

# أضواء البلاد

إصدار أبريل 2022

هل هلاك يا رمضان

25  
مارس

تحت إشراف الشباب البحريني

نحو طموح  
متميز

ناصر بن حمد

الاستثمار في الشباب  
استثمار في الوطن

الشركة القابضة للنفط والغاز  
nogaholding

مارك توماس

كوادرنا الشبابية أساس محوري لنجاحاتنا

# أضواء البلاد

## ملحق اجتماعي شهري

### يوم الشباب... ريادة المكانة البحرينية

حينما نقرأ بتعمق الأقوال السامية لعاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، فيما يتعلق بنظرة جلالته تجاه أبنائه الشباب، يتراءى لنا ذلك الوميض الجميل المقدر لمكانة الكوادر البحرينية الشابة وتعزيز تجربتهم الوطنية في كل الاتجاهات.

نحن اليوم نحتفل بمناسبة جديدة في توقيتها الزمني؛ لأنها الباكورة، فقد أقر مجلس الوزراء برئاسة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، في اجتماعه يوم الاثنين 22 نوفمبر 2021 اعتبار يوم 25 مارس من كل عام يوماً للشباب البحريني، وهذه المناسبة لها أهدافها الكبيرة ومنها تقدير الدور الذي يضطلع به الشباب البحريني في مسيرة التنمية والتطور.

هذه الاحتفالية بأهدافها الوطنية والتنموية كانت لبنة صغيرة كبرت بطموح، مشيدة بمبادرة سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة التي تتعلق بتخصيص يوم لتكريم المبدعين والمتميزين من الشباب البحريني واستعراض ما حققوه من إنجازات تعكس روح الإصرار والتحدي، والواقع يؤكد أن مملكة البحرين ماضية في دعم الإبداع والتميز والريادة للشباب البحريني وجعله يسهم في إبراز الابتكارات والإنجازات الشبابية التي تخدم المملكة، والحرص الدائم على دعم الشباب البحريني واعتباره جزءاً لا يتجزأ من صياغة المستقبل للمملكة.

ولأن سجل مملكة البحرين مشرف على المستويين الإقليمي والعالمي، يجسد الاحتفال بيوم الشباب البحريني فيما يمثل من صورته ركناً من تقييم وتقدير ما تحقّق من جانب الدولة، وما حققه الشباب أنفسهم مختلف الجوانب، منها العلمية والعملية والمعرفية والتدريبية للتمكن من الإسهام في تطوير الجوانب التنموية، وبين صفحات هذا الملحق سيجد القارئ الكريم نماذج رائعة، ولو قدر لنا أن نفتح ملاحق وملاحق كان ذلك متنسجاً لنماذج بحرينية نشابة نرفع لها القبة.

نفخر بهذه المشاركة لأنها وفق رؤية "البلاد" واجب إعلامي وطني واجتماعي، ونسعد أكثر بتقديم أجمل التهاني من أسرة تحرير "أضواء البلاد" إلى مملكة البحرين، ملكاً وحكومةً وشعباً بهذه المناسبة عالية المعاني، ولكل شبابنا الذين يضيئون مصابيح الأمل للغد المشرق.

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

# فبراير

## 6 أشهر مجاناً\*



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



#### 04 ◀ أقوال

- جليلة الملك: ريادة تجربتنا الشبابية الوطنية

#### 06 ◀ موضوع الغلاف

- سمو الشيخ ناصر بن حمد: توجيهات جليلة الملك تعزز جهود تمكين الشباب وإعدادهم قادة للمستقبل

#### 14 ◀ حدث الشهر

- يوم الشباب البحريني 25 مارس روح الإصرار والتحدي

#### 42 ◀ قصة نجاح

- الشيخة هلا آل خليفة: تصيغ لغة الجمال بلوحاتها النابضة

#### 46 ◀ لقاء

- أحمد بن هندي: نتناغم مع خطة التعافي وهدفنا الأول تحفيز الاقتصاد الوطني

#### 48 ◀ الوجه الآخر

- د. إيفا داود: السينما كالحلم... تنقله من عقلك إلى عيون الآخرين

#### 54 ◀ حوار

- فارس يقطين: متفائلون.. ولدينا المعطيات والخبرات الكافية في كل المستويات لتقديم خدمات متقدمة

#### 60 ◀ فيلوسوفيا

- منار الريس: طرق النجاح ليست معبدة بالورود حسن بوخماس: رحلة الحياة من الولادة حتى الوفاة كد وكدح

#### 62 ◀ سياحة

- في العلاء... مملكتنا دادان وحيان تلهمان الحجر الأحمر

#### 66 ◀ هل هلاك يا رمضان

- إبراهيم زينل: المخزون الرمضاني مطمئن وزيادة الأسعار خارجة عن إرادة القطاع التجاري

- وهيب الناصر: يحل علينا شهر رمضان من السبت 2 أبريل حتى 1 مايو

- "نقصة الشهر الفضيل" عادة اجتماعية بروح معاصرة

- أضيفي

- اللمسات الرمضانية

- إلى زوايا منزلك

- 4 طرق مختلفة لتنسيق

- العباية الملونة لرمضان

- عبايات سوداء

- للذوق الكلاسيكي

- 6 إطلاقات مختلفة

- لتنسيقها مع عباية سوداء

- لنحول الصيام إلى شهر لتعزيز الصحة

- مطبخ

- أطباق متنوعة تميزها بها





## ريادة تجربتنا الشبابية الوطنية

"تعرب عن اعتزازنا العميق لما تبذله كوادرننا البحرينية الشابة من جهود متواصلة وبخطوات واثقة نتابعها بكل اهتمام، تعزيزاً لريادة تجربتنا الشبابية الوطنية لترتقي بنتائج عملها ولتستمر في تحقيق إنجازاتها بمهنية عالية وبتنافسية عالمية".

من كلمة عاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة في حفل إعلان الفائزين بجائزة الملك حمد لتمكين الشباب لتحقيق أهداف التنمية المستدامة في نسختها الثالثة (30 ديسمبر 2020).

بمناسبة يوم الشباب البحريني 25 مارس

## سمو الشيخ ناصر بن حمد: القادم أجمل

توجيهات  
جلالة الملك  
تعزز جهود  
تمكين  
الشباب  
وإعدادهم  
قادة  
للمستقبل

**حوار: مؤنس المردي** (رئيس تحرير صحيفة البلاد)

على مدى سنوات من العمل الدؤوب المرتكز على الأفكار المبتكرة والخطط التنفيذية الطموحة، وضع ممثل جلالة الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة مسارا وطنيا متقدما يمكّن شباب البحرين من تحقيق طموحاتهم بإنجازات يشار لها بالبنان. وحين يعتز قطاع الشباب بـ الشيخ الشباب، فذلك لأن سموه كان وما يزال داعما للمبادرات الرائدة التي مهدت الطريق للشباب لتحقيق الإنجازات على المستوى الإقليمي والقاري والعالمية، وكم هي عظيمة عبارة سموه حين يقول: فخورون بما حققه شباب البحرين من إنجازات ساهمت في رفع علم البحرين واسمها عالياً، ولكننا نؤكد دوماً أن شباب البحرين لديه مزيد من القدرات والإمكانات وقادر على نشر إبداعاته لتحقيق مزيد من الإنجازات في مختلف المجالات وإنما على يقين تام بأن القادم هو الأجمل.

الوصول إلى هذا المستوى كان مؤسساً على رؤى أثمرت مبادرات، ومبادرات أنتجت عملاً، فلو أخذنا على سبيل المثال قمة الشباب، لرأينا كيف أن مملكة البحرين آمنت بأهمية استقبال الفعاليات والمحافل والملتقيات الشبابية والرياضية؛ لتكون البحرين عاصمة الشباب والرياضة من جهة، والاتجاه لترسيخ متطلبات الاستثمار في القطاع الشبابي من جهة أخرى، وأبرز تلك السمات هي مشاركة الشباب في صناعة القرار وصياغة الاستراتيجيات عبر الاستفادة من خبرات وأفكار شبابية لها فعل تجديدي يتناغم مع تطلعات المملكة.



## مستقبل البحرين زاهر بشبابنا وباستراتيجية العمل على مواكبة الحركة العالمية في التطور والنماء للقطاع الشبابي



دعم سمو  
ولي العهد  
رئيس الوزراء  
تمثل في  
تضمين برنامج  
الحكومة  
العديد من  
المبادرات  
الرائدة تجاه  
الشباب

جوهر حوارنا هذا مع سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة، والذي يأتي متزامناً مع يوم الشباب البحريني 25 مارس، بدأ بسؤالنا الأول لسموه: يأتي إقرار مجلس الوزراء يوم 25 مارس من كل عام يوماً للشباب البحريني، وسموكم صنعتهم مسيرة مشرقة للشباب البحريني، كيف تنظرون سموكم لإنجازات شباب البلد وما الطموح وفق مرئياتكم؟

في البداية لا بد لنا من تقديم الشكر والامتنان إلى مقام حضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة عاهل البلاد المفدى حفظه الله ورعاه؛ على رعايته الفائقة للقطاع الشبابي وتوجيهات جلالته المستمرة ببذل الجهود الممكنة كافة لتمكين الشباب في مختلف المجالات وإعدادهم قادة المستقبل للمملكة.

كما نشيد بدعم صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء حفظه الله على مساندته للقطاع الشبابي، وهو الأمر الذي تمثل في تضمين برنامج الحكومة العديد من المبادرات الرائدة تجاه الشباب لجعلهم أساس البناء والتقدم للمملكة كما نشيد بحرص سموه على اعتماد يوم 25 مارس يوماً للشباب البحريني، وهذا دليل واضح على المساحة الكبيرة التي يحتلها الشباب في فكر سموه.

لقد حقق الشباب البحريني إنجازات كبيرة في مختلف المجالات، وجاءت نتاجاً لعمل منظم ومبادرات رائدة قدمت للشباب البحريني، ومهدت الطريق لهم لتحقيق تلك الإنجازات على المستوى الإقليمي والقاري والعالمي، ونحن فخورون بما حققه شباب البحرين من إنجازات ساهمت في رفع علم البحرين واسمها عالياً، ولكننا نؤكد دوماً أن شباب البحرين لديه مزيد من القدرات والإمكانات وقادر على نثر إبداعاته لتحقيق مزيد من الإنجازات في مختلف المجالات وإننا على يقين تام بأن القادم هو الأجل.

تؤكدون سموكم دائماً أن إنجازات الشباب تعكس روح الإصرار والتحدى في مختلف المجالات. إلى أي مدى أسهمت أجهزة الدولة في تحقيق التغيير المنشود للاهتمام بقطاع الشباب؟

دائماً ما يكون العمل التكاملي المؤسسي هو الطريق الأنسب والسليم للوصول إلى الأهداف المرسومة، وهو ما تم اعتماده في القطاع الشبابي، فقد حرصنا على توفير بيئة سليمة للعمل الشبابي مبنية على التكامل في العمل وتوحيد الجهود لتنفيذ استراتيجية الارتقاء بالشباب وتمكينهم في مختلف المجالات، وبدورنا نقدر عالياً حرص وزارات وهيئات المملكة والقطاع الخاص على العمل بروح الفريق الواحد من أجل تنمية مختلف أركان العمل الشبابي في المملكة وحرصهم الموصول على تلبية احتياجات الشباب.

نقدر حرص  
الوزارات والهيئات  
للعمل بروح  
الفريق الواحد من  
أجل تنمية أركان  
العمل الشبابي





نحث الشباب على التوجه للقطاعات التي يعشقونها ويرون أنفسهم قادرين على تحقيق الإنجازات من خلالها



## القاعدة التي نسير عليها بالعمل الشبابي أن الاستثمار في الشباب الوطن

ما الدور الذي يمكن أن يلعبه الشباب بدرجة أكبر على صعيد برامج التنمية الشاملة؟ وهل ترون أن كل المقومات متوافرة لأداء هذا الدور؟ الاستثمار في الشباب هو استثمار في الوطن، وهذه القاعدة التي نسير عليها في العمل الشبابي، وجهودنا منصبة في تنمية الشباب، ونرى أن هذا الاستثمار سيجقق نتائجه في تمكين الشباب وجعلهم في مقدمة التنمية التي ننشدها في مملكة البحرين عبر احتلالهم المناصب القيادية وإشراكهم بصياغة المبادرات التي تساهم في تنمية مختلف القطاعات، كما أننا نؤكد أن جميع المقومات والإمكانات متوافرة في الشباب البحريني، فهم على قدر عال من المسؤولية، ويمتلكون إمكانيات ومهارات وقدرات وأفكار متجددة إضافة إلى حبهم وولائهم للملكة، وهذا يقودهم إلى بذل كل الجهود في القطاعات كافة.

مملكة البحرين سجلت نموذجًا شبابيًا فريدًا على المستويين الإقليمي والعالم، ولدى سموكم اهتمام خاص بالمؤسسات الأكاديمية والعلمية والمعرفية. من خلال متابعة سموكم، ما الجوانب التي ترون فيها فرضاً أكبر ليأخذ المتميزون من الشباب فرصهم ومواقعهم في الدولة؟

عند الاقتراب من الشباب البحريني ومعايشته في الجوانب العلمية والمعرفية ندرك تماماً مدى شعف الشباب لنهل العلم والمعرفة وطلبها من جميع بقاع العالم، ونحن نفتخر بالشباب البحريني المحب للعلم والمثابر في هذا المجال إضافة إلى حبهم للتدريب واكتساب الخبرات، ونحن على يقين تام بأن الشباب البحريني قادر على التميز في أي موقع من مواقع العمل في المملكة ومشتاق لخدمة وطنه، لذا عملنا على منحه الفرص الكافية التي تساعد ليكون شريكا في القرار ورسم السياسات، وقد وفقنا في ذلك، واتخذ الشباب موقعا قياديا في الكثير من مؤسسات المملكة وأبدع في تقديم مبادرات كانت سببا في الارتقاء بهذه القطاعات.

لو سألنا سموكم في الختام: في أي المواقع تحبون أن تكونوا دائماً مع الشباب ميدانياً؟ وماذا لدى مملكة البحرين من خطط مستقبلية تعنى بقطاع الشباب؟ نحن مع الشباب البحريني في مختلف المواقع. لسنا بعيدين عنهم ولكننا قريبون منهم. فقد انصب حرصنا دوماً على لقاء الشباب ومحاورته والتوجه إليه لكي نستلهم من عزمه ومن طموحاته المتوثبة، ما يحفزنا كلنا في البحرين في سبيل أن نقدم لهم، شباباً وشابات، سبيل الإنجاز والنجاح والاستعداد للمستقبل الواعد.

مستقبل البحرين زاهر بشبابنا، واستراتيجيتنا العمل على مواكبة الحركة العالمية في التطور والنماء للقطاعات الشبابية في مختلف المجالات دون التركيز على مجال وإهمال مجال آخر، وسياستنا الشمولية، كما أننا نسعى إلى ترجمة حزمة من الفعاليات والبرامج الشبابية لتكون البحرين في واجهة الحركة الشبابية، وتهيئة الطريق أمامهم لتحقيق الإنجازات وأخذ مواقعهم الحقيقية في عمليات التنمية والتحديث التي تشهدها المملكة.

## مستقبل البحرين زاهر بشبابنا واستراتيجيتنا تواكب الحركة العالمية في التطور والنماء

أطلقتكم سموكم على العام 2019 عام الذهب، ومنذ ذلك العام، حدث تحول في العديد من القطاعات الشبابية ليستمر "عطاء الذهب" إن جاز التعبير من خلال مبادرة "بنك الذهب" ومشروع "بادر" ونماذج أخرى متفردة للبحرين. ترى ما توجهات المملكة للبقاء على مسار "الذهب" كاستراتيجية لا تقتصر على المجال الرياضي فقط، بل تشمل خدمة الوطن محلياً، ورفع علم البحرين عالمياً؟

منذ أن أطلقنا عام الذهب شاهدنا شباب المملكة يتسابقون من أجل تحقيق الإنجازات، خصوصاً الميداليات الذهبية والمراكز الأولى في مختلف المجالات سواء كانت الرياضية أو الشبابية أو الاقتصادية أو الابتكارية أو التنموية وغيرها من المجالات، وكنا سعداء بهذه الإنجازات، وحرصنا على استمرار مبادئ عام الذهب في السنوات التي تليها، وقد وفق الشباب في زيادة غلة الإنجازات، وكان لزاماً علينا حفظ هذه الإنجازات التي حققها الشباب في مختلف المجالات، لذا تم إطلاق بنك الذهب وتشييده من قبل جلالة الملك المقدي، وضم العديد من الإنجازات الشبابية في مختلف المجالات دون التركيز على مجال دون آخر، فالشباب البحريني متعدد المواهب والقدرات، فلا يمكننا حصره فقط في قطاعي الشباب والرياضة.

إلى أي مدى سموكم متفائلون ومرتاحون من المبادرات التي يقدمها الشباب، وما المجالات التي حازت على إعجاب سموكم وشهدت مبادرات شبابية واعدة؟

الفرحة تغمرني عندما أسمع أو أشاهد أحد الشباب البحريني وهو يحقق إنجازاً فريداً من نوعه، ونشعر بالفخر والاعتزاز بشبابنا. هم صناع الأمل وموهوبون وقادرون على الإبداع، ونؤكد أن مسؤولياتهم عظيمة بقدر إرادتهم وثقتنا فيهم كبيرة. كل إنجاز يحققه الشباب البحريني في أي من المجالات هو مفخرة للبحرين. لا يمكننا أن نحصر الشباب في زاوية واحدة وإنما الشباب البحريني عنوان أوسع لعملية التنمية وتحقيق الإنجازات للمملكة وحث الشباب على التوجه للقطاعات التي يعشقونها ويرون أنفسهم قادرين على تحقيق الإنجازات من خلالها.



تسعداء  
بالإنجازات  
وحريصون على  
استمرار مبادئ  
عام الذهب  
في السنوات  
المقبلة

# يوم الشباب البحريني 25 مارس

## روح الإصرار والتحدي

أقر مجلس الوزراء برئاسة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة في اجتماعه يوم الاثنين 22 نوفمبر 2021 اعتبار يوم 25 مارس من كل عام يوقا للشباب البحريني، وهذه المناسبة لها أهدافها الكبيرة ومنها تقدير الدور الذي يضطلع به الشباب البحريني في مسيرة التنمية والتطور، حيث جاء ذلك في ضوء اطلاق المجلس على مبادرة ممثل جلالة الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة، التي تتعلق بتخصيص يوم لتكريم المبدعين والمتميزين من الشباب البحريني واستعراض ما حققوه من إنجازات تعكس روح الإصرار والتحدي.

وفي تصريح صحفي بعد إقرار المناسبة، أكد سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة أن الرعاية الفاتحة التي يحظى بها الشباب البحريني من لدن عاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة أسهمت في دعم الإبداع والتميز والريادة للشباب البحريني وجعلته يسهم في إبراز الابتكارات والإنجازات الشبابية التي تخدم المملكة، كما أن اهتمام ومساندة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، يؤكدا الحرس الدائم على دعم الشباب البحريني واعتباره جزءاً لا يتجزأ من صياغة المستقبل للمملكة.

### تطوير الجوانب التنموية

سجلت المملكة نموذجاً شبابياً فريداً على المستويين الإقليمي والعالمي طوال الفترة الماضية تماثياً مع الرؤية الملكية من صاحب الجلالة الملك، واهتمام سمو ولي العهد رئيس مجلس الوزراء، والحرس الدائم على مواصلة دعم الشباب البحريني وأتاحت الفرصة لهم في مختلف الجوانب العلمية والعملية والمعرفية والتدريبية للتمكن من الإسهام في تطوير الجوانب التنموية. وعلى ذات المسار، لفت وزير شؤون الشباب والرياضة أيمن المويد إلى أن دعم ورعاية جلالته الملك للقطاع الشبابي أسهمت في تبوء الشباب موقعهم الحقيقي في عملية التنمية التي تشهدها المملكة، وذلك حافز مهم للشباب من أجل العمل بروية مستقبلية واعدة لمواجهة جميع التحديات وتحقيق الإنجازات في جميع المجالات، فجدد بالشباب تخصيص يوم للاحتفاء بإنجازاتهم والمضي قدماً نحو تحقيق التطلعات في مسيرة التنمية التي تشهدها المملكة، فقد سخرت المملكة جميع الإمكانيات التي تمكنهم من القيام بمسؤولياتهم في التقدم نحو البناء والتنمية ومواصلة الإنجازات وصولاً لأهدافهم وطموحاتهم، وأثبت الشباب البحريني أن معدنه ذهب وأنه على درجة عالية من المسؤولية الوطنية والوعي.

### حافز في كل الميادين

ولأهمية المبادرة فقد شهدت ردود فعل مؤيدة ومقدرة، فالنائب غازي آل رحمة اعتبر المبادرة يوماً لتكريم شباب الوطن المثابر والمبدع والمتألق في كل المجالات، وهي تعبر عن الاهتمام الكبير الذي توليه البحرين لشبابها، والإيمان بقدراتهم وطاقتهم ومواهبهم وضرورة استثمارها والتعبير عنها، وهي حافز لشبابنا من أجل مواصلة الإبداع والتميز في جميع الساحات والميادين؛ خدمة للوطن والارتقاء به والإخلاص له، وهم يستحقون الاحترام ومضاعفة الاهتمام بهم وبقدراتهم وإمكاناتهم في نهضة ونماء الوطن، ومن الجميل الاحتفاء بهم ومراجعة جميع أوضاعهم وتحقيق ما يصبون إليه من طموحات وأحلام، وتوفير الحياة الكريمة لهم عبر ضمان جميع السبل التي تتيح لهم العطاء والعمل؛ لكونهم ثروة الحاضر والمستقبل.

### تفعيل الطاقات الشبابية

وماذا عن القطاع الشبابي؟ لأنه القطاع المستهدف، فقد وصف رئيس جمعية المستقبل الشبابية صباح الزياتي قرار تخصيص يوم للشباب البحريني بأنه مهم في تشجيع وتحفيز وتكريم الشباب البحريني وتشجيعه على مضاعفة العطاء في مناسبة وطنية مهمة تستلهم عزيمة ممثل جلالته الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة، وتعكس حرص سموه على بذل كل ما يمكن من جهود لدعم الشباب البحريني وتفعيل طاقاته وزيادة مساهمته في خدمة قيادته ووطنه.

وربط الزياتي فكرة القرار بالمبادرات ذات صلة بدعم العمل الشبابي مثل صندوق الأمل، وبرنامج فرص، وبرلمان الشباب، وغيرها التي من شأنها تهيئة بيئة مواتية لتفعيل طاقات الشباب، خصوصاً أصحاب المساهمات والمبادرات العلمية والفكرية والاقتصادية ذات القيمة المضافة للاقتصاد الوطني والمجتمع.

### قمة الريادة الشبابية

وتأكيداً لدور الشباب في مسيرة التنمية، رأى رئيس جمعية الخالدية الشبابية إبراهيم الناييم أن القرار أشاع الفرحة في

نفوس الشباب وبت الأمل في قلوبهم؛ وذلك لانتظارهم هذا اليوم الذي يجسد ما يقومون به من عمل وإبداعات وإنجازات على المستوى المحلي والخارجي، فشباب البحرين قدموا الكثير للوصول بالمملكة إلى قمة الريادة بالعمل التطوعي والشبابي، خصوصاً ما قدموه من تضحيات كبيرة خلال جائحة كورونا، التي كانت بالنسبة لهم التحدي الأكبر، كما حظوا بدعم لا محدود من جلالته الملك، وسمو ولي العهد رئيس مجلس الوزراء من رعايتهما الكريمة للصفوف الأمامية من المتطوعين في هذه الجائحة، وكان لهم بصمات واضحة في مجالات العمل التطوعي والشبابي منذ القدم، فيوم 25 مارس هو تكريم لجهودهم الكبيرة التي نفخر بها بين الدول العربية والعالمية، وهذا اليوم سيحمل الشباب الكثير من المسؤولية لزيادة طاقاتهم الإبداعية.

### مساهمون أساسيون في النهضة

ومن بين القراءات الصحافية للكتاب البحريني، تناول الكاتب ضياء توفيق في مقالة بصحيفة "البلاد" دور الشباب البحريني في مسيرة التنمية والتطور والتقدم، ما يعكس المكانة المتميزة التي يحظى بها الشباب لدى الحكومة الرشيدة، ليكونوا مساهمين أساس في النهضة التي تشهدها مملكتنا الغالية بسبب قدرات وابتكارات الشباب الإبداعية، ولا شك أن شيخ الشباب سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة حريص كل الحرص على إبراز ودعم تلك الطاقات الشبابية وتمكينها وتشجيعها، ما يؤكد رؤية سموه للدور المستقبلي للشباب في المملكة.

وتطرق إلى أن الشباب البحريني من الجنسين أثبتوا في جميع المواقع أنهم على قدر كبير من المسؤولية، فهم مخلصون في عملهم، وولاؤهم للقيادة والوطن لا حدود له، خدموا وأخلصوا في مجال الرياضة والاقتصاد والأعمال التطوعية وتقنية المعلومات والتعليم وخدمة المجتمع والقائمة تطول، وفي الحقيقة وبكل صراحة علينا أن نعمل جاهدين لاحتواء الشباب وتوفير الدعم والمساندة لهم وتوجيههم توجيهاً صحيحاً والاستفادة من طاقاتهم.



غازي آل رحمة



إبراهيم الناييم



ضياء توفيق

الرئيس التنفيذي للمجموعة في  
الشركة القابضة للنفط والغاز

# مارك توماس

نفخر بإنجازات الشباب البحريني بمختلف  
المجالات... وكوادرننا أساس محوري لنجاحاتنا

انطلاقاً من الإيمان بقدرات الشباب العالية لإحداث التغيير، وبهدف ترسيخ بيئة عمل محفزة لهم وإعدادهم قادة لمستقبل القطاع النفطي، أطلقت الشركة القابضة للنفط والغاز (نوغا) عدداً من المبادرات التي تُعنى باستغلال طاقات الشباب البحريني، إذ تسعى الشركة دائماً لتطوير وتأهيل كوادرها الشبابية بتوفير دورات تدريبية وشهادات تخصصية احترافية تواكب المعايير العالمية. وفي هذا الصدد حاورنا الرئيس التنفيذي للمجموعة في الشركة القابضة للنفط والغاز مارك توماس، الذي أكد أن فريق العمل في الشركة الأم وشركائها كافة، يسعى لتبني ورفع كفاءة المواهب الشابة الواعدة، وبذل الجهود لتطوير جودة البرامج التأهيلية والتدريبية الداخلية والخارجية التي تعنى بتأهيل وصقل مهارات النشء في المجال. تفاصيل أكثر في طيات اللقاء.

