالي اليوم لديه رؤية جديدة تؤمن بأننا كلنا شركاء، فالمجلس ليس جهازاً لتصيد الأخطاء بل مشروع ومراقب وموجه ناصح، وهذا الأمر تبلور في البحرين وأتمنى أن يستمر وأتكلم بكل أمانة وبكل صدق منذ أن بدأت تجربة التعليم الأهلي الجامعي منذ 20 سنة، لكن في العامين الأخيرين تعلمنا الكثير وهناك توافق على أننا في بلادنا الصغيرة بإمكاناتها المحدودة لن نكون

موجودين في قطار الحضارة إلا بالتعاون وهذا ما أثمر من رؤى مشتركة في أكثر من لقاء بين قيادات الجامعات الخاصة وكذلك المسؤولين في مجلس التعليم العالي وهيئة ضمان جودة التعليم والتدريب.. كل ذلك سيعيد إلى البحرين سمعتها التعليمية كقائد في منطقة الخليج العربي والشرق الأوسط وهي دائماً سباقة وعند شعور أننا قادرون على جعل البحرين "بوسطن".. وبالنسبة لشقيقاتها في مجلس التعاون، لا شك في أن كل أبناء مجلس التعاون يحبون البحرين ويتمنون الدراسة فيها، وشعرنا بذلك بكل أمانة في المملكة العربية السعودية ودولة الكويت.. إنهم يشعرون بالراحة في البحرين، ولعني أقول إننا البحرينيين.. أو قل أبناء الجزر، بسطاء وذوي حفاوة وطباع كريمة، وقد من الله سبحانه وتعالى علينا بالأمن والاستقرار وتلاقي إرادة القيادة والشعب لبناء بحرين المستقبل.

إنجازاتنا في مجال البحث العلمي مكنتنا من تقديم الاستشارات لحل الكثير من القضايا والمعضلات على المستوى الوطني والعالمى

مع الكتب والمناهج الدراسية نركز على التعليم بالممارسة وخلق الفرص المهنية الاحترافية

نائب رئيس الجامعة للشؤون الأكاديمية
والبحث العلمي- رئيس الجامعة بالوكالة

أ.د نادر محمد البستكي:

نسعى لجعل البحرين مركزا إقليميا للتعليم
العالي كمساهم في الاقتصاد الوطني

نظرة مبشرة ومفعمة بالطموح تلك التي يطرحها نائب
رئيس جامعة المملكة للشؤون الأكاديمية والبحث العلمي
البروفيسور نادر البستكي بشأن مستقبل التعليم العالي في
مملكة البحرين، فهو يرى أن بلادنا مهيأة لأن تصبح مركزا فريدا
ومتميزا للتعليم العالي باعتباره قطاعا مهما له مساهمته في
الناتج المحلي تقدر بنسبة 5 %، لكن بالإمكان رفع هذه النسبة
إلى 10 % وأكثر.

وتأتي جامعة المملكة كنموذج متميز يتناغم مع هذه الرؤية
من ناحية تكامل رؤيتها واستراتيجيتها على هذا الصعيد.
ولعل ضيفنا البستكي يؤكد أن قطاع الجامعات يمكن أن ينمو
وبالتالي تنمو مساهمته في الاقتصاد الوطني، فذلك هدف
قابل للتحقيق لوجود الإمكانيات الحديثة للجامعات المحلية
والمخطط الاستثماري، وهنا يلزم الاهتمام بهذا القطاع
لاستقطاب طلبة من دول مجلس التعاون الخليجي ودول
الشرق الأوسط، وهذا مرتبط أيضا بجهود التعريف بالجامعات
البحرينية وسمعتها واعتمادياتها الدولية والتسهيلات
المتوافرة في بلد مفتوح وجهة محبة لكل الشعوب لها
تتميز به مملكة البحرين، قيادة وثقافة، فتصبح مستقبلا جهة
سياحة تعليمية يشار لها بالبنان. دعونا أيها القراء الكرام نتابع
الحوار مع ضيفنا عبر السطور التالية...

مخطط
متكامل
جاهز لتنفيذ
مشروع حرم
جامعي
إضافي في
مدينة حمد





والغالبية أنجزوا المتطلبات، وواصلنا في طرح دورات إضافية ليس فقط لموضوع الزمالة بل في أمور أخرى متعلقة بالجامعة كالحوكمة وريادة الأعمال وغيرها، والخلاصة أن علاقتنا وثيقة مع هذه المؤسسة؛ لأنها الوسيلة لتدريب أساتذتنا للتدريب المستمر على التعليم الجامعي الحديث لكي يتلقى الطلبة، ليس فقط العلم بل العلم بأحدث الطرق الجامعية، إضافة إلى المهارات التي نركز عليها بما ينمي قدرات وخبرات الأساتذة والطلبة على حد سواء.

هناك خطوة مهمة طبقتموها وهي حصول الأساتذة على زمالة مؤسسة أدفانس اتش إيه.. ما الهدف منها؟
دعني أقول إن من أكثر مصادر الفخر والاعتزاز وكذلك الاطمئنان أن نرى خريجينا وقد تقلدوا مناصب ممتازة في مختلف المجالات والمناصب، فنحن والله الحمد نرى أن ذلك مصدر اعتزاز كما أشرت ونحاول دائماً أن نقدم الكفاءات لخدمة الوطن، فالهدف الأساسي من الجامعات هو تقديم التعليم المتميز وتقديم المهارات للطلاب ليطور نفسه وليس فقط بالحصول العلمي الأكاديمي والبحثي بل المهارات؛ لأن المهارات الحياتية الممتازة تسهم في تطور الطالب بسرعة في سوق العمل، وها هم خريجونا في مختلف القطاعات، ونتطلع كذلك مع التغييرات في سوق العمل لإكسابهم مهارات إضافية ونتواصل مع مؤسسة أدفانس اتش إيه. وهي المؤسسة الرئيسية في بريطانيا التي تهتم بتدريب أعضاء هيئة التدريس في كل الجامعات البريطانية على الأصول الحديثة للتعليم الجامعي، فهناك يشترط أن يحمل كل أستاذ جامعي زمالة المؤسسة، ولهذه الزمالة متطلبات عديدة وفق 5 معايير وهذا اشتراط في بريطانيا، فبحثنا الفكرة واشترطنا على أساتذتنا الحصول على زمالة هذه المؤسسة للحصول على المهارات التدريسية الأكاديمية الحديثة، والزمناهم بدخول دورات تدريبية

جامعة المملكة خطت خطوات كبيرة خلال العقدين الماضيين واكتسبت خبرة رفيعة ونفذت الكثير من الخطط

قدرة أكبر لاستحداث برامج أكاديمية جديدة، واستقبال مزيد من الطلبة، ولدينا تعاون دولي مع جامعات مختلفة في البحث العلمي وفي التدريب والجوانب الأكاديمية المختلفة، وبرامجنا الحالية كلها معتمدة محلياً ونسعى للتوسع خليجياً بعون الله.

كلية إدارة الأعمال، كلية الهندسة، وكلية الحقوق، هي الكليات الثلاث الرئيسية، لكن سمعنا عن توجه لاستحداث تخصص هندسة الكمبيوتر قريباً؟

نعم ذلك صحيح، سنعرض برامج كلية هندسة الكمبيوتر قريباً بعد الحصول على موافقة مجلس التعليم العالي، ونتوقع عددًا لا بأس به في البداية، لن يكون كبيراً لكون البرامج مستحدثًا ويتطلب وقتاً للتعريف به وانتشاره، لكن صممناه ليتوافق مع المتطلبات الحديثة في سوق العمل كالذكاء الاصطناعي والأمن السيبراني والمعلومات الضخمة.. أي أن البرنامج سيتناول كل هذه التخصصات الحديثة، والطلبة سيدرسون في برنامج يشمل آخر المتطلبات والمستجدات في سوق العمل والتخصص العلمي، ونحن مؤمنون بأن المطلوب اليوم في علوم الكمبيوتر ليس كما كان الوضع قبل 30 سنة حيث التطور المذهل والمتسارع في عالم التكنولوجيا، ولذلك تعتمد خطة البرنامج على أن يكون الخريج مؤهلاً ومهيئاً لسوق العمل بمتطلباته المعاصرة.

ومن الأهمية بمكان الإشارة إلى أن لدينا التواصل الوثيق مع مجلس التعليم العالي؛ كونه الجهة التي تعتمد الجامعات وكل خطوة نخطوها هي بالتنسيق والتشاور مع المجلس وحتى البرامج الجديدة كهندسة الكمبيوتر أو البرامج المقبلة هي في هذا الإطار من التشاور، فالمجلس لديه خارطة الكاملة المطلوبة لسوق العمل في البحرين وبالتالي فأى برنامج يطرح لا بد أن يكون وفق المؤشرات الصحيحة لسوق العمل، كذلك الحال مع وزارة العمل والتنمية الاجتماعية والجهات والقطاعات المعنية بالتعليم العالي فنحن نهتم بالتواصل والتباحث معهم، وكما أشرت، وهيئة جودة التعليم والتدريب صلتنا معهم قوية؛ لأنها الجهة الرسمية التي تقيم البرامج الأكاديمية، وننظر مع الجهات المرتبطة بسوق العمل كـ "تمكين" ووزارة العمل لمعرفة المطلوب في السوق ومعرفة التغيرات، ولدينا صلة كذلك مع مختلف المؤسسات سواء كانت الجهات الحكومية أو القطاع الخاص، ولتبسيط الفكرة، لدينا تعاون مع وزارة العدل والشؤون الإسلامية والأوقاف والنيابة العامة لتوفير كل ما يتطلبه طلبة كلية الحقوق.

بروفيسور نادر، أين يمكننا وضع جامعة المملكة على خارطة الإنجازات على مدى عقدين من الزمان.. أي منذ تأسيسها في العام 2001؟

خطت الجامعة خلال العقدين الماضيين خطوات كبيرة واكتسبت خبرة رفيعة ونفذت الكثير من الخطط، علاوة على ذلك، استحدثت العديد من البرامج، لنقف اليوم على موضع مهم في خارطة الجامعات البحرينية والخليجية والعربية. فمن جهة، ثبتنا اسم الجامعة المعتمدة بخبرة أكاديمية وعلمية وبحثية مرموقة ومعروفة في سوق البحرين والخليج، ومن ناحية أخرى، نعتبر أنفسنا في مرحلة الانطلاق لاستحداث برامج جديدة ننطلق بها على المستوى الخليجي والإقليمي، ولدينا طموح لأن تكون مملكة البحرين مركزاً إقليمياً للتعليم العالي، وبكل فخر، نعمل مع زملائنا في الجامعات بدأً بيد لتحقيق هذه الهدف.

إذًا، نحن اليوم لنا مكانتنا المميزة، فلدينا الاعتمادات المحلية المطلوبة من قبل مجلس التعليم العالي وهيئة جودة التعليم والتدريب، وقد خضعت برامجنا للتقييم وحصلنا على الثقة المعتمدة من الهيئة، وبدأنا الآن مرحلة الحصول على الاعتمادات الدولية بدءاً من كلية إدارة الأعمال حيث نجحنا في جعل برامجها معتمدة من جهات دولية عدة، والآن نعكف على الحصول على الاعتمادات البريطانية من بريطانيا لكلية الهندسة، وبالطبع، بقية البرامج في المسار.

تواصلنا مع ما طرحتم.. حدثونا عن البرامج التطويرية وفكرة عن مشروع حرم جامعي في مدينة حمد كما هو مخطط..

طوال 12 عاماً من عمر الجامعة في انطلاقتها، كان مقرها مؤجراً، والآن لها مقرها الرئيس الخاص، بطوابق متعددة تتوافر فيها كل المرافق الأكاديمية الحديثة، والمقر متصل بمواقف سيارات متعدد الأدوار، ثم إن الكثير من المرافق متوافرة في جامعتنا، لذلك نحن وأعضاء الهيئة التعليمية والإدارية وطلبتنا وشركاؤنا فخورون؛ لأننا أسسنا أنفسنا بمرافق أكاديمية للطلبة سواء في الصوف الدراسية الداخلية أو الخارجية، ولدينا سعة وأماكن كثيرة يمكن للطلبة الاستفادة منها.

أما بالنسبة لمشروعنا، فلدينا مخطط لبناء حرم جامعي إضافي في مدينة حمد، وأبشركم بأن المخطط جاهز ونسأل الله التوفيق للبدء في تنفيذ المشروع الذي سيكون حال اكتماله بمشيئة الله محطة ونقله جديدة تمنحنا

برامج كلية هندسة الكمبيوتر
قريباً بعد الحصول على موافقة
مجلس التعليم العالي



الصورية بكلية الحقوق كانت حضورية، وخلال هذه الفترة طورنا تكنولوجيا الجامعة ونحن الآن في مرحلة ما بعد الكورونا نستفيد من الخبرة المتراكمة في توظيف التكنولوجيا وخبرتنا المكتسبة تساعدنا في تطوير التعليم لتعود المحاضرات إلى سابق عهدها ولكن بخيارات تقنية داعمة ومهمة، على سبيل المثال، سنستمر في المحاضرات المسجلة عبر برامج التميز، وفيها سيكون الطلبة والأساتذة وجهًا لوجه في المحاضرات، لكن بالإمكان العودة إلى المحاضرة لأنها ستكون مسجلة، وهذه تعطي الطلبة فرصة لفهم المحاضرات والمعادلات والمسائل والمفاهيم النظرية بكل مرونة وسهولة، أضف إلى ذلك الجانب المهم وهو التدريب.. إذ بإمكان مقدمي الدورات من المدربين، من داخل البحرين وخارجها، تقديم دوراتهم التدريبية عن بعد بمرونة في اختيار الوقت وسهولة الحضور، وبالتالي نقدم عددًا أكبر من الدورات التدريبية.

سؤالنا الأخير ينصب على كيفية استفادة الجامعة من مرحلة التعليم عن بعد خلال جائحة كورونا؟

مرحلة الكورونا كانت تحديًا وفرصة، ففي البداية كانت تحديًا لأنها أتت كظرف استثنائي مفاجئ جعلنا نتحول إلى التعليم عن بعد، ولأن البنية التحتية وشبكة المعلومات والخدمات الإلكترونية والبرامج كلها متوافرة في جامعة المملكة، ساعدنا ذلك في الانتقال بيسر إلى مواجهة التحدي الآخر وهو تحديد الكيفية وتدريب الأساتذة وكذلك الطلبة، وفي فترة أسبوع إلى أسبوعين أتمنا عملية الانتقال بتوفير الفيديوهات والمحاضرات عن بعد وسارت الأمور على خير ما يرام وخلالها تعلمنا أشياء كثيرة، فقد طورنا أساليب المحاضرات والمتابعة والحصص العملية، ففي الأوقات التي لم يفرض فيها الإغلاق كاملاً ألزمتنا المادة العملية بحضور المختبرات وحتى الامتحانات كما هو بالنسبة لكلية الهندسة والمحكمة



مدير مدرسة الروابي

د. عبدالستار العامري:

وضعنا استراتيجية تطويرية مستدامة كمدرسة خاصة تقدم تعليماً عالي الجودة وبكلفة مناسبة

نركز على
إعادة
الطلبة
إلى الواقع
الاجتماعي
تخطياً
لآثار جائحة
كورونا

مسيرة حافلة شهدتها مدرسة الروابي منذ تأسيسها في العام 1997 لتمثل صرحاً تعليمياً ثقافياً حضارياً متميزاً في مملكة البحرين، وطوال مراحل عملها وضعت استراتيجية تطويرية مستدامة كمدرسة خاصة تقدم تعليماً عالي الجودة وبكلفة مناسبة، وهذه الاستراتيجية تركز على إعداد الطالب أولاً، فهو محور كل فكرة تطويرية، وبالتالي، تطبيق رؤيتها من الهدف من التعليم الذي يلزم أن يكون معززاً للتنمية المتوازنة للجوانب العقلية والعاطفية والجسدية والاجتماعية والروحية والأخلاقية لأبنائنا من الجنسين.

