

# البلاد الضمير

إصدار نوفمبر 2019

رائدات في نهضة  
البحرين  
يتحدثن عن  
مقومات النجاح

الدكتور  
عبدالرحمن جواهرية:  
"البتروكيماويات" تواصل تحقيق  
الإنجازات واحدًا تلو الآخر

مجوهرات آسيا  
تعرض مجموعة  
بالميره المميزة

"دايت الكيتو"  
في سؤال وجواب

إدارة وتشغيل منظومة متكاملة ومستدامة للطاقة،  
مع تطبيق أفضل الممارسات وتحقيق القيمة المنشودة  
للمساهمين والزبائن والعاملين.





# البلد

ملحق اجتماعي شهري

## جائزة الأمير خليفة بن سلمان... تعزير لمكانة الصحافة البحرينية

بمناسبة احتفال الصحافة البحرينية بالنسخة الرابعة من جائزة رئيس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير خليفة بن سلمان آل خليفة للصحافة، وما يليه سموه من تقدير لدور الصحافة والعاملين بها، وانطلاقاً من هذا المبدأ، لا تزال "أضواء البلاد" تسعى جاهدة لكي تقدم لكم ما هو أفضل من المادة الصحافية والإعلامية والثقافية الراقية، المقدمة من قبل أفضل المعنيين في شتى المجالات، راجية بذلك تحقيق أوسع مدى من الاستفادة، لتجدون ضالتكم بين هذه الصفحات.

يتصدر قائمة حواراتنا في هذا العدد حوار ثري مع رئيس شركة الخليج للبنتروكيماويات (جيبك) عبدالرحمن جواهرمي. تناولنا موضوعات عديدة مهمة بشأن الشركة الطامحة التي لا تزال تحقق الإنجازات واحدا تلو الآخر كما أشار جواهرمي، الذي تطرق أيضاً في حديثه إلى أهمية دعم وتمكين المرأة البحرينية بما يؤهلها لارتقاء مناصب عديدة مهمة تبرز كفاءتها ومقدرتها على إثبات وجودها في أي قطاع دون استثناء. على ذات السياق، تحدثنا مع بعض رائدات الأعمال البحرينيات اللاتي يعتبرن مثالا مشرفا وقدوة للمرأة البحرينية المثابرة، ومن نتاج خبراتهن الطويلة أبرزن مقومات النجاح وبعثن نصائح للمرأة لتكون دائماً في الصدارة.

تجدون في هذا العدد أيضاً عناوين متنوعة تهتم بالأناقة والموضة والمشروعات الشبابية المتعلقة بالأزياء، وأخرى صحية تزخر بالمعلومات والوصفات المناسبة للحفاظ على وزن ممتاز، إضافة إلى تقرير بشأن أهم الدول للسياحة العلاجية، بجانب تغطيات مصورة لأبرز الفعاليات المحلية بالفترة الماضية...

"أضواء البلاد"

### فريق العمل

مديرة الملحق  
دليلة سامي أرناؤوط

تحرير وتدقيق  
كميل عبدالجيل

إعداد:  
أمل الحامد، طاهرة عنان

الإخراج الفني  
كوثر جاسم

تصوير:  
رسول الحجيري، خليل إبراهيم

مسئولة المبيعات  
زينب سوار

استشارية تسويق  
وفاء غلوم

تابعونا على الموقع الإلكتروني:  
www.albiladpress.com

صادر عن دار البلاد للصحافة والنشر  
والتوزيع إدارة المبيعات والتسويق:  
مدير إدارة المبيعات والتسويق جاسم مشكور

للتواصل معنا:

البريد الإلكتروني: adwaa@albiladpress.com

هاتف: 17111503 - 36531616 - 36060113

رقم التسجيل: ISSN 1985-8566

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

الطابق الرابع، مدينة زايد، ص.ب: 385

المنامة - مملكة البحرين، س.ت: 67133



MODA MALL BAHRAIN WORLD TRADE CENTER + 00973 13320000  
SAKS FIFTH AVENUE BAHRAIN CITY CENTRE LEVEL 2 + 00973 17172000  
BOTTEGAVENETA.COM

# BOTTEGA VENETA



Beyond excellence

#### 4 | حدث الشهر

- سمو رئيس الوزراء يشيد بإسهامات الصحافة الوطنية في تعزيز مسيرة النماء والتقدم.

#### 12 | موضوع الغلاف

- الدكتور عبدالرحمن جواهري: "البتروكيماويات" تواصل تحقيق الإنجازات واحدًا تلو الآخر

#### 20 | تحقيق

- حفل ومؤتمر "رائدات في نهضة البحرين" يكرم أبرز الطاقات النسائية.

#### 26 | مجوهرات

- مجوهرات آسيا: تعرض مجموعة بالميرو المميزة

#### 34 | أزياء

- ندى العلوي: "annada" مشروع متفرد يجعلك ترتدين لوحة
- زينب ياسين: خطت في صغري ملابس الدمى... وبدعم والدتي دخلت مجال التصميم
- حصة جناحي وجواهر العمادي: ابحتي عن التصميم المناسب لجسمك ومجتمعك
- 4 صيحات رائجة لإكسسوارات الشعر
- الحزام الإكسسوار الأكثر رواجًا
- اختاري مجوهراتك حسب طاقتها المكونة!

#### 50 | جمال

- مكياج الخريف.. موضة خريف 2019

#### 52 | صحة

- "دايت الكيتو" في سؤال وجواب

#### 56 | مطبخ

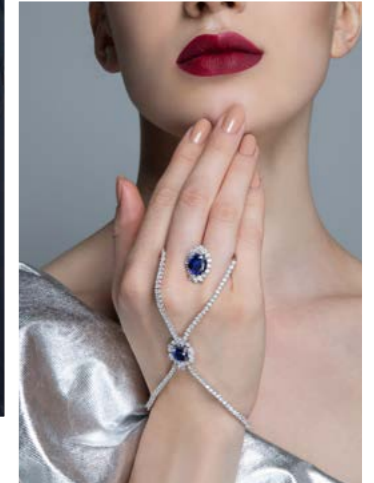
#### 64 | فنادق

- "موفنبيك البحرين" يكشف النقاب عن حلته الجديدة

#### 68 | سياحة

- أشهر 10 دول في السياحة العلاجية

#### 72 | تحت الأضواء





أشاد رئيس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير خليفة بن سلمان آل خليفة، لدى تفضل سموه بتكريم لفائزين بجائزة "خليفة بن سلمان للصحافة"، بإسهامات الصحافة الوطنية في تعزيز مسيرة النماء والتقدم في مملكة البحرين، عبر أجيال متعاقبة من الصحفيين وأصحاب القلم الذين حملوا أمانة الكلمة ومسؤوليتها وشاركوا بكل إخلاص وتفان في خدمة الوطن. وأكد سموه أن للصحافة والإعلام دوراً محورياً في التطوير نحو الأفضل، مشدداً على أهمية جهود الصحافة والإعلام في مجال تنمية الوعي والتنوير كأساس مهم لتعبئة جهود المجتمع من أجل المشاركة البناءة في النهوض والتنمية، وترسيخ الاستقرار والأمن. وقال سموه "إن حرصنا على تكريم رجال الصحافة كل عام، هو تقدير مستحق لإسهاماتهم الوطنية الكبيرة وجهودهم المتميزة في خدمة مسيرة العمل الصحفي، وهو رسالة لكل مبدع في مختلف القطاعات، بأن عطاءاتهم من أجل نهضة الوطن وتقدمه هي محل تقدير من الجميع". وكان صاحب السمو الملكي رئيس الوزراء قد تفضل فشملاً برعايته الكريمة وحضوره الحفل الذي أقامته وزارة شؤون الإعلام بفندق الريتز كارلتون لتكريم الفائزين بجائزة "خليفة بن سلمان للصحافة"، في نسختها الرابعة. ويهذه المناسبة، هنأ صاحب السمو الملكي رئيس الوزراء الكتاب والصحافيين الفائزين بالجائزة، وحيأ سموه جهود رجال الصحافة والإعلام البحرينيين وبصماتهم الواضحة في ترسيخ أسس مدرسة صحافية متميزة في المنطقة، ونموذج يعبر عن مدى احترام القيم النبيلة لمهنة الصحافة كأحدى أدوات تقدم المجتمعات.



فيه حفل جائزة خليفة بن سلمان للصحافة

سمو رئيس الوزراء يشيد بإسهامات الصحافة الوطنية في تعزيز مسيرة النماء والتقدم





بصمات رجال  
الصحافة والإعلام  
الواضحة رسخت  
أسس مدرسة  
صحافية متميزة  
في المنطقة





### ماذا قال لك سمو رئيس الوزراء عندما صافحته لاستلام الجائزة؟

سمو رئيس الوزراء قائد حكومي متفهم للصحافة ودورها، وعاشق للتصوير، ولسموه قصص كثيرة بمجال التصوير. صاحب السمو الملكي رئيس الوزراء قريب من المواطنين ونبيهم، وعندما تشرفت بمصافحة سموه لاستلام الجائزة، أول ما سألتني عن نسب عائلتي ومنطقة سكني، وبادرني سموه بالاستفسار عما إذا كنت أنتسب لعائلة حجير من قرية بوري، وأجبتته بذلك، ثم استفسر عن بعض الشخصيات من عائلتي، وهما خالي حبيب حجير، ورجل الأعمال خلف حجير. وأضافني سموه بنصائحه الأبوية للاستمرار بالتميز في مجال التصوير الصحفي، وقال سموه إن صحيفة "البلاد" ولادة بالكفاءات والمواهب الوطنية. وكان لهذه الكلمات الرائعة من سموه الأثر الكبير في نفسي؛ لأنه غمرني بعطفه الأبوي وحديث سموه باعتباره رجل دولة مطلعاً على كثير من الأمور وقارئاً للمشهد العام وقريباً من شجون الصحافة. وما يزيدني غبطة أنني تشرفت بمصافحة سمو رئيس الوزراء بأول حفل لتكريم الصحافة قبل أعوام بمناسبة يوم الصحافة البحرينية، وأما مصافحة اليوم، فهي استلام جائزة تحمل اسما غالبا على قلوب الجميع.

### ما قصة الصورة الفائزة؟

الصورة الفائزة التقطتها بمعرض البحرين الدولي للطيران 2018، وتؤرشف مشاركة مميزة من فريق فرسان الإمارات التابع للقوات الجوية بدولة الإمارات العربية المتحدة. شارك سرب من الفرسان باستعراض أبهر الحضور بالمعرض، وشكلوا لوحة مميزة على شكل قلب بألوان العلم الإماراتي. ووسط ذهول الجميع بالاستعراضات الجميلة للفريق التقطت صورة تبين لوحة الفرسان وبهجة المشاركين ومسار عتهم لالتقاط صور تخلد هذه اللحظات الجميلة، عبر زاوية فنية مميزة.

### انهمرت عليك التهاني بمناسبة نيل الجائزة.. ما أجمل

#### تهنئة تلقيتها؟

أجمل تهنئة على الصعيد العائلي تلقيتها عبر اتصال من والدتي الغالية، وزوجتي الرائعة، هذان الاتصالان أدخلتا السرور والبهجة في قلبي؛ لأنني أعتبر والدتي تاج رأسي، وكلماتها اليومية لي بالتوفيق وقود حياتي اليومية. أما على المستوى العام، فقد تلقيت اتصالاً من رئيس الاتحاد البحريني لكرة السلة سمو الشيخ عيسى بن علي آل خليفة، وكان سموه حينها موجوداً بمدينة جنيف؛ للمشاركة باجتماعات الاتحاد الدولي لكرة السلة. هنأني سمو الشيخ عيسى بن علي آل خليفة بالجائزة، وأعتبر سموه من أكبر الداعمين، كما استفدت من ملاحظات سموه المستمرة عن الصور التي التقطتها باتحاد كرة السلة.

#### لمن تهدي الفوز؟

أهدي الفوز لوالدتي الغالية أم عبدالله، وزوجتي أم ملاك، وعائلتي، وأسرتي المهنية بصحيفة "البلاد". الجميع وقف معي في كل مراحل حياتي المهنية. أسرة "البلاد" هي عون لكل موظف في السراء والضراء.



## الزميل عبدالرسول الحجيري يفوز بجائزة خليفة بن سلمان للصحافة عن أجمل صورة صحافية

ارتبط اسم مشرف قسم التصوير بصحيفة "البلاد" الزميل عبدالرسول الحجيري بالتصوير ومعانقة الكاميرا. وتوج الزميل المبدع هذه العالقة بنيله جائزة خليفة بن سلمان للصحافة عن أجمل صورة صحافية بحفل شرفه رئيس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير خليفة بن سلمان آل خليفة لتكريم الفائزين بجائزة سموه للصحافة. "البلاد" حاورت الزميل الحجيري عن تبرعم موهبته ودخوله عالم الصحافة منذ 23 عاماً. بدأ عشق الحجيري للتصوير منذ أن كان طالباً بالصف الأول الابتدائي، وأهداه خاله الكاميرا الأولى بحياته، وعمل بشركة لتبديل إطارات السيارات لتأمين مبلغ شراء كاميرا متطورة من إمارة دبي، ثم دخل الصحافة موزعاً للصحف بالعام 1996 حتى جاءت ورطة عدم وجود مصورين بصحيفة محلية عمل بها، إذ قادت لتقديم نفسه مصوراً بديلاً، ما فتح أمامه الباب للانتقال من إدارة التوزيع لقسم التصوير. أما عن القصة الفائزة، فهي تؤرشف براعة فريق فرسان الإمارات التابع للقوات الجوية بدولة الإمارات العربية المتحدة لدى مشاركتهم بمعرض البحرين الدولي للطيران 2018، إذ رسم سرب الفرسان لوحة مميزة على شكل قلب بألوان العلم الإماراتي. وفيما يأتي نص الحوار:

### ماذا تعني لك الجائزة؟

أعتبرها أهم جائزة في حياتي، وكانت حلماً وأصبحت حقيقة، وأتمنى أن أكون قديراً على تحمل عبء المسؤولية من بعد هذا الفوز الثمين بمسيرتي المهنية. ليس بسيطاً في سجل أي صحافي أو مصور أن يكون فائزاً بجائزة خليفة بن سلمان للصحافة، وهي تعتبر أهم جائزة وطنية، والتنافس فيها شديد بين مختلف الزملاء.

### متى أبلغت ببشارة الفوز؟

تلقيت اتصالاً عشية يوم الحفل من مدير بوزارة شؤون العام، وأبلغني بضرورة حضور حفل الجائزة، وسألته عما إذا كنت من الفائزين أو لا. لم يكن في بادئ الأمر يود إبلاغي بالخبر السعيد، واكتفى بالإشارة إلى أنني من المرشحين للفوز، ولكن بعد إلحاحي في السؤال، أكد أنني الفائز عن فئة أفضل صورة، وشكرته على اتصاله، وعشت ليلة سعيدة.

تعتبر شركة الخليج لصناعة البتروكيماويات (جيبك) مساهمًا بارزًا في الاقتصاد الوطني لمملكة البحرين، وتعتمد عملياتها على شراء الغاز الطبيعي، وتُسهّم في توظيف وتدريب المواطنين البحرينيين، كما تتيح للمقاولين المحليين فرص الاستفادة من مشاريعها الإنشائية إضافة إلى ما تقوم به من عمليات مالية وتجارية، إذ تسهم بشكل كبير في دعم الاقتصاد الوطني. حصلت شركة الخليج، التي تأسست في ديسمبر 1979، على العديد من الجوائز، من أبرزها جائزة السير جورج إيرل من المملكة المتحدة وجائزة روبرت كامبل من مجلس السلامة الوطني في الولايات المتحدة الأميركية للتفوق في مجال نظم إدارة السلامة والبيئة وجائزة الملكة اليزابيث الذهبية، التي قدمت لها خلال احتفال "RoSPA" بالمئة عام، وهي جائزة تمنح لمرة واحدة نالتها الشركة؛ تقديرًا لإنجازاتها المتميزة في مجال الالتزام بالسلامة والصحة المهنية لمدة 25 عامًا متواصلة، وجائزة الملك حمد لتمكين الشباب لتحقيق أهداف التنمية المستدامة. وتفضل عاهل البلاد صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة بتسليم الشركة هذه الجائزة العالمية؛ تقديرًا لجهودها في تمكين الشباب ومنحهم الفرص، إضافة إلى العديد من الجوائز المرموقة التي مُنحت للشركة، نتيجة تميزها الكبير على المستويات كافة، يرأس الإدارة التنفيذية للشركة الدكتور عبدالرحمن جواهري، الحاصل على درجة البكالوريوس في الهندسة الكيميائية إضافة إلى شهادة الماجستير في الهندسة الكيميائية ودرجة الدكتوراه في الهندسة من لندن.

وفي لقاء خاص مع الدكتور جواهري، تحدث رئيس الشركة عن إنجازات البتروكيماويات وإسهاماتها في مجال الحفاظ على البيئة وعناصر الاستدامة وفعالية القيادات الوطنية في قيادة مستقبل القطاع النفطي وقطاع البتروكيماويات، كما تحدث عن تمكين المرأة البحرينية وتقديره لتخصيص الأول من ديسمبر من كل عام يوقًا للاحتفاء بمنجزات المرأة البحرينية. وفيما يلي نص اللقاء...

صناعة البتروكيماويات من قيادات الدول الخليجية، ولكن على الرغم من كل ذلك إلا أن هناك توجهًا واضحًا شهدناه في الفترة الأخيرة تمثل في سعي دول المنطقة إلى تنويع مصادر دخلها دون الاعتماد الكلي على النفط، والبحث عن فرص جديدة لتحقيق قيمة مضافة للنفط ومشتقاته، من خلال تنفيذ مشاريع بتروكيماوية تضمن لهذه الدول مداخيل إضافية إلى جانب عوائد النفط والغاز.

إن شركة الخليج لصناعة البتروكيماويات تبذل في الوقت الراهن جهودًا كبيرة للمحافظة على مكتسباتها وثقافتها التي أرسنها وجعلت منها شركة لها خصوصيتها ورؤيتها وتميزها ورسالتها. ومن أجل ذلك ترى إدارة الشركة أن الاستمرار في حصد النجاح ومواجهة المنافسات والتحديات هو الطريق الأمثل لذلك. تأتي هنا أهمية النظر للمستقبل، وما الذي يمكن عمله للمحافظة على جميع مكتسبات هذا الصرح الصناعي الرائد. وفي ظل هذا النهج تأمل الشركة قريبًا أن يتم تدشين المرحلة المقبلة من المشاريع التوسعية لتعزيز التنافسية وتطوير العمل ومضاعفة الطاقة الإنتاجية الحالية للشركة، علمًا أنه تم الانتهاء تقريبًا من وضع التصورات والتفاصيل المتعلقة بالمشاريع التوسعية المقبلة، كما تقوم الشركة بمراجعة إستراتيجيتها ورؤيتها لتعزيز خططها الموسوعة ودراسة جميع الفرص التوسعية أو الاستثمارية المتاحة بما يتماشى مع الرؤية الاقتصادية للمملكة 2030.

### كيف ترون مستقبل قطاع النفط وتأثيره على القطاعات والصناعات ذات العلاقة، خصوصًا في أعقاب الإعلان عن أكبر اكتشاف للنفط والغاز في تاريخ البحرين؟

نحن في الواقع ننظر بكثير من التفاؤل لمستقبل قطاع النفط والغاز في مملكة البحرين، لاسيما في ظل التطوير والتحديث الكبير الذي تشهده مصانع ومرافق صناعة النفط والغاز، وصناعة البتروكيماويات خصوصًا، إضافة إلى المشاريع المستقبلية الواعدة التي من المؤمل تنفيذها خلال السنوات القليلة المقبلة، كما أود أن أشير هنا إلى توقعات الخبراء المستندة إلى مؤشرات قائمة بالفعل بشأن ارتفاع متوقع لمنتجات البتروكيماويات وحصة المنطقة الخليجية منها. غير أنه وعلى الرغم من كل هذا التفاؤل يجب علينا العمل بحكمة والنظر بعين ثاقبة؛ إذ إن طبيعة هذه الصناعة مرهونة بالمتغيرات والتحديات، وعموما فإن صناعة البتروكيماويات هي مؤشر قوي لمستوى الرخاء أو الركود الاقتصادي.

### ما أبرز ملامح المرحلة المقبلة على صعيد الشركة والقطاع النفطي عموماً؟

إن المنتبج لصناعة البتروكيماويات في منطقة الخليج العربي سيدرك المكانة المتميزة التي تحتلها هذه الصناعة الحيوية في المنطقة والعالم. ولصناعة البتروكيماويات في المنطقة تأثير كبير على اقتصادات دول الخليج، بل إنها في واقع الأمر عامل رئيس ومهم جدًا في تعزيز اقتصادات الدول الخليجية، علاوة على ما توفره هذه الصناعة من فرص عمل مباشرة وغير مباشرة. ولعلي أشير هنا إلى الدعم الكبير الذي تجده



## الدكتور عبدالرحمن جواهري:

“البتروكيماويات” تواصل تحقيق

الإنجازات واحدًا تلو الآخر



**بصفتك رئيساً لشركة الخليج لصناعة البتروكيماويات، كيف ترى فاعلية القيادة البحرينية في إدارة الشركات ذات الأبعاد الإقليمية؟**

تؤمن الشركة كثيراً بكفاءة الكوادر القيادية البحرينية العاملة لديها وقدرتهم الفذة على إدارة هذه الشركة الإقليمية الكبرى، ولعل ما تحقق حتى الآن من إنجازات وتميز يثبت للجميع قدرة القيادات البحرينية على أداء المهمة بكل كفاءة وامتياز.

