



مزاي حصرية مجاناً

- 3 سنوات خدمة صيانة مميزة
- 5 سنوات ضمان المصنع
- 5 سنوات مساعدة على الطريق
- التسجيل والتأمين
- تظليل النوافذ

تطبيق الشروط والأحكام

برونكو

إبتداءً من

دب* 18,695

شامل ضريبة القيمة المضافة

17 73 73 73

في أيام الخير

توفير أكبر، مزاي أكثر

Ford | Almoayed Motors

رياضة

”فورمولا 1“ تلغي سباقى البحرين والسعودية في أبريل

أعلنت الفورمولا وان والاتحاد الدولي للسيارات، بعد دراسة الأوضاع الراهنة في منطقة الشرق الأوسط، عن قرار عدم إقامة كل من سباق جائزة البحرين الكبرى وجائزة السعودية الكبرى في أبريل.

وسيتم ذلك عدم إقامة بطولات الفورمولا 2 والفورمولا 3 وأكاديمية الفورمولا وان في مواعيدها المقررة.

وقد جاء القرار بالتنسيق والتشاور الكامل مع الاتحاد الدولي للسيارات والجهات المنظمة المعنية.




لقاء ”المحرق“ و ”الأهلي“

”الذيب“ و ”الزعيم“ إلى نهائي كأس خليفة بن سلمان

فوزيهما على ”الأهلي“ و ”النجمة“ في مواجهات الدور نصف النهائي.

وستقام المباراة النهائية، بحسب الجدول الصادر من قبل الاتحاد البحريني لكرة السلة، يوم الاثنين 23 مارس الجاري.

حجز فريقا ”المحرق“ و ”المنامة“ مقعديهما في المباراة النهائية لكأس خليفة بن سلمان لكرة السلة، بعدما كررا

البلاد | المحرر الرياضي

مشيداً بشجاعة الدفاع المدني في التعامل مع تداعيات العدوان الإيراني... وزير الداخلية: شرطة البحرين تعمل ليلاً ونهاراً لمصون المكتسبات

المنامة - وزارة الداخلية

قام وزير الداخلية الفريق أول الشيخ راشد بن عبدالله آل خليفة، أمس، بزيارة الإدارة العامة للدفاع المدني، في إطار متابعة الجهود والكفاءة الأمنية للتعامل مع تداعيات العدوان الإيراني السافر، الذي تتعرض له مملكة البحرين، وبما يسهم في تطوير آليات العمل لمواجهة تلك الظروف الطارئة وتعزيز الحماية المدنية. وأوضح وزير الداخلية أن الاستجابة العالية من جانب الدفاع المدني، من ضباط وضباط صف وأفراد ومتطوعين، في التعامل مع تداعيات الأحداث، وإخلاصهم لتعزيز الحماية المدنية، أمر محل تقدير مجتمعي واضح، ويعكس مستوى الإعداد الجيد، الذي كان له الأثر الواضح في الالتزام بالمسؤولية تجاه الوطن.

وأضاف أن شرطة البحرين كانت وستظل أهلاً لهذه الثقة، إذ تعمل في الليل كما في النهار، وفي السلم كما في الشدة، مضيفاً: إن مسؤولياتنا، أمانة وطنية نعتز بحملها، ورسالة إنسانية نفاخر بأدائها، وواجبنا اليوم، أن نحمي ما تحقق من مكتسبات وطنية ونصونها بالثبات والانضباط والإخلاص وصدق العزيمة.



03

رد الجميل لـ ”سبيتفاير“.. ”تايفون“ تتصدى للمقذوفات الإيرانية

البلاد | شيماء عبدالكريم

أكد الملحق العسكري بسفارة المملكة المتحدة لدى مملكة البحرين المقدم سايمون كول، أن طائرات سلاح الجو الملكي البريطاني من طراز ”تايفون“ تحلق في سماء البحرين دعماً لدفاعات البحرين الجوية؛ بهدف إسقاط الصواريخ والمسيرات التي تطلقها إيران، مبيئاً أنها تعد عملية دفاعية مشتركة بالعمل مع سلاح الجو الملكي البحريني للمساعدة في حماية سماء البحرين. وأكد أن مملكة البحرين والمملكة المتحدة يربطهما تاريخ طويل من الدفاع عن بعضهما؛ إذ تبرعت مملكة البحرين للمملكة المتحدة أثناء الحرب العالمية الثانية بطائرات من طراز ”سبيتفاير“، وإحدى تلك الطائرات هي طائرة ”سبيتفاير 3632“.



المقدم سايمون كول

05

تصفح في العدد الإلكتروني مسافات - رياضة

اعتراض وتدمير 125 صاروخاً و203 مسيرات

03

ترامب: سنبقي مضيق هرمز مفتوحاً بأية طريقة

”سنتكوم“: ضربنا 90 هدفاً مع الحفاظ على البنية التحتية النفطية

الجيش الأميركي: نفذنا ضربات دقيقة على جزيرة خرج دمرت مخازن ألغام بحرية وصواريخ

البيديوي: دول مجلس التعاون تعمل لخفض التصعيد وتدعو إيران للحوار

مستشار رئيس الإمارات: على إيران العودة لرشدها وتفعيل وساطات الجيران

د. فرانك مسمار لـ ”البلاد“: تدمير البرنامج النووي الإيراني مسألة وقت.. ونظام جديد قد يتشكل في طهران

مصادر دبلوماسية: مفاوضات مباشرة بين لبنان وإسرائيل قريباً



لقطة من فيديو للضربات الأميركية على جزيرة خرج الإيرانية

09 - 08

بنك السلام
Al Salam Bank



البنك الذي يسدد تمويلك*!

**

تسديد أقساط
3 أشهر **x10**

تسديد التمويل
لفائز واحد **x1**

** 5 جوائز حصرياً لزبائن برامج السكن الاجتماعي

إليك فرصتك! يجب أن يكون لديك التالي:

بطاقة Visa
الاثتمانية معنا



تمويل معنا



المحافظة على الحد
الأدنى في دانات



تأكد من هذه الشروط الثلاثة لفرصة الفوز!

20

عاماً

Written-by-You كتبت بالديكتم

* تخضع الجوائز لحد أقصى. تطبق الشروط والأحكام | MOIC/PC 2026 - 32346
خاضع ومرخص كبنك تحزئة إسلامي من قبل مصرف البحرين المركزي



د. عبدالله الحواج*

كل أسبوع

حوار منتصف الليل

كان الحوار في الواحدة من بعد منتصف الليل، عندما وجه تلفزيون البحرين الدعوة لهذا اللقاء: الأحداث والحرب والجهة الداخلية وحماية مقدرات الوطن. وبالفعل لبيت نداء الواجب وذهبت تحت وإبل زحات المطر التي اختلطت بأصوات المسيرات والصواريخ ومضادات قوة دفاع البحرين الباسلة.

أما اللقاء فكان سجلاً حماسياً يعكس روح المسؤولية، ويؤكد ضرورة اللحمة الوطنية، والوحدة الشعبية، والاصطفاف خلف القيادة، والإيمان بالدفاع عن كل شبر من هذا الوطن الغالي، مهما كانت التكاليف باهظة، والتضحيات جسيمة.

هكذا كان موقفنا، وتلك كانت فحوى كلماتنا: ثبات على الموقف، تلبية لنداء الحق، الدفاع عن الروابط والثوابت بين أبناء هذا الوطن الغالي؛ فكلنا تحت وطأة التحدي سواء، وكلنا أمام الخطر الداهم الذي فرضته الحرب الضروس على قدر التحدي، وكلنا خلف قادتنا الحكيمة جاهزون، مدافعون، مرابطون، مؤمنون بأن المصلحة العليا للوطن فوق كل اعتبار، وأني اعتبار، وأن صون المقدرات والمنجزات أصبح رسالة مقدسة لكل من يعيش على هذه الأرض الطيبة المباركة، في شهر الأيام الطيبة المباركة.

هكذا كان حوار منتصف الليل أو ما بعد منتصف الليل، وهكذا كان التجلي الوطني حاضراً: شعب واحد، اصطفا لا يشق له غبار خلف القائد وحكومته الرشيدة، رفض الانكفاء على أي أفكار دخيلة، أو أي دعوات هزيلة، أو أي مواقف بديلة.

على المدى من التاريخ أثبت شعب البحرين جدارته الوطنية، وجسارته العربية، ووقوفه إلى جانب وطن الحق والمحبة والتعايش والسلام، في وجه الباطل والأطماع والإثم والعدوان، ولطالما تحققت لنا النصر المؤزر في وجه كل غدار لعين، ولطالما أثبتنا صمودنا وتصدينا لمحاولات الفتنة والتشردم والانصياع خلف أبواق التقسيم والانكفاء والعزلة والاستسلام المهين.

فلطالما رفضنا التدخل في شؤوننا، وفي شؤون الآخرين، ولطالما وقفنا مع الحق في استقلال شعوب الأرض قاطبة، مراعين حسن الجوار، مؤمنين بالدبلوماسية والحوار من أجل إيجاد الحلول لجميع المشكلات التي تعترض طريق النماء المستدام والسلام بين أقطاب المعمورة جمعاء. ولطالما دعونا إلى تحكيم صوت العقل، عندما يكون صوت الرصاص أعلى، ولطالما طالبنا باتفاقيات سلام ترتبط بها دول المنطقة مع بعضها، ولكن كان صوت الحرب أعلى، وأصوات تجار اللحظة أعلى وأعلى، والمراهنين على استمرار الحرب الضروس أعلى وأعلى وأعلى، من هنا كانت دعوتنا للحكماء في أمتنا، وللغلاء في المجتمع الدولي أن يوجهوا نداءاتهم إلى الأطراف المتصارعة، وتلك التي تحاول إنكفاء نار الفتنة بين أبناء الشعب الواحد استثماراً في ثقافة اللاوعي، واللاوطنية، والاسلام.

من هنا كانت دعوتنا في اللقاء التلفزيوني الذي استمر حتى مشارف الفجر، ونحن ندعو لبلادنا أن تكون في مأمن من كل شر، وفي مخرج من كل طارئ، وفي سلام لا استسلام عند مواجهة تحدي لا يرحم، وعدوان لا يفرق بين هذا وذاك؛ فالحرب هي الحرب، والسلام هو السلام.. دعوة من القلب أن يعم أرجاء بلادنا، وأن يسود الوثام كل شبر من أرضنا، والازدهار والاستقرار، لكل إشراقة صباح تنظّل بها أيامنا.

* الرئيس المؤسس رئيس مجلس أمناء الجامعة الأهلية

قوة الدفاع: تدمير 124 صاروخا و203 مسيرات عدائية



مديرية الإعلام والتوجيه المعنوي

أعلنت القيادة العامة لقوة دفاع البحرين أن منظومات الدفاع الجوي بقوة دفاع البحرين، بفضل من الله ثم بيقظة رجالها، مستمرة في مواجهة موجات تتابعية من الاعتداءات الإيرانية الإرهابية الآتمة، إذ تم منذ بدء الاعتداء الغاشم اعتراض وتدمير 124 صاروخا و 203 طائرات مسيرة، استهدفت مملكة البحرين.

وأكدت القيادة العامة لقوة دفاع البحرين أنها تفخر بما يظهره رجالها من جهوزية قتالية متقدمة وبقظة رفيعة، وتعتز بهذه الكفاءة العملية المستمرة لحماية المملكة؛ إذ إن الأداء المشرف الذي يسطره هؤلاء الرجال يبعث على طمأنينة وثقة راسخة بأن سماء المملكة مصنوعة بعون الله. وأهابت القيادة العامة لقوة دفاع البحرين بالجميع ضرورة التقيد بأقصى درجات الحيطة والحذر حفاظاً على سلامتهم، والابتعاد التام عن المواقع المتضررة، وعن أي أجسام مشبوهة، وعدم تصوير العمليات العسكرية، وتجنب تصوير مواقع سقوط الحطام، وعدم تناقل الإشاعات، مع الحرص على استقاء المعلومات من المصادر الرسمية، مع أهمية متابعة وسائل الإعلام الرسمية والحكومية لاستقاء المعلومات والتنبيهات والتحذيرات. وبينت القيادة العامة أن استخدام الصواريخ الباليستية والطائرات المسييرة في استهداف الأعيان المدنية والممتلكات الخاصة، يعد انتهاكاً صارخاً للقانون الدولي الإنساني وميثاق "الأمم المتحدة"، وأن هذه الهجمات الآتمة العشوائية تمثل تهديداً مباشراً للسلام والأمن الإقليميين.

زيارة جلالته في الظروف الدقيقة تؤكد دعمه المتواصل لرجال الشرطة... وزير الداخلية:

الملك المعظم صمام الأمان وركيزة الاستقرار وعنوان العز والوحدة الوطنية

« التلاحم بين القيادة والشعب والمؤسسات الأمنية أمر فطري راسخ في وجدان البحرينيين



جلالة الملك المعظم

والمؤسسات الأمنية، هو أمر فطري راسخ في وجدان كل البحرينيين الذين أحبوا الوطن وقيادة جلالة الملك المعظم الحكيمة، متيقنين أن جلالته صمام الأمان وركيزة الاستقرار وعنوان العز والوحدة الوطنية، مضيئاً لنا في وزارة الداخلية نستلمهم من نهج جلالته الراسخ ورؤيته الثاقبة معاني الثبات والمسؤولية، مؤكداً لجلالة الملك المعظم أننا ماضون بعون الله بعزم صادق في أداء رسالتنا الوطنية، ساهرين على حماية الوطن وصون أمنه واستقراره، وفاءً للعهد الراسخ لقيادة جلالته الحكيمة، وثقةً بأن رؤية جلالته السيدة تضي بالبحرين نحو مزيد من الرفعة والمنعة والازدهار لتبقى نموذجاً مشرفاً في الحكمة والاعتدال والتلاحم الوطني. وسأل الله أن يحفظ جلالته الملك المعظم قائداً وبنائاً، وأملأ لشعبه الوفي، وملاذاً للبحريني صون جلالته عزتها ويحفظ كرامتها.

المنامة - وزارة الداخلية

تلقى ملك البلاد المعظم القائد الأعلى للقوات المسلحة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، رسالة شكر من وزير الداخلية الفريق أول الركن الشيخ راشد بن عبدالله آل خليفة، رفع فيها إلى مقام جلالته السامي خالص الشكر والتقدير على تفضل جلالته بزيارة وزارة الداخلية. وأكد وزير الداخلية أن زيارة جلالة الملك المعظم لوزارة الداخلية في هذه الظروف الدقيقة، تؤكد مجدداً دعم ورعاية جلالته المتواصل لرجال الشرطة تقديراً لإخلاصهم وتضحياتهم في سبيل حفظ أمن واستقرار الوطن، وقال: عززت هذه الزيارة من عزمنا لمواصلة أداء الواجب الوطني وحمل مسؤولية الأمانة التي تشرفنا بالتهوض بأدائها مهما كانت التضحيات والتحديات. كما أكد أن التلاحم بين القيادة والشعب

نقل للمنتسبين تحيات وتقدير الملك المعظم وسمو ولي العهد رئيس الوزراء وزير الداخلية يشيد بشجاعة الدفاع المدني في التعامل مع تداعيات العدوان الإيراني



المنامة - وزارة الداخلية

قام وزير الداخلية الفريق أول الشيخ راشد بن عبدالله آل خليفة، أمس، بزيارة الإدارة العامة للدفاع المدني، في إطار متابعة الجهوزية والكفاءة الأمنية للتعامل مع تداعيات العدوان الإيراني السافر، الذي تتعرض له مملكة البحرين، وبما يسهم في تطوير آليات العمل لمواجهة تلك الظروف الطارئة وتعزيز الحماية المدنية.

وفي مستهل الزيارة، نقل الوزير إلى منتسبي الدفاع المدني، تحيات وتقدير ملك البلاد المعظم القائد الأعلى للقوات المسلحة صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، وولي العهد نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة؛ على جهودهم الاحترافية والشجاعة في التعامل مع الحرائق والحوادث التي أوقعتها الاعتداءات الإيرانية الآتمة والمدان وغير المبرر في صفوف المواطنين والمقيمين والبنية التحتية والأهداف المدنية. وأوضح وزير الداخلية أن الاستجابة العالية من جانب الدفاع المدني، من ضباط وضباط صف وأفراد ومتطوعين، في التعامل مع تداعيات الأحداث، وإخلاصهم لتعزيز الحماية المدنية، أمر محل تقدير مجتمعي واضح، ويعكس مستوى الإعداد الجيد، الذي كان له الأثر الواضح في الالتزام بالمسؤولية تجاه الوطن.