في مارس من العام 2021، كان الحدث لافتاً في ساحة متحف البحرين الوطني حينما خرجت المدرسة فوجها السابع من طلبتها للعام الدراسي 2020 - 2021، في ظرف استثنائي بسبب جائحة كورونا (كوفيد 19) لكنها أثبتت جدارة في تحقيق أهدافها التي تتطابق مع رؤية البحرين 2030 فيما يخص تطوير التعليم وتأهيل جيل من الكفاءات التي تسهم بفاعلية في مسيرة بناء وتطوير الوطن، وكل ذلك وضعه مدير المدرسة د. عبدالستار مصطفى العامري وفق رؤية طموحة تأسست على ضرورة العمل على تجاوز التحديات وكسب الرهانات التربوية حتى في الظروف الصعبة، وذلك من خلال دمج التعلم النظامي مع التعلم عن بعد، إذ أصبح ذلك منهجية تعتمد على كل دول العالم في ظل هذه الجائحة، والنتيجة.. تحقيق نسب إتقان عالية، لاسيما في امتحانات البكالوريا الدولية التي أحرزت فيها المدرسة متوسطاً يفوق المتوسط العالمي، وفي هذا الحوار مع العامري مزيد من المحطات:





العدد الإجمالي لطلبتنا 2089 طالبا وطالبة منهم 315 في الروضة... و937 بالمرحلة الابتدائية... و837 بالمرحلتين الإعدادية والثانوية

تمت مراجعة جميع المناهج وتجديد بعض الكتب والتوجه للكتب الحديثة، والمنهج المدرسي بحظي بتقييم سنوي بالحذف والإضافة، وأضفنا برنامج مهارات الحياة كمادة معتمدة وحددنا الاحتياجات الرئيسية والتسجيل قائم ونتشرف بخدمة مملكة البحرين وأبنائنا الطلبة، فنحن على أعلى جهودية والله الحمد.

ختافاً نود الحصول على فكرة عن أعضاء الهيئة التعليمية والإدارية وكيف يتم اختيارهم؟

نحن خلال فترة الجائحة حافظنا على معلمينا وموظفينا؛ لأن الثبات يعني أداء مستقرا وتستطيع وفق ذلك تنفيذ خططك التطويرية، ولكن سوق المدارس الخاصة تتصف بأنها تشهد تنافسًا كبيرًا ونحن نحترم ونقدر التنافس الشريف، وقبل الجائحة حددنا احتياجاتنا من المدرسين في مختلف التخصصات، ونزور ضمن فريق من المدرسة جمهورية الفلبين بالتعاون مع شركة متخصصة تعمل معها بالتواصل مع الجامعات الخاصة التي تخرج معلمين متخصصين، ونحدد عدد المعلمين المطلوبين، وأخرة مرة قابلنا في الفلبين - من الصباح إلى الليل - حوالي 300 إلى 400 متقدم نعقد معهم مقابلات شخصية ثم نطلب منهم تقديم عرض لمدة 3 دقائق لتقييم أداء المتقدم ونختار من لديه إمكانات متميزة، ثم لدينا التدريب طويل المدى، وخبرتي كمدرّب عالمي ساهمت في تصميم برامج دولية معتمدة في دول عدة كتركيا، باكستان، عمان، الأردن، ولهذا فإن معلمينا هم الأولى للاستفادة من خبرتي.. أحضرنا معلمين من الخارج ودرّبناهم ومن خلال الزيارات الصفية نقيم أداءهم، ثم بعد كل زيارة نقوم بلقاءات فردية ونبحث معهم الجوانب الضرورية، وأنا كلي فخر بأنني ساهمت في إعداد نخبة من المعلمين والمعلمات المتميزين في "الروابي" كمصنع للمعلمين، وهؤلاء حين ينتقلون للعمل في مدارس أخرى، يحملون معهم تميزهم وتأهيلهم العالي.

ما العدد الإجمالي للطلاب والطالبات؟ وما استعدادات العام الدراسي 2022 - 2023؟

يبلغ العدد الإجمالي لطلبتنا 2089 طالبا وطالبة، ففي مرحلة الروضة 315، وفي المرحلة الابتدائية 937، وفي المرحلتين الإعدادية والثانوية 837 طالبا وطالبة، أما أبرز خطط العام الدراسي المقبل فترتكز على تغيير النظام الدراسي ليتحول إلى ثلاثة فصول دراسية، وهذا هو التوجه العالمي للتقليل من الزمن المدرسي وإتاحة الفرصة بشكل أرحب للطلبة لممارسة حياتهم الخاصة، ودعني أوضح ذلك بالقول إن الجانب الأكاديمي مهم ونحن نتحدث عنه دائما، ولكن هناك الجانب الشخصي للطلبة وراحتهم، والجانب مرتبطان بشكل وثيق لنجاح العملية التعليمية. وفي الحقيقة، فإن الفصول الدراسية الثلاثية لها فوائد كثيرة، إذ تتيح فرصة راحة للطلبة كل أسبوعين والعودة إلى الفصل الجديد بدلا من تكثيف الدراسة طوال ستة أشهر، فهنا سيشعر الطلبة وأولياء الأمور بالراحة، وسيمنح الإدارة المدرسية فرصة التدخل في الوقت المناسب لتنفيذ بنود أي جانب تطويري بما يسهم في عدم رسوب أي طالب.

ويهمني أن أطلع القراء الكرام على أن لدينا تجربة إدارية رائدة تعتبر من التجارب المتميزة على مستوى مملكة البحرين تطبقها في مدرستنا، وهي زيارات الجودة الداخلية، إذ نعين فريق عمل من معلمي المرحلتين الإعدادية والثانوية يتولى زيارة المدرسة الابتدائية ويقوم مسار العملية التعليمية ويقدم تقريرا متكاملًا، وبالعكس، يتم تنظيم زيارات لمعلمي المرحلة الابتدائية للمرحلتين الإعدادية والثانوية للقيام بذات المهمة، فنحن نقيم أنفسنا أولاً قبل أن نخضع للتقييم الخارجي، وأوضح أكثر أنني قاس جداً على نفسي في تحديد الخطأ والاعتراف به وتصحيحه وعدم رميه على هذا الطرف أو تلك الجهة، فخطتنا جاهزة وبرنامجنا وسياستنا واضحة وموقع المدرسة الإلكتروني تم تجديده بشكل كامل، وبهذا نحن مستعدون لاستقبال الطلبة حضورياً بنسبة 100 %، أضف إلى ذلك أنه

ما العوامل الرئيسية التي ساهمت في تميز مدرسة الروابي على مستوى المدارس الحكومية والخاصة؟ العوامل كثيرة لكنني أريد التركيز على أهمها ويتصدرها رؤيتنا في التركيز على الطالب نفسه كأساس، أي أن الطالب هو محور العملية التعليمية ومحور الاهتمام ثم يأتي بعد ذلك المعلم، وهنا أتحدث عن نفسي كوني مديرا للمدرسة أو زملاء من المعلمين والإداريين والموظفين والعاملين في هذا الصرح، إذ تنصب جهودنا على أداء الطالب وكذلك أداء المعلم، وهذه العملية تشمل أساساً معتمدة لدينا من خلال قراءة أداء الطالب والمعلم من ناحية الإتقان أو التعثر، إذ يتم التدخل بالدعم بالموارد والمصادر وتطوير المعلمين، أما بيانات أداء المعلمين فمن خلال الزيارات الصفية يتم تحديد موضع الاحتياجات الرئيسية الملحة.. أي أنه في حال وجود قصور في أي مادة يتم تحديد الخلل ووضع الخطوات التصحيحية سواء عن طريق التدريب اللازم للمعلمين داخليًا وخارجيًا، أو التدريب أثناء العمل بالمدرسة فقراءة البيانات ودراستها هو أساس القرار.

ولأن خطتنا تمتد إلى سبع سنوات، ففي ذلك تفصيل نوضحه بالقول إن المدرسة وباعتبارها معتمدة من قبل الـ (MSA) المعنية بمعايير الاعتماد النوعية فهم يشترطون وجود خطة متكاملة تمتد لسبع سنوات، والبيكالوريا الدولية تلزم وجود خطة كل خمس سنوات، وخطة لثلاث سنوات حسب متطلبات هيئة ضمان جودة التعليم والتدريب في مملكة البحرين، وثمره كل ذلك تتجلى في وجود خطة استراتيجية رئيسة تخضع للتقييم سنويًا لمعرفة ما الذي تم إنجازه بشكل علمي وليس مجرد أمنيات أو طموح فحسب، وهذا يستند إلى بيانات أداء الطلبة والمعلمين بقراءة وصفية من جهة ورسمية من جهة أخرى، قس على ذلك أيضًا وجود وحدة جودة متخصصة لضمان جودة ما يقدم من خدمات تعليمية، ولذلك لدينا بصفة دورية استبانة لأولياء الأمور وللطلبة وللمعلمين وللموظفين وفيها أسئلة مفصلة، ثم نتولى تحليل الإجابات والآراء الواردة من كل الفئات لنقيس نسبة الرضا، وفي حال وجود قصير في جانب معين يتم إضافته للخطة التشغيلية بهدف التصحيح والتعديل.

ما أبرز البرامج والأنشطة التي نفذتها المدرسة لكل المراحل منذ بداية العام الدراسي الحالي؟

يسعدني أن أشير بادئ ذي بدء إلى أن تركيزنا ونحن نتجاوز آثار جائحة كورونا على أن نعيد الطلبة إلى الواقع الاجتماعي تخطيًا لتلك الآثار التي جعلت الطلبة يعيشون فيما يمكن وصفه بحالة انعزال والاعتماد على الشاشات، وبالمناسبة، عكفنا طوال العام الماضي في عمرة الجائحة على دراسة جميع التفاصيل ورصد المتغيرات التي قد تؤثر على الطلبة والاستعداد لما بعد مرحلة كورونا، فنحن خلال الجائحة لم نوقف الدراسة الحضورية تمامًا إلا في حال توجيهات اللجنة التنسيقية برئاسة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، وتعليمات الفريق الوطني لمكافحة الفيروس، وكذلك توجيهات وزارتي الصحة والتربية والتعليم في حال الإغلاق التام، وأقول إنه في عز الأزمة بلغت نسبة الدراسة الحضورية بين 50 و60 %، مع الدمج أيضًا بين الدراسة عن بعد والحضور، لكن مع عودة الطلبة هذا العام رصدنا الحالة كذلك من خلال ممارسات وسلوكيات وردود فعل الطلبة، وهذا الأمر ساعدنا كثيرًا بالتعاون مع أعضاء الهيئتين التعليمية والإدارية والموظفين وأولياء الأمور على أن نكون على جهودية واستعداد بتمكن.

ومن الصور التي أسهمت في نجاح إعادة الوضع الطبيعي هي عودة الطابور الصباحي والأنشطة اللاصفية، حيث نظمنا العديد من الفعاليات الناجحة كعرض الكتاب والمسابقات لرواد القراءة ومشاركة الناشئين في تنظيم معرض الكتاب الذي أتاح للطلبة التعرف على الإصدارات، علاوة على ذلك، نظمنا معرضًا فنيًا للرسم بمشاركة طلبتنا وطلبة المدارس الأخرى الذين شاركوا بحماس، وفي شهر رمضان سعدنا بتنظيم غبقات للطلبة وأرجعنا كذلك النشاط الرياضي وشاركنا في المسابقات الوطنية وفريق كرة القدم بمدرستنا أحرز المركز الأول.

نظمنا أنشطة شملت معارض الكتاب والمسابقات والغبقات والأنشطة اللاصفية

ضرورة مراجعة السياسات المتبعة في التوظيف لجعل البحريني الخيار المفضل

إدًا، كيف يمكن من وجهة نظركم تحقيق مكتسبات أكبر على صعيد التعاون بين أطراف الإنتاج الثلاثة في مسار تحسين أداء الكوادر الوطنية ودفع عجلة الإنتاج بالقطاع الخاص؟

يمكن تحقيق المكتسبات عن طريق التفاوض الجماعي وفق ما هو مقرر قانونًا على مستوى المنشأة، وكذلك على الصعيد الوطني بغرض تحسين شروط وظروف العمل وأحكام الاستخدام وتحقيق التنمية الاجتماعية والاقتصادية لعمال المنشأة وتسوية منازعات العمل الجماعية بين العمال وأصحاب العمل، علاوة على تنظيم العلاقة بين العمال وأصحاب العمل، وقد بادر الاتحاد العام لنقابات عمال البحرين في مطلع العام 2020 بطلب المفاوضات على الصعيد الوطني عند بدء جائحة كورونا لمواجهة تداعياتها على الاقتصاد وعلى القوى العاملة، إلا أنه لم يلق تجاوبًا من الأطراف الأخرى.

كما تقدم الاتحاد بإعلان رؤيته لإصلاح سوق العمل واستدامة صناديق التأمين الاجتماعي ومخاطبة الجهات المعنية بهذه الرؤية، وتدشين البرنامج الوطني لتسجيل العاطلين، كما تم إشراك أطراف الإنتاج الثلاثة في المؤتمرات التي عقدت في العام 2021، وهي مؤتمر الحوار الاجتماعي في ظل الأزمات، ومؤتمر المرأة والتعليم ومؤتمر العمالة المنزلية، لهذا نضيف أنه يمكن تحقيق المكاسب من خلال التمثيل العادل للعمال في المجالس ثلاثية التكوين على سبيل المثال صندوق التأمين الاجتماعي.

وفق ما تقدم، ندعو مجددًا أطراف الإنتاج الثلاثة للجلوس على طاولة الحوار وتنشيط الحوار الاجتماعي؛ من أجل تحريك العجلة الاقتصادية وتسريع العملية الإنتاجية وصولًا إلى التعافي الاقتصادي التام، وأختم بكلمة قصيرة وهي حق وواجب بمناسبة عيد العمال العالمي، إذ يتقدم الاتحاد العام لنقابات عمال البحرين بالتهنئة لجميع القوى العاملة المنتجة والفاعلة اقتصاديا وإلى الذين ضحوا بالغالي والنفيس من الكادر الطبي والمتطوعين خلال جائحة كورونا، والتطلعات تكبر نحو مستقبل تتحقق فيه مزيد من المكاسب العمالية.

استقرار سوق العمل وضمان حقوق القوى العاملة الوطنية هو رأس قائمة الاتحاد.. ما أبرز القضايا والملفات التي تعكفون عليها وتدرسونها مع الجهات الحكومية المعنية؟

إن ملف بحرنة الوظائف وما شهده من تراجع ملحوظ في السنوات المنصرمة يقودنا إلى ضرورة مراجعة السياسات المتبعة في التوظيف على صعيد جعل البحريني الخيار المفضل للتوظيف في القطاع الخاص، فالزامية توظيف العمالة الوطنية على بعض القطاعات قد تراجعت بعد إلغاء المادة 13 من قانون العمل رقم 23 لسنة 1976، التي تعطي أولوية التوظيف للمواطن البحريني من دون أن يقابلها أي نص في القانون الحالي، وتداعيات نظام العمل المرن على سوق العمل، إذ أصبح البحريني في ذيل قائمة التوظيف؛ بسبب سعي المنشآت لعمالة متدنية الأجر وقليلة المزايا الوظيفية.

لقد زاد عدد العمال الوافدين عن عدد المواطنين، إذ وصل عددهم إلى أكثر من النصف، كما أن حصر بعض الوظائف ليس بدعة وإنما هو نظام معمول به في دول الجوار، ولو تم تطبيقه سيساهم بشكل كبير في القضاء على مشكلة البطالة التي كانت إحدى نتائج عدم إلزامية حصر بعض الوظائف ذات القيمة المضافة على العمالة الوطنية، وذلك متوافق وبرنامج العمل اللائق الذي تم إبرامه في العام 2010 برعاية منظمة العمل الدولية ومشاركة أطراف الإنتاج الثلاثة، وفي هذا السياق خاطب الاتحاد العام لنقابات عمال البحرين الجهات المعنية بخصوص توظيف ما يقارب 15 ألف عاطل عن العمل.

كما أن من الملفات المهمة الدعوة لإنشاء مجلس أعلى للأجور يكون للعمال تمثيلاً عادلاً فيه، ويتولى وضع نظام الحد الأدنى للأجر، ويقوم بمراجعة دورية للأجور لما يطرأ عليها من تغيير حسب المستجدات الاقتصادية والاجتماعية لمواجهة موجات التضخم وغلغلاء الأسعار، فقد شهدنا خلال السنوات المنصرمة وهذه السنة خصوصاً تضحماً في أسعار السلع وما صاحبها من زيادة في الضرائب يقابلها جمود في الرواتب ووقف لزيادة المتقاعدين، الأمر الذي قد يقابله كساد اقتصادي ناجم عن محدودية الدخل.