إدارة الشركة تحرص أشد الحرص على رعاية جميع منتسبيها دون تمييز، وتوفر لهم جميع الوسائل المتاحة للتطور والترقي بالعمل. ولا تنحصر جهود الشركة على توفير البرامج التدريبية المتخصصة لكوادرها المحلية فقط، بل تسعى جاهدة لتوفير تلك البرامج التي من شأنها تنمية المهارات الشخصية والقيادية لدى الموظفين؛ من أجل تهيئتهم لمزيد من الترقي لشغل المناصب الإدارية والقيادية والإشرافية بالشركة.



**ما إسهامات الشركة في إطار الحفاظ على البيئة، لاسيما أن لكم بصمة واضحة وناجحة في تطوير المحميات؟**

إن شركة الخليج لصناعة البتروكيماويات سباقة في مجال حماية البيئة ورعاية مكوناتها، وعُرف عنها التزامها الشديد والراسخ بحماية البيئة والحفاظ على توازن عناصرها والاستفادة منها، وحرصت الشركة طوال سنتين عملها على مراعاة هذه المبادئ إجمالاً، ولعبت دوراً ريادياً في الاضطلاع بمسؤوليتها الأخلاقية والاجتماعية نحو محيطها البيئي، وعملت بمثابرة وصدق على استدامة محيطها سالمًا من جميع المخاطر والمهددات البيئية المترتبة على الطفرة الصناعية الهائلة التي تشهدها الشركة، وجميع المؤسسات الصناعية في المملكة، التي تعتمد على استغلال خيرات الأرض والنهل من معين ثرواتها الطبيعية الوافرة.

وفيما يتعلق بوحدة استخلاص ثاني أكسيد الكربون، لا زالت الشركة محافظة على الكفاءة العالية لهذه الوحدة التي تُسهم بشكل فعال ومتواصل في تخفيض انبعاثات ثاني أكسيد الكربون والمحافظة على سلامة البيئة وفقاً للمعايير المعتمدة من قبل حكومة مملكة البحرين بالتنسيق والمتابعة مع المجلس الأعلى للبيئة.

كما لا يخفى على الجميع الإنجازات والمبادرات العديدة التي حققتها الشركة فيما يتعلق بأهداف التنمية المستدامة السبعة عشر للأمم المتحدة، إضافة إلى تبنيتها أهداف المسؤولية الاجتماعية للشركات، والرعاية المسؤولة، وجميع مبادرات الميثاق العالمي للأمم المتحدة.

وتحتضن الشركة بين ربوعها عدداً من المشاريع البيئية بطريقة خلاصة تعكس التناغم الجميل بين الصناعة والبيئة، منها على سبيل المثال لا الحصر حديقة الأميرة سبيكة للنباتات العطرية وحديقة النباتات والأعشاب الطبية التي أقامتها الشركة للحفاظ على الأعشاب الطبية النادرة التي كانت تستخدم في الماضي لأغراض علاجية، كما أقامت الشركة حديقة خيرية للخضروات ومزرعة للأسماك ومحمية للتطوير تضم أعداداً متنوعة من الفصائل التي اختارت المحمية ملجأ لها.

وتؤمن الشركة بأن تطوير الموارد البشرية هو أحد العناصر الضرورية لدعم التنمية البشرية، بل إنه أفضل استثمار يمكن أن تملكه الشركة، وأن ذلك سينعكس إيجاباً على أداء الشركة في جميع الجوانب والمجالات، كما سيضمن استمرار الشركة في النجاح والتطور.

لا شك أن هناك تحديات دائمة، ولكننا نؤمن تماماً بأن أفضل وسيلة للتغلب على هذه التحديات تكمن في دعم كفاءة العناصر البشرية بالشركة من خلال استمرار التدريب والتطوير.

وتلتزم شركة الخليج لصناعة البتروكيماويات ببرنامج طموح جداً في مجال التدريب والتطوير، تسعى من خلاله إلى تدريب وتطوير الكفاءات والعاملين في الشركة من خلال توفير أفضل البرامج التدريبية وإشرافهم في الدورات المختلفة وورش العمل سواء داخل مركز التدريب والتطوير بالشركة أو ابتعائهم إلى الخارج للاطلاع والاستفادة من أحدث التطورات التي يشهدها قطاع صناعة البتروكيماويات في العالم أجمع. ويأتي كل ذلك في إطار خطة طموحة تسعى إلى تهيئة القوى العاملة الوطنية لتولي المناصب القيادية والإشرافية في ترجمة حقيقية لسياسة مجلس الإدارة المتعلقة بالبحرنة والإحلال.





### حدثنا عن الإنجازات التي حققتها "جيبك" على صعيد الإنتاج والصيانة والاستدامة؟

تواصل الشركة تحقيق الإنجازات واحداً تلو الآخر، إذ أسفر تضافر جهود الجميع عن خفض في الإنفاق وزيادة في الإنتاج على الرغم من التحديات الكبيرة التي شهدتها صناعة البتروكيماويات على المستوى العالمي خلال العام الماضي، كما استطاعت الشركة في الوقت ذاته تخطي جميع أهداف الإنتاج الموضوع لها من قبل مجلس إدارة الشركة، وذلك بفضل الله تعالى ثم بفضل التعاون الوثيق والتنسيق المستمر مع السادة المسوقين في كل من الشركة السعودية للصناعات الأساسية (سابك) وشركة صناعة الكيماويات البترولية بدولة الكويت، الأمر الذي كان له التأثير الأكبر في انسياب عمليات تصدير منتجات الشركة بسلاسة ودون أي معوقات تذكر.

كما حافظت الشركة على كفاءة أنظمتها للصيانة الوقائية التي تضمن الكفاءة التشغيلية الضرورية لجميع وحداتها، إذ تسير الشركة وفق إستراتيجيتها الخاصة في هذا الشأن وتبدي التزاماً صارماً بخطة عشرية يجري تطبيقها؛ من أجل التجديد أو الإحلال الدوري للمعدات حسب دورة صلاحيتها وتقييم فعاليتها من الناحية الصحية، إلى جانب تنفيذ متابعة مستمرة للمصانع التابعة للشركة من خلال نظام متطور ومتقدم للرقابة التوزيعية ومراقبة العمليات المتقدمة لتأمين عمل المصانع بأفضل حالاتها وأوضاعها.

**الشركة حققت أكثر من 30 مليون ساعة عمل دون حوادث مقعدة**



### تفخر الشركات الصناعية بسجلاتها المتعلقة بساعات العمل دون وقوع أي إصابات أو حوادث مضیعة للوقت، ما أرقام الشركة في هذا الشأن، وكيف أسهمت في تعزيز أهمية السلامة المهنية؟

تمكنت الشركة بفضل الله عز وجل من تحقيق رقم قياسي جديد فيما يتعلق بعدد ساعات العمل دون وقوع حوادث مقعدة عن العمل، إذ يتجاوز ما حققته الشركة أكثر من 30 مليون ساعة لعمال الشركة والمقاولين، مسجلة بذلك رقماً قياسياً جديداً ومحافظة على سجلها الخالي من الحوادث المقعدة عن العمل منذ شهر مايو 2002.

إن اهتمام الشركة والتزامها الكبير بتنفيذ مبادئ ومعايير الصيانة والسلامة والصحة المهنية قد جعل منها مثلاً للصناعة النظيفة والناجحة بالمنطقة. ونتيجة لتكريس الوعي بأهمية متابعة إجراءات السلامة الاحترافية واعتماد مبدأ السلامة كأحد عناصر النجاح بالشركة، تمكنت هذه المنشأة الخليجية الرائدة من تسجيل أرقام قياسية فيما يتعلق باستمرارية ساعات العمل فيها دون وقوع أي حوادث مضیعة للوقت، ما عزز من مستوى الإنتاجية فيها.

### ماذا عن دور الشركة في تطوير قواها البشرية؟

بالنسبة للقوى العاملة في الشركة فنحن الإدارة ننظر إلى فريق عملنا باعتبارهم الثروة الحقيقية للشركة، وتبذل الشركة جهوداً كبيرة لتنمية العاملين وتطوير الأداء لديهم وفق أحدث النظم، فالشركة لديها واحد من أحدث مراكز التدريب والتطوير، الذي تم تحويله أخيراً إلى أكاديمية للقيادة والتعلم تقدم برامج متطورة في تعزيز كفاءة الموارد البشرية ومواكبة التطورات التقنية والعلمية، إذ أنيط بهذه الأكاديمية مهمة تخريج جيل جديد من القياديين المؤهلين تأهيلاً عملياً ونظرياً؛ بهدف الاستمرار في تأكيد نجاحات الشركة واغتنام الفرص الاستثمارية المستقبلية.

يذكر أن الشركة تمكنت خلال السنوات الماضية من الوصول إلى قمة أدائها بفضل الله تعالى ثم بفضل الاحترافية الكبيرة للعاملين، ومستوى الأداء المرتفع الذي يقدمونه كل يوم، فأصبحت البتروكيماويات محط إعجاب المهتمين بهذه الصناعة على مستوى العالم أجمع، وبالطبع ما كان ليحقق كل ذلك لولا الدعم والمساندة التي تجدها الشركة من القيادة الحكيمة لمملكة البحرين والسادة المساهمين ومجلس إدارتها.

## حدثنا عن مشاركة "جيبك" بجائزة تمكين المرأة البحرينية التي أطلقتها صاحبة السمو الملكي الأميرة سبيكة بنت إبراهيم آل خليفة؟

وكما يُدرك الجميع، حرصت منذ يومها الأول على استقطاب الكفاءات البحرينية من النساء وقدمت لهن التأهيل للعمل في المواقع المختلفة بمجمع الشركة الصناعي، حيث يوجد لدينا اليوم في شركتنا الصناعية 50 موظفة بحرينية بما يعادل 25% من الوظائف، وهذا العدد يمثل نسبة 10% من مجموع منتسبي الشركة.

ويمكننا القول أيضاً إن هذه الجائزة المرموقة أسهمت في مسارعة الجهات المختلفة إلى تأسيس لجان لتكافؤ الفرص، ويمكنني هنا أن أشير وبكل فخر إلى أن شركة الخليج لصناعة البتروكيماويات كانت واحدة من أوائل الجهات، إن لم تكن الأولى، التي استجابت لدعوة صاحبة السمو الملكي الأميرة سبيكة بنت إبراهيم آل خليفة التي أطلقتها في هذا الشأن. ولم تتوقف الشركة عند هذا الحد، بل قامت بترقية اللجنة إلى مجلس لتكافؤ الفرص يضم أعضاء من الإدارة التنفيذية ونقابة العمال؛ بهدف دعم وتعزيز تقدم المرأة، ويلتزم المجلس بقواعد ولوائح وإجراءات محددة لضمان تنفيذ أهدافه التي تتوافق تماماً مع المبادئ التوجيهية لتكافؤ الفرص الصادرة عن المجلس الأعلى للمرأة.

وأود أن أشير هنا إلى بيئة العمل الإيجابية التي وفرتها الشركة للمرأة العاملة لديها، إذ يتم مراعاة جميع ظروفها على المستوى الاجتماعي، كما سيتم في المستقبل القريب توفير مزيد من المبادرات الإيجابية إلى جانب ما توفره الشركة حالياً من مميزات، منها على سبيل المثال التأمين الصحي الشامل للسيدات العاملات، كما يتم منح الأمهات ساعات مرنة للرضاعة يتم الترتيب لها مسبقاً وفقاً لظروف الأم بما يضمن راحتها ويؤمن لها الوجود مع أطفالها في فترة الرضاعة إضافة إلى تطبيق نظام العمل من المنزل (REMOTE ACCESS) وفق آليات وتنظيم معين.

وأود هنا تأكيد أن الشركة ملتزمة بمواصلة جهودها في مجال تقدم المرأة، وستشارك بإذن الله تعالى في النسخة المقبلة من هذه الجائزة، إذ تقوم الشركة حالياً بتنفيذ العديد من المبادرات الجديدة لمنح المرأة العاملة في الشركة مزيداً من الفرص لإثبات جدارتها وقدرتها على القيادة والتميز. ولا يفوتني بهذه المناسبة أن أقدم الشكر والتقدير لصاحبة السمو الملكي الأميرة سبيكة بنت إبراهيم آل خليفة التي جعلت للمرأة البحرينية يوماً تحتفل فيه البحرين بإسهامات هذه المرأة عبر سنوات التاريخ الطويلة، وأدركت أن دعم المرأة وتقديمها لم يعد خياراً، بل أصبح واجباً على القادة وأصحاب القرار في شتى المواقع.

في الحقيقة أود في البداية أن أعرب عن تقديري الكبير لصاحبة الرؤية الحكيمة في اختيار الأول من ديسمبر من كل عام يوماً للمرأة البحرينية، صاحبة السمو الملكي الأميرة سبيكة بنت إبراهيم آل خليفة قرينة عاهل البلاد المفدى رئيسة المجلس الأعلى للمرأة، إذ يعود لسموها الفضل بعد الله في تكريس مسألة تقدم المرأة في البحرين، وتعمل حفظها الله على متابعة وتشجيع مختلف البرامج والفعاليات التي تهدف إلى مساعدة المرأة على دخول مناطق جديدة في مجال الأعمال؛ انطلاقاً من إيمانها الكبير بالإمكانات الهائلة التي تتمتع بها المرأة البحرينية وما يمكن أن تقدمه في جميع مجالات التنمية التي تُسهم في تقدم وتطور وازدهار مملكة البحرين. أما فيما يتعلق بجائزة تمكين المرأة البحرينية، التي تم تغيير اسمها هذا العام لتصبح جائزة تقدم المرأة البحرينية، فهذا يدل على أننا قد تجاوزنا بفضل الله مرحلة التمكين وأصبحت المرأة البحرينية موجودة بالفعل في جميع المجالات، كما أصبحت في أعلى المناصب، وقد أن الأوان لنحتفل بما تحققه المرأة من تقدم وتطوير. وتتركز أهمية هذه الجائزة في العديد من النقاط من بينها تشجيع مختلف الجهات والمؤسسات الحكومية والخاصة على منح مزيد من الاهتمام بالمرأة البحرينية العاملة، إذ أصبحنا نرى تنافساً شديداً بين هذه الكيانات للفوز بهذه الجائزة المرموقة، التي تُعتبر إنجازاً مهماً للوزارة الفائزة أو الشركة أو المؤسسة.

كما تكمن أهمية الجائزة في أنها أضافت الكثير من الزخم الاحتفالية يوم المرأة البحرينية، إذ لم تعد هذه المناسبة مجرد احتفال سنوي فحسب، بل أصبحت نشاطاً يتم خلاله تسليط الأضواء على سبل ووسائل متجددة للارتقاء بمكانة المرأة في جميع المجالات، ولا شك بأننا نشعر بالكثير من السعادة ونحن نرى تزايد مظاهر الاحتفال بهذا اليوم، والاستعدادات الكبيرة التي تتخذها جميع قطاعات الدولة، حكومية كانت أو خاصة، للاحتفاء بالسيدات البحرينيات العاملات، وبات هذا اليوم موعداً مهماً ينتظره الجميع بكل ترقب وشغف.

كما يجب ألا ننسى أن جائزة تقدم المرأة البحرينية هي في الواقع ترجمة لتوجهات القيادة الرشيدة فيما يتعلق باهتمامها الشديد بالمرأة البحرينية العاملة، التي وصلت بفضل الله إلى مناصب وزارية في وزارات مهمة ولها صلة مباشرة بشرائح كبيرة من المجتمع.

أما فيما يتعلق بتفاعل شركة الخليج لصناعة البتروكيماويات في هذا الصدد، فإننا نشعر بالفخر الكبير للسياسات التي تنتهجها الشركة في هذا المجال، التي أسفرت عن فوزنا بهذه الجائزة مرتين، الأولى في الدورة الثانية للجائزة العام 2008، والمرة الثانية في العام 2014، فالشركة





وقال الرئيس التنفيذي لشركة البحرين للتسهيلات التجارية "نجتمع اليوم لنستذكر ونحتفي بأولئك الرائدات اللاتي رحلن والرائدات الحاضرات بيننا، إذ إن إسهامات الرائدات في شتى المجالات وعبر الظروف الاجتماعية والاقتصادية المختلفة لهي مدعاة إلى الفخر والتأمل والإلهام". وأضاف قائلاً "يجب أن ننوه إلى أن عصرنا وتطور مجتمعنا البحريني اعتمدا بشكل أساسي على أولئك الرائدات ومن خلفهن أولئك النساء اللاتي اقتدين بهن. إن التغيير الحقيقي الذي قامت به هؤلاء الرائدات هو عدم استسلامهن للأطر الفكرية البالية أو المغلفة بصبغة العادات النمطية أو تلك الموروثة التي لم تكن مبنية على أسس علمية أو دينية أو أخلاقية.

إن الرائدات المحترقات بهن اليوم هن من قمن برفع علم التجديد والتنوير كل في مجالها، لذا وجب علينا أن نوثق ما قمن به في مسيرتهن من عمل وتجارب إنسانية تلهم مجتمعنا البحريني عموماً والمرأة البحرينية خصوصاً".

واختتم حبيب خطابه بتطلعات الشركة إلى غد مشرق تمارس فيه المرأة دورها الاجتماعي بكل مسؤولية وجدارة وتتكشف نقاط القوة والفرص الناتجة عن التحولات الاجتماعية والاقتصادية والتكنولوجية.

كما ألفت وزيرة التنمية الاجتماعية سابقاً رئيس مجلس أمناء مؤسسة "بحرين ترست" الدكتورة فاطمة البلوشي كلمة بالنيابة عن المكرمات، عبرت فيها عن بالغ سعادتها واعتزازها بالتكريم الذي قدمته بطاقة امتياز فور هير، معربة عن شكرها الجزيل لشركة البحرين للتسهيلات التجارية على إسهاماتها في سبيل تمكين المرأة البحرينية وتقديم كل العون لها لتتمكن من تحقيق كل طموحاتها. وأكدت الدور الفاعل للمرأة في مملكة البحرين بفضل الدعم التي تحصل عليه من كل الجهات. ودعت الدكتورة البلوشي خلال كلمتها النساء



## بتنظيم من "امتياز فور هير"

# حفل ومؤتمر "رائدات في نهضة البحرين" يكرم أبرز الطاقات النسائية

بحضور شخصيات قيادية ورائدة في المملكة، نظمت بطاقة "امتياز فور هير" حفل ومؤتمر رائدات في نهضة البحرين، وتم خلاله تكريم الرائدات البحرينيات اللاتي قدمن إسهامات مميزة في نهضة مملكة البحرين إلى جانب استعراض أبرز إنجازاتهن الجليدة في سبيل خدمة الوطن، وذلك يوم الخميس الموافق 24 أكتوبر 2019 في فندق فورسيزونز بخليج البحرين.

وجاء المؤتمر بتنظيم من بطاقة امتياز فور هير، البطاقة الائتمانية النسائية الأولى في البحرين، لتسليط الضوء على الإنجازات التي قامت بها المرأة البحرينية على الصعيد المحلي والإقليمي، عبر إبراز الأمثلة اللامعة في تاريخ المملكة القديم والمعاصر، إضافة إلى ندوة جماهيرية بحضور نخبة من المتحدثات من المملكة وخارجها.

وخلال حفل الافتتاح، صرح الرئيس التنفيذي لشركة البحرين للتسهيلات التجارية الدكتور عادل حبيب بأنه عبر الحقب التاريخية المختلفة ساهمت المرأة البحرينية في صناعة وتشكيل الذاكرة البحرينية وبناء الهوية الوطنية حتى يومنا هذا، ولقد جاء المشروع الإصلاحي لجلالة الملك ليؤسس ويثبت هذا الدور الذي يضطلع برؤية ورسالة مهمة تحفظ دور المرأة والأسرة في بناء مجتمع عصري. وأكد حبيب أن خيال وطموح شركة البحرين للتسهيلات التجارية تصميم منتج مالي يتخطى أهدافه التجارية والمالية ويعتمد بشكل أساسي وراسخ على خلق كيان مجتمعي تكون فيه قيم تمكين المرأة واستكشاف مصادر قوتها وإلهام المرأة الشابة عاملاً أساسياً في رفد قصة نجاح هذا المنتج، هو ما يقود الشركة لتصور هذا المؤتمر ومن ثم ترجمته إلى واقع ملموس، مشيراً إلى أن حفل ومؤتمر رائدات يأتي في سياق ما تم إنجازه العام الماضي في مؤتمر القوة النسائية، الذي حضرته أكثر من 500 امرأة بحرينية.