وأضاف: إن ظهور رجال الدفاع المدني بهذه الصورة المشرفة، عكس مدى إيمانهم بواجبهم الوطني وما يتمتعون به من مهارة وكفاءة ميدانية عالية في التعامل مع مختلف الحوادث، بالتنسيق مع الإدارة العامة للمرور والإسعاف الوطني؛ فلهم كل الشكر والتقدير لحضورهم منذ اليوم الأول لصد العدوان ودورهم في الحفاظ على الأرواح والممتلكات. وقال وزير الداخلية: إن الله سبحانه وتعالى، شرفنا بأن نكون في خدمة البحرين في هذا اليوم، وفي ظل هذه الظروف الراهنة التي تفرض علينا مسؤوليات جسام، لا ينهض بحملها إلا المخلصون، وشرطة البحرين كانت وستظل أهلاً لهذه الثقة، حيث تعمل في الليل كما في النهار، وفي السلم كما في الشدة. وأضاف: إن مسؤولياتنا أمانة وطنية



أخبارنا بالموقع الإلكتروني

« أهل البحرين يواصلون تأكيد وقوفهم صفا واحدا خلف راية الوطن بقيادة الملك المعظم

« "المهندسين" تدين استمرار الاعتداءات الإيرانية الآتمة

« البحرين تجدد دعوة المجتمع الدولي إلى إدانة الاعتداءات الإيرانية





* د. منصور سرحان

تباين الكتب البحرينية في أحجامها.. أضخمها كتاب "عيسى"

كله، فأعطانا من رصيده الإنساني ما سيبقى على مر الأجيال، وكان بذلك أصدق تجسيد لما في البحرين من وفاء وتسامح وتحضر".
ختم صاحب الجلالة الملك المعظم تصديره للكتاب بذكر الإنجازات التي تمت في عهد والده طيب الله ثراه بشكل موجز، قائلاً: في ظاهرة فريدة متميزة جديرة بالدراسة والإقتداء، كان عيسى بن سلمان، للأمانة والتاريخ:
- رجل استكمال دولة القانون والنظام.
- وكان أبا الدستور والشورى والممارسة الديمقراطية.
- كما كان رجل التنمية واستكمال النهضة الشاملة وتنويع مصادر الاقتصاد الوطني.
- ورجل الوحدة الخليجية، والتضامن العربي، في أصعب الأوقات والمواقف.
- وأخيراً، لا أخراً، رجل السلم والتعاون الدوليين والصدقة المخلصة بين الشعوب.
- وللحقيقة، فإن مشروعنا الوطني الإصلاحي، على شموله وعمقه، والذي توافقنا فيه مع شعبنا الوفي، بالشورى وسماع مختلف آراء الطيف الوطني، كان وصيةً جليةً من وصاياه، وإرثاً ثميناً من ميراثه.
رحمه الله.. فقد كان رجلاً في أمة، وأمة في رجل.
وحري بالذکر أن الكتاب يحتوي في معظمه على عدد كبير جداً من الصور المهمة والنادرة التي توثق سيرة حياة صاحب العظمة الشيخ عيسى بن سلمان آل خليفة طيب الله ثراه.

* باحث ومؤرخ بحريني

تحدث الكتاب عن شخصية صاحب العظمة الشيخ عيسى بن سلمان آل خليفة طيب الله ثراه من مختلف الجوانب، كما تطرق إلى دوره الكبير والفاعل في بناء البحرين الحديثة. وقد لخص صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة ملك مملكة البحرين المعظم حفظه الله ورعاه في التصدير الذي كتبه بقلمه تحت عنوان "صور القيم في صور الواقع" والذي أحاط جلالته في تصديره كلما جاء في الكتاب بصورة موجزة إلا أنها غنية بمعلوماتها غطت أربع صفحات من الكتاب وهي قيمته بالقراءة وبالاطلاع عليها.
قال جلالته حفظه الله ورعاه في تصديره للكتاب: سيجد القارئ الكريم لهذا المجلد التاريخي صور كثيرة لفقدنا الراحل، وهو بيني بلده، متكاتفاً مع شعبه، ومنفتحاً على العالم والإنسانية جمعاء، ولكننا نريد النظر إلى ما وراء الصور الفوتوغرافية، نريد أن نتأمل قليلاً وإيجاز، صور القيم والشيم التي جسدها على أرض الواقع الراحل الكبير، والتي بقيت في قلوبنا - قيادةً وشعباً - رموزاً عامرة بالمحبة والطيبة والوفاء.
وتابع حديثه حفظه الله ورعاه عن رحيل والده طيب الله ثراه، قائلاً: ولا أصدق من الشعور الحي في لحظة الغياب والفقد في تلك اللحظة العصبية، من حياتنا وحياة الوطن وفي ظلال ذلك الحدث الجلل والمصاب الأليم، تحدثنا إلى شعبنا الوفي في موقف التأبين وتولي المسؤولية: "فقدنا بغياب سيدي والد الجميع الشيخ عيسى بن سلمان آل خليفة رحمه الله أميراً وقائداً كان أباً للجميع، وأخاً للجميع، وصديقاً لكل فرد من أبناء شعبه، وإنساناً كبيراً أحبه واحترمه العالم

شهدت مملكة البحرين عبر تاريخها الحديث والمعاصر ازدهار حركة الكتابة والتأليف وإصدار الكتب التي غطت مجالات المعرفة بمختلف توجهاتها. وقد لاحظت من خلال وجودي بين الكتب البحرينية على مدى أكثر من ستين سنة متواصلة التباين في أحجامها. وأن أضخمها حجماً حتى يومنا هذا كتاب "عيسى" الذي يتحدث عن صاحب العظمة الشيخ عيسى بن سلمان آل خليفة طيب الله ثراه بالكلمة والصورة، والذي صدر في العام 1432هـ/2011م عن مؤسسة التراث الخيرية بالمملكة العربية السعودية الشقيقة والتي يرأسها الأمير سلطان بن عبدالعزيز آل سعود.
كتب الأمير سلطان بن عبدالعزيز آل سعود كلمة عن كتاب "عيسى" تحت عنوان "توثيق له أهميته التاريخية"، جاء في الفقرة الأولى من كلمته النص التالي:
يأتي هذا الإصدار الخاص عن صاحب العظمة الشيخ عيسى بن سلمان آل خليفة رحمه الله، توثيقاً لمرحلة خصبة في تاريخ مملكة البحرين الشقيقة، شهدت خلالها إنجازات ضخمة تستعصي على الحصر. فقد انطلقت البحرين بخطوات وثابة في كل المجالات، لتعيش في قلب العصر أخذاً وعتاء.
بلغ حجم صفحات الكتاب 36 سم طويلاً و30 سم عرضاً، وضم 230 صفحة من الحجم الكبير، حيث تم استخدام الورق الأبيض الفاخر والمصقول الذي يتميز بعنومة ملمسه. وغطى غلاف الكتاب الأمامي صورة لصاحب العظمة الشيخ عيسى بن سلمان آل خليفة طيب الله ثراه.



ابتداء من اليوم وحتى 15 مايو المقبل... "الأعلى للبيئة":

بدء سريان قرار حظر صيد سرطان البحر "القبقب"

الإجراءات القانونية.

وأكد المجلس الأعلى للبيئة أنه يجب على الصيادين الذين تقع هذه الأنواع من الأحياء البحرية في معداتهم خلال فترة الحظر، المبادرة إلى إعادتها فوراً إلى البحر، مع مراعاة العناية اللازمة لضمان سلامتها.

البحرية وضمان استدامة البيئة البحرية. وأوضح المجلس أن هذا القرار يهدف إلى حماية مخزون سرطان البحر خلال فترات التكاثر، بما يساهم في تحقيق التوازن البيئي. كما شدد المجلس الأعلى للبيئة على ضرورة التزام الصيادين بقرار الحظر، مشيراً إلى أن أي صيد غير قانوني للقبقب خلال هذه الفترة يعرض المخالفين

ضاحية السيف - المجلس الأعلى للبيئة

أعلن المجلس الأعلى للبيئة عن بدء سريان قرار حظر صيد سرطان البحر "القبقب" في المياه الإقليمية لمملكة البحرين، لمدة شهرين وذلك ابتداء من اليوم الأحد وحتى 15 مايو 2026، وذلك في إطار الجهود المستمرة للحفاظ على الثروة



أتم 5840 دورة حول الأرض بأداء تشغيلي مميز

"المنذر" يكمل عامه الأول في الفضاء

”طلق فوق سماء البحرين 1083 مرة

”موقعه المداري مستقر ويواصل جمع البيانات والتقاط الصور



عائشة الحرم



د. محمد العيسوي

وتعزيز منظومة الأمن الوطني. إن ما تحقق مع "المنذر" هو بداية لمسيرة واعدة، ونعمل بكل عزم على تحقيق إنجازات أكبر تضع مملكة البحرين في موقع متقدم ضمن الدول المتقدمة في قطاع الفضاء.
واختتم العيسوي تصريحه بتوجيه أسمى آيات الشكر والعرفان إلى القيادة الرشيدة، وإلى مجلس إدارة وكالة البحرين للفضاء على الثقة الغالية التي أولوها لوكالة البحرين للفضاء ومنتسبيها، وإلى جميع الكوادر الوطنية في الوكالة، ولكل من ساهم في رسم هذه اللوحة المشرفة، مؤكداً أن: سماء البحرين لا تعرف حدوداً، وطموح أبنائها يمتد إلى آفاق أوسع في عالم الفضاء، وإننا قادرون على تحقيق المزيد بعون الله.

الأرض، بسرعة تبلغ نحو 7.5 كيلومتر في الثانية الواحدة. وما يزال القمر يحافظ على استقراره في مداره مواصلاً مهمته في التقاط الصور وجمع البيانات.
وأضافت: إن ما تحقق في عامنا الأول مع "المنذر" هو نقطة انطلاق لمرحلة أكثر تقدماً وطموحاً، ودلالة على قدرة الكفاءات الوطنية على تحويل الطموحات إلى إنجازات ملموسة في مجال التقنيات المتقدمة. ونؤكد أن برنامج البحرين للفضاء يضي بخطى واثقة نحو التوسع والتطوير، مستنداً إلى كفاءات وطنية مؤهلة، ورؤية استراتيجية واضحة. وتلعب البيانات الفضائية دوراً محورياً في دعم خطط التنمية المستدامة،

من مرحلة التدريب إلى مرحلة المطور والمنفذ. واليوم، نمتلك كفاءات وطنية باتت تتقن أصعب تفاصيل تصميم وتجميع واختبار وتشغيل الأقمار الصناعية، لتكون نواة لصناعة فضائية واعدة في المملكة بمشيئة الله.
من جانبها، استعرضت رئيس قسم تصميم وبناء الأقمار الصناعية في الوكالة ومدير مشروع المنذر مهندسة الفضاء عائشة الحرم، أبرز الإحصاءات المتعلقة بالمنذر خلال عامه الأول في الفضاء، قائلة: إن "المنذر" حقق أداءً تشغيلياً مميزاً، حيث مر فوق سماء مملكة البحرين أكثر من 1083 مرة فاعلة، وأتم ما يزيد على 5840 دورة حول كوكب

الأمر سلمان بن حمد آل خليفة، ولي العهد رئيس مجلس الوزراء، والمتابعة الحثيثة من لدن سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة مستشار الأمن الوطني قائد الحرس الملكي الأمين العام لمجلس الدفاع الأعلى، في تمكين الشباب وبناء اقتصاد المعرفة.
وأضاف العيسوي: المنذر يمثل قصة نجاح بحرينية خالصة تفخر بها فهو ليس مجرد قمر صناعي، بل رمز لطموح الشباب البحريني وروح التحدي والإصرار التي يتمتعون. فمئذ لحظة وضعه في مداره، أثبت القمر جدارته من خلال حملته العلمية المتطورة التي تم تطويرها بالكامل بأيدي بحرينية".

وأكد العيسوي المنهجية الوطنية التي تركز على بناء الإنسان قبل أي شيء آخر: "لقد كان الهدف الأسمى من مشروع "المنذر" بناء جيل من المهندسين والفنيين القادرين على قيادة برنامج الفضاء الوطني. وقد شكل المشروع تجربة عملية متكاملة، حيث انتقل الفريق



وكالة البحرين للفضاء،

بمناسبة مرور عام على إطلاق القمر الصناعي البحريني "المنذر"، الذي انطلق إلى الفضاء في 15 مارس 2025، تحتفي وكالة البحرين للفضاء بمرور عام كامل على نجاح المهمة واستمرار القمر في أداء مهامه التشغيلية في مداره.

وبهذه المناسبة، قال الرئيس التنفيذي لوكالة البحرين للفضاء د. محمد إبراهيم العيسوي: نستذكر بكل فخر واعتزاز اليوم الذكرى السنوية الأولى للإطلاق الناجح للقمر الصناعي البحريني "المنذر"، تلك اللحظة التاريخية التي سطرها أيادي أبناء البحرين من المهندسين والكوادر الشابة، لتنضم مملكتنا الغالية إلى قائمة الدول ذات القدرات الفضائية. لقد جسّد هذا الإنجاز رؤية صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، ملك البلاد المعظم، والدعم المتواصل من صاحب السمو الملكي



وقفة



عبد النبي الشعلة *abdulnabi.alshoala@albiladpress.com

بعد أن وصلت الصواريخ إلينا.. هل يبدأ القلق النووي؟

طويلة من الحروب والصراعات، لا يحتاج إلى إضافة طبقة جديدة من التوتر تتمثل في الانتشار النووي وسباق التسلح الاستراتيجي، بل إن الحاجة اليوم تبدو أكثر إلحاحًا من أي وقت مضى للعودة إلى لغة العقل والحوار، والعمل الجاد من أجل تخفيف التوترات بدلًا من تصعيدها.

ولعل الخطوة الأولى في هذا الاتجاه تبدأ بوقف إطلاق النار في الحرب الدائرة حاليًا، ومنع اتساعها لتشمل مناطق جديدة وشعوبًا أخرى لم تكن طرفًا فيها.

أما الخطوة الأهم على المدى البعيد، فهي إحياء الجهود الدولية والإقليمية الرامية إلى جعل الشرق الأوسط منطقة خالية من أسلحة الدمار الشامل، وعلى رأسها الأسلحة النووية، من دون استثناء أي دولة في المنطقة، بما في ذلك إسرائيل؛ فالأمن الحقيقي لا يتحقق بتكديس الأسلحة، بل ببناء منظومة إقليمية قائمة على الثقة المتبادلة، واحترام سيادة الدول، والتعاون من أجل التنمية والاستقرار. وربما يكون الدرس الأهم الذي يجب أن نستخلصه من هذه الحرب هو أن استمرار منطوق القوة والردع وحده لن يقود المنطقة إلا إلى مزيد من الأزمات. أما الطريق الوحيد نحو مستقبل أكثر أمنًا واستقرارًا فهو إطفاء حرائق الحروب، ووقف سباق التسلح، والعمل بجدية من أجل شرق أوسط أكثر سلامًا وأقل عنفًا وسلاخًا.

لكن الأخطر من ذلك كله هو البعد البيئي والوجودي المرتبط بأي حادث نووي محتمل في الخليج؛ فدول الخليج العربية تكاد تكون المنطقة الوحيدة في العالم التي تعتمد اعتمادًا شبه كامل على تحلية مياه البحر لتأمين احتياجاتها من المياه العذبة للشرب والزراعة وسائر الاستخدامات الحيوية.

ولا توجد في هذه الدول أنهار طبيعية يمكن الاعتماد عليها، كما أن المياه الجوفية محدودة، والأمطار قليلة ونادرة. ولذلك فإن أي تلوث إشعاعي محتمل لمياه الخليج - سواء نتيجة حادث نووي أو تسرب إشعاعي - قد يشكل كارثة بيئية وإنسانية تهدد الأمن المائي لملايين البشر.

ومن هنا يمكن فهم سبب الحساسية البالغة التي ينظر بها الخليجيون إلى مسألة انتشار المفاعلات النووية ومحطات التخصيب في الأراضي الإيرانية، بما في ذلك المفاعلات القائمة على الساحل الإيراني.

ولا يقل خطورة عن ذلك احتمال أن يؤدي امتلاك أي دولة في المنطقة للسلاح النووي إلى إطلاق سباق تسلح نووي إقليمي قد تجد دول أخرى نفسها مضطرة للدخول فيه؛ دفاعًا عن أمنها ومصالحها. وهو سيناريو يحمل في طياته مخاطر هائلة، ليس فقط من الناحية العسكرية، بل أيضًا من حيث استنزاف الموارد الاقتصادية وتشتيت الجهود التنموية التي تحتاجها شعوب المنطقة. إن الشرق الأوسط، الذي عانى على مدى عقود

منذ سنوات عن توسع عمليات تخصيب اليورانيوم وارتفاع نسبته إلى مستويات تقترب من العتبة العسكرية، وهو ما يثير مخاوف متزايدة من إمكانية تحول هذا البرنامج - في لحظة سياسية معينة - إلى برنامج لإنتاج السلاح النووي.