الوطنية، وتحقيقاً لرؤية جلاله الملك المفدى باعتبار المواطن محرك التنمية وهدفها الأول.

ونحن في الشركة القابضة للنفط والغاز نفخر بإنجازات الشباب البحريني في مختلف المجالات والاختصاصات، ونعتز بكوادرننا الشابة التي كانت وما زالت أساساً محورياً لنجاحاتنا، ومما لا شك فيه أن قطاع النفط والغاز يعتبر من أهم القطاعات على المستوى المحلي والدولي، وكونه من القطاعات المحورية يشهد بشكل دائم الكثير من العقبات والتحديات، وهو ما يتطلب توجهات واستراتيجيات عمل مبتكرة لمواكبة المنافسة العالمية في القطاع، والعمل على تطوير هذا المجال الحيوي والمهم في المستقبل، والذي يساهم بدوره في تعزيز الاقتصاد الوطني.

احتفاء بيوم الشباب البحريني 25 مارس، تتصدر قطاعات النفط والغاز محور العمل الاقتصادي، ولأن الشباب في هذه القطاعات ركيزة المحور كما يقال، كيف تعبر الشركة القابضة للنفط والغاز عن تخصيص هذه المناسبة الوطنية؟ وما أبعادها؟

إن تخصيص يوم وطني للشباب يأتي في سياق تواصل المبادرات الوطنية والعالمية التي تبنتها البحرين، وعلى رأسها جائزة الملك حمد لتمكين الشباب لتحقيق أهداف التنمية البشرية، وجائزة ناصر بن حمد العالمية للإبداع الشبابي، ومدينة الشباب 2030، وإيماناً من القيادة الرشيدة بالدور الفاعل الذي يلعبه الشباب البحريني في عملية التنمية

كما نحرص بشكل دائم على المساهمة بدورنا في تحقيق التطلعات الوطنية من منطلق اختصاصاتنا ومسؤوليتنا تجاه المجتمع، وتنفيذاً للتوجيهات السامية التي أشار إليها سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة ممثل جلاله الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب ورئيس مجلس إدارة الشركة القابضة للنفط والغاز، والتي توجه بتنمية الجيل الشاب وإشراكه في عملية التنمية الوطنية بمختلف مجالاتها، وتسليط الضوء على إمكانات الشباب وتطويرها، وتحفيزهم وتأصيل دورهم في قيادة مستقبل المملكة.

وهو الأمر الذي نسعى بدورنا في الشركة لتطبيقه من نواح عدة وعبر عدد من المبادرات التي تثبت جدية أهدافنا الموجهة نحو إشراك الشباب، فمن جانب أول، نضم بين كوادرنا العاملة العديد من الشباب، ندرك أن شبابنا الواعد والمتميز هم عماد نماء وتوسع الأعمال في جميع مجموعة شركاتنا، حتى أن العديد من موظفينا من الفئة الشابة قد تبوأوا بالفعل مناصب قيادية مهمة، ووظائف ذات أهمية محورية سواءً في الشركة القابضة للنفط والغاز، أو في أي من شركاتنا التابعة. ومن جانب آخر، نسعى بشكل دائم وحثيث لاستقطاب مزيد من الكوادر الوطنية الشابة الواعدة في المجال، وإنما يعكس ذلك مدى ثقتنا وإيماننا بأن الشباب هم المحرك الأساس للتقدم والازدهار، وبلوغ الأهداف المنشودة والتطلعات المستقبلية.



## الشركة القابضة للنفط والغاز nogaholding

ما أبرز البرامج والمبادرات التي أولت الشركة القابضة للنفط والغاز الاهتمام بها فيما يتعلق بتنمية القطاع الشبابي، سواء بالنسبة للعاملين في مجموعتها أو للشباب البحريني عموما في كل المجالات؟

انطلاقاً من الإيمان بقدرات الشباب العالية لإحداث التغيير وبهدف ترسيخ بيئة عمل محفزة لهم وإعدادهم كقادة لمستقبل القطاع النفطي، أطلقنا عددا من المبادرات التي تُعنى باستغلال طاقات الشباب البحريني عموما، ومنتسبينا خصوصا، فنحن في الشركة القابضة للنفط والغاز نسعى دائما لتطوير وتأهيل كوادرنا الشبابية بتوفير دورات تدريبية وشهادات تخصصية احترافية تواكب المعايير العالمية، كما نستند على نخبة من شبابنا والمهندسين والمهنيين المتخصصين في علوم الجيولوجيا وخبراء صناعة النفط في جميع أعمالنا التشغيلية والمؤسسية.

ويسعى فريق عملنا الدؤوب في قسم الموارد البشرية، في الشركة الأم وشركائها كافة، لتبني ورفع كفاءة المواهب الشابة الواعدة، وحيث إن صناعة النفط في المنطقة تحتاج إلى إيجاد مبادرات صناعية ذات تقنية عالية، وإيجاد حلول مبتكرة للتحديات التي يشهدها هذا القطاع الحيوي

والمهم. نعمل جاهدين لتطوير جودة برامجنا التأهيلية والتدريبية الداخلية والخارجية التي تعنى بتأهيل وصقل مهارات النشء في المجال.

وعلاوة على ذلك، هناك توجهات حديثة في الشركة نحو زيادة الاستثمار في تأهيل وتوجيه الشباب، باعتماد نظام "STEAM" التعليمي، الذي يركز على دمج 5 تخصصات علمية في منهج تعليمي مترابط، وهي العلوم والتكنولوجيا، والهندسة، والفنون، والرياضيات؛ بهدف تهيئة عقلية الجيل الشاب، وتأهيله للنجاح في الوظائف التي تتطلب خبرة علمية في المجالات الصناعية والنفطية.

وجدير بالذكر هنا أن شركة نفط البحرين (بابكو) التابعة لنا، قد أسست أكاديمية متخصصة في النفط والغاز لاستقطاب العديد من الخريجين وتنظيم العديد من البرامج والدراسات المهنية والعملية لتخريج كوابة شبابية مبدعة متخصصة في القطاع النفطي، وأطلقت برنامجها الخاص بالمنح الدراسية التخصصية للخريجين المتميزين.

## نسعى دائما لتطوير وتأهيل كوادرنا الشبابية بتوفير دورات تدريبية وشهادات تخصصية احترافية

هناك توجهات واضحة لدى المملكة للارتقاء بقطاع النفط والغاز والتحول احترافياً ومهنيًا، وبالنسبة الشركة القابضة للنفط والغاز فإن مستويات عليا من الإدارة والتدريب وإعداد القيادات تمثل قوة ارتكاز، حدثونا عن خططكم في اتجاه استقطاب الكفاءات من شباب البلد؟

المسيرة التنموية التي تشهدها الصناعة النفطية في المنطقة تتطلب كما ذكرت سابقاً مواكبة مستمرة مع آخر المستجدات التكنولوجية وتطبيقاتها بما يضمن تطوير القطاع والحصول على أفضل الإيرادات، مع الأخذ بعين الاعتبار كلفة الحلول المختارة، وهو ما يجعلنا في تحد يتمثل في الجمع بين التكنولوجيا والأعمال والموارد البشرية بطريقة تمكننا من تحقيق الأهداف والنجاحات المنشودة، ويتطلب منا مواكبة أفضل التقنيات الحديثة، والاستناد على الابتكار وإيجاد حلول جديدة وعصرية من شأنها رفع مستوى استراتيجيات التطوير والتحسين في القطاع.

وكما هو معروف أن نماء المجتمع يركز على قاعدتين أساسيتين، ألا وهما الشباب والابتكارات، فهما الركيزتان التي تراهن عليهما الدول والشعوب في عالم اليوم من أجل النهوض والنماء، وذلك باعتبار الشباب ملهمي التقدّم الاجتماعي وموردا خصبا للأفكار المتجدّدة في جميع المجالات.

وهذا ما يجعلنا في حاجة ماسة لاستقطاب الشباب وفتح المجال أمامهم لشغل وظائف مهمة في مجموعة شركاتنا، واستغلال إمكاناتهم لتولي قيادة القطاع النفطي في المستقبل؛ للوقوف على آخر المستجدات ومواكبة جميع التغييرات والابتكارات من العلوم والاختراعات التكنولوجية المتعلقة بمختلف قضايا التنقيب عن النفط والغاز، ما يتطلب استقطاب مزيد من العنصر الشبابي للعمل في القطاع والسعي لتطوير كفاءتهم على الدوام في خطوة من شأنها تعزيز التنافسية في المجال، وتطوير الإمدادات التكنولوجية استنادًا إلى القدرات الهائلة التي يملكها الشاب البحريني الطموح.

وفي هذا المنطلق، نسعى بشكل دائم لتوظيف وإحلال الكوادر الشابة في مختلف اختصاصات العمل في الشركة، وذلك نابع من اليقين بأن الشباب هم من سيقود دفة التقدم والتنمية المجتمعية، وهم عماد المستقبل، ما يوجهننا نحو أن نتبنى المواهب الشبابية الواعدة والسعي لصقلها وتنميتها وتزويدها بالتدريب اللازم، في سبيل إعداد جيل مؤهل للمشاركة في رسم سياسات واستراتيجيات مبتكرة تسهم في نمو القطاع النفطي، أملاً بالوصول إلى مصف المنافسة العالمية الاقتصادية، استنادًا على منهجية دمج الخبرات بأفكار وطاقات الشباب، باعتبار أن الشباب هم الطاقة والمحرك الرئيس للابتكار، والذي يعد السلاح الذي نواجه به كل متغيرات القطاع والعالم الاقتصادي وتخطى به التحديات والأزمات الواردة.

وفق رؤية "الشركة القابضة للنفط والغاز" نصًا: (تتطلع الشركة القابضة للنفط والغاز للمساهمة في التنوع الاقتصادي عن طريق تحقيق التميز المستدام)، وهذه رؤية ذات أفق واسع في استراتيجية التنفيذ، إلى أي مدى تمضي خطة العمل وفق الرؤية؟

تحت قيادة سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة ممثل جلالة الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب رئيس مجلس إدارة الشركة القابضة للنفط والغاز، نتحرك بخطوات حثيثة وسباقة نحو تحقيق بنود استراتيجيتنا الموجهة لتنفيذ أهداف هذا الرؤية، ومن أجل ذلك نبحت بشكل مستمر عن خيارات وحلول أكثر استدامة من شأنها تأمين احتياجات البحرين المستقبلية من الطاقة.

ونحن نقف اليوم في أعتاب حقبة مهمة تتطلب تطوير وتوفير مزيد من فرص النمو لقطاع النفط والغاز بمملكة البحرين، ولذا نحن نعمل بشكل حثيث، وبطاقات دؤوبة من فريق عملنا في جميع مجموعة شركاتنا، لتحقيق التطلعات الوطنية الخاصة بقطاع الطاقة والنفط، ونولي اهتماما بالغا بتعزيز دور الثورة الصناعية الرابعة لقطاع النفط والغاز بمملكة البحرين، عبر استخدام المنهجيات الحديثة في مجال التحول الرقمي، والبيانات الضخمة، والذكاء الاصطناعي، وإنترنت الأشياء وغيرها من التقنيات الحديثة التي تعمل على خلق تحول شامل لجميع العمليات الموجودة في المنظومة الرقمية للشركات النفطية وتضمن نمو وازدهار القطاع النفطي بالمملكة.

وعبر الارتكاز على القيم التي تمثل هويتنا كمجموعة، ألا وهي التنافسية والعدالة والاستدامة، وبشراكتنا وتكاتف جهودنا معًا في المجموعة، نسعى للارتقاء بمستوى الاستثمارات في قطاعي النفط والغاز، مع الأخذ بعين الاعتبار الأولويات الاقتصادية للمملكة، وبنود الرؤية الوطنية 2030، ما يستوجب منا ضبط إدارة مواردنا ورفع الكفاءة التشغيلية في مجموعة شركاتنا، واعتماد أعلى مستويات الحوكمة المؤسسية، إضافة إلى اعتبار الإبداع والابتكار أساسًا لمنهجية عملنا.

ونأمل من خلال كل ذلك تأمين احتياجات النفط والغاز واستدامة النمو في القطاع، وتحقيق إيرادات مالية تسهم في تحقيق التطلعات الوطنية ورفع مستوى المعيشة للمواطنين، عن طريق تطوير وتفعيل التشريعات والسياسات الخاصة بالإشراف والرقابة على قطاع النفط والغاز، واستغلال طاقات الشباب وجعلهم المحرك الأساس في عملية التنمية القطاع؛ كونهم مصدر الأفكار المبتكرة، وعماد التقدم والنماء بسواعدهم المعطاءة.

## نحو طموح شباب متميز

بين أيدينا نماذج متميزة من شباب البحرين الطموح من الجنسين، من الكوادر المنضوية تحت مظلة الشركة القابضة للنفط والغاز (نوفا)، ولا يمكن وصف سعادة أسرة "أضواء البلاد"، وفي غمرة الاحتفال بيوم 25 مارس (يوم الشباب البحريني)، بقصص نجاح بدأت واكتملت في بعض جوانبها، وبدأت ولم تكتمل في جوانبها الأخرى، إلا بالتميز وانطلاق مشوار الألف ميل الذي يبدأ بخطوة.. على طريقه الكثير من العقبات والحواجز، وعلى ذات الطريق، إصرار على إثبات الوجود.

### نورة علي صفر

محلل مالي بالشركة القابضة

للنفط والغاز

## أطمح أن تكون لي بصمة واضحة بمجال عملي



نورة علي صفر، بحرينية حاصلة على شهادة البكالوريوس في المحاسبة وإدارة الأعمال مع مرتبة الشرف من جامعة ليندز بالمملكة المتحدة العام 2011، وخريجة دبلوم عال مع مرتبة الشرف من مدرسة المعارف الحديثة العام 2007. بدأت نورة حياتها المهنية موظفة في مجلس التنمية الاقتصادية بإدارة المشروعات، ثم انتقلت لتعمل مدققاً استشارياً للشركات المتعثرة في مملكة البحرين تحت إشراف شركة (KPMG) بالتعاون مع صندوق العمل (تمكين)، بعد ذلك عادت لمجلس التنمية الاقتصادية لتصبح محاسباً، وكانت أيضاً مسؤولة لجنة تقييم المناقصات الداخلية. أنهت نورة خدمتها في مجلس التنمية الاقتصادية، وبدأت تعمل محاسباً ومدير عمليات في شركة علي صفر للمجوهرات واللؤلؤ. وفي العام 2021 شغرت منصب محلل مالي للشركة القابضة للنفط والغاز وعضو فعال في لجان الشركة مثل لجنة التواصل الاجتماعي للموظفين.

كما تفتخر بانضمامها للعديد من المشاركات الشبابية الرائدة كمشاركتها في جمعية البحرين الخيرية، وعملها مدير شركة للشباب والناشئة خلال العام 2010 ضمن البرنامج التدريبي خلال الدراسة في جامعة ليندز، والمشاركة في البرنامج التدريبي الصيفي للشباب والرياضة الرائد خلال العام 2009، واجتيازها التصفيات النهائية والمشاركة ضمن المجموعة التي تأهلت لتمثيل مملكة البحرين في الهند، وكذلك كونها مندوباً في نموذج الأمم المتحدة بالبحرين ممثلاً لليابان - 2007، وحضورها برنامجاً تدريبياً استراليا (Youth 2 Youth) في العام 2006، بجانب التحاقها ببرنامج بايونير في العام 2005 ولغاية العام 2007 والعديد من المشاركات التي تسلط الضوء على أهمية الشراكة المجتمعية.

تطمح نورة أن تكون لها بصمة واضحة في مجال عملها الحالي للارتقاء والاستفادة من الخبرات التي اكتسبتها خلال مسيرتها العملية؛ لتساهم في تحقيق رؤية البحرين الاقتصادية 2030 والوصول إلى أعلى المراتب التي تمكنها من رفع اسم المملكة في المحافل الدولية.

### عبدالله الزباني

محلل استثماري بـ "نوفا"

## أتمنى أن تكمل رحلة عطائي لهذا الوطن الغالي بالنجاح والتقدير

عبدالله فواز الزباني، محلل استثماري بالشركة القابضة للنفط والغاز، وحاصل على البكالوريا الدولية من مدرسة ابن خلدون الوطنية بالعام 2013، وبكالوريوس الاقتصاد والتمويل بمرتبة الشرف من جامعة ليندز العام 2017، وماجستير الصرافة والتمويل الدولي بمرتبة الشرف من جامعة ليندز بالعام 2018.

وهو عضو بجمعية المصرفين المعتمدين بالمملكة المتحدة، وعضو بجمعية الاقتصاديين البحرينية.

ويقول الزباني بمناسبة يوم الشباب البحريني: تحت ظل القيادة الرشيدة بقيادة 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، ومبادرات سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة، يحظى الشباب باهتمام خاص لما في ذلك من أهمية لبناء الوطن، فالشباب هم العمود الذي تبنى عليه الأوطان، ومثل كل شاب طموح فإن طموحي لا سقف له.

فمن خلال تطوير النفس والذات والارتقاء في مجال العمل كل ذلك له انعكاسات إيجابية على الصعيد الشخصي والصعيد العام، أما على الصعيد الوظيفي أطمح إلى تحقيق التميز والاستفادة من المهارات والمعرفة المكتسبة خلال مسيرتي الأكاديمية والمهنية للمساهمة في توجيه قطاعي النفط والطاقة إلى مرحلتها التالية، من خلال إضافة قيمة متزايدة للوطن ووضع الإطار للأداء الاجتماعي والبيئي والحكومي الذي يهدف إلى بناء وتطوير وإدارة مجموعة من الشركات ذات الصلة بصناعة النفط والغاز والطاقة عبر الاستثمار الفعال وتعزيز التميز والمساهمة في تنوع الاقتصاد الوطني بالإضافة إلى تطوير الشركة إلى شركة طاقة متكاملة ذات انبعاثات كربونية منخفضة الأثر.

وكما تعلمنا العطاء من قيادتنا الرشيدة، أتمنى أن تكمل رحلة عطائي لهذا الوطن الغالي بالنجاح والتقدير، وأن أحظى بفرصة لخدمة هذا الوطن على أكمل وجه.





## هيا درويش

مهندس بيئي مشارك

بدائرة البيئة والصحة والسلامة بـ "بابكو"

## أسعى دائما للتعلم والتطور لخدمة هذا الصرح الوطني

منذ اللحظة التي انضمت فيها إلى "بابكو" مبتعثت بعد تخرجها مباشرة من المدرسة الثانوية، شعرت هيا درويش بالفخر الشديد لمنحها هذه الفرصة الرائعة والمسؤولية الكبيرة؛ سعياً للعمل الجاد والتفوق في دراستها وحياتها المهنية في المستقبل. وضمن برنامج المنح الدراسية، كانت تقضي فترة التدريب الصيفي في شركة بابكو متطلعة قدماً للعمل في هذه الشركة الوطنية الرائدة بمملكة البحرين. ومنذ انضمامها للشركة حظيت بكل الدعم والتشجيع من جميع المسؤولين والزملاء. تخرجت هيا من جامعة كولورادو بدرجة البكالوريوس في الهندسة البيئية. والتحقّت بدائرة الصحة والسلامة والبيئة في العام 2018 مهندسة بيئية مشاركة. وتقول "أتبحت لي الفرصة للعمل في هذا المجال الذي المتميز. وأكثر ما أستمتع به في عملي هو التنوع في المبادرات والمشروعات التي أكون جزءاً منها. شاركت أيضاً في العديد من المشروعات الفنية والمجتمعية، بما في ذلك مراقبة الامتثال البيئي، وإعداد تقرير الاستدامة للشركة، وجوائز المدرسة الخضراء والعديد من أنشطة التوعية المجتمعية بشأن أهمية الصحة والسلامة والبيئة. وأسعى دوماً لمواصلة التعلم والتطور على المستوى المهني والشخصي لخدمة هذا الصرح الوطني".

## دلال ضيف

اختصاصية إدارة الكفاءات والأداء

بشركة "أسري"

## أفخر بكوني جزءاً من شركة وطنية داعمة لتمكين الشباب



تمتلك دلال إبراهيم ضيف أكثر من 14 سنة من الخبرة في مجالات عدة وتحديداً في مجال الموارد البشرية. أمضت دلال السنوات الثماني الماضية في العمل بالشركة العربية لبناء وإصلاح السفن "أسري"، حيث أدارت بتقان دائرة التدريب بمنصب اختصاصية إدارة الكفاءات والأداء. وساهمت خلال هذه الفترة في تصميم وتنفيذ وإدارة العديد من المشروعات المتعلقة بتنمية وتطوير التدريب وكفاءة الأداء.

وعملت دلال على إدارة وتخطيط البرامج التدريبية وتطوير برامج الكفاءات والأداء بشركة أسري؛ بهدف تطوير وتأهيل موظفي الشركة والارتقاء بمستوى الأداء والإنتاجية. ودلال حاملة لشهادة البكالوريوس في تكنولوجيا معلومات الأعمال من جامعة "AMA" الدولية، إضافة إلى شهادة احترافية في إدارة الموارد البشرية - المستوى السابع، من معهد تشارترد للأفراد والتنمية في العام 2014.

وتقول دلال عن مسيرتها "خلال عملي في دائرة التدريب بالشركة العربية لبناء وإصلاح السفن على مدار السنوات الثماني الماضية سعيت بشكل دؤوب للمساهمة في خلق بيئة داعمة لتطوير مهارات موظفي الشركة وتعزيز قدراتهم بما يسهم في إبراز الكفاءات الشبابية وتفعيل دورهم المحوري في مسيرة التطوير بالشركة، وكل هذا بمساندة من إدارة الشركة وجميع أعضاء الفريق". "أفخر بكوني جزءاً من شركة وطنية داعمة لتمكين الشباب تتميز بامتلاكها لبيئة داخلية محفزة للتميز والإبداع".

## لينا فؤاد

موظفة دائرة الحسابات

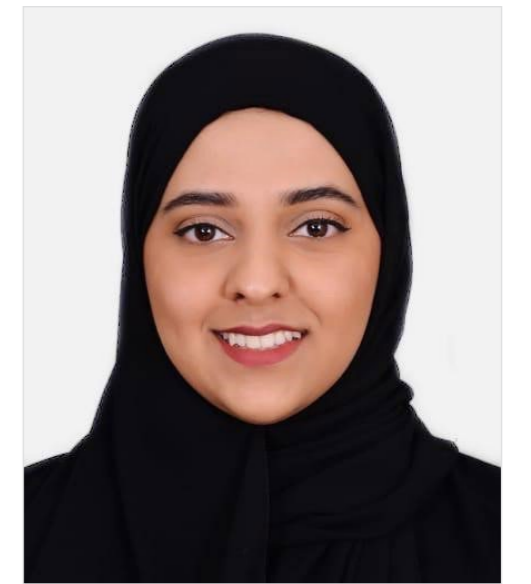
بشركة "أسري"

## الثقة بالنفس والعمل الجاد والمثابرة هي سبل النجاح

التحقت لينا فؤاد ماشاءالله بالعمل في الشركة العربية لبناء وإصلاح السفن (أسري) موظفة بدائرة الحسابات، وقد شغلت هذا المنصب لمدة عامين.

تمتلك لينا خبرات متنوعة؛ حيث التحقت بإحدى الشركات الاستشارية التي تعمل في قطاع النفط بالمملكة قبيل انضمامها لشركة "أسري".

يذكر أن لينا فؤاد حاملة لدرجة الماجستير في المحاسبة من جامعة البحرين بالعام 2022.





نخطو بخطوات كبيرة، ونؤمن بأن دمج الطاقات

يصنع غداً أفضل



خليفة السعد  
 مشرف ميكانيكي مشارك  
 بدائرة صيانة الوحدات بـ "بابكو"

## العمل في "بابكو" فرصة سانحة لاكتساب الخبرة والمعرفة

بدأ خليفة السعد العمل بشركة بابكو في مارس 2021 مشرفاً ميكانيكياً مشاركاً بدائرة صيانة الوحدات. وهو خريج جامعة برمنغهام وحاصل على بكالوريوس في الهندسة الميكانيكية. وخلال فترات العطلة الصيفية، أكمل البرامج التدريبية في دوائر الصيانة المختلفة.

ويقول السعد: يعد العمل في شركة بابكو بمثابة فرصة سانحة لاكتساب الخبرة والمعرفة والمشاركة في المبادرات والخطط المستقبلية ضمن مفهوم "بابكو الغد". وفي فرع الاعتمادية والصيانة، كنت جزءاً من فريق عمل جاد وطموح يهدف إلى تحقيق أعلى مستويات الأداء مع الحفاظ على الحرفية والدقة في العمل. وفي بيئة العمل هذه، أسعى لتوظيف دراستي الجامعية واهتماماتي في مجال التكنولوجيا والاعتمادية لما فيه منفعة الشركة، وبالتالي خدمة مملكتنا الغالية لضمان تحقيق أعلى مستويات الإنتاجية والتطوير.

# مشوار الألف ميل يبدأ بخطوة

لأن البلاغة في الإيجاز، ودليل النجاح في الإنجاز، تجولنا مع مجموعة من الشباب في مدار الأفكار والمسيرة، فسألناهم عن التخصص الذي اختاروه لتعليمهم الأكاديمي، وما يؤمنون به من قواعد فكرية تمكنهم من إضاءة الدرب أمامهم، وطموحهم المستقبلي كذلك، ومع أن لكل حالة هدفا، ولكل قصة تفاصيل، ولكل حلم محطات، إلا أننا سنحل ضيوفاً لنفخر بهذه النماذج...

## زهرة المرزوق

### عالم العمل الدبلوماسي مبهر بلا حدود



بوابة وزارة الخارجية كانت الوجهة.. وجهة الطموح، ولكن، هل إلى ذلك من سبيل؟ والجواب نعم بالنسبة للشابة زهراء عادل المرزوق، التي حققت حلمها في دخول عالم العمل الدبلوماسي المذهل بلا حدود كما تراه، فهي اليوم تعمل في قطاع الشؤون العربية بوزارة الخارجية، وتتعلم كل يوم الشيء الكثير، فبعد أن قطعت شوطاً في اكتساب المعرفة في الشؤون الإفروآسيوية، وجدت كل الدعم لأن تواصل مسيرتها وتثبت وجودها.