من المملكة العربية السعودية، ورائدة الأعمال الاجتماعية ومبتكرة برنامج رحلة التغيير هالة كاظم من الإمارات العربية المتحدة، وتطرقن خلال الندوات إلى تجاربهن الشخصية ومسيراتهن في مجالات عملهن.

البحرينيات إلى رفع سقف أحلامهن وتخطي حاجز الخوف ودعم إنجازاتهن.

كما تضمن المؤتمر 3 ندوات شاركت فيها محاورات هن: المدير العام الثقافة والفنون بهيئة البحرين للثقافة والآثار معالي الشخة هلا بنت محمد آل خليفة، الإعلامية منى أبو سليمان



## رائدات في نهضة البحرين يتحدثن عن مقومات النجاح

"أضواء البلاد" تحدثت مع 3 سيدات من الرائدات المكرمات في الحفل؛ رغبةً في نيل القليل من خبراتهن ونصائحهن للمرأة البحرينية عبر تحديد مقومات العمل الناجح وتقديم النصيحة النابعة من الخبرة.



### منه الهاشمي

#### التحدي والإصرار وقود المرأة للاستمرار

المهندسة منى الهاشمي، السيدة الأولى التي تولت منصباً قيادياً بشركة اتصالات في المنطقة، ترى من وجهة نظرها أن نجاح المرأة في مجال الأعمال يكون نابغاً من قوة شخصيتها ورغبتها في التحدي، وكذلك الاطلاع والمعرفة، وتقول "إن صعود المرأة للمراكز العليا يأتي انطلاقاً من عزمها وإصرارها على الخوض في مختلف مجالات الحياة".

كما وجهت نصيحة للمرأة الراغبة في دخول هذا المجال بقولها "أنصح كل امرأة بحرينية وعربية أن تكون ثقّتها كبيرة بنفسها، وأن تكون قادرة على اتخاذ قرارات في الأوقات الصعبة، وفي نفس الوقت، تكون متطلعة دائماً للعلم ولا تتأثر بأي نوع من الإحباطات وتجعل العزيمة والإصرار وروح التحدي وقودها للاستمرار".

### أفنان الزباني

#### وضع خطة مدروسة للعمل من جميع النواحي

"هل لديك طموح في العمل؟ كيف ستنفذه؟ وكيف ستفيد المجتمع بهذا العمل، وهل لديك تصور لكيفية تدريب العاملين معك؟..." بهذه التساؤلات بدأت سيدة الأعمال أفنان الزباني إجابتها على سؤال طرح عليها عن مقومات نجاح المرأة في مجال الأعمال، وقالت "إن مجال الأعمال لا يخلو من المشاكل والمناكفات، ويجب التغلب على هذه الأشياء بالأمل والطموح ومحاولة التغلب على جميع المشاكل والعقبات الموجودة، وهذا ليس أمراً سهلاً بالطبع، فأنت تتعاملين مع جميع أنواع المشاكل من حسد مثلاً أو عدم إعطاء الشخص حقه، وغيرها الكثير، لذلك فإن الطريق الصحيح هو بمحاولة التغلب على السلبيات بزرع الإيجابيات في العقل ليبقى سعيداً في العمل".

واختتمت الزباني حديثها قائلة "يجب على المرأة الراغبة في دخول مجال ريادة الأعمال أن تستفيد من التجارب السابقة وتأخذ المشورة، وتحدد الأولويات وتدرس المشروع ونسبة النجاح المحتملة، ثم تسأل نفسها عن مدى استعدادها لتحمل الخسارة؛ لأن طبيعة العمل ربح وخسارة".



### غالية دويغر

#### رد الجميل للوطن عبر تقديم الخدمات وتسخير العلم

استشارية الأمراض الجلدية وأول طبيبة بحرينية تخرجت من كلية الطب في جامعة الصداقة في موسكو غالية دويغر، ترى أن التفاني والإخلاص في العمل والتعاون مع الناس وخدمة الآخرين هي المقومات الرئيسة والعاملة لعمل ناجح، أما بالنسبة للمرأة فتقول "هناك صعوبات تتفرد بها المرأة العاملة، إذ يجب عليها أن تنظم وقتها بشكل دقيق بين عملها وبيتها، ولكن يجب عليها خدمة وطنها الذي هو صاحب فضل عليها بعلمها وعملها".

وقدمت دويغر نصيحة للراغبات في تحقيق النجاحات بقولها "التعليم هو الأهم، إذ يرفع الأمم ويسند المرأة، بعد ذلك يجب أن تتوافر الإرادة والرغبة في التغيير والتطوير المستمر، والحياة بطبيعة الحال مليئة بالمحبطات والعقبات الكثيرة، وقد تأتي تلك الإحباطات من المجتمع ومن أقرب الناس خصوصاً بالنسبة للمرأة، ولكن المرأة القوية القادرة على صنع قرارها بنفسها هي التي يمكن أن تتطور، وإذا بدأت عملاً ولم يكلل بالنجاح فهذه ليست النهاية بالتأكيد، يمكنك البدء من جديد، والمرأة البحرينية قوية منذ القدم والدليل هؤلاء الرائدات اللاتي تم تكريمهن، وبالنسبة لي عندما سافرت للدراسة كنت المرأة الوحيدة من دول الخليج في الدفعة، ولم يضعفني ذلك أبداً".



# مجوهرات آسيا

## تعرض مجموعة بالميرو المميزة

### "40 عامًا.. عندما تلتقي المجوهرات بالفن"

استضافت مجوهرات آسيا، إحدى أشهر محلات المجوهرات في البحرين، فعالية حصرية لكبار الشخصيات لعرض منتجات دار المجوهرات الإيطالية الشهيرة بالميرو، إذ تجمع محبو المجوهرات الفاخرة في "ذا ميرشانت هاوس" في المنامة، لمشاهدة المجموعة الأخيرة من مجوهرات بالميرو الفنية المتميزة.

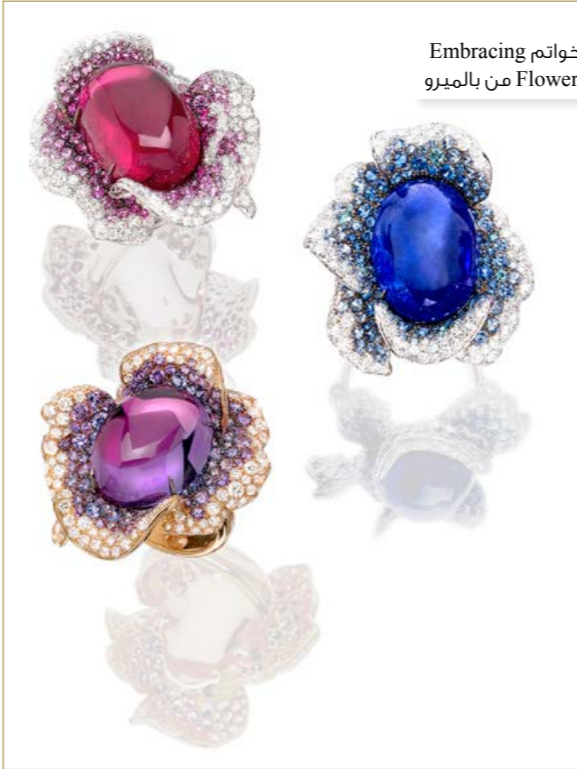
وحضر كارلو بالميرو الحفل للقاء محبي المجوهرات وهوأة جمعها، إذ طرح مجموعته الجديدة (40 عامًا.. عندما تلتقي المجوهرات بالفن). وبعد مرور 40 عامًا منذ انطلاق دار بالميرو للمجوهرات في 1979، ما تزال تقدم لنا الدار مجوهرات فريدة من نوعها، تتميز بأسلوب راق ودقيق، وتتميز بتصاميم بالميرو، التي لا تخطئها العين، بأفكار إبداعية مذهلة تم تحويلها إلى أشكال وألوان فريدة، وقطع أصلية من فن المجوهرات.

تتضمن كل مجموعة من مجوهرات وساعات بالميرو المميزة عددًا محدودًا من القطع والتصاميم الفريدة بالكامل، وهذا تقليد تتبعه الدار لمنح عملائها ميزة اختيار قطعة شخصية للغاية. تستوحى "بالميرو" تصاميمها من الأشكال الهندسية والطبيعة وقطرات الندى على أوراق العشب أو أساليب عظماء رسامي القرن العشرين، أو أيًا كان مما يثير روح الإلهام فيها. ولهذا تجد كل قطعة تتألق بالعبقرية والمهارة والشغف، ما يجعلها قطعًا ثمينة وخالدة تجمع بصورة مثالية بين الماضي والحاضر. تم تصميم كل ابتكار بالكامل في إيطاليا في مشغل رائد لصنع المجوهرات في فالينزا، التي تعد عاصمة المجوهرات الإيطالية الفاخرة. ويتابع كارلو شخصيًا عملية صنع كل قطعة ابتداءً من التصميم ووصولاً إلى الشكل النهائي.

وبهذه المناسبة قال بالميرو "إن تصميم قطعة مجوهرات لتكون فريدة من نوعها لا يقتصر على تصميم الشكل فقط. فكل عنصر من عناصر التصميم ضروري للغاية لنجاح كل ابتكار جديد. في كل مرة نقوم فيها بابتكار قطعة مجوهرات، أهتم بنفسني بكل مرحلة من مراحل تصنيعها بدءًا من التصميم واختيار المواد وصولاً إلى القطعة النهائية، من خلال العمل مع فريق مختار من المصممين الأكفاء المؤهلين، وفناني المجوهرات والحرفيين".

ودعمًا لشهر التوعية بسرطان الثدي، سيتم التبرع بجزء من ريع الحفل إلى جمعية "ثك بنك البحرين" لسرطان الثدي، وهي مؤسسة بحرينية غير ربحية مخصصة لدعم المملكة في مجال التوعية بسرطان الثدي والتعليم والرعاية.

خواتم Embracing  
Flowers من بالميرو



مجموعة أشعة الشمس  
من بالميرو



جزء من ريع الحفل قُدم لجمعية "ثك بنك البحرين" دعمًا للتوعية بسرطان الثدي

قلادة رائعة  
من بالميرو



ساعة أتر إيجو  
من بالميرو



## YEPREM تكشف عن أحدث إبداعات الأحجار الكريمة في المعرض

خلال هذا المعرض الذي يستمر 5 أيام، تدعو YEPREM عشاق المجوهرات من الشرق الأوسط لاكتشاف مجموعة Reign Supreme المستوحاة من جوهر المرأة التي تعكس صورة الملكة الحديثة في مجموعة YEPREM الملكية.

سيتم تقديم قيد يد مهيبة مصممة بدقة وحرافية استثنائية في المعرض. مجموعات الأذن وزينة العنق الفخمة جميعها مرصعة بأحجار الزمرد والياقوت اليمينة. "هذا العام الأول الذي تشهد فيه تصميمات YEPREM بريق الأحجار الكريمة التي تشق طريقها إلى مجموعات المصمم العالمي YEPREM. مجموعة Reign Supreme تعكس شعورًا بالحيوية والملوكية بألوانها الخضراء والزرقاء"، حسب وصف مديرة التسويق والمخرج الإبداعي للشركة فيرنا تشاكارديميان. وبمهارة وتقنية رائعة، يتم تقليد وتلميع أحجار الوسط لتكشف عن روعة كاملة في مختلف أشكالها.

ستتوافر أحدث تصاميم الأحجار الكريمة من مجموعة Reign Supreme في بوتيك مجوهرات آسيا بالمنامة.



## أحدث مجموعات YEPREM

تعرض YEPREM أيضًا أحدث مجموعاتها للعام 2019، Black Strada و Electrified في المعرض. وتعكس كلتا المجموعتين شخصية وأزياء السيدة المعاصرة.

Black Strada هي مجموعة جريئة تم فيها إدخال الذهب الأسود الغامق مع الألماس الأسود. تقدم المجموعة تفاصيل مختلفة من الخطوط والأشكال الهندسية وكذلك السلاسل السوداء المرصعة بالألماس الأسود لتعكس الإيقاع الديناميكي، ما يعرض هوية YEPREM الجريئة المثيرة.

تستمد مجموعة Electrified الإلهام من الإحساس الكهربائي النقي مع التصاميم الخطية التي تخلق حركة وطاقة لتحفيز القوة على البشرية.

# Y E P R E M

SINCE 1964

## YEPREM تعرض أحدث مجموعاتها في معرض الجواهر العربية 2019

بالتعاون مع شركائها "Asia Jewellers"، تشارك "YEPREM" في النسخة الثامنة والعشرين من معرض "Jewellery Arabia"، معرض المجوهرات والساعات الأول في الشرق الأوسط، الذي ستم استضافته في مركز البحرين الدولي للمعارض والمؤتمرات من 19 نوفمبر إلى 23 نوفمبر 2019.

في هذا الحدث، تكشف YEPREM عن أحدث إبداعاتها من مجموعاتها المختلفة للاحتفال بالذكرى السنوية الخامسة والخمسين لتأسيسها، مع تصميمات ثورية وفريدة من نوعها مصممة مع التفكير في الهيكل وتأثير الحركة التي تخلقها كل قطعة.

## FABERGÉ تطرح قلادات بيض الفصح من الذهب الوردي احتفالاً بموسم الأعياد

وصلت مجموعة فايرجيه الجديدة من قلاند بيض الفصح باللون الذهبي الوردي في الوقت المناسب للاحتفال بموسم الأعياد، لتشكل بذلك الهدية المثالية لك أو لأحد أحبائك. وتتضم هذه المجموعة إلى تشكيلة Fabergé Favorites الساحرة، مع قطع مذهلة من المجوهرات الذهبية عيار 18 قيراطاً، المصنوعة يدوياً على أيدي حرفيين مهرة في فايرجيه، والمرصعة بأحجار من الألماس أو الزمرد أو الياقوت زاهي الألوان. وتُخفي كل قلادة في داخلها مفاجأة صغيرة، تكشف عن نفسها عند فتحها على شكل منمنات نفيسة. وضمن هذه التشكيلة، تبهرننا قلادة "مفاجأة القلب" (Heart Surprise) من فايرجيه بأحجار الياقوت الموزمبيقوي أو الزمرد الزامبي، التي تم الحصول عليها من مصدر يتحلّى بالمسؤولية يتمثل في شركة "جيم فيلدز"، العلامة الرائدة عالمياً لاستخراج الأحجار الكريمة الملونة مسؤولة المصدر. وتتميز قلادة "مفاجأة الفراشة الوردية" (Pink Butterfly Surprise) المطلية يدوياً بجناحين متألقين مزينين بحجرين من الزفير الوردي. وكما يليق بموسم الحفلات، نتحفنا فايرجيه بقلادة "مفاجأة الحذاء" (Shoe Surprise)، التي تخفي بداخلها حذاء بكعب عالٍ يأتي مرصعاً إما بحجر من الألماس أو الياقوت.

أما قلادة "مفاجأة الأمير الضفدع" (Frog Prince Surprise) فتحمل، كما تروي الحكاية، ضفدعاً يرتدي تاجاً مرصعاً بالزمرد الزامبي من "جيم فيلدز". وتتألق قلادة "لا تنساني" (Forget-Me-Not) بأحجار الزفير التي تضيء السحر والجاذبية على أي إطلالة. وتضمنت مجموعة فايرجيه المليئة بالمفاجآت أيضاً قلادتين تحملان خاتمين مرصعين إما بحجر من الزمرد من مناجم "جيم فيلدز" في زامبيا، أو الألماس البراق. ولإضفاء مزيد من الروعة على هذه المجموعة المتميزة، يمكنك تعديل اختيارك بالكامل وطلب هدية مخصصة من خلال تغيير أي جانب من جوانب تصميم القلادة ابتداءً من نوع المعدن، وصولاً إلى لونه والمفاجأة المخبأة بالداخل والأحجار الكريمة المستخدمة في التزيين. كما يُمكنك طلب نقش عبارة شخصية من اختيارك داخل القلادة.



### القلائد الفسيفسائية

يسر فابرجيه، دار المجوهرات الأشهر والأعرق في العالم، تقديم القلائد الفسيفسائية (Mosaic Pendants)، المستوحاة من بيضة عيد الفصح التي صممتها الدار إلى العائلة الإمبراطورية الروسية في العام 1914. وفي تجسيد واضح لروح فابرجيه المفعمة بالحياة، تُبرز القلائد الفسيفسائية بشكل مثالي شغف الدار بفن الألوان مع 3 قلاند مرصعة بالأحجار الموزمبيقية النفيسة من الياقوت والزفير والعقيق والألماس. وتكريماً لعبقرية بيتر كارل فابرجيه، تم ترصيع القلائد بالأحجار الكريمة الملونة بلمسات احترافية تتبع التقنية الرائدة التي تفردت بها دار فابرجيه في أوائل القرن العشرين.





تحت المجهر لهذا العدد، سيدة الأعمال ندى علوي، المؤسس والمدير التنفيذي لشركة "الندى"، والتي ولدت في المحرق، وأكملت تعليمها حتى المرحلة الثانوية في مدارس البحرين الحكومية لتنتقل بعدها إلى أميركا للدراسة الجامعية، حيث تخصصت بإدارة الأعمال، وتخرجت بشهادتي البكالوريوس والماجستير في إدارة الأعمال.

وأثناء دراستها البكالوريوس، عملت ندى في شركة للأبحاث والتسويق بالقطاع النفطي. ثم عملت في أميركا بعد تخرجها بشركة معنية بتقديم الخدمات البترولية وتوفر معدات للحفر وتحسين العمليات، وتدرجت في الوظائف حتى وصلت إلى منصب نائب رئيس قسم المبيعات والتسويق، كما عملت في الخدمات البترولية لمدة 3 أعوام. ودخلت ندى مجال الفن والرسم، إذ التحقت بدورات في باريس وميلان ولندن.

وفي لقاء سابق لها مع "البلاد" عن تحول مجال عملها من القطاع النفطي إلى عالم الموضة والأزياء ونشأة "الندى"، قالت علوي "كانت دائماً لدي قيمة عالية للجمال، منذ صغري، ويوما ما شعرت بأنني بحاجة إلى هواية أستمتع بها، ففكرت أن ألون لتجسيد إحساسي في هذه الهواية، إذ لم أكن أرى نفسي وقتها رسامة. طلبت من الفنان التشكيلي عباس الموسوي تعليمي التلوين، وفكرت بإجراء تغيير في حياتي، وكنت حينها مسافرة للصين التي هي مشهورة بالحبر، فولدت في مخيلتي فكرة مشروع (الندى)، وأخبرت الفنان الموسوي بفكرة المشروع؛ لأن الشالات الحبر ستطبع عليها رسومات الفنانين، وكان حلمي من البداية التعامل مع مجموعة من الفنانين، فقال إنه سيساعدني على كسب ثقة الفنانين في عملي، كما أخبرت أختي نور بفكرة المشروع، فطلبت شراكتي، وهذه كانت البداية".

وتحدثت ندى عن دعم المرأة البحرينية بقولها "القيادة في البحرين تدعم وتشجع المرأة في مجال العمل والمشاريع الخاصة، كما يتم الاحتفاء بالمرأة، منحتنا صاحبة السمو الملكي الأميرة سبيكة بنت إبراهيم آل خليفة أنا وأختي جائزة امتياز الشرف لرائدة الأعمال البحرينية على مشروعنا (الندى)، وهذا يعد حافزاً يشجعنا على الاستمرار والمواصلة".



## نشرًا للفن الجميل...

### ندى العلوي:

"annada" مشروع متفرد يجعلك ترتدين لوحة



وبرؤية مستقبلية متفائلة في السعي لتزويد الناس شعورًا باللون والفن والجمال، وإبراز مفهوم الفن بطريقة جديدة في الشرق الأوسط، ورسالة تتمثل في تزويد العالم بمزيج من الفن وأسلوب الحياة، وعرض الفن والثقافة والإبداع الفريد في الشرق الأوسط، تطلق "الندى" منتجاتها المختلفة التي تحتوي تفاصيل أجمل اللوحات، واضعةً نصب أعينها قيمًا تحمل مفاهيم عميقة، كان من أبرز قيمها ترسيخ الفن من أجل الحياة، والتألق والجمال إضافةً إلى الأناقة الدائمة الممزوجة بالأصالة والإبداع.

تحدثنا مع صاحبة المشروع ندى علوي، التي وضحت فكرة المشروع قائلة "الندى هي ماركة تهدف لإعطاء الفن قيمته، بأسعار مناسبة لإكسسوارات وأزياء جودتها عالية، مع التوسع بتوفير سلع ورقية وسلع جلدية، وإن منتجات الندى تستهدف جميع أنواع الزبائن وتلبي جميع الأذواق، ولكنها تستثير بالخصوص ذائقة محبي الفن والألوان والأفكار المميزة".