وقد زاد من هذه المخاوف ما يتردد أحيانًا في بعض الأوساط السياسية والإعلامية الإيرانية من حديث عن قدرة إيران التقنية على إنتاج عدد من القنابل النووية خلال فترة زمنية قصيرة إذا ما اتخذ القرار السياسي بذلك. حتى إن كان مثل هذا الحديث يدخل في إطار الحرب النفسية أو المبالغة الإعلامية، فإنه يظل كافيًا لإثارة القلق في منطقة تعيش أصلًا فوق واحدة من أكثر بؤر التوتر حساسية في العالم.

وتكتسب هذه المخاوف بعدًا خاصًا بالنسبة لدول الخليج العربية بسبب الواقع الجغرافي الفريد للمنطقة؛ فإيران ليست دولة بعيدة تقع خلف محيطات أو قارات، بل هي جار ملاصق، تفصلها عن بعض الدول الخليجية مسافة بحرية قصيرة لا تتجاوز في بعض المناطق عشرات الكيلومترات فقط.

وقدرنا في الأيام الأخيرة كيف يمكن للصواريخ أن تعبر هذه المسافة القصيرة في دقائق معدودة، أحيانًا قبل أن يتسنى إطلاق صفارات الإنذار في الوقت الكافي. وهو واقع يضع شعوب الخليج في مواجهة مباشرة مع أي تصعيد عسكري محتمل في المنطقة.

بعد ما تعرضت له دول الخليج العربية في الأيام الأخيرة من هجمات بالصواريخ والطائرات المسيّرة في سياق الحرب الدائرة بين الولايات المتحدة وإسرائيل من جهة وإيران من جهة أخرى، لم يعد من المستغرب أن يتساءل كثير من الخليجين بمرارة: الآن فقط أدركنا لماذا، ولمن كان النظام الإيراني يطوّر ترسانته الصاروخية وأسرابه المتراكمة من الطائرات المسيّرة طوال السنوات الماضية.

فقد اعتاد العالم، طوال العقدين الماضيين، أن يتابع بقلق تطور البرنامج الصاروخي الإيراني، وتساعد قدرات الطائرات المسيّرة التي باتت من أبرز أدوات الحرب الحديثة. لكن ما حدث خلال الأيام الأخيرة أعطى لهذه المخاوف بعدًا جديدًا بالنسبة لشعوب الخليج، بعدما وجدت نفسها، للمرة الأولى بهذا الشكل المباشر، في مرمى هذه الترسانة.

ولعل ما زاد من حدة القلق هو أن حجم ما وصل إلى دول الخليج من صواريخ وطائرات مسيّرة منذ اندلاع الحرب كان - بحسب ما تنقله التقارير الرسمية وشهادات المراقبين - أكبر بكثير مما وصل إلى إسرائيل نفسها، وهو أمر يضع هذه الدول في موقع شديد الحساسية والخطورة.

غير أن مصدر القلق الخليجي لا يقتصر على الصواريخ والطائرات المسيّرة وحدها، بل يمتد أيضًا إلى البرنامج النووي الإيراني وما يحيط به من غموض وتساؤلات؛ فالتقارير الدولية تتحدث

ردا لجميل "سبيتفاير".. "تايفون" تتصدى للمقذوفات الإيرانية

المقدم سايمون كول: البحرين تتعامل باحترافية عالية مع الأوضاع الراهنة



المقدم سايمون كول

طراز "سبيتفاير"، وإحدى تلك الطائرات هي طائرة "سبيتفاير 3632". واحتتم الملحق العسكري بسفارة المملكة المتحدة لدى مملكة البحرين المقدم سايمون كول، كلامه مؤكداً أن تلك المساعدة تعد امتدادًا لذلك التاريخ لكون مملكة البحرين والمملكة المتحدة تقفان معًا في مواجهة العدوان.

البريطاني اندمجت في منظومات وإجراءات البحرين بكل سهولة، في شهادة واضحة على الشراكة الدفاعية الراسخة بين البلدين على مر السنين، مؤكداً أن مملكة البحرين والمملكة المتحدة يربطهما تاريخ طويل من الدفاع عن بعضهما؛ إذ تبرعت مملكة البحرين للمملكة المتحدة في الحرب العالمية الثانية بطائرات من

مبينًا أنها تعد عملية دفاعية مشتركة بالعمل مع سلاح الجو الملكي البحرين للمساعدة في حماية سماء البحرين. وأضاف أن مملكة البحرين تتعامل مع الأوضاع الراهنة باحترافية وبمهارات فنية رائعة، لافتًا إلى أن التنسيق ما بين المؤسسات الأمنية البحرينية متميز. وأوضح أن طائرات سلاح الجو الملكي

البلاد | شيماء عبدالكريم

أكد الملحق العسكري بسفارة المملكة المتحدة لدى مملكة البحرين المقدم سايمون كول، أن طائرات سلاح الجو الملكي البريطاني من طراز "تايفون" تحلق في سماء البحرين دعماً لدفاعات البحرين الجوية؛ بهدف إسقاط الصواريخ والمسيرات التي تطلقها إيران،

27 مركزًا صحيًا منها 9 على مدار الساعة... رئيس الأطباء بمراكز الرعاية الأولية:

خدمات الاستشارات الطبية عن بُعد تسهل الحصول على المشورة الطبية



خدمات الرعاية العاجلة، لافتة إلى أن خدمات الاستشارات الطبية عن بُعد متوفرة أيضًا لتسهيل حصول المرضى على المشورة الطبية دون الحاجة للحضور إلى المركز الصحي. وأوضحت أنه تم تفعيل خطط الطوارئ الصحية، ورفع مستوى الجهوزية لدى الكوادر الطبية والتدريبية، إلى جانب تعزيز مخزون الأدوية والمستلزمات الطبية لضمان استمرارية تقديم الخدمات دون انقطاع. (اقرأ الموضوع كاملاً بالموقع الإلكتروني).

مشيرة إلى أن هناك 27 مركزًا صحيًا تعمل في مختلف مناطق مملكة البحرين، منها 9 مراكز تعمل على مدار الساعة، وذلك لضمان حصول المواطنين والمقيمين على الرعاية الطبية عند الحاجة. وبينت أن جميع الخدمات الصحية تتوفر بصورة اعتيادية في المراكز الصحية، بما يشمل الاستشارات الطبية، ومتابعة الأمراض المزمنة، وخدمات الأمومة والطفولة، وبرامج التطعيمات وصرف الأدوية، إضافة إلى

البلاد | شيماء عبدالكريم

أكدت رئيس الأطباء في مراكز الرعاية الصحية الأولية د. هيفاء الجاسم، في موجز إخباري بث على تلفزيون البحرين، أنه في ظل العدوان الإيراني الأثم على مملكة البحرين، والتطورات الإقليمية الراهنة، فإن مراكز الرعاية الصحية الأولية مستمرة في تقديم خدماتها الصحية بكامل الجهوزية،

تدمير 9 صواريخ و12 طائرة مسيرة في الساعات الماضية... "الداخلية":

إجراءات قانونية بحق 45 سائقًا لإحداثهم فوضىًا مزعجة

وأوضح أنه ضمن جهود الإدارة العامة للمرور لتعزيز السلامة المرورية في ظروف العدوان الإيراني الأثم، اتخذت الإدارة الإجراءات القانونية اللازمة بحق 45 سائقًا لقيامهم بإصدار أصوات مزعجة من مركباتهم؛ ما يتسبب في بث الذعر بين المواطنين والمقيمين، والإخلال بالسكينة العامة.

ولفت إلى أن إطلاق صافرات الإنذار، أو نظام التنبيهات اللاسلكية في الحالات الطارئة، يتم في حال رصد خطر موجه لأهداف في مملكة البحرين، بينما لا يتم ذلك في حال عدم وجود خطر على النطاق الإقليمي للمملكة.

وزارة الداخلية لحفظ أمن الوطن وحماية السلامة العامة، قام وزير الداخلية الفريق أول الشيخ راشد بن عبدالله آل خليفة بزيارة الإدارة العامة للدفاع المدني، في إطار متابعة الجهوزية والكفاءة الأمنية للتعامل مع تداعيات العدوان الإيراني السافر، مشيرًا إلى تعبير الوزير عن استنكاره البالغ وإدانتته الكاملة للعدوان الإيراني الفاشم، ونقله في الزيارة لمتنسيبي الدفاع المدني تحيات وتقدير ملك البلاد المعظم صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، وولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة.

البلاد | شيماء عبدالكريم

بث تلفزيون البحرين مساء أمس إيجازًا إعلاميًا أعده مركز الاتصال الوطني؛ للوقوف على آخر مستجدات الاستجابة الوطنية لتطورات الأوضاع في المنطقة، وتم فيه تأكيد مواصلة الجهات العسكرية والأمنية في البلاد أداء مهامها على مدار الساعة ضمن منظومة دفاعية متكاملة. وعن آخر المستجدات الأمنية، أوضح النقيب عبدالله المناعي من وزارة الداخلية البحرينية، أنه في إطار جهود





تصفحوا العدد

06

الأحد 15 مارس 2026 - 26 رمضان 1447 - العدد 6361

البلاد | حسن فضل

في البلاد

صحتنا

sehatonaalbilad

albiladpress.com

للتواصل: 36531616

zainab.swar@albiladpress.com

dalila.arnaout@albiladpress.com

الخوف والقلق جزء من التجربة الانسانية

د. هيا النعيمي:

تكرار نوبات الهلع وشدها مؤشر لضرورة طلب مساعدة نفسية متخصصة



بين القلق ونوبات الهلع

أكد استشاري الطب النفسي والحاصلة على الزمالة الكندية في الطب النفسي التواصلي والجسدي د. هيا النعيمي، أن نوبات الهلع تحدث فجأة مصحوبة بخوف شديد، وتترافق مع أعراض جسدية مزعجة للغاية، مثل تسارع ضربات القلب، وضيق التنفس، والغثيان.

وأضافت أن نوبات الهلع تنقسم إلى نوبات متوقعة وغير متوقعة، وقد تحدث نوبات الهلع غير المتوقعة دون سبب واضح. أما نوبات الهلع المتوقعة فتحدث نتيجة ضغوطات خارجية، مثل الرهاب. ويمكن أن يُصاب أي شخص بنوبات الهلع، ولكن تكرارها أكثر من مرة قد يكون علامة على اضطراب الهلع، وهو حالة نفسية تتميز بنوبات هلع مفاجئة ومتكررة.

أما القلق العادي الطبيعي فهو استجابة طبيعية مؤقتة ومتناسقة مع التوتر أو الخطر أو التحديات المقبلة، مثل مقابلة عمل أو امتحان، وهو بمثابة آلية مفيدة تحسّن من التركيز والداقعية. وعلى عكس اضطراب الهلع، يمكن السيطرة عليه، وهو مرتبط بالظروف، ويذول بمجرد زوال مُسبّب التوتر.

أعراض جسدية ونفسية

وبيّنت أن نوبة الهلع تسبب أعراضاً جسدية ونفسية تشمل القلق والتوتر والضعف الشديد، والخوف من الموت أو فقدان السيطرة، والشعور بالانفصال عن العالم (تبدد الواقع) أو عن الذات (تبدد الشخصية)، وخفقان القلب أو تسارع ضرباته، وألما في الصدر، وضيقاً في التنفس، وشعوراً بالاختناق أو ضيقاً في الحلق، وجفاف الفم، والتعرق، وقشعريرة أو هبات ساخنة، وخدرًا أو تنميلًا، وغثيانًا، وألما في البطن أو اضطرابًا في المعدة، وصداعًا، وشعورًا بالإغماء أو الدوار.

ولفتت إلى أن نوبات الهلع الناتجة عن الأخبار المقلقة تحدث لأن المعلومات المخيفة والمفاجئة تحفّز آلية البقاء في الدماغ، ما يؤدي إلى زيادة إفراز الكورتيزول والأدرينالين في الجسم.

نصائح للتعامل مع نوبات الهلع

ووجهت نصائح بشأن طريقة تعامل الشخص مع نوبة الهلع عندما تحدث بشكل مفاجئ، وقالت: "أثناء نوبة الهلع، ابق في مكانك إن أمكن، واعترف بالخوف، وركّز على التنفّس البطيء العميق لتهدئة جهازك العصبي. اربط نفسك بالواقع من خلال التركيز على محيطك، وذكر نفسك بأن الأمر مؤقت وغير خطير، وتجنّب مقاومة هذه المشاعر. ولا تهرب من الموقف؛ فالبقاء في مكانك يُظهر لعقلك أن الخوف مؤقت وغير خطير في الواقع.

واستخدم عبارات إيجابية مثل: "هذا مجرد قلق وسيزول"، و "أنا بأمان"، أو "هذا مخيف، لكنه ليس خطيرًا". واحرص على إرخاء عضلاتك؛ أرخ فكّك وكتفيك ويديك لتقليل التوتر الجسدي.

وتابعت أن هناك نصائح أساسية، منها أن نوبات الهلع مؤقتة؛ إذ عادة ما تبلغ ذروتها في غضون 10 دقائق، ونادرًا ما تستمر لأكثر من 20 إلى 30 دقيقة. وأضافت أن تقبّل حدوث نوبة الهلع، بدلًا من مقاومتها، قد يخفف من حدتها.

كما شددت على تجنّب التركيز على الأعراض، والتركيز بدلًا من ذلك على المحيط الخارجي، وليس على تسارع دقات القلب أو الشعور بالدوار.

تقنيات تساعد على التهدئة

وأشارت إلى أن هناك تقنيات بسيطة يمكن أن تساعد على تهدئة الجسد والعقل خلال لحظات الخوف الشديد، وهي خطوات عملية فورية.

تبدأ بالتحكم في التنفّس؛ فالتنفّس البطيء والعميق يمنع فرط التنفّس. استنشّق ببطء من أنفك، وازفر ببطء من فمك. كما يمكن ربط النفس بالواقع عبر تقنية (1-3-3-5)، وذلك بالتركيز على خمسة أشياء يمكنك رؤيتها، وأربعة يمكنك لمسها، وثلاثة يمكنك سماعها، واثنين يمكنك شمهها، وشيئًا واحدًا يمكنك تذوّقه.

أهمية التنفّس وتمارين الاسترخاء

وأوضحت أنه عند بدء نوبة الهلع غالبًا ما يصبح التنفّس سريعًا وسطحياً (فرط التنفّس)، ما يؤدي إلى انخفاض مستويات ثاني أكسيد الكربون وقد يسبب الشعور بالاختناق. لافتة إلى أن التنفّس البطيء والعميق عبر الحجاب الحاجز يساعد على تصحيح هذا الوضع، إذ ينشّط الجهاز العصبي اللاودي (جهاز الراحة والهضم) ويرسل إشارة إلى الدماغ بأن الجسم في حالة أمان.

وأضافت أن التنفّس العميق المنتظم يقلل من هرمونات التوتر مثل الكورتيزول، وقد يساعد على تقليل احتمال حدوث النوبات مستقبلاً من خلال تحسين قدرة الجسم على تحمّل تغيّرات التنفّس ومستويات ثاني أكسيد الكربون.

وأوضحت أن هناك تقنيات فعالة للتنفّس يمكن أن تساعد في التخفيف من نوبات الهلع، من بينها تقنية 4-7-8 التي تقوم على الشهيق من الأنف لمدة أربع ثوانٍ، ثم حبس النفس لمدة سبع ثوانٍ، يعقبها الزفير من الفم لمدة ثماني ثوانٍ.

كما أشارت إلى تنفّس المربع، ويعتمد على الشهيق لمدة أربع ثوانٍ، ثم حبس النفس لأربع ثوانٍ، يليه الزفير لأربع ثوانٍ، ثم

المرحلة تعد نقطة تحول في صحة الإنسان

د. فاطمة العكري:

تعديل نمط الحياة والفحص الدوري بعد الأربعين يقيان من مخاطر الأمراض المزمنة



سنّ الأربعين ليس مجرد رقم أو مرحلة عمرية عابرة، بل هو محطة مفصلية في حياة الإنسان تتطلب تغييراً في نمط الحياة والغذاء لمواكبة التغيرات التي يمر بها الجسم، وتجنّب الأمراض أو الحد من مخاطرها، والتي يرتفع خطرهما مع التقدم في العمر.