الأمين العام لاتحاد نقابات عمال البحرين عبدالقادر الشهابي



عدد النقابات المنظوية تحت مظلة الاتحاد بلغ 94 نقابة عمالية

كان السؤال الأبرز الذي طرحناه على الأمين العام لاتحاد نقابات عمال البحرين عبدالقادر الشهابي ونحن نحتفل بعيد العمال العالمي الموافق الأول من مايو، هو: إلى أي مدى أنتم والقطاع النقابي في البحرين تقيمون ما يشهده العمل النقابي من تطور؟ هل ترون جهودكم تسيير في الاتجاه الصحيح؟ فبالنسبة لنا، نرى أهمية كبرى من فهم مخارج جهود الاتحاد والنقابات.

بدأ حديثنا مع الشهابي بإجابته التي أكدت أن وجود المنظمات النقابية هو لتنظيم ورعاية مصالح العمال والدفاع عن حقوقهم، لكن يساور العمال في بلادنا كما هو الوضع في سائر دول العالم، القلق من تراجع حقائق حقيقية جارية في ساحة المكاسب الاجتماعية التي تحققت بفضل القوى العمالية على مدى عقود.

وإن العمل النقابي تطور بإصدار قانون النقابات العمالية في العام 2002 إلى أن بلغ عدد النقابات المنظوية تحت مظلة الاتحاد العام لنقابات عمال البحرين 94 نقابة عمالية، كما كان لجائحة كورونا (كوفيد 19) بالغ الأثر على العمال من جراء تضرر بعض القطاعات الاقتصادية من الإغلاق الاقتصادي وانخفاض حجم الأعمال، خصوصاً في بداية الجائحة.

عمال البحرين سطوروا ملاحم رائعة في مختلف الظروف

الأول من مايو... للعمال في كل مكان "تعظيم سلام"

ثمة محطة مهمة في مسيرة عمال البحرين تلوح في بعض جوانبها، تلك التي تعود بنا إلى سنوات مضت، إذ أضاء عاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة تحت عنوان: أحاديث في الوعي الوطني، "كون العمال في تكوين المجتمع البحريني يمثلون قوة حية وفاعلة من قوى المجتمع المدني، ولهم في نفسي تقدير يستند إلى ما يبذلونه من جهد في مسيرة التنمية، لذلك ارتأيت، أن يكون الأول من مايو عطلة رسمية في البحرين تقديرًا لعمالها، فهم طلّاع التحديث الصناعي والمدني في تاريخنا ليس في البحرين وحدها وإنما بمشاركتهم الأثقال في بلدان الخليج الأخرى وذلك منذ اكتشاف النفط في المملكة العربية السعودية وغيرها من الدول الشقيقة وإسهامهم في بناء خط التابلايين لتصدير النفط إلى ساحل البحر المتوسط". ومع انتهاء الاقتباس لكن جوهر تلك الإضاءة مائل ومتألق في كل عام مع الاحتفال بيوم العمال العالمي في الأول من مايو.. وفي هذا التقرير سنقترب من بضع أفكار جميلة..



ميان خليل إيمان تام بدور العامل

لقد كانت طلّاع العمال البحرنيين من الأجداد إلى الآباء تسطر ما أصفه بأنه من أروع الملاحم في بناء الوطن.. هكذا بدأت ميان خليل غيث مسؤولة العلاقات العامة بشركة سولديرتي البحرين حديثها، لتكمل: ولهذا نحن نعيش كمجتمع بحريني حالة من الفخر بما أنجزه أجدادنا وآباؤنا وما ينجزه أزواجنا وإخوتنا وأبنائنا اليوم.. شباب البحرين من الجنسين نراهم يواصلون المسيرة بكل اقتدار وعزيمة.

أقول إن هذا هو المعنى الحقيقي للاحتفال بيوم العمال العالمي.. وأقصد هنا الإيمان التام بدور العامل.. العاملة.. الموظف.. الموظفة.. وكل يد تعمل أينما كان موضعها وموقعها؛ لأن الكل يدرك معنى المشاركة في نهضة الوطن الغالي، وكل عام وعمال البحرين وكل عمال العالم وأسراهم في خير وسعادة وتوفيق.

د. عبدالواحد النكال

مسؤولية لا يستهان بها

يؤمن رئيس لجنة الخدمات والمرافق العامة بمجلس أمانة العاصمة د. عبدالواحد النكال بأن الاحتفال بيوم العمال العالمي ليس مجرد فكرة أو شكلا مهرجانيا سنويا يحتفل به العالم، بل لنترك كل الأدبيات والأوصاف ونركز على أننا جميعًا مطالبون بأن نكون جزءًا لا يتجزأ من العمل المنجز بأفكار تسهم في تطوير الوطن من كل النواحي، وهل دور العمال والموظفين في مختلف المواقع والمنشآت والساحات إلا البناء والتقدم والرفق؟ ولا أقول ذلك بصفة قربي من الأيدي العاملة فحسب.. لا.. هي قناعة وإيمان بأننا جميعًا نحمل فكرًا نيرًا من أجل أداء وإنتاجية أفضل.

وهذه مسؤولية لا يستهان بها.. فمن ناحية، نحن نغرس هذه المعاني وهذا السلوك وهذا الفكر في نفوس الناشئة والشباب، ومن ناحية أخرى، علينا دور في تشجيع وتكريم وتقدير جهود كل العمال في كل المواقع سواء في يوم العمال العالمي الأول من مايو، أو سائر أيام السنة، فتهنئة لكل عامل وعاملة ولكل موظف وموظفة ولكل من يسعى لأجل حياة طيبة لأسرته وجهد معطاء لوطنه، وكل عام والجميع بخير..



علي مطر تطبيق واقعي واضح

لا شك لديه في أن العامل البحريني، والقصد هنا كل الأيدي العاملة في مختلف مهنتها وتخصصاتها، كما يرى علي مطر، موظف، يمثل كل معنى جميل للعمل والتفاني والإخلاص، فمن ناحية مسيرة نهضة بلادنا نجد التطبيق الواقعي الواضح في إعلاء صرح الوطن ونقول "يد على يد تبني الوطن"، وأنا أرى صياغة الحياة من الأيدي الطيبة المعطاءة التي تعمل وتقدم من أجل كسب لقمة العيش وتلبية احتياجات أسرته من ناحية، ومن جهة المسؤولية الدينية والوطنية في العمل والمساهمة والمشاركة في عجلة الإنتاج.

فهيم عبدالله

رمزية الكفاح والنضال

يأخذنا المهندس فهيم عبدالله عبد الرحيم إلى ملامح أخرى مهمة، فيوم العمال العالمي الأول من مايو يمثل رمزية مجتمعية سنوية لكفاح ونضال العمال لنيل حقوقهم المشروعة، التي بذلت في سبيلها التضحيات، ما جعل هذا اليوم تظاهرة سنوية مجتمعية لكل أطراف المجتمع، لتأكيد ثبات هذه الحقوق ونيل استحقاقها لجميع العمال، كما أن المنظومات القانونية بتطورها واقترابها أكثر فأكثر من تعظيم هذه الحقوق تمثل الركن الأكبر من الاحتفالية الوطنية وتجسيدا حقيقيا لعيد وطني آخر يحتفل به العمال بشكل عملي بهيج.

ويختتم بالإشارة إلى أنه كان الأول من مايو سابقاً يمثل رمزية وطنية للحركات والقوى الوطنية بشكل منفرد حتى التقت مع الإرادة الحكومية في جعل هذا اليوم إجازة رسمية؛ لتتقارب الرؤى الوطنية مع الإرادة الملكية والحكومية بتعزيز أكثر لحقوق عمال البحرين.



شفيق يوسف

ركيزتان أساسيتان لا تنفصلان

ويقدم لنا منسق البيئة والصحة والسلامة في محطة الطاقة الخامسة بشركة أمنيوم البحرين "البا" شفيق يوسف فخر مقدمة أتحنفا فيها بالقول: لا يخفى أن العمل والعمال ركيزتان أساسيتان متصلتان كأساس لتقدم الشعوب والحضارات على مر العصور وفق كون الإنسان خليفة الله في أرضه، ومطلوب منه تعميمها وتميمتها بالعمل، والعمل كذلك هو مصدر رزق الإنسان وعياله.

وفي الحديث عن مناسبة عيد العمال فهو يوم يحتفى به في معظم أرجاء العالم، وكذلك في بلادنا؛ ذلك لأن العمال لهم دور بارز ومهم جداً في كل ما حولنا، لأنهم من مهدوا الطرق التي نسير عليها، فحققوا لنا الأمن والأمان عند السير في تلك الطرق، كما أنهم من يقومون بالزراعة والصناعة ليوفروا لنا احتياجاتنا، وأقول إن أصل الاحتفال بهذا اليوم تحديداً ما كان إلا نتيجة للثورة الخالدة التي قام بها عمال الطباعة في العام 1882 تبعته مسيرات سنوية بنفس التاريخ في كل عام منذ ذلك الوقت إلى يومنا هذا، وفي ذلك دلالة إنسانية عالمية على بقاء المعاني العميقة لهذا الاحتفال، فليحيا كل عامل وعاملة على تراب هذا الوطن في عز ورفعة.



جعفر العصفور

سبب تقدم الأمم

ويتحدث جعفر إبراهيم العصفور عن معنى ومفهوم الاحتفاء بيوم عيد العمال، فهذا كما يصفه أقل شيء يقدم لمن تفانى وأفنى حياته في خدمة ونهضة الوطن، ويعتبر العمال الركيزة المهمة والكبيرة في المجتمع، فهم المسؤولون عن بنائه وتعميره، بصرف النظر عن مدى أهمية العمل للفرد نفسه، إلا أنه يكون سبب تقدم الأمم.

وبودي القول إن العمل يساهم في تحسن المستوى المادي لأفراد المجتمع، ما يجعل حياتهم المعيشية أفضل وبالتالي ينهض المجتمع ويتقدم، فالعمل عبادة وله أهميته التي لا يمكن أبداً نكرانها، فالأفراد الناجحون هم من يعملون بجد واجتهاد لحياة أفضل، وقد حث الإسلام على العمل وشجعه كما ورد في الآيات القرآنية الكريمة والأحاديث الشريفة..

نذكر منها: "قليل من العلم مع العمل به أنفع من كثير من العلم مع قلة العمل به". وتكريماً لجهود العمال خصص يوم تحتفل فيه الدولة باعتماده إجازة رسمية، وتسليم الجوائز للمتميزين في المجالات والدوائر الحكومية على مستوى كبار المسؤولين في الدولة، وهذه صورة بحرينية متميزة تتفرد بها على كثير من الدول، وختام كلامي.. عام بعد عام وكل عام وأنتم بخير وصحة وسلامة وسعادة.



إبراهيم الغيص

الصورة الأروع.. فريق البحرين

ولعل ختام القول على لسان إبراهيم الغيص، مسعف، حيث يضع خارطة الطريق الواضحة لكوننا جميعاً نخترت معاني الاحتفال بيوم العمال العالمي في "فريق البحرين"، وعلى هذا الأساس يشير الغيص إلى محاور عدة منها أن التقدم والازدهار الذي تعيشه مملكة البحرين في العهد الإصلاحى الزاهر لعاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، وجهود ولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، وكل المخلصين من أبناء البحرين حققت ذلك بجهود وطنية مخلصه كان عمال البحرين وما يزالون محوراً، بل كل نظرة متفائلة إلى المستقبل كانت مباشرة وقابلة للتطبيق استناداً إلى طموحات الكوادر الوطنية التي لم تقف في أي مرحلة من مراحل تاريخ البحرين الحديث عن تحقيق النجاح الذي أرادته.

فحري بنا أن نحتفل بالمعاني والإنجاز في آن واحد، ومنذ سنين، نرى بعضنا البعض في يوم العمال العالمي وقد حملنا فكرةً مستتيراً من أجل نماء وتطور وتقدم وطننا الغالي، وهذا بدليل وجود البحرينيين ومن مختلف الفئات في تخصصات تفخر بها البلاد ويفخر بها شعبها، ونحن كشعب نملك إرثاً في الانتماء والعطاء بروى عصرية تتواكب مع التطورات التي يشهدها العالم من حولنا.



العمال... أحجار كريمة في إطار من ذهب

خبرات عمالية تعبر عن الاعتزاز بالتجربة النقابية

عبارة رائعة تلك التي اختارها رئيس نقابة عمال جارمكو "الدرفلة" مجيد الحليبي في وصفه لتجربته النقابية، فهو يقول "إن العمال مثل الأحجار الكريمة نبحت عنهم لنضعهم في إطار من ذهب". وفي معرض تهنئته لمملكة البحرين، قيادةً وشعبًا، بمناسبة الأول من مايو، يوم العمال العالمي، يرفع الشكر لعاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، والتهنئة موصولة إلى شباب وعمال البحرين كونهم الثروة الحقيقية للنهوض بمستوى الاقتصاد وهم الروافد القادمة لمستقبل مشرق.



يونس آل مبارك

ويتناول رئيس النقابة العمالية لشركة البا يونس آل مبارك أهمية سن تشريعات تحمي العمل النقابي الذي يمثل الديمقراطية الصحيحة كأحد مكاسب المشروع الإصلاحي لجلالة الملك، وهو الأسلوب الأمثل للوصول للتوافقات العمالية والإدارية لتحقيق أعلى فائدة لكل أطراف الإنتاج، ويحقق الرفاهية المنشودة للمواطن، كما يحقق الشفافية في إدارة الموارد البشرية والمالية.

وينتقد آل مبارك الشركات التي تستهدف العمل النقابي ليقول "وهنا نشد على يد وزارة العمل والتنمية الاجتماعية، بتفعيل أدواتها القانونية والدبلوماسية لحفظ هذا المشروع ومحاسبة كل من تسول له نفسه تقويض دور النقابات من قبل بعض أصحاب العمل الذين يرفضون الخوض في مشروع البحرين، وعدم معالجة تدني مستوى الرواتب ومقارنة الرواتب بالتضخم وحرمان العمال من رواتب العمل الإضافي وعدم الجدية في الاجتماعات التفاوضية مع النقابات، وفصل العمال خارج القانون وغيرها من الهموم التي تعد تراجعًا كبيرًا بالعمل النقابي، وينبغي لوزارة العمل المسؤولة عن مراقبة وتطبيق واحترام معايير العمل الدولية القيام بدورها لحماية هذا المشروع، كما نتطلع لوحدة الصف النقابي فهي مصدر قوتنا، فلا قيمة لأي عمل نقابي خارج إطار الديمقراطية واحترام الرأي الآخر وتعزيز الوحدة الوطنية والعمالية".

ويرى نائب رئيس نقابة عمال الموانئ البحرية سلمان السعد أن الحركة النقابية أضافت له الكثير منذ انطلاقتها، مبينًا أنها "علمتنا حب العمل التطوعي في الدفاع عن الحقوق العمالية الشاملة وتحقيق المكتسبات بما يخدم أهداف النقابة رغم حالة عدم الرضا من جانب بعض العمال عما نقوم به من عمل، كذلك ازدادت خبرتنا في الحوار والتفاوض مع أصحاب العمل، وتوقيع اتفاقات جماعية فيها مكاسب عدة للعمال، واستطعنا تكوين علاقات جيدة مع ممثلي أصحاب العمل والحكومة على المستوى الداخلي، والحصول على الدعم والتضامن من قبل اتحادات عمالية خارجية، ما ساهم في تعزيز مكانة النقابة محليًا".

ويشير إلى أن "العمل النقابي فيه نجاحات وإخفاقات، وما نحتاجه هو الاستمرار والصبر لتحقيق المكاسب والنجاحات للعمال من خلال وحدة الصف العمالي في المنشأة الواحدة".



سلمان السعد



مجيد الحليبي

ويرفع الحليبي تهنئته إلى ممثل جلالته الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة على مبادرة سموه الكبيرة لتحسين أوضاع العمال والحفاظ على حقوقهم، فهذه المبادرة تأتي من شيخ الشباب، ومعها تمنياتنا بأن تعم جميع عمال البحرين قاطبة في الشركات والمؤسسات الصغيرة والكبيرة.



عبدالرسول خليل

عمل عبدالرسول خليل من نقابة "بابكو" في الكثير من المجالات والأعمال التطوعية، منها إدارة الأندية، وفي الجمعية الخيرية وغيرهما من المجالات الاجتماعية الأخرى، وكل مجال له ميزته في صناعة الشخص عموماً، إلا أن إضافتها محدودة.