تعتبر زهراء عن الاعتزاز بالعمل في وزارة الخارجية، التي تتيح للشباب من الجنسين فرصة التعرف على واقع العمل الدبلوماسي والقنصلي، لم لا وقيادة البلاد وضعت أسس دخول

المرأة البحرينية في العمل الدبلوماسي وهيأت لها الفرص، وعلى الرغم من العمل غير الاعتيادي في هذا المجال، إلا أن بالكوادر الوطنية تحظى بتمهيد الطريق إيماناً بدور المرأة البحرينية الفاعل سواء على صعيد المجتمع ومؤسساته وفعالياته، أم على صعيد العاملين في الوزارة من الشباب البحرنيين حيث تشجع وتهيئ وتدعم كل الأفكار والبرامج التدريبية والمبادرات التي من شأنها أن تخلق نخبة من الكوادر في المجال الدبلوماسي والقنصلي.

وكم هو شرف عظيم لي ولغيري من الشباب أن نكون ضمن فريق وزارة الخارجية التي تعزز مبدأ تكافؤ الفرص كنموذج يحتذى به على مستوى الدول الخليجية والعربية، وكل ذلك يحمل مزيداً من البشائر للعمل الدبلوماسي البحريني القائم على ثوابت راسخة، وفي يوم الشباب البحريني 25 مارس، نرى الأفق أكثر اتساعاً في وطن عظيم يؤمن بقدرات شبابه.

## سيد حسين شرف

### بيئة العمل المحفزة أهم أسس النجاح



هناك نماذج كثيرة للشباب البحريني المتميز، والأساس في ذلك كما يرى الشاب حسين السيد علي شرف، المتخصص في إدارة الأعمال والتسويق من جامعة البحرين، هو أن البحريني قادر على الإنجاز والنجاح بشرط توفير البيئة المناسبة والتحفيز والتقييم بمرادود معنوي ومادي ومهني، ليجد الدافع المؤدي إلى خطوات نجاح لاحقة، وأي نظرة خلاف ذلك، فهي تخالف الصواب.

يتطرق السيد شرف إلى الأسلوب الذي يمضي بنا إلى النجاح وهو بعد توفيق الله سبحانه وتعالى أن كل فرد في المجموعة يمثل قيمة، ويؤدي دوراً مهماً في العمل بغض النظر عن منصبه حتى لو كان من يقوم بعمل القهوة للموظفين، أما النقطة الثانية فهي الحرص على أن تقوم كل يوم بتنفيذ خطوة ولو كانت صغيرة، فتسلسل الخطوات يؤدي للوصول ولو بعد حين، بينما الوقوف خوفاً أو تعباً أو غير ذلك، لا يوصلك لوجهة النجاح.

من المقولات التي أحضعتها للتأمل، يقول: "التاجر فاجر ما لم يتفقه في الدين"، ومدلولها وفائدتها بالنسبة لي تكمن في ضرورة مراعاة الحق والجانب الشرعي في التجارة والعمل، فهناك دائماً طرقاً قد تؤدي إلى الحصول على المال ولكن من غير موقعه الصحيح، وإن كل المال هو مال الله سبحانه وتعالى، وإن كان بحوزتنا إلا أن ملكه الحقيقي يؤول إلى الله، ونحن إنما مستخلفون فيه، ولذلك يجب أن نعمل على وجوه إنفاقه، وفي أي طريق وبأي وسيلة مشروعة.

وفي تقديره، فإن السيد شرف يرى أن تخصيص يوم للشباب البحريني ما إلا خطوة من خطوات تقدير الجهود التي يبذلها أبناء البلد الكريم، فهم مجتهدون وتواقون إلى خدمة وطنهم بكل شرف.



## أسماء المدني الإدارة والقيادة شخصية البحريني

واصلت طريقها متجاوزة كل الحواجز لتتنال شهادة بكالوريوس علوم الإدارة من جامعة بنتلي بالولايات المتحدة الأميركية، ثم ماجستير إدارة المشروعات من الجامعة العربية المفتوحة في مملكة البحرين، وهي اليوم مدربة ومحاضرة في الإدارة والقيادة، التي تصفها بأنها من صفات البحريني التواق للتقدم والتطور.

تحدثنا أسماء فقول إن حسن الظن بالله سبحانه وتعالى هو طريقي في تحقيق النجاح، ولي حكمة في الحياة أؤمن بها مصداقاً لما ورد في كتاب الله الكريم وفي الأحاديث النبوية الشريفة، ففي كل محطات الحياة المتغيرة نحيا بالأمل الذي وعدنا به رسولنا الكريم (ص) في قوله: عجباً لأمر المؤمن إن أمره كله له خير، وليس ذلك لأحد إلا للمؤمن: إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له"، ثم بالاجتهاد والإخلاص تأتي الثمار.

وها هم الشباب البحرينيون يعيشون يوماً مليئاً بالطموح وهو يوم 25 مارس كيوم للشباب البحريني، وأقول إن شخصية الإنسان البحريني منذ القدم، كانت وما تزال متميزة، وهي نتاج التربية الإسلامية التي يتشربها من صغره، والتي علمته أن الاجتهاد والسعي ضرورة لتحقيق النجاح، وأن التلذذ والتواكل لا يأتي بخير، فكل مواطن بحريني مخلص يسعى لأن يكون السفير الأمثل لبلاده في مجال تخصصه.



## هدى ميرزا الشباب... المورد الأكثر قيمة

النمو والتطور المستمر لمملكة البحرين، فمرحلة الشباب مليئة بالأمل ولديهم القدرة على اكتشاف الابتكارات الجديدة التي ستفيد البلد. وعن مرتكزات النجاح تقول: "كوني من عائلة من الأطباء أدركت في وقت مبكر أنني بحاجة إلى التحلي بالجرأة واتخاذ قرارات محفوفة بالمخاطر، ولهذا وجدت الآتي: حدد نقاط القوة والضعف لديك ثم اتخذ خطوات لتحسين المجالات التي تعتقد أنه يمكنك تحسينها، ويحضرني قول ستيف جوبز: سوف يملأ عمك جزءاً كبيراً من حياتك، والطريقة الوحيدة للشعور بالرضا حقاً هي أن تفعل ما تعتقد أنه عمل رائع"، والطريقة الوحيدة للقيام بعمل رائع هي أن تحب ما تفعله، وإذا لم تجده بعد، فاستمر في البحث، ولهذا فأنا شخصياً أسعى وباستمرار لتحسين قدراتي ومعارفي، ولدي رسالة قصيرة إلى جميع الشباب في بلدي الحبيب: "انطلقوا لتحقيق أحلامكم فالسما هي الحد، ولا تخافوا من الفشل، فالحياة مليئة بالمفاجآت!".

كونها رائدة أعمال متخصصة في مجال إدارة المواهب والثقافة والموارد البشرية، وتحمل شهادة الدكتوراه في العلاج الطبيعي من الجامعة الأهلية للطب والعلوم، تؤمن هدى ميرزا بأن الشباب هم المورد الأكثر قيمة للأمة، ولديهم القدرة على المساهمة بشكل كبير في التنمية وتحقيق التحول الاقتصادي والاجتماعي.

وتشير إلى أنه بالنظر إلى أن ما نسبته 25.9% من سكان مملكة البحرين تقل أعمارهم عن 19 عاماً، فإننا نرى جيلاً مليئاً بالطاقة والحماس للتعليم والعمل والإنجاز، وأود أن أعبر وعن خالص امتناني لولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة لموافقة مجلس الوزراء على الاحتفال بيوم 25 مارس يوماً للشباب البحريني، كما أعبر عن الاعتراف والتقدير لممثل جلالة الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة لمبادراته الحضارية الموجهة لشباب الوطن؛ لإسهامهم في



## جنات بوزيد

### جلطة جدتي الحبيبة... قصة التخصص

بعد أن قضت 11 عامًا اختصاصية في مجال العلاج الطبيعي وتميزت فيه، ها هي جنات بوزيد تسعى بطموح لإكمال دراساتها العليا، بل ويكبر الطموح ليكون من ضمن بنود خطتها حلمها أن تفتتح مشروعها الخاص بإنشاء مركز متخصص تحت إشرافها، ولم لا؟! ففي قصص النجاح لشباب البحرين ما ينبئ بالكثير في ميدان الطموح. كيف اختارت هذا التخصص؟ القصة مختصرة كما تخبرنا بها جنات: "تعرضت جدتي الحبيبة رحمها الله إلى جلطة، وكنت آنذاك في المرحلة الثانوية وأحببت تخصص العلاج الطبيعي، والسبب في ذلك هو الزيارات المتكررة لاختصاصية العلاج الطبيعي التي كانت ترعى جدتي بكل إخلاص وحنان ومحبة، فأحببت عملها واتخذت قراري بالتخصص في هذا المجال، واليوم أرى قراري صائبًا وأنا في غاية الرضا به".

طوال فترة الدراسة، حظيت بدعم ومساندة أسرتي لا سيما الوالد والوالدة حتى تخرجت، وحينما بدأت العمل وجدت أيضًا كل المساندة والدعم ونقل الخبرة من جانب الزملاء والزميلات الاختصاصيين وكذلك الأطباء، وأعجز عن توجيه الشكر والتقدير والامتنان لهم جميعًا، ولو تمكنت من أن أذكرهم بالاسم فردًا فردًا لفعلت، ولكي لا أنسى أحدًا فالكل محل تقدير لما بذله من دعم لي ولغيري من شباب البحرين.

لقد أضاف لي هذا التخصص الكثير من المهارات والخبرات خصوصًا في العلاقة مع المرضى وذويهم وهذه ثقافة اجتماعية مهمة تجعلك تتعامل مع الناس من مختلف الثقافات، ولي العديد من المقالات الطبية التي تركز على التوعية ودور العلاج التأهيلي في مساعدة الكثير من المرضى؛ لكي يواصلوا ويعيشوا حياتهم بشكل طبيعي. ولنا الفخر كشباب بحرينيين أن نرى هذا الاهتمام من جانب المملكة بتخصيص يوم للشباب البحريني، وهو يمثل بالنسبة لي دافعًا لبذل مزيد من الجهد في سبيل خدمة وطني الغالي.

## علي الحايكي

### العمل الجماعي أساس قوي لنتائج قوية

منذ العام 2008 بدأ حياته العملية مصممًا على اكتساب الخبرات دون كلل أو ملل، فبدأ مندربيًا بإحدى الوزارات محاسبًا، ثم مندربيًا في إحدى شركات التأمين، وعمل في مجال البيع والتحصيل في شركة أخرى، وفي قسم الإدارة والمراقبين بشركة شحن، ثم مديرًا لللائتمان والشؤون القانونية في إحدى الشركات القابضة، ومنذ تخرجه في تخصص إدارة الأعمال بجامعة البحرين، وهو يجني ثمار ما آمن به، ولكن ماذا يخبرنا الشاب علي الحايكي؟

طوال فترة دراسته الجامعية، اكتسب مهارات العمل المنظم، لا سيما فيما يتعلق بإدارة الوقت وتنظيمه وكيفية التعامل مع أعباء العمل وإكمال المشروعات والمهام، ويقول: كان لزامًا على الطلبة تنظيم وقتهم بكفاءة من أجل إكمال المشروعات بنجاح وفي المواعيد المحددة بتواريخها.

ويضيف: أن تكون قائدًا مقتدرًا فهذا يتطلب العديد من المهارات الشخصية، وهذا أيضًا ما تعلمته في تنفيذ المشروعات الجماعية مع الزملاء من الطلاب والطالبات في الجامعة، فالقائد معين وسند مهم لا سيما في توزيع المهام على أعضاء مجموعته وتحديد المواعيد النهائية لكل عضو حال اختيار جزئية أو تكليف معين، ولأنني كنت مسؤولًا عن تنظيم اجتماعات المجموعة أسبوعيًا لضمان الإنتاجية، أدرت أهمية التزام الجميع بالمواعيد المحددة، واليوم، نرى أن العمل الجماعي يعد عاملاً قويًا لتحقيق النتائج القوية.

ويكمل: كنت أيضًا مسؤولًا عن تنظيم اجتماعات مجموعة المشروعات الجماعية المنفذة في الجامعة على أساس أسبوعي لضمان الإنتاجية والتأكد من التزام جميع الأعضاء بالمواعيد النهائية المحددة، وعززت ذلك بتعلم مهارات وتقنيات المعلومات من ذوي الخبرة والكفاءة في استخدام مختلف البرامج وكذلك طرق البحث والاهتمام بالقراءة والكتابة، ولدي اهتمام أحبه كثيرًا وهو جمع المعلومات عن قطع غيار السيارات وأسعارها.

ولا يخفي الحايكي سعادته احتفالًا واحتفاءً بيوم الشباب البحريني، فسعادته مثل سعادة كل شباب البلد الذين يحملون الحب الكبير لقيادتهم الكريمة ولوطنهم الغالي، فهذا التقدير والتشجيع والاهتمام يمثل الحافز الفعال للمضي في طريق التقدم.



## محمد الدوسري

### الخطأ والفتش هما وقود النجاح

كان لزامًا وضع مسار لتحقيق النجاح في مشواره بالحياة، وهكذا نظر الشاب محمد الدوسري، المتخصص في التسويق الإلكتروني ويحمل شهادة بكالوريوس الإعلام الرقمي من جامع البحرين، حيث يقول إن المعادلة بسيطة وصعبة التنفيذ! لكن كيف؟

يواصل: أولًا تحديد الأهداف ثم التعلم ثم الممارسة والخطأ ثم التقدم والإنجاز، وهكذا ننتقل من مرحلة إلى أخرى،

ولنعلم بأن الفشل والخطأ هما وقود النجاح، فإذا خفت منهما ستكون النتيجة عدم الحركة ثم الفشل، وإذا صادقت الفشل والخطأ وتصلحت معهما ستجد بأنك تتحرك وتتقدم وتتغير وتنهض من جديد وتكمل المسير، ولا يبنى ذلك إلا على تخطيط سليم وأخذ بالأسباب.

ولعل أهم ما يدفع الشخص للتقدم هو شجاعته للخروج من دائرة الراحة التي ألفها واعتاد على النجاح داخلها، الخروج من دائرة الراحة يعني تجارب جديدة وخطوات أكبر واحتمالية أكبر للفشل أيضًا، ومع الوقت تكبر دائرة الاتقان والراحة حتى يجد الشخص أنه تمكن ونجح في الكثير من الأمور، وأساس كل ذلك "الحركة".. انظر إلى الماء في الشلالات والأنهار، وانظر إلى جمال الحركة والحيوية والنتيجة لهذه الحركة المستمرة والدووية، وفي المقابل، انظر إلى مياه المستنقعات، راكد هادئ.. لا يتقدم ولا يتأخر.. إن الماء في الجهتين هو نفسه الماء ولكن السر كل السر في "الحركة".

ويضيف قوله كخلاصة تجربة: تحرك مهما كانت قدراتك ومهارتك، إنني لأعرف أناسًا قد وهبهم الله الموهبة والقدرة والمعرفة ولكن فترروا وانسحبوا إلى مياه المستنقع بسبب خوفهم من الفشل، وأعرف أناسًا آخرين ليست لهم الموهبة ولا القدرة الكافية ولكن بفضل الحركة المستمرة والإصرار والعناد على صعود ماء الشلال، تحول كل منهم إلى شلال هادر يضح بالحياة والنجاح، وحكمتي في الحياة.. (الحياة حلوة والأمور طيبة).

وهنا لحظة التعبير عما يمثله يوم الشباب البحريني 25 مارس فيتحفنا الدوسري بالقول "عاصرت من طلابي من كان ضعيفًا في مهارة التصوير ولم أنظر قط إلى أنه قد يكون مصورًا في يوم من الأيام، ولكن رأيت فيه العزيمة والإصرار على التعلم والمحاولة والخطأ، والأن هو يدير شركة للتصوير وأصبح متميزًا".. شباب البحرين يستحقون توفير الفرص وبيئة النجاح بكل جدارة.



## ماجد درويش

### الصعوبات... تحديات

الشاب ماجد درويش يمثل نموذجًا للشباب البحريني الذي يفخر به من حوله، فعلى الرغم من أنه ما يزال في الصف الثاني الثانوي إلا أنه اختار لنفسه طريقًا إبداعيًا يتناغم مع متطلبات الحاضر والمستقبل، وهو مجال الكهرباء والطاقة المتجددة والإلكترونيات وكذلك الروبوتات. هو مشروع مبتكر ومخترع حاز على المركز الأول في مسابقة البحث العلمي في البحرين، التي نظمها مركز الموهوبين بمشاركته بجهاز الطاقة المتنقل، وهو جهاز يعمل بالطاقة الشمسية وأيضًا بالإمكان شحنه من الكهرباء المنزلية، كما أنه حاز على المركز الثالث آسيويًا في الروبوتات المتحركة بعد مشاركته في المسابقة الآسيوية للمهارات في أبوظبي العام 2018 عندما كان في المرحلة الإعدادية، وحاز على المركز الثاني على مستوى مدارس البحرين في مشروع المدينة الذكية في مسابقة (WRO) في مركز رعاية الموهوبين.

يقول ماجد إن لكل منا أسلوبه في العمل والدراسة والرسم والحفظ والقراءة والابتكار وغيرها من مهارات أو ملكات أو هوايات، ولأنه يعيش عالم الابتكارات والاختراعات ويطمح لتسجيل براءة اختراع يخدم فيها الإنسانية، فإنه يؤمن بأن داخل كل منا إبداع وعليه أن يبحث عنه، ويشير إلى أن المشروعات بالنسبة له تبدأ بفكرة تلعب في ذهنه بشأن عمل معين، وقد يكون من حاجة ضرورية أو ربما لتذليل صعوبة ما، فيبدأ برسم الفكرة لما يريد صناعته ويدرسه من جوانب عدة من ناحية طريقة العمل والأدوات اللازمة ومرحلة العمل والتجربة ومستلزمات السلامة وفاعلية ما ينجزه من ابتكار، وإضافة إلى ذلك، فإن جميع العلماء والمبتكرين والمفكرين في شتى المجالات بحثوا عن الإبداع وعملوا على الإنجاز، فلا يكفي العلم بلا عمل ولا إصرار.

ويلفت: إذا لم أعمل ولم أجتهد فقد لا أصل وربما يكون العمل ناقصًا، لذلك لا بد من الدقة والإتقان، وكما روى الرسول الأعظم "ص": "إن الله تعالى يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه"، ولهذا أقول ونحن نحتفل بمناسبة يوم الشباب البحريني إن هناك الكثير من شبابنا لديهم إبداع كبير ويسعون للإنجاز بأفكار جديدة، ويعتبرون الصعوبات نوعاً من أنواع التحدي الذي من خلاله يصلون للنجاح.

تخصصت باسمه عبدالكريم في إدارة الأعمال الدولية (BSIB)، حيث وجدت قدرتها على العطاء في هذا المجال الذي تتوالى حلقاته في تسلسل متجدد كعلم حديث، وأكثر ما يسيطر على اهتمامها هو متابعة التعليم المستمر من جهة، ونقل تجاربها وخبراتها إلى الشباب من جهة أخرى، فهي ترى أن التعليم ومواكبة التطوير لا يتوقف على التلقي بل باستمرارية التعلم وتطوير ما تعلمناه.

وتنتهج باسمه هذا النهج في حياتها المهنية ارتكازًا على العلم كما يقول الله سبحانه وتعالى في محكم كتابه الكريم: "يرفع الله الذين آمنوا منكم والذين أوتوا العلم درجات" والله بما تعملون خبير"، وكما هو رائع حين نشعر بأننا نتبع الهدى القرآني في مشوار تعليمنا ونجني ثماره بتوفيق رب العالمين، ونسير خطوة تلو خطوة لنحقق ذواتنا.

وتتطرق إلى إصرار شباب البحرين على النجاح لا سيما الشريحة التي تواجه العراقيل والعقبات وتجتازها دون بأس، فقول: "الشباب البحريني طموح ويمتلك القدرات التي تجعل من الوقت الصعب طاقة ومن الأخطاء دروسًا فتجد لديهم قوة الصبر والأمل على طول الدرب"، وأكثر ما يعجبها في الشباب أنهم واثقون من خطواتهم وأهدافهم حتى لو بدت صعبة ومستحيلة، فلدى الكثير منهم القدرة على عدم الاستسلام وحتى الظروف الصعبة والمستحيلة تجعلهم أكثر صلابة ومضيا في عدم التنازل بسهولة عن الأحلام التي رسموها، فنرى الإصرار موجودًا لكل من لديه هدف يسعى للوصول إليه، بل لا يتوقف ولا يكل ولا يمل حتى يصل إلى مبتغاه بمعرفة تجاه ما يسعى إليه.

وهناك أمر آخر، وهو الحرص على اكتساب المهارات والخبرات والعلم في أكثر من مجال، فتجده يحمل شهادته الأكاديمية، وسواء حالفه الحظ للحصول على وظيفة كان ذلك، وإن لم يحالفه فلديه الخطة البديلة ويوظف مهاراته لفتح أبواب تميز جديدة، وهذا لا يقتصر على المجال الدراسي بل في المهارات الحياتية أيضًا، وكما رأينا كيف أن بعض الشباب أبدعوا في مجال التدريب والطب والتجارة والهندسة بل حتى في مجال الطبخ، وسر التفوق هو التسليح بالعلم والمعرفة.

إذًا، خلاصة ما تقدم، نحن ننثر البشائر حين نحتفل بيوم الشباب البحريني كمبادرة حضارية من لدن الحكومة الموقرة، نتكامل في حلقاتها مع اهتمام قيادتنا الرشيدة بتوفير كل الفرص وتسخير الإمكانيات لشباب البحرين الذين عليهم تتألق الآمال والطموحات للغد المليء بالنجاح.



## باسمة عبدالكريم

### الاستمرارية... أن نتعلم ونطور ما تعلمنا



مساعد المدير  
العام لوحدة الدعم  
المؤسسي

محمد  
عواجي

انطلاقًا من مسؤوليتها الاجتماعية لتطوير قدراتهم

## "سوليدرتي البحرين" تؤكد استثمارها في المواهب الشابة

يأتي الاهتمام بالقطاع الشبابي في أعلى قائمة خطط شركة سوليدرتي، وعلى هذا الاتجاه توجت الشركة هذا الاهتمام ببرامج ومبادرات وأنشطة على المستوى التعليمي والتدريب والتطوعي والمهني كذلك؛ خصوصًا أن مجال العمل يلزم إعداد الكوادر المؤهلة مستقبلاً كركيزة من ركائز برامج الشركة.

وإيمانًا بالمسؤولية الاجتماعية، وفي ظل الاحتفال بيوم الشباب البحريني 25 مارس، فإن هناك صورة بارزة تتجلى في الاستفادة والاستمرارية والتنوع المساهم في تطوير قدرات الشباب، ولذلك فهذا الجهد يتماشى مع استراتيجية سوليدرتي.

في حوارنا مع السيد محمد عواجي، مساعد المدير العام لوحدة الدعم المؤسسي بشركة سوليدرتي، طرحنا سؤالاً يقول: إن الاحتفال بيوم الشباب البحريني في 25 مارس من كل عام مبادرة تؤكد الاهتمام بقطاع الشباب كركيزة للتطور والتنمية في كل المجالات، وشركة سوليدرتي لها إسهاماتها المهمة، كيف تنظرون إلى معاني هذه المناسبة؟

إن الاهتمام المشهود من لدن حضرة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة عاهل البلاد المفدى، وولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، وسمو الشيخ ناصر بن حمد ممثل جلالته الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب يجسد العديد من الرؤى التي ترجمتها المملكة إلى أهداف واضحة ونجحت في تحقيقها، ولو تحدثنا عن مبادرة المملكة بتخصيص يوم للشباب البحريني، فهذا يعطينا دلالة على أنها مناسبة تحمل "علامة ذهبية" للقطاع الشبابي في كل المجالات.

على الصعيد الداخلي للشركة، ما أبرز البرامج والمبادرات التي نجحتم في تنفيذها للإرتقاء بفئة الشباب العاملين لديكم؟

لابد من القول إن الكوادر الشبابية في "سوليدرتي" يمثلون الامتداد التطويري الذي يمزج بين خبرة القيادات الإدارية والاستثمار في القدرات الشبابية، وعلى هذا الأساس فنحن حريصون على دعم الطلاب من مختلف الجامعات في المملكة بتزويدهم بالتدريب المهني الذي يساعدهم على تعزيز مهاراتهم العملية وتجهيزهم لسوق العمل، والدليل على ذلك هو تنظيم البرنامج الصيفي المعد خصيصًا لتطوير مستقبل الطلبة البحرنيين الجامعيين.

خلاصة القول، إن "سوليدرتي"، تؤمن بالاستثمار في المواهب البحرينية الشابة وتزويدهم بمعرفة واسعة من التدريب والتوجيه تحت إشراف نخبة من أفضل الخبراء لخلق مستقبل أكثر تميزًا من خلال تهيئتهم لفرص العمل وتزويدهم بحلقات تدريبية في مختلف الإدارات، كإدارة إكتتاب التأمين، وإدارة مطالبات التأمين، وإدارة تكنولوجيا المعلومات، والإدارة المالية.

دعمت الشركة العديد من الفعاليات الشبابية، ما أهم الأسس التي تركزون إليها من باب المشاركة التفاعلية مع المجتمع؟

تدعم الشركة العديد من الفعاليات الشبابية، منها "منتدى الابتكار في التمويل الإسلامي السنوي بنسخته الثالثة" الذي عقد في فبراير الماضي 2022، ومشاركة "سوليدرتي" كداعم حصري لقطاع التأمين في المنتدى، حيث أقيم تحت رعاية مصرف البحرين المركزي، وبمشاركة رفيعة المستوى من خبراء القطاع المالي والتكنولوجيا المالية والمختصين القانونيين والمشرعين لمناقشة "مدى تأثير الابتكار في التكنولوجيا المالية على قطاع الاستثمار"، وبلا شك فإن هذا المنتدى يكتسب أهمية لكونه يبحث الحلول الرقمية في تطوير الصناعة الاستثمارية وما سينجم عن هذا التحول من فرص وتحديات. هذا المثال يؤكد حرص الشركة على دعم مختلف الفعاليات الشبابية والتي تساهم في نمو ونهضة السوق البحرينية.