وفي الأونة الأخيرة، برز مصطلح «ما بعد الأربعين» أو «منتصف العمر» في المنشآت الطبية ووسائل الإعلام، بوصفه بوابة مهمة لمرحلة التقدم في العمر، ومرحلة تؤسس لمستقبل الإنسان؛ إما حياة صحية سليمة، أو بداية لتدهور الصحة وظهور الأمراض. ولتسليط الضوء على هذه المرحلة المهمة، وفهم فسيولوجيتها وأسرارها وطرق التعامل معها والوقاية من مخاطرها وتداعياتها، كان لـ "صحتنا" هذا اللقاء مع د. فاطمة العكري، الطبيبة العامة في مستشفى الهلال فرع المحرق.

مرحلة انتقالية

يبرز أهمية الفحوصات الطبية الدورية.

أكدت د. فاطمة العكري أن مرحلة الأربعينات هي نقطة مهمة للاهتمام بالصحة ونمط الحياة، حيث تمثل مرحلة انتقالية في حياة الإنسان، وتبدأ فيها عوامل الخطر لبعض الأمراض المزمنة بالظهور تدريجيًا. لذلك، فإن تعديل نمط الحياة في هذا العمر يمكن أن يقلل بشكل كبير من خطر الإصابة بأمراض القلب والسكري والسرطان في السنوات اللاحقة، لافتة إلى أن الدراسات تشير إلى أن الوقاية المبكرة قد تقلل من خطر الأمراض المزمنة بنسبة كبيرة في منتصف العمر.

أهمية الفحص المبكر

وأكدت أهمية الفحص المبكر في الوقاية من مضاعفات الأمراض المزمنة، حيث يسمح باكتشاف المرض قبل ظهور المضاعفات، مما يسهل العلاج ويزيد فرص السيطرة على المرض، مبيّنة أن اكتشاف السكري مبكرًا يساعد على منع مضاعفات الكلى والأعصاب، وأن اكتشاف ارتفاع ضغط الدم مبكرًا يقلل خطر السكتة الدماغية وأمراض القلب.

وقالت: "من أهم الأخطاء الشائعة عند إهمال الفحوصات الدورية الاعتقاد بأن غياب الأعراض يعني عدم وجود مرض، وتأجيل الفحوصات بسبب الانشغال أو الخوف من النتائج، والاعتماد على الفحوصات غير المنتظمة بدل المتابعة الدورية".

نظام غذائي صحي

وبيّنت أن النظام الغذائي الصحي يمكن أن يقلل من مخاطر الأمراض، حيث يساعد على تقليل خطر أمراض القلب، وتحسين مستويات السكر في الدم، والحفاظ على الوزن الصحي، موضحة أنه يُنصح بالإكثار من الخضروات والفواكه والحبوب الكاملة والبروتينات الصحية والدهون غير المشبعة، مع التقليل من السكر والدهون المشبعة والملح.

النوم الكافي وإدارة التوتر

وقالت إن النوم الكافي وإدارة التوتر يؤثران في الصحة؛ إذ يساعدان على تقليل خطر أمراض القلب، وتحسين المناعة والصحة النفسية، وتنظيم الهرمونات والشهية، لافتة إلى أنه يُوصى بالحصول على 7 - 9 ساعات من النوم يوميًا.

النشاط البدني

وفيما يتعلق بالنشاط البدني، أشارت إلى أن الإرشادات الصحية توصي بممارسة 150 دقيقة أسبوعيًا من النشاط البدني المعتدل مثل المشي السريع، وتمارين تقوية العضلات مرتين أسبوعيًا، إضافة إلى تمارين المرونة والتوازن، خصوصًا مع التقدم في العمر.

التغيرات الصحية

وألمحت إلى أن أبرز التغيرات الصحية الخاصة التي تواجه النساء بعد الأربعين هي التغيرات الهرمونية المرتبطة بمرحلة ما قبل انقطاع الطمث، وزيادة خطر هشاشة العظام، وتغيرات في الدورة الشهرية أو الخصوبة. وتابعت: "أما عن أبرز المشكلات الصحية الشائعة لدى الرجال في هذه المرحلة، فهي تضخم البروستاتا الحميد، وارتفاع ضغط الدم، وأمراض القلب، وزيادة الوزن أو السمنة".

نصائح صحية مهمة

للحفاظ على الصحة وجودة الحياة في هذه المرحلة، نصحت باتباع نظام غذائي متوازن، وممارسة النشاط البدني بانتظام، مع إجراء الفحوصات الطبية الدورية، والحفاظ على وزن صحي، وتجنّب التدخين، والحصول على نوم كافي، إلى جانب إدارة التوتر والاهتمام بالصحة النفسية، مؤكدة أن الالتزام بهذه العادات الصحية يمكن أن يُحدِث فرقًا كبيرًا في الوقاية من الأمراض وتحسين جودة الحياة في العقود المقبلة.

تعرّف نوبات الهلع بأنها موجات مفاجئة من الخوف الشديد والضعف تستمر لدقائق عدة، وتكون مصحوبة بأعراض جسدية مثل تسارع ضربات القلب، وضيق التنفس، وألم الصدر، والدوار، وغالبًا ما تحدث دون سبب واضح أو خطر حقيقي. ومع تصاعد الأزمات والحروب، تبلغ مشاعر الخوف والقلق ذروتها، ما يجعل هذه الظروف بيئة مهيأة لظهور نوبات الهلع أو تفاقمها، ويشكل تحديًا نفسيًا حقيقيًا لمن يعانون منها. وعند حدوث النوبة، قد يكون التدخل السليم من المحيطين عاملًا حاسمًا في احتوائها؛ فاختيار العبارات المناسبة واتخاذ الخطوات الصحيحة يمكن أن يخفف من حدتها، في حين قد تؤدي كلمات غير مدروسة إلى زيادة شدة النوبة وتضاعفها. وللحديث عن نوبات الهلع في أوقات الأزمات والحروب، والأساليب التي تساعد على التعامل معها والتخفيف من حدتها، كان لـ "صحتنا" هذا اللقاء مع استشاري الطب النفسي د. هيا النعيمي، والحاصلة على الزمالة الكندية في الطب النفسي التواصلي والجسدي.

حبس النفس مرة أخرى لأربع ثوانٍ. وأضافت أن من التقنيات المفيدة أيضًا التنهد الدوري، وهو تمرين يُمارس يوميًا لبضع دقائق ويركّز على الزفير البطيء والطويل للمساعدة في تقليل القلق بشكل عام.

وبيّنت أن التنفّس الحجابي (البطني) يقوم على التركيز على تمدّد البطن أثناء الشهيق بدلًا من الصدر، الأمر الذي يساعد على زيادة كفاءة التنفّس وتهدئة الجهاز العصبي.

دور العائلة والأصدقاء

ولفتت إلى أنه يمكن للعائلة أو الأصدقاء مساعدة شخص يمرّ بنوبة هلع من خلال عدد من الاستراتيجيات الرئيسية للدعم، منها الحفاظ على الهدوء والتواجد إلى جانبه، والتحدث بصوت منخفض وبطيء، مع تجنّب إظهار الذعر. كما يمكن مساعدته على تنظيم تنفّسه عبر التنفّس معه ببطء أو العذّ معه حتى 10.

واستخدام تقنيات التأريض من خلال تشجيعه على التركيز على محيطه، مثل تسمية الأشياء من حوله، أو الضغط بقدميه على الأرض، أو التركيز على شيء ملموس. كذلك طمأنته بإخباره أنه بأمان وأن هذه النوبة ستمرّ.

ومن المهم أيضًا احترام حدوده الجسدية، عبر سؤاله إن كان يرغب في أن يتم لمسه (مثل إمساك اليد) أو إن كان يفضل الاحتفاظ بمسافة شخصية.

أما بعد انتهاء نوبة الهلع، فيمكن تقديم الماء له وإعطائه وقتًا للتعافي، لأن نوبات الهلع قد تكون مرهقة جسديًا.

الأخطاء الشائعة

وأوضحت أن هناك عددًا من الأخطاء الشائعة التي يقع فيها الناس عند التعامل مع الخوف أو نوبات الهلع، وأولها التجنّب والهروب، فالهروب من موقف أو مكان معين قد يمنح راحة مؤقتة، لكنه يعزّز الخوف ويجعل العودة إلى الموقف أكثر صعوبة. كما أن مقاومة نوبة الهلع بمحاولة التخلص من الشعور بالقوة غالبًا ما تزيد من حدة الأعراض، بينما يؤدي تهويل الموقف والتفكير الكارثي مثل: "أنا أموت" أو "لن يتوقف هذا أبدًا" إلى زيادة شدة النوبة.

وأشارت إلى أن المراقبة المفرطة للجسم، مثل فحص معدل ضربات القلب باستمرار، تزيد من التركيز على القلق وتخلق حلقة مفرغة، فيما يساهم الاعتماد على سلوكيات الأمان، كالاتتماد المفرط على الأدوية احتياطيًا أو البحث المستمر عن الطمأنينة أو الجلوس بالقرب من المخارج، في استمرار الاضطراب. وأضافت أن بعض العادات مثل الإفراط في تناول الكافيين أو الكحول قد يزيد من حدة الأعراض، بينما التنفّس السطحي والسريع من الصدر يقاوم القلق، على عكس التنفّس البطيء والمركّز على البطن الذي يساعد على تهدئة الجهاز العصبي. وأكدت أن النقد الذاتي، مثل توبيخ النفس بسبب الشعور بالقلق بعبارات مثل "أنا غبي"، يقاوم المشكلة ويزيد من حدة القلق.

مؤشرات طلب مساعدة نفسية متخصصة

وألمحت إلى أن تكرار نوبات الهلع قد يصبح مؤشرًا على ضرورة طلب مساعدة نفسية متخصصة عندما تزداد وتيرة النوبات أو شدتها، أو تبدأ بالحدوث دون سبب واضح. كما يمكن أن يظهر ذلك من خلال تغييرات في نمط الحياة، مثل البدء بتجنب المواقف أو مغادرة المنزل أو تعديل الروتين اليومي لتجنب النوبات المستقبلية، وهو ما يُعرف أحيانًا برهاب الأماكن المفتوحة. ويشير الأثر النفسي أيضًا إلى الحاجة للدعم، خاصة إذا كان الشخص يعاني من قلق مستمر بشأن تعرضه لنوبة أخرى، أو تهيج شديد، أو صعوبة في التركيز. إضافة إلى ذلك، يصبح طلب المساعدة ضروريًا عندما تفشل استراتيجيات التهدئة الذاتية مثل تمارين التنفّس في السيطرة على النوبات.

متطلبات الحفاظ على التوازن النفسي

وللحفاظ على التوازن النفسي في أوقات الأزمات وعدم الانجراف وراء الخوف الجماعي، بينت أن الأمر يتطلب مزيجًا من الحد من تدفق المعلومات الزائد، والتركيز على الإجراءات الفورية التي يمكن التحكم بها، والحفاظ على الروتين اليومي، وتعزيز الروابط الاجتماعية. وأضافت أن من الطبيعي أن يشعر الإنسان بالخوف والقلق والضعف في أوقات الحرب، لذا فإن الاعتراف بهذه المشاعر بدلًا من كبتها يُعد خطوة أساسية لبناء القدرة على الصمود.

الخوف والقلق جزء من التجربة الإنسانية ووجهت رسالة للأشخاص الذين يعيشون حالة خوف مستمر بسبب التوترات والأحداث الجارية قائلة: "أعلم أن الخوف قد رافقكم باستمرار حديثًا، وأود فقط أن أذكركم بأنني أرى مدى جدّكم في المحاولة. أتمم لستم منكسرين، وليس من الضعف أن تشعرُوا بهذه الطريقة".

ولبعث الطمأنينة والسكينة وتفريغ الهم، يمكن الاستعانة بآيات قرآنية تركّز على ذكر الله، والتوكل عليه، واليقين بتدبيره. فلنعترف بأن الخوف والقلق جزء من التجربة الإنسانية، ولا نخجلوا من مشاعرهم، بل حاولوا فهمها والتعبير عنها. وإذا كانت مشاعر الخوف تؤثر بشكل كبير على حياتكم اليومية، فلا ترددوا في طلب المساعدة من المختصين.



لنشرهم مقاطع تتعلق بآثار العدوان الإيراني وتمجيد أعماله العدائية ونشر أخبار كاذبة

القبض على 6 وإحالتهم للنيابة



مهدي طاهر الجلاوي



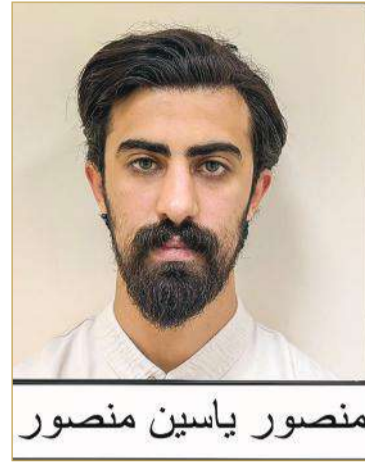
علي مجيد ناصر



بدور عبد الحميد علي



صادق فوزي عبدالكريم



منصور ياسين منصور



جعفر علي معتوق

وأهابت وزارة الداخلية بالجميع ، ضرورة استقاء المعلومات من مصادرها الرسمية، وعدم تداول أو إعادة نشر مقاطع أو أخبار غير موثوقة، تجنباً للمساءلة القانونية، وبما يحفظ أمن الوطن وسلامته.

نفوس المواطنين والمقيمين والإضرار بالأمن والنظام العام. وقد تم اتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة وإحالة المقبوض عليهم إلى النيابة العامة.

والتحريض على استهداف مواقع في مملكة البحرين ، حيث تم تداول تلك المقاطع عبر حساباتهم على منصات التواصل الاجتماعي، الأمر الذي من شأنه تضليل الرأي العام وبث الخوف في

والإلكتروني، تمكنت من القبض على 6 أشخاص ، إثر قيامهم بنشر مقاطع مصورة تتعلق بآثار العدوان الإيراني الآثم، والتعاطف معه وتمجيد أعماله العدائية، إلى جانب نشر أخبار كاذبة

المنامة - وزارة الداخلية

أعلنت وزارة الداخلية أن إدارة مكافحة الجرائم الإلكترونية بإدارة العامة لمكافحة الفساد والأمن الاقتصادي

كل كلمة أو صورة قد تحمي الوطن أو تخلق ثغرة.. رئيس نيابة الجرائم الإلكترونية:

القانون لا يفرق بين كاتب المحتوى وناشره في الجرائم الإلكترونية

في فخ العقوبة دون إدراك، ما يجعله عرضة للمساءلة القانونية، مشددة على أهمية توعية الجميع بضرورة التحلي بالحذر عند تداول المقاطع المرئية.

ونوهت أنه في ظل الظروف الاستثنائية الحالية، فقد صدرت تعليمات من الجهات المختصة بمنع تصوير مواقع محددة، وخصوصاً المواقع الأمنية، مؤكدة أنه في حال قيام أي شخص بتصوير هذه المواقع مخالفةً للتعليمات، فإن ذلك يعرضه للمساءلة القانونية وفقاً لقانون العقوبات، وقد تصل العقوبة إلى الحبس، وإذا توافرت الظروف المشددة، فقد تصل العقوبة إلى السجن لمدة 10 سنوات، ولذلك يجب التحلي بالحذر، مؤكدة أن مملكة البحرين دولة قانون ودولة مؤسسات، وأن المسؤولية اليوم تقع على عاتق الجميع وعلى كل فرد.

وأردفت أن كل كلمة تُكتب تعتبر رسالة محددة، إذ يمكن بضغط زر أن تحمي الوطن أو في المقابل أن تخلق ثغرة دون إدراك، مشددة على أن المسؤولية مضاعفة في هذه الفترة الاستثنائية، ومنتمة أن يكون الجميع على قدر هذه المسؤولية.

وأنتهت رئيس نيابة الجرائم الإلكترونية بالنيابة العامة، حديثها بالقول، أن دور الإعلام بشكل عام ووزارة الإعلام بشكل خاص لا يقتصر فقط على كونهم منصات لنقل الأخبار أو الأحداث، بل خط دفاع أساسي لاستقرار مملكة البحرين، مشيرة إلى أن تواجد ممثلين من أعضاء السلطة القضائية والنيابة العامة في الإعلام يجسد المسؤولية الوطنية ووعي الشعب في مثل هذا النوع من الأمور.