وتضيف: "الندى" يقدم محتوى فريداً من نوعه، وهو يتميز بهدفه في نشر الفن بهذه الطريقة، بالإضافة إلى أن العلامة التجارية تملك العديد من نقاط القوة التي تميزها، من أهمها الدقة الشديدة في اختيار اللوحات التي تستخدم، واستخدام خامات عالية الجودة، والحرص على أن تكون القطعة متكاملة من جميع النواحي.

ويقدم "الندى" الأوشحة المصنوعة من مختلف الخامات منها الحرير والصوف والكشمير، والعباءة ومختلف أنواع الملابس والجاكيتات الجلدية والأحذية، إضافةً إلى الإكسسوارات المتعددة، للرجال والنساء، كما تتوفر دفاتر الملاحظات والبطاقات المتعددة، بتصاميم ولوحات مختلفة بريشة العديد من الفنانين منهم: الشيخ راشد آل خليفة، عباس الموسوي، عبدإله العرب، أريج رجب، أميرة بهبهاني، إبراهيم بوسعد، فائقة الحسن، غسان محسن، حسن حيدر، جمال عبدالرحيم، خليل الهاشمي، مريم فخرو، مروة آل خليفة، مياسة السويدي، نبيلة الخير، عمر الراشد ومريم ناس وغيرهم من الفنانين الأجانب.

نلامس ذوق أكبر شريحة من الزبائن". وبالحديث عن الصعوبات التي واجهتها في هذا المجال فقد قالت "هي ليست صعوبات بقدر ما اعتبرها تحديات، لكننا نتعلم من كل عقبة وتحدٍ نمر به، خصوصاً في عالم المشاريع، حيث نمر بتحديات عديدة ومختلفة كل يوم، ولأجل المضي قدماً نحرص على أخذ آراء الزبائن بشأن المنتجات لنكون أقرب لهم".

وتعتقد ندى أن أهم نقطة لخلق مشروع جديد ناجح هي توفير ما يحتاجه الزبون والسوق، وجعله مميزاً بطريقة يتقبلها الزبون، وتوجه نصيحة للشباب الراغبين بامتلاك مشاريعهم الخاصة بأن يدرسوا أنفسهم ورغباتهم، ثم يقومون بدراسة السوق ومدى فرصة نجاح المشروع، وألا يهملوا التفكير العميق ويأخذوا الوقت الكافي فيه.

وفي سؤال لها عن اختيار اللوحات المناسبة وإقبال الزبائن على لوحة معينة أو فنان معين أجابت قائلة "اختيار اللوحة من أصعب الأمور التي نمر فيها، لأن هناك العديد من الأعمال الفنية الجميلة، ولكن اللوحات التي تصل لخط الإنتاج تكون محدودة، ففي بعض الأحيان يتناسب العمل مع الألوان التي نبحث عنها أو الفكرة التي نفكر فيها، هذه الأمور التي أعتبرها معايير للاختيار، أما بالنسبة لإقبال الزبائن على منتجات معينة أو لوحات معينة، فإن لكل فنان أسلوبه الخاص وجمهوره المحب لنمط وطريقة أعماله ولوحاته، وهناك بعض المنتجات تبرز جمال اللوحة أكثر، مثلاً تكون أجمل على العباءة من غيرها من المنتجات والعكس صحيح، ولولا اختلاف الأذواق لبارت السلع، ونحن نحاول أن نبرز عنصر التنوع في أعمالنا بحيث



# زينب ياسين

خطت في صغري ملابس  
الدمى... وبدعم والدتي دخلت  
مجال التصميم

يقال إن الأم مدرسة، لكن ماذا إذا كانت المحرك الأساس لمشروع المستقبل والشركة فيه؟ هذا ما أخبرتنا به مصممة الأزياء البحرينية زينب ياسين، إذ إنها تتشارك مع والدتها "أم محمد" أفكار التصاميم، تدمجها لتتلاقى أناقة الحاضر بروعة الماضي، لتنتج بعد ذلك فستاناً كالحلم بأسر الناظرين إليه. التقينا بها، لتضع تجربتها على صفحات "أضواء البلاد"، متحدثين عن مراحل التخطيط والتصميم والتنفيذ، فكان هذا اللقاء...



**كيف وجدت في نفسك الموهبة لتصميم الأزياء؟**  
فطرة من رب العالمين، وموهبة متوارثة من جدتي وأمي الغاليتين على قلبي.

**ما العوامل التي ساعدتك على تطوير أعمالك؟**  
كانت أمي تعمل في مجال تصميم العبايات، وبدأت في مشروعهها منذ قرابة 15 سنة. وعندما تخرجت من الجامعة قررت دخول المجال معها واتخذنا قرار سوية بأن نعمل في مجال تصميم الأزياء، فقد كان هذا شغفا وحملاً يراودني منذ الصغر، إذ كنت سابقاً أخط يدويًا ملابس للدمى وأستمتع وأسعد كثيرًا بعمل شيء من صنع يدي أكثر من شرائه. والدتي موجودة معي بكل خطوة منذ بدئي المشروع وحتى هذا اليوم، ولولا وجودها ودعمها وتشجيعها إياي لما تمكنت من تحقيق هذا الحلم الذي تحول إلى حقيقة وواقع أحبه وأعشقه.  
كما أن حبي للرسم أيضًا وتكوين شيء جميل من قطعة قماش مصنوعة بكل حب، ساعدني أيضًا في مجال التصميم، فالنصميم هو مجال وعالم مفتوح للإبداع والخيال.

**بالنسبة للخامات التي تستخدمونها، هل هي متوفرة بشكل دائم أم تجددين صعوبة في الحصول عليها؟**  
أعمل دائمًا على توفير أفضل الأقمشة سواء المحلية أو المستوردة، وأسعى دائمًا لأن تكون لي بصمة تميزني عن غيري من خلال الأقمشة والقصات وحتى اللمسات الصغيرة التي أختارها بعناية لكل تصميم. وقد أجد أحياناً صعوبة في الحصول على أقمشة محلية؛ لقلّة المحلات التي توفر أقمشة للسهرات، ولذلك يوجد مخطط للمستقبل بإذن الله لتوفير أقمشة سهرات أعرضها في المحل؛ حتى أسهل على الزبون رحلة البحث عن أقمشة، بجانب توفير كل ما هو مميز وجديد في عالم الموضة.

**ما الصعوبات التي تواجهونها في التصميم والتنفيذ؟**  
كما ذكرت، عالم التصميم والرسم مفتوح وكبير، ولكن أحياناً قد تأتي فكرة مجنونة بين فترة وأخرى، يصعب تقبلها من ناحية القص والخياطة والتنفيذ، ولكن التميز والإبداع لا حدود له، فكل مشكلة حل، وبعد محاولات عدة يبدأ التصميم النهائي بالتشكل والتصميم يصبح أوضح وأجمل.

**ما مدى الإقبال على الأزياء الشعبية أخيراً؟**  
الإقبال كبير جداً، فلكل فترة زمنية يوجد طابع يميزها.

**باعتقادك، ما السبب في ذلك؟**  
الأزياء الشعبية فيها مجال واسع للإبداع والتطور، وفيها أيضاً طابع شعبي يميزها ويذكرنا بالماضي الجميل. فالمزج بين الماضي والحاضر يولد قطعة جميلة ومميزة.

**تصميم أنماط عدة من الفساتين، منها الخليجي والهندي وغيرها، ما التصميم الذي يأخذ وقتاً أكثر وجهذاً أكبر؟**  
الوقت المستغرق بتفاوت ويختلف حسب كل قطعة، فهناك تصاميم ناعمة من كل فئة قد تأخذ أسبوعاً من العمل، بينما هناك تصاميم فيها تفاصيل وعمل يدوي قد يستغرق أكثر من 3 أسابيع من العمل المتواصل خصوصاً فساتين العرايس، إذ أحياناً تستغرق شهرين من العمل.



**كيف يمكن العناية بالفساتين المشغول بالإكسسورات؟**  
يمكن الحفاظ على القطعة من خلال عدم تعريضها لأشعة الشمس المباشرة لمدة طويلة، وتنظيفها بالغسيل الجاف في الغسلة وأيضاً بإبقائها في الكيس المخصص لفساتين السهرة.

**هل يتقبل الناس التصاميم الشعبية غير الاعتيادية، أي التي يكون تصميمها حديثاً؟**  
طبعاً، خصوصاً في الأونة الأخيرة. فالطلب في تزايد على التصاميم الشعبية التي تدخل فيها لمسة عصرية وحديثة. فهي تروي قصة الماضي وتمزجها بإبداع المستقبل.

**من أين تستلهمين تصاميمك خصوصاً الحديثة منها بطابع شعبي؟**  
نبدأ أنا والدتي برسم التصاميم التي قد نستلهمها أحياناً من عائلتنا والبيئة المحيطة بنا، ثم نتشارك التصاميم، وقد نمزج أحياناً تصميمين معاً فيولد تصميم جديد من إبداعها وإبداعي.

**ماذا عن تصاميمك للأطفال؟**  
أعشق تصاميم وملابس الأطفال، وأحب أن تطعم الأم مع ابنتها. أسلهم دائماً وأضع بمخيلتي ابنتي اللتين أتخيل كل قطعة أرسمها بحب لهما، وأتمنى أن تشاركني هذا الشغف والحب لهذا المجال يوماً ما، كما علمتني أمي عليه وأحبيته عندما رأيتها تصنع كل جميل بيدها المبدعة.

**أي إضافات أخرى؟**  
أتمنى أن أترك بصمتي بكل مناسبة مهمة لكل زبونة تختارني.. أعتبر كل زبونة صديقة وأختاً عزيزة على قلبي، فأنا أصنع كل قطعة بحب واهتمام وكأنني أصنعها لنفسني. فشكراً لكل من وضع ثقته في عملي وحصل على كل ما يتمناه من خلال الجملة السحرية التي أحبها "افعلي كل ما تجدينه جميلاً".

## مصممة الأزياء حصّة جناحي وجواهر العمادي ا بحثي عن التصميم المناسب لجسمك ومجتمعك



كونت الصديقتان حصّة جناحي وجواهر العمادي من الشغف والموهبة مشروعًا، فبعد استفادتهما من موهبتهما بشكل شخصي، قررتا نشر أجمل الإبداعات والأفكار لتتألق بها الفتيات، فتم تصميم العباءة في المقام الأول والفساتين المختلفة، التقليدية منها والحديثة، أو استحداث مزيج من الأصالة والحداثة لخلق قطعة مميزة تحمل لمساتهما الخاصة. كان لنا هذا اللقاء مع المصممة حصّة جناحي...

هل هناك خامات جديدة بدأت باستخدامها عوضًا عن الخامات المعتادة للعباءة؟  
نعم، الحرير المغسول، الحرير الهندي، بعض أنواع اللين القطني، والعديد من الأقمشة الأخرى المختلفة الدارجة في استخدام العبايات.

استخدام الإكسسوارات في العباءة، ما مدى رواج هذا الخيار في هذه الفترة؟  
تلقي إضافة الإكسسوارات في العباءة رواجًا كبيرًا، إذ تضيف لمسة راقية في العباءة.

متى بدأتما التصميم، وكيف اكتشفت هذا الشغف؟  
بدأنا عندما كنا طالبتين في الجامعة، أصبحنا نصمم لأنفسنا فساتين للمناسبات الخاصة والأعياد، لقينا الإعجاب والتناء من الأهل والأصدقاء وهنا بدأت فكرة التصميم والتوسع في المشروع.

ما أبرز تصاميم العباءة لهذا الموسم؟  
الآن نلاحظ وبكثرة الانتشار الواسع للعبايات الملونة التي أصبحت دارجة وبكثرة، فأصبح الغالبية يميلون إلى الألوان، أعتقد أن ذلك يضيف أكثر لجمال وأناقة المرأة، فالأسود أصبح لونا اعتياديا.

كيف يمكن التعامل مع الإكسسوارات في العباءة أثناء الغسيل؟  
نحن شخصيًا دائمًا ما ننبه الزبائن عما إذا كان هناك شيء لا يصلح للغسيل العادي، بحيث يفضل أن تغسل بالأماكن الخاصة بالغسيل حيث يعرفون كيفية التعامل مع هذا النوع من القطع؛ حتى لا تتلف أو تسقط الإكسسوارات أو تتغير.

بالنسبة للأزياء عموماً، ما التصاميم التي تجددين نفسك قريبة إليها أكثر؟  
نحن نميل أكثر إلى القطع التقليدية، التي جددناها بشكل عصري وحديث، ولو لاحظت، فإننا نغير من الشكل الرسمي والثابت لثوب النشل التقليدي إلى شيء عصري وحديث وملئم للموضة.

من وجهة نظرك باعتبارك مصممة، ما معايير القطعة التي لا تنتهي موضتها باختلاف المواسم؟  
بعض قصات الفساتين للأفراح والمناسبات تكون ثابتة، إذ تأتي الزبونة تطلب الفستان البسيط الناعم، وهذا نوع من الفساتين دارج طوال الموسم لأنه يعتبر بسيطاً ويمكن ارتداؤه في أكثر من مناسبة.

هل تشجعين الفتيات على مواكبة الموضة في الأزياء بشكل كامل أم التركيز على القطع الأساسية التي لا ينطفئ وهجها بمرور الوقت؟  
لا نشجع ذلك دائماً، فهناك موضة لا تناسب البنات كمجتمعنا الخليجي المحافظ، نحن نقول دائماً ابحتي عن الموضة التي تناسب جسمك وتبرز أوتتلك بحيث تتماشى مع عادات وتقاليد مجتمعك.



## 4 صيحات رائجة لإكسسوارات الشعر

تستغل الشركات الكبرى الخاصة بالإكسسوارات كل موسم لابتكار كل ما هو فريد وجديد وجميل في عالم الموضة والجمال والإكسسوارات التي لا تقف تصميماتها وابتكاراتها عند حد، ولكل سيدة ذوق دقيق في اختيار ما يناسب شخصيتها لتتميز دائمًا في مختلف الإطلالات.. من هنا، اخترنا لكم 4 صيحات رائجة يمكن اختيارها لإطلالتك.



### ربطات الشعر المطاطية

الأكثر راحة وعملية في الاستخدام، تناسب معظم الإطلالات تقريبًا، لا تتردد في الاعتماد عليها.



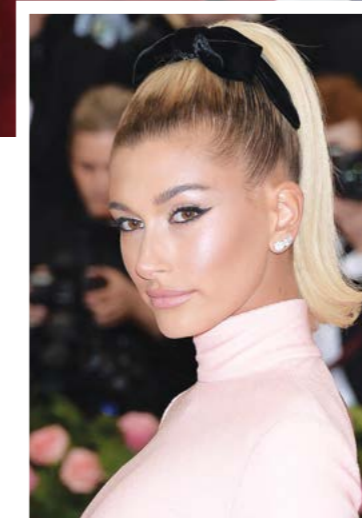
### دبابيس الشعر

للمناسبات التي تستدعي القليل من الفخامة، اختاري دبابيس الشعر المرصعة بالؤلؤ أو القطع اللامعة، خيار ممتاز يمنحك أناقة مثالية.



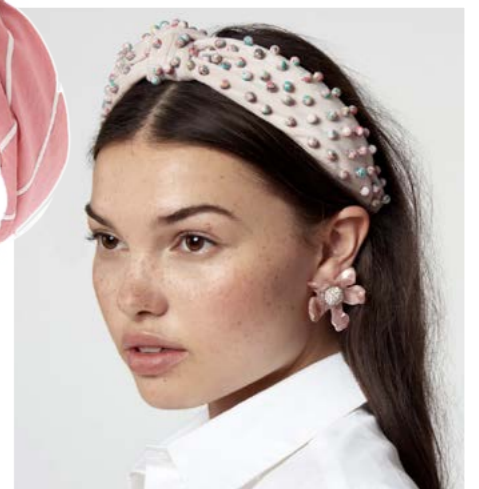
### شريطة الشعر

لأنوثة فائقة وإطلالة رقيقة، استخدمي شرائط الشعر بألوان متعددة، هي الأخرى خيار عملي ومناسب لمعظم الإطلالات.



### التيجان

خيار سهل ويتوافر بأشكال عديدة ومختلفة، وكذلك بأحجام متعددة، اختاريه ملائمًا لنوع ملابسك.



# الحزام... الإكسسوار الأكثر رواجاً

يعد الحزام أحد أهم الإكسسوارات التي تزين الملابس، لذا لا تغفلين عن اختيار الحزام المناسب لتغيير مظهر ملابسك بالكامل. ومن يراقب تشكيلات أهم الدور العالمية، يلاحظ أن الأحزمة، سواء كانت على الخصر أم تتوسط البطن، عريضة أم رفيعة، بسيطة التصميم أم مزخرفة، هي أحد الإكسسوارات الأكثر رواجاً لموسم 2019؛ لما تحملها من لمسات أنثوية راقية ومبتكرة. فالأحزمة بمختلف أشكالها وألوانها هي خيار لا بد منه لكل امرأة عصرية تعرف كيف تبرز أنوثتها، وكيف تتوج إطلالتها بأكسسوار بارز، من دون أن تقع في فخ المبالغة. إليك بالصور أحدث موديلات الأحزمة النسائية.



حزام بوتيجا فينيتا



حزام غوتشي



الحزام الحديدي



الحزام البني



حزام جلد النمر



حقيبة الحزام



### الكهرمان

هو عبارة مادة صمغية لونها برتقالي، تفرزها فصيلة من أشجار الصنوبريات المعمرة، التي يزيد عمرها عن ملايين السنين، وتنتشر هذه الأشجار في أوروبا الشمالية، وغالبًا ما تكون هناك حشرات متحجرة في حجر الكهرمان، ومن فوائده:

- تهدئة الجسم بفعل انبعاث الروائح العطرية منه عند ملامسته للجلد.
- يساعد على سحب الطاقة السلبية من الجسم ويخفف من القلق والتوتر والاكتئاب.
- جلب المال والثروة لمرتديه.
- تحقيق التوازن العاطفي ومداواة الألام العاطفية الناتجة عن فقدان وانتهاء العلاقات.

### الزفير

يعتبر الزفير من أكثر أربعة أحجار نفيسة في العالم، وهو من أكثر الأحجار المرغوب فيها لدى الملوك والأمراء، إذ كان يتم استخدامه على نطاق واسع في تزيين تاج وأدوات الملك، ويتوافر حجر الزفير في ألوان عدة تشمل الأزرق والبنفسجي والأخضر والأصفر والأسود وحتى الشفاف، ومن فوائده:

- قدرته على الحماية واكتساب الحكمة.
- فتح منظور العقل على الجمال وتحفيزه على الإبداع.
- تعزيز القدرة على التواصل والخروج من حالات الاكتئاب.
- التصدي للطاقة السلبية الصادرة من الأشخاص حولك.

### الأكوامارين

مسمى أكوامارين يعني باللغة اللاتينية "مياه البحر"، وتعود تسمية الحجر بهذا الاسم إلى لونه الشبيه بزرق مياه البحر، ومن فوائد ارتدائه:

- يحسن من الحالة البدنية ويزيد الطاقة في الجسم.
- يساعد على توازن الهرمونات في الجسم وتنظيم عمل الغدة الدرقية.
- يساعد في تنقية النفس؛ إذ إن الأكوامارين نقي بطبيعته.
- كان يستخدمه المصريون القدماء رمزا للحكمة.

## اختاري مجوهراتك حسب طاقتها المكنونة

منذ قديم الزمان عرف الإنسان الأحجار الكريمة، وربطها بمعتقدات عديدة مختلفة، استعملها استشفاء باختلافها واختلاف خصائصها، واستعملها في مسائل العلاقات الاجتماعية وغيرها مما سوف نتعرض له في هذا التقرير. علميًا، فإن الأحجار الكريمة تتكون من مادة السليكا مع بعض الشوائب المعدنية، ويختلف نوع الحجر الكريم باختلاف المادة المكونة مع السليكا، وهي موجودة في مناطق الطمي البركانية، أو في أعماق البحار وحتى على سطح الأرض. وتصنف الأحجار الكريمة حسب معايير عديدة، من حيث الصلابة مثلا أو درجة الجمال. وجاء ذكر بعض الأحجار الكريمة في القرآن الكريم في العديد من الآيات، حيث ورد ذكر اللؤلؤ في سورة الإنسان في قوله تعالى "وَيَطُوفُ عَلَيْهِمْ وِلْدَانٌ مُّخَلَّدُونَ إِذَا رَأَيْتَهُمْ حَسِبْتَهُمْ لُؤْلُؤًا مَّنثُورًا"، وجاء ذكر أحجار أخرى في قوله تعالى بسورة الرحمن "كَانَ هُنَّ الْيَاقُوتَ وَالْمَرْجَانُ".

### الدر النجفي

يعد حجر الدر النجفي من الأحجار شبه الكريمة التي تستخدم بنحو كبير في صناعة المجوهرات خصوصا الخواتم الرجالية، ويسمى حجر الدر النجفي بهذا الاسم نسبة إلى مكان استخراجه وهو مدينة النجف في العراق، ويتميز بلونه الأبيض الشفاف، ويطلق عليه علميًا الكوارتز الشفاف أو الكوارتز النقي، ومن مميزاته:

- يعرف بقدراته على علاج الأمراض وتحسين الحياة على أكثر من نحو.
- يزيد بهاء الجلد ويبيث الحيوية والنشاط.
- يحنن القلب ويجعله رحيما عطوفا سما كريما.
- يبدد الأفكار السلبية والحزن خصوصا مع النظر إليه.