تواصلًا مع السؤال السابق، حدثونا عن تجربة الشركة في رعايتها لمسابقة كأس جلالة الملك ودوري ناصر بن حمد الممتاز لكرة القدم؟

رعايتنا السنوية لهذين الحدثين البارزين، تؤكد أننا ماضون في سياستنا الداعمة في تطبيق الشراكة المجتمعية بين القطاع الخاص وقطاع الشباب والرياضة بالمملكة، وتحديدًا الاتحاد البحريني لكرة القدم، وتفخر "سوليدرتي" بسجلها الحافل في دعم القطاع الرياضي والشبابي بالبحرين، وتسخيرها الإمكانيات للنهوض بهذا القطاع الذي أسهم في الارتقاء بمستوى المسابقات؛ الأمر الذي سيسهم في تحقيق الرؤى التطويرية لكرة القدم البحرينية.

هذا من ناحية، أما من ناحية أخرى، فإنها تعكس الحس الوطني المؤدي إلى زيادة عوامل النجاح للمسابقتين، بما يحقق التطلعات التي يرمي إليها الجميع في عملية التطوير المنشودة.

وفي الأخير، تؤمن سوليدرتي بأن تقديم الدعم اللازم للشباب البحريني يعد واجبًا وطنيًا، ومسؤولية مجتمعية يتحتم على الشركة الالتزام والوفاء بها.

مدير التوظيف وعلاقات  
الموظفين بـ "زين البحرين"

## محمد عيسى

الشباب  
مستقبل  
المملكة  
والاحتفاء  
بيومهم  
يؤكد  
أهميتهم

باعتبارها واحدة من كبرى شركات الاتصالات التي نجحت في صناعة علامة بارزة في إطار دورها الوطني لتأهيل الشباب من الجنسين في برنامج أسمته "زين الشباب"، فإن "زين البحرين" تمكنت من خلق تجربة رياضية تستحق الإشادة كنموذج يحتذى به، وتجربة كهذه عمرها 11 عامًا كفيلة بالوصول إلى درجة تراكم الخبرة، وهو ما يؤكد مدير التوظيف وعلاقات الموظفين و"زين الشباب" بقسم الموارد البشرية بالقول إن الشباب هم مستقبل المملكة، ومن خلال رعاية مواهبهم وتجهيزهم لمواجهة جميع التحديات، سنسهم في صنع قادة الغد الذين سيقودون البلاد إلى مستويات متزايدة من النجاح، تخصيص هذا اليوم لهم يعلمهم بمدى أهميتهم لنا، إذ نمهد الطريق لهم لكي يتولوا زمام الأمور يومًا ما. نحن نحتفل بشبابنا وبإمكاناتهم اللامحدودة في هذه المناسبة السنوية، وسنقرأ تفاصيل أخرى مهمة بين جنبات هذا الحوار...





## نساهم في صنع قادة المستقبل بمجال الاتصالات كونه قطاعا مهما في الاقتصاد الرقمي المتنامي

الذكاء الاجتماعي والعاطفي، وتعتبر كل هذه المهارات قابلة للتحويل، إذ ستساعدهم على النجاح في حياتهم المهنية، سواء مع شركة زين البحرين أو مع باقي الشركات.

ما معايير الاختيار لزين الشباب ومراحل البرنامج وما آلية التقييم المعتمدة لدى الشركة؟

برنامج زين الشباب متاح للبحريين الذين تتراوح أعمارهم بين 19 و24 عامًا، ويجب على المتقدمين أن يكونوا حاصلين على دبلوم أو على الأقل في السنة الثانية من الجامعة وأن يجيدوا اللغتين الإنجليزية والعربية، ويخضع المرشحون لاختبارات تقييم القدرات أو المقابلات ليتم إدراجهم في القائمة المختصرة، وبعد ذلك يخضع المرشحون المختارون لمدة 6 أسابيع من التدريب في الموضوعات النظرية والمهارات العملية ومحاكاة الأعمال، ويجب عليهم اجتياز اختبار في كل مرحلة للمتابعة إلى المرحلة التالية، وعند الانتهاء من التدريب، يدخل المرشحون الناجحون في البرنامج.

شركة "زين" لها مبادرة واحدة وهي "زين الشباب" كبرنامج تدريبي، ما أبرز البرامج والمبادرات التي نجحتم في تنفيذها للارتقاء بفئة الشباب العاملين لديكم وكذلك لفتح المجال أمام الشباب ذوي الكفاءة؟ المبادرات التي أطلقتها زين البحرين لتمكين الشباب توفر للشباب البحريني فرصا فريدة لاكتساب الخبرة العملية في المراحل المبكرة من مسيرتهم المهنية، وسواجه المشاركين في هذه البرامج تحديات واقعية من عالم الأعمال بهدف صقل مهاراتهم وجعلهم على استعداد لاتخاذ أولى خطواتهم المهنية بعد تخرجهم، ويمكن للطلاب الاختيار من بين مجموعة متنوعة من هذه البرامج المختلفة التي تناسب احتياجاتهم على أفضل وجه، ومن ضمنها التدريب في الفترة الصيفية ومشروعات مع المرشدين وبرنامج Generation Z الذي يوفر مهارات تقنية على مدة 18 شهرًا، وبرنامج التطوير المهني.

سؤالنا الأخير: ما خطتكم المستقبلية في إطار تمكين ودعم الشباب؟ تستند مساراتنا لبرنامج "زين الشباب" على ما تعلمناه عبر السنوات الإحدى عشرة الماضية، وقد رفعا عددها من 1 إلى 6 مسارات، كل واحد منها يخدم شريحة مختلفة من الشباب، كما سنقدم المسار السابع قريبًا، وهو ما سيسد الفجوة بين متطلبات السوق المستقبلية ونتائج التعليم.

بالطبع هناك تعاون بين الشركة وبين مؤسسات القطاع الحكومي والخاص من باب الشراكة الاجتماعية، حدثونا عن تجربة الشركة في هذا الشأن؟ تتماشى استراتيجية زين البحرين مع رؤية الحكومة في تطوير مهارات الموظف البحريني؛ بهدف جعله الاختيار المفضل في القطاعين العام والخاص، فنحن نساهم في صنع قادة المستقبل في مجال الاتصالات بالذات لكونه قطاعا مهما في الاقتصاد الرقمي المتنامي، عبر مجموعة متنوعة من البرامج والمبادرات التي تساعد على صقل مهارات الطلاب.

## المرشحون لـ "زين الشباب" يخضعون لاختبارات تقييم القدرات لإدراجهم في القائمة المختصرة

طبقًا لبرنامج "زين الشباب"، يعتبر اكتساب المهارات وتهيئة فرص عمل للشباب مسؤولية وطنية، ما الفرص المهنية التدريبية التي يقبل عليها الشباب ويبدعون فيها وفق تقييمكم؟

تهدف زين البحرين إلى تمكين الشباب من خلال تزويدهم بأحدث مجموعة من المهارات؛ بهدف خلق القوة العاملة التنافسية التي تتطلبها سوق المستقبل، فهم يكتسبون خبرة عملية في مجالات مبيعات المستهلكين وخدمة العملاء وأنشطة خدمة المجتمع وغيرها، ويكتسب خريجو البرنامج العديد من المهارات ومنها حل المشكلات والاتصال وتعلم

## مبادرات "زين البحرين" لتمكين الشباب توفر فرصا فريدة لاكتساب الخبرة العملية مبكرا

## فاطمة صالح

## فاطمة صالح

### فاطمة صالح

#### فاطمة صالح

##### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح

###### فاطمة صالح



## يوسف الخاجة

## المجال مفتوح لكل الأفكار في "زين الشباب"

أمضى يوسف الخاجة ثلاث سنوات في عمله بقسم المبيعات، ويقول: إن ما توفره الشركة في برنامج "زين الشباب" في حقيقته وحسب ما أرى شخصياً أنه لا يتوافر في الكثير من الشركات، والدليل على ما أقول هو ما يحصل عليه شبابنا وشاباتنا في الشركة من دورات تدريبية متقدمة، ولا تبخل الشركة أبداً في توفيرها للجميع، والهدف استفادة العاملين لتمكينهم من رفع قدراتهم وخبراتهم وبالتالي تحسين الأداء الوظيفي وفق أعلى المقاييس.

وبلغت الحاجة إلى أن هناك جانباً له فعالية كبيرة في شحذ الهمم وتشجيع التنافس البناء من خلال تلقي مقترحات وأفكار الشباب، والحق يقال، فإن المسؤولين لا يشعرونك بأن فكرتك ليست مقبولة أو غير مناسبة، بل كل المقترحات تحظى بالاهتمام والتشجيع لتحقيق الإنجاز، خصوصاً تلك الأفكار التي تواكب متطلبات التطوير وينعكس تنفيذها على تحقيق رضا العملاء، وبالنسبة لي تنامي لدي إحساس الثقة والقدرة على تقديم مزيد من الجهد، بل كل جهد مميز مهما كان يسيراً تجد المسؤولين في الشركة يضيفون إليه من خبراتهم وملاحظاتهم ليصبح أكثر إتقاناً. ومما تعلمته من أجواء العمل في الشركة هو صياغة طموحي المستقبلي بحيث لا يقتصر على اتجاه معين، فعصرنا اليوم يتطلب معارف ومهارات في المجالات الواسعة، فربما تخصص شاب في فرع دراسي جامعي وتخرج ولم يحقق طموحه.. أنا مثلاً أحمل بكالوريوس تربية رياضية من جامعة البحرين لكن لم أحصر قدراتي في هذا المجال فقط.. من هنا، أجد أن الانتظام في دورات متعددة العلوم يجعل من الخريج متسلحاً بمهارات تناسب العمل في كل القطاعات وبالتالي تكون الخيارات أمامه أكثر وهذا ما تقوم عليه سياسة زين التدريبية من وجهة نظري.

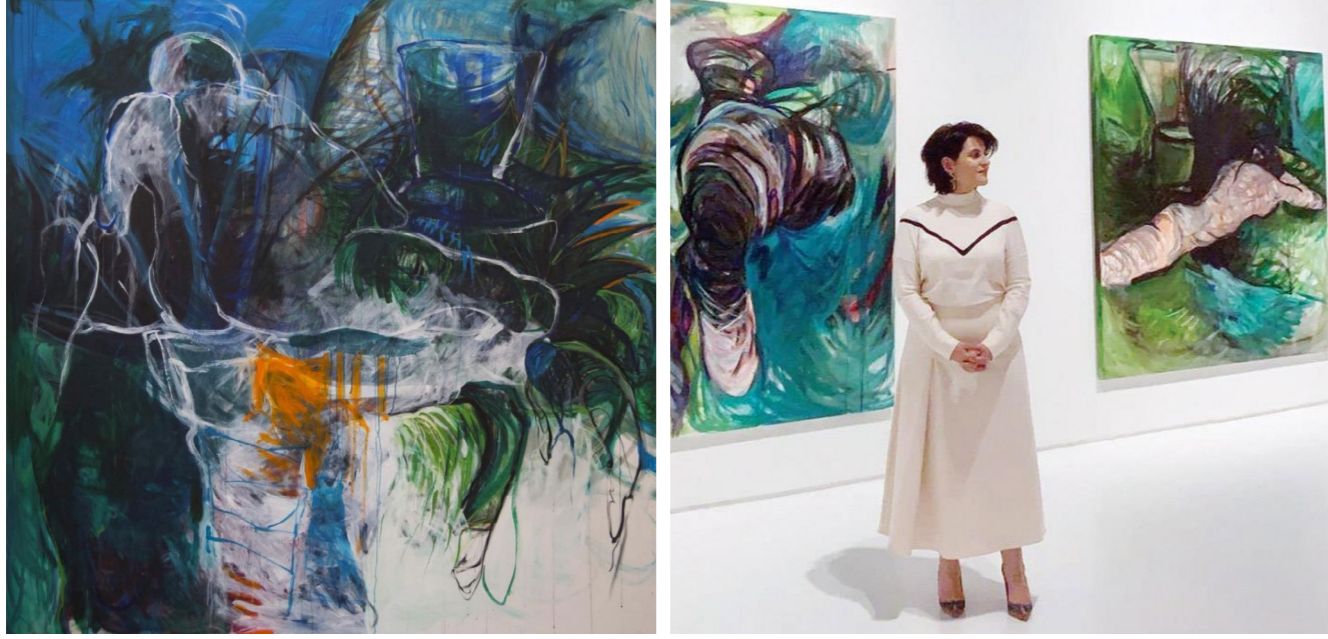
الحاجة سعيد للغاية بالاحتفال بيوم الشباب البحريني في 25 مارس من كل عام، ويقول: لله الحمد، فإن حكومتنا الرشيدة قدمت خلال سنوات قليلة الكثير من المبادرات التي جعلت البحرين من الدول الرائدة في مجال الشباب ورعايتهم؛ لأنهم عماد الحاضر والمستقبل وهم من سيمولون مسؤولية بناء البلد.

خدمة العملاء مساحة واسعة من التجارب، فحين تلتقي في اليوم بعشرات من الناس فإنك تتعلم كل يوم فائدة جديدة.. بهذه النظرة تحدثنا مندوبة خدمة العملاء بشركة "زين" فاطمة صالح، التي تعبر عن عميق الامتنان للشركة التي منحتها ومنحت زملاءها وزميلاتها فرصة رائعة للتدريب والتعلم والعمل، وحتى في خارج العمل.. أي في اللقاءات العائلية ومع الأصدقاء، فهي تتحدث عن أجواء مميزة في "زين الشباب"، أساسها اختيار شريحة من الشباب من الجنسين بين 20 و25 عامًا وتفتح لهم أبوابها ليتعلموا ويكتسبوا المعارف العملية.

تحمل فاطمة بكالوريوس علم الاجتماع من جامعة البحرين، ووجدت الطريق إلى زين ممهداً منذ أن كانت في الفصلين الأخيرين من الدراسة حيث التحقت ببرنامج تدريبي لدى الشركة، وهذه الملامح الجديدة بالنسبة لها، فالمناهج الأكاديمية وأجواء الحياة الجامعية تختلف عن أجواء العمل، ولعل الأبرز في البرامج التدريبية ضمن "زين الشباب" أنها طموحة ومتجددة الأفكار، وحتى في ظل ظروف جائحة كورونا استمرت "أونلاين" من خلال اللقاءات والاجتماعات المرئية والصوتية وتقول: قدمت لنا الشركة كشباب ننضوي تحت مظلتها اتجاهات جديدة لكي ندخل تجربة واقعية في التعامل مع العملاء والتعامل مع الزملاء والتعامل مع متطلبات العمل، ففي زين الشباب، تجد الإدارة والموظفين والعملاء أسرة واحدة.

وتحدثت فاطمة صالح عن طموحها المستقبلي الذي يأخذها إلى أن تكون قيادية ومرشدة وتملك خبرة في مجال التوجيه والتعليم والتدريب، لهذا تنتظر إلى مناسبة يوم الشباب البحريني أنه صورة جميلة تنمي روح العزيمة والانطلاق لدى شباب البلد، وفي الوقت ذاته هي تأكيد لاهتمام المملكة بهذه الفئة التي تمثل الشريحة الأكبر من سكان البحرين، فمجتمعا البحريني شبابي، وغالبية هذه الفئة من مواليد التسعينات لكنهم يحملون نظرة واعدة للمستقبل، وكل الشكر والتقدير لشركة "زين" التي كان لها قصب السبق في تحقيق تميز مشهود بالنجاح يحمل عنوان "زين الشباب".





# الشيخة هلا آل خليفة

تصنيف  
لغة  
الجمال  
بلوحاتها  
النايضة

في لحظات تأمل آسرة، مفعمة بمزيج من المشاعر والأحاسيس.. في ظواهرها وخوافيها، تأخذك أعمال المدير العام للثقافة والفنون في هيئة البحرين للثقافة والآثار الشيخة هلا بنت محمد آل خليفة، إلى عوالم ربما تفيض عليك بالكثير من الحكايات والأسرار نفسيًا وبصريًا.. لتقف مذهولًا ومفتخرًا ومعجبًا بأعمال تنبض بلغة الجمال.

ثمة عودة إلى الوراء قليلًا فيها الكثير من الألق المذهل.. إلى فبراير من العام 2020، حيث كان المشاهد العربي على موعد مع حوار متميز جدًا في برنامج روافد على قناة العربية مع الروائي والصحافي اللبناني أحمد علي الزين، استضاف فيه الشيخة هلا بنت محمد، ويمكن اليوم قراءة النص الذي ما يزال يتصدر الحوار على القناة: ورثت عن والدتها حب الفن والإبداع وعشق التراث.. ترعرعت في بيئة ثقافية، نمت مواهبها فأصبحت فنانة تشكيلة.. أعمالها الفنية تحاكي الذاكرة أو تجسد غضب البحر الذي إذا ما زمجر قلب السفن وتقدم بلا تردد نحو البر.





تقع مفردات كلمات المقدمة التي كتبها أحمد الزين موقع الأثر الحضاري لفنانة واعدة وملهمة بقوله: "تخطط على دفاترها ملامح للحياة واللوحة والحلم، ثم تجعلها لوحة صغيرة أو جدارية أو عملاً تركيبياً يحاكي الذاكرة أو الفقدان أو يجسد موقفاً، ما يحدث في الأحوال إبحاراً في المجهول، أو تعبيراً عن صرخة في وجه الخراب أو ألم عميق في النفس"، ولعل الشيخة هلا بنت محمد تختصر المدلولات لمقام الفنون في المجتمع البحريني، فهي تؤمن بأن هناك احتراماً للفنان، بل لأي شخص يمتلك ذائقة فنية، وهذا الأمر ليس دخيلاً على المجتمع البحريني، ففيه عين تحب الجمال، وهناك الكثير من الأعمال للفنانين البحرينيين يمكن مشاهدتها من خلال التصميم والمعارض والمجسمات، لها عراقة وأصالة تمثل الامتداد الجميل للحركة التشكيلية في البحرين وللفنون عموماً، وربما لأننا جزيرة فنمتلك الانفتاح فالجزر جميلة وسكانها مرتبطون بالبحر في حياتهم.

## الأصالة تمثل الامتداد الجميل للحركة التشكيلية وللفنون عموماً في البحرين



الوعي في محيطها لا سيما الأسرة الكريمة، ولأنها تمتلك موهبة الرسم، حظيت بالتشجيع الكبير، لهذا فما إن تخرجت من المرحلة الثانوية فلم يكن هناك سؤال عن أي مجال ستدرسه، بل هو الفن وليس هناك خلاف على هذا الأمر، فكانت الخطوة التالية هي السفر إلى الولايات المتحدة الأميركية للدراسة في كلية الفنون الجميلة في بوسطن لنيل درجة البكالوريوس، ثم تواصلت الرحلة إلى لندن لنيل درجة الماجستير، ذلك أثر البيت المنفتح على الشعر والأدب والثقافة والفنون.



## هلا بنت محمد تغرس في روح وقلب من يشاهد أعمالها مفردات عميقة المعاني

بدلاً من الرمل، وبدلاً من الوردة يعتلي علم جامعة الدول العربية، وهناك لحظة مهمة، فحينما شاهد مستشار جلالة الملك للشؤون الدبلوماسية الشيخ خالد بن أحمد آل خليفة، وكان آنذاك وزيراً للخارجية، سأل عن العمل وتحدثت معه الشيخة هلا، فاقترح إهداء العمل لجامعة الدول العربية، وبالفعل توجهت الشيخة هلا إلى القاهرة لتهدى العمل ويبقى في مقر الجامعة، حتى بالنسبة لعمل "الخريطة الملهية"، فله دلالاته أيضاً التي أودعت فيها.. الشيخة هلا لا تقشي سراً حينما تعلن أن موضوع الوطن العربي قريب منها، ولهذا فمن الجميل أن نملك الحس العروبي في كل الظروف التي نمر بها، ونغرس حب الوطن ولغتنا العربية وتراثنا وهويتها في نفوس الجيل، فهذا ما يميزنا.

تغرس الشيخة هلا بنت محمد في روح وقلب من يشاهد أعمالها مفردات عميقة المعاني، ففي الحديث عن عمل خصص لافتتاح "بيت الشاعر غازي القصيبي"، تتابع الأحداث ليصل العمل إلى جامعة الدول العربية، فيبيت الشاعر غازي القصيبي (رحمه الله)، تحت مظلة مركز الشيخ إبراهيم للدراسات والبحوث أخذ الشيخة هلا بنت محمد لحياة القصيبي الأديب والسياسي والدبلوماسي، فاطلعت على مسيرة حياته بشكل عميق وفي مدار هذا البحث، أعجبها عنوان مقال القصيبي الشهير "عين العاصفة"، وتفاعلت معه بشكل كبير؛ لأن المرحوم القصيبي امتلك حساً وطنياً عالياً جداً، فمن الجميل أن نحلم بوطن عربي موحد يعمه السلام، والفكرة كانت تصميم خارطة للدول في الوطن العربي وعواصمها على هيئة مزهرية

رئيس جمعية رجال الأعمال البحرينية

# أحمد بن هندي



نتناغم  
مع "خطة  
التعافي"  
وهدفنا  
الأول تحفيز  
الاقتصاد  
الوطني

وضع مجلس إدارة جمعية رجال الأعمال البحرينية اتجاهاً داعماً لخطة التعافي الاقتصادي، فالجمعية بوصفها ركناً داعماً لتوجهات المملكة، فقد انطلق مجلس الإدارة الجديدة منذ تشكيله في العاشر من يناير من العام 2021 في صياغة مربيته التي تتناغم مع خطة التعافي الاقتصادي ومتطلبات إنجاحها.

وفي تصريح لـ "أضواء البلاد"، يؤكد رئيس الجمعية أحمد بن هندي أن عدة محاور واتجاهات جوهرية وضعتها الجمعية نصب أعينها تركز على تطوير وتنمية مستلزمات نجاح الأداء الاقتصادي في مختلف الظروف، ويقول: كوني رئيس جمعية، وكذلك مجلس إدارة الجمعية، نولي أهمية رئيسة لدورنا لتحفيز الاقتصاد والبحث بشكل مستمر ودؤوب عن محفزات جديدة تضاف إلى الموجود منها على أرض الواقع، ومن الضرورة هنا الإشارة إلى أن الحكومة بقيادة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، حينما أنجزت مربياتها بالنسبة للتعافي الاقتصادي، فهذا يحملنا مسؤولية البحث عن محفزات جديدة ودعم القطاعات ذات الأولوية، أضف إلى ذلك أن الجمعية كمسار حيوي في هذا الاتجاه، تتباحث مع رجال الأعمال لتشخيص المشكلات وتحديد المعوقات التي تواجه جميع القطاعات ونخضعها للبحث، بل ومستمرين في التواصل وتعزيز علاقتنا مع الدول الصديقة لتبادل الخبرات وتقييم الفرص والاستفادة منها وخلق الفرص المشتركة.

## المباحثات مع الدول

وفيما يتعلق بمسار التباحث في الموضوعات المهمة ذات الارتباط ببيئة الأعمال، أكد بن هندي أن الموضوعات المهمة التي نقيم أهميتها مطروحة بشكل مستمر على طاولة اجتماعات مجلس الإدارة والأعضاء، فقبل جائحة كورونا كانت الاجتماعات شهرية مدعومة بلقاءات مفتوحة مع الأعضاء وغير الأعضاء لتبادل الأفكار والآراء، وخلال فترة الجائحة، تحولنا إلى الاجتماعات واللقاءات المرئية عن بعد، وكانت على مسارين: داخلي على المستوى المحلي، وخارجي على مستوى المباحثات مع وفود الدول أو الهيئات والمنظمات لاستعراض الأفكار والخبرات، والأهم من ذلك كله من وجهة نظري هو الخروج بالنتائج والتوصيات ومناقشتها مع الجهات المختصة في الحكومة.

## لجنة مشتركة مع النواب

وفي شأن أهمية الدراسات والبحوث بالنسبة للجمعية، أفاد بن هندي بأن هذا الجانب، أي الدراسات والبحوث، هو من جوانب الإدارة الحديثة، وعلى الرغم من أن هذه المجالات مكلفة وفق موارد الجمعية المحدودة، إلا أن هناك اهتماماً يتأسس على طلب الدراسات من الجهات المحلية وصياغتها مع خبرات الجمعية الكبيرة، فالأعضاء يمتلكون خبرات كبيرة في عدة قطاعات وفي مجالات متعددة، ونحن نستفيد من آرائهم وفي الوقت ذاته، هناك حلقة واصل نشطة مع مجلس النواب، حيث يرسلون لنا مسودات القوانين أو مشروعات القوانين المراد إصدارها أو تعديلها لنعطي رأياً فيها ولدينا لجنة مشتركة تناقش جميع الموضوعات.

ويختتم بالقول "عقدنا العديد من الاجتماعات مع أعضاء السلطة التشريعية، حتى بعد الجائحة، حيث استمر التواصل من خلال استلام المسودات والمقترحات عن طريق البريد الإلكتروني ومراجعتها من جانبنا وإبداء الملاحظات ووجهات النظر والمقترحات كذلك، وفي كل المجالات نحن نشرك الأعضاء في بحث القوانين لكونهم أصحاب رأي وخبرة، وملاحظاتهم تمثل تأثيراً إيجابياً لتنمية اقتصادنا الوطني".

## خطة السنوات الخمس المقبلة

وينتظر بن هندي إلى أن خطة التعافي الاقتصادي لها درجة عالية من الأهمية لدمج جهودنا مع جهود المملكة في مسار واحد وفق خطة واضحة المعالم لتكون نتاجها المتوخاة والمتحققة أكبر أثراً وأعمق، فالجمعية داعمة لكل تفاصيل خطة التعافي الاقتصادي، لذلك وضعنا خطتنا للسنوات الخمس المقبلة على بحث التأثير الإيجابي للنمو الاقتصادي، ونستفيد من علاقتنا لنقل تجارب الدول الأخرى، ونحن كما أشرت، متناغمون مع خطة الحكومة فقد وضعنا القطاعات ذات الأولوية التي حددتها الحكومة ضمن برامج عملنا.

القطاعات ذات الأولوية في مقدمة  
خطتنا للسنوات الخمس المقبلة



## المخرجة د. إيفا داود

السينما  
كالحلم... تنقله  
من عقلك إلى  
عيون الآخرين

## أطفأت حلم رائد الفضاء وأشعلت مع أسرتها حلما جديدا في أكاديمية نيويورك

تبتعد المحطات أو تقترب.. يطول المسير أم يقصر، إذ أن رحلة الحديث مع المخرجة د. إيفا داود تبقى حافلة بالموجز العميق في معانيه ودلالاته.. لا يمكن أن يكون حوار الوجه الآخر معها إلا سائرا في تأمل وجوه عدة في رحاب التجارب والخبرات من وجه، والأمنيات والتطلعات من وجه آخر، كيف لا والضيعة هي مؤلفة ومخرجة متخصصة في العلوم الاقتصادية، وكان حلمها في صغرها أن تصبح رائدة فضاء، وهو الحلم الذي أطفأته، ثم أشعلت مع أسرتها حلما آخر أشرق في حياتها؛ لتصبح مخرجة لها مكانتها التي تشهد بها ولها الجوائز المرموقة التي حققتها.