زهرة مراد

إلى شخص معين، رغم أن هذا المقطع يكون مفبركاً وغير صحيح، مشيرة إلى أن نيابة الجرائم الإلكترونية تتولى التحقيق في كافة الدعاوى الجنائية المتعلقة بالذكاء الاصطناعي أو الجرائم الإلكترونية وفق منهجية دقيقة، تبدأ برصد هذه المقاطع، ثم التحقيق مع المتهم وسماع أقوال شهود الواقعة للتحقق من مدى نسبة هذه المقاطع إلى المتهم من عدمه.

وتابعت مراد أنه يتم بعد ذلك التعاون مع الجهات المختصة مثل وزارة الداخلية، وتحديد إدارة مكافحة الجرائم الإلكترونية، حيث يتم من خلال المختبر التقني فحص الأجهزة الفنية وكذلك المقاطع، ومن ثم تحديد المركز القانوني للمتهم ومدى التصالح بالواقعة.

وأشارت رئيس نيابة الجرائم الإلكترونية بالنيابة العامة، إلى أن شعب البحرين واع ومثقف، وله دور مؤثر في بناء الوطن، إلا أنه في عصر وسائل التواصل الاجتماعي قد يقع

ضحية وسائل التواصل الاجتماعي أو الرأي العام، إذ أن أحكام القانون والدستور هما من يحكمان العمل، وأن أي فعل تنطبق عليه أركان الجريمة سيتم على أساسه مساءلة المتهم.

وشددت على أنه في ظل الظروف الراهنة الاستثنائية، فإن النيابة العامة تعمل بكل حزم في القضايا والدعاوى التي تمس النظام العام والأمن القومي والأمن الداخلي، مؤكدة أن هذا الحزم نابع من واجب النيابة العامة في حماية المجتمع، مضيفة بقولها أن النيابة العامة تمثل الحصن المنيع لكل من يحترم القانون، وفي الوقت ذاته تشكل السد الرادع لكل من يخالفه.

وبيّنت أنه في ظل عصر الذكاء الاصطناعي وانتشار التقنيات الإلكترونية، تجدر الإشارة إلى مصطلح التزييف العميق، وهو أحد أوجه تطبيقات الذكاء الاصطناعي التي يتم من خلالها صنع محتوى مرئي أو سمعي ونسبه

في نظر القانون يُعد فاعلاً أصلياً ويكون قد ارتكب الواقعة، مبيّنة أن جرائم النشر تقوم على الركن المادي المتمثل في السلوك الإجرامي وهو عملية النشر، فمتى ما قام الشخص بعملية النشر فإنه يكون قد تبثى مضامين الصورة أو الكتابة المنشورة، ما يجعله فاعلاً أصلياً في هذه الجريمة وليس مجرد مساهم فيها، مؤكدة في السياق ذاته أن القانون لا يفرق بين الشخص الذي دون المحتوى والشخص الذي قام بنشره، فكلهما يعد فاعلاً أصلياً في ارتكاب الجريمة متى ما تضمنت ما يمس بالنظام العام والآداب العامة.

ولفتت رئيس نيابة الجرائم الإلكترونية بالنيابة العامة، إلى أن السياسة الجنائية في مملكة البحرين قد أفردت باباً مستقلاً بشأن الجرائم التي ترتكب بالأمن الداخلي، مشيرة إلى أنه في ظل الظروف الحالية توجد جرائم متعلقة بإذاعة الأخبار الكاذبة، لذا فإن الالتزام في ظل هذه الظروف الاستثنائية يعد واجباً وطنياً.

وذكرت مراد أنه ومع إنشاء نيابة الجرائم الإلكترونية في عام 2022 بقرار كريم من قبل النائب العام الدكتور علي بن فضل البوعينين، أصبحت هذه النيابة تنظر في القضايا التقنية، ومن ضمنها القضايا التي تمس وسائل التواصل الاجتماعي، والتي تحظى بطبيعة الحال باهتمام واسع من الرأي العام ويتم التفاعل معها بشكل كبير، مؤكدة أن عضو النيابة العامة أثناء مباشرته لهذا النوع من الدعاوى الجنائية يتمتع بالاستقلالية والحصانة في أداء عمله، ولذلك لا يلتفت إلى

البلاد | شيماء عبدالكريم

أكدت رئيس نيابة الجرائم الإلكترونية بالنيابة العامة، زهرة مراد، لدى استضافتها في تلفزيون البحرين، بأن هناك خطأ فاصلاً ما بين حرية الرأي والتعبير، وما بين أي تصرف قد يقوم به الفرد ويحيله إلى جريمة إلكترونية، موضحة أن حرية الرأي والتعبير حق مكفول بموجب دستور مملكة البحرين، وهو منصوص أيضاً في الصكوك الدولية مثل العهد الدولي الخاص بالحقوق المدنية والسياسية، إلا أن هذا الحق لا يمكن أن يتم ممارسته بشكل مطلق، إذ يجب أن تكون هناك ضوابط قانونية يجب التقيد بها منصوص عليها في دستور مملكة البحرين وفي القوانين.

وأضافت أنه يتوجب على أي شخص قبل تداول أي منشور أو تعليق على وسائل التواصل الاجتماعي، التأكد من مضامينه من ناحية دقة الخبر، وألا يتضمن محتواه المرئي أو السمعي خطاباً يحرض على الكراهية، مؤكدة بأنه متى ما قام الشخص بنشر خبر معين وكان هذا الخبر يمس الأمن العام فإنه يكون معرضاً للمساءلة القانونية، لافتة إلى أن قانون العقوبات نص أيضاً على معاقبة أي شخص يقوم بنشر محتويات أو صور مصطنعة ومفبركة متى ما كانت تمس المصالح العامة، مشددة على ضرورة التحلي بالمسؤولية والحذر عند النشر والتداول.

وأوضحت أن الشخص متى ما قام بنشر مقطع مرئي أو مقطع صوتي فإنه يكون قد تبثى مضامين هذه المقاطع، وبالتالي فإنه

”مكافحة“ الفساد: تسوقوا بحذر

عروض وهمية تستهدف رواد “الإنستغرام“ خلال الأعياد

البلاد | شيماء عبدالكريم

مع اقتراب الأعياد والمناسبات المختلفة تنتشر الحسابات الوهمية الاحتمالية عبر منصة “الإنستغرام“ لغرض انتهاز فرص زيادة الإقبال على الشراء والتسويق، إذ يعتمد بعض المحتالين على إنشاء حسابات مزيفة تحمل أسماء متاجر لا وجود لها على أرض الواقع، وتعرض عروضاً وخصومات مغرية لجذب المتابعين. وفي هذا الصدد حذرت الإدارة العامة

لمكافحة الفساد والأمن الاقتصادي من انتشار هذه الحسابات الوهمية التي تعرض منتجاتها بعروض وخصومات كبيرة، مشيرة بأنها تطلب منك التواصل أو الدفع عبر روابط أو تطبيقات خارجية، دون أن تقوم بإرسال المنتج لك بعد الدفع.

ودعت إلى التعامل فقط مع المتاجر والمصادر الموثوقة، والتأكد من مصداقية الحسابات قبل إجراء أي عملية شراء أو تحويل مالي، محذرة من الوقوع ضحية لعمليات الاحتيال الإلكتروني التي تنتشر عادة عبر الحسابات الوهمية والعروض المضللة.

The General Directorate of Anti-Corruption, Economic & Electronic Security

الوزارة العامة لمكافحة الفساد والأمن الاقتصادي والإلكتروني

تحذير

تنتشر حسابات وهمية تعرض منتجات بأسعار مغرية وتطلب التواصل أو الدفع عبر روابط أو تطبيقات خارجية، وغالباً لا يتم إرسال المنتج بعد الدفع أو يختفي الحساب. تجنبها فهدفها الاحتيال عليك

@acees_bh

الرئيس الأميركي: الهدف إبقاء المضيق مفتوحاً وآمناً وحرراً للملاحة العالمية في أقرب وقت ممكن

ترامب: سنبقي مضيق هرمز مفتوحاً بأية طريقة



دونالد ترامب

لكن مسؤولاً إيرانياً رفيعاً ألمح إلى احتمال السماح بمرور شاحنات النفط بشروط الدفع باليوان الصيني.

وأضاف المسؤول الكبير لشبكة "سي أن أن"، السبت، أن طهران "تدرس السماح لعدد محدود من ناقلات النفط بالعبور عبر مضيق هرمز، بشرط أن تُباع شحنات النفط باليوان الصيني".

يذكر أن البحرية الإيرانية كانت أكدت قبل يومين، أنها ملتزمة بأوامر المرشد الجدي محتبي خامنئي، الذي شدد في أول رسالة له يوم الخميس الماضي على ضرورة إبقاء الممر مغلقاً.

في حين أشار ترامب مؤخراً إلى إمكانية إرسال سفن أميركية قريباً لمراقبة ناقلات النفط، على الرغم من أنه حث مالكي السفن على التحلي بالشجاعة والإبحار عبر المضيق.

الممر البحري.

وأشار ترامب إلى أن القوات الأميركية ستواصل عملياتها العسكرية على طول الساحل، بما في ذلك استهداف القوارب والسفن الإيرانية، بهدف ضمان بقاء مضيق هرمز مفتوحاً أمام الملاحة الدولية.

وأكد الرئيس الأميركي أن الهدف هو إبقاء المضيق مفتوحاً وآمناً وحرراً للملاحة العالمية في أقرب وقت ممكن.

جاء هذا بعدما أوقفت طهران منذ تفجر الحرب بينها من جهة والولايات المتحدة وإسرائيل من جهة أخرى، بشكل كبير حركة الملاحة عبر المضيق، الذي يمر عبره نحو 20% من إمدادات النفط والغاز الطبيعي المسال المنقولة بحراً في العالم.

وأكد الحرس الثوري في 2 مارس الجاري إغلاق المضيق، لافتاً إلى أنه سيهاجم أية سفينة تحاول عبور هذا الممر الاستراتيجي.

أعلن الرئيس الأميركي، دونالد ترامب، السبت، أن عدة دول ستشارك إلى جانب الولايات المتحدة في إرسال سفن حربية إلى مضيق هرمز لضمان بقاء الممر الملاحي مفتوحاً وآمناً، وذلك في ظل التوترات مع إيران ومع استمرار العمليات العسكرية.

وقال ترامب عبر منصته تروث سوشيال، إن العديد من الدول المتضررة من محاولات إيران إغلاق المضيق ستتنضم إلى الجهود البحرية الدولية، مشيراً إلى أن من بين هذه الدول الصين وفرنسا واليابان وكوريا الجنوبية وبريطانيا ودولة أخرى تعتمد على هذا الممر الحيوي لتجارة الطاقة العالمية.

كما أضاف أن الولايات المتحدة دمرت ما وصفه بـ "100% من القدرات العسكرية الإيرانية"، إلا أن إيران ما زال بإمكانها تهديد الملاحة عبر إرسال طائرات مسيرة أو زرع إغاث أو إطلاق صواريخ قصيرة المدى في

المحلل في الشأن الأميركي يرى أن مسار الأحداث يتجه نحو إنهاء الطموح النووي الإيراني دون الانزلاق إلى حرب عالمية

د. فرانك مسمار لـ "البلاد": تدمير البرنامج النووي الإيراني مسألة وقت... ونظام جديد قد يتشكل في طهران

الدولية ضبط إيقاعه ومنع خروجه عن السيطرة. وأشار مسمار إلى أن التطورات المتسارعة في المنطقة تجعل مسألة الحسم في الملف النووي الإيراني مرتبطة بعامل الوقت أكثر من أي شيء آخر، لافتاً إلى أن المعطيات الميدانية والسياسية تشير إلى أن المرحلة المقبلة قد تحمل تحولات كبرى في شكل التوازنات الإقليمية.

واختتم حديثه بالقول إن ما تشهده المنطقة حالياً يمثل مرحلة مفصلية في تاريخ الشرق الأوسط، حيث تتقاطع فيها الملفات الأمنية والعسكرية والاقتصادية، ما يجعل مستقبل البرنامج النووي الإيراني أحد أهم الملفات التي ستحدد شكل النظام الإقليمي في السنوات المقبلة.

الإيرانية بصورة نهائية. وأضاف أن هذه التطورات قد تفتح الباب أمام تحولات سياسية داخل إيران نفسها، مشيراً إلى أن المرحلة المقبلة قد تشهد بروز نظام جديد في طهران، في حال استمرت الضغوط السياسية والعسكرية والاقتصادية على النظام الحالي. ورغم حدة التطورات، استبعد مسمار أن يؤدي هذا المسار إلى اندلاع حرب عالمية ثالثة، مؤكداً أن التوازنات الدولية الحالية، إضافة إلى حسابات القوى الكبرى، تجعل من غير المرجح انزلاق الصراع إلى مواجهة عالمية واسعة. وقال في هذا السياق: لا أعتقد أن الأمور ستصل إلى حرب عالمية ثالثة، موضحاً أن ما يجري يظل ضمن إطار صراع إقليمي واسع تحاول القوى

الأخيرة للمدير العام للوكالة الدولية للطاقة الذرية رافائيل غروسي التي تحدث فيها عن مساعٍ لإحياء مسار التفاوض والوصول إلى اتفاق نووي جديد بين الولايات المتحدة وإيران.

وأوضح مسمار أن القراءة الواقعية لمسار الأحداث تشير إلى أن فرض العودة إلى اتفاق نووي جديد تبدو محدودة في ظل التصعيد العسكري الحالي، مؤكداً أن الاتجاه السائد لدى القوى الغربية يقوم على إنهاء قدرة إيران النووية بشكل كامل.

وقال مسمار في حديثه لـ "البلاد": التدمير الكامل للبرنامج النووي الإيراني مسألة وقت، في إشارة إلى أن العمليات العسكرية والضغط الدولي المتزايدة قد تقود إلى القضاء على البنية النووية

البلاد | محرر الشؤون الدولية

في ظل التصعيد العسكري والسياسي المتواصل في المنطقة، وتزايد الحديث الدولي عن مستقبل البرنامج النووي الإيراني، رجح الخبير في الشأن الأميركي والكاتب في "البلاد" الدكتور فرانك مسمار أن تتجه التطورات نحو تدمير كامل للبرنامج النووي الإيراني، معتبراً أن ما يجري حالياً يشير إلى تحولات استراتيجية قد تقود في النهاية إلى تغيير في بنية النظام السياسي داخل إيران.

وجاءت تصريحات مسمار تعليقاً على التصريحات



فرانك مسمار

البيديوي: دول مجلس التعاون تعمل لخفض التصعيد وتدعو إيران للحوار



جاسم البيديوي

أكد الأمين العام لمجلس التعاون لدول الخليج العربية، جاسم البيديوي، أن دول المجلس تعمل مع المجتمع الدولي لاحتواء التصعيد في المنطقة، مشدداً على أن الخيار الدبلوماسي يظل المسار الأمثل لمعالجة التوترات الراهنة.

وقال البيديوي في تصريحات لـ "العربية/الحدث" إن دول مجلس التعاون تبذل جهوداً متواصلة منذ سنوات لتعزيز الحوار في مساعي تحقيق السلام، مؤكداً أن دول المجلس تعمل على مدار الساعة لخفض التصعيد في المنطقة.

وأضاف أن ضربات إيران على دول مجلس التعاون أمر لا يمكن التعامل معه، مشيراً إلى أن قرار مجلس الأمن الدولي بإدانة هذه الضربات يُعد قراراً تاريخياً يعكس إجماعاً دولياً على ضرورة توقف إيران عن اعتداءاتها.

وأوضح البيديوي أن دول مجلس التعاون أوضحت مراراً أنها لا يمكن أن تكون منصة لاستهداف إيران، مؤكداً أن دول المجلس قدمت ضمانات لطهران بأن أراضيها لن تُستخدم لأية أعمال عدائية ضدها.

وشدد الأمين العام لمجلس التعاون على أن دول الخليج تدعم الحلول السياسية والدبلوماسية لإنهاء التصعيد القائم، لافتاً إلى أن مستقبل المنطقة يكمن في الحوار والمسار السياسي، مع التأكيد على أن حماية الممرات المائية مسؤولية دولية مشتركة. وكشفت إحصائيات حديثة أن أكثر من 850 صاروخاً و2650 مسيرة إيرانية

هل حُسمت المعركة؟ واشنطن ترى أن إيران فقدت قدرتها على المواجهة



غارة جوية في كرج

إضعاف واضح للقدرات الإيرانية. في المقابل، تكشف هذه التصريحات أيضاً حجم التحديات التي تواجه إيران في هذه المرحلة، إذ إن الدعوة الأميركية إلى إنهاء الحرب بعد تحقيق الأهداف تعكس تقديراً بأن طهران لم تعد قادرة على تغيير موازين القوى في الميدان. وهو ما يضع القيادة الإيرانية أمام خيارين صعبين: إما القبول بواقع استراتيجي جديد فرضته الضربات العسكرية، أو المخاطرة بتصعيد قد يزيد من عزلتها وخسائرها.