ويضيف خليل "أما بالنسبة للعمل في الحقل النقابي فهو مختلف جداً على اعتبار أن له علاقة بجميع شرائح المجتمع بجميع فئاتهم وطوائفهم وأطيافهم على المستوى المحلي والدولي والإقليمي، ومن خلاله يستطيع العامل في هذا الحقل التعرف على القوانين المحلية والدولية والاتفاقيات المتعلقة بحقوق الرجل والمرأة والطفل، والتي بدورها تنعكس على الأسرة وعلى المجتمع بأكمله، خصوصاً أن الفترة التي عملت فيها في العمل النقابي كانت مع العمالقة الذين أسسوا لهذا العمل من أيام اللجان العمالية المشتركة وعلى رأسهم القيادي الخبير عبدالغفار عبدالحسين.

إن العمل النقابي يعزز ثقة الإنسان بنفسه ويعلمه سعة الصدر والصبر، ولكنه يحتاج إلى عنصر مهم جداً وهو الإخلاص وإنكار الذات... بمعنى ألا يكون الوصول للكُرسي هو الهدف".

وتقول النقابية رباب الشهابي (نقابة الدرفلة) في إطار حديثها عن تجربتنا النقابية بوصفها ثرية ومشرفة، "إنها تعد نقلة نوعية في مسيرتي المهنية كوني امرأة وأماً عاملة في القطاع الخاص بما يحمله من تحديات كثيرة مختلفة عن تلك الموجودة في القطاع العام، وقد انخرطت في العمل النقابي مع نقابة قوية وبيئة عمل مناسبة لذلك، ما أسهم في نجاح التجربة وتحقيق مكاسب عمالية، والله الحمد، فأشكر كل من شاطرني تلك الرحلة وساهم في تعليمي الكثير، وتحية لجميع العاملين والنقابيين بمناسبة ذكرى عيد العمال، وعيدكم مبارك".



رباب الشهابي



عبدالقادر حسين

التجربة البحرينية، كما يراها عبدالقادر حسين من نقابة المضيفين بشركة طيران الخليج، تعتبر قصيرة مقارنة ببعض الدول العربية التي لها باع طويل في العمل النقابي، ويضيف "اكتسب النقابيون الخبرة الكافية لنيل الإنجازات للعمال وكذلك للعمل النقابي، ونحن جميعاً على دراية كاملة بأن العمل النقابي تعصف به الكثير من المتغيرات وتشل عمله بالكثير من الأحداث التي قامت على أساسها، وهي تحسين ظروف العمل وتوفير عمل لائق للعمال والمحافظة على المكتسبات، لكن الواقع والظروف الجديدة الحالية خصوصاً في ظل جائحة كورونا تجاوزت ذلك لتؤثر بشكل مباشر على العمل النقابي وعلى النقابيين، فحال النقابات العمالية اليوم لا يسر أحداً، باعتبارها تقف شبه عاجزة أمام القيام بواجباتها ووظيفتها الحقيقية، في ظل الظروف الحالية التي نعيشها، والتي تخضع للعديد من الضغوطات والتدخلات وانعدام الاستقلالية لدى بعض النقابات".

أما بشأن تجربته الشخصية في العمل النقابي فيشرح "ساهمت هذه التجربة طوال السنوات التي مضت على اكتساب الكثير من المهارات والسلوكيات التي ساعدتني كثيراً في عملية التفاوض الجماعي وإدارة الاجتماعات بحرفية كبيرة، وساهمت بشكل كبير في انخراط العمال للعمل الجماعي، وكذلك تغيير وتحسين سلوك ونظرة العمال إلى العمل النقابي ومدى أهميته للعمال لكي يتم تحقيق الأهداف التي قامت على أساسها النقابة".

ويواصل حديثه "ولا ننسى أن العمل النقابي هو عمل تطوعي بحت قائم على تحقيق مكاسب عمالية والحفاظ عليها وتحقيق العدالة الاجتماعية، والعمل التطوعي يحتاج لمهارات ولقدرات ولأشخاص مؤمنين بالقضية من أجل ذلك تحقيق الأهداف، وقد عملت نقابتنا منذ إنشائها على تحقيق الكثير من المزايا المادية والمعنوية للعمال والحفاظ على المكتسبات وكذلك تفعيل العمل الجماعي، كما ساهمت في توجيه وتحسين سلوك العمال في العمل، ولكي يتم الحفاظ على العمل النقابي وعلى النقابات العمالية في المرحلة المقبلة، فالكثير من الجهد والتعاون من جميع الأطراف مطلوب لضمان استمرارية العمل النقابي بشكل سليم بعيداً عن حالات التشرذم التي أساسها شخصنة الأمور ومحاولة تحزيب العمل النقابي".

ويقول أحمد كاظم من نقابة "الدرفلة" إن "العمل النقابي ليس وليد اليوم، ولكن عملنا فيه منذ سنين وأثر علينا كثيراً، فمنه الإيجابي ومنه السلبي، وبالطبع، هناك إيجابيات كثيرة ولكن باختصار أشير إلى أنه أثر على الحركة على العمالية بتحقيق مكاسب وإنجازات، وعلى رأسها الحفاظ على المكاسب السابقة منذ مرحلة اللجان العمالية، فهي تجربة كثيرة وثرية".



أحمد كاظم



أبو الأيتام... كفو
المهندس

خليل الديلمي

عمل
الخير
غرس
وجني
الثمار
في
الدنيا
والآخرة

تلك النماذج الرائعة من أهل البحرين التي استضافها برنامج "كفو" الرمضاني في نسخته بالعام الماضي وهذا العام، جعلت كثيرين منا في غمرة مشاعر وأحاسيس بين الغبطة والفرح والبكاء والفخر والتقدير، حتى أصبح ذلك البرنامج يحصد شعبية كبيرة ليس في مملكة البحرين ودول مجلس التعاون الخليجي فحسب، بل في الكثير من الدول العربية والإسلامية، وأصبحت تلك النماذج الكفوة موضع إعجاب في وسائل الإعلام والصحافة ووسائل التواصل الاجتماعي. ولكن ماذا عن حلقة أبو الأيتام المهندس خليل الديلمي رئيس مجلس إدارة جمعية شجرة الحياة الخيرية الاجتماعية؟ هي حلقة تميزت كما تميزت كل الحلقات، لأن فيها من المعاني الجميلة ما يصفه الحاج خليل بأنه إيمان بثمار الخير في الدنيا والآخرة.

في ضيافة كريمة، التقت "أضواء البلاد" الديلمي، وكان سؤالنا الأول في جوهره يتعلق بما خبره ضيفنا الكريم طوال سنوات عمله في المجال الخيري والتطوعي بمملكة البحرين بأثره في المجتمع فاستهل بالقول: على مدى عشر سنوات تشرفت فيها بالعمل في جمعية شجرة الحياة الخيرية الاجتماعية، كنت وما أزال مؤمناً ومدركاً بأن هذا العمل له لذة خاصة كلما كان هدفه وجه الله سبحانه وتعالى، وبالعامل الخيري في مجتمعنا البحريني بل وفي كل مجتمعاتنا العربية والإسلامية، نجني الثمار الطيبة في الدنيا والآخرة، فيشعر الإنسان بقربه من ربه جل وعلا وينال رضاه، وهذا مدعاة للشعور برضا الإنسان وهو يقوم بعمل كريم طيب.



فكرة أصدقاء جمعية شجرة الحياة فتحت المجال لكل الجنسيات

تعزيز الرغبة الذاتية

وماذا لدى الدبلوماسي من أفكار لغرس معاني العمل التطوعي لا سيما في نفوس الأطفال والناشئة والشباب من الجنسين؟ هنا يضع رؤية تقوم على تعزيز الرغبة الذاتية، التي تأتي من المتطوع أولاً، وقد لاحظت في بعض الأحيان أن بعض المتطوعين يبادرون بانديفاع وحماس ثم تنكمش تلك الحالة وعليه تساءلت لماذا؟ والجواب قد يرتبط بظروف خاصة للمتطوع ووجود عدد كبير من المؤسسات العاملة في المجال الخيري والتطوعي، بل حتى في الانتخابات الدورية لمجالس الإدارة، قد تجد ذلك العزوف عن المشاركة، فكيف نسهم في التنشيط والتشجيع؟ وأقول إنه من واقع تجربة، يلزمنا بل يلزم كل مؤسسة عاملة في هذا المجال أن يكون لديها أسلوبها في تشجيع الناس واستقطابهم، ونحن اليوم في جمعية شجرة الحياة نستقبل بين حين وآخر طلبة المدارس الحكومية والخاصة ونعلمهم الكثير من مبادئ وأسس ومعاني ومقاصد العمل التطوعي، وباختصار، يحتاج الأمر وقتاً للتفاعل والاندماج شيئاً فشيئاً، إلا أن الجميل في الأمر أن الإنسان يكون في قمة سعادته حين يدخل الفرحة في قلب محتاج أو يتيم، ولا يمكن الشعور بذلك إلا من خلال العمل المتواصل والميداني برغبة حقيقية أساسها نيل رضا رب العالمين.

الثمار والظلال والجمال

ختامنا الأخضر مع تسمية "شجرة الحياة"، التي يشرحها الدبلوماسي بأن اختيار الاسم لارتباطه بشجرة الحياة التاريخية في مملكة البحرين، فهي رمز جميل، وحين تعمل في مجال الهندسة، فإنك لا شك تدرك جمالية المساحات الخضراء في أي مشروع، ولأن شجرة الحياة امتداد بحريني وإنساني أصيل، فهي تعطي الثمار والظلال والجمال، وهذا أساس تسمية الجمعية.

قصص جميلة وملهمة

أما عن دور مؤسسات المجتمع المدني العاملة في القطاع الخيري والتطوعي ومدى مساهمتها في تعزيز هذا العمل، فيوضح أن هناك دلالة واضحة في هيكليته كثير من المؤسسات، فمن ضمن برامجهم لتمويل المشروعات بند مخصص لأعمال الخير من باب المسؤولية المجتمعية لخدمة الوطن، ونجد العديد من المؤسسات المصرفية والشركات تبادر للمساهمة من خلال ما تخصصه من دعم، وهذا متبع في الكثير من الدول المتقدمة، ولدينا أيضاً الأفراد والعائلات التي تساهم بصورة كريمة، وكم لدينا من عوائل نفذت مشروعات تخدم الوطن كالمستشفيات والمرافق الاجتماعية التي تقدم خدماتها لكل شرائح المجتمع، ولا ننسى أيضاً أن الطبقة المتوسطة لها دورها وهذه ميزة في المجتمع البحريني، فتساهم وتبادر للدعم، وبذلك نحن لدينا في البحرين قصص جميلة جداً وملهمة بمواقفها النبيلة، وأتذكر على سبيل المثال حملة لعلاج طفل يحتاج لزراعة الكلى، ولا أخفيكم.. كان التفاعل السخي من مختلف الفئات يبشر بالخير وبيعت على الفخر والاعتزاز.

من الصعب وصف الشعور

ويتطرق الدبلوماسي إلى تجربة تم تطبيقها في الجمعية وأثبتت نجاحها، إذ تم تأسيس "نادي أصدقاء الجمعية"، وهذا النادي فتح المجال أمام كل الجاليات والجنسيات التي تعيش في البحرين للمشاركة في المشروعات والأنشطة والفعاليات الخيرية والتطوعية، فمن خلال رابط إلكتروني يتم إرسال دعوة وفكرة عن الفعالية المراد تنفيذها، وما شاء الله، وجدنا وما زلنا نجد ذلك الإقبال الكبير، إلا أن ما أريد قوله هنا هو إن العمل التطوعي يحتاج لنفس طويل من جانب الشخص الراغب في التطوع، فلا بد أن يؤمن الإنسان بأن هذا العمل له مرتبة عالية ويجني ثماره في الدنيا والآخرة، وهذا أمر أنا مؤمن به تماماً، فحين تشاهد الفرحة على وجوه من حولك سواء كانوا من الأسر المعوزة أم من الأيتام أم أي شخص محتاج في المجتمع، فإنه من الصعب أن أصف هذا الشعور أو التعبير عن مكنونه الحقيقي، ومن أجل ذلك، ربطنا كل تلك الأفكار لأن نقدم عملاً مختلفاً في جمعية شجرة الحياة وبأسلوب جديد يضم كل الفئات ومن مختلف الأعمار، فلم نحدده في عمر معين أو فئة محددة، لأننا في الواقع، ندرك أن شعب البحرين ومن يعيش على أرضها يضم أناساً يحبون عمل الخير، ونحن بعون الله ماضون في دربنا.

أن ترسم ابتسامة على وجه
إنسان لجأ إليك.. شعور لا يمكن
وصفه

حينما شاهده آلاف الناس في برنامج كفو بشهر رمضان الماضي، من بين كوكبة الأكفاء الأعزاء من رجال ونساء البحرين، لم يكن مستغرباً أن نرى كل هذا الثناء على ما أنجزه على الرغم من بعده عن الأضواء.. أيضاً، كانت العبارات التي تتعطر بحب الوطن والعطاء والفداء وما تزال، هي روح الرسائل التي يعشقها كل إنسان محب لوطنه لا سيما في الظروف الصعبة والمحن.. وفي حال الحديث مع شخصية بحرينية سخرت حياتها لخدمة الوطن، في المجال الطبي والاجتماعي والشبابي والتطوعي مثل استشاري طب العائلة د. علي أحمد البقارة، عبور جميل في محطات عبر سنوات من البذل جوهرها رد الجميل لمملكة البحرين الغالية وقيادتها الحكيمة وشعبها الوفي، وغير ذلك، هناك مواضع ينقلنا إليها الحديث ربما، بل تكاد تكون غير معروفة لدى كثيرين حتى المقربين من ضيفنا، لكنها تشع بالذكريات الجميلة التي لا تغادر الذاكرة.

في أحد اللقاءات التلفزيونية المليئة بالأمل والتفاؤل والإنجاز والاستعداد لخدمة الوطن مع الأطباء المتقاعدين الذين بادروا للتطوع من أجل مساندة جهود الفريق الوطني الطبي لمكافحة فيروس كورونا، كان من بين ما تحدث فيه ضيفنا خلال ذلك اللقاء هو الرسائل اليومية التي كان يرسلها إلى الرئيس التنفيذي للهيئة الوطنية لتنظيم المهن والخدمات الصحية مريم الجلاهمة.. قرأ بعضها بما تحويه من شكر وتقدير للوطن، ومن تعبير صادق عن الاستعداد للمشاركة، وهذه الرسائل اليومية المتبادلة مع الجلاهمة لأنها كما يقول البقارة فتحت له طريق شرف التطوع والمشاركة، ولهذا ما بين تلك الرسائل: البحرين فخرنا ولازم نحميها وبأرواحنا نغديها مع فريق البحرين لمكافحة كورونا.. لنجعلها صفر كورونا.. وهنا يشير بالقول: كل يوم وأنا في طريقي إلى محجر الحد أرسل الدكتور مريم الجلاهمة: أحب تراك يا وطني ومستعد دائماً لندائك وخدمة أهل بلدنا الطيبين منطلق لخدمة بلدنا، ولي الشرف الكبير أن أكون في صفوف المتطوعين فالوطن الغالي دينه كبير علينا لنعطيه أكثر وأكثر، نخدم المواطنين والمقيمين ونساهم في بناء ديرتنا، وأنا كل يوم سعيد وهذا واجبي كطبيب مع أنني من الفئات الأكثر عرضة للإصابة، لكن هذا العمل يمنحني القدرة والمناعة... حوار الوجه الآخر الذي بين أيدينا نتمنى أن يكون ممتعاً لقرائنا الكرام.

من الكويت
إلى دمشق
إلى موسكو..
قهرت
المصاعب
لأدرس الطب

تجدني
أحمل
معني أكثر
من كتاب
وحسب
مزاج القراءة
أنتقل من
لون إلى آخر

استشاري طب العائلة

د. علي
أحمد
البقارة

لم أكرث للمعوقات
والحواجز رغم صعوبة
الظروف.. كان هدفي
أن أتعلم





مترئسنا اللجنة التنسيقية للخدمات الطبية للحج بالعام 2015



من لقاءات اللجنة الطبية للحج بمكة المكرمة العام 2015

لتطوير ورفع كفاءة أداء الكوادر الطبية بحملات الحج، من خلال إقامة ورشة عمل سنوية، نطلعهم فيها على أهم التعليمات والإرشادات الصحية والعلاجية، ونخضعهم كذلك لتدريبات خاصة بتقديم الخدمات الصحية والعلاجية في الديار المقدسة. وشهدت هذه الورشة السنوية تغييرات نوعية من حيث المحتوى وطريقة التقديم والكادر الطبي الذي يقدمها ومكان إقامتها، في ذات السياق نلتقي سنويًا مع الكوادر الطبية بحملات الحج في الديار المقدسة لمد جسور التعاون لمناقشة الخطط المرسومة لتقديم الخدمات الصحية والعلاجية في الظروف غير الاعتيادية. وقد تبين وبشكل ملحوظ مدى ضرورة هذه اللقاءات وأهميتها في النجاحات التي تسجل بشكل مشترك للجنة الطبية ببعثة مملكة البحرين للحج والكوادر الطبية بحملات الحج في حفظ صحة وسلامة الحاج البحريني والمقيم بمملكة البحرين.