من عفريت النبع وغيايات من أحب ولو كنت معي.. مرورًا بال سندريلا الجديدة وربيع مر من هنا وقوقًا أمام رحلة نحو سارق النور وتصفيقا لرؤية الوعد.. سلمان بن حمد، وترقيًا لبصحة الكلب.. وروائع أخرى ماضية ومقبلة بعون الله، سيكون الحديث عابقا بجمال الروح ولذة الشعور وحلاوة الكلمة.. ولم لا؟ وهذا هو مصداق ما نقول عبر هذه السطور:

**سنذهب إلى الماضي.. حيث الطفولة وذكراياتها وغرسها في الوجدان.. ماذا تتذكرين من المشاهد التي ما تزال ماثلة في ذاكرتك؟**

طفولتي كانت رائعة وسعيدة، ولست أحب العودة إلى الماضي، فالذي مضى مضى بكل ما في جنباته من سعادة ومتعة وفرح وحزن وخبرة، وليس لدي حنين للطفولة إلا أنني أتوق إلى المستقبل.. على أية حال، عشت طفولة سعيدة في بيئة جميلة، لهذا أرى أن الماضي الذي عشته عرفته جيدا، لكنني أريد المستقبل الذي أنتظره وهو المهم بالنسبة لي، ومع ذلك، سنذهب إلى إحدى القرى الجبلية في موسم قطاف الجوز وكنت في الخامسة من العمر.. الناس من حولي في ذلك الموسم يقطفون الجوز الأخضر ويستمتعون بجنينه وأكله، لكنني في ذلك المشهد وقتذاك أتأمل قشرة الجوزة وأنظر لها كأنها ملكة بما تحتويه من تعاريج ودروب وعالم.. فلقتنا الجوزة في يدي كانتا بمثابة مملكتين.. بطرقاتهما وخط سبيل الماء ومجره الذي يروي تلك المملكتين.. مضت قرابة ثلاث ساعات وأنا أتأمل تلك القشرة.

**جميل ذلك المشهد الطفولي.. لعله يقودنا إلى الحديث عن اهتمامك بعالم الطفولة وما تابعناه من قصص فلربما لك ما تخبريننا به؟**

بالمناسبة، أتمنى أن أنجز عملا للأطفال، وفي الواقع، لدي قصة جاهزة إلا أن مشكلتنا كمخرجين تكمن في التمويل، وشخصيا لا أجد مشكلة في الكتابة لكوني كاتبة، وكما تعلم فإن أعمال الأطفال لا سيما تلك التي تتحدث عن البطولة الملحمية تكلف مبالغ خيالية خصوصا حين ترتبط بزمن قديم يلزم أن تنقله للطفل بما يوافق انفعالاته وشغفه ومتعته وخياله.. وعودة إلى السؤال أود القول بكل صراحة، حيا ما تابعناه من أحداث وأخبار عبر الإعلام، وأول ما أود التركيز عليه هو أنني ضد استغلال قضايا الأطفال الإنسانية، وإعلامية وسينمائية وبصرية، أعرف لغة السينما جيدا وهذا يجعلني أتعامل مع الخير، فإذا جاء من جهة اليمين أنظر إليه من جهة اليسار، وأقول بكل صراحة أنا مستعدة للذهاب إلى أقصى "الأسكا" إن كان هناك طفل يحتاج لإيفا داود، لكن نتحدث بواقعية: في كل يوم نعيشه، هناك أطفال يعيشون المعاناة بأشكال متعددة في مناطق متعددة من العالم، فلماذا ينصب الاهتمام الإعلامي العالمي على الأطفال كضحايا؟ لماذا لا تتحرك مثل تلك المشاعر في حقوق الأطفال في التعليم والعيش الكريم وحقهم في المستقبل المشرق، فأنت حين تبني ابنك فإنك تبني وطنًا وهذا مبتغانا جميعًا، فلا ترتفع الأوطان إلا ببناء الطفل علميًا.. الإعلام يريد سبقًا صحافيًا وعلى استعداد لأن يتاجر بأي شيء من أجل سبق صحافي وعدد مشاهدين مرتفع، لكنني لا أقبل بأن يصبح الأطفال مادة تستغل إعلاميًا.. من الأولى أن يعمل الإعلام على إبراز ما يلزم لتحقيق قصص نجاح للطفولة، لا أن يكتفي بنقل القصة المؤلمة وحسب.



والنصوص فيما متعة، وخذ أيضًا أن تلك المواد يقرأها الكاتب بشكل مختلف عن قراءة الجيولوجي وبشكل مختلف عن قراءة المؤرخ ثم خيالك أمام النص "يقرأ أيضًا"!، فهذا نطاق قراءة حر وغير مؤطر، ومن هنا أحب القراءة في الفلسفة والديانات، وأنا من عشاق الحضارة الإسلامية والتاريخ الإسلامي وفنونه من هندسة وعمارة وعلوم، وفي الواقع، لا أحب الطابع الحزين من الكتابات..

### مثل أي طابع حزين؟

لا أحب قراءة رواية، على سبيل المثال، نهايتها حزينة! فأنا في هذا العمر أريد أن أعطى عقلي متعة المعرفة وأصقل قلبي في مدى جمالها ولست أريد عبء المتاعب.

أحب قراءة ما لا أحب  
حتى أحكم بإنصاف..  
فالعقل أداة تطويع

### ياخذنا هذا الإطار إلى أثر القراءة.. ما المجالات التي تستخدم على اهتمامك وتحبين القراءة فيها؟

لدي مبدأ منذ كنت في الثالثة عشرة من العمر وأنا اليوم في السادسة والأربعين، وهذا المبدأ أحاول تعليمه لبناتي، واكتشفت من وجهة نظري أن هذا المبدأ صحيح، ألا وهو أنه ليس المهم عندي قراءة الكتاب أو المجال أو المؤلف أو الكاتب الذي أحبه، بل المهم أن أقرأ النص أو الإصدار أو المادة التي لا أحبها حتى أتوصل إلى نتيجة تجيب على سؤالي: "لماذا لا أحبه؟"، وأحدد ذلك بعد أن أنتهي من القراءة وأصدر حكمي؛ لأن العقل أداة تطويع ولا بد أن أقرأ ما لا أحب حتى أكون منصفة في حكمي وهل كنت على صواب أم خطأ ذلك؛ لأن الإنسان عدو ما يجهل، ومنذ عمر صغير برمجت نفسي على أن أكون من أصحاب هذا الفكر كقارئة متنوعة.

### وأي مجال من هذا التنوع تميلين إليه؟

بشغف، أحب القراءة في التاريخ والأساطير والحضارات الإنسانية وكذلك التاريخ الإسلامي.. في قراءتي للحضارات الإنسانية أعمق في تفاصيل الحضارات ومعيشة أهلها وحياتهم الاجتماعية وملكاتهم، فقراءة الرقيمات والنقوش الحجرية

### التنافس الأخلاقي.. كيف؟

بين يدي مادة كتبها وتتوافر كل مقومات نجاحها إن حولته إلى فيلم، لكن الوقت لم يكن بعد أو لم أتأكد من تنفيذه، فيما أرى مخرجًا آخر بدأ في عمله على أرض الواقع وأتمنى له السعادة.. إذاً التنافس الأخلاقي الذي أراه هو التنافس الودي المملوء بالغبطة وأنا مع هذا التنافس، وضد التكسير والحقد، وأكرر أننا جميعًا نحلم، وحلمي ربما لا يشابه حلمك ولكن لا أنافسك في الأحلام والإبداع فلكل منا مساحته وأرضه ليخلق فيها مع الآخرين في أجواء السينما، وأضيف أيضًا أنني ضد "التصنيف".. تصنيف الإبداع! فالإبداع ليس له هوية محددة والمبدعون في كل مكان وزمان وفي أي بقعة في هذه القارات يمتلكون القدرة الخلاقة، ونحن في العالم العربي "ورثة حضارة"، ومثلما نورث بشرتنا ولون عيوننا وشعرنا نورث حضارة أيضًا، إنما تكاسلنا في المضي في ركب القافلة بدلًا من الأسماء العربية على مدى التاريخ أبدعت في العلوم والفنون وفي كل مجالات المعرفة، وحتى لا نذهب بعيدًا لتوضيح الفكرة، أضرب مملكة البحرين كمثال، فعندما أنظر شخصيًا إلى برنامج سمو ولي العهد للمنح الدراسية، وحين يتم ترشيح عشرة من الشباب لهذا البرنامج، فإن أكبر جامعات العالم تتمنى أن يلتحق بها المتفوقون من أبناء البحرين رغم صغر مساحتها وتعداد سكانها، فعشرة من المتفوقين يمثلون إرثًا حضاريًا.

### ترى، ما المواقف التي توجعك؟

إدًا من هذا المنطلق جاءت "رؤية الوعد.. سلمان بن حمد؟" حينما بدأت العمل في فيلم "رؤية الوعد"، لم أكن أعرف عن البرنامج الكثير، ولكنني حين درست الفكرة وتعمقت فيها وبدأت في كتابة النص ومضينا في العمل، وجدت من بين الفريق وهم من خارج البحرين يقولون: "يا ليتنا كنا بحرينيين!" فقلت لهم: "لو كنت مولودة في البحرين لكنت الآن حققت حلمي الذي أطفأته.. أي حلم أن أصبح رائد فضاء بعد أن أحصل على منحة البرنامج.. هكذا برنامج يجعلك قادرًا على تحقيق حلمك".

إذن، عودًا على بدء، أقول فيما يتعلق بورث الحضارة، والمثال سقناه عن البحرين، إن في هذه الأرض الصغيرة مبدعين وطلاب علم وطبقة ذكية من أبنائنا والإبداع لا يتوقف، فورثة الحضارة هم من يملكون الإبداع.

طفولتي جميلة  
ومع ذلك لا أحن  
للطفولة.. بل  
أتوق للمستقبل



### ترى، ما المواقف التي توجعك؟

الوجع كلمة واسعة، حين أتحدث عما يوجعني وما لا يوجعني، دعني أقول إنه في الحياة العملية لا يوجعني شيء فيها؛ لأنها حياة تقبل الريح والخسارة وتقبل ظروفها وهذه تقديرات من رب العالمين وهي أرزاق تأتي ولا تضايقتي، وربما نتأثر في ميدان العمل لحظة ما لكنني لا أحملها في نفسي وتصيب كما حال الدائرة البعيدة.. وجعها لا يتعدى كونه زوبعة في فنجان، أما على الصعيد الدائرة المحيطة، وكما يقال، فإنه لا يوجعك كثيرًا إلا من أحببته، ولو جننا على الصعيد الإنساني فيوجعني وضع طفل أو امرأة، وأنا لست ضد الرجل، فوجوده في حياة المرأة العربية المسلمة مهم، ولأن الإسلام كرم المرأة لا يجب إخراج هذا التكريم من محتواه.. إذاً، يوجعني ما يلم بطفل بريء أو وضع امرأة تعاني.

### متفقون على ما طرحت تمامًا، ودعينا نخرج نحو السينما، ماذا منحتك؟

أعطتني جناحي عقل ودائمًا أصف السينما بالحلم، فأنت تنقله من عقلك إلى عيون المشاهدين، ثم يتحول ذلك الحلم إلى سحر الإعجاب لمن شاهده.. أنت تحلم وأنا أحلم وربما حلمنا بنفس الحلم ولكننا نحكيه بطريقة مختلفة كل منا عن الآخر، ولهذا لا أرى أن في السينما تنافسًا، فلكل إنسان رؤيته وبالتالي فالسينما بعيدة من وجهة نظري كل البعد عن التنافس ومحورها الابتكار. كل دقيقة مكلفة في السينما، ونحن نحسبها بالورق، فلكل ورقة ولكل دقيقة مشهدية كلفتها ورقمها، ومشكلتنا تتأطر في التمويل.. قد نتنافس على التمويل، لكن الأهم بالنسبة لي هو التنافس الأخلاقي.



لكل مدينة في  
العالم روح.. تعرفك  
حين تطرق بابها..  
أحببتها أم لم  
تحبها



**مهلاً دكتور.. هلا أخبرتنا عن أبوظبي وعرض أستاذك في  
الأكاديمية البروفيسور نورمان ستشوارتز؟**

في ذلك العام، كان الانتقال إلى أبوظبي بدولة الإمارات العربية المتحدة، حيث حصل استاذي نورمان على عرض ممتاز للعمل في فرع الأكاديمية هناك، وعرض علي أن أكون معه، وهي فرصة لأن أرى أسرتي كل خميس وجمعة حيث المسافة أقرب بلا شك، بل والأجمل أنه ضمن منهجنا الدراسي أن نقدم فيلماً كل عام حسب طلب البروفيسور، وشرح استاذي أحد أفلامي لمهرجان أبوظبي السينمائي ومن حسن الطالع أنه فاز بجائزة اللؤلؤ السوداء.

لا بد من أن أقول إنني مدينة لأستاذي، وللعلم، هو أستاذ كبير وعضو فخري في أكاديمية نيويورك، عمل مع المخرج ستيفن سبيلبيرغ وتعلم على يديه ممثلون كبار مثل بين أفليك وليوناردو دي كابرير وغيرهم، حتى أن استاذي نورمان أخبرني أنني أمثل امتداده في الوطن العربي كثمرة دراسة السنوات الخمس، وكان يقول "أردت أن أثبت لك أنك وأنت طالبة.. أنت مخرجة.. ها نحن أمام جائزة في مهرجان كبير وأحرزت الفوز".. في الحقيقة كانت تلك اللحظة من أسعد لحظات حياتي، فمذاق الجوائز التي أحرزتها يرضيني ككاتبة ومخرجة تصبح أعمالي في الصف الأول.. فيلم "سارق النور" أحرز 188 جائزة.. فيلم "ربيع مر من هنا" أحرز 44 جائزة.. فيلم "رؤية الوعد.. بسلام بن حمد" أحرز حتى الآن 28 جائزة عالمية في مهرجانات الأفلام الوثائقية.

**دعينا نرتاح قليلاً ونسافر.. ما المدن الأقرب إلى قلبك؟**

أحب السفر وأعشق كل مدينة على هذه الأرض، ولأنني أو من بالفلسفة، أرى لكل مدينة روحاً.. فحين تطرق باب مدينة ثم لن تحبها فروحها سترفضك أو تعذبك، أما المدن التي تذهب إليها بحب، سترأها تفتح لك أبوابها، ولهذا ليس هناك بلد أحبه أكثر من الآخر أو شعب أكثر من شعب.. أكرمني الله سبحانه وتعالى وزرت أماكن كثيرة في هذا العالم من فينتام إلى كمبوديا إلى اليابان وغيرها، وفي كل مرة أرى أن هذا البلد جميل أكتشف بأنني جاهلة، فكل بلاد الله جميلة وكل شعب الأرض كرام.. سافرت حتى الشفق القطبي والنرويج وألاسكا وكلها نعمة، حتى توصلت إلى قناعة بأنه ليس هناك بلد أجمل من بلد، بل عليك أنت أن تستكشف.. وكلما اقتربت من الشعوب والبلدان ستشعر بسعادة أساس "بني آدم الطيب"، وحين تتواضع وتتواصل مع الأجناس الأخرى ستلقى الأبواب تتفتح بالحب، ولن تحتاج إلى لغة وترجمة فالأوطان ترحب بمن يحبها.

**مسك الختام.. ما الثمرة بعد هذه المسيرة؟**

أنا في محيطي.. كامرأة عربية خليجية بحرينية.. وأفخر بأنني بحرينية ونجحت وأنجزت ومدينة في نجاحاتي لابن البحرين.. درست الإخراج بدعم زوجي البحريني، وهذه ليست "زعبرة" بل قصة نجاح.. لم أدرس الإخراج في سوريا في كنف والدي بل في كنف زوجي، وهذه السعادة التي تتوج تعبى واجتهادي لسنين طويلة.. إنه تنوير يدعو للفخر.



مؤمنة بأننا ورثة  
حضارة ونملك الإبداع

مع التنافس المملوء  
بالود والغبطة  
و ضد التكسير  
والحقد... فحلمي لا  
يشبه حلمك

**نستدرك هنا لنسأل.. لماذا اخترت التخصص في "علم  
الاقتصاد"؟**

في التاسعة عشرة من عمري، وكنت في سوريا حينها، اجتزت البكالوريا الدولية في المجال العلمي، وهي درجة معترف بها آنذاك، ووفق معدلاتها يتم اختيار التخصص الجامعي، ولأنني في المجال العلمي لم أكن أرغب في دراسة الطب وأرى التشريح والدم وما إلى ذلك، فمن يجتاز البكالوريا العلمية يتجه لدراسة الطب أو الصيدلة أو الهندسة، وكان هاجسي هو دراسة السينما، مع أنني منذ صغري أحلم في أكون رائد فضاء وأطفأت هذا الحلم لأنني "بنت المنطق"! هذا الحلم قد يكون قابلاً للتحقق لبنت في مثل عمري في أميركا أو روسيا لهذا لم أجعل هذا الحلم يكبر معي ووضعته في خانة المستحيل في ذلك السن.

أعود إلى قشرة الجوز وأنا في سن الخامسة وأرقدتها بأفكار أخرى.. تلك الجوزة بعالمها ومظهرها نسج منها عقلي حكاية.. حين كنت أغفو وأنام على حكايات جدتي ووالدتي لا تتقطع الحكاية مع نومي.. فعقلي يواصل تصور الزمان والمكان والأشخاص حسب إحياءات القصة، فعلمت أن لدي ملكة الخيال المجنح على شكل صور.. فمن خلال صوتك قد أرسم لك صورة ربما تكون طبق الأصل وربما لا! فطريقة تفكيري بالعقل الصوري هي عقلية مخرج.. أعود إلى حصولي على البكالوريا حيث أخبرت والدي حينذاك بأنني أرغب في دراسة الإخراج، وكان لدينا في سوريا معهد للمسرح والتمثيل لكن ليس للسينما، وعائلتي في الواقع كانت داعمة لرغبتني أي أنني كنت أفق "على صخرة" بثبات.. ضحك والدي وقال: "يا ابنتي.. تخصصي في مجال يطعمك.. أما الإخراج فادرسه عند زوجك".

على أية حال، أنا أستند في تفكيري وتخطيبي إلى المنطق وأفكر في الاحتمالات وهذه ميزة، حيث أسأل إذا فعلت هذا ماذا ستكون النتيجة؟ وليس من الصحيح أن تضع جهداً، وخلاف الطب والهندسة والصيدلة، اخترت الاقتصاد والتحتت بجامعة دمشق.. لكن، دارت عجلة الزمن.

**هنا بيت القصيد.. كيف دارت؟**

زوجي البحريني قلباً وروحاً هو محور عجلة الزمن بالنسبة لي.. في العام 2007 شاهدت معه أحد الأفلام وأخبرته بأنني أستطيع إخراج هذا الفيلم بطريقة أفضل وأجمل، وكان رده: "من صغرك كان حلمك رائد فضاء ولم أعرف أنك تحلمين بأن تصبحي مخرجة.. إذا، إدرسي الإخراج!" وكان ردي لزوجي العزيز (سامر): "أجمل في هذا العمر"، لكن تفاجأت بزوجي وابنتي يهدوني رسالة انتساب لأكاديمية نيويورك للأفلام، ومن شدة فرحي بكيت، وأعدت القول بأنني أجمل من الدراسة مع طلبة في عمر عيالي، لكنهم أصروا وأعادوا الكرة بطلب مدفوع الأجر غير مرتجع فوضعوني أمام الأمر الواقع، حتى أن زوجي قال: "أذهبي وجربي فترة من الزمن، فأنت مخرجة بالفطرة.. إما أن ينطفئ هذا الحلم كما انطفأ حلم رائد الفضاء وإما أن يتحقق حلم المخرجة".

وبالفعل كان ما كان وذهبت إلى أميركا للدراسة، ولا أخفيكم القول إنه في أول شهرين من الدراسة نسيت نفسي في أستوديوهات الإخراج وصناعة السينما، وكانت أسرتي تزورني بين حين وآخر حتى تخرجت في العام 2011.. لقد دخلت عوالم أنتمي إليها بعقلي وروحي جردتني هذه العوالم من العالم الحقيقي، فقد وجدت ضالتي وولد المخرج الفطري بداخلي من جديد.



المدير العام لفندق الخليج

# فارس يقطين

بين جنبات هذا الحوار الكثير من المعطيات المهمة وفق رؤية خبير يستقرئ مستقبل القطاع السياحي والفندقي في مملكة البحرين لا سيما مع الإعلان عن استراتيجية سياحية بمشروعات كبرى، وفي الوقت ذاته، فالحوار فرصة لنهنئ ضيفنا فارس يقطين بمناسبة تعيينه مديرًا عامًا لفندق الخليج وهو أهل لهذا المنصب بخبرته الطويلة، وأول نافذة في حوارنا هي تلك التي عبر فيها ضيفنا عن التمنيات بالنجاح والتوفيق لكل الخطوات التي تتخذها حكومة البحرين في اتجاه تنمية القطاع السياحي وهي خطوات تبعث على التفاؤل.

وإذا قلنا إن الكثير من القطاعات تأثرت بسبب جائحة كورونا، فالقطاع السياحي من بينها بلا ريب، إلا أننا ننظر بتفاؤل حيث بالإمكان العمل ونحن بعون الله في آخر فصول جائحة كورونا، وعلى استعداد للتعايش مع الوضع فقد أصبح لدينا الكثير من المعطيات والخبرات الكافية في كل المستويات لتقديم خدمات أكثر تقدماً للعملاء والزبائن.. تفاصيل كثيرة جوهرية نجدها في هذا الحوار...

متفائلون..  
ولدينا  
المعطيات  
والخبرات  
الكافية  
في كل  
المستويات  
لتقديم خدمات  
متقدمة

## الاستراتيجية الجديدة تتيح فرصًا مثالية لتوزيع الاستقطاب السياحي



لدينا السواحل والمواقع الأثرية.. أليس من المفترض استغلالها بالشكل الأمثل؟

سعدت وتفاعلت كثيرة بالخطة الاستراتيجية السياحية المعلنة، لا سيما فيما يتعلق بالاستثمار في السياحة الشاطئية، فالسائح الأجنبي، من مختلف الدول الأوروبية، يريد البحر والشمس ليستمتع بهذه الأجواء التي لا يعيشها في طقسه البارد، ونحن كجزيرة تمتد على 600 كيلومتر تحيطها السواحل والشواطئ في جهاتها الأربع، فلا بد أن تكون خيارا متاحة ولا تقتصر على المنتجعات فحسب، وربما يخرج السائح بفكرة خاطئة حينما لا يجد مبيتا، والمشروعات الجديدة بما فيها المدن الساحلية هي نقطة ننتقل منها لجذب السياحة الأوروبية.

نعم، المواقع التاريخية والتاريخية هي ضمن الخطة السياحية، وهناك نظرة واعدة لتعريف السواح بهذه المعالم والتسويق لها بشكل صحيح، فنحن في البحرين نمتلك إرثًا تاريخيًا وحضاريًا قل نظيره، ومن المؤسف أن هناك من المواطنين والمقيمين من لم يعرفوا أو يسمعوا عن هذه الكنوز! فما بالك السائح الأجنبي، إذًا.. حين نتحدث عن تاريخ مجيد من فترة دلمون وأوال فهذا يفرض الاهتمام والتعريف بالسياحة الأثرية لتصبح نقطة وصل بيننا وبين دول الخليج والعالم.

حققتم قصة نجاح مشهودة، لو سألنا: ما أبرز دعائم هذا النجاح بالنسبة لكم؟

حب هذه البلاد العريقة والارتباط بها كبير لا يوصف، وربما أسمعك أمرًا قريبًا وأنا أتحدث عنه كثيرًا، ففي بلدي.. مسقط رأسي (لبنان) لم أعش 15 عامًا متواليًا، وكذلك الحال في عملي بإنجلترا وإسبانيا، فالبحرين هي البلد التي استمرت حياتي ومعيشتي بها وارتباطي بتربتها ومائها وأهلها وطبيبة شعبها، فشخصية البحريني هي الشخصية التي تسقبل كل العالم بحث ما يجعلك تحب هذا المحيط الذي بلا شك، شجعتني على العمل والعطاء والبذل، حتى حين عملت في المملكة العربية السعودية، بقيت عائلتي هنا في هذا البلد، وأنا أذهب وأجيء زائرًا بشكل منتظم.. البحرين بيئة حاضنة للسياحة بطبيعتها وناسها الطيبين الذين يحبون حتى الغريب.

ما المنهج الأبرز الذي تجدونه مرتكزًا رئيسًا لنجاح القطاع؟

في عالم السياحة اليوم لا يمكن أن تكفي بوضع الخطة فحسب، بل لابد من رصد وتتبع التطور الذي يشهده هذا القطاع على مستوى العالم، فهدفتنا في مملكة البحرين ليس لليوم فقط، بل للغد، وهذا هدف يتغير: المعطيات تتغير والعروض تتغير والأوضاع تتغير وهنا يلزم العمل وتطوير كل يوم، وليس كافيًا أن يكون لنا هدف بل حتمية تطوير وديناميكية تنفيذ الهدف وليس كما نقول باللهجة البحرينية "نرجع ريوس".