وبذلك، فإن طرح إعلان النصر والانسحاب قد لا يكون مجرد موقف شخصي، بل مؤشر على اتجاه داخل واشنطن يرى أن الحرب نجحت في تقليص قدرة إيران على تهديد الاستقرار الإقليمي، وأن المرحلة المقبلة يجب أن تركز على تثبيت هذا التحول الاستراتيجي.

وهو ما قد يسمح لواشنطن بإعلان تحقيق الهدف الرئيسي دون الانجرار إلى حرب طويلة. في هذا السياق، يبدو أن الحديث عن إعلان النصر لا يعني بالضرورة انتهاء التوتر، بل يعكس محاولة لإعادة صياغة المرحلة التالية من الصراع. فالإدارة الأميركية تسعى، وفق هذا الطرح، إلى تثبيت نتائج الضربات العسكرية سياسياً ودبلوماسياً، مع إبقاء الضغط على طهران لمنعها من إعادة بناء قدراتها أو العودة إلى سياسات التوسع الإقليمي.

كما أن هذه المقاربة تتسجم مع استراتيجية أميركية أوسع تقوم على استخدام القوة العسكرية لتحقيق توازن ردي، ثم الانتقال إلى مرحلة إدارة الصراع عبر الضغوط الاقتصادية والسياسية. وبالنسبة لواشنطن، فإن أي اتفاق محتمل أو تهدئة لن يكون عودة إلى الوضع السابق، بل سيأتي بعد

البلاد
المصافي القرطبي
"عبدالله"

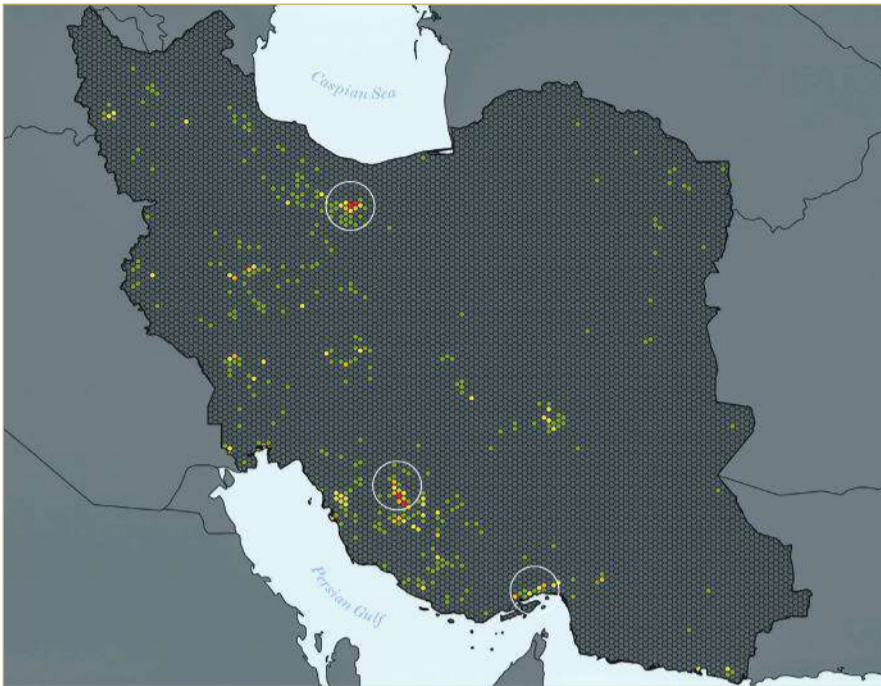
تفتح تصريحات ديفيد ساكس، مستشار البيت الأبيض لشؤون العملات المشفرة والذكاء الاصطناعي، باباً واسعاً للنقاش حول المرحلة المقبلة من الحرب بين الولايات المتحدة وإيران، خصوصاً بعدما دعا إلى إعلان النصر والانسحاب من الصراع. ورغم أن هذه الدعوة قد تبدو للوهلة الأولى إشارة إلى رغبة في التهدئة، فإنها في جوهرها تعكس قراءة داخل دوائر واشنطن بأن العمليات العسكرية الأميركية حققت أهدافها الاستراتيجية الأساسية بإضعاف القدرات الإيرانية.

من منظور أميركي، لا يُنظر إلى الحرب بوصفها صراعاً مفتوحاً بلا نهاية، بل كعملية عسكرية محددة الهدف تهدف إلى تحييد التهديدات التي تمثلها إيران، سواء عبر برنامجها النووي أو عبر شبكاتها العسكرية والإقليمية. وتشير تصريحات ساكس إلى أن الإدارة الأميركية تعتقد أن الضربات التي نُفذت خلال الأسابيع الماضية ألحقت أضراراً ملموسة بالبنية العسكرية الإيرانية،

تحليل إخباري

ترجمات "البلاد" عن صحيفة "واشنطن بوست":

تحليل بالأقمار الصناعية يكشف عن اتساع الأضرار في إيران



تحليل الأضرار استنادا إلى بيانات القمر الصناعي "Copernicus Sentinel-1"

كشفت تحليل لصور الأقمار الصناعية، أعده باحثون في جامعة ولاية أوريغون الأمريكية، عن واحدة من أوضح الصور حتى الآن لحجم الأضرار التي لحقت بالمباني والمنشآت داخل إيران منذ بدء الحرب الأمريكية - الإسرائيلية قبل نحو أسبوعين.

ووفق التحليل، فإن الأضرار التي لحقت بالمنشآت واسعة النطاق في مناطق إيرانية عدة، مع تسجيل أكبر مستويات الضرر في العاصمة طهران، التي تعد المدينة الأكثر سكانا في البلاد، إضافة إلى مدينة شيراز الواقعة في جنوب إيران. كما أظهر التحليل أن أكثر من 40 منشأة تضررت في مدينة بندر عباس الساحلية، التي تضم قاعدة بحرية رئيسة للقوات الإيرانية. وتتمتع المدينة بأهمية استراتيجية نظرا لموقعها على مضيق هرمز، الممر الذي يمر عبره نحو خمس إمدادات النفط العالمية. وأجرى التحليل الباحثان كوري شير وجامون فان دن هوك من مختبر "Con-flict Ecology" المتخصص في الأبحاث

2 و10 مارس. ويستخدم القمر الصناعي تقنية الرادار لرصد التغييرات التي تطرأ على سطح الأرض، بما في ذلك الأضرار أو الدمار الذي يلحق بالمباني والمنشآت. وأشار الباحثون إلى أن هذه التقنية لا ترصد الأضرار في المناطق الزراعية أو غير المطورة؛ ما يعني أن بعض الأضرار الصغيرة قد لا تظهر في التحليل. كما أصبحت صور الأقمار الصناعية أكثر أهمية في ظل قيود فرضتها شركات أميركية على نشر الصور الفضائية عالية الدقة، إضافة إلى انقطاع واسع للإنترنت داخل إيران؛ ما يصعب معرفة الحجم الكامل للأضرار. وفي السياق ذاته، قال وزير الدفاع الأميركي بيت هيجسيث إن الضربات الأميركية والإسرائيلية استهدفت أكثر من 15 ألف هدف داخل إيران منذ بداية العمليات العسكرية.

”سنتكوم“: ضربنا 90 هدفا مع الحفاظ على البنية التحتية النفطية

الجيش الأميركي: نفذنا ضربات دقيقة على جزيرة خرج دمرت مخازن ألغام بحرية وصواريخ

وأشار إلى أن الأسلحة الأميركية "هي الأقوى والأكثر تطورا في العالم"، لكنه قال إنه اختار "أسباب تتعلق بالأخلاق" عدم استهداف البنية التحتية النفطية في الجزيرة. وتابع "لكن إذا قامت إيران، أو أي طرف آخر، بأي شيء للتدخل في المرور الحر والامن للسفن عبر مضيق هرمز، فسأعيد النظر فوراً في هذا القرار".

ووفق وكالة "رويترز"، أنتجت إيران في مطلع 2026 نحو 3.3 مليون برميل يوميا من الخام، فيما ظلت جزيرة خرج محور شحن الصادرات على رغم الحرب والعقوبات.

كما أظهرت تقارير لاحقة أن ناقلات عدة واصلت التحميل من خرج حتى بعد بدء الضربات على إيران؛ ما يعكس الأهمية الاستثنائية للجزيرة في الحفاظ على تدفق الإيرادات النفطية.

الأهمية الاستراتيجية لخرج ليست جديدة؛ فالجزيرة كانت هدفا رئيسا أثناء الحرب العراقية - الإيرانية في الثمانينات، عندما تعرضت منشآتها النفطية لهجمات عراقية متكررة ضمن ما عُرف لاحقا بـ "حرب الناقلات".



لقطة من فيديو للضربات الأميركية على جزيرة خرج الإيرانية

تعرضت الملاحه في مضيق هرمز لأي تهديد. وقال ترامب، عبر منصة تروث سوشال: "قبل لحظات، وبناء على توجيهاتي، نفذت القيادة المركزية الأميركية واحدة من أقوى عمليات القصف في تاريخ الشرق الأوسط، وتم تدمير كل الأهداف العسكرية في جوهرة التاج الإيرانية، جزيرة خرج".

قالت، السبت، إن الأوضاع في جزيرة خرج "عادت بسرعة إلى طبيعتها وأصبحت تحت السيطرة".

وذكرت الوكالة أن جميع موظفي النفط في الجزيرة بصحة جيدة، ولم يتعرضوا لأي إصابات، وأن التقييمات الأولية تشير إلى أن البنية التحتية النفطية الحيوية للجزيرة لم تتضرر وأن أنشطتها مستمرة.

وقالت "مهر" إنه "خلافا لادعاءات العدو بشأن تدمير أنظمة الدفاع في الجزيرة، فقد أعيد تفعيل هذه الأنظمة بعد فترة وجيزة من الهجوم". وأضافت أن الولايات المتحدة "فشلت في تحقيق الأهداف الاستراتيجية التي كانت ترغب بها".

ونقلت وكالة "إرنا" عن مسؤول إيراني قوله إن صادرات النفط من الجزيرة مستمرة بشكل طبيعي.

وتمثل جزيرة خرج، الواقعة في شمال الخليج العربي على بعد نحو 55 كيلومترا شمال غربي مدينة بوشهر، العقدة الأهم في منظومة تصدير النفط الإيراني؛ إذ يمر عبرها تقريبا 90% من صادرات إيران النفطية، بطاقة تحميل تُقدَّر بنحو 7 ملايين برميل

قالت القيادة المركزية الأميركية (سنتكوم)، إن القوات الأميركية نفذت ضربة دقيقة واسعة النطاق على جزيرة خرج الإيرانية، شملت مواقع عسكرية دون المساس بالبنية التحتية النفطية للجزيرة التي يمر منها 90% من صادرات إيران النفطية، على رغم تلويع الرئيس الأميركي دونالد ترامب باستهداف النفط بسبب إغلاق مضيق هرمز، وسط تصاعد حرب إيران.

وأضافت "سنتكوم"، أن الضربة دمرت منشآت تخزين الألغام البحرية، ومخابئ تخزين الصواريخ، ومواقع عسكرية أخرى عدة. وأشارت إلى أن القوات الأميركية "استهدفت بنجاح أكثر من 90 هدفا عسكريا إيرانيا على الجزيرة، مع الحفاظ على البنية التحتية النفطية".

ويتسق ما أعلنته القيادة المركزية مع التصريحات الإيرانية الرسمية، بأن البنية التحتية للنفط في الجزيرة الحيوية، سليمة، كما أفادت خدمة "تانكر تراكرز" لتتبع ناقلات النفط بأن ناقلتين جديدتين تحملان النفط حاليا من جزيرة خرج.

المبعوث الأميركي جايد كوشنر سيقود الوساطة الأميركية على أن تعقد في قبرص أو باريس

مصادر دبلوماسية: مفاوضات مباشرة

بين لبنان وإسرائيل قريبا



غارات إسرائيلية على جنوب لبنان

المساعدة من أجل تنفيذها، وتتضمن: "إرساء هدنة كاملة" مع إسرائيل، و "تقديم الدعم اللوجستي الضروري" للجيش من أجل "نزع سلاح حزب الله ومخازنه ومستودعاته"، على أن "يبدأ لبنان وإسرائيل مفاوضات مباشرة برعاية دولية".

يذكر أنه ردا على مقتل المرشد الإيراني علي خامنئي، جرّ "حزب الله" لبنان إلى أتون حرب جديدة بدأها في الثاني من مارس بإطلاق صواريخ على إسرائيل، بينما ترد الأخيرة بغارات واسعة النطاق وتوغل بري وإنذارات إخلاء هجرت مئات الآلاف.

"استعداده للدخول في محادثات مباشرة مع إسرائيل. وينبغي أن تكون جميع مكونات البلاد ممثلة فيها".

وأردف أنه "على إسرائيل أن تقتنم هذه الفرصة للشروع في محادثات والتوصل إلى وقف لإطلاق النار، وإيجاد حل دائم، وتمكين السلطات اللبنانية من تنفيذ التزاماتها بما يعزز سيادة لبنان".

فيما أبدى استعداد فرنسا "لتيسير هذه المحادثات عبر استضافتها في باريس". وكان عون قد اقترح لوقف الحرب مبادرة من 4 نقاط، دعا فيها المجتمع الدولي إلى

أفادت مصادر دبلوماسية، السبت، بأن وفدين من لبنان وإسرائيل سيلتقيان في الأيام المقبلة.

وأضافت أن المفاوضات اللبنانية الإسرائيلية ستكون مباشرة، إذ سيمثل ورون دبيرمر الجانب الإسرائيلي، وفقا لصحيفة "هآرتس" الإسرائيلية.

بينما سيقود المبعوث الأميركي جايد كوشنر الوساطة الأميركية بين لبنان وإسرائيل على أن تعقد في قبرص أو باريس.

جاء هذا بعدما دعا الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون، السبت، إسرائيل إلى القبول بإجراء "محادثات مباشرة" مع الحكومة اللبنانية و "مختلف مكونات المجتمع"، معربا عن استعدادها لتسهيلها واستضافتها في باريس.

وكتب ماكرون في منشور بالعربية عبر منصة "إكس": "يجب بذل كل ما من شأنه الحيلولة دون انزلاق لبنان إلى الفوضى"، مضيفا "على حزب الله أن يوقف فوراً نهجه التصعيدي. وعلى إسرائيل أن تتخلى عن أي هجوم واسع النطاق، وأن توقف غاراتها المكثفة، في وقت فر فيه بالفعل مئات الآلاف من السكان من القصف".

كما أشار إلى أنه أجرى مباحثات، الجمعة، مع الرئيس اللبناني جوزيف عون، ورئيس الوزراء نواف سلام، ورئيس مجلس النواب نبيه بري.

كذلك أكد ماكرون أن الحكومة اللبنانية أبدت

مستشار رئيس الإمارات: على إيران

العودة لرشدها وتفعيل وساطات الجيران



أكد المستشار الدبلوماسي لرئيس دولة الإمارات أنور قرقاش، السبت، أن الاستراتيجية الإيرانية الحالية تعكس عدم قدرة طهران على مواجهة الضربات الأميركية والإسرائيلية.

وأضاف في منشور عبر "X"، السبت، أن استهداف دول الخليج العربي يكشف عجزا عسكريا إيرانيا وإفلاسا أخلاقيا وعزلة سياسية. كما رأى أن التصريحات الإعلامية الإيرانية المضللة لن تغطي هذه الحقيقة. وشدد على أنه على إيران العودة إلى الرشدها، لافتا إلى أن هذه العودة تبدأ بوقف استهداف الجيران وتفعيل وساطاتهم. جاء هذا بعدما أعلنت وزارة الدفاع الإماراتية، السبت، أن الدفاعات الجوية تعاملت مع 9 صواريخ بالستية و33 طائرة مسيرة قادمة من إيران.

وأوضحت الوزارة أنه منذ بدء الهجمات الإيرانية جرى اعتراض 294 صاروخا بالستيا و15 صاروخا جولا إضافة إلى 1600 طائرة مسيرة.

كما أكدت أن هذه الهجمات أسفرت عن 6 حالات وفاة من جنسيات إماراتية وباكستانية ونيبالية وبنغلاديشية، إلى جانب 141 إصابة طفيفة ومتوسطة شملت جنسيات عدة.