### الجمشت

ذرات عنصر الحديد في شبكة الكوارتز الكريستالية منحت الجمشت لونه الأرجواني الساحر، ويسمى الجمشت بحجر الروح؛ إذ يبعث طاقة السلام الداخلي، ومن أبرز فوائده:

- الحماية من الطاقة السلبية.
- تصفية ذهن وهدوء العقل.
- زيادة القدرة على الإبداع.
- تحسين القدرة على التركيز.



### الفيروز

يعتبر الفيروز من أقدم الأحجار على الإطلاق، إذ استخدمه الفراعنة في حياتهم اليومية، واستخدمه الكهنة في طقوسهم لاعتقادهم بقدراته واتصاله بقوى عليا، كما استخدمه المحاربون لإضفاء شكل مميز على سيوفهم ودروعهم، ومن فوائده:

- يعمل كحارس للجسم ضد جميع الأمراض.
- الصفاء الذهني والحصول على الاستقرار العقلي.
- يقوي ويهدئ العقل والجسم.
- يحث هذا الحجر على تحقيق الذات ويرمز إلى الصداقة والحب غير المشروط.

## علاقة كل برج بحجره الكريم

**الحمل:** الألماس أكثر الأحجار المناسبة لمواليد هذا البرج، إذ إنهم دائمى السعي إلى تنمية وتحسين حياتهم ولا شيء يكبح طموحهم، فإن ارتداء الألماس يزيدهم طاقة وحيوية في السير لتحقيق طموحاتهم.

**الثور:** يعتبر الزمرد من أكثر الأنواع تناسبا مع مواليد هذا الشهر، إذ إنه يتناسب مع العواطف الدفينة له ويعزز من قوتها لذا فينصح بارتداء لتكون في أحسن الحالات العاطفية.

**الجوزاء:** يعتبر حجر اللؤلؤ من أكثر الأحجار تناسبا فهو يبعث عقب ارتداء مواليد هذا الشهر له على الهدوء وبث الطمأنينة.

**السرطان:** يعتبر حجر الياقوت أنسب حجر لأصحاب هذا البرج فهو يعمل على مساعدته في تنمية مشاعره وحمائتها.

**الأسد:** يعتبر حجر الزبرجد هو حجر هذا البرج فهو يقوي قدرته في فهم الأشخاص المحيطين به.

**العذراء:** يعتبر الياقوت هو الأنسب فهو يبعث القوة والذكاء لمواليد هذا البرج عند ارتدائه.

**الميزان:** يعتبر حجر العقيق هو الأنسب إذ إنه يبعث الطاقة الإيجابية ويساعد في كيفية التعامل مع البشر.

**العقرب:** يعتبر حجر التوباز هو الأفضل فهو يساعد أصحاب هذا البرج على التفهم الصحيح لمجريات الأمور.

**القوس:** يعتبر الفيروز هو الأفضل فهو يبعث على التفاؤل وزيادة النشاط والحيوية.

**الجدي:** الحجر الملائم هو العقيق الأحمر فهو يساعد من يرتديه من مواليد هذا البرج على تعديل سلوكه اليومي لتكملة حياته بأسلوب أفضل.

**الدلو:** يعتبر حجر الأرجوان من أنسب الأحجار، لذا فإن مواليد هذا البرج عند ارتدائه يحفظ إرادتهم العقلية والجسدية إضافة إلى المحافظة على الطاقة والنشاط.

**الحوت:** يعتبر حجر الزبرجد الأزرق مناسباً، فعند ارتداء مواليد هذا البرج له فإنه يمنح القوة ويعززها ويظهر حامله بشكل جميل خلاب.

### كيف يمكن المحافظة على الأحجار الكريمة؟

ينبغي المحافظة على الأحجار الكريمة بطرق خاصة ولكنها بسيطة، فيفضل تنظيف الأحجار كل أسبوع أو أسبوعين، وهناك طرق عدة من أهمها وضع الأحجار تحت ضوء القمر عند اكتماله (ما يسمى بأيام البيض)، ووضعه في ماء وملح بحر أيضا أو وضعه تحت ماء جارٍ، كما هناك بعض النصائح التي يفضل اتباعها مثل تجنب الأحجار الكريمة مصادر الحرارة المباشرة، ففي كثير من الأحيان تعمل الحرارة العالية المباشرة كالشمس على سلب اللون المشرق من بعض الأحجار، كما تكون بعض الأحجار حساسة للكيمياء والامونيا والمحاليل الحمضية وكذلك العطور بأنواعها والكريمات الدهنية والزيوت.



### الزمرد

يتميز الزمرد ببريقه الزجاجي ولونه الأخضر الرائع، ويعد من الأحجار الثمينة تاريخياً، وله العديد من الفوائد يذكر من أهمها:

- القدرة على حماية القلب وتنظيم ضغط الدم وتقليل الالتهابات ومنع العدوى.
- اللون الأخضر في الحجر يعمل على زيادة مستويات الطاقة وتعزيز تدفقها في الجسم.
- يساعد على الاسترخاء، والتخلص من القلق الناتج عن أجواء الحياة اليومية.
- يحقق التناغم بين الزوجين، ويجلب الحكمة لمن يرتديه.



### الياقوت

يشتهر الياقوت بلونه الأحمر المميز، ويوجد بألوان أخرى مثل البنفسجي والبنّي، ويتميز بقدراته على تهدئة النفس وتنشيط الجسم، ومن فوائده:

- يفيد المرضى الذين يعانون من الرهاب الاجتماعي ويعالج الأمراض العصبية مثل الهستيريا والجنون.
- يحسن النفسية عموماً ويزيد نسبة الذكاء لدى الشخص.
- يمنح مرتديه إطلالة بهية ويساهم في لفت الانتباه.
- فعال في حماية أنسجة الجسم وخلاياه من الضمور.

# مكياج الجليتر موضة خريف 2019

خلال الفترة الماضية انتشرت صيحة المكياج الجليتر بشكل كبير جدًا؛ كونها تناسب الإطلالات البسيطة والحفلات والسهرات. ويعد مكياج الجليتر من أدوات المكياج التي تُحقق إطلالة جذابة لجفون العين بطريقة لامعة مُلفتة، لاسيما في الحفلات الخاصة، وهناك العديد من أنواع الجليتر التي يُمكن اختيار أي منها حسب الرغبة، وجميعها من أنواع الظل اللامع التي يُمكن استعمالها لإطلالة طبيعية، وجميلة أو يُمكن وضعها لإضفاء اللمعان الرائع على المكياج.



## كيفية اختيار الجليتر المناسب لألوان العين

**العيون البنية:** تُناسبها ألوان الجليتر التي تُحدث تباينًا في لون العين مثل: الأخضر، والأزرق، ودرجات اللون البنفسجي.

**العيون الزرقاء:** يُناسبها ألوان الجليتر الدافئة مثل: الذهبي، والخوشي، والبني، والبرتقالي الداكن، والبرونزي.

**ألوان العيون الأخرى:** يُناسبها اللون الذهبي، والبني، والبرونزي.



## طريقة وضع الجليتر على العيون

- 1 ضعِي كريم الأساس على كامل وجهك، ثم ضعِي الكونسيلر حول عينيك.
  - 2 يمكنك اختيار ظلال العيون من نوع الجليتر على أن تتناسب وملابسك، وكنموذج للتطبيق سنعتمد اللونين الأزرق والبني. ضعِي ظل العيون الأزرق من نوع الجليتر على الجفن العلوي المتحرك كله.
  - 3 ضعِي كريم الأساس على كامل وجهك، ثم ضعِي الكونسيلر حول عينيك.
  - 4 يمكنك اختيار ظلال العيون من نوع الجليتر على أن يتناسب وملابسك، وكنموذج للتطبيق سنعتمد اللونين الأزرق والبني.
  - 5 ضعِي ظل العيون الأزرق من نوع الجليتر على الجفن العلوي المتحرك كله.
  - 6 ضعِي ظل العيون البني الداكن على طرف الجفن وعظمة الحاجب.
  - 7 امزجي بالفرشاة ظل العيون البني الداكن على بقية الجفن العلوي من الداخل.
  - 8 ضعِي القليل من ظل العيون البني الفاتح على طرف العين الخارجي وعظمة الحاجب بحيث يكون فوق ظل العيون البني الداكن.
  - 9 ضعِي ظل العيون الأبيض تحت الحاجب لإضاءة العين.
  - 10 ضعِي القليل من سائل تثبيت الغليتر الشفاف فوق الجفن لتثبيته.
  - 11 حددي الجفن العلوي للعين باستخدام الأيلاينر السائل.
  - 12 حددي الجفن السفلي من العين بقلم العيون الأزرق.
  - 13 ضعِي القليل من الكحل الأسود أو الأيلاينر الأسود لتحديد الجفن السفلي من الداخل.
- \* لا تنسي لمسة الماسكرا أخيرًا.





## خبيرة التغذية نغم نور الدين تكشف أسرار "الكيتو"

يروج دائماً أنه أكثر نظام يساعد على خسارة الوزن بوقت قياسي، ما السبب في ذلك؟

يخفف هذا النظام الوزن بسبب أن الشخص الذي يتبعه يحد من الطاقة التي تُؤخذ من الكربوهيدرات فيستخدم الجسم مخزونه من الدهون ويكسرها ويستخدمها كطاقة فينزل الوزن بشكل سريع. وإذا ما قارنا هذا النظام بنظام الهرم الغذائي المتكامل والمتوازن نجد أن الهدف على المدى الطويل هو نفسه.

ما آثاره الإيجابية، وبالمقابل ما آثاره السلبية؟

يكون الكيتو دايت إيجابياً لحالات معينة، مثلاً لمرضى الصرع الذين يحتاجون لهذا النمط الغذائي الذي يساعد على التقليل من نوبات التشنج. مع ذلك، فإن حالاته السلبية أكثر من إيجابياته؛ لأن هذا النظام قاسٍ كثيراً ويعتمد على الحرمان ما يؤدي إلى الفشل التلقائي.

من الأشخاص الذين يمكنهم اتباع هذا النظام؟

الأشخاص الذين لديهم الكثير من الشحوم على الكبد، ومتلازمة تكيس المبايض، إذ يمكن لهذا النظام أن يساعدهم إذا استمروا فيه مدى الحياة.

سمعة هذا الدايت سيئة تقريباً، هل هذا صحيح أم يتم تطبيقه بشكل خاطئ مثلًا؟

يكون نظام الكيتو سيئاً عندما يستخدم للحالات الخاطئة، أو بطريقة تفقر للمراجعة من قبل الطبيب المعالج واختصاصي التغذية الذي يرتب الجدول لهذا النظام.

ما الأعراض الجانبية التي يمكن أن تنتج عن اتباع هذا النظام؟

من الممكن أن تتأثر الكلى إذا كانت هناك مشاكل فيها فتضعف أكثر، ويمكن ألا يتم نزول الوزن أبداً بسبب التطبيق الخاطئ.

ما البدائل الصحية لهذا النظام؟

من المهم أن يتم استهلاك جميع الأصناف بنسب مناسبة وبشكل متوازن حسب الهرم الغذائي، والانتباه لنمط الحياة المتبع؛ ليبقى الفرد ضمن الوزن المناسب الصحي.

بالتأكيد فإن لهذا النظام أضراراً أكثر مقارنةً بفوائده في نزول الوزن السريع أو استخدامه كنظام لبعض الأمراض، فإن الشعور بالتعب والإرهاق عند اتباع الكيتو أمر لا مفر منه، إذ إن جسمك يحاول أن يتأقلم مع استخدام مصدر بديل للطاقة بصرف النظر عن الجلوكوز، هذا إضافة إلى رائحة النفس الكريهة، فهناك بعض المواد الكيميائية التي يتم إطلاقها عند تكسير الدهون، وهذا ما يسبب رائحة النفس.

كذلك فإن الألياف التي ستتخلى عنها عند بدء هذا النظام ستعود سلباً على حركة الأمعاء، ما سيؤدي إلى الإمساك، والإحساس المستمر بالجوع، وغيرها من الأضرار مثل حصول تشنجات في الساق، الجفاف وحصوات الكلى وغيرها.

ويمكن تجنب كل هذه الأعراض باتباع حمية غذائية متوازنة مع الحرص على متابعة طبيب التغذية والقيام بفحوصات ضرورية قبل أي نظام غذائي؛ لتحقيق الهدف المنشود بشكل صحي حتى ولو طال المدة.

فيما يلي لقاء بسيط عبارة عن أسئلة بإجابات مختصرة قمنا به مع اختصاصية وخبيرة التغذية نغم نور الدين بشأن "الكيتو"...

## ما هو "دايت الكيتو"؟

إن نمط الحياة الصحي مهم جداً لتفادي العديد من الأمراض والمضاعفات الناتجة عن الإخلال بالتوازن الغذائي سواءً بالزيادة أو النقصان، وبما أن السمنة أو الوزن الزائد يشكل هاجساً لمعظم النساء، فإنهن يبحثن عن الحلول التي تؤدي إلى نزول سريع جداً في الوزن، مثل الحبوب والأدوية التسويقية والأعشاب وأنظمة الدايت غير المتوازنة من دون تصريح من قبل الطبيب أو مراقبة للحالة، وغيرها من الحلول الغريبة، بغض النظر عن التأثير الصحي المعاكس الذي ينتج عن هذه الحلول. "دايت الكيتو" أو رجيم الكربوهيدرات المعروف بفعاليته في إنقاص الوزن بوقت قصير اكتسب شعبية في الآونة الأخيرة، ويقوم فقط على الابتعاد عن تناول النشويات مثل الأرز، المعكرونة، البطاطس، الفاصولياء والقمح والشعير، مع قائمة مفتوحة من اللحوم والأسماك والخضراوات والفواكه ومنتجات الألبان كاملة الدسم والدهون والزيوت.

أخيراً أصبحت صفحات الانترنت هي الطبيب، وأخذت المواقع الإلكترونية والوصفات الغذائية المعتمدة على هذا النظام محل اختصاصي التغذية، دون إدراك أن هذه الأنواع من الحميات تستلزم فحوصاً ومتابعة مستمرة من قبل الخبير قبل وأثناء اتباعها. وإذا ما تحدثنا بشكل علمي تفصيلي لهذا النوع من الحميات الغذائية وطريقة عملها على جسم الإنسان، فإنه يجب معرفة أن "فكرة الكيتو دايت هي أن تقلل الكربوهيدرات إلى أقصى درجة (أقل من 20 إلى 50 جراماً كربوهيدرات يومياً)، وبالتالي يعتمد الجسم على الدهون (من الطعام ومن الجسم) كمصدر للطاقة بدلاً من الجلوكوز، إذ يشاع أن انخفاض مستوى الأنسولين في الجسم يحفز على حرق الدهون، ويعتمد المخ على الجلوكوز بشكل أساسي للحصول على الطاقة، عندما تقطع الكربوهيدرات بشكل كبير، يبدأ كبدك في تكسير الدهون وتحويلها إلى كيتونات في الكبد، تنتقل هذه الكيتونات في الدم وتغذي المخ وباقي الخلايا (إذ إن الأحماض الدهنية لا تنتقل للمخ بسبب الحاجز الدموي)، ويكون جسمك وقتها في الحالة "الكيتوزية".



### المكونات

- باقة بقدونس
- باقة نعناع
- عصير 3 حبات ليمون
- ملعقة من برش الليمون
- ماء

# 1

### الخطوات

- وضع كمية مناسبة من الماء على النار إلى أن يغلي.
- إضافة المكونات إلى الماء.
- نزع الماء عن النار وترك المكونات فيه لمدة ساعتين.
- طحن المكونات في الخلاط الكهربائي وتصفيته من الماء.
- شرب كوبين من العصير صباحًا على معدة فارغة، وكوبين آخرين قبل النوم.



## عصيران يفقدانك نحو 6 كيلو غرامات خلال أسبوعين

هل ترغب بفقدان بعض الكيلوغرامات الزائدة ولا تملك الوقت الكافي لممارسة الرياضة أو الذهاب إلى النادي الرياضي بسبب ضيق الوقت أو ضغوطات العمل؟ لذا اخترنا لك وصفتين طبيعيتين لخسارة الوزن لا تتطلبان سوى دقائق لتحضيرهما.

### وخلال فترة شرب العصير يجب الحرص على:

اتباع نظام غذائي لا يتضمن أي مأكولات مقلية أو مأكولات تحتوي على الدهون. تناول الخضار المسلوقة والفاكهة الطازجة ومشروبات الألبان بكميات صغيرة.

### المكونات

- تفاحتان
- 300 جرام من الكرفس
- حبتا خيار
- 6 ورقات من خضار اللفت
- ملعقة صغيرة من الزنجبيل
- حبة ليمون

# 2

### الخطوات

- وضع المكونات في الخلاط الكهربائي وعصرها جيدًا كي يسهل شربها.
- شرب كوب منها 3 مرات في اليوم قبل تناول الطعام.



استبدال الأرز الأبيض بالأسمر لأنه يساعد على حرق الدهون في الجسم. تناول وجبات صغيرة بدلًا من تناول نحو 3 وجبات كبيرة. شرب ما لا يقل عن 8 أكواب من الماء يوميًا.

الطماطم من الخضروات المحببة للجميع، لكن عصير الطماطم له فائدة خاصة في فصل الشتاء؛ لأنه غني بحمض الفوليك والحديد وفيتامين (A,C)، وله فوائد عديدة في تعزيز جهاز المناعة ومقاومة أمراض كثيرة، مثل أمراض القلب وتنظيم حركة الأمعاء.

## عصير الطماطم

### المكونات

- حبتان من الطماطم كبيرتا الحجم
- سكر حسب الرغبة
- ملح حسب الرغبة

### الخطوات

- اختيار الطماطم الطازجة، ثم غسلها بالماء جيدًا.
- إزالة اللب وتقطيع حبات الطماطم إلى أرباع متساوية. وضع الطماطم في وعاء على النار، ثم هرسها جيدًا ليتكون العصير.
- ترك الطماطم المهروسة على النار حتى تغلي، وقد تستغرق عملية الغلي من 25 دقيقة إلى 30 دقيقة.
- وضع الملح والفلفل أو أي من المنكهات حسب الرغبة، وللتأكد من ضبط نكهة الملح والفلفل ويجب تذوق العصير.

يمكن إعداد عصير آخر بإضافة الكرفس والكرنب لعصير الطماطم، إذ يعتبر هذا الخليط مصدرا للعديد من المغذيات مثل المغنيسيوم والبوتاسيوم والحديد والأحماض الدهنية وفيتامين أي وسي وهذه العناصر تعزز من عمل الجهاز المناعي، ومقاومة الالتهابات والأمراض.

### الخطوات

- اخفقي المقادير في الخلاط الكهربائي ثم اسكبيها في كؤوس التقديم وقدميها.

### المكونات

- عصير الطماطم
- عودان من كرفس
- كوب من الكرنب المفروم
- 2 ملعقة صغيرة عصير ليمون
- ¼ ملعقة ملح
- ¼ ملعقة فلفل

يحتوي هذا الخليط الطبيعي على العديد من الفيتامينات مثل (C,A,B6) والبوتاسيوم وحمض الفوليك، التي تفيد في حماية الجسم من الأمراض المرتبطة بالشتاء مثل البرد والانفلونزا، كما أنه يكافح الالتهابات.

## عصير التفاح والجزر والبرتقال

### المكونات

- 3 حبات من الجزر المقشر والمبشور والمقطع
- حبتان من البرتقال المقشر والمقطع
- حبتان من التفاح المقشر والمقطع
- ¼ كأس من السكر
- ¼ كأس من مكعبات الثلج
- ¼ كأس من الماء البارد

### الخطوات

- ضعي الجزر، والبرتقال في الخلاط الكهربائي، والتفاح واخلطي جيدًا.
- أضيفي الماء البارد، والسكر، ومكعبات الثلج إلى الخليط واستمري في الخلط حتى يتكون لدينا عصير.
- ضعي العصير في كأس للتقديم، وقدميه باردًا.

ويمكن إعداد عصير آخر بالبرتقال والجريب فروت، إذ يعد البرتقال والجريب فروت (الليمون الهندي) مصدرين مهمين لفيتامين (C) الذي يكافح البرد والانفلونزا، ويعتبر من مضادات الأكسدة التي تحمي الجسم من الأمراض، كما أن نقص فيتامين (C) يمكن أن يؤدي إلى تأخر التئام الجروح وعدم القدرة على مكافحة الالتهابات بشكل فعال.

### المكونات

- برتقالتان
- حبة جريب فروت
- 8 مكعبات ثلج
- ملعقة طعام عسل

### الخطوات

- قومي بغسل الفاكهة وقطعيها إلى قطع مع التخلص من اللب الأبيض والبذور.
- ضعي قطع الفاكهة في الثلاجة لمدة نصف ساعة حتى تبرد.
- ضعي الفاكهة في الخلاط الكهربائي مع الثلج والعسل.
- قدميها مباشرة في كأس التقديم وزينيها بقطع من البرتقال.