## مرئيات سمو ولي العهد رئيس الوزراء وضعتنا أمام خطوات إيجابية لتنمية القطاع السياحي

تم إغلاق تلك المكاتب ومن ثم الاتفاق مع شركات تسوق للسياحة في البحرين وتجنب المعارض الدولية وتتفق مع شركات الطيران في جميع البلدان، وفرصتنا كبيرة أيضًا حيث تعتبر شركة "طيران الخليج" عاملًا أساسيًا لتسويق بلادنا كوجهة، فحين نروج لوجهات سياحية عالمية نأخذ سياح البحرين إليها، فلا بد أن نشجع قدوم السياح من تلك البلدان والوجهات إلى البحرين من خلال باقات عرض سياحية مميزة، والله الحمد، هناك الكثير من الأفكار الناجحة لتشجيع سياح العالم للقدوم إلى بلادنا

الكوادر المؤهلة أساس لنجاح قطاع حيوي كالسياحة والفندقة، حدثونا عن تجربتكم في إعداد الكوادر للمناصب الإدارية العليا؟

لا شك أن شباب البحرين في القطاع الفندقي والسياحي وفي القطاعات كافة، لديهم كل القدرات والتأهيل وبإمكانهم تبوء أعلى المناصب في السياحة والفندقة الوصول إلى مراتب أعلى من الأداء وتحقيق طموحهم، وفندق الخليج له مسيرته في هذا السياق منذ أكثر من 3 عقود من الزمن، وأبرز مثال هو العضو المنتدب لشركة فنادق البحرين الأستاذ محمد جاسم بوزيزي الذي تولى الإدارة بمسؤولية واقتدار، واليوم لدينا ثمار هذه التجربة وهو برنامج تدريب إداري "مستقبلي"، وهذا البرنامج يتيح الفرصة سنويًا لسنة مرشحين من الشباب من الجنسين يتم توظيفهم وابتعاثهم للدراسة في المعاهد والجامعات المرموقة في الخارج، ويتكلف الفندق بكامل التكاليف بل ويؤمن لهم الأجور سارية طوال فترة الدراسة وبذلك، فوظيفتهم جاهزة حال تخرجهم، ولم يتوقف العمل في فترة الجائحة، ومع أننا لم نتمكن من إرسال مبعثينا إل الخارج، إلا أن البرنامج استمر مع كلية "فاتيل" للفندقة، ولدينا كوادر في مناصب إدارية عليا بل دعني أتحدث عن الشف تالا بشمي كنموذج، حيث ابتعثناها إلى الخارج، ولأنها موهوبة فاليوم هي طبخة متميزة وحولت المطبخ البحريني إلى مطبخ ذي شهرة عالمية من خلال مطعمنا "فيوشين باي تالا"، الذي تم تصنيفه ضمن أفضل 50 مطعمًا في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا.

إنه أمر مفرح للغاية، فقد أصبحت تالا بشمي رمزا وأيقونة للشباب البحريني المتميز في مجال الطبخ، وهي بذلك تشجع نظرائها وكانت سعادتنا كبيرة بالفعل حينما زارها معالي الشيخ خالد بن أحمد آل خليفة مستشار جلالة الملك المفدى للشؤون الدبلوماسية، وهذا يعطي انطباعًا بأن كبار المسؤولين يقدرّون جهود شباب البحرين وفي الوقت ذلك، وبناءً على هذا التشجيع، لدينا معها مشروعات أخرى مقبلة في المستقبل.

إلى أي مدى نتوقع نموًا مستقبلاً للقطاعين السياحي والفندقي وفق ما تتوقعونه؟

البحرين كما أراها ويراه كثير من هي وطن مضياف بتاريخها وحاضرها وطيبة أهلها من مواطنين ومقيمين، ولدينا كل المقومات لنصبح من أنجح دول الخليج العربي في القطاع الفندقي، وكنا نطمح منذ سنين إلى بعض التعديلات والخطط الطموحة، وها هي أصبحت منظورة الآن وفق التوجهات والخطط الجديدة وما تم الإعلان عنه في إطار الاستراتيجية السياحية 2030 التي تدخل تحت مرئيات ولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، ونحن في الحقيقة أمام خطوات إيجابية لتنمية القطاع السياحي أو غيره من القطاعات، فأنا من الناس الذين كانوا وما يزالون ينتظرون مثل هذه التوجهات، حيث إننا نعيش في جزيرة لكن كان الكثيرون يتساءلون عن الخيارات والفرص السياحية الساحلية المفتوحة أمام السياح والزوار، ووفق الخطة الجديدة فهناك مشروعات طموحة سواء في بحرين باي أو سواحل الزلاق التي تعتبر موانئ شاطئية طبيعية، وهذا خيار متميز حتى بالنسبة للسياح الذين ينزلون في منتجعات أو شقق إذ يستطيعون الاستمتاع بالسواحل ومرافقها. السائح يرغب في التنوع

إذًا، هل نستطيع القول إن الاستراتيجية السياحية الجديدة تضعنا على المسار الصحيح؟

في السابق، كان الاكتظاظ السياحي إن جاز لنا التعبير يتركز في مناطق معينة كالعدلية والسيف، ولأن الأمر تحول إلى التخطيط "اللامركزي"، فهذا يفتح مناطق أخرى لتوزيع الاستقطاب السياحي الذي تنتجه المشروعات السياحية من منتجعات ومجمعات وأسواق، فالسائح دائمًا يرغب في التنوع، بل حتى القاطنين من مواطنين ومقيمين تسعدهم هذه الخيارات.

في رأيي، نحن نسير على المسار الصحيح حين نجد القرار الصائب بالعمل مع شركات عالمية مرموقة تسوق البحرين كوجهة سياحية، وهذا ما نجحت فيه دبي، وأقول ذلك لأن لدينا في مملكة البحرين كل المقومات وعناصر الجذب ولكن نريد من يسوق بشكل صحيح، ومن المهم الإشارة إلى أنه ليس هناك بلد في العالم له القدرة على تسويق نفسه بنفسه، وبالفعل، تم تنفيذ برامج عدة في السابق للترويج السياحي وجذب السياح إلى البحرين من خلال مكاتب في بعض الدول، ولأن التجربة لم تحقق النجاح المطلوب

رمضان مبارك  
Ramadan Mubarak

**METRO**

Pure Corn Oil & Sunflower Oil



## ما أنجزته المملكة العربية السعودية الشقيقة يبرهن أنه ليس هناك مستحيل

لو سألنا عن مقومات نجاح المسؤول في القطاعين السياحي والفندقي وفق خبرتكم.. ما أبرزها؟ أعيد وأكرر أن العمل في القطاع الفندقي والسياحي لا يجب أن يكون بمثابة وظيفة وبهذا تكون إمكاناتك بلا حدود، فحين يصبح عملك جزءاً من حياتك فهذا يعني قدرتك على التعاطي المستمر مع الناس وتشاركهم أفراحهم وأحزانهم وتلقى كل الآراء ووجهات النظر بصدر رحب ولا يتعلق هذا الأمر بي شخصياً بل يعني الجميع.. لا أفشي سرّاً حينما أقول إن فندق الخليج هو أول مكان عملت فيه منذ العام 2007 حتى العام 2011 ثم تنقلت في وظائف أخرى وعدت إليه في العام 2018، فهو المكان الذي أحبه وهو عزيز على قلبي، وهذه البصمة أتركها في كل مكان أعمل فيه وأتركه.. فلا أغادره إلا وقد تركت فيه بصمة من المحبة والوداد دون أن يكون في قلبي أو في قلوب الآخرين من الأحبة الزملاء أي حزازات، فيكون الأمر جميلاً أن تتمكني للغير الخير ثم الفضل لأهل الفضل كما نقول، والسمة المهمة في عملنا في شركة فنادق الخليج أننا جميعاً نعمل في مكان نشعر بأننا شركاء فيه وهو ونحن جزء من عائلة.. نتعامل في الشركة مع بعضنا البعض كعائلة واحدة وهذا جانب مرتبط بالثقافة البحرينية والعربية وقيمها، وبما أننا شركة بحرينية، فمن المهم أن نخلق هذا الشعور ونرفده وننميه.. أي الشعور بأن كل فرد هو مسؤول وليس مجرد موظف فحين يخسر مكان عملي أخسر وحين يربح فأنا الربح، وبهذه النفسية ينتج الجميع بعباء أكبر ويستند الجميع على ذلك كمقوم للنجاح، فالأساس أن شركتنا وفرت هذه البيئة التي تعطي الثقة والدافع للابتكار والإنتاج.. أحياناً تنجح وأحياناً أخرى تفشل وفي كلتا الحالتين، فإن هذه البيئة هي ما يمكن أن نصفها بالبيئة المحققة للإبداع والابتكار والنجاح.

دعنا نتحدث معكم كخبير، ونسأل: لقد وضعت المملكة العربية السعودية، على سبيل المثال، مدينة العلا على خارطة العالم سياحياً، إلى أي مدى يمكن الاستفادة من هذه التجربة؟ ما أنجزته المملكة العربية السعودية الشقيقة يبرهن أنه ليس هناك مستحيل، فما عشناه حديثاً من تاريخنا المعاصر، لا أتحدث عن 20 سنة، بل 5 سنوات مضت وحسب، شهدت فيها السعودية نهضة كبيرة واعدة وفق رؤية صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز آل سعود ولي العهد نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الدفاع، يجسد الثقة والطموح في التغيير، فقد يمتلك شخص كل المقومات اللازمة المتوافرة، لكن لا بد من خلق "صدمة اجتماعية" لفتح بوابة التقدم والتحديث، وبالنسبة لي، عملت لمدة 5 سنوات في السعودية متنقلاً بين جدة والرياض والخبر وأراها بوضوح ترسم خارطة الخليج على الخارطة العالمية من مشروع "نيوم" إلى مشروع "الفورمولا" ومشروع "العلا"، ولا بد أن ننظر إلى المملكة العربية السعودية كتجربة ناجحة توسع نجاحها ومداه إلى البحرين، حيث بإمكاننا العمل مع الإخوة في القطاع السياحي والفندقي بالسعودية للتسويق للمشروعات من منتجات ومعارض ومخيمات وهذا هو رأي: لا بد أن نسوق للبحرين كبلد لا تنقصه أية مقومات سياحية وأثرية وتاريخية وبشرية. ودائماً، من المهم أن ننظر إلى الجوانب الإيجابية، ولأنني شخص إيجابي فأنظر إلى الأمور بإيجابية أيضاً، فحين نرى السعودية تخلق الفرص، ونجد في أنفسنا القدرة على خلق الفرص، فهذا يعني تعميم الفائدة لمنطقة الخليج العربي، ونحن نستفيد في البحرين كون جسر الملك فهد يربطنا، وهناك مشروع جسر ثان، وهذا يمهد كل السبل للتكامل مع الشقيقة الكبرى.

في عالم السياحة لا يكفي وضع الخطط  
فحسب.. بل رصد التطور



## رحلة الحياة من الولادة حتى الوفاة كد وكدح

في الحديث عن أئمن العطاء، فإن رحلة الحياة من الولادة حتى الوفاة كد وكدح.. تعلم وتربية للنفس، وفيها طريقان: حياة امتلاك واستهلاك، فتمتلك الإنسان الأشياء بعد أن يحب امتلاكها والتباهي بها، وتفقد المعنى والسكينة حتى وإن تظاهر بالسعادة، والطريق الثاني هو حياة العطاء للمتعبين وخدمة المجتمع التي تجعل معيشتهم أجمل وحياتهم أسهل، بل تجعل ضميرهم قريحاً وحياتهم بركة وسعادة وزيادة. إن العطاء لا يتوقف عن إدهاش صاحبه وإسعاده، ويعلمه كيف يعيش، بعد أن يهديه الناس أئمن عطايهم.. وهو الحب.

حسن بوخماس، رجل أعمال ونائب سابق



## طرق النجاح ليست معبدة بالورود

غالبًا أن طرق النجاح ليست معبدة بالورود والأمنيات.. بالفطرة، يتمنى كل واحد منا أن يحقق مرتبة نجاح يغبطه بها الآخرون، ويغبط بها نفسه.. بعد التوكل على الله سبحانه وتعالى، اسلك طريق النجاح بمفردك.. بعزمك واجتهادك وإصرارك، ولا تنتظر الدعم والتشجيع من أحد، فقد تخذلك الظروف ويمضي بك الوقت إلى حيث لا تتمنى.. كن أنت مصدر قوتك، واصنع نجاحك.

منار الرئيس، مدرسة تايكواندو



المساكن والطرق التي لن تجعلك تجول في مدينة أشباح هجرها أهلها.. بل لتعيش في أرض انبثقت للحياة من جديد.

## الحجر الأحمر يشكل جبل الفيل

هي رحلة عبر الزمن، ففي موقعها الرسمي على شبكة الانترنت (اكتشف العلا)، تشير المعلومات إلى أن أشهر جبالها، وهو جبل الفيل، تشكل على ارتفاع خمسين مترًا تحت الحجر الرملي الأحمر لطبيعي بمرور الوقت ليخلق تشابهًا لشكل الفيل العملاق يلامس خرطومه الأرض، ما أصبح مثالاً مذهلاً على عجائب العلا الجيولوجية، ويمكن للسياح التنزه سيرًا على الأقدام والتخييم تحت سماء الليل، كما يوجد العديد من المقاهي المفتوحة حتى منتصف الليل.

أما جبل عكمة فهو أحد أبرز المواقع التي تحتوي على النقوش المحفورة والكتابات باللغات الآرامية والدادانية والثمودية والنبطية لكل من الحضارتين الدادانية والحسانية، فيما المدافن القديمة التي تحتوي على مقابر الأسود المحفورة داخل الجبال فترجع لمملكة دادان ما بين القرنين الثاني والسادس قبل الميلاد، وبالنسبة للبلدة القديمة فهي تضم من 900 منزل و400 متجر هُجرت في العام 1983 بسبب ضعف البنية التحتية كما توجد القلعة التي يرجع تاريخها إلى القرن العاشر، وما تزال آثار خط حديد الحجاز التي يمتد من دمشق إلى المدينة المنورة، ولكنه لم يكتمل بناؤه بسبب نشوب الحرب العالمية الأولى وانهيار الدولة العثمانية.



## القرن السادس قبل الميلاد

بين جبلين كبيرين، تقع مدينة العلا على واد خصب يصلح للزراعة وتربية الماشية، كما تتوافر المياه الجوفية على مسافات قريبة من الأرض، وتتمتع مدينة العلا بمناخ قاري حار صيفًا وبارد شتاءً.. وعلى ذكر الشتاء، كان شتاء طنطورة هذا العام مقصدًا لآلاف الناس الذين جاءوا من مختلف بلدان العالم.. فإن كنت تنوي اختيار وجهة سياحية من عالم الخيال، وإن كنت من عشاق التاريخ والحضارات والواحات والصحاري وطيبة الأهل الكرام، فلك أن تقرأ هذه السطور لتذهب إلى مدينة عريقة كانت مبنية قبل مئات السنين من الحجر والطين وتحولت إلى أطلال، فقد تأسست مدينة العلا في القرن السادس قبل الميلاد.. وتشير المصادر التاريخية إلى أنها كانت واحة في صحراء خصبة التربة كثيرة الماء، وكان موقعها على طول طريق التوابل والحريير عبر شبه الجزيرة العربية إلى الهند ومصر. كانت مدينة العلا مأهولة بالسكان حتى العام 1983 يشهد على ذلك بقايا

طريق توابلها وحريرها ذهل "اليونيسكو"

# في العلا... مملكتنا دادان وحيان تلهمان الحجر الأحمر

هناك، شمال غرب المدينة المنورة، وعلى بعد 380 كيلومترًا، سنذهب إلى مدينة عمرها يفوق 2000 عام.. إنها العلا، حيث مملكتنا دادان وحيان ما زالتنا في وضع ملهم، يحرك الحجر الأحمر في صحرائها وجبالها وهضابها ووديانها.. هي الأرض التي اتجهت لها أنظار العالم في الخامس من يناير 2021 حينما استضافت المملكة العربية السعودية قمة دول مجلس التعاون الخليجي الحادية والأربعين، وهي القمة التي أعادت المياه إلى مجاريها بين الأصدقاء.. هذه المياه العذبة تجري في شرابين العلا، وهي التي نقشتم اسمها في قائمة التراث العالمي لليونيسكو بطريق حريرها وتوابلها ومجدها وتاريخها المجيد.





الإعلامية نورة البهيجان

## البهيجان: طنطورة وأسرار لم تكتشف بعد

شأن طنطورة.. حين تسمع النداء "حياك العلا".. لا بد أن يموج في روحك ذلك الشعور الذي ينتاب من يبحث عن الأسرار.. الأسرار الإنسانية.. أسرار المكان.. التاريخ والجغرافيا.. هنا في العلا أسرار لم تكتشف بعد، لكن أجمل ما في المعنى أن في الصحراء جمالاً، وفي الجمال روحاً، وفي الروح نبض قلب بين ربوع العلا.



المصور مختار شاهين

## شاهين: العدسة في حيرة

ما تشقه العيون قبل القلوب له أثر مغمور بالوداد إن جاز لي التعبير.. وها هي العيون، تمتلئ بجمال في الصحراء.. أرض العلا التي تعتبر مهداً للكثير من الحضارات هي اليوم مقصد السواح.. وعندما تدور عدسات المصورين هنا وهناك في أرجائها، تقع العدسة في حيرة.. أي سحر هذا الذي يملأ المكان؟ ويكفي فخراً أن الناس من حولك يتبادلون الابتسامة.. إنها قمة السعادة.



الممثل أحمد عزيز

## عزيز: ليل الحكايات

عندما أدير العين هنا وهناك في محافظة العلا.. وعندنا التقى بزوار من بلادي أو من دول قريبة أو أخرى بعيدة.. أعيش ليل الحكايات الجميلة الأسرة.. أتساءل: أليس من المبهر أن تتحول هذه الصحراء القاحلة إلى ما يشبه أرض السحر والدهشة والجمال؟ إنها العلا..



المخرجة السينمائية رانيا جابر

## رانيا: كأن القصائد في العلا شروق مبتسم

تأكد، أنك حين تزور العلا للمرة الأولى، ستشعر أن في كل شروق على أرضها قصائد من المجد.. تأخذك قلعة الحجر التي شيدت في العهد العثماني إلى متحف يحكي ما كان آنذاك.. في الماضي.. حيث حماية الحجيج في طريقهم إلى مكة المكرمة.. ذلك مشهد واحد، أما سائر المشاهد في العلا، فهي تتحدث بترحاب بكل من يفد إليها ضيفاً في غمرة الحياة الجميلة لأيام معدودة في واحة الحب.



## مهرجان طنطورة.. ثقافة وفن وتاريخ

تحتضن العلا مهرجان طنطورة الشتوي، ويتميز بعروضه الفنية والمسابقات وركوب المناطيد المعبأة بالهواء الساخن، ما يبيث الحياة بألوانها الزاهية في سماء طنطورة، ويعرض مهرجان طنطورة الشتوي الفنون والثقافة والتاريخ والتراث في المدينة من خلال فعاليات عدة، كما يستمتع السياح والزوار بالعروض الفنية والبرامج الثقافية والمغامرات لاكتشاف المعالم الأثرية.



الجازي إبراهيم سفيرة الجمعيات الخيرية السعودية

## الجازي: تتنفس كل ما يبهج قلب

هذه البلاد العظيمة.. مهد الإسلام وحضارته الراقية التي تخاطب كل الشعوب بطيبة شعبها وأزكى التقاليد والعادات والقيم.. لا شيء يضاهي لحظات تتنفس فيها كل بهيج.. بإمكانك أن تمضي كل الوقت في الهدوء.. السكينة.. رائحة تعبق بالماضي العريق، وأنت في العلا يأخذك الدفء إلى منطقة عميقة في جمال الروح.. الروح السعودية.



لاعب البولو الأرجنتيني أدولفو كومبياسو (يمين) مع رئيس الاتحاد السعودي للبولو عمر زيدان

## كومبياسو: العلا تتكلم بلغة العشق

وجدت في زيارتي للعلا أرضاً تتكلم بلغة العشق.. مدهشة هذه الأرض بارئها الذي يؤكد للعالم أجمع أن كل الشعوب والحضارات حين تلتقي فإن المعاني الإنسانية العظيمة تتجلى في أجمل صورها.. هنا، لا يسعك إلا أن تعيش أجمل اللحظات في حياتك.. سواء وقت الشروق، أو عند غروب الشمس أو في أحضان الليل.. أنت في منطقة لا تود مغادرتها.



## صناديق رمضان

تحتوي على أجود  
أنواع المواد الغذائية

متوفر في 3 أنظمة مختلفة

د.ب  
٢٥

د.ب  
١٥

د.ب  
١٠

For more details, contact us:

33399995

Order online:

OrderMAZA.com

أطلب الآن!

هل هلاك  
يا رمضان



## أسعار الزيوت النباتية ارتفعت 100 % بسبب الحرب الروسية الأوكرانية

وأكد أن المستهلكين في البحرين لن يلاحظوا نقصاً في السلع الغذائية الأساسية وهذا بفضل الله ودعم ومتابعة الدولة والقطاع التجاري الذي يحرص على أن يستورد كميات كافية تحت كل الظروف، ويؤمن التخزين، وأستطيع القول إن شهر رمضان لن يشهد نقصاً في السلع الغذائية فجميعها متوافرة، كما أن أفران الخبز والدقيق لن تتأثر أسعارها؛ لأنها مدعومة من الدولة التي تتكفل بأسعار الطحين والخبز، وهي من أقل الدول في العالم من ناحية أسعاره، ولا توجد دولة يكون طحين القمح بالسعر الذي توفره حكومة البحرين، ثم إن أية زيادة في الأسعار العالمية بالنسبة لهذه السلعة تتكفل بها الدولة، وبالتالي لن يتأثر المستهلك من هذا القطاع، غير أن قطاعات أخرى غير مدعومة ستكون تحت ضغط العرض والطلب والأسعار الدولية.

واختتم بالقول إن الأوضاع في العامين الماضيين كانت مستقرة خلال الشهر الفضيل للمخزون المؤمن، وأتمنى عدم التهافت من جانب المستهلكين على تخزين السلع؛ لأن الكميات متوافرة ومن الصعب أن يتم تخزين السلع الغذائية كونها قابلة للفساد والتلف، وبالتالي فالتخزين الزائد يضر المستهلكين الآخرين وفي ذات الوقت يضر المستهلك المبالغ في التهافت، ما يعني خسارة اقتصادية على دخل الفرد لا سيما في حال تلف تلك المواد.

## الدولة حرصت على استيراد كميات كافية من السلع الغذائية الأساسية

وأشار زينل في حديث لـ"أضواء البلاد" إلى أن هناك ظروفًا خارجة عن إرادة القطاع التجاري نتيجة عوامل عدة على رأسها الحرب القائمة بين روسيا وأوكرانيا، ومع ذلك أود الإشارة إلى أن الاستعدادات لاستقبال الشهر الفضيل قائمة؛ بهدف توفير أكبر كمية من السلع للمستهلكين وفق الإقبال الاعتيادي السنوي الكبير خلال هذا الموسم. وأضاف "ولله الحمد، يحل علينا شهر رمضان المبارك ونحن في أواخر مرحلة القضاء على جائحة كورونا التي نتمنى أن تزول عن قريب بشكل كامل، ولا يفوتني أن أشيد بالشكر والتقدير بجهود الحكومة بقيادة صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، ولي العهد رئيس مجلس الوزراء، والذي دأب وفريق العمل خلال العامين الماضيين على بذل كل جهد وتواصل وتخطيط للتصدي لهذه الجائحة، ولهذا فجهود مملكة البحرين الكبيرة أثمرت عن آثار إيجابية لإيقاف تفشي الفيروس بشكل أكبر، وأصبحنا في مأمن من مخاطر هذه الجائحة".

وأعاد الحديث عن ارتفاع أسعار المواد الغذائية بسبب الحرب الروسية الأوكرانية باعتبارهما دولتين رئيسيتين على مستوى العالم في توفير السلع ومن أهم مصدريها للعالم بأجمع وليس لمنطقة الخليج والمنطقة العربية فحسب، فتأثير الحرب انعكس على أسعار الزيوت النباتية التي ارتفعت لأكثر من 100 %، وكذلك الحبوب كالقمح والذرة، وقد يعتقد البعض أن البحرين لا تستهلك الذرة لكن أقول إن هذه المادة تدخل في إنتاج علف الدواجن والحيوانات وارتفاع أسعارها يشكل ضغطاً كبيراً على كلفة إنتاج الدواجن، فحوالي 75 إلى 80 % من كلفة إنتاج الدواجن هي من العلف الذي يدخل في إنتاجه مواد كالذرة والشعير والصويا وهذه كلها مواد تصدر من هاتين الدولتين.



رئيس مجلس إدارة مجموعة ترافكو

# إبراهيم زينل

## المخزون الرمضاني مطمئن وزيادة الأسعار خارجة عن إرادة القطاع التجاري

أفاد رئيس مجلس إدارة مجموعة ترافكو إبراهيم زينل بتوافر كميات كافية من المواد الغذائية الرمضانية وبشكل مطمئن، لكنه عبر عن الأسف من أن هناك زيادة في الأسعار خارجة عن إرادة القطاع التجاري، إلا أن المملكة حرصت على استيراد كميات كافية من السلع الغذائية الأساسية تحت أي ظرف من الظروف.

وتقدم زينل بأسمى آيات التهاني والتبريكات إلى مقام عاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، وإلى ولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة، وإلى البحرين حكومةً وشعباً بمناسبة قرب حلول شهر رمضان المبارك.

رئيس الجمعية  
الفلكية  
البحرينية يقدم  
إطلالة عن  
الشهر الفضيل

وهيب  
الناصر



## يحل علينا شهر رمضان من السبت 2 أبريل حتى 1 مايو

وفق حسابات رئيس الجمعية الفلكية البحرينية أستاذ الفيزياء التطبيقية بجامعة الخليج العربي وهيب الناصر، فإنه فلكيًا يتأخر شهر رمضان في كل عام 11 يومًا، وعلى هذا الأساس فإنه كل 33 عامًا يهمل شهر رمضان في نفس الوقت تقريبًا (يوقا ونشهرًا)، ويحل علينا، بإذن الله، شهر رمضان في هذه السنة يوم السبت 2 أبريل 2022 إلى 1 مايو 2022 أي طول شهر رمضان 30 يومًا، ويبدو أن المسلمين سيجتمعون جميعًا على موعد عيد الفطر المبارك، بعكس موعد دخول شهر رمضان الذي سيكون عند البعض يوم السبت 2 أبريل أو الأحد 3 أبريل، وستكون أيام شهر رمضان، بإذن الله، أقل حرارة من الأعوام السابقة خلال السنوات الخمس الماضية، وليس كما حدث في 2012 (21 يوليو حتى 19 أغسطس) حيث كانت الأرض في ذلك الوقت قد بدأ عليها تأثير امتصاصها للأشعة الشمسية المركزة في شهر 21 يونيو، بالإضافة إلى انعدام رياح الشمال (رياح البارح) مع زيادة الرطوبة النسبية، خصوصًا مساءً، علما أنه في هذه السنة ستكون أيام شهر رمضان المبارك (2022) في فصل الربيع (يبدأ 21 مارس وينتهي 21 يونيو).