وأكدت وزارة الدفاع الإماراتية أن قواتها في حالة جهوزية تامة للتعامل مع أي تهديدات، والتصدي بحزم لكل ما يستهدف زعزعة أمن الدولة، بما يضمن

حماية سيادتها واستقرارها ومقدراتها الوطنية.

يذكر أن الحرب التي تفجرت في 28 فبراير الماضي بين أميركا وإسرائيل من جهة وإيران من جهة أخرى، دخلت أسبوعها الثالث، وسط قلق دولي من أن تطول لاسيما مع انتهاكات طهران لأجواء دول الخليج عبر إطلاق المسيرات والصواريخ، على رغم اعتراض معظمها، فضلا عن توسع النزاع ليشمل العراق ولبنان.

في حين تصاعد المخاوف من استمرار شلل مضيق هرمز الحيوي، الذي يمر عبره خمس شحنات العالم من الغاز والنفط، والذي أدى إغلاقه من قبل إيران بفعل الهجمات التي تستهدف السفن إلى ارتفاع كبير بأسعار النفط.



دروس نتعلمها من القائد العام لقوة دفاع البحرين

ناصر محمد نمي



اللحمة الوطنية أقوى من كل التحديات

سهى الخزرجي



د. شيماء عبدالله

في حضرة الوطن... الكلمة مسؤولة

يشهد العالم اليوم تسارعًا غير مسبوق في تدفق المعلومات، حيث أصبحت الأخبار والآراء تنتقل في لحظات عبر المنصات الرقمية ووسائل التواصل الاجتماعي، وقد أسهم هذا التحول في توسيع دائرة الوصول إلى المعلومات ومتابعة الأحداث بشكل فوري، إلا أنه في الوقت ذاته فرض تحديات جديدة تتعلق بكيفية التعامل مع المعلومة ومسؤولية تداولها في الفضاء الإعلامي المفتوح. ففي العصر الرقمي لم تعد الكلمة مجرد رأي عابر، بل أصبحت عاملاً مؤثرًا في تشكيل الرأي العام وصناعة الانطباعات داخل المجتمع. وقد يؤدي تداول الأخبار دون التحقق من مصادرها إلى خلق حالة من القلق أو الالتباس، خصوصًا في أوقات الأزمات أو التوترات التي تتطلب قدرًا أكبر من الوعي والالتزام في التعامل مع المعلومات. ومن هنا تبرز أهمية الوعي الإعلامي لدى الأفراد، إذ إن التعامل المسؤول مع الأخبار بشكل أحد أهم عناصر حماية الاستقرار المجتمعي، فالمجتمع الواعي يدرك أن حرية التعبير تقتنن دائمًا بالمسؤولية، وأن نشر المعلومة يجب أن يستند إلى مصادر موثوقة ودقيقة، بما يحافظ على مصداقية الخطاب الإعلامي ويعزز الثقة في المعلومات المتداولة. وفي هذا السياق، يمتد التعامل مع هذه التحديات ليشمل الدور التنظيمي والتشريعي للدولة في مواكبة التحولات الإعلامية المتسارعة. فقد أدركت الدول الحديثة أن التطور التكنولوجي واتساع فضاء الإعلام الرقمي يتطلب تحديث الأطر القانونية بما يحقق التوازن بين حرية التعبير والمسؤولية المهنية.

وفي مملكة البحرين، تجسد هذا النهج في الرؤية الاستباقية التي تتبناها الدولة لمواكبة مخاطر الإعلامية غير المنضبطة، من خلال تطوير التشريعات المنظمة للعمل الإعلامي. (المقال كاملا في الموقع الإلكتروني)

*كاتبة وأكاديمية بحرينية



د. أمل الجودر

هل نحن بخير؟

في ظل التصعيد الذي نعيشه اليوم، تتسارع الأخبار، وتتشابك التحليلات، ويجد الناس أنفسهم أمام سيل من معلومات تثير القلق أكثر مما تشرح الواقع، ويبقى السؤال الذي يتردد في كل بيت: هل نحن بخير؟ فتأتي الإجابة من صاحب السمو الملكي الأمير سلمان بن حمد آل خليفة ولي العهد رئيس مجلس الوزراء حفظه الله -البحرين بخير ما دمتوا أهلها- نعم.. نحن بخير، ما دمتوا أهلها، والوطن آمن بحفظ الله، ثم بقيادته وشعبه الوفي المعروف بحبه وولائه لوطنه.

إن البحرين - وبرؤية وتوجيهات صاحب الجلالة ملك البلاد المعظم حفظه الله ورعاه وسمو ولي العهد رئيس مجلس الوزراء حفظه الله ورعاه، عملت بصمت ولم تنتظر الأزمات كي تستعد لها، بل هناك منظومات تعمل على مدار الساعة، منها منظومة أمنية وعسكرية أظهرت جاهزية القوات المسلحة والأجهزة الأمنية، وكان التعامل مع الحدث على قدر المسؤولية، والذي لم يأت من فراغ بل نتيجة خطط مدروسة وتنسيق خليجي.

غرف عمليات تتابع التطورات لحظة بلحظة، وتقيم المخاطر، وتصدر التوجيهات اللازمة لضمان الاستقرار، وخطط للطوارئ والخدمات الأساسية من خلال اللجنة الوطنية للكوارث التي تغطي من الكهرباء إلى الصحة إلى الاتصالات، فهناك خطط بديلة تضمن استمرار الخدمات مهما كانت الظروف. وهناك تعاون وثيق مع دول مجلس التعاون لحماية الأمن والاستقرار، فالبحرين ليست وحدها، بل هي جزء من هذه المنظومة.

وفي أزمة كوفيد 19، أثبتت المملكة قدرتها على إدارة الموقف بحكمة وهذوء، واليوم يتكرر المشهد ذاته: استعداد كامل وخطط واضحة وتواصل رسمي مسؤول ووطن يعرف كيف يحمي أبناءه ومجتمع واع يعرف مسؤولياته.

يقول رسولنا الكريم صلى الله عليه وسلم لا يشكر الله من لا يشكر الناس، وأنا كمواطنة بحرينية أشعر بالفخر لانتمائي لهذه الأرض الطيبة، وأتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى ملكنا المعظم حفظه الله ورعاه، وإلى سمو ولي العهد رئيس الوزراء حفظه الله ورعاه، ولكل الوزارات التي كان لها دور كبير في شعوري بالأطمئنان بعد إيماني بحفظ الله، وأن الله غالب على أمره.

حفظ الله البحرين وجعلها بلداً آمناً مستقراً وسائر بلاد المسلمين.

*ممارس مرخص لعلم النفس الإيجابي



أسامة الماجد * Osama396948@gmail.com

ما فعلته إيران لم تفعله الأبالسة والشياطين

في المقابل، يطل علينا النظام الإيراني الإرهابي ككيان "صفوي" شاذ في نسيج المنطقة؛ بلد مسكون بالأوهام والحقد تجاه العروبة والإسلام. فبأي منطقي يجرؤ نظام يدعي "الإسلامية" على قصف دول الخليج الآمنة في ليالي شهر رمضان المبارك، والناس في المساجد بين اعتكاف وقرآن؟ إنها مفارقة لا تصدر إلا عن نظام تجرد من أبسط المعايير الإنسانية، ليفعل ما لم تفعله الأبالسة والشياطين. اليوم، يواجه هذا النظام عزلة سياسية شاملة وعقوبات اقتصادية مدمرة، فالتعامل مع المجتمع الدولي كـ "دولة مارقة" لا يورث إلا الهلاك. التاريخ لا يرحم، والمكان الوحيد الذي ينتظر هذا المشروع الإرهابي هو "مزبلة التاريخ"، لتبقى البحرين والخليج منارة للأمن والازدهار. هذا النظام المارق يترنح الآن نحو نهايته المحتومة.

* كاتب بحريني

سوالف

يقول المثل: "تستطيع أن تخدع الناس بعض الوقت، لكنك لا تستطيع خداعهم كل الوقت". هذا هو المشهد الراهن للنظام الإيراني الإرهابي الذي بات عارياً تماماً أمام المجتمع الدولي؛ فاعتدائه السافرة على مملكة البحرين ودول الخليج كشفت عن وجع لا يحترم قانوناً ولا غرماً.

إن اعتماد مجلس الأمن الدولي قرار إدانة الاعتداءات الإيرانية الغاشمة يمثل انتصاراً دبلوماسياً نوعياً لمملكة البحرين. هذا الإنجاز لم يأت من فراغ، بل هو تجسيد للمكانة الدولية الرفيعة والسمعة الحسنة التي رسختها المملكة بقيادة سيدي جلاله الملك حمد بن عيسى آل خليفة ملك البلاد المعظم حفظه الله ورعاه. لقد أثبتت البحرين أنها وطنٌ ذو شخصية مؤثرة وهيبة دولية، تبني جسورها على المصداقية والوضوح، وتلتزم بمبادئ السلام والاستقرار العالمي، ما جعل العالم يقف خلفها صفًا واحدًا.



د. بثينة خليفة قاسم * buthaina7747@gmail.com

زبدة القول

سيادة القانون وحماية الأمن الوطني البحريني

في أوساط الرأي العام يندرج تحت مظلة الحرب النفسية ونشر الفوضى المعلوماتية.

إن حرية التعبير المكفولة دستورياً ليست مطلقة، بل تحدها ضرورة الحفاظ على أمن الوطن وتجنب التحريض على الكراهية أو العنف، لذا فإن التدابير القانونية المتخذة تهدف بالأساس إلى حماية السلم الأهلي ومنع انجراف المجتمع خلف أفكار مضللة تخدم أجندات لا تتسق مع المصلحة الوطنية.

إن الولاء للوطن ليس مجرد شعار، بل ممارسة تظهر في الالتزام بالقانون والالتفاف حول القيادة ومؤسسات الدولة. فالانتماء لمملكة البحرين يفرض على الجميع التحلي بالمسؤولية، واستقاء المعلومات من مصادرها الرسمية، ورفض مخططات الاختراق أو التجنيد التي تستهدف تمييز النسيج المجتمعي.

إن أمن البحرين أمانة في عنق الجميع، وسيادة القانون الضمانة الوحيدة لاستمرار مسيرة البناء والتنمية في بيئة آمنة ومستقرة.

*كاتبة وأكاديمية بحرينية



د. داسم الأيوبي *

من جديد

سلامًا سلامًا

صوت تصدي دفاعات البوasl لما يعترض سماء البحرين يبعث في قلوبنا الراحة والطمأنينة والهدوء. لا أنكر أن أول 48 ساعة من الاعتداء الإيراني الآثم على سماء أرضنا الحبيبة كانت مشاعرها مختلفة، فنحن في البحرين قيادة وشعبًا نبعيدون كل البعد عن المشاكل والحروب؛ فأرض البحرين هي أرض سلام عبر العصور، بل سميت في الأساطير الأولى "أرض الخلود".

فهي جزيرة جميلة ساكنة، ينبض فيها الحب والدفء، وفيها من الألفة والهدوء ما يجعل من يقطنها تصعب عليه مغادرتها، فهي محل النفس والعين. لكنها كانت لحظات صعبة علينا حين سماع خبر استشهاد شابة بحرينية في مقتبل العمر على يد العدوان الإيراني الغاشم؛ كان ذنبها الوحيد أنها ذهبت لتناول وجبة السحور، إلا أن شغايا غادرة نالت من حياتها، وتركت فؤاد أمها وأبيها

فارغًا، وخيم الحزن على البحرين كلها.

فرغم كل ما نتعرض له من هجوم غادر وخسيس، إلا أننا جميعًا نقف صفًا واحدًا، قلبًا واحدًا، وروحًا واحدة. ولا أسف على أي خائن أو غادر تسول له نفسه أنه قد يتمكن من زعزعة أمتنا أو اختراق صفنا، أو حتى توهم أن الخوف أو القلق قد يتسرب إلينا؛ فقولنا جميعًا مجتمعة، بينما قلوب المعتدين شتى بإذن الله.

سلامًا سلامًا يا بحرين العروبة، يا عروس الخليج، وأرض السلام والداعية له. مملكة الخير والعطاء ستخرج شامخة بإذن الله من كل مكيدة ومن كل مصاب، وما علينا إلا الدعاء والثقة التامة في رجال البحرين وصفوفها على كل الأصدقاء، فنحن بإذن الله في عين الرحمن ورعايته.

*كاتبة وأكاديمية بحرينية



تقديرات "النقد الدولي" تشير لارتفاع أسعار النفط بنسبة 10 %

الخسائر الاقتصادية للحرب الإقليمية الجارية قد تتجاوز 4 تريليونات دولار



د. حسن العادي

البلاد | قسم الدراسات والبحوث

"تقع الحرب الجارية حالياً في قلب أكبر منطقة لإنتاج الطاقة في العالم، حيث تنتج دول الخليج العربي نحو 30 % من النفط العالمي، فيما يمر عبر مضيق هرمز نحو 20 مليون برميل يومياً أي ما يقارب 20 % من الاستهلاك العالمي للطاقة النفطية إضافة إلى 20 % من تجارة الغاز الطبيعي المسال".

"تشير التقديرات الأولية إلى أن الخسائر الاقتصادية للحرب قد تتجاوز 4 تريليونات دولار، في وقت فقدت فيه أسواق الأسهم العالمية ما بين 1 إلى 1.5 تريليون دولار

من قيمتها السوقية نتيجة تصاعد المخاطر الجيوسياسية".

"قفزت أسعار النفط من مستويات تراوحت بين 65 و70 دولاراً للبرميل قبل اندلاع الحرب إلى أكثر من 100 دولار قبل أن تتراجع إلى 90 دولاراً، أي بزيادة تقارب 25% خلال أقل من أسبوع".

"يمر عبر مضيق هرمز نحو 20 مليون برميل نفط يومياً تمثل قرابة ثلث تجارة النفط البحرية في العالم، إضافة إلى نحو 20% من تجارة الغاز الطبيعي المسال، ما يجعل أي تعطيل للمضيق تهديداً مباشراً لتجارة نفطية تقدر بنحو 600 مليار دولار سنوياً".



أسعار النفط ارتفعت من 65 - 70 دولاراً للبرميل إلى أكثر من 100 دولار قبل أن تتراجع إلى 90 دولاراً بزيادة تقارب 25 % خلال أقل من أسبوع



يمر عبر مضيق هرمز نحو 20 مليون برميل نفط يومياً تمثل قرابة ثلث تجارة النفط البحرية و20 % من تجارة الغاز الطبيعي المسال في العالم



الحرب الحالية تقع في قلب أكبر منطقة لإنتاج الطاقة حيث تنتج دول الخليج نحو 30 % من النفط العالمي ويمر عبر مضيق هرمز نحو 20 % من الاستهلاك العالمي للطاقة النفطية و20 % من تجارة الغاز المسال



التقديرات تشير إلى أن الخسائر الاقتصادية للحرب قد تتجاوز 4 تريليونات دولار بينما فقدت أسواق الأسهم العالمية ما بين 1 و1.5 تريليون دولار من قيمتها السوقية

« 2. السياحة

يعد الشرق الأوسط أحد أسرع مناطق السياحة نمواً في العالم، لكن الحرب قد تؤدي إلى: انخفاض السياحة في المنطقة بنسبة 20 % - 30 %، خسارة إيرادات سياحية بنحو 30 إلى 40 مليار دولار سنوياً، خصوصاً في الدول الخليجية ومصر وتركيا.

سادساً: الخسائر الاقتصادية لدول المنطقة

تعتمد الخسائر المحتملة لدول الخليج العربي على مدة الحرب.

« المكاسب قصيرة الأجل

ارتفاع أسعار النفط قد يزيد الإيرادات بنحو 300 إلى 400 مليار دولار سنوياً إذا استقرت الأسعار فوق 100 دولار، وذلك على فرض تمكن الدول من تصدير النفط.

« الخسائر المحتملة

لكن استمرار الحرب قد يؤدي إلى: تعطل الصادرات النفطية بقيمة 200 إلى 500 مليار دولار، خسائر التجارة والنقل بقيمة 50 إلى 100 مليار دولار، تراجع الاستثمارات بنحو 100 مليار دولار.