قبل التقاعد، حملت مسؤولية رئاسة اللجنة التنسيقية لأعمال بعثة الحج الطبية، وكانت لك "بصمات" في مواسم الحج أسهمت في تطوير العمل، حدثنا عن هذه التجربة؟

هي بلا شك تجربة أعتز بها، وربما تتذكر أن هذا العمل المهم يبدأ بخطة كبيرة ودقيقة في كل تفاصيلها، فنبدأ بالتأكد من أن الحجيج راجعوا مراكزهم الصحية لإجراء الفحوصات الطبية اللازمة وأخذ التطعيمات الخاصة بموسم الحج واستلام الكتيب الصحي وقراءة ما به من إرشادات وتعليمات صحية مهمة، والفئة الأهم من الحجيج بدرجة رئيسة هم أصحاب الأمراض المزمنة كالضغط والسكري وأمراض القلب وغيرها، فكنا لا نتهاون في تأكيد ضرورة أخذ الأدوية التي يستخدموها معهم خلال وجودهم في الحج بالديار المقدسة.

من البرامج التي نجحنا فيها كثيرًا بالتعاون مع أصحاب الحملات البحرينية هي إقامة الفعاليات والمحاضرات الصحية لإرشاد الحاج التابعين لهم عن الطرق الوقائية التي يجب اتباعها لتجنب الإصابة بأي أمراض أو أوبئة معدية لا قدر الله، ورفع وعي الحاج بوقاية أنفسهم من المخاطر الصحية التي قد تحصل خلال الموسم ومنها على سبيل المثال ضربات الشمس أو الإنهاك

الحرارى وبالذات لأصحاب الأمراض المزمنة، ولهذا عملنا على ضمان تأدية الحجيج لمناسكهم في راحة عبر رفع وعيهم الصحي وإرشادهم على أهم وأفضل طرق الوقاية لحماية أنفسهم من الأمراض والأوبئة المعدية في موسم الحج أثناء وجودهم بالديار المقدسة.. والحمد لله، البحرين من الدول المتقدمة في خدمات الحجيج وهي خدمات تتطور بشكل ملحوظ ومستمر.

ولما للكوادر الطبية بحملات الحج من أهمية في حفظ صحة وسلامة الحاج البحريني والمقيم بمملكة البحرين، فقد حرصنا وبشكل مدروس على التعاون والتواصل المستمر معهم، الذي يهدف بشكل أساس إلى إشراك الكوادر الطبية بحملات الحج وبشكل تكاملي في تقديم خدمات صحية وعلاجية ذات جودة عالية لحجاج بيت الله الحرام، كما عملنا باستمرار



لقطة تذكارية من الزمن الجميل في نادي الديه

والمراهق بخلاف الآن، حيث الأم والأب فقط يربيان، وهنا نجد صعوبة تربية المراهق، وهذا ما أشرت إليه في بعض المحاضرات المتعلقة بكيفية التعامل مع المراهقين.

كيف اتخذت قرار دراسة الطب؟

قرار دراسة الطب لم أستشر فيه أحدا، وشعرت أنني سأتميز في مجال الطب وأفيد الوطن والناس، وقد ولدنا في مرحلة فيها العدد القليل من الأطباء، فالقرار جاء من دون مشاركة أحد، أما قرار سفري للدراسة فكان مرتبطًا ومدعومًا بهدف الدراسة الجامعية، وكما قلت فأمكاناتي شحيحة ما دفعني للبحث عن دراسة في بلد مصاريفه قليلة، وبدأت بدولة الكويت، حيث مجانية التعليم والسكن والإعاشة للطلبة الجامعيين، وفي تلك الأثناء حصلت على قبول في حلب بالجمهورية السورية مع راتب وسكن، لكن القرار الأفضل هو قبولي في موسكو، وهناك في الاتحاد السوفيتي آنذاك يمنحون راتبًا كمصروف جيب، فلم أكن أحتاج لأحد حتى أن أول راتب تسلمته اشتريت منه ساعة يد هدية لشقيقتي وأرسلتها مع أحد الأصدقاء الذي كان عائدًا إلى البحرين، والحمد لله لم أشعر أن هناك من أوقفني، وكما قلت كان هدفي التميز ولم أروض لأي معوق، حيث لدي منطلق نحو الهدف، فخطرت بنفسي من الكويت إلى دمشق عن طريق الأردن في ظروف سياسية صعبة ولم يكن في ذهني أن أترجع، وعشت في سوريا مدة من الزمن أيضًا وتوجهت إلى موسكو، كل ذلك من أجل أن أحقق حلمي.

اشتريت ساعة من أول راتب في موسكو وأهديتها لشقيقتي

أول الغيث.. فلنرجع إلى مرحلة الطفولة، ما الذكريات التي ما تزال ماثلة؟

كانت حياتنا جميلة جدًا لأن فيها إحساسًا بالآخر، إحساسًا بالمساعدة وإطار العلاقات الطيبة الحلوة، والكل يحترم الكل، لا سيما احترام طاقات الشباب وهذا جانب مهم، وفي قرية الديه كنا نحظى باهتمام مثقفين حملوا مسؤولية رعاية أبناء القرية منهم المرحوم الأستاذ أمير قاسم وشاعر القرية يوسف حسن وهما صديقان كان لهما تأثير طيب، أما صديقي المقرب فهو مدرب السباحة محمد علي الشيخ، وهو قريب مني لدرجة أننا كنا نلبس ذات اللباس ونشترى ذات القطعة لثرتديها معًا.

على العموم، كانت حياتي منذ نعومة أظفاري في الرابعة عشرة أو الخامسة عشرة من العمر تحمل عنوانًا وهدفًا.. هدفي هو أن أتعلم رغم صعوبات الإمكانيات، وكنت أعمل بشكل مستمر، فليس لدي إجازة حتى في أيام الأعياد، وتراني في الإجازة أعمل. والبحر، لم أذهب إليه كثيرًا كنز همة مع أندادي من الصبيان والشباب، لكن ذهبت إلى البحر للعمل كفش الجارم مثلاً، ثم أن الوالد (رحمه الله) كان يخاف علينا كثيرًا، حتى حينما أردت العمل كان يرفض لكي لا أتعرض لمجهود أو شقاء، لكنه استسلم ووافق على أن أعمل، وله علاقات كبيرة هو والوالدة (رحمها الله)، حيث كانا يملكان حنانًا وعاطفة على الجميع فأحبهما الناس.. أود أن أقول إنه في السابق كان لدينا أكثر من أم: زوجة عمك.. زوجة خالك جارتك، كلهن لهن حنان عليك ويربونك ويهتمون بك كابنهم، فكل نسوة الحي يربونك ولا يمكن أن تصيح مشاكسًا ومزعجًا، وتخاف أن تصل شكوى عليك إلى الوالد أو الوالدة بسبب سلوك غير محبب.. لهذا الفريج كان يربي الطفل



في المحجر متطوعاً لخدمة الوطن

أي القراءات والإصدارات أقرب إلى ميولك؟
تشدني الإصدارات الروائية والفلسفية، أضف إلى ذلك القراءة العلمية،
وتجدني أحمل معي أكثر من كتاب، وحسب مزاج القراءة أنتقل من لون
إلى لون آخر مع تشكيلة جميلة، وأقرأ لكتاب منوعين، فالرواية الواقعية
لها مكانة لدي وكذلك الشعر.

وماذا عن السفر.. أي البلدان والمدن تحب؟
في السفر، أعشق المدن التاريخية، لا سيما تلك التي تحمل عبق التاريخ
والماضي، وأحب الطبيعة بلا شك وأعشقها بشكل كبير، وهناك الكثير
من البلدان والعواصم كمدينة سانت بطرسبرغ وتعرف أيضاً سابقاً باسم
لينينغراد وبيتروغراد، هي مدينة روسية تقع على دلتا نهر نيفا، شرق
خليج فنلندا على بحر البلطيق، وهي ثاني أكبر مدن روسيا وعاصمة
سابقة لروسيا القيصرية لأكثر من مئتي عام، كما أنها رابع أكبر مدن
أوروبا وميناء مهم على بحر البلطيق، وأحبها لأنك حين تتجول فيها
تعيش وكأنك في متحف كبير غني بالحضارات والروائع، ثم أحب إيطاليا
ومدنها التاريخية كذلك.



رحلة في مركز ترفيه جليدي بدبي



لقطة من محاضرة عن رعاية المراهقين في مركز الرفاه الاجتماعي

كنت ألبس مع صديق
الصبا والشباب محمد
الشيخ ذات الملابس



مع وكيل وزارة العمل الأسبق المرحوم صادق عبدالكريم الشهابي

كيف كان رد فعل الناس حينما رأوك في برنامج "كفو"
العام الماضي؟
برنامج "كفو" كما أشعر أنا وتشعر أنت ويشعر الجميع سواء في نسخته
الماضية أو نسخته الحالية هذا العام، يجعلنا جميعاً نعتز بأننا بحرينيون،
ونفخر بأهل البحرين، ولهذا أقول باختصار إن برنامج كفو أشعرتني بمدى
حب الناس لي وهذا أثنى شيء في الحياة، فهذا الحب هو مصداق تقدير
الناس لبعضها البعض وهو توفيق من رب العالمين.

ما أبرز القضايا المجتمعية التي تشغل اهتمامك؟
بالنسبة الموضوعات الاجتماعية يأتي الاهتمام بالشباب لكونهم الحاضر
والمستقبل في أعلى القائمة، واليوم أضفت إلى ذلك فرصة جديدة كوني
عضواً في دار المنار لرعاية الوالدين، وهذه الفرصة الحديثة هي ترك
بصمات جديدة؛ لأننا في دور الرعاية لا نريد أن يقضي المسن أيامه في
دائرة الشعور بأن حياته توقفت مع تقاعده، بل يبدأ حياة جديدة يستمتع
بها ويمارس هواياته لا سيما المكبوتة سابقاً، فالكثير من دور الرعاية
هي للتسلية وقضاء الوقت ولكن هذا عمر والوقت ثمين لا بد أن نحظى
بالاستفادة الثقافية والعلمية والاجتماعية، والكثير من كبار السن كما نرى
في بعض البلدان يقودون شركات كبيرة كما نرى من نماذج، فلماذا لا يتم
الاستفادة من كبار السن من ذوي الخبرة؟ إذاً، نبدأ من جديد حياة جديدة
لتحقيق ما لم يتمكن من تحقيقه كبار السن مما كانوا يرغبون فيه في
الماضي، وليتركوا بصمات جديدة.

برنامج "كفو" أشعرتني أن
حب الناس هو أثنى ما
في الحياة



مع الدكتورة جميلة السلطان

هؤمّن بأن كبار السن من
المتقاعدين يستحقون
بداية حياة جديدة



(المحامية زينات المنصوري)

في حياتنا ننظر إلى كل صورة تبشر بالخير مملوءة بالأمل والتفاؤل.. ننظر إلى غد جميل ومشرق.. وهذا ليس مجرد شعور فقط، إنما هو ملكة نحملها معًا، ومن هنا، أؤمن بأن الكوادر الشابة هم ديمومة الحياة؛ لأنهم يحملون كل شيء جميل وكل القدرة التي تثمر عن استمرارية الحياة.

من خبرتي أأنا ومحامية وإنسانة أعتنق معاني الإنسانية على كل أصعدتها، تشكلت لدي الكثير من المواقف، ومن هذه الإنسانية تمكنت من رؤية ما يعثله الشباب لا سيما حين أنظر إلى أبناء البلد من الشباب والشابات وأرى ما يمتلكونه من قدرات وحب للعطاء وخدمة الوطن والناس والإنسانية، يغمرنني شعور بالسعادة لاستمرارية الحياة وتطورها من كل النواحي.

**الكوادر الشابة..
ديمومة الحياة**



زهراء طاهر (سيدة أعمال)

في محطات ومراحل الحياة وقفات كثيرة، قد يتسنى للإنسان أن يعيد قراءة تلك الوقفات من زوايا عدة، وبالتأكيد، يتصدر المشهد ذلك الضوء البارق الذي يمكن من خلاله أن نرى على أي طريق نسير، ماذا حققنا وكيف يمكن أن نحقق أكثر، وننجح مهما كانت العراقيل، ثم الرضا بما حققناه لا يلزم أن يوقفنا عند نقطة معينة، فالكثير من التجارب قد تختصر لنا دربتنا جوهريًا عميقًا، وهذا الدرس ليس مفيدًا لنا فقط بل للآخرين ممن نريد أن ننقل لهم تجربة أو فكرة أو إضاءة معينة ملهمة.

لا يجب النظر إلى الماضي حينما يأخذنا إلى بعض الصور القاتمة.. هناك مزيد ومزيد من الصور التي يمكن أن تكون مضيئة على هيئة طموح وإقدام، وأختصر كل ذلك بالقول إن أؤمن وأغلى وأجمل هدية يمكن أن تهدي لي وأسعد بها هي الوقت.. ربما يفرح الناس بالهدايا الثمينة وهذا أمر محبب، لكنني أجد في الوقت أؤمن الهدايا؛ لأنني حين يضيع وقتي ووقتك في اللادشيء فهذا أمر صعب وغير مرغوب؛ لأن وقتي وتوظيفه واستثماره هو محور تميز الأداء في الأفكار والابتكار.

**الوقت.. أؤمن
هدية يمكن أن
تهدي لي**



Cell

Free Radicals Attacking Cell

Oxidative Stress

مقعدًا وفي حالة اكتئاب، ولفهم هذا نشرح الأمر، وهو أن كل خلية في الإنسان لها عمر افتراضي، إذ تنقسم الخلايا إلى نحو ستين مرة، وبعدها تخلد إلى السكون الضار، حيث تتوقف عن الانقسام ولكنها تستمر في إفراز ما يسمى بـ "الأواصر الطيارة"، وهي باختصار غالبية من الأوكسجين التائه الذي يتحد مع أعضاء الجسم دون ضوابط، وهذا يؤدي إلى أكسدة أعضاء الجسم وإتلافها.. إذاً، هذه إحدى ميكانيكات العجز. وهنا، يبدأ أول طريق لإيقاف العجز باستعمال المكملات الغذائية المتوافرة في الصيدليات أو من الشبكة العنكبوتية ومن مواقع معروفة خصوصًا تلك التي تؤخر الأكسدة، وبالتالي، تتغلب على الإفرازات الضارة للخلايا الساكنة التي ذكرناها، والتي بمجمليها تؤدي إلى العجز في الجلد والعضلات والعظام والأعضاء الدقيقة، ففي النهاية العجز هو برنامج، ويمكن تعويض ما يتلفه هذا البرنامج، ونظريًا يمكن عكسه، لكن العلم لم يصل إلى هذا الحد.

إدًا هو حديث عن إيقاف الشيخوخة بشكل أو بآخر؟
دعني أقول إنه نظرًا للاحتياجات السريرية والرعاية الصحية والقوى العاملة والاحتياجات الاقتصادية العاجلة وغير الملباة للسكان المسنين، نحتاج إلى تدخلات وبرامج تجدد الأنسجة والأعضاء وتمنع الأضرار والمرض والضعف المرتبط بالشيخوخة استجابةً لهذه التحديات، ولعلني أشير إلى أن منظمة الصحة العالمية (WHO) دعت إلى استجابة شاملة للصحة العامة ضمن إطار قانوني دولي قائم على قانون حقوق الإنسان وضمن ضوابط منظمة الصحة العالمية، لذلك علينا في مملكة البحرين أن نقوم بدراسات لتحديد حجم المشكلة لا سيما الأمراض المرتبطة بالشيخوخة، ومن تلك المعلومات يمكن وضع ميزات لعكس هذا الاتجاه بحث نقوم بإيقاف الشيخوخة والعجز المصاحب لها والتأثيرات المتأخرة منه، وبالتالي الأمراض المصاحبة لهذه المرحلة مثل السكر والتهابات المفاصل بحيث نجعل الشيخوخة في صحة جيدة جهد الإمكان إلى آخر العمر.