### ظروف رؤية الهلال

أما بشأن ظروف رؤية هلال شهر رمضان 1443، يقول الناصر "يولد هلال شهر رمضان يوم الجمعة 1 أبريل في الساعة 9:28 صباحًا، وموعد غروب الشمس في الساعة 5:54 مساءً، واتجاهها 275°، في برج الحوت، وارتفاع القمر 2.3°، واتجاهه 272°، وعمره 0.4 يوم. ووقت غروب القمر الساعة 6:08 مساءً، واتجاهه 273°، وزمن مكث الهلال 14 دقيقة، في برج الحوت"، وفيما يتعلق بظروف رؤية هلال شهر شوال 1443، فيولد الهلال يوم الأحد 1 مايو 2022، وموعد ولادة الهلال يوم السبت 30 أبريل في الساعة 11:31 مساءً، وهو يصادف حدوث كسوف للشمس في الساعة 11:46 مساءً، وموعد غروب الشمس 6:09 مساءً، واتجاهها 287.5°، في برج الحمل، وارتفاع القمر 7°، واتجاهه 286°، وعمره 0.7 يوم. ووقت غروب القمر الساعة 6:46 مساءً، واتجاهه 289.5°، وزمن مكث الهلال 37 دقيقة، في برج الحمل.

### ساعات الصوم

وماذا عن عدد ساعات الصوم؟ يجيب الناصر: في هذا العام (2022 م الموافق 1443 هـ) سيصوم أهل البحرين مدة 13 ساعة و23 دقيقة في أول أيام شهر رمضان (2 أبريل)، أقل من السنة الماضية بمقدار 25 دقيقة، أما في آخر يوم صيام (1 مايو) فستكون مدة الصيام 14 ساعة و23 دقيقة، أقل من السنة الماضية بمقدار 25 دقيقة، وسيكون طول شهر رمضان 30 يومًا. وتصل الحرارة العظمى خلال هذه الفترة، عادة، إلى حوالي 29.1°م، والحرارة الظاهرية 30.1°م، ومتوسط الرطوبة النسبية حوالي 81%. وعلميًا، يبدأ الجسم في التأثر من ضيق الرطوبة عندما تصل الرطوبة النسبية إلى 70% وحرارة 35°م، حيث تسبب له

### مصادفات الإجازات

تقارب إجازة عيد الفطر ويوم العمال والإجازات الأسبوعية، والخميس معترضًا، فمن المصادفات أن يكون موعد إجازة عيد العمال (1 مايو من كل عام) يسبق موعد عيد الفطر (1 شوال)، وهو 2 مايو (ربما يفطر فيه جميع المسلمين هذا العام). وفي البحرين ستكون هناك إجازة يوم الأحد (1 مايو) وثلاثة أيام لعيد الفطر (الاثنين 2 مايو إلى الأربعاء 4 مايو) وسبق يوم الخميس 5 مايو معترضًا بين هذه الإجازة والإجازة الأسبوعية (الجمعة والسبت 6 و7 مايو). وبذلك ستكون هناك إجازة طويلة تبدأ من يوم الجمعة 29 أبريل إلى الأربعاء 4 مايو (6 أيام متصلة) ثم يعقبها الخميس 5 مايو ثم إجازة الجمعة والسبت، وستكون حديث الناس.

إنهاكًا حراريًا خصوصًا إذا انعدمت الرياح، إذ تصل الحرارة الظاهرية لحوالي 58°م، ولكن هذا العام لا اختلاف كثيرًا بين الحرارة المقاسة والحرارة المحسوسة (الظاهرية)، ومن المتوقع أن تكون الأجواء في رمضان هذا العام معتدلة، وفي هذه الفترة عادة ما تحدث تغيرات مفاجئة في الجو وعدم استقرار وهطول سريع للأمطار مصحوبة بغزارة ورعد وبرق (السرديات) علما أن البعض يرى أن دخول السريات من 29 أبريل

## بداية شهرين قمرين في شهر ميلادي

من المصادفات والحالات النادرة أن يكون هناك استهلالان لشهرين إسلاميين في شهر ميلادي واحد؛ فسيكون هناك استهلال لشهر شوال مساء يوم الأحد 1 مايو 2022، الموافق 29 رمضان 1443 هـ، وكذلك استهلال لشهر ذي القعدة مساء يوم الاثنين 30 مايو 1443 هـ.

## نجم سهيل في شهر رمضان بسماء البحرين

في يوم الاثنين 12 أبريل 2021م الموافق 30 شعبان 1442 هـ في الساعة 7:00 مساءً، حيث يشرق في هذا اليوم في الساعة 1:14 مساءً، ويكون في أقصى ارتفاع له في الساعة 4:38 مساءً، ويغرب في 8:02 مساءً. ونجم سهيل هنا على ارتفاع 5° في اتجاه 21° غرب الجنوب (اتجاه 200°).



نجم سهيل

## الظواهر الفلكية والطوالع

الطوالع هي نجوم تظهر في السماء جهة الشرق قبيل شروق الشمس، وهي إما نجوم منفردة أو ثنائية أو نجوم عدة أو منطقة من دون نجوم مثل طالع البلدة، ومدة كل طالع 13 يوماً في السنة الكبيسة، بينما يكون للجبهة 14 يوماً في السنة العادية. لقد كانت هذه الطوالع بمثابة تقويم ودليل لصيد السمك والزراعة والموسم والطقس. وتشير الأمثال الشعبية في هذا الصدد إلى أن رمضان هذا العام 2021 م - 1442 هـ، هو أكثر اعتدالاً في معدل الحرارة من العام السابق؛ لأنه سيكون من يوم الثلاثاء 13 أبريل حتى الأربعاء 12 مايو 2021م، أي في القسم الأول من فصل الربيع.

ويحل في رمضان هذا العام ثلاثة طوالع هي: يوم واحد من طالع سعد الأخبية (21 مارس إلى 2 أبريل)، و13 يوماً من طالع المقدم أو الفرغ الأول (3 أبريل - 15 أبريل)، و13 من طالع المؤخر (16 أبريل - 28 أبريل)، وأيام 3 من طالع الرشا أو السمكة (29 أبريل - 11 مايو)، وهي فترات معروفة عند عرب شبه الجزيرة العربية بأنها معتدلة الأجواء نسبياً.

وأقوال ساجعي العرب تعكس اعتدال الطقس خلال هذه الفترة؛ فقد قالوا في طالع المقدم "إذا طلع الفرغ الأول أكثر الأسفار والتحول"، دليل على لطف الجو للسفر عبر الصحراء الحارة نهاراً.

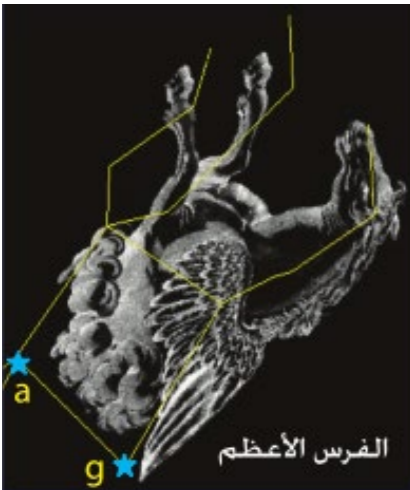
وقالوا في طالع المؤخر أو الدلو "إذا طلع الدلو هيب الجزو، وأنسل (سقط) العفو (ولد الحمار)، وطلب اللهو (الزواج) الخلو (العازب)".

وقالوا في طالع الرشا "إذا طلعت السمكة، أمكنت الحركة، وتعلقت الحسكة، ونصبت الشبكة، وطاب الزمان للنسكة"، والناسك هو المتعبد؛ فالصوم والصلاة في هذه الفترة مريحان، والمثل يعني صلاحية الجو لارتياح البحر والصيد.



برج الحوت

طالع الرشا



الفرس الأعظم

طالع المؤخر



عندما يقترب القمر ليلة الخامس من الشهر القمري بنجوم الثريا Pleiades أو (M45) فإنه حسب التراث الخليجي هو دخول الربيع وازدهاره، حيث قالوا: "قران خامس ربيع طامس". هذا الاقتران سيحدث يوم الثلاثاء 5 أبريل 2022 م الموافق 4 رمضان 1443 هـ، حيث يكون عمر القمر حوالي 4.2 يوم، ومضاء بنسبة 18% من سطحه، والبعد الزاوي بين الثريا والقمر يساوي 5°.



## اقتران القمر بنجوم الثريا في رمضان 1443 هـ (قران ثالث ربيع طامس)

عندما يقترب القمر ليلة الثالث من الشهر القمري بنجوم الثريا Pleiades أو (M45) فإنه حسب التراث الخليجي هو نهاية الربيع وجمال جوه، حيث قالوا: "قران ثالث ربيع ذالف". هذا الاقتران سيحدث يوم الاثنين 2 مايو 2022 م الموافق 1 شوال 1443 هـ، حيث يكون عمر القمر حوالي 2 يوم، ومضاء بنسبة 2% من سطحه، والبعد الزاوي بين الثريا والقمر يساوي 3°.



مصممة التراث  
صالحة حمد الرميثي

خلال السنوات الماضية، اختلفت نقصة الأمس عن نقصة اليوم، فأصبحت تهدي بأفخر ما يرغب فيه المتهادون بتصاميم راقية، وبعضها مكلف لا سيما حينما تحوي هدايا ثمينة كالأواني الفضية أو البخور والعود غالي الثمن، وبعضها بسيط في متناول الجميع لكن يقدمونها بشكل جميل مع عبارات التهنة بالشكر الفضيل، وهذا ما تقوله مصممة التراث صالحة حمد الرميثي التي تشير إلى المثل الشعبي القديم: "أنا غنية وأحب الهدية"، فنقصة شهر رمضان المبارك لها الكثير من المعاني الجميلة التي ما تزال تحافظ عليها وإن اختلف أسلوب تقديمها وتواكب مع العصر، وأقول إن الناس يحبون التصاميم التراثية حتى نجد الكثير وقد استعدوا للشهر الفضيل بالديكور التراثي القديم والهدايا المرتبطة بأجواء رمضان منذ القدم.

## "نقصة الشهر الفضيل" عادة اجتماعية بروح معاصرة



منذ أن كنا صغارًا، كنا نعيش لحظات جميلة حينما ترسلنا أمهاتنا قبل وخلال شهر رمضان المبارك، إلى بيوت جيراننا أو إلى صديقة مقربة من الوالدة أو لإحدى قريباتها، ونحن نحمل في أيدينا "النقصة أو النخصة"، وهي باختصار إهداء يتشارك فيه الأوبة خلال الشهر الفضيل، وغالبًا ما تكون أطباقًا من الطعام قبيل وقت الإفطار أو السحور، وهي من العادات التراثية في المجتمع الخليجي منذ القدم، وأصل الكلمة ليس من الاستنقص، بل أن يستنقصه الشخص المهدي عن نفسه ليهديه إلى من يحب، ولهذه العادة أثرها الطيب في النفوس من مودة ومحبة وتواصل كريم يبهج القلوب.



"النقصة" ارتبطت بشهر رمضان كعادة جميلة من عادات الماضي كما تقول الباحثة الكويتية نجاة الحشاش، فالجدات والأمهات عندما كن يعددن وجبة الفطور لعائلاتهن، كانت ربة الأسرة تقوم باستنقص جزء من هذه الوجبة أو عمل وجبة أكبر من أجل إرسال طبق من فطورها إلى منزل جارتها، وتقول "هذا الصحن نقصة لبيت أم فلان"، وكانت عملية تبادل أطباق الفطور بين الجيران تبدأ قبل الإفطار بنصف ساعة، وعند موعد الإفطار نجد السفرة تحتوي على أطباق متنوعة من نقصة الجارات والأهل.



الباحث الاجتماعي  
محمد جواد

ويعرف الباحث الاجتماعي محمد جواد مرهون النقصة أو النقصة، وهي أن تحب شيئاً ما وتذكر حينها شخصاً تحبه وتتمنى أن يشاركك في هذا الشيء، وجرى العرف أن تكون هذه النقصة وجبة مميزة تستلذها أو سلعة بمواصفات راقية كنت تبحث عنها حتى حصلت عليها وتذكر حينها ذلك الشخص الذي خطر ببالك، وحينها تنتعص عليه وتشترى له مثلها، فهذه ليست مناسبة عيد ميلاد مثلاً حتى تكون مخططاً لها إنما وليدة اللحظة، وفرحتك بما وجدت من شيء محبب والخاطر الذي استحوذ عليك وذكرك بالشخص الذي استهواك إهداءه أو تتمنى أن يشاركك الفرحة به يعكس حباً عفويًا صادقاً، وقد تكون هذه النقصة بداية تعارف مع جار أو للتعبير عن تصحيح خطأ ما أو تعزيز أواصر المحبة أو صلة رحم أو عرفان بجميل.

ويضيف "إنها خاطرة استحوذت على تفكيرك وسببت لك النقصة التي أشارت عليك إلى من تنتعص عليه، وبالمقابل كانت الرغبة لديك مدفونة أو مؤجلة فيبرزها الموقف فرحة ونقصة واستجابة، وفي العادة حين تسليم هذه النقصة تسبقها ابتسامة عريضة، والابتسامة في وجه أخيك المؤمن صدقة، وتصحبها كلمة طيبة، والكلمة الطيبة كالشجرة الطيبة أصلها ثابت وفرعها في السماء تؤتي أكلها حين يابذن ربها".

وهل هناك أحلى من عبارة "تنغصت عليك"؟ فمدلولها كبير وأثرها عميق فهي تدعو للمحبة وتآلف القلوب وتميز المهدي إليه عن الآخرين إثرة ومحبة واهتماماً، وكم من عادات جميلة في مجتمعنا يجب المحافظة عليها واستذكارها ولفها أحياناً بروح العصر حتى تتسجم مع مستجدات الحياة دون أن تفقد أصالتها وتحفظ معناها ويستبقى بريقه، وتبرز هذه النقصة بشكل جلي في شهر رمضان المبارك، فتنشر المحبة بين الناس وتفتح الأبواب المغلقة وتشرح الصدور المكتنبة وتلغي الحواجز والصدود وتبشر بالتراحم والتوادد وتعيد التلاقي والتواصل بين المجتمع بجميع أطيافه.



وفق تقديرها، تشير صالحة إلى أن البعض يفضلون، كما يفعل الأولون، أن يهدوا النقصة إلى الفقراء والمحتاجين من أهل الحي، وأنا أتذكر من صغري أن جدتي (رحمها الله) كانت تضع الزيت والأرز وبعض الأطعمة وتقول "هذه نقصة لبيت فلان وهذه لبيت أم فلان"، وعادة ما تتكون من الحاجات التي يستخدمها الناس طوال الشهر كطحين الكباب المميز المصنوع في المنزل أو الحبوب أو الزيوت الطيبة أو بهار يضعونه في أكياس صغيرة، وهذه العادة مستمرة، فنحن نتهادى مع الأهل والصدقات وقد نشترى شيئاً لأنفسنا ونشترى مثله لقريبة أو صديقة أو إنسانة عزيزة على قلوبنا، والناس تفرح وتستبشر بها في الشهر الفضيل.

المشاعر فرحة ولها رونقها في الأجواء الرمضانية، واليوم ما تزال قائمة حتى في سائر أيام السنة، ولأن لشهر رمضان خصوصيته وروحانيته، فمن أجمل المعاني أن تستمر هذه العادة حتى لو تطورت في تصاميمها ونماذجها مع تطور العصر.

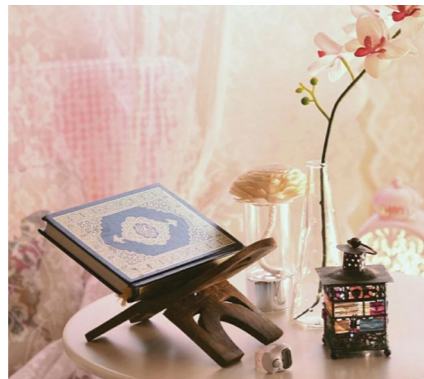




## أضيافي اللمسات الرمضانية إلى زوايا منزلك

أيام معدودات ويهل علينا شهر رمضان بالخير والبركات، هذا الشهر الذي ننتظره كل عام لنستمتع، كبازا وصغارا، بأجوائه المميزة. ومما لا شك فيه أن تجهيز المنزل بديكورات شهر رمضان يضيف الكثير من البهجة والسعادة على المكان؛ ولكي يصبح إعداد البيت لاستقبال الشهر مهمة شيقة، سنعرض لك أفكار ديكورات رمضان للمنزل سهلة التنفيذ.





من الأفكار المشوقة والمفيدة هي زاوية الصلاة التي تحت حتى الأطفال على أهم ركن من أركان الإسلام. كما تضيف بعض اللمسات الروحية إلى المكان وتميز هذا الشهر الفضيل عن باقي شهور السنة.

# 4 طرق مختلفة لتنسيق العباية الملونة لرمضان

العباية هي قطعة أساسية في خزانة كل سيدة عربية تعشق الأسلوب الكلاسيكي والتقليدي في الوقت عينه، وهل من تصميم أنسب منها لاعتماده في ليالي رمضان؟ ففي هذا الشهر الفضيل، العباية هي من أكثر التصاميم الملائمة لافطار وسحور رمضان؛ إذ أنها تزود كل من ترتديها بطلاة محافظة وأنيقة. تماقا كباقي الملابس، تختلف طرق اعتماد العبايا في إطلالات رمضان، ليتسنى لك التمتع باللوك الذي يليق بستايلك. في هذا الإطار، سنقدم لك في هذا المقال 4 افكار تنسيقات لاعتماد العباية في رمضان. اكتشفيها واتبعيها جميعها...





اللون الأسود الكلاسيكي، من الدرجات الأساسية عندما يأتي الحديث عن موديلات العبايات المختلفة، فأبي فتاة تعتمد على ارتداء العبايات، حتى سنجد بخرانتها موديلات مختلفة للعباية باللون الأسود، ولهذا هو الدرجة الأساسية التي نرشحها لك لتعتمدينها لكشخة رمضان، وقد اخترنا مجموعة موديلات عبايات سوداء، ربما تلهمك بعض الأفكار، وإليك التفاصيل...

## عبايات سوداء للذوق الكلاسيكي





## إطلالات مختلفة لتسويقها مع عباية سوداء

# 6

إذا كنت من محبي ارتداء العبايات فنعلم كم هو من الصعب تنسيق خيارات مختلفة لإطلالات مميزة مع العباية. فيعتمد الكثير منا النمط التقليدي عند ارتداء العبايات كونها خيارا سريعا وسهلا. أما إذا كنت تتطلعين إلى تجديد ستايلك في تنسيق إطلالاتك مع العباية لتخرجي عن المألوف وتحظي بإطلالة عصرية، فإليك خيارات عديدة وأنيقة لقطع مختلفة التي يمكنك أن تمزجها مع العباية لتحظي بإطلالة مميزة.



بالتأكيد، ليس هذا الموضوع جديدًا، بل يتكرر في كل موسم رمضاني سنويًا، كما أن رسائل التوعية تسبق الشهر الفضيل وخلاله بل وبعده من جانب الأطباء والمتخصصين في التغذية كثيرة، ولهذا سألنا الأستاذ بكلية أمبريل (لندن) مستشار المكتب الإقليمية لمنظمة الصحة العالمية رئيس مركز الرعاية الصحية المنزلية البروفيسور فيصل الناصر بعض الأسئلة، لا سيما أنه اهتم على مدى سنوات بإجراءات الدراسات وكتابة المقالات الطبية ونشر المعلومات في الصحف ووسائل الإعلام التي تتعلق بالصوم الصحي، سألناه: أليس الشهر الفضيل فرصة للتمتع بالصحة والعافية لها في الصوم من فوائد؟

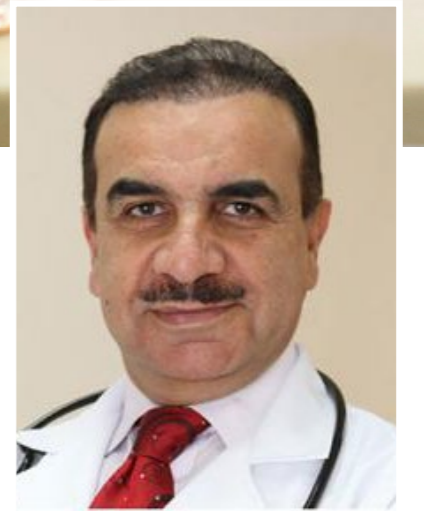


بسعرات حرارية عالية جدًا قد تتجاوز 800 سعرة حرارية في الكوب الواحد، أضف إلى ذلك التنوع الكبير للأطعمة على المائدة الرمضانية، والذي نؤكد دائمًا هو التقليل من اللحوم الحمراء والاعتماد على اللحوم البيضاء كالسمك والدجاج، فاللحوم الحمراء تساعد على ارتفاع نسبة كوليسترول الجسم.

تفقد قيمتها الغذائية، مع العلم أن العنصر الأساس في تكوين الخضراوات هو الألياف، وهذه الألياف إضافة إلى قيمتها الغذائية لها خواص تساعد على مقاومة بعض الأمراض كالإمساك وقرحة المعدة ومرض السكر، علاوة على أهمية عدم الإكثار من تناول الحلويات المعروفة على المائدة الرمضانية، فهي تحتوي على نسبة عالية من السكر وتزود الجسم

يجيب الناصر مؤكداً أن الدراسات التي أجريتها والكثير من البحوث التي أجريت تؤكد الآثار الصحية الكبيرة للصيام ومنافعه التي لا تعد ولا تحصى، وللعلم، فهذه الفوائد لا تقتصر على الأصحاء فحسب، بل على المرضى أيضًا، ولنا أن نشير إلى أن للصيام منافع لمرضى داء السكري وضغط الدم المرتفع على سبيل المثال، فخلال الشهر الفضيل يمكن للمرضى أن يتحكموا في الضغط وضبط ائزان السكر في الدم باتباع السلوكيات الصحيحة لا سيما فيما يتعلق بالنظام الغذائي بعد الإفطار.

ويلفت إلى أن من أهم العادات الغذائية الخاطئة طوال الشهر الفضيل الإكثار من المواد السكرية خصوصًا السوائل المركزة المستخدمة في تحلية بعض أنواع الأطعمة (الكستور واللقيمات)، كما يجب الاهتمام بالخضراوات والإكثار منها، ويفضل أن تكون هذه الخضراوات طازجة أو مسلوقة لفترة بسيطة حتى لا



البروفيسور

**فيصل الناصر**

## لنحول الصيام إلى شهر لتعزيز الصحة

هل صحيح أن المجتمع البحريني خصوصا والخليجي عموما، يعاني من السلوكيات الخاطئة في شهر رمضان المبارك خصوصا العادات الغذائية؟ ما الأسباب؟ هل تتركز على زيادة تناول المواد السكرية والمشبعة بالدهون وانخفاض تناول الأغذية الصحية كالخضار والفواكه؟ وهل يمكن تحويل هذا الشهر الفضل إلى شهر لتعزيز الصحة وتغيير الأنماط الخاطئة؟

# ماتزا

## زيت دوار الشمس

## جودة و نقاء ينصح بها الخبراء



ولأننا اعتدنا على التمر في الشهر الفضيل كسنة نبوية شريفة، يوضح الناصر أن التمر فيها بركة، فهي سريعة الهضم ولا ترهق المعدة وبها نسبة عالية من السكريات والعناصر الأخرى التي يحتاج إليها الجسم، فالسكريات الموجودة في التمر لها خاصية مهمة، فهي سريعة الامتصاص وبالتالي تعطي الجسم الطاقة اللازمة في أسرع وقت ممكن خلال دقيقتين ونصف الدقيقة، كما أن بدء الإفطار بالتمر يساعد على زيادة إفرازات الانزيمات الهاضمة للطعام استعداداً للوجبة الرئيسية، وبالتالي تهينة المعدة وإعدادها لتقبل وجبة الطعام وعدم إجهادها بكميات كبيرة من الطعام في فترة وجيزة، وأود التأكيد والتكرار على تناول الطعام في فترة الإفطار بكميات معتدلة؛ لأن زيادة الطعام تؤدي إلى التخمة وعسر الهضم ومن ثم الخمول الشامل الذي تصحبه الأم بالمعدة.

### ويضع الناصر نقاطاً عدة كقيلة بالإفطار الصحي المريح:

- من الأفضل اعتماد أسلوب بسيط بتحديد كمية الطعام التي نأكلها، بحيث يفطر كل واحد بغرفة الطعام في طبقه الخاص ومحاولة الابتعاد عن طريقة اشتراك جميع أفراد العائلة عند الأكل في طبق كبير مشترك.
- البطء في تناول الطعام وعدم الإسراع فيه مفيد جداً للجسم، وقد أثبتت الدراسات أن الأكل مع البطء يمكن المعدة من هضم الغذاء بصورة جيدة، كما أن هذا البطء يحد تلقائياً من الإفراط في تناول الطعام، أي أن الإنسان لن يتناول أكثر من طاقته من الطعام، بينما مع الأكل السريع تفشل المعدة في إعطاء مؤشر الشبع، لذا فلن يشعر الشخص بالشبع إلا بعد فترة طويلة بعد أن يكثر من الطعام.
- بالنسبة للماء والعصائر والمشروبات المتنوعة، أو لنقل السوائل عموماً، فهي من الأساسات على المائدة الرمضانية، إلا أنه من الأفضل تناول العصائر الطازجة ومن المستحسن تأجيل شرب السوائل إلى ما بعد الإفطار كي لا تعمل هذه السوائل على تخفيف نسبة أحماض المعدة مما يؤدي إلى سوء الهضم.
- الحذر من تناول المأكولات المشبعة بالدهون، وعدم استعمال الدهون الحيوانية في الطهو أو القلي، بل الاعتماد على الزيوت النباتية، لأن كل غرام من الزيت أو الدهن يعطي 9 سعرات حرارية، أما الفائدة من استخدام الزيوت النباتية فتكمن في عدم التعرض للإصابة بارتفاع نسبة الدهون في الجسم والذي يؤدي إلى أمراض متنوعة منها تصلب الشرايين.

مازا  
MAZA

For more details, contact us

CALL : 17226616

66688801

Or get it from online store:

OrderMAZA.com



Tomato Paste

## عصير الشمندر

### المكونات

- شمندر: 3 حبات مقشرة
- حليب: 3 ملاعق كبيرة
- ماء الورد: ملعقة كبيرة
- مكعبات الثلج: نصف كوب
- عسل: ملعقة كبيرة

### الخطوات

- ابشري الشمندر وضعيه في الخلاط الكهربائي.
- اضيفي الحليب وماء الورد والثلج والعسل واضربي المزيج لمدة 5 دقائق حتى يصبح ناعمًا.
- اسكبي المزيج في أكواب وقدميه.