## تغميسة الكراب والأرضية شوكة

## المكونات

- 3 أكواب سبانخ صغيرة
- كوب من أرضية شوكة مهروس
- علبة من الجبن الكريمي
- كوبان من الجبن المبشور
- علبة من الكراب المعبأ أو الطازج
- ½ كوب كريمه حامضة
- 8\1 ملعقة ملح
- 8\1 ملعقة فلفل أسود
- أنواع من البسكويت

## الخطوات

- ضعي نصف كوب من الماء في قدر على النار حتى الغليان، ثم أضيفي السبانخ وغطيه لمدة 3 إلى 4 دقائق أو حتى الذبلان.
- في قدر آخر ضعي باقي المكونات واتركيها على نار هادئة لمدة 2 - 3 ساعات.
- قدمي طبقك مع أنواع من البسكويت اللذيذ.



## تاكو السمك

## المكونات

- ½ كوب من الصلصة الخضراء
- 12 حبة من أصابع السمك المتلجة
- المكسيكية
- 36 قطعة تاكو صغيرة
- كوب من الجبن الكريمي
- 1½ كوب ملفوف ملون
- 3/4 كوب أفوكادو مقطع لمربعات
- 3/4 كوب طماطم مقطعة لمربعات
- ملح حسب الرغبة
- 2 ملعقة من عصير الليمون
- 2 ملعقة من العسل
- 2 ملعقة من الليمون الأخضر

## الخطوات

- ضعي الجبن الكريمي، الصلصة الخضراء، ملعقة من عصير الليمون، الكزبرة، العسل والملح في خلاطة حتى التجانس.
- أدخلي أصابع السمك في الفرن لمدة 10 دقائق، ثم أضيفي نصف كمية صلصة التاكو، أدخليها الفرن مرة أخرى لمدة دقيقتين ثم أضيفي باقي الصلصة عليها، وأدخليها الفرن حتى تنقرمش.
- صفي قطع التاكو في صينية التقديم.
- في وعاء أضيفي الملفوف، الأفوكادو والطماطم، غطيها بباقي عصير الليمون، نصف كوب من الصلصة المعدة سابقاً، واخلطيها.
- قطعي أصابع السمك إلى 3 قطع متساوية.
- ضعي الخلطة فوق خبز التاكو، ثم قطعة من السمك ثم ملعقة من الصلصة المعدة سابقاً.
- قدميها مع شرائح الليمون.



## أسيخ الريبان والبطاطا الحلوة

## المكونات

- حبتان من البطاطس الحلوة
- 2 ملعقة من زيت الزيتون
- ربع كوب زيت زيتون
- 2 ملعقة ونصف روزماري
- 2 ملعقة كبيرة من مسحوق الفلفل الأحمر
- 3 ملاعق كبيرة من عصير الليمون
- 12 حبة ريبان كبيرة مقشرة
- ¼ ملعقة صغيرة ملح
- ¼ ملعقة صغيرة فلفل أسود

## الخطوات

- سخني الفرن على حرارة 170 درجة مئوية.
- قطعي البطاطس إلى مربعات متوسطة الحجم، وبهريها بملعقتين من زيت الزيتون، روزماري، ونصف كمية مسحوق الفلفل الأحمر.
- ضعي البطاطس في إناء وأدخليها الفرن لمدة 20 دقيقة حتى تنضج.
- في وعاء آخر، ضعي عصير الليمون، والباقي من مسحوق الفلفل الأحمر وزيت الزيتون واخلطيها حتى التجانس، ثم أضيفي الريبان واخلطيها جيداً. ضعي الإناء في التلاجة لمدة 20 دقيقة.
- شكلي في الأعواد الخشبية حبة من الريبان وحبة من البطاطس الحلوة على التوالي، ثم رشها بالملح والفلفل الأسود.
- أشويها لمدة 3 - 4 دقائق حتى يصبح الريبان وردي اللون.



## محر البحر بالسبانخ

## المكونات

- 3 درزن من المحار
- حبة بصل مفرومة
- نصف كوب من الزبدة مقطعة
- نصف حزمة من السبانخ مقطعة
- كوب من الجبن الروماني
- 2 ملعقة من عصير الليمون
- 8\1 ملعقة صغيرة فلفل أسود
- كيلو من الملح الخشن

## الخطوات

- قشري المحار وضعيه في وعاء والجزء السفلي جانباً.
- في مقلاة، شوحي البصل في الزبدة حتى يتحمر، والسبانخ حتى يذبل وارفعيه عن النار.
- أضيفي إليه الجبنة، وعصير الليمون، والفلفل الأسود.
- غطي صينية الفرن بالملح، وصفي قشر المحار السفلي عليها.
- ضعي قطعة من المحار في القشرة ثم أضيفي خلطة السبانخ عليها.
- أدخلي الصينية في الفرن لمدة 6 - 8 دقائق وقدميه مباشرة.



# 4 طرق لإعداد السلمون

ينتمي سمك السلمون إلى عائلة السلمونيات، ومن أسماء السلمونيات المرقط، والشار، والجرابيلنج، والسمك الأبيض، ويعد شمال المحيط الأطلسي هو الموطن الأصلي للسلمون، وقد ولد السلمون في المياه العذبة قبل هجرته إلى المحيط، لكنه عاد إلى تلك المياه لغايات التكاثر.

يعد الأوميغا 3 أحد مكوناته الرئيسية؛ وبذلك فهو مصدر للدهون الصحية الخالية من الكوليسترول، كما أنه غني بفيتامينات أ، ب، د، والكالسيوم، والحديد، والفسفور، والسيلينيوم، ويتميز بقدرته على تقوية العظام، وزيادة القدرة العقلية خصوصاً لفئة الأطفال، الوقاية من الكثير من الأمراض.

## السلمون المشوي بالليمون والكزبرة

### المكونات

- 4 قطع فيليه السلمون
- ربع ملعقة صغيرة فلفل أسود
- نصف ملعقة صغيرة ملح
- ¼ كوب عصير الليمون
- ملعقتان كبيرتان من الصويا صوص
- ملعقة صغيرة من السكر
- ملعقة كبيرة (مفرومة) من الكزبرة الخضراء

### الخطوات

- سخني الفرن على حرارة 450 درجة.
- ضعي السلمون في طبق الفرن وتبليه بالملح والفلفل.
- ادخلي الطبق الفرن لمدة 10-15 دقيقة حتى ينضج.
- ارفعي السلمون من الطبق وضعيه في صحن التقديم.
- اخلطي الكزبرة والليمون والصويا والسكر في وعاء حتى تمتزج المكونات.
- صبي المزيج فوق السلمون المشوي وقدميه ساخناً إلى جانب الخضار المشوية أو السلطة حسب الرغبة.



## مجبوس السلمون

### المكونات

- كوبان من الأرز
- ملعقتان صغيرتان من الملح
- ¼ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
- ملعقة كبيرة من بهار السمك
- ملعقة صغيرة من الكزبرة الناعمة
- ملعقة صغيرة من الكمون
- ¼ ملعقة صغيرة من الكركم
- 4 قطع فيليه سلمون
- ¼ كوب من زيت النذرة
- بصلة كبيرة مفرومة فرماً ناعماً
- 3 فصوص ثوم مهروس
- حبتان كبيرتان من الطماطم المفروم
- 3 أكواب من الماء

### الخطوات

- اغسلي الأرز جيداً، وانقعيه في الماء دافئاً لنصف ساعة.
- اخلطي الملح مع الفلفل والبهارات بهري السلمون بثلاث الكمية.
- في قدر على النار ضعي ملعقة كبيرة من الزيت، وأضيفي السلمون.
- قلبيه على الجانبين إلى أن يصبح ذهبي اللون، ثم ضعيه جانباً.
- أضيفي بقية الزيت، والبصل والثوم وقلبيه حتى يصبح لونه ذهبياً غامقاً.
- أضيفي الطماطم للخليط، وقلبي لينضج قليلاً.
- أضيفي الأرز، وبقية البهارات، واخلطي الأرز ثم أضيفي الماء، ودعيه يغلي إلى أن يقل مستوى الماء قليلاً.
- ضعي السمك على سطح الأرز، غطي القدر واتركيه على نار هادئة لنحو نصف ساعة إلى أن ينضج.



## السلمون في الفرن

### المكونات

- 4 قطع ذات حجم متوسط من سمك السلمون الفيليه
- ملعقتان كبيرتان من زيت الزيتون
- فلفل أسود حسب الرغبة
- ملح حسب الرغبة
- ليمونة واحدة بحجم كبير
- ملعقة صغيرة من الزعتر المجفف
- أو حسب الرغبة
- بصلة واحدة كبيرة

### الخطوات

- ضعي سمك السلمون في صينية أو وعاء مناسب، وضعي الزعتر المجفف عليه وأضيفي الملح والفلفل حسب رغبتك.
- أضيفي زيت الزيتون، ومن ثم ضعيه في الفرن لنحو ساعتين.
- قطعي البصل والليمون إلى شرائح. شغلي الفرن على درجة حرارة 120 مئوية مسبقاً، وأضيفي البصل والليمون إلى السلمون وضعيها في صينية ومن ثم ضعيها بالفرن.
- دعي السلمون لينضج لمدة 12 دقيقة، ومن ثم أخرجه.



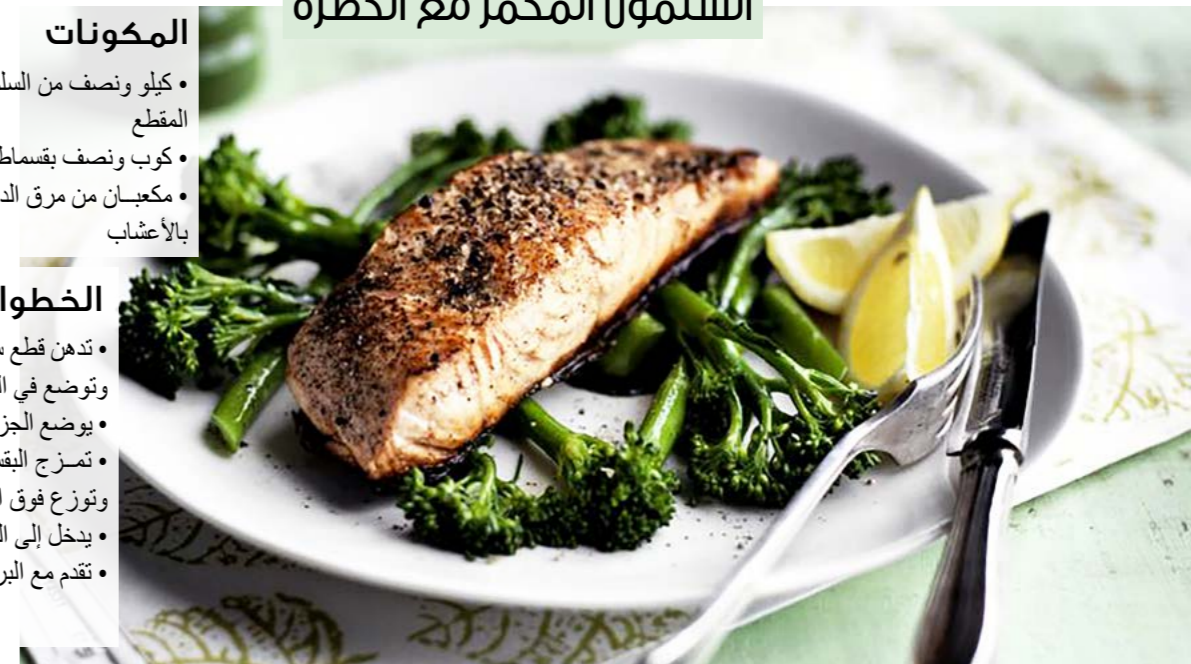
## السلمون المحمر مع الخضرة

### المكونات

- كيلو ونصف من السلمون المقطع
- كوب ونصف بقسماط
- مكعبان من مرق الدجاج بالأعشاب
- 3 حبات من الجزر
- ¼ كيلو لوبياء خضراء
- بروكولي

### الخطوات

- تدهن قطع سمك السلمون بالخردل والعسل وتوضع في الصينية التي ستدخل في الفرن.
- يوضع الجزر واللوبياء مع السمك في الصينية.
- تمزج البقسماط مع مكعبات مرق الدجاج وتوزع فوق السمك.
- يدخل إلى الفرن لمدة 20 دقيقة تقريباً.
- تقدم مع البروكولي المشوي حسب الرغبة.



## كعك كيك الزنجبيل بالجبنه

### المكونات

- 1½ كوب طحين
- ملعقتا طعام من الزنجبيل
- ملعقتان شاي القرفة
- ¼ ملعقة صغيرة جوزة الطيب
- ¼ ملعقة صغيرة قرنفل
- 1½ كوب زبدة
- كوب سكر
- ½ كوب من السكر البني
- 3 ملاعق كبيرة من العسل الأسود
- 4 بيضات، في درجة حرارة الغرفة
- 1½ ملعقة صغيرة من الفانيليا

### للتزيين

- 4 أكواب سكر بودرة
- 4 غرامات جبن كريم مخفوق
- ملعقة طعام قرفة
- 1½ ملعقة صغيرة فانيليا
- 2 إلى 4 ملاعق كبيرة زبدة

### الخطوات

- سخني الفرن إلى 350.
- في وعاء امزجي الدقيق والزنجبيل والقرفة وجوزة الطيب، والقرنفل ثم اتركها جانباً.
- في وعاء آخر، امزجي الجبن الكريمي والسكر الأبيض والبني، ثم أضيفي العسل، واخفقي جيداً. ثم يضاف البيض مع الاستمرار في الخفق. بعدها الفانيليا. وأضيفي خليط الدقيق تدريجياً حتى تمتزج جميع المكونات.
- املئي ¼ ورق الكعك كيك وأدخليها الفرن واخبزيها لنحو 25 دقيقة أو حتى ينضج.
- أخرجيها واتركيها لتبرد لمدة 10 دقائق.
- عندما يتم تبريد الكعك تماماً، قومي بإعداد كريمة التزيين.
- اخفقي الجبن (لنحو دقيقتين) وأضيفي له الفانيليا والقرفة إلى أن يصبح الخليط ناعماً وأضيفي تدريجياً سكر البودرة.
- قومي بتزيين الكعك كيك.

## تشيز كيك اللوتس

### المكونات

- 8 غرامات بسكويت لوتس
- 250 غراماً من جبن الكريم
- 200 مل كريما
- 60 غراماً سكر بودرة
- ¼ زبدة كوكيز من لوتس
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- مكسرات

### الخطوات

- ففتي 5 غرام من البسكويت بواسطة محضرة الطعام حتى تحصلي على خليط ناعم.
- اخلطي البسكويت المطحون والزبدة في وعاء متوسط الحجم ثم رصي الخليط في قالب متحرك القاعدة.
- ذوبي ربع كمية زبدة الكوكيز في الميكروف ثم اسكي المزيج على وجه البسكويت.
- أدخل القالب إلى الثلاجة لنحو 30 دقيقة حتى تجمد طبقة البسكويت.
- في وعاء الخلاط الكهربائي، اخفقي جبن الكريمة وسكر البودرة جيداً حتى تحصلي على مزيج متجانس.
- أضيفي نصف كمية زبدة الكوكيز مع الخفق المستمر حتى تتداخل المكونات.
- اخفقي الكريمة في وعاء صغير الحجم ثم أضيفيها إلى المكونات حتى تحصلي على مزيج كثيف.
- اطحني ما تبقى من البسكويت ثم زيديه إلى المزيج واخلطي حتى تتجانس المكونات.
- وزعي مزيج الكريمة فوق طبقة البسكويت في القالب ثم انثري المكسرات على الوجه.
- ذوبي ما تبقى من زبدة الكوكيز ثم اسكبيها على وجه القالب.
- أدخل القالب التشيز كيك إلى الثلاجة لنحو 4 ساعات على الأقل حتى يجمد قبل التقديم.





## ”موفنبيك البحرين” يكشف النقاب عن حلته الجديدة

تم الانتهاء من أعمال التجديد التي طال انتظارها بفندق موفنبيك البحرين، الذي يقع على بعد خطوات من مطار البحرين الدولي، حيث تم تجديد غرف وأجنحة الفندق والمرافق العامة والمطاعم وتزويده بجميع تسهيلات الراحة والرفاهية التي تمكن النزلاء من الاستمتاع بإقامتهم.

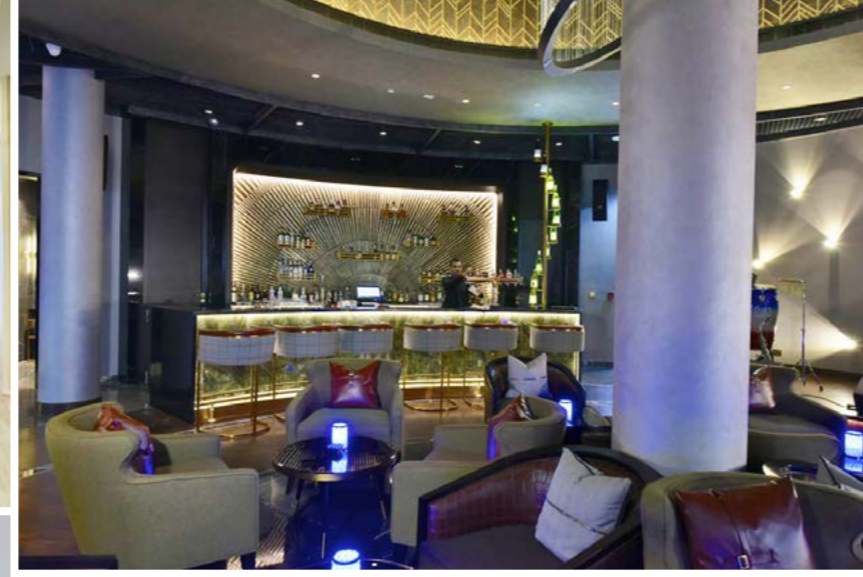
وشملت أعمال التجديد جميع مرافق ومطاعم الفندق ”سيلكس” و”جاليري لوبي” وأيضًا ترميم ”بار فلامينغو” الذي تم تغيير اسمه إلى ”زينيا بار ولاونج”. وتتمتع ردهة الفندق بإطلالة عصرية مع سقف زجاجي عال ونوافذ زجاجية مطلية على حمام السباحة والحديقة التي تشعرك بالراحة والفخامة. أما بالنسبة لمطعم سيلكس (Silks)، فقد تم زيادة مساحته، إذ أضيف ملحق محاط بنوافذ وسقف زجاجيين بينما تم إضافة مطبخ؛ لتقديم أطباق عالمية فاخرة توازي مظهر المطعم الجديد الذي يوحى بأناقة وفخامة بلمسة ذهبية مع إطلالة طبيعية على خليج عراد، يجعل منه المكان المثالي لتناول وجبات الغداء والعشاء. أما ”زينيا بار ولاونج” فيقدم ترفيهًا كل ليلة مع عزف الفرقة الموسيقية والذي جيه، وأيضًا تشكيلة متنوعة من الكوكتيلات العصرية وقائمة وجبات لذينة للزوار؛ لضمان ليلة مسلية.

هذا الفندق الأنيق هو واحة فاخرة للضيوف، مع 106 غرف إقامة على أحدث طراز ووسائل راحة مدروسة في بيئة ودية، وجميع الأثاث مصمم حصريًا لفندق موفنبيك البحرين.

صرح المدير العام لفندق موفنبيك البحرين باسكوالي بايجوارا بأن ”الفندق سيكون مكانًا جديدًا لجميع الضيوف للاستمتاع بمرافق أنيقة ومصممة بأجهزة حديثة تمنح الراحة للضيوف وسواءً كانوا هنا في البحرين بغرض العمل أو السياحة، فسيشعرون حتمًا بأنهم في منزلهم وسيضيف المظهر الجديد للفندق أكثر متعة مع لمسات من الأناقة والفخامة”.

يقع الفندق الأنيق على بعد دقيقتين في السيارة من مطار البحرين الدولي ويطل على خليج عراد. وإضافة إلى مطعمه الحائز على جوائز تقديرية، يتيح الفندق علاجات فريدة وفعالة في 12 غرفة مستقلة في منتجع رمال الصحي الفاخر، وكان موفنبيك البحرين قد حاز على جائزة سكايتراكس لأفضل فندق مطار في الشرق الأوسط في وقت سابق من هذا العام، وللمرة الثالثة على التوالي، وسيحتفل فندق موفنبيك البحرين بالمهرجان الأميركي ابتداءً من 13 أكتوبر ولغاية 15 نوفمبر 2019.