أكسدة أعضاء الجسم وإتلافها

ربما يبدو الأمر ضربًا من الخيال.. هل هناك بحوث علمية في هذا المجال؟

نعم قد يبدو الأمر وكأنه ضرب من الخيال، لكن في السنوات الأخيرة أجريت بحوث عن هذا الموضوع، وتم علاج العجز على أنه مرض بعلاجات استباقية وقبل وقوع الانهيارات الصحية التي تجعل الإنسان



الأمر كأنه ضرب
من الخيال
هل
الشيخوخة
مرض أم حالة؟



د. حرب العمري

صدق أو لا تصدق.. بإمكاننا إيقاف الشيخوخة

أليس أمرًا مدهلاً حقًا أن نعيش عمرًا أطول بلا شيخوخة؟ كم هو مدهش أن نشاهد وجوهنا في المرأة ونحن في عمر السبعين أو الثمانين، لنبتسم أمام جلد بنضارة الشباب.. في هذه السطور موضوع شيق مع استشاري الأمراض الجلدية والتناسلية د. حرب العمري، الذي يشير إلى أن البشرية اعتادت منذ الأزل على تقبل الشيخوخة كأمر عادي وحالة لا يمكن تجنبها، فالإنسان يولد رضيعًا ويمر بدور الطفولة ثم الشباب ويستمر في الكبر حتى يصل إلى الشيخوخة المرتبطة بالأمراض المصاحبة لهذه الحالة، وهناك عشرات الآلاف من الشيوخ والمحتاجين إلى رعاية صحية واقتصادية دائمة، وهذا الأمر يؤدي إلى عبء اقتصادي ومعنوي على مجمل الناس.

يلزمنا في البحرين إجراء دراسات لتحديد حجم المشكلة لاسيما الأمراض المرتبطة بالشيخوخة



من المتوقع أن تستقطب السياح الخليجيين خلال موسم صيف 2022

أدغال وغابات إفريقيا بالقرب منك... إنها سفاري المشاركة

منذ سنوات طويلة، كان عشاق الرحلات والسفر إلى البلدان التي تضم محميات وموائل طبيعية يشدون الرحال إليها لا سيما في القارة السمراء.. إفريقيا، فعلى سبيل المثال، تضم تنزانيا محمية تمثل إقليمًا جغرافيًا على مساحة تصل إلى 30 ألف كيلومتر مربع وتعرف باسم سيرينغيتي، ومن حسن الطالع أن عشاق هذه الموائل والمحميات في دول مجلس التعاون الخليجي والدول العربية والإسلامية أصبحت أمامهم فرصة للعيش في رحاب هذه الأجواء بدولة خليجية قريبة، وتحديداً في إمارة الشارقة بدولة الإمارات العربية المتحدة الشقيقة.



بعد سنترال بارك في أميركا

"سيرينغيتي" واحدة من عجائب الدنيا؛ لأنها منطقة عبور للحيوانات الأليفة والمفترسة، ولك أن تعيش تجربة رحلات أدغال وموائل إفريقيا في الشارقة، فسفاري المشاركة الذي افتتح في شهر فبراير من العام الجاري 2022 هو منطقة حقيقية كأنها قطعة من إفريقيا جاءت إلى الشارقة، وبذلك هي ثاني أكبر سفاري في العالم للمحميات الطبيعية خارج إفريقيا بعد "سنترال بارك" في الولايات المتحدة الأمريكية

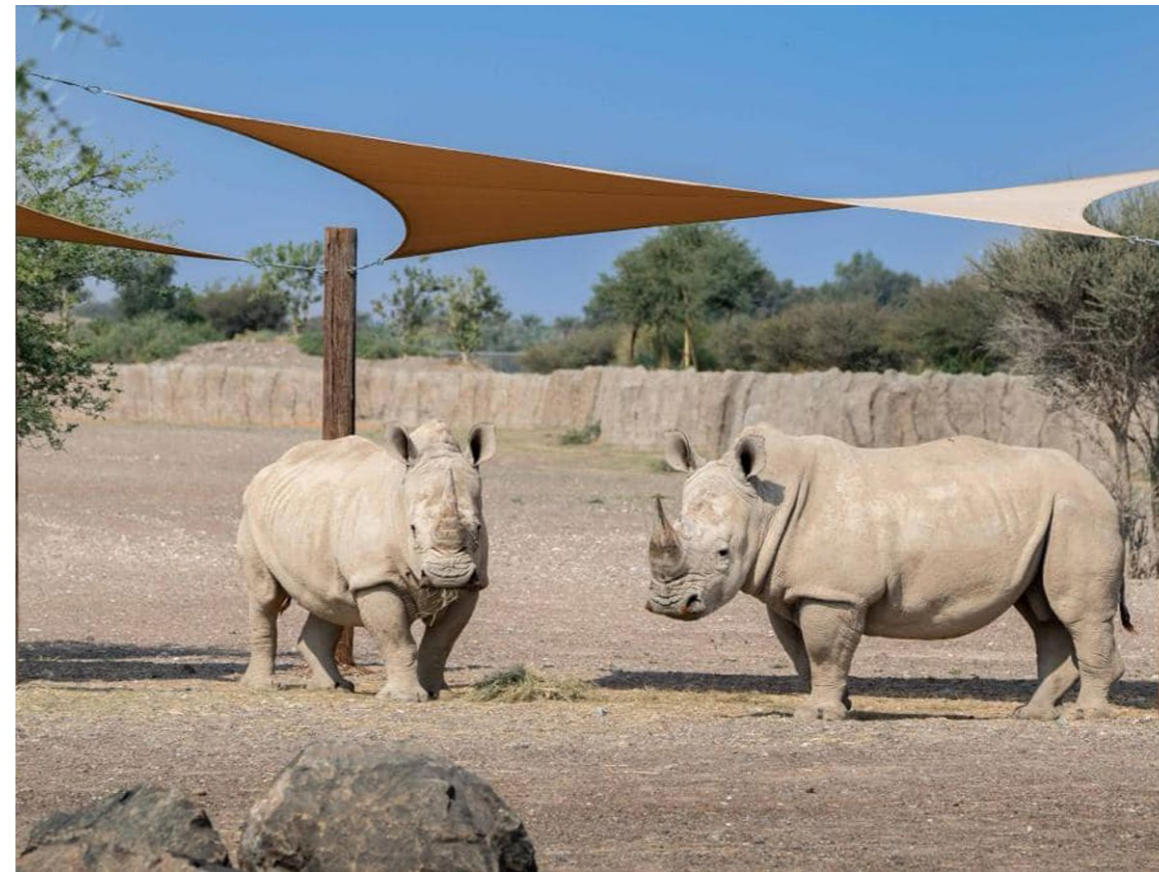
وحسب رئيس هيئة البيئة والمحميات الطبيعية في إمارة الشارقة هناء السويدي، فإن سفاري المشاركة من المتوقع أن يستقطب في موسم صيف 2022 أعداداً كبيرة من السياح الخليجيين، علاوة على أن هناك مشروعات تطويرية ومها مشروع فرس النهر ومنطقة كلهاري الطبيعية وتخصيص منطقة تخييم للأطفال كبرنامج مبيت لتعريف الأطفال بالحيوانات وبيئاتها، وبهذا فإن سفاري المشاركة مشروع سياحي وتعليمي وعالمي من ناحية الحفاظ على الحيوانات المهددة بالانقراض.





فرصة المغامرة ورحلات الموائل

بالإضافة إلى بيئة الحياة البرية في دولة الإمارات العربية المتحدة، يأتي سفاري الشارقة لتوفير فرصة المغامرة ورحلات السفاري في 12 بيئة متنوعة من ناحية حيواناتها وطيورها ونباتاتها، ومن العجيب أن تشاهد الأسود والتماسيح والقبيلة والغزلان والزرافات والطيور المختلفة والمساحات الخضراء التي تحوي الأشجار المحلية والإفريقية، ولك أن تتجول في السفاري لمدة تتراوح بين ساعتين وثلاث ساعات، ومنها التجول في حافلات أو مركبات مفتوحة لتشاهد المحاكاة الطبيعية لأدغال وغابات وموائل إفريقيا بكل سماتها ومواصفاتها.



آلاف الحيوانات توالدت وتكاثرت

تمتد محمية البردي التي تضم السفاري على مساحة 16 كيلومترا مربعا، لتتيح لك تجربة سفر في رحلة بين أدغال وغابات إفريقيا، فهناك أكثر من 150 ألف حيوان توالدت وتكاثرت في الشارقة منذ العام 2017، وهذا المشروع يجسد اهتمام عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة سمو الشيخ سلطان بن محمد القاسمي بحماية الحيوانات المهددة بالانقراض في شبه الجزيرة العربية، واليوم لدى الشارقة تجربة حماية الحيوانات الإفريقية التي تأثرت موائنها في بيئاتها الطبيعية بسبب الصيد الجائر وتدمير الغابات؛ وذلك لحماية هذه الحيوانات وإكثارها.

خليج غلومسيت في النرويج... حيث الجبال تصعق الأضواء

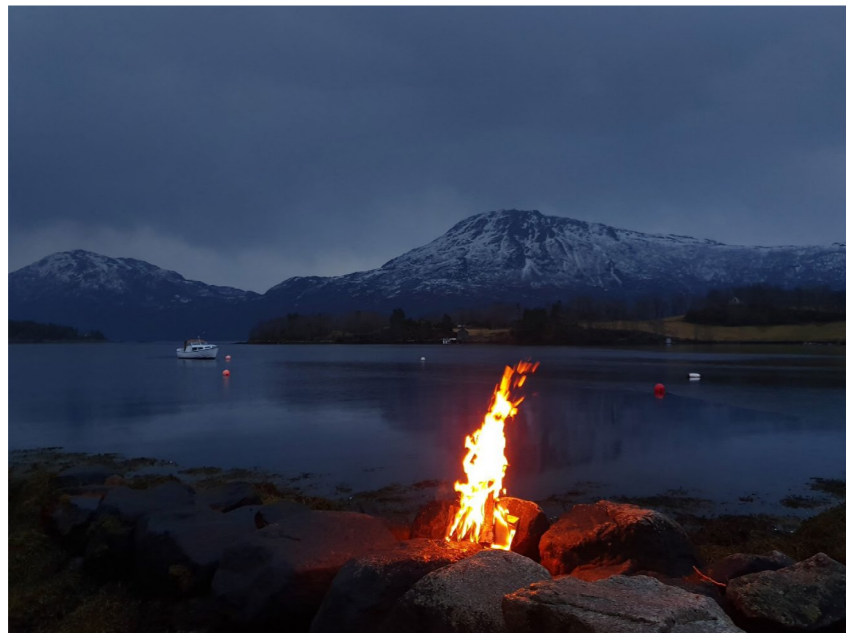
على الرغم من أنه فنان نرويجي مبدع وملهم، إلا أن الرسام أرنولف أوبدال أصبح ذا شهرة عالمية بلوحاته المبهرة في المعارض السياحية التي رسمها في خليج "غلوميسيت"، فهذا الخليج الذي يلاصق جزيرة ساحرة في منطقة الساحل الشمالي الغربي للنرويج، هو من أجمل المناطق في العالم من ناحية سحر جبالها وشواطئها ورمالها ذات الملمس الناعم، أما السماء الصافية الزرقاء طيلة العام فهي تحفة رنانية قل نظيرها.

أنفاق محفورة تحت الماء

في جبال "غلوميسيت" ميزة تجعلها من أغرب الجبال، فهي تسمى "صاعقة الأضواء"؛ لأن الله سبحانه وتعالى خلقها بلون أحمر مخطط ينعكس على مياه البحر، أما حول الجبال، بل في الجزيرة كلها، غابات خضراء كثيفة، وتوجد فيها أنفاق محفورة تحت الماء تتصل بأرخبيل البحر، وفي فصل الشتاء والجليد، تبقى المياه إلى حين ذوبانها صيفاً لتشكل مورداً لتلك الأنفاق.

فن "نوفو" الساحر

"غلوميسيت" تستقطب عشاق الرياضات البحرية والجبلية والنهرية، فهناك رياضة السيارات الجبلية ورياضة تجديف القوارب، وهناك رياضة تسلق الجبال لا سيما في منطقة ستورهورنت، ويستمتع السواح بارتداء النسيج والملابس المصنوعة بفن نرويجي يسمى "نوفو" يحوي بعضه رسوماً للأغنام والجبال والأنهار والحياة البرية عموماً.





شوف الزهور... وتعالج

"الورد جميل.. جميل الورد.. الورد جميل وله أوراق.. عليها دليل من الأشواق.. إذا أهداه حبيب لحبيب.. يكون معناه وصاله قريب.. شوف الزهور وتعلم.. بين الحباب تتكلم.. يتغنى كثيرون بهذه الأغنية التي غنتها الراحلة أم كلثوم من كلمات محمود بيرم التونسي وألحان زكريا أحمد؛ لما فيها من أجواء رائعة بين رحاب الورد والزهرة ورومانسيتها، واليوم، لها منافع علاجية أيضًا، هل تعلمون ذلك؟ إذا، شوف الزهور وتعالج.

باحثون أوروبيون، ومنهم خبير الطبيعة الفرنسي دومينيك فاونتين، عكفوا على إجراء بحوث توصلوا خلالها إلى أن للزهرة والورود أثرًا في استعادة التوازن بين العقل والجسد بلطف عن طريق التخلص من المشاعر السلبية مثل الخوف والقلق والكراهية والتردد، التي تتعارض مع توازن الإنسان، وتسمح علاجات الزهور باستعادة حالة السلام إلى المريض، حتى يشفى الجسم رويدًا رويدًا، لا سيما الزهور البرية التي تعد آمنة لجميع أفراد الأسرة، فهناك أنواع تشتهر بجمالها وألوانها النابضة بالحياة حيث تبدو رائعة ومبهجة للغاية بحيث ترسم الابتسامة على وجوهنا على الفور.



مراهم ومستحضرات تجميل

العديد من الأزهار الملونة لديها الكثير لتقدمه بخلاف مظهرها الجميل، وتعرف هذه الزهور بشكل خاص باسم الزهور الطبية حيث يمكن استخدامها في علاج الأمراض بالإضافة إلى الفوائد الأخرى المفيدة لصحتنا، وعلى الرغم من أنه ليس من السهل زراعة الأزهار الطبية، لكن زهرة الأذريون أو "القطيفة"، ذات اللون الأصفر والبرتقالي اللامع من أكثر الأزهار شيوعًا، إذ تستخدم في صنع الزيوت العشبية والمراهم وكذلك الكريمات، وتشتهر هذه الزهرة بخصائصها المضادة للالتهابات والمضادة للميكروبات، وتستخدم أيضًا في تحضير مستحضرات التجميل المختلفة وكذلك منتجات العناية بالبشرة في علاج مشكلات مثل حب الشباب والأكزيما، وتستخدم أيضًا في أمراض الدوالي والثآليل، وغالبًا ما تستخدم في مواد التشحيم المهبلية الطبيعية لجفاف المهبل والتهابات المبيض المتكررة.

حتى الهربس والأعصاب

وماذا عن زهور "سانت جون"؟ هذه الزهور الصفراء الزاهية بأوراقها ذات البقع الشفافة تعالج الاكتئاب الخفيف، وزهرة سانت جون أيضًا علاج رائع للاكتئاب الذي يحدث كأحد أعراض ما قبل الحيض أو انقطاع الطمث، بالتزامن مع القلق أو بسبب الارتجاج، فالخصائص العلاجية للجلد والمضادة للفيروسات لهذه الأزهار تجعلها علاجًا مفيدًا لعلاج الهربس والثآليل التناسلية وآلام الأعصاب وحروق الشمس والجروح وآلام العضلات.

لافندر الاستحمام والشاي

وحلل الباحث فاونتين زهرة "اللافندر أو الخزامى"، فهي من الزهور المعمرة وغير الغازية، ولها رائحة مريحة بسبب زيوتها الأساسية التي هي أيضًا جزء من الزهرة ولها خصائص طبية رائعة، ويعتقد أنها كانت تستخدم عند قدماء المصريين والرومان، لا سيما لطبقة الملوك في الاستحمام بالحوض؛ لأنها في تخفيف التوتر العاطفي والجسدي وتقليل التوتر بشكل كبير، وعند مزج الخزامى مع العديد من أعشاب الحديقة الأخرى، تستخدم كجعة شاي مهدئة.