## عصير الشمام باللوز

### المكونات

- حليب لوز: كوب
- شمام: نصف كوب (مقطع ومثلج)
- لوز: ملعقة كبيرة (مفروم)
- عسل: ملعقة كبيرة

### الخطوات

- اخلطي الشمام مع حليب اللوز والعسل في الخلاط الكهربائي حتى تتجانس المكونات.
- صبي العصير في أكواب وزيني باللوز المفروم وقدميه فورًا.



## عصير الرمان

### المكونات

- 4 رمانات
- سكر بحسب الرغبة
- ثلج مكعبات (نصف كوب)

### الخطوات

- قشري الرمان وأفرغي حبات الرمان في وعاء الخلاط الكهربائي.
- اضيفي السكر ومكعبات الثلج بواسطة الخلاط، اطحني الرمان جيدًا.
- صفي عصير الرمان في أكواب التقديم وقدميه على سفرتك.



## سموثي الموز بالعسل

### المكونات

- موز: حبة ناضجة ومقطعة قطعًا صغيرة
- حليب: كوب ونصف (سائل)
- عسل: ملعقة كبيرة
- شوفان: ملعقة كبيرة

### الخطوات

- اهرسي المكونات معًا في الخلاط حتى تصبح ناعمة.
- صبي المزيج في أكواب مبردة وقدميه فورًا.





## سلطة الحمص بالفيتا

- المكونات**
- كوب حمص مسلوق
  - نصف كوب جبن فيتا
  - ملعقة كبيرة بقدونس مفروم
  - ربع ملعقة صغيرة فلفل أسود
  - ربع ملعقة صغيرة كمون
  - عصير ليمون: ملعقتان كبيرتان
  - زيت زيتون: ملعقتان كبيرتان

## الخطوات

- اخلطي الحمص والبقدونس والجبن.
- ضعي التوابل على الخليط السابق ثم أضيفي زيت الزيتون والليمون.



## سلطة البنجر

- المكونات**
- 3 ثمرات بنجر
  - ربع كوب زيت زيتون
  - ربع كوب ليمون
  - رشة ملح
  - ربع كوب بقدونس مفروم (حسب الرغبة)
  - ربع كوب جرجير

## الخطوات

- قومي بسلق البنجر في إناء به ماء، واتركيه من 30 إلى 45 دقيقة.
- قطعي البنجر إلى قطع صغيرة، وأضيفي إليه زيت الزيتون والبقدونس وعصير الليمون والملح.
- قلبي المكونات جيدا وضعيها في طبق التقديم.
- أضيفي قطع الجبنة وزينيه بقطع الجوز.



## سلطة المكرونة بالخضار والزبادي

### المكونات

- مقادير الصلصة:
- ربع كوب لبن زبادي
- مايونيز: ملعقتان كبيرتان
- ملعقة كبيرة خل أبيض
- ملعقة كبيرة عصير ليمون حامض
- ملعقة كبيرة زيت نباتي
- رشة فلفل أبيض
- رشة فلفل أسود
- رشة ملح
- 400 غرام مكرونة (ملونة، مسلوقة)
- خيار (6 حبات مقطعة لمكعبات صغيرة)
- كوب ذرة (معلبة ومصفاة)
- نصف كوب جزر مبشور
- 360 غ تونا (مفتتة)

### الخطوات

- لتحضير الصلصة: في وعاء صغير اخلطي كل مكونات الصلصة جيداً.
- في وعاء كبير، ضعي المكرونة والذرة والجزر والتونة والخيار وقلبي المكونات.
- اسكبي الصلصة فوق السلطة ثم اخلطي جيداً.
- ضعي السلطة في الثلاجة لبعض الوقت ثم قدميها.



## سلطة الجرجير بالرمان

### المكونات

- حزمة جرجير مفروم
- بصلة مقطعة إلى شرائح
- دبس رمان: ملعقتان كبيرتان
- زيت زيتون: ملعقتان كبيرتان
- نصف كوب رمان
- نصف ملعقة صغيرة ملح
- نصف كوب عصير ليمون حامض
- ربع كوب أرز جوز

### الخطوات

- في وعاء، ضعي الجرجير، البصل، الأرز والجوز.
- في وعاء، ضعي زيت الزيتون، الملح وعصير الليمون الحامض. اخلطي المزيج حتى يتجانس.
- أضيفي الصلصة إلى مزيج الجرجير وقلبي المكونات حتى تتداخل. زيني الوجه بدبس الرمان.
- قدمي السلطة على سفرتك وألف صحة.



## شوربة البروكولي بالكريمة

### المكونات

- كريمة طبخ (كوبان)
- كوب جبنة كريم
- كوب زبدة
- كوب حليب
- بصلة مفرومة
- بروكولي طازج مفروم (500 غرام)
- مرق دجاج: كوبان
- ملعقة كبيرة ثوم مطحون
- ملعقة كبيرة نشاء الذرة

### الخطوات

- ذوبي الزبدة في طنجرة على حرارة وسط واقلي البصل حتى يصبح طرياً.
- أضيفي البروكولي واسكبي مرق الدجاج حتى يغطيه كلياً.
- اهرسي المزيج باستخدام الخلاط.
- استمري بالطبخ لمدة 10-15 دقيقة مع التحريك.
- اخفضي الحرارة وأضيفي الجبنة والكريمة.
- أضيفي الحليب والثوم المطحون.
- ذوبي نشاء الذرة بالماء وأضيفيه إلى الشوربة مع رشة ملح. استمري بالطبخ مع التحريك حتى تصبح الشوربة سميكة. قدميها ساخنة.



## شوربة الفطر بالكريمة

### المكونات

- 10 حبات فطر (مقطعة إلى شرائح، طازجة أو معلية)
- طحين (ملعقتان كبيرتان)
- زبدة (ملعقتان كبيرتان)
- 4 أكواب مرق دجاج
- نصف كوب كريمة طبخ (سائلة)
- نصف ملعقة صغيرة فلفل أبيض
- ربع ملعقة صغيرة ملح

### الخطوات

- نذوب الزبدة في قدر على النار ثم نضيف الفطر ونقلبه مدة 10 دقائق حتى يذبل.
- نضيف الطحين ونحرك لمدة دقيقة على نار هادئة ثم نضيف مرق الدجاج بشكل تدريجي مع التحريك.
- نضيف الملح والفلفل والكريمة مع التحريك ونترك المزيج على نار هادئة حتى يغلي لمدة دقيقة.
- نسكب الشوربة في طبق تقديم ونقدم ساخنة.





# مازا

## زيت دوار الشمس

For more details, contact us  
CALL : 17226616 66688801  
Or get it from online store:  
OrderMAZA.com

## تشيلي فرايز بالجبنة

### المكونات

- كيلو غرام بطاطس (مقطعة أصابع)
- ربع كيلو لحم مفروم
- زيت نباتي (ملعقتان كبيرتان)
- كاتشاب (ملعقتان كبيرتان)
- صلصة طماطم (ملعقة كبيرة)
- بابريكا (ملعقة صغيرة)
- زعتر (ملعقة صغيرة)
- البصل (مفرومة ناعما)
- صوص حار (ملعقة كبيرة)
- ملح (ملعقة صغيرة)
- نصف كوب جبن موزاريلا (مبشور)
- نصف كوب جبن جودا (مبشور)
- نصف كوب جبن شيدر (مبشور)
- نصف ملعقة صغيرة فلفل أسود

### الخطوات

- في قدر على النار، ضعي الزيت والبصل وقلبي جيدًا ثم ضعي البابريكا والزعتر والفلفل الأسود وقلبي جيدًا.
- أضيفي اللحم المفروم وقلبي واطريه خمس دقائق على النار.
- أضيفي الكاتشاب وصلصة الطماطم والصوص الحار والملح وقلبي جيدًا واطريه على نار هادئة حتى ينضج اللحم.
- في زيت ساخن غزير اقلي البطاطس ثم انشليها على ورق لامتصاص الزيت.
- في وعاء بايركس ضعي البطاطس أولاً ثم اللحم المفروم ثم انثري فوقه الجبن، وضعيه في فرن ساخن حتى يذوب الجبن، وقدميه فوراً.



## قرنبيط بانيه

### المكونات

- 4 أكواب ماء (مغلي)
- حليب (كوب وربع)
- ملعقة صغيرة سكر
- ملح (1.5 ملعقة كبيرة)
- الكمون (ملعقتان صغيرتان)
- حبة قرنبيط (مقطعة)
- بيضتان
- ملعقة صغيرة فلفل أسود
- كوب كعك (مطون)
- نشاء (ملعقتان كبيرتان)
- 3 أكواب زيت نباتي

### الخطوات

- في قدر، ضعي الماء المغلي على نار متوسطة، كوب من الحليب، السكر، نصف كمية الملح والكمون وحركي المكونات.
- ضعي القرنبيط في الخليط، غطي القدر واطريه على النار مدة 10 دقائق ليسلق.
- في وعاء، ضعي البيض، الكمية المتبقية من الحليب، الكمية المتبقية من الملح والكمون والفلفل الأسود واخلطي حتى تتجانس المكونات.
- في وعاء آخر، اخلطي الكعك والنشاء.
- صفي القرنبيط من الماء، غمسي كل قطعة قرنبيط بخليط البيض ثم غلفيها بخليط الكعك والنشاء وضعيها في طبق جانبي.
- حمي الزيت في قدر على النار واقلي القرنبيط مع تقلبيها بالزيت حتى تحمر.
- صفي القرنبيط من الزيت وقدميه ساخنًا.



تحتوي على أجود أنواع المواد الغذائية

متوفر 3 أحجام مختلفة

د.ب ٢٥ د.ب ١٥ د.ب ١٠

مازا  
MAZA®

For more details, contact us  
33399995 Or get it from online store:  
OrderMAZA.com



صناديق رمضان

الحد الأدنى

رز بالزعفران  
واللحم



### المكونات

- 3 أكواب أرز بسمتي
- ربع ملعقة صغيرة زعفران
- جزر مبشور (حبتان)
- مقادير تتبيلة اللحم:
- كوب زبادي صغير
- ملعقتان من صلصة طماطم
- ملعقة زيت زيتون
- ملعقة صغيرة بهارات لحم
- نصف ملعقة صغيرة كركم
- ملح وفلفل
- نصف ملعقة صغيرة كمون وكسبرة جافة
- ملعقة صغيرة هيل

### الخطوات

- اغسلي الأرز ثم ضعيه في وعاء للطهو يغمره الماء.
- أضيفي الزعفران المذاب في ملعقتي ماء عند اقتراب النضج.
- أضيفي الجزر المبشور وغطي الأرز حتى ينضج.
- قدمي الأرز بالزعفران وفوقه اللحم ساخناً وبالهناء والشفاء.
- في وعاء عميق ضعي اللحم في التتبيلة ليلة كاملة.
- ضعي اللحم في صينية مغطاة بالفويل وأدخليه الفرن على درجة 200 مئوية مع الملاحظة ونقل الصينية للرف الأوسط بعد 25 دقيقة حتى ينضج اللحم مع إضافة كوب ماء كلما احتاج الأمر حتى يجف الماء وينضج اللحم.



صينية اللحم  
المفروم وكرات  
البطاطس  
الذهبية

### المكونات

- مقادير الطبقة الأولى (عصاج اللحم)
- نص كيلو لحم مفروم
- بصلة كبيرة مفرومة
- بهارات (ملح، فلفل، مكعب ماجي)
- حبة طماطم مقطعة مكعبات صغيرة
- جزرة مبشورة
- معجون طماطم (ملعقتان كبيرتان)
- مقادير الطبقة الثانية (البشاميل)
- 4 ملاعق كبيرة دقيق
- ملح، فلفل أسود، فلفل أبيض
- ملعقة كبيرة زبدة
- 1-2 كوب حليب

### الخطوات

- الطبقة الأولى:
- نحمر البصل في قليل من الزيت.
- نضيف اللحم المفروم والبهارات مع تقنيته حتى ينضج.
- نضيف حبة الطماطم والجزر ونتركه حتى ينشف.
- نضيف معجون الطماطم حتى يصبح لونه محمرا دون أي سوائل.
- نضع عصاج اللحم في صينية الفرن كطبقة أولى.
- نضع وعاء على النار به الزبدة حتى تذوب.
- نضيف الدقيق إلى الزبدة، ونقلب حتى نحصل على اللون الذهبي.
- نضيف الحليب بالتدريج مع التقليب، ثم نضيف الملح والفلفل الأسود والأبيض.
- نضع طبقة البشاميل فوق طبقة اللحم المفروم.
- الطبقة الثالثة (كرات البطاطس الذهبية):
- نهرس البطاطس مع الحليب والملح والفلفل والأوريغانو ونشكله كرات تكفي لتغطية الصينية.
- نرص كرات البطاطس فوق البشاميل.
- نرش جبن الموزاريلا فوق كرات البطاطس.
- ندخلها الفرن بحرارة متوسطة (فوق وتحت) إلى أن تسيح الجبنة.

رمضان مبارك  
Ramadan Mubarak

**Dana**  
PURE  
COOKING OIL



## صدر دجاج بالكريمة والفطر

### المكونات

- 3 ملاعق كبيرة زبدة
- كيلوغرام صدر دجاج
- 3 ملاعق كبيرة زيت نباتي
- بصلة مقطعة إلى شرائح
- فطر مقطع إلى شرائح (4 قطع)
- ملح بحسب الرغبة
- رشة فلفل أسود
- كريمة طبخ (لتر)

### الخطوات

- في مقلاة واسعة على نار متوسطة، ذوبي الزبدة ثم أضيفي قطع الدجاج ونكهي بالملح والفلفل الأسود.
- اتركي الدجاج على نار متوسطة مع التقليب من حين لآخر حتى ينضج.
- ارفعي الدجاج من المقلاة ثم حمي الزيت في نفس المقلاة وزيدي البصل والثوم. قلبي المكونات حتى تذبل.
- زيدي الفطر وقلبي حتى ينضج ثم اسكبي كريمة الطبخ.
- اتركي المقلاة على نار خفيفة حتى يغلي الخليط ويكثف.
- اسكبي الدجاج في طبق التقديم ثم زيدي خليط الفطر على الوجه.



METRO

# Tomato Paste

رمضان مبارك  
Ramadan Mubarak



## كبدة بدبس الرمان

### المكونات

- كيلو غرام كبدة بقر
- 4 ملاعق كبيرة عصير ليمون حامض
- بصلة مفرومة
- رشة ملح
- 4 ملاعق كبيرة زيت نباتي
- نصف كوب دبس رمان
- ثوم مفروم (4 فصوص)

### الخطوات

- في وعاء، ضعي الكبدة، عصير الليمون، البصل والثوم ونكهي بالملح. قلبي المكونات حتى تتداخل.
- غطي الوعاء واتركيه في الثلاجة قرابة 4 ساعات.
- في مقلاة واسعة على نار متوسطة، حمي الزيت النباتي وزيدي الكبدة. قلبي المكونات حتى تنضج الكبدة ثم اسكبي دبس الرمان.
- قلبي المكونات قرابة 4 دقائق على نار متوسطة ثم اسكبي الكبدة بدبس الرمان في طبق التقديم.



## كعكة الشوكولاتة والتوت

### المكونات

- كعكة الشوكولاتة
- سكر 400 غرام (كوبان)
- 1 ¾ كوب دقيق لجميع الأغراض (210 غ)
- ¾ كوب من مسحوق الكاكاو غير المحلى (64 غ)
- ملعقتان كبيرتان كاكاو اختياري (11 غ)
- صودا الخبز: ملعقتان صغيرتان (12 غ)
- ملعقة صغيرة بيكنج بودر (4 غ)
- ملعقة صغيرة ملح (6 غ)
- بيضتان
- كوب حليب (240 مل)
- كوب قهوة سوداء قوية (240 مل)
- ½ كوب زيت نباتي (120 مل)
- خلاصة الفانيليا: ملعقتان صغيرتان (4 غ)
- كريمة زبدة التوت
- ½ كوب زبدة غير مملحة (عصا)
- 4 أوقيات جبن كريمي (½ عبوة)
- ½ 3 كوب سكر بودرة
- 3 ملاعق كبيرة من مربى التوت ويفضل الفاكهة النقية من دون سكر إضافي
- ملعقة صغيرة فانيليا
- ¼ ملعقة صغيرة ملح
- ملعقة كبيرة حليب أو كريمة
- لون طعام وردي (اختياري)

### الخطوات

#### كعكة الشوكولاتة

- سخني الفرن إلى 350 درجة فهرنهايت. دهني مقالي خبز دائرية مقاس 9 بوصات أو صينية خبز مقاس 13×9×2 بوصة، ضعهم جانباً.
- في وعاء الخلاط المزود بمضرب كهربائي، اخلطي السكر والدقيق والكاكاو وصودا الخبز والبيكنج بودر والملح. تخلط على سرعة خفيفة حتى يتم دمج المكونات الجافة تماماً.
- أضيفي البيض والحليب والقهوة والزيت والفانيليا. اخلطها على سرعة متوسطة لمدة دقيقتين تقريباً؛ سيكون الخليط رقيقاً.
- صبي الخليط بالتساوي في القوالب المعدة.
- اخبزي في فرن مسخن مسبقاً لمدة 30 إلى 35 دقيقة للأواني المستديرة، أو حتى يتم إدخال عود أسنان خشبي في المنتصف ويخرج نظيفاً.
- تبرد لمدة 10 دقائق، ثم تزل من القوالب إلى رفوف الأسلاك.

#### كريمة الزبدة التوت

- في وعاء الخلاط الكهربائي، اخفقي الزبدة حتى تصبح ناعمة. ثم أضيفي الجبن الكريمي واخفقي حتى يتجانس تماماً ويصبح ناعماً.
- أضيفي كوب سكر بودرة واخفقي. ثم أضيفي ملعقة كبيرة من مربى التوت واخفقي جيداً.
- أضيفي الفانيليا والملح (أضيفي الملح فقط إذا كنت قد استخدمت زبدة غير مملحة).
- استمري في الخلط وأضيفي كوباً آخر من مسحوق السكر وملعقة كبيرة من المربي. كرري العملية مع آخر كوب ونصف من السكر البودرة والملعقة الكبيرة المتبقية من المربي.
- اخفقي حتى يمتزج جيداً ويصبح ناعماً ورقيقاً. أضيفي ببطء ملعقة كبيرة حليب أو قشدة وامزجي 20 ثانية أخرى تقريباً. إذا رغبت في ذلك، أضيفي قطرة من ملون طعام وردي مركز (أو لون طعام سائل أحمر).
- وزعي كريمة التزيين على طبقات الكيك باستخدام ملعقة بسط، أو ضعي كريمة التزيين على طبقات الكيك باستخدام كيس أنابيب كبير مزود برأس دائري كبير.
- زيني الكيك بقطع التوت الطازجة ثم قدميها باردة.



## تشيز كيك التوتيات

### المكونات

#### تشيز كيك

- 25 ويفر بالفانيليا
- ¼ غ لوز محمص ومملح
- 4 ملاعق كبيرة (نصف عود) زبدة غير مملحة ذائبة
- ½ غ إضافة إلى ملعقتين كبيرتين من السكر الحبيبي، مقسم
- ¾ غ كريمة ثقيلة باردة
- (0.25 أونصة) مغلف جيلاتين دون نكهة
- ½ غ زبادي يوناني عادي
- عبوة جبن كريمي (8 أونصات)، في درجة حرارة الغرفة
- خلاصة الفانيليا النقي (ملعقتان صغيرتان)
- ربع ملعقة صغيرة ملح كوشير

#### خلطة التوت:

- سكر محبب (ملعقتان كبيرتان)
- خلاصة الليمون (ملعقتان صغيرتان)
- 2 غ توت طازج

#### خلطة توت العليق:

- سكر بني فاتح (ملعقتان كبيرتان)
- نعناع طازج مفروم (ملعقتان كبيرتان)
- ملعقة كبيرة ماء

- ربع ملعقة صغيرة خلاصة الفانيليا النقي
- 2 غ توت العليق الطازج المهروس قليلاً

#### صلصة الرازبيري:

- سكر محبب (ملعقتان كبيرتان)
- قشر الليمون (ملعقتان صغيرتان)
- ملعقة كبيرة عصير ليمون

- 2 غ رازبيري طازج

#### صلصة الفراولة:

- سكر محبب (ملعقتان كبيرتان)
- ريحان طازج مفروم (ملعقتان كبيرتان)
- ملعقة صغيرة خل بلسمي

- 2 غ شرائح فراولة طازجة



### الخطوات

- تُخفق الرقائق واللوز في محضر الطعام حتى تُطحن ناعماً، من 12 إلى 14 مرة. أضيفي الزبدة وملعقتان كبيرتان من السكر. اخفقي المزيج جيداً حتى يمتزج جيداً. اضغطي على الخليط في قاع إناء قياس 9 بوصات. جمدي لمدة 20 دقيقة أو حتى يوم واحد.
- صبي الكريمة في قدر متوسطة الحجم. رشي الجيلاتين فوقها. دعيه لمدة 10 دقائق. اطهي مزيج الكريمة على نار متوسطة منخفضة مع التحريك باستمرار حتى يذوب الجيلاتين، لمدة 4 إلى 6 دقائق. تبرد لمدة 10 دقائق.
- في محضر طعام نظيف، قومي بمعالجة الزبادي، والجبن الكريمي، والفانيليا، والملح، وبقية نصف كوب من السكر حتى يصبح ناعماً، حوالي دقيقة واحدة. أضيفي خليط الكريمة واخفقي حتى يمتزج جيداً.
- تسكب الحشوة في القشرة وتُملس بملعقة مطاطية. غطي المقلاة بغلاف بلاستيكي واتركها تبرد حتى تتماسك، لمدة 6 ساعات على الأقل أو حتى يومين.
- لعمل طبقة من التوت، اخلطي مكونات كل طبقة على حدة ثم التوت. اتركيه لينقع مع التحريك من حين لآخر، حتى يصبح الخليط شراباً، حوالي 20 دقيقة.
- عندما تصبح صينية الكيك جاهزة، مرري سكيناً على جوانبها وأزيلي الحلقة. قدميها مع إضافات التوت المرغوبة.

## كعكة اللافندر

### المكونات

#### كيك

- زبدة غير مملحة طرية (عود ونصف)
- ½ كوب سكر
- بيضتان
- 4 صفارات بيض
- خلاصة الفانيليا (ملعقتان صغيرتان)
- 3 أكواب طحين
- 4 ملاعق صغيرة بيكنج بودر
- ملعقة كبيرة خزامى مجفف (اسحقه بالأصابع قبل الإضافة)
- ¼ ملعقة صغيرة ملح
- ¼ كوب حليب
- 6 أونصات شوكولاتة بيضاء
- شراب الخزامى البسيط
- ½ كوب سكر
- ½ كوب ماء
- خزامى مجفف (ملعقتان كبيرتان)

#### الكريمة

- ½ كوب زبدة غير مملحة، طرية
- 2 إلى 3 أكواب سكر بودرة
- شراب الخزامى البسيط (ملعقتان كبيرتان)
- ملعقة صغيرة فانيليا

### الخطوات

#### تذويب الشوكولاتة البيضاء

- باستخدام حمام مائي، املئي الجزء السفلي بـ 1-2 بوصة من الماء واتركيه حتى يغلي. أطفئي النار، وضعي قطع الشوكولاتة البيضاء المكسورة في القدر العلوي واتركها لتذوب براحة أثناء تحضير باقي الكيك.

#### لصنع شراب الخزامى

- يُغلى ½ كوب سكر و ¼ كوب ماء، واخفقي باستمرار للتأكد من ذوبان السكر تماماً. أطفئي النار وأضيفي ملعقتين كبيرتين من اللافندر الجاف واتركيه ينقع أثناء تحضير باقي الكيك.

#### لصنع الكيك

- اخفقي 3 أكواب من الدقيق، 4 ملاعق صغيرة من البيكنج بودر، ملعقة كبيرة من اللافندر المجفف و 4/3 ملعقة صغيرة من الملح للخلط. ضعيه جانبا.
- في وعاء كبير، اخلطي ½ كوب زبدة طرية.
- أضيفي ½ كوب سكر. اخلطي حتى تصبح خفيفة ورقيقة.
- اخفقي بيضتان كاملتان و 4 صفارات بيض، ملعقتين صغيرتين من خلاصة الفانيليا والشوكولاتة المذابة.



- أضيفي خليط الدقيق و ¼ كوب من الحليب بالتناوب بين الاثنين حتى يمتزج كل شيء جيداً مع خليط الزبدة/السكر.
- قسمي خليط الكيك على ثلاثة قوالب كيك بقياس 8 بوصات. تُخبز في 350 درجة فهرنهايت حتى تنفصل الكعكة عن جوانب المقلاة ويخرج عود أسنان خشبي في وسط الكيك نظيفاً (حوالي 20 دقيقة).

#### لصنع الصقيع

- اخلطي نصف كوب من الزبدة المخففة، و 2-3 أكواب من السكر البودرة، و ملعقة صغيرة من خلاصة الفانيليا، وملعقتين كبيرتين من شراب الخزامى البسيط حتى يصبح خفيفاً ورقيقاً.
- اضبطي السكر البودرة وشراب الخزامى البسيط حسب الحاجة لتكثيف/ رقيق الزينة حسب تفضيلاتك.

#### لتجميع الكيك

- باستخدام شوكة، يتم وكز الكعكة مرات عدة، ثم تُسكب ملعقة شراب الخزامى البسيط فوق الطبقات وهي ما تزال دافئة.
- غطيه بالكريمة كما تشائين وبالعاوية.

# جيل استثنائي لقيادة فاخرة



## فشار ملون

### المكونات

- فشار: 12 ملعقة كبيرة (ذرة)
- زيت نباتي: 6 ملاعق كبيرة
- سكر: 12 ملعقة كبيرة (مقسم في 6 أوعية)
- ملون طعام: حسب الرغبة (ألوان جل مختلفة/ 6 ألوان)

### الخطوات

- قطري قطرتين من الجل في كل وعاء من أوعية السكر.
- سخني الزيت في قدر متوسطة الحجم، وأضيفي ملعقتين من ذرة الفشار ووعاء من السكر الملون وغطي القدر مع هزه باستمرار على النار حتى تنفجر حبات الفشار.
- صفي الفشار الملون على محارم ورقية.
- كرري الخطوات السابقتين حتى الانتهاء من كمية الفشار والسكر الملون.
- اتركي الفشار يبرد وانقله إلى صحن التقديم مع تقليب الفشار الملون ليبتدأ داخل معًا.

# تمكين النمو صناعة التغيير

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

تمكين  
Tamkeen