**موفنبيك البحرين يقدم الآن  
غرف إقامة عصرية ومرافق  
علمه أحدث طراز وأناقة  
للسائحين والمقيمين  
فيه المملكة التي تعمل  
علمه تحقيق الرفاهية  
والاستمتاع فيه المطاعم**

تتمتع مجموعة فنادق وممتلكات موفنبيك بأسلوب عصري في مجال الضيافة، حيث يتم الاهتمام بمبدأ "اللحظات الاستثنائية" مع إدراك أن اللمسات الصغيرة بإمكانها أن تصنع الفارق. لذلك تتم الأمور العادية بطرق غير تقليدية سواء من خلال ساعة الشوكولاتة بعد ظهر كل يوم، وتقنية النوم المخصصة لضمان ليلة مريحة، أو من خلال قوائم طعام الأطفال الممتعة والصحية، وتحرص فنادق وممتلكات موفنبيك على توفير الراحة لكل من نزلائها وشركائها وموظفيها. كما تلتزم بمسؤوليتها المجتمعية وتحقيق معايير الاستدامة، وهي من أكثر العلامات التجارية الفندقية المعتمدة لدى غرين غلوب حول العالم. تأسست فنادق وممتلكات موفنبيك في سويسرا العام 1973، ومن خلال تراثها الغني بالمأكولات والمشروبات المتنوعة منذ أربعينات القرن الماضي، تمتلك موفنبيك محفظة متنامية تضم أكثر من 80 فندقاً في 24 دولة، وتعتبر فنادق وممتلكات موفنبيك جزءاً من مجموعة AccorHotels، المجموعة الرائدة في قطاع الضيافة العالمية، التي تمتلك أكثر من 4500 فندق ومنتجع إلى جانب أكثر من 10000 منزل خاص حول العالم.



## البرازيل

تشتهر البرازيل في مجال السياحة العلاجية، حيث يزورها سنوياً آلاف السياح سعياً وراء مظهر جديد. وتنتشر في البرازيل عيادات نفسية لتأهيل المرضى بعد جراحاتهم التجميلية الجذرية. وفي البرازيل أيضاً عيادات تجميلية متخصصة للحيوانات الأليفة كذلك وبأسعار مغرية وتنافسية.

# 10 دول في السياحة العلاجية



يفضل كثيرون السفر إلى الخارج لعلاج مختلف الأمراض والعوارض الصحية، وحتى للتجميل مثلاً، أو الاستجمام في المنتجعات الصحية. فما أفضل الدول التي برزت في مجال السياحة العلاجية والتي تمتلك أفضل المنتجعات والمستشفيات وأحدث الأجهزة وأكفاً الكوادر؟ في هذا التقرير نقدم لكم أبرز 10 دول تشتهر بهذا الشأن، يمكنكم الاطلاع عليها ثم تحديد خياركم الأفضل منها.



## الهند

تهتم دول الشرق الأوسط خصوصاً دول الخليج ودول آسيا وأوروبا بالسفر إلى الهند لتلقي العلاج هناك؛ بسبب جودة المرافق وتطور مراكزها الطبية بالإضافة إلى انخفاض التكاليف، إذ عنيت الهند بعلاج أمراض العظام والقلب والعقم والأورام وزراعة الأعضاء أيضاً.

## تايلند

تعددت الأسباب لتكون تايلند ولازالت من أفضل الدول في مجال السياحة العلاجية خصوصاً؛ لاشتهارها بعمليات تخفيف الوزن وعلاج الأورام والقساوير القلبية، علاوة على ذلك المناظر الخلابة والمناخ السحري والتقدم الطبي وسهولة التعامل مع ذويها هناك وأيضاً لكون أسعارها تنافسية ما يستقطب إليها الزوار من كل أنحاء العالم لاسيما من دول الخليج العربي.



## تركيا

موقع تركيا الممتاز جعل الزوار يأتونها من دول آسيا وأوروبا وحتى الشرق الأوسط، فاشتهرت بجودة العلاجات المعنية بأمراض القلب والعظام وأيضاً طب العيون وعمليات الليزر، بالإضافة إلى وجود الأماكن السياحية القيمة فيها.

## تايوان

تايوان واحدة من أبرز المدن التي يقبل عليها السياح من جميع الدول، وتشتهر المدينة بتوافر العديد من المنتجعات الصحية ومراكز العلاج التي يقبل عليها كثير من الزوار لعلاج العديد من الأمراض الشائعة، فضلاً عن العديد من مراكز الاسترخاء وعلاج الاضطرابات العصبية. وتعتبر أيضاً من أهم أماكن السياحة الطبية خصوصاً للنساء ممن يهتمن بالتجميل، حيث كان لتايوان النصيب الأكبر في عمليات الشد والتجميل.





### هنغاريا

تعتبر هنغاريا الأولى في عيادات طب الأسنان التخصصية، حيث عنيت هذه العيادات بأن تقدم كل ما هو جديد ومتطور وخاص بمجال طب الأسنان، وإضافة إلى ذلك أيضا عنيت بحل مشكلات كبيرة بالأسنان عن طريق عمليات التجميل ومعظم زوارها من أوروبا.

### ألمانيا

اشتهرت ألمانيا باعتمادها على التقنيات الحديثة التي توّهلها إلى أحدث مراكز الأبحاث المتطورة لتجعلها أعرق دولة في التاريخ للمجال الطبي خصوصا في مجال العلاج الطبيعي وإعادة التأهيل، حتى أن ألمانيا تشتهر بتسميتها بمستشفى أوروبا.



### جنوب إفريقيا

تعد جنوب إفريقيا ملائمة للسائحون الذين يرغبون بإجراء جراحات مختلفة ثم قضاء فترة نقاهة جيدة بتكاليف أقل، والسبب أن سمعتها في مجال الجراحات المختلفة أصبحت معروفة عالميا، هذا إضافة إلى أن مدينة كيب تاون تعتبر من أبرز أماكن النقاهة التي تعقب الجراحات الخطيرة كعمليات القلب المفتوح وجراحات المخ والأعصاب.



### سنغافورة

عند الحديث عن السياحة العلاجية أو الطبية، تجد أن سنغافورة لا تزال بين أفضل الوجهات السياحية لهذا الغرض، فطبقاً لبعض الإحصاءات الخاصة بمؤشرات السياحة الطبية التي صدرت أخيراً، فإن سنغافورة تعتبر الدولة الأكثر جاذبية للسياحة العلاجية بين 7 دول آسيوية من حيث تجارب المرضى ورأيهم فيما تلقوه من خدمات. والدليل على ذلك أنها حصلت على المركز السادس عالميا في مجال السياحة الطبية، على الرغم من غلاء ثمن العلاج بها مقارنة مع غيرها من الدول الآسيوية.



### المكسيك

للمكسيك أهمية كبيرة بين الدول في العلاج بمجال البدانة وتجميل الأسنان، والسبب وراء ذلك انخفاض كلفة العلاج بها عند مقارنتها بالعلاج في الدول المجاورة الأخرى، الأمر الذي يدعو للسفر بسهولة إليها لتلقي العلاج وفي نفس الوقت قضاء أوقات ممتعة.





## جناحي: المشاركة البحرينية تواكب النمو بالبيئة التكنولوجية بالمملكة

وشدد جناحي، في تصريح له على هامش الافتتاح، على أهمية قطاع المعلومات والاتصالات في دعم النمو والتطور وزيادة الإنتاجية في الاقتصاد البحريني، وتسريع جهود التحول الرقمي، لافتاً في السياق ذاته إلى أهمية هذا القطاع في توفير فرص عمل نوعية للمواطنين، خصوصاً مع التوجه الكبير نحو تطبيقات الحوسبة السحابية والذكاء الاصطناعي وإنترنت الأشياء وغيرها، وهي مجالات يحرص "تمكين" فيها دائماً على بناء مهارات البحرينيين وتأهيلهم لمزاولةها.

وينظم أعمال هذا الجناح للعام الثالث عشر على التوالي كل من جمعية البحرين لشركات التقنية "بتك"، و"وورك سمارت" لتنظيم لتنظيم الفعاليات، وبشراكة إستراتيجية مع "تمكين". وتشارك الشركات البحرينية في الجناح الوطني البحريني في جيتكس جنبا إلى جنب مع 4800 شركة عارضة من 140 دولة، موزعة على مساحة المعرض التي تصل إلى 4.1 مليون قدم مربعة. من جانبه، أعرب رئيس مجلس إدارة جمعية "بتك" عبيدلي عبيدلي عن ارتياحه إزاء الشراكة المتطورة والنوعية، بل والتكامل بين جهات القطاع العام المعنية بتطوير صناعة المعلومات والاتصالات في البحرين من جهة، وشركات التقنية البحرينية في القطاع الخاص من جهة أخرى، والقطاع الأهلي ممثل في "بتك" من جهة ثالثة خلال مشاركته في فعالية جيتكس، مشيداً في هذا الإطار بالدعم المتواصل من قبل "تمكين" للجناح الوطني البحريني في جيتكس، الذي يعتبر أحد أهم عوامل استمراره وتطوره.



## بمشاركة 60 شركة متخصصة في تقنية المعلومات والاتصالات

## جناحي يفتتح أعمال الجناح الوطني البحريني بـ "جيتكس 2019"

افتتح الرئيس التنفيذي لصندوق العمل (تمكين) إبراهيم جناحي أعمال الجناح الوطني البحريني في معرض جيتكس 2019 بمشاركة 60 عارضا من شركات تقنية المعلومات والاتصالات البحرينية والشركات الناشئة. وأكد جناحي أن هذه المشاركة البحرينية في "جيتكس" تواكب النمو الملحوظ الذي تشهده البيئة المساندة للتكنولوجيا في البحرين، مدعومة بالعديد من العوامل من بينها القوانين والتشريعات المتقدمة في المملكة، وبيئة التشغيل منخفضة التكاليف، إضافة لوجود المواهب والكفاءات المؤهلة والمدربة في مجال تقنية المعلومات والاتصالات.



جنابيه يكرم الفائزين بجوائز البحرين  
للتقنية 2019

كرم الرئيس التنفيذي لصندوق العمل (تمكين) إبراهيم جناحي، الشركات البحرينية ورواد الأعمال الفائزين بجائزة البحرين لشركات التقنية في نسختها الثالثة، على هامش أعمال الجناح الوطني البحريني في "جيتكس". ويأتي تنظيم هذه الجائزة للعام الثالث على التوالي، وبشراكة استراتيجية مع "تمكين" وتنظيم من جمعية البحرين لشركات التقنية (بتك) وشركة "ورك سمارت" لتنظيم الفعاليات.

وشركات التقنية التي فازت بهذه الجائزة هي الأمثل، أطياف، دايم جلوبال، هيكسوجين، أي ورولد، كانو، مايكروسنتر، سرواني سيستم، إس إم إس كونتري، فيكالود، دمارس 360، مجرة، نورال تكنولوجيز، سينك، سبرينغرينغ، لبيبة، وعيادتي.

حضر حفل الإعلان عن الجائزة جمهور محلي وعالمي من صناع القرار في قطاع تقنية المعلومات والاتصالات والمسؤولين الحكوميين وأصحاب الشركات ورواد الأعمال والمشاركين في "جيتكس".

وقال جناحي "تؤكد التزامنا الدائم بدعم أهداف الاستدامة في تطوير القطاع على أسس راسخة وضمن أهداف محددة، من خلال مواكبة أبرز وأحدث التطورات والممارسات في شتى مجالات تقنية المعلومات والاتصالات، والحرص دائما على أن يكون الابتكار سمة من سمات المشاريع المشاركة في الجائزة". وأشاد جناحي بالسمعة المرموقة التي باتت تحظى بها هذه الجائزة بعد 3 سنوات من إطلاقها، ضمن مشاركة الجناح الوطني في معرض جيتكس السنوي، مشيرا إلى الدور الذي تمارسه في تشجيع الشركات ورواد الأعمال على ابتكار منتجات وخدمات تقنية تواكب مسيرة التحول الرقمي في البحرين.



## "البلاد" في "جيتكس 2019" ... حضور إعلامي مميز

شاركت صحيفة "البلاد"، بصفتها شريكا إعلاميا لجناح البحرين الوطني، في معرض جيتكس 2019 في دبي. وقال مدير إدارة المبيعات والتسويق بالصحيفة جاسم مشكور إن مشاركة "البلاد" شريكا إعلاميا لجناح البحرين الوطني في "جيتكس" وبالتعاون مع الجهة المنظمة "ورك سمارت" وجمعية البحرين لشركات التقنية "بتك" وبشراكة استراتيجية ودعم من صندوق العمل "تمكين"، تأتي ضمن خطط إدارة المبيعات والتسويق في العام الجاري 2019، التي تصب في الإستراتيجية الشاملة للصحيفة تحت شعار "البلاد لكل البلاد"، والتي وضعت بهدف تحقيق تطلعات مجلس الإدارة وبتوجيه من الرئيس التنفيذي أحمد البحر، إذ نسعى للحضور في أهم المعارض والمؤتمرات المحلية والإقليمية والاستثمار في الشراكات العالمية، بهدف تعريف المشاركين والزوار بالخدمات العالمية والإعلانية سواء أكانت المطبوعة منها أم الرقمية التي تقدمها "البلاد" والتي شهدت نموا استثنائيا في مبيعاتها بحسب تقرير "إبسوس 2018" مقارنة بالعام 2017. وأضاف مشكور: نأمل أن تكون مشاركتنا في مثل هذه المحافل للتعريف أكثر بالدور المؤثر في الساحة المحلية، حيث فاق عدد قراء "البلاد" 48 ألفا يوميا بنسبة 90% من القراء البحرينيين، ويعتبرونها مصدرا موثوقا للأخبار كما جاء في تقرير إبسوس.



وعقدت ورشة عمل من قبل المؤسسة الاجتماعية "ورشة" تحت عنوان "تعهدات للمساواة" بمشاركة 30 شركة من بينها زين البحرين، بنك ستاندرد تشاترترد والعديد من الشركات التي تعهدت بتوظيف مزيد من النساء وإلهامهن وتمكينهن في مكان العمل، وكذلك تصديق سياسات الموارد البشرية حتى تكون منصفة لكلا الجنسين وسد الفجوات وما إلى ذلك. واختتم اليوم بتجربة فعالة ومثمرة من خلال فعالية "التواصل السريع" تحت إشراف وتنظيم "المجلس"، وهو أول تطبيق بحريني يسعى لبناء العلاقات التجارية وتوسيع حلقة الوصل بين رواد الأعمال.

كما صرحت الرئيسة التنفيذية لشركة أوبي أند هيل وفاء العبيدات عن هذه المبادرة قائلةً "نحن فخورون بأننا قمنا بقيادة وتنظيم هذه المبادرة حتى نلهم ونشجع الحضور على زراعة حب الذات بأنفسهم وليكونوا دائماً طموحين لبناء الوظيفة التي تتناسب مع شغفهم". وقام أكثر من 150 من القادة المؤثرين بمشاركة نجاحاتهم وشغفهم وابتكاراتهم وحماسهم لأكثر من 2000 مندوب حول الإقليم العربي والعالم. كما ضمت الفعالية 53 دورات تعليمية وحلقات نقاشية و10 سيدات تم اختيارهن في مجال التكنولوجيا وقمن بعرض أفكار أعمالهن، وأيضاً 50 جلسة توجيهية خلقت فرصاً جديدة للتعاون والشراكات.

وحصلت الفعالية هذا العام على دعم من طيران الخليج وديسناج البحرين وجست كلين ووزارة الصناعة والتجارة والسياحة ووزارة شؤون الشباب والرياضة وشركة إليزيان وأي بي أم تيرمنزل وبنك أي بي سي ويورو موتورز جاور لاند كروزز البحرين وبي ام ام أي وعرب اركينكتس وزين البحرين والكوهجي سستم. كما شارك نحو 40 شريكاً في دعم الفعالية عبر توفير العروض والمنتجات لحقيبة الهدايا، إضافة إلى 25 شريكا إعلامياً محلياً ودولياً.

وأتاحت كل تذكرة للحضور إمكان الوصول إلى أكثر من 50 جلسة من حلقات العمل وورش العمل التفاعلية والمناقشات الرئيسية ومسابقة الـ Power Pitch التي أقيمت بين 10 مشاركات في المجال المذكور أعلاه وكذلك فرص الإرشاد لرواد الأعمال والمجموعات المرتكزة في مجال الصناعة وفرص حصريّة للتواصل وإمكان توليد فرص للحصول على زبائن محتملين وبرامج مساندة لمدة يومين وحقيبة هدايا (مع العديد من العلامات التجارية الشريكة) إضافة إلى وجبتي الإفطار والغداء والقهوة طوال اليومين.



## قصص نجاح ملهمة تتوسط المسرح

أطلقت شركة أوبي أند هيل الرائدة في مجال التصميم والعلاقات العامة النسخة الثانية من مبادراتها المستمرة للتواصل مع رواد الأعمال والشركات والطلبة في 13 أكتوبر الماضي في فندق سوفتيل البحرين بمنطقة الزلاق، وتمكنت من مواصلة ذلك بنجاح في يوم 14 أكتوبر التالي. وأقيمت الفعالية تحت رعاية وزير شؤون الشباب والرياضة أيمن المؤيد.

وهدفت الفعالية هذا العام إلى طرح الفرص الاستثمارية وفتح مجال للشراكة والتضامن ما بين رائدات الأعمال الملهمات والمستثمرتين. وتنص رؤية الفعالية على تمكين الحضور وتقديم فرصة للتواصل وتبادل المعرفة، وتتيح لهم مجالات واسعة للتفكير والابتكار الإبداعي عبر إبراز طاقاتهم نحو التغيير الإيجابي. وتمحور برنامج هذا العام حول النساء بمجال قيادة الأعمال في إطار العمل الملهم والقيادة نحو التغيير، حيث توسط المسرح عدد شاسع من النساء الرائدات والملهمات في مجالات عدة، واللاتي قمن بدورهن في نشر الإلهام ومشاركة تجاربهن والتناقص في مختلف المواضيع المتميزة، وتم ذلك بحضور ودعم عدد من القادة الذكور.

وكان هناك بعض من الورش الرئيسية والملهمة في اليوم الثاني للفعالية، أولها "تدوير رؤوس المستثمرتين" التي طرحت طرقاً فعالة لتغيير أفكار العمل لجذب المستثمرين، "واجهها كمحارب" التي تناولت رحلة وتحديات مكافحة سرطان الثدي والبقاء على قيد الحياة، "أنا أستطيع بشكل مختلف" التي أدركت الجهود الهائلة التي بذلتها الشابات البحرينيات، الرياضيات المُعدّات لشق طريقهن للنجاح، "المرأة في القيادة" التي ترأسها العنود الشارخ التي مُنحت وسام الاستحقاق الوطني بمرتبة فارس بمرسوم رئاسي من الجمهورية الفرنسية لعملها البحثي في حقوق الإنسان والمرأة والعديد من المناقشات الغنية.







## إقامة النسخة الأولى من "مؤتمر البحرين الأول لطب الطوارئ"

تحت رعاية كريمة من رئيس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير خليفة بن سلمان آل خليفة، وبتنظيم من جمعية الأطباء البحرينية ورابطة الطوارئ البحرينية، أقيم مؤتمر طب الطوارئ بنسخته الأولى في فندق الخليج بمشاركة أكثر من 500 طبيب واختصاصي طوارئ من البحرين وخارجها، و52 متحدثاً بحرينياً وخليجياً إضافة إلى خبراء عالميين من الولايات المتحدة الأميركية، فرنسا، كندا وبلجيكا جلسات المؤتمر (6 محاور رئيسية أبرزها الإصابات والحوادث، وطوارئ أمراض القلب، والإنعاش، وطب الطوارئ العام، والبحث العلمي إضافة إلى محور خاص بطوارئ الأطفال. وناقش المؤتمر كيفية التعامل مع الازدحام في أقسام الطوارئ وإيجاد حلول فعالة قدمها عدد من الاستشاريين المتخصصين في طب الطوارئ من البحرين وخارجها.





## افتتاح أول حاضنة طبية علمية مستوى البحرين والخليج

برعاية من رئيسة مجلس النواب فوزية زينل، وبحضور وزيرة الصحة فائقة الصالح، والرئيس الفخري لجمعية البحرين لتنمية المؤسسات والصغيرة فاروق المؤيد والنائب أحمد السلوم رئيس الجمعية، افتتحت في منطقة السلمانية أول حاضنة طبية على مستوى البحرين ودول الخليج، والتي توفر عيادات لتخصصات مختلفة ومجهزة بأحدث المعدات تسع أكثر من 54 طبيباً.

وفي تصريح له، قال المؤيد "اليوم نحن فخورون باستكمال مسيرة دعم المؤسسات الصغيرة من خلال الولوج إلى قطاع آخر من القطاعات الاقتصادية وهو القطاع الطبي، وهذه الفكرة الرائدة ستوفر العيادات لعدد كبير من الأطباء والاستشاريين الذين يقضون فترة للعمل داخل المستشفيات الحكومية ثم ينطلقون إلى أعمالهم الخاصة، وسيكون هذا المركز بمثابة حاضنة لأعمالهم لمدة عام أو اثنين على الأكثر من خلال عيادات خاصة مجهزة تتوافق مع اشتراطات وزارات الصحة والبلديات والبيئة وغيرها، هدفها أن توفر عليهم بعض التكاليف، ومن ثم ينطلقون منها لتأسيس عياداتهم أو مستشفياتهم الخاصة!"