خيوط حريرية وقطنية ومعدنية

هذه الستائر ذات السمات الفاخرة ليست باهظة الثمن، بل يمكن الحصول على خيارات الأقمشة النسيجية المطلوبة من الأسواق وحسب الألوان المطلوبة وبالتالي اختيار تصميم التطريز المناسب، وكما نعلم فإن في السابق وحتى الآن، هناك من يختار الستائر الاعتيادية سواء ذات الألوان الواحدة "السادة" أو المتعددة، لكن مع تطور اختيارات الأثاث المنزلي أو المكتبي فإن الناس أصبحوا يطلبون أصنافاً جديدة سواء تلك المطرزة بالخيوط الحريرية أم القطنية أو حتى الخيوط الاصطناعية، وهذا حسب ذوق صاحب الطلب.

زيادة الضوء.. تقليل الضوء

هي إحدى الخيارات التي يهتم بها الناس عند تأثيث منازلهم الجديدة، أو تجديد مرافق وغرف المنزل، وهنا نقول مصممة الديكور أزهار التركي إن ستائر الأورغانزا نسيج مطرز، وأكثر ما يميزها أنها مناسبة للغرف أو الأماكن التي تحوي نوافذ أو فتحات أو شبابيك مختلفة الأحجام لكنها لا تسمح بالضوء الكافي، فهذه الستائر تضيف بتصاميم تطريزها المختلفة الأمرين معاً: أي بالإمكان تصميمها لزيادة الضوء في غرفة أو موقع قليل الضوء، وكذلك يمكن استخدامها لإعطاء ضوء يسير في المواقع ذات الضوء العالي.

ستائر الأورغانزا أجواء فريدة بالنسيج المطرز

تصمم الستائر المنزلية منذ سنين بالعديد من الطرق وربما التسميات أيضاً، فمن الستائر المخملية والحريرية والقماشية الخشنة، جاءت تسميات حسب العوضة عبر الزمن: البريليانتي.. الفسيفساء... الماندالا، واليوم هناك نمط جديد انتشر في فرنسا وأوروبا وألمانيا وإيطاليا ووصل إلى كل مكان في العالم. ولأن النوافذ هي عيون المنازل كما يقال، فإن ثمة ترابط بين الإبداع الفني التشكيلي من رسوم ولوحات وزخارف إلى التطريز والحياسة بالخيوط والخرز الزجاجي وغيرها من أكسسوارات التزيين، فما هي ستائر الأورغانزا؟





تصنيفات الأورغانزا

إن ستائر الأورغانزا قابلة للتطريز بأكثر من أسلوب وشكل وبأحجام خلايا صغيرة ومتوسطة وكبيرة تستخدم فيها الخيوط العادية والمعدنية والحريرية، وحتى بالنسبة لكلفة تلك الستائر، فالحاصل اليوم أن هناك منتجات تركية وبولندية وألمانية متوافرة في الأسواق الخليجية، أي ستائر جاهزة للتركيب ومصممة مسبقاً بأنماط مختلفة، والجميل أيضاً أن هناك تصنيفات: ستائر لغرف النوم وأخرى لغرف الجلوس ونوع للمطابخ وأنواع لغرف الأطفال، بل هناك أنواع من ستائر الأورغانزا مخصصة للمكاتب والقاعات على اختلاف تصميماتها الهندسية.



بين النسيج الطبيعي والاصطناعي

والجميل في تصاميم ستائر الأورغانزا أنها تمزج بين أنواع عدة من الأقمشة كالجكار والفويل "وهي ستائر صناعية خفيفة قابلة للتطريز بمرونة"، وهناك أيضاً الساتان من ألياف الحرير الصناعي ثم الكتان وهو قماش طبيعي، ويأتي أيضاً قماش الكابرون وهو نسيج اصطناعي، وللعلم فإن النسيج الصناعي مطلوب بدرجة أكبر من النسيج الطبيعي في حياكة الستائر؛ لأن النسيج الطبيعي يكون أكثر عرضة للتجاعيد وصعب من ناحية الغسيل والكي، وهنا تتميز ستائر الأورغانزا بكونها أكثر سهولة من ناحية التنظيف والغسيل سواء بالطريقة اليدوية المنزلية أو الآلية في المغاسل.

4

طرق مختلفة لتنسيق العباية البيضاء

تعد العبايات البيضاء واحدة من أحدث الصيحات التي يمكن أن تجدد من إطلالتك التقليدية. وعلى الرغم من بساطتها إلا أن الغالبية العظمى من الفتيات يتخوفن من تجربة اعتماد العباية البيضاء، ولكن في الحقيقة هي قطعة أساسية يجب أن تكون موجودة بخزانة ملابسك، حيث يمكنك تنسيقها بأكثر من طريقة حسب ذوقك الخاص.



إطلالات مختلفة لتنسيقها مع جينز من RE/DONE

6

تُقدم Re/Done بنطلون جينز مستوحى من عقد الديسكو، وهو النمط الكلاسيكي لإطلالة الكاجوال. يمكن ارتداؤه موسمًا بعد موسم، إذ إنه يأتي بخصر مرتفع، بلون أزرق فاتح، مصنوع من قماش قطني متين عالي الجودة من القطن الخالص. عهد التفاصيل الكلاسيكية يخلق أسلوب الدنيم الخالد. هذا الجينز الذي يتحسن باستمرار عندما ترتدينه كثيرًا.



فوائد الشوفان والعسل لتفتيح البشرة

اكتشفي فوائد الشوفان والعسل لتفتيح البشرة أثناء العيد، فهذه المكونات الطبيعية آثار واضحة على بشرة الوجه. اقرئي أكثر عن فوائد هذه المكونات وجربي طرق الاستفادة منها.

فوائد الشوفان للبشرة

يعمل الشوفان على إزالة الجلد الميت كما أنه يعالج البشرة الجافة في حال استخدامه بشكل منتظم. ويمكنك استخدام الشوفان كغسول لتنظيف البشرة لاحتوائه على مادة السابونين.

فوائد العسل للبشرة

يعمل العسل على منح البشرة النعومة والنضارة اللازمة، كما يعالج البثور والشوائب بالوجه. وإضافة إلى هذه الفوائد، يُستخدم العسل لتفتيح وتبييض البشرة.

إزالة الرؤوس السوداء

اخلطي ملعقة من مسحوق الشوفان مع ملعقة من العسل وعصير نصف ليمونة بالإضافة إلى القليل من قطرات الخل وملعقتين من الحليب. أضيفي ملعقة من اللبن الرائب، ثم اخلطي المكونات جيدًا. وزعي الخليط على الوجه واتركيه لمدة نصف ساعة قبل أن تغسليه بالماء الفاتر.

مقشر الشوفان والعسل

أضيفي ملعقة كبيرة من الماء الساخن في وعاء وزيدي ثلاث ملاعق كبيرة من الشوفان. اتركي الخليط لبضع دقائق حتى يبرد ثم أضيفي ملعقة كبيرة من العسل. اخلطي المزيج جيدًا ودلكي وجهك به مع الابتعاد عن منطقة العينين. اتركي الماسك على الوجه لمدة عشرين دقيقة فقط قبل أن تشطفيه بالماء الدافئ.

7 خطوات للعناية بالبشرة

هناك خطوات أساسية عليك اتباعها يوميًا بعد الاستيقاظ من النوم وقبل التوجه إلى وضع مكياج العيد، وهذه الخطوات تتمثل في ما يلي:

1. اختيار الغسول المناسب لبشرتك، ومن المهم أن يكون خاليًا من الزيوت لضمان حصولك على بشرة جافة ونظيفة خلال النهار.
2. عند غسل وجهك لا تجففيه كثيرًا ودعيه رطبًا قليلًا، فكريمات الوجه لا تحقق الهدف المطلوب على بشرة جافة، فالماء يساعدها على تحقيق أهدافها.
3. لا تكثري من كمية الكريم النهاري أو الكريم المرطب الذي تستخدمينه بعد تنظيف بشرتك، فالأهم من الكمية عملية توزيعه جيدًا على بشرتك لكي تحصل بشرتك على كمية متساوية من الكريم.
4. وقبل التوجه إلى المطبخ عليك بتطبيق كريم الحماية من الشمس، لا تستغربي فحرارة المطبخ والموقد قد تكون أكثر ضررًا على بشرتك من حرارة الشمس.
5. إذا كنت من ذوات البشرة الدهنية فمن الأفضل الاحتفاظ بعلبة من المناديل في المطبخ دائمًا لإزالة الزيوت عن بشرتك باستمرار، وعملية تجفيف الوجه بملابسك أو بقطع المطبخ المختلفة قد تنقل الكثير من الميكروبات إلى بشرتك.
6. عليك الاستغناء تمامًا عن وضع مستحضرات التجميل في هذا الوقت، فالجو الحار سيعمل على تفتيح مسام بشرتك، وبالتالي سيكون من المدمر لها أن تمتص كميات من أدوات التجميل.
7. وأخيرًا يمكنك استغلال حرارة المطبخ التي تجعل مسام بشرتك مفتوحة في القيام بقناع طبيعي مغذٍ لبشرتك، ويمكنك البحث عن أي شيء أمامك كالعسل مثلاً، واغسلي وجهك، ثم افردي عليه طبقة من العسل، فالحرارة ستعمل على تفتح مسام بشرتك الذي يحمل المكونات المغذية والمرطبة إلى داخل بشرتك في الحال.

تخلصي من جفاف اليدين

هل ما زلت تعانين من يدين جافتين غير صحيتين؟ فاليدان هما الجزء المهم لجمال المرأة الذي يعكس صحتها الداخلية ومحافظتها على صحتها الخارجية.

تمارين ليدين صحيتين ونضرتين:

- لتمارين الكفين اجعلي كفيك بشكل قبضتين وأبعدهما مشدودتين بضع ثوان ثم أرخيهما وكرري التمرين عشر مرات بعد ذلك افتحي كفيك واجعليهما مقابل بعضهما.
- اشبكي أصابع يديك بشكل قوي وشدي الضغط بضع ثوان قبل أن تعيدي إرخاءها.
- في التمرين التالي افتحي أصابعك وشديها قدر الإمكان ثم كرري كل تمرين عشر مرات ثم أرحي كفيك.

طرق طبيعية لباطن اليد الخشن والجاف يمكنك القيام بها بنفسك في المنزل:

- 6 ملاعق من نشا الذرة تخلط مع الماء الدافئ، وبعد ذلك تستخدم على باطن اليد والقيام بذلك كلما كان ممكناً للحصول على نتائج أسرع.
- استخدمى الزبدة في الفرك على باطن اليد الجافة والخشنة قبل أن تذهبي إلى السرير، لكن لا تنسى ارتداء القفازات بعد الدهن، والقيام بذلك كل ليلة لبضعة أيام.
- استخدام 4 ملاعق صغيرة من زيت الزيتون الخام والسكر حسب الذوق وفرك هذا الخليط على كف اليد لمدة 5 دقائق قبل غسلها جيداً. يعدّ زيت الزيتون من المغذيات الأساسية للبشرة، كما أنه مرطب طبيعي ممتاز للجلد. ومع الخطوات السابقة يجب الحفاظ على روتين العناية بالبشرة، فهو سيوفر النعومة الطبيعية على مدار اليوم في راحة يدك.

تقوية وتطويل الأظافر

تهتم الفتيات بأن يكنّ صاحبات إطلاقات مميزة. وطول الأظافر وقوتها وجمالها يزيد من قوة مظهرك وإطلالتك. عليك الاهتمام جيداً بقوة أظافرك وشكلها حتى تعطيك مظهراً جميلاً.

وصفات لتقوية الأظافر

- العسل مع البيض وزيت الزيتون
ضعي 4 ملاعق من زيت الزيتون على النار حتى يدفأ فقط، ثم قومي بإضافة ملعقتين من العسل الطبيعي، اخفقي بيضة واخلطيه معها. بعد تكوين هذا الخليط اغمسي فيه أظافرك لمدة لا تقل عن ربع ساعة، واشطفيها جيداً بالماء الدافئ وليس الساخن ولكن لا تستخدمى الصابون. استخدميهما لمدة مرتين بالأسبوع، داومي عليها ثلاثة أسابيع وستحصلين على أظافر جيدة وقوية.

وصفات لتطويل الأظافر

- عصير الليمون مع زيت الزيتون
عن طريق فرشاة الأسنان افركي الأظافر لمدة لا تقل عن 10 دقائق، وقومي بغسل يديك بالماء الفاتر ومن ثم طلاء أظافرك بزيت الزيتون. تستخدم ثلاث مرات في الأسبوع.
- الليمون مع الملح
اعصري نصف ليمونة مع ملح الطعام واخلطيهما معاً، ثم ضعي يديك في المزيج لمدة 15 دقيقة.

زيت الزيتون والليمون

- قومي بوضع ثلاث ملاعق زيت زيتون مع ملعقة كبيرة من عصير الليمون، وضعي يديك فيها لمدة ربع ساعة واشطفيها بالماء العادي. استخدامها يكون لمدة ثلاثة أسابيع، مرتين بالأسبوع.

الليمون والفازليين

- افركي أظافر يديك بالليمون ثم ضعي الفازلين عليها لمدة 10 دقائق وقومي بغسلها.

نصائح للاعتناء بأظافر يديك

- بعد أن تقومي بقصها، لا تستخدمى المبرد في الاتجاهين بل في اتجاه واحد.
- استخدمى مزبل طلاء الأظافر الذي لا يحتوي على مادة الأسيتون؛ لأنه يضعفها.
- لا تجعلها تنمو أكثر من المعتاد.
- رطبي أظافرك عن طريق استخدامك لكريم يديك العادي.
- لا تقومي بقصها فهذا يجعل شكلها سيئاً.
- بعد الاستحمام قصي أظافرك على شكل مربع أو مستطيل وليس بيضاوياً.
- تناولي الأطعمة المحتوية على الكالسيوم والبوليتاسيوم والحديد، مثل الكبد والموالح والسبانخ والمكسرات.



بتلكو تستضيف زيائن القطاع التجاري في غبقتها السنوية بفندق فورسيزونز خليج البحرين

رحبت شركة بتلكو بزيائن القطاع التجاري في الغبقة الرمضانية السنوية التي أقيمت يوم الأربعاء الموافق 13 أبريل بفندق فورسيزونز خليج البحرين بحضور الرئيس التنفيذي لشركة بتلكو ميكيل فينتر وأعضاء من الإدارة التنفيذية إضافة إلى عدد من أعضاء فريق العمل بالشركة.

استضافت الأمسية أكثر من 200 زبون من القطاع التجاري ووفرت فرصة للتواصل وتعزيز العلاقات بين الزبائن وفريق بتلكو، مع الاستمتاع بالأجواء الرمضانية في الفندق الفاخر.





بنك الإسكان يقيم غبخته السنوية

أقام بنك الإسكان غبخته الرمضانية لمنتسبي البنك والشركات التابعة في فندق آرت روتانا، احتفاءً بشهر رمضان الكريم في أجواء عكست روح المناسبة والتراث الشعبي الأصيل، بحضور المدير العام وأعضاء مجلس الإدارة وموظفي البنك.

وحرص البنك على مواصلة لقائه السنوي مع منتسبيه خلال الشهر الكريم، تقديراً لجهودهم وإسهاماتهم، وتعزيزاً لروح الأسرة الواحدة، ولتوطيد العلاقة بين الموظفين لتسهم بشكل إيجابي في تحقيق رؤى البنك وأهدافه.

وقال المدير العام البنك خالد عبدالله، في كلمة رحب فيها بالحضور من أعضاء مجلس الإدارة وموظفي البنك: إن البنك حرص بشكل خاص على أن يسترجع تجمعه الرمضاني السنوي بعد أن من الله علينا بالصحة والعافية من بعد جائحة كورونا، عرفانا منا بدور البنك والشركات التابعة ودعمهم المتواصل ودورهم الكبير في إنجازات البنك وحرصهم على أداء واجباتهم تجاه المواطنين، متمنياً للجميع شهراً مباركاً ووقتاً طيباً.

وقد تضمنت الغبقة برنامجاً ترفيهياً، اشتمل على فقرات متنوعة ومسلية مع سحب على الجوائز بمشاركة فرقة محمد بن فارس للفنون الشعبية.