## بورشه البحرين تطرح كايين كوبيه

كشفت مركز بورشه البحرين، عن طراز بورشه الجديد كايين كوبيه الجديدة في حفل كبير، لتنضم إلى عائلة كايين بعد خروجها بتصميم لافت وتكنولوجيا رائعة. وجُهزت كايين كوبيه الجديدة، التي طُرحت ضمن فعالية نظمها شركة بهيئاني للسيارات - الكويت، في مركز بورشه الكويت، بنفس المواصفات الفنية الموجودة في الجيل الثالث من سيارات كايين، بينما تتفرد بأبعادها الدقيقة وسقفها الانسيابي، ما يعزز ملامحها الرياضية.



## لكزس البحرين تطلق طرازيه RX وGX 2020

أعلنت شركة إبراهيم خليل كانو، الوكيل الحصري لسيارات لكزس في مملكة البحرين، عن إطلاقها لكزس GX وRX 2020، في معرضها بسترة. وحصل هذان الطرازان على عدد من التحديثات التصميمية الداخلية والخارجية، ساهمت في منح مظهرها الخارجي لمسة عصرية أنيقة وتحسين أداء أجزائها الوظيفية بحيث تتجاوز توقعات العملاء الذين يبحثون عن التميز. وفي حديث له، قال المدير الأول لتسويق لكزس في شركة إبراهيم خليل كانو، أيمن شحادة "لطالما حظي كل من لكزس RX وGX بشعبية كبيرة في السوق البحرينية ضمن فئة السيارات الرياضية متعددة الاستعمالات ذات التصميم الفخم، ولهذا فإنه ليسعدنا الإعلان عن إطلاق النسخة الجديدة 2020 من هذين الموديلين. يجسد التصميم الجديد لهذين الموديلين حرص علامة لكزس المتواصل على توفير تجربة قيادة مذهلة لساكني السيارة والركاب على حد سواء، من خلال تطوير موديلات تتميز بأناقة هيكلها الخارجي وسلاسة أدائها وتصميمها الابتكاري".



## بعد 17 سنة من توقف الطراز... "كانو" تطرح "GR Supra الجديدة كلياً"

في معرضها بسترة، أطلقت شركة إبراهيم خليل كانو الجيل الخامس من سيارة تويوتا GR Supra. وتعد عودة هذه السيارة الأسطورية التي طال انتظارها مصدر حماس وإلهام للعديد من محبيها، من خلال تصميمها المميز، وأدائها الاستثنائي، وتوفيرها تجربة قيادة شيقية.

وتوقع المدير العام التنفيذي للمبيعات في الشركة إسماعيل أكبر أن السيارة الرياضية سوبرا سيكون لها حصة كبيرة في سوق السيارات الرياضية؛ بسبب عدم طرح أي فئة جديدة منها لمدة 17 سنة لأسباب ترجع لسياسة المصنع.



## ”بهبهاني“ تفتتح معرض سيارات ”سكودا“

بحضور السفير الألماني بالمملكة كاي بوكمان، افتتحت شركة بهبهاني وإخوانه معرض سيارات سكودا الجديد بمملكة البحرين في منطقة سترة، ليوفر لزبائن سكودا الحاليين والجدد فرصة التجربة الأولى للعلامة التجارية سكودا. وتم الافتتاح بمعوية المديرين التنفيذيين عبدالمجيد شيرازي وعبدالغني بهبهاني، والمدير العام للمجموعة ستيفن هيل، إضافة إلى وجود مجموعة من الضيوف من ضمنهم زبائن سكودا، ممثلو الصحافة والإدارة العليا لشركة بهبهاني وإخوانه. وقامت سكودا، شركة صناعة السيارات التشيكية، بتعيين شركة بهبهاني وإخوانه الموزع الرسمي لسيارات سكودا في البحرين هذا العام، لتوفير خدمات البيع وما بعد البيع في المملكة. ويمثل هذا التعيين معلما آخر ضمن إنجازات ونمو شركة بهبهاني وإخوانه في المملكة، وبشكل بداية مرحلة جديدة لسكودا في البحرين.





## “سك للتأمين” تنظم حملتها التوعوية للوقاية من سرطان الثدي

ساهمت شركة سنك للتأمين بفعالية اليوم الوردى في 9 و10 أكتوبر 2019؛ سعياً لزيادة الوعي والكشف المبكر عن سرطان الثدي وكيفية الوقاية منه، وتم ذلك بالتعاون مع مستشفى الكندي وإدارة برج المؤيد وشركة وجوه. وخلال هذه الفعالية تم تقديم أكثر من 200 فحص واستشارة مجاناً من قبل عدد من الأطباء المتخصصين في هذا المجال واختصاصيي التغذية المهنية؛ لتوسيع نطاق الوقاية من الإصابة بهذا المرض.



## الوكالة التجارية العالمية للسيارات تطلق “مازدا 3” الجديدة كلياً

كشفت شركة الوكالة التجارية العالمية للسيارات (IMTA) الستار عن آخر موديلات سيارات مازدا في مملكة البحرين “مازدا 3”. وأكدت الشركة أنه يمكن للجمهور الاطلاع عن كثب على سيارة “مازدا 3” الجديدة، إذ سيتم عرض السيارة في معارض مازدا في منطقتي سترة وتوبلي.

وبهذه المناسبة، علقت رئيس شركة الوكالة التجارية العالمية للسيارات (IMTA) سوزان سلمان كاتو قائلة “إن إطلاق مازدا 3 الجديدة كلياً اليوم يعد بمثابة بداية عصر جديد لمازدا”.

من جانبه، صرح نائب رئيس شركة الوكالة التجارية العالمية للسيارات (IMTA) كي إن سينغ قائلاً “سيعزز الجيل القادم من سيارات مازدا من قيمة تجربة امتلاك سيارة، إذ نسعى دائماً لزيادة قيمة علامة مازدا التجارية ونعمل على تحقيق هدفنا المتمثل في بناء روابط قوية مع العملاء في جميع أنحاء المملكة”.



## “دمى اليابان” وحكاياتها في المتحف الوطني

افتتحت هيئة البحرين للثقافة والآثار، الأحد، معرض “دمى اليابان” بالتعاون مع السفارة اليابانية لدى البحرين، في متحف البحرين الوطني بحضور وكيل وزارة الخارجية الشيخة رنا بنت عيسى آل خليفة، والمدير العام للثقافة والفنون بهيئة الثقافة الشيخة هلا بنت محمد آل خليفة، والسفير الياباني لدى البحرين هيديكي إيتو، إضافة إلى شخصيات دبلوماسية وعدد من المهتمين بالشأن الثقافي.

وأشادت الشيخة هلا بنت محمد آل خليفة بالحضور الثقافي الياباني المستمر في الحراك الحضاري في البحرين، شاكرة سفارة اليابان على تعاونها الدائم وحرصها على تقريب المسافات بين البلدين الصديقين. وأوضحت أن المعرض يقدم لمواطني ومقيمي وزوار البحرين فرصة للاطلاع على الثقافة اليابانية من زاوية مغايرة بما يعزز الانفتاح الحضاري الذي تعيشه المملكة هذه الأيام.

فيما توجه السفير الياباني بالشكر لهيئة البحرين للثقافة والآثار، خصوصاً رئيستها الشيخة مي بنت محمد آل خليفة، وإدارة الثقافة والفنون ممثلة بالشيخة هلا بنت محمد، على جهود استضافة معرض دمي اليابان، منوهاً إلى أن المعارض الثقافية أداة مهمة في تقريب المسافات بين الحضارات.



## “البحرين الوطني” يطلق “RISE” لصنع القادة

احتفل البنك بتدشين برنامج خاص وفريد من نوعه للتدريب الداخلي والمهني، صممه البنك خصيصاً من أجل إبراز وصقل القدرات القيادية ذات الأداء الاستثنائي وجعلها محركاً أساساً لتنفيذ إستراتيجية البنك وقيادته نحو مستقبل القطاع المصرفي.

تحت عنوان "RISE"، انطلقت المبادرة الرائدة بالتماسي مع التزام البنك بالاستثمار في التطوير المهني والتنمية الاحترافية لموظفيه؛ سعياً لإطلاق إمكاناتهم الكامنة ورفع مستوى طاقاتهم ومهاراتهم من أجل تهيئتهم لتولي مواقع قيادية بما يتلاءم مع تطورات القطاع في المستقبل.

وتم إطلاق البرنامج بأول دفعة من المتدربين تم اختيارهم من بين أكثر من 60 مرشحاً، بعد عقد سلسلة من الاختبارات التقييمية والاختبارات الشخصية والكفاءة المهنية، تلتها مقابلات شخصية أجرتها لجنة من المقيمين تضمنت أفراداً من الإدارة التنفيذية للبنك. وتأهل 21 مرشحاً يمثلون شريحة متنوعة من مختلف أقسام ومستويات البنك، ممن سيتلقون تدريباً مكثفاً وجلسات توجيهية وفرصة التعرف على مشاريع واقعية تمثل إستراتيجية البنك، وستساعدهم هذه التجربة المميزة في تسريع نموهم الوظيفي ليصبحوا مؤهلين لتقلد المناصب التنفيذية.

وقال الرئيس التنفيذي لدى بنك البحرين الوطني جان دوراند "نحن في بنك البحرين الوطني نحرض على رصد الكفاءات والمواهب وتطويرها والنهوض بها انطلاقاً من إيماننا بأن جميع موظفينا على قدر عالٍ من المهارة والقدرة، وبفضل ذلك اكتسبنا نخبة من أفضل الخبرات وأكثرها تميزاً في هذا القطاع".

وأكدت الرئيس التنفيذي للموارد البشرية بالبنك دانة بوجحي "صممتنا برنامج RISE خصيصاً لتلبية الاحتياجات الاستراتيجية للبنك من القادة ذوي الكفاءات المتميزة، إذ ستكون لهم مساهمة كبيرة في دفع البنك للأمام فضلاً عن تحسين القطاع المصرفي بصورة شاملة".





## “الدبلوماسية راديسون بلو” يقيم أمسية المأكولات البحرية

أعلن مطعم "أوليفوس" الذي يقع في فندق الدبلوماسية راديسون بلو ريزيدنس أند سبا، عن إطلاق أمسية المأكولات البحرية "ملكة بوسيدون" كل يوم اثنين، والتي تتضمن بوفيه المأكولات البحرية الزاخر بمجموعة متنوعة من الأطباق العالمية. يمكن للضيوف الاستمتاع بمجموعة مختارة غير محدودة من المأكولات البحرية الطازجة، إذ يشتمل بوفيه المأكولات البحرية على تشكيلة من الأطعمة البحرية المشوية بما في ذلك الكركند والقريدس الروبيان والكلماري وسمك السلمون والهامور والمحار إضافة إلى تشكيلة مختارة من السوشي والساشيمي والمقبلات والسلطات المتنوعة. تتوافر ليلة المأكولات البحرية كل يوم إثنين، ابتداء من 21 أكتوبر، من الساعة 6:00 مساءً وحتى الساعة 10:00 مساءً.



## “قرع الجرس”... فعالية لتثقيف وحماية المستثمر

كجزء من مشاركتها في فعالية الأسبوع العالمي للمستثمر الذي تنظمه المنظمة الدولية لهيئات أسواق المال (IOSCO) واتحاد البورصات العالمية (WFE)، استضافت بورصة البحرين فعالية قرع الجرس؛ بهدف نشر الثقافة المالية. وقام الرئيس التنفيذي للبورصة الشيخ خليفة بن إبراهيم آل خليفة بقرع جرس بداية التداول بحضور محافظ مصرف البحرين المركزي رشيد المعراج إلى جانب عدد من كبار المسؤولين من مختلف الجهات ذات الصلة.



## “أدارا للتدريب” يفتتح أبوابه فيه برج اليوناييتد

افتتح معهد أدارا للتدريب أبوابه برعاية مدير إدارة البرامج الاجتماعية وشؤون المجتمع الشيخ عيسى بن علي، نيابة عن محافظ العاصمة الشيخ هشام بن عبدالرحمن آل خليفة. يقع المركز في الطابق 40 في برج اليوناييتد في وسط خليج البحرين، حيث تشمل مرافقه غرفاً صفية واسعة، وغرف سبأ، ومنطقة لاستراحة الطلبة وكل ذلك مزود بأحدث المعدات والتجهيزات. توفر برامج أدارا الإعداد اللازم لسوق العمل في هذا العصر لما تقدمه من معلومات قيمة وتركيز دقيق على جميع التفاصيل على أيدي أساتذة فرنسين وبحرينيين متمرسين ذوي كفاءة عالية. وفور استلام الشهادة من أدارا تصبح فرص العمل بلا حدود حول العالم بما أن الشهادات دولية معترف بها عالمياً. كما يسعى مركز أدارا لتجهيز اختصاصيات محترفات وشغوفات في مجال الصحة، الجمال والسبأ.



## “المؤيد للمقاولات” تفتتح “ديزاينرز جاليري”

افتتح رئيس مجلس الإدارة لمجموعة المؤيد للمقاولات فاروق المؤيد شركة ديزاينرز جاليري المختصة في مجال تجارة الأثاث المنزلي، مواد البناء والمواد الإنشائية ولوازمها معرضها في منطقة طشان. ويتضمن هذا المعرض أشهر العلامات التجارية في هذا المجال كسانون، جاكوار وولد، سبرنج وول، سيفريه، دبلومات، غروهي، وشركات أخرى.

جرى الافتتاح بحضور المدير التنفيذي لمجموعة المؤيد للمقاولات هلا فاروق المؤيد، إضافة إلى أعضاء مجلس الإدارة بشركة يوسف خليل المؤيد وأولاده وعدد من المديرين والموظفين، إضافة إلى عدد من التجار البارزين، ولفيف من رجال الإعلام والزبائن. وتفتخر مجموعة المؤيد للمقاولات بتمكّنها من تقديم أفضل الخدمات والمبتكرات إلى زبانتها على الدوام وإن هذه القفزة النوعية على صعيد ما تقدمه الشركة من خدمات ستعزز مكانتها في السوق البحرينية.



## معرض الجمال البحريني الاندونيسي

تحت رعاية وكيل وزارة الخارجية الشقيقة رنا بنت عيسى آل خليفة، وبالتعاون مع السفارة الإندونيسية، أقامت جمعية الصداقة والأعمال البحرينية الإندونيسية معرض الجمال البحريني الإندونيسي في فندق الدبلومات، والذي يهدف إلى خلق فرص للالتقاء بين مصممين عالميين إندونيسيين ومصممين بحرينيين وفتح آفاق أوسع للتبادل التجاري والانفتاح على كلا السوقين، إضافة إلى التعريف بالثقافة الإندونيسية وصناعة الجمال والأزياء وآخر التقنيات المستخدمة في هذا المجال واستقطاب استثمارات إندونيسية لدعم القطاع الاقتصادي في المملكة.



## حملة توعية بسرطان الثدي ضمن برنامج "كايزن" لخدمة المجتمع

بحضور أكثر من 20 منشأة صحية تم أخيراً تدشين فعالية كايزن للتوعية بسرطان الثدي بالشراكة مع جمعية "Think pink" في مجمع السيف بمنطقة عراد. وتأتي الفعالية تحت رعاية استشاري الأورام فريد خليفة وبحضور العديد من المراكز الطبية والمستشفيات والنوادي الصحية إلى جانب صالونات التجميل والكوادر الصحية والمتطوعين من فريق سحابة أمل التطوعي.

وتضمنت الفعالية فحوصات طبية ومحاضرات تثقيفية وجوائز للحضور من الصغار والكبار، إلى جانب برنامج تمارين رياضة وكلمة لراعي الحفل ومديرة التمريض المتخصصة بمركز الأورام بمجمع السلمانية الطبي سابقاً والمتطوعة في مجال مساعدة مرضى السرطان شهز لان فضل، والمدير العام لشركة كايزن يارا العيسى. وجاءت كلماتهم في إطار ضرورة تعزيز الوعي وخلق الشراكات في توعية المجتمع بالأمراض خصوصاً مرض سرطان الثدي.

وفي تصريح لاختصاصية إدارة المؤسسات الطبية في "كايزن" فاطمة ناصر قالت "تأتي هذه الفعالية إيماناً منا بدورنا في خدمة المجتمع، ولحرصنا على تقديم نشاطات دورية لتوعية الناس بأهمية الفحص المبكر والوقاية وطرق الحياة الصحية التي تسهم بشكل كبير في حمايتنا من هذه الأمراض"، وأضافت "سعداء جداً بما وجدناه من تفاعل من مختلف الأطراف بما يمثل رسالة قوية بأن شركائنا هي التي ستحدث التغيير في وعي المجتمع".



MODA MALL BAHRAIN WORLD TRADE CENTER + 00973 13320000  
SAKS FIFTH AVENUE BAHRAIN CITY CENTRE LEVEL 2 + 00973 17172000  
BOTTEGAVENETA.COM

# BOTTEGA VENETA



## بالشراكة مع "سيسكود للتكنولوجيا" "بيجاسوس العقارية" تطبق أحدث أنظمة إدارة العقارات بالبحرين

لعملائنا أفضل الخدمات التي تحقق طموحاتهم، إذ يمكنهم شراء وبيع العقارات الفخمة كما سيمكننا ذلك من إدارة أي نوع من أنواع العقارات بعناية شخصية مميزة تلبي رغبات البائعين والمشتريين على السواء". وأضاف عزيز "نحن سعداء بتركيب هذا البرنامج الأحدث من نوعه والمقدم من قبل سيسكود تكنولوجيز، والذي سيمكن قسم إدارة العقارات في شركتنا من التحكم الكامل في مختلف العمليات العقارية. عملاؤنا ينتظرون منا دائما الأفضل وهذا البرنامج الجديد يلبي طموحاتهم".

من ناحية أخرى قال المدير المنتدب لشركة سيسكود تكنولوجيز ساجين هنثري "حلول إدارة العقارات القائمة على الحوسبة السحابية لدينا تساعد مركزيا في متابعة وإدارة المعلومات والوثائق العقارية وكذلك البناءات والمستأجرين. وسوف يساعد النظام في التركيز على الأعمال بسبب قضاء وقت أقل في إدارة العقار".

وتعتبر شركة بيجاسوس العقارية منذ تأسيسها في العام 2005 في البحرين إحدى الشركات الرائدة التي تدير العديد من المشاريع العقارية الفخمة كما أسهمت في تقديم الاستشارات العقارية وحلول لإدارة مختلف العقارات وكذلك خدمات التمثيل لمختلف العملاء والمشاريع العقارية".

أعلنت شركة بيجاسوس العقارية، إحدى الشركات البحرينية العقارية الرائدة الحاصلة على جوائز عالمية عدة، عن تطبيق أحدث نظم الإدارة العقارية بالتعاون مع شركة "سيسكود تكنولوجيز". وستقوم شركة سيسكود وهي شركة متعددة الجنسيات في البحرين بتركيب وإدارة نظام الإدارة العقارية القائم على برامج الحوسبة السحابية الذي يوفر لشركة بيجاسوس توافرا سلسا بين ملاك العقار والمستأجرين من خلال مدير عقارات متخصص.

ويوفر البرنامج الحديث العديد من المزايا لملاك العقارات والمطورين والمستأجرين من خلال إدارة عقاراتهم، إذ يتناول البرنامج جميع عمليات الشركة العقارية بما فيها عمليات التأجير وتحصيل الإيجارات وإدارة الصيانة من خلال توفير المعلومات في نفس الوقت. ويتضمن البرنامج كذلك إمكان تخزين الوثائق في مكان واحد وإدارة حسابات التأجير وارتفاعها من حين لآخر والتخلص من الدفع المتأخر والجزاءات الأخرى وتسريع زمن الاستجابة وتوفير تقارير مفصلة في شكل سهل الوصول إليه.

ويتوقع أن تساهم هذه الخطوة في تعزيز موقع الشركة الإستراتيجي في سوق البحرين وهي جزء من إستراتيجية الشركة التجارية لإبقائها في موقع الصدارة باستمرار وتقديم أفضل الأداء في مجالها.

وبهذه المناسبة صرح المدير المنتدب لشركة بيجاسوس العقارية عزيز ميتايو الاقنالا "نحن ملتزمون دائما بأفضل معايير الجودة، وسوف نوفر

# RAYMOND WEIL

## GENEVE



### *Dress your watch*

RAYMOND WEIL creates a variation on the *shine* watch inspired by the world of ballet. A symbol of freedom, elegance and movement, the timepiece asserts its character as a true performer through the versatility of two interchangeable straps. A jewelry watch representing a perfect ally for women and naturally adapting to their style and their desires.

*shine* collection



Asia Jewellers **مجوهرات آسيا**

Join the discussion #DressYourWatch

Moda Mall Al-Aali Mall Seef Mall Bahrain City Centre  
[www.asiajewellers.com](http://www.asiajewellers.com)