بنك الكويت الوطني - البحرين يقيم الغبقة الرمضانية للموظفين

أقام بنك الكويت الوطني - البحرين غبقته الرمضانية لموظفيه في حفل أقيم بحضور المدير العام علي فردان وجمع من موظفي البنك في قاعة المنامة بفندق الفورسيزونس.

وتهدف الغبقة الرمضانية إلى الاحتفاء بالشهر الفضيل وتوطيد العلاقات بين الموظفين، كما تضمن الحفل العديد من الأنشطة والفعاليات مثل المسابقات والسحوبات، إضافة إلى المفاجآت والأنشطة الترفيهية الأخرى.

ويطمح البنك من خلال إقامة هذه الفعالية إلى مشاركة الموظفين بأمسية ممتعة لشكرهم وتقديرهم على تفانيهم وإضفاء روح المحبة والتعاون بينهم، الأمر الذي يعد من أولويات البنك.





بي نت تقيم غبقة رمضانية لموظفيها

نظمت شركة بي نت غبقة رمضانية لموظفيها يوم الخميس الموافق 14 أبريل 2022 بحضور الرئيس التنفيذي أحمد الدوسري، وأعضاء الإدارة التنفيذية وموظفي الشركة، في إطار حرص بي نت على تدعيم أواصر الترابط بين الموظفين، حيث تعتبر هذه المناسبة التي تُقام خلال الشهر الفضيل فرصة للقاء وتبادل التهاني والتبريكات بين الموظفين والمسؤولين في الشركة.

وفي كلمة للموظفين خلال الغبقة التي أقيمت في فندق السوفتيل، تقدم الرئيس التنفيذي أحمد الدوسري بخالص التهاني للموظفين بحلول شهر رمضان المبارك، معرباً عن بالغ شكره وتقديره لجميع منتسبي الشركة على تفانيهم وإخلاصهم في عملهم، مشيداً بأدائهم الذؤوب وسعيهم على تحقيق رؤية المملكة المستقبلية لقطاع الاتصالات والارتقاء والنهوض به.

وبهذه المناسبة علقت مدير إدارة وتطوير المواهب أمل المناعي "نحرص في بي نت على إقامة هذا النوع من الفعاليات الاجتماعية التي تزيد من أواصر العلاقات بين موظفي وإدارة الشركة وتعزز روح الأسرة الواحدة بين جميع موظفي ومنتسبي بي نت خاصة خلال شهر رمضان الفضيل، داعية أن يعيده الله على الجميع بالخير والبركات وعلى مملكة البحرين بالأمن والاستقرار والازدهار".

وشملت الفعالية الرمضانية برنامجاً ترفيهياً متكاملًا استمتع به الموظفون، إذ تم إقامة المسابقات وتوزيع الجوائز المتنوعة على الفائزين عبر سحب خاصة أقيمت بالمناسبة.

سموذي التين بالتوت

المكونات

- ربع كوب توت أحمر (مجمد)
- 5 حبات تين (مقشرة)
- كوب حليب (خالٍ الدسم)
- لعلقة كبيرة عسل

الخطوات

- اخلطي الحليب مع التوت والتين والعسل في الخلاط الكهربائي.
- اضربي المزيج لمدة 5 دقائق حتى يصبح ناعمًا ومتجانسًا.
- قطعي حبة تين شرائح وضعيها في أكواب ثم صبي سموذي.
- زيني بالتوت الأحمر وقدميه فورًا.

شاي الكرز بالنعناع

المكونات

- ¼ كوب عصير كرز
- ¼ كوب شيرة
- 250 غ ماء ساخن
- ملعقة صغيرة شاي
- ثلج حسب الرغبة
- كرز حسب الرغبة (للتزين)
- نعناع حسب الرغبة (للتزين)

الخطوات

- أضيفي شاي النعناع الأخضر إلى الماء الساخن واتعيه 8 دقائق ثم اتركيه ليبرد.
- اخلطي المكونات الآتية معًا: عصير الكرز الحامض وشاي النعناع الأخضر والشيرة القطر إلى أن يصبح الخليط متجانسًا.
- أضيفي الثلج مع الاستمرار في الخلط.
- صبي الخليط في كوب التقديم وزينه بالكرز والنعناع.





شوربة البطاطا والكراث

المكونات

- 5 أعواد كراث
- حبتا بطاطس
- بصلة
- 50 غ زبدة
- 850 مل مرق
- 300 مل كريمة سائلة
- شرائح بصل أخضر حسب الرغبة
- ملح حسب الرغبة
- فلفل أسود حسب الرغبة

الخطوات

- قطعي الكراث إلى جوانح واغسله وصفيه جيدًا.
- قشري البطاطس وقطعها إلى مكعبات صغيرة.
- في وعاء أذيني الزبدة وأضيفي الكراث والبصل مع قليل من الملح وشوحي لمدة 5 دقائق من دون تلوين.
- أضيفي البطاطس واطبخي لمدة 8 دقائق على نار هادئة ثم أضيفي مرق الخضار والكريمة واطبخي لمدة 20 دقيقة، ثم تبلي بالملح والفلفل الأسود.
- اطحن الشوربة وصفيها جيدًا.
- أضيفي الشوربة إلى النار واتركيها تغلي لمدة 4 دقائق تقريبًا.
- قدمي الطبق وزينه بالبصل الأخضر.



سلطة الدجاج المشوي

المكونات

- ملعقتان كبيرتان زيت زيتون
- ربع كوب عصير ليمون
- ملعقتان كبيرتان ماء
- ملعقتان كبيرتان خل
- ملعقتان كبيرتان بقونوس (مقطع)
- ملعقتان صغيرتان ريحان ناشف
- ملعقة صغيرة زعتر مجفف
- ملعقة صغيرة ملح
- صدر دجاج 500 غ (منزوع العظم والجلد)
- 4 أكواب خس (مقطع)
- حبة خيار (كبيرة / مقطعة)
- حبتا طماطم (مقطعة)
- بصلة حمراء (مقطعة)
- حبة أفوكادو (مقطعة)
- ثلث كوب زيتون أسود (مقطع شرائح)

الخطوات

- اخلطي جميع مكونات الصلصة داخل وعاء إلى أن تتماسك بشكل جيد، ثم قسمي الصلصة إلى قسمين وضعي أحدهما داخل الثلاجة من أجل الاستخدام لاحقًا.
- قسمي الدجاج إلى قطع مناسبة للسلطة بالطريقة المفضلة، ثم ضعي قطع الدجاج داخل وعاء الصلصة لمدة 15-30 دقيقة على الأقل (يفضل نقع الدجاج لمدة ساعة كاملة أو ساعتين داخل الثلاجة في حال عدم وجود مشكلة بالوقت).
- اخلطي الأفوكادو والطماطم والبصل والزيتون والخيار، وقلبيها جيدًا أثناء انتظار تغلغل جميع مكونات الصلصة إلى الدجاج.
- انقلي الخضراوات في صحن تقديم السلطة.
- حضري وعاء كبيرًا للسلطة مع خلط جميع مكونات السلطة معًا داخل الوعاء.
- سخني ملعقة واحدة من الزيت داخل مقلاة أو مقلاة خاصة بالشوي على درجة حرارة متوسطة.
- ضعي قطع الدجاج إلى أن تصبح بنية اللون من الجهتين ومطهوه بشكل جيد.
- اتركي قطع الدجاج جانبًا كي تبرد لمدة 5 دقائق، وصفي قطع الدجاج على أحد جانبي السلطة، وضعي ما تبقى من الصلصة على السلطة.

الطماطم المخبوزة بالبارميزان والموزاريلا

المكونات

- 4 حبات طماطم (مقطعة شرائح)
- كوب جبن موزاريلا
- كوب جبن البارميزان (مبشور)
- نصف كوب ريحان (طازج / مفروم)
- ملعقتان كبيرتان زيت زيتون

الخطوات

- سخني الفرن على 200 مئوية.
- ضعي شرائح الطماطم على صينية الفرن مغلقة بورق زبدة.
- وزعي فوق كل شرائح الطماطم طبقة من جبن البارميزان ثم طبقة من جبن الموزاريلا.
- رشي الريحان المفروم فوق كل شريحة طماطم.
- رشي الوجه بقليل من زيت الزيتون.
- اخبزي الشرائح لمدة 8-10 دقائق أو حتى يذوب الجبن.
- أطفئي الفرن واشويها لمدة 2-3 دقائق حتى يتحمر وجه الجبن.
- قدميها على الفور.

رولات التوست بالجبن

المكونات

مقادير التغليف:

- بيضة
- ملعقة صغيرة خل
- ربع كوب حليب (سائل)
- ربع كوب زيت

- عبوة توست (أبيض وطري)
- جبن موزاريلا حسب الحاجة (أصابع)
- كوب جبن موزاريلا (مبشور)
- قليل من حب البركة

الخطوات

- لتحضير التغليف: في وعاء للخلط، ضعي البيض والخل والحليب والزيت، واخلطي بشكل جيد حتى تتجانس المكونات ثم ضعي الوعاء جانبًا.
- باستخدام سكين حادة، أزيل حواف خبز التوست، وافرديها باستخدام النشابة / المرق.
- احشي خبز التوست بأصابع جبن الموزاريلا من الطرف، ووزعي القليل من جبن الموزاريلا المبشور وحب البركة، ولفي قطعة التوست على شكل رول.
- كرري الخطوة السابقة حتى نفاذ كامل الكمية لديك.
- ضعي رولات التوست المحشوة في صينية فرن، وادهني الرولات بمزيج التغليف باستخدام فرشاة.
- وزعي القليل من جبن الموزاريلا المبشور على وجه الصينية.
- ادخلي الصينية للفرن المحمي مسبقًا على درجة حرارة 200 مئوية، حتى يذوب الجبن وتكتسب رولات التوست اللون الذهبي.
- قدمي رولات التوست ساخنة.

كاربي اللحم بجوز الهند

المكونات

- لحم العجل: 500 غ (مقطع مكعبات / مسلوقة)
- حبثا بطاطا (مقطعة مكعبات)
- كوب بازلاء (مسلوقة)
- كوب جزر (مقطع مكعبات ومسلوقة)
- بصلة (مفرومة لمكعبات كبيرة)
- 3 فصوص ثوم (مهروسة)
- كوب مرق اللحم
- كوب حليب جوز الهند
- 3 ملاعق كبيرة مسحوق الكاري
- 20 غ زبدة
- ربع كوب كزبرة خضراء (مفرومة / للتزيين)

الخطوات

- ضعي الزبدة في قدر على النار وأضيفي البصل المفروم وقليبي.
- أضيفي البطاطا ثم البازلاء والجزر والثوم ونقلب.
- أضيفي الكاري واللحم وقليبي ثم أضيفي مرقة اللحم وغطي القدر واتركيه لمدة 20 دقيقة أو حتى تنضج البطاطس.
- أضيفي حليب جوز الهند واتركيه ليغلي على النار لمدة 3 دقائق.
- اسكبي الخليط وزيني وجه الطبق بالكزبرة المفرومة وقدميه إلى جانب الأرز الأبيض.

مدفون الدجاج

المكونات

- دجاجة (1200 غ)
- ملعقة كبيرة بهارات مشكلة
- نصف ملعقة صغيرة ملح
- مكعب مرق دجاج
- ملعقتان كبيرتان صويا صوص
- بصلتان (مقطعتان لشرائح)
- 5 فصوص ثوم (مقطعة لشرائح)
- 4 حبات بطاطس (مقطعة مكعبات متوسطة)
- نصف ملعقة صغيرة كركم
- ربع كوب لبن زبادي

الخطوات

- اقطعي الدجاجة من الوسط بحيث تفتح وتبقى كاملة واصنعي فيها شقوقا لتدخل التتبيلة.
- اخلطي اللبن الزبادي مع الصويا ومكعب مرق الدجاج والبهارات المشكلة والملح والكركم جيدا، ثم ادھني الدجاجة بها من جميع الجهات لتأخذ التتبيلة ولون الكركم الأصفر.
- يمكنك ترك الدجاجة مغطاة في التتبيلة لمدة ليلة كاملة.
- في صينية الفرن ضعي الدجاجة مع البصل والبطاطس والثوم في ورق القصدير وغطيها جيدا بطبقات عدة وأدخلي الصينية الفرن لمدة ساعتين على نار معتدلة حتى تنضج الدجاجة تماما.
- قدميها ساخنة إلى جانب الأرز المشخول أو أي نوع أرز تفضليه.

بان كيك ياباني اسفنجي

المكونات

- 2 صفار بيض
- ملعقة كبيرة حليب سائل
- ملعقة كبيرة زيت نباتي
- ملعقة كبيرة زيت نباتي
- ¼ كوب دقيق
- ملعقة صغيرة فانيليا
- ½ ملعقة صغيرة بيكنج بودر
- 2 زلال بيض
- ملعقتان كبيرتان سكر

الخطوات

- احضري وعاء واخفقي البيض.
- اضيفي الحليب والزيت واخفقي المكونات مع صفار البيض حتى تمتزج المكونات.
- انخلي الدقيق، الفانيليا والباكينج باودر. واخليها ببعضها حتى تمتزج.
- احضري وعاء آخر، وضعي فيه زلال البيض والسكر. اخفقي بواسطة الخلاط الكهربائي اليدوي حتى تحصل على قوام كريمي خفيف.
- اضيفي خليط زلال البيض تدريجياً على خليط الصفار وقلبي حتى يتجانس المزيج.
- في مقلاة (غير تيفال) على نار هادئة، ضعي مقدار مغرفة من مزيج البان كيك في الوسط.
- اضيفي ملعقة كبيرة من الماء في المقلاة وغطيها واتركيها على النار مدة 3 دقائق حتى تنتضج وتأخذ اللون الذهبي ثم قلبي للجهة الأخرى.
- كرري هذه العملية حتى إنهاء كل الكمية.



فيتوشيني كريب بالشوكولاتة

المكونات

للكريب:

- كوب دقيق
- ½ 1 كوب حليب
- بيضتان
- ملعقتان كبيرتان سكر
- ملعقتان كبيرتان زيت نباتي
- رشّة ملح
- ملعقة صغيرة فانيليا

للتزيين:

- شوكولاتة نيوتيليا حسب الرغبة
- زبدة حسب الرغبة (اللوتس)
- حليب مكثف محلي حسب الرغبة
- مكسرات حسب الرغبة

الخطوات

- اخلطي مكونات الكريب معاً ثم اتركها ترتاح 30 دقيقة.
- حمي المقلاة غير اللاصقة وضعي عليها القليل من الزبدة أو الزيت ثم صبي رغيفاً كبيراً.
- اتركه يتحمر ثم اقلبيه على الطرف الثاني ليتحمر أيضاً.
- كرري العملية حتى تنتهي الكمية.
- قصي أرغفة الكريب بشكل طولي.
- صبي مكونات التزيين على الفيتوشيني وزينها بالمكسرات.





جامعة
المملكة
KINGDOM
UNIVERSITY

”AdvanceHE

كلية الحقوق

كلية إدارة الأعمال

كلية الهندسة المعمارية والتصميم

قدم هذا الإعلان بموافقة الأمانة العامة لمجلس التعليم العالي - رقم الموافقة (0303-21)

39610251 13300001



غزل البنات

المكونات

- 1 ½ كوب سكر
- كوب ماء
- ¾ كوب شراب ذرة
- ¼ ملعقة صغيرة ملون طعام
- ¼ ملعقة صغيرة منكهة طعام

الخطوات

- في قدر ضعي السكر وشراب الذرة والماء على حرارة متوسطة.
- استمري في تحريك الخليط على النار حتى يغلي. اتركي الخليط يغلي على النار حتى يصبح لونه مانلاً إلى الأصفر.
- ارفعي القدر عن النار وأضيفي ملون الطعام ومنكه الطعام وحركي الخليط مرة واحدة.
- اغمسي شوكة طعام بالمزيج ثم دعي الخليط ينزلق من الشوكة على صينية كبيرة على شكل خطوط رفيعة عبر تحريك يدك بشكل دائري.
- بواسطة عود خشبي اجمعي خيوط السكر لتشكيل غزل البنات.

zain

HOME
FIBER

فايبر

6 أشهر مجاناً*



*تطبق رسوم الخط الثابت و جهاز الراوتر حسب الباقة المختاره + تطبق الشروط و الأحكام

bh.zain.com

زين. عالم جميل