سابعاً: الأضرار المتوقعة

« 1. مخاطر الأمن الغذائي في دول الخليج

تستورد دول مجلس التعاون الخليجي ما بين 85 % و 90 % من احتياجاتها الغذائية من الأسواق العالمية، وتبلغ قيمة واردات الغذاء لدول الخليج العربي مجتمعة نحو 55 إلى 60 مليار دولار سنوياً. وتأتي نسبة كبيرة من هذه الواردات من آسيا وأوروبا وأستراليا، وتعتمد في نقلها على الممرات البحرية التي تمر عبر المحيط الهندي وبحر العرب ثم الخليج العربي. ويبرز التحدي الأكبر في حال تعرض خطوط الملاحة في المنطقة للاضطراب أو التهديد العسكري، خصوصاً إذا تأثرت حركة السفن في الخليج أو مضيق هرمز. وتشير بيانات النقل البحري إلى أن أكثر من 70 % من واردات الغذاء لدول الخليج تصل عبر النقل البحري، ما يجعل استقرار طرق الشحن عاملاً حاسماً في استمرار تدفق السلع الغذائية.

غير أن العديد من الدول الخليجية اتخذت خلال السنوات الماضية خطوات لتعزيز أمنها الغذائي من خلال بناء مخزون استراتيجي من السلع الأساسية. ففي بعض الدول يقدر المخزون الغذائي الاستراتيجي بما يغطي احتياجات السوق لمدة تتراوح بين 4 و8 أشهر.

« 2. تأثير الحرب على النشاط الاقتصادي المحلي والشركات

إلى جانب التأثيرات العالمية، يمكن للحرب أن تؤثر بشكل مباشر على النشاط الاقتصادي المحلي في دول المنطقة، خصوصاً إذا استمرت لفترة طويلة أو توسعت جغرافياً. وفي حال استمرار الحرب لفترة طويلة، قد تظهر تأثيرات اقتصادية محلية عدة، منها تباطؤ النشاط التجاري نتيجة تراجع الطلب الاستهلاكي وارتفاع حالة عدم اليقين، إضافة إلى ارتفاع تكاليف التشغيل للشركات بسبب ارتفاع أسعار الطاقة والنقل والتأمين.

« 3. الضغوط المحتملة على سيولة البنوك الوطنية

يمثل القطاع المصرفي أحد الركائز الأساسية لاستقرار الاقتصادي في دول الخليج، حيث تلعب البنوك دوراً محورياً في تمويل الشركات والأفراد ودعم النشاط الاقتصادي. ورغم أن الأنظمة المصرفية الخليجية تتمتع بمستويات جيدة من رأس المال والسيولة، فإن الحروب والأزمات الجيوسياسية قد تفرض ضغوطاً مؤقتة على السيولة في الأسواق المالية، (اقرأ الموضوع كاملاً بالموقع الإلكتروني)

ثالثاً: تأثير الحرب على النمو الاقتصادي العالمي

وفق تقديرات المؤسسات الاقتصادية، فإن ارتفاع أسعار النفط يؤدي مباشرة إلى تباطؤ النمو الاقتصادي. وتشير تقديرات صندوق النقد الدولي إلى أن ارتفاع أسعار النفط بنسبة 10 % يؤدي إلى زيادة التضخم بنحو 0.4 نقطة مئوية في الاقتصادات المتقدمة. وبناءً على نماذج الاقتصاد الكلي يمكن تقدير الآثار التالية:

السياريو	التأثير على الاقتصاد العالمي
ارتفاع النفط إلى 100 دولار	انخفاض النمو العالمي 0.3 %
ارتفاع النفط إلى 120 دولار	انخفاض النمو 0.6 %
ارتفاع النفط إلى 150 دولار	احتمال ركود عالمي

وبما أن حجم الاقتصاد العالمي يبلغ نحو 105 تريليونات دولار، فإن انخفاض النمو بنسبة 0.6 % يعني خسارة اقتصادية تقارب 630 مليار دولار سنوياً.

رابعاً: خسائر التجارة العالمية

« 1. تعطل أحد أهم طرق التجارة في العالم

يشكل الخليج ومضيق هرمز أحد أهم الممرات التجارية للطاقة والبتروكيماويات. القيمة التقديرية للتجارة التي تمر عبر المضيق سنوياً تشمل:

القطاع	القيمة السنوية
النفط الخام	600 مليار دولار
الغاز الطبيعي	120 مليار دولار
البتروكيماويات	150 مليار دولار

أي إجمالي التجارة المرتبطة بالطاقة عبر الخليج يتجاوز 870 مليار دولار سنوياً.

« 2. ارتفاع تكاليف الشحن والتأمين

أدى الصراع إلى ارتفاع كبير في تكاليف النقل البحري. تشير تقديرات شركات الشحن إلى: ارتفاع أقساط التأمين البحري بنسبة 500 % - 1200 %، ارتفاع أجور ناقلات النفط بنسبة 300 %، كما بدأت شركات الشحن تحويل مسار السفن حول رأس الرجاء الصالح، ما يزيد زمن الرحلة بين آسيا وأوروبا بنحو 10 إلى 15 يوماً.

خامساً: خسائر قطاع الطيران والسياحة

« 1. الطيران المدني

إغلاق المجالات الجوية في بعض دول المنطقة أدى إلى: إلغاء آلاف الرحلات الجوية، زيادة زمن الرحلات بين أوروبا وآسيا، ارتفاع تكاليف الوقود، وتقدر الخسائر اليومية لشركات الطيران العالمية بنحو 150 إلى 200 مليون دولار يومياً في حال استمرار القيود الجوية.

تشير تقديرات صندوق النقد الدولي إلى أن ارتفاع أسعار النفط بنسبة 10 % يؤدي إلى زيادة التضخم بنحو 0.4 نقطة مئوية في الاقتصادات المتقدمة، ما يعكس حجم التأثير المباشر لأسواق الطاقة على الاقتصاد العالمي.

وأدى الصراع إلى ارتفاع كبير في تكاليف النقل البحري، حيث ارتفعت أقساط التأمين البحري بنسبة تراوحت بين 500 % و1200 %، كما ارتفعت أجور ناقلات النفط بنحو 300 % نتيجة المخاطر المرتبطة بالملاحة في المنطقة.

وتعتمد دول مجلس التعاون الخليجي على الاستيراد لتوفير ما بين 85 % و 90 % من احتياجاتها الغذائية، فيما تصل أكثر من 70 % من واردات الغذاء عبر النقل البحري، ما يجعل استقرار طرق الشحن عاملاً حاسماً في ضمان الأمن الغذائي.

تقع الحرب الجارية حالياً في قلب أكبر منطقة لإنتاج الطاقة في العالم، فدول الخليج العربي وحدها تنتج نحو 30 % من النفط العالمي، بينما يمر عبر مضيق هرمز نحو 20 مليون برميل من النفط يومياً، أي نحو 20 % من الاستهلاك العالمي للطاقة النفطية، إضافة إلى 20 % من تجارة الغاز الطبيعي المسال، وقد أدى التصعيد العسكري خلال الأيام الماضية من الحرب إلى اضطرابات فورية في أسواق الطاقة والنقل والتجارة العالمية، ما انعكس على أسعار النفط والغاز، وعلى حركة الشحن البحري والطيران، وعلى الأسواق المالية العالمية.

وتشير التقديرات الأولية إلى أن الخسائر الاقتصادية للحرب قد تتجاوز 4 تريليونات دولار (لا تشمل الخسائر العسكرية والبشرية).

أولاً: خسائر أسواق المال

من أولى النتائج الاقتصادية للحرب كانت التقلبات الحادة في الأسواق المالية العالمية. تشير تقديرات المؤسسات المالية إلى أن أسواق الأسهم العالمية فقدت ما بين 1 و1.5 تريليون دولار من القيمة السوقية.

تراجع مؤشر داو جونز بأكثر من 500 نقطة بسبب المخاوف من توسع الحرب.

ويرجع ذلك إلى:

ارتفاع المخاطر الجيوسياسية.

توقع ارتفاع أسعار الطاقة.

احتمال عودة التضخم العالمي.

مخاوف من ركود اقتصادي.

وقد شهدت أسهم شركات الطيران والنقل البحري والطاقة أكبر التقلبات نتيجة ارتباطها المباشر بتطورات الصراع.

ثانياً: صدمة الطاقة العالمية

« 1. ارتفاع أسعار النفط

شهدت أسعار النفط ارتفاعاً سريعاً منذ بداية الحرب. فقبل اندلاع الحرب كان سعر النفط يتراوح بين 65 و70 دولاراً للبرميل، لكنه ارتفع بسرعة إلى ما فوق 100 دولار قبل أن يتراجع إلى 90 دولاراً بعد تصريح الرئيس الأميركي بقرب انتهاء الحرب، أي بزيادة تقارب 25 % خلال أقل من أسبوع.

وقد حذرت شركات الطاقة من أن الأسعار قد تصل إلى 150 دولاراً للبرميل إذا تعطلت صادرات الخليج.

« 2. حجم الطاقة المهددة بالتوقف

يمر عبر مضيق هرمز 20 مليون برميل يومياً من النفط، أي ما يقارب ثلث تجارة النفط البحرية في العالم، ونحو 20 % من تجارة الغاز الطبيعي المسال. وهذا يعني أن أي تعطيل كامل للمضيق قد يؤدي إلى خروج ما قيمته 600 مليار دولار سنوياً من تجارة النفط العالمية.

كما تشير التقارير إلى أن 85 مليون برميل من النفط بقيت عالقة على الناقلات في الخليج بسبب اضطراب الشحن.



توقعات بزيادة التضخم بنحو 0.4 نقطة مئوية في الاقتصادات المتقدمة



تكاليف النقل البحري قفزت مع ارتفاع أقساط التأمين بنسبة 500 % إلى 1200 % وأجور ناقلات النفط ارتفعت بنحو 300 % نتيجة المخاطر في المنطقة



دول الخليج تعتمد على الاستيراد لتوفير ما بين 85 % و90 % من احتياجاتها الغذائية فيما تصل أكثر من 70 % من الواردات عبر النقل البحري



البلاد

كتلة "استدامة" تعلن ترشحها الرسمي لانتخابات غرفة البحرين... نبيل كانو:

تحالف استراتيجي لتعزيز وحدة الشارع التجاري ورسم خارطة طريق لاقتصاد المستقبل

شراكة وطرح مبادرات مع الحكومة لمواجهة التحديات ودعم نمو القطاع الخاص برنامج انتخابي يركز على التحول الرقمي ودعم المؤسسات الصغيرة والمتوسطة



أعضاء كتلة استدامة



نبيل كانو

البلاد | أمل العرادي | تصوير: سيد علي السيد حسن

قدم التجار أعضاء كتلة "استدامة" أوراق ترشحهم رسمياً لانتخابات مجلس إدارة غرفة تجارة وصناعة البحرين في دورتها الواحدة والثلاثين، وذلك أمس السبت الموافق 14 مارس 2026، في مقر الغرفة بالسنايس. وتضم كتلة "استدامة" مزيجا من الخبرات القيادية والكفاءات المهنية والطاقات الشابة الطموحة، التي اجتمعت تحت مظلة واحدة تهدف إلى تحقيق الاستقرار والنمو المستدام لقطاع الأعمال البحريني، فضلاً عن رئيس الكتلة نبيل كانو، فإن كتلة "استدامة" تضم تحت مظلتها عدداً من التجار وهم: محمد الكوهجي، ونواف الزياتي، ويوسف صلاح الدين، وسونيا جناحي، وسوسن أبو الحسن، وعيبر المؤيد، وأحمد السلوم، وجميل الفنا، والدكتور وهيب الخاجة، وعبدالله الحوي، ورشاد زينل، ومحمد نادر فخر، وحسن بدر كيكسو، وخالد عبدالرحمن جمعة، وخالد انجير.

"استدامة" موت واحد لبيت واحد

وبهذه المناسبة، أكد رئيس الكتلة نبيل كانو على أن الترشح الرسمي اليوم يمثل مسؤولية والتزام أمام التجار أعضاء الجمعية العمومية لغرفة البحرين، وقال: "إننا في كتلة استدامة، نؤكد أن المرحلة الحالية تحمل جملة من التحديات أمام القطاع التجاري، خاصة في ظل الظروف الإقليمية، والمتغيرات الاقتصادية التي تشهدها المنطقة، وهو ما يستدعي مزيداً من العمل المشترك، والتنسيق الفاعل بين غرفة البحرين والحكومة الموقرة لضمان استمرار نمو واستقرار القطاع التجاري". هذا، وأشاد كانو بالجهود والمبادرات التي اتخذتها الحكومة لدعم مختلف القطاعات الاقتصادية، وفي مقدمتها القطاع التجاري، والتي كان لها دور مهم في تعزيز استقرار الاقتصاد الوطني، منوهاً بأنهم على ثقة بأنه كما وقفت الحكومة إلى جانب التجار خلال جائحة كورونا عبر إطلاق حزم الدعم التي ساهمت في تخفيف آثار تلك المرحلة، فإنها ستواصل هذا الدور خلال المرحلة المقبلة من خلال إطلاق المزيد من البرامج والمبادرات الداعمة للنشاط التجاري.



جانب من تقديم أوراق الترشح

المحاور المهمة في البرنامج الانتخابي للكتلة، حيث تسعى "استدامة" إلى دعم المبادرات التي تسهم في تطوير سلاسل الإمداد والبنية التحتية للأسواق والمخازن، بما يعزز استقرار الأسواق وتوافر السلع تحت مختلف الظروف.

دعوة للمشاركة الفاعلة

ودعا رئيس كتلة استدامة نبيل كانو الشارع التجاري إلى المشاركة الفاعلة في الانتخابات المقررة يوم 28 مارس الجاري، مؤكداً أن قوة الغرفة تستمد من تماسك أعضائها وتفاعلهم مع استحقاقاتها الانتخابية، مشيراً إلى أن كتلة "استدامة" ستواصل لقاءاتها مع التجار لعرض برنامجها الانتخابي والاستماع إلى ملاحظاتهم، مؤكداً أن الهدف هو تعزيز دور الغرفة كمظلة جامعة للقطاع الخاص وشريك فاعل في دعم مسيرة الاقتصاد الوطني.

المعرفة لم يعد خياراً ثانوياً، بل يمثل أحد الركائز الأساسية لضمان استدامة النمو الاقتصادي، لذلك تضع "استدامة" دعم التحول الرقمي في الشركات الصغيرة والمتوسطة ضمن أولوياتها، إلى جانب العمل على تطوير منصات التجارة الإلكترونية وتعزيز حضور المنتج البحريني في الأسواق الإقليمية والعالمية.

دعم مختلف القطاعات الاقتصادية

هذا، وتتبنى الكتلة رؤية تهدف إلى دعم القطاعات الاقتصادية الحيوية وتعزيز قدرتها التنافسية، عبر الدعوة إلى بيئة تنظيمية مرنة تراعي التوازن بين الرسوم التشغيلية والدخل الفعلي للشركات، إلى جانب تعزيز فرص المؤسسات المحلية في الاستفادة من المشاريع والمناقصات الكبرى. ويبرز ملف الأمن الغذائي واللوجستي كأحد

مرجعية مهنية تنقل الخبرات المتراكمة إلى الأجيال الجديدة، وتفتح المجال أمام الشباب للمساهمة في قيادة مسيرة الابتكار والتطوير في القطاع التجاري. كما تؤكد الكتلة أن دعم ريادة الأعمال يبدأ من تعزيز ارتباط التعليم باحتياجات السوق، ويمتد إلى دعم المبادرات التي تسهم في تطوير بيئة الأعمال وخلق فرص جديدة للنمو أمام رواد الأعمال والمؤسسات الصغيرة والمتوسطة.

برنامج انتخابي واقعي وطموح

وتطرح الكتلة في برنامجها الانتخابي خارطة طريق تتسم بالواقعية والقابلية للتنفيذ، حيث تركز على تعزيز مرونة الاقتصاد الوطني عبر دعم القطاعات الإنتاجية وتسريع وتيرة التحول الرقمي في بيئة الأعمال. ومن جانب آخر، يرى أعضاء الكتلة أن اقتصاد

وقال مؤكداً: "من جانبنا، إذا حظينا بثقة التجار ووصلنا إلى مجلس إدارة الغرفة، فإننا سنحرص على أن يكون لنا دور فاعل في نقل صوت الشارع التجاري، والعمل بروح الشراكة مع الجهات المعنية لطرح الحلول العملية، والمساهمة في دعم المبادرات والبرامج التي تعزز استقرار ونمو القطاع التجاري، بما يخدم مصالح التجار ويسهم في دفع عجلة الاقتصاد الوطني نحو مزيد من التنمية والاستدامة".

تكامل الأجيال وصناعة المستقبل

وتتميز كتلة "استدامة" بقدرتها على الربط بين عراقلة التاريخ وتكنولوجيا المستقبل، فهي تضم تجاراً من عائلات تجارية عريقة ساهمت في بناء نهضة البحرين، إلى جانب رواد أعمال ومهنيين يمثلون الجيل الجديد من القيادات الاقتصادية، ويهدف هذا التنوع إلى خلق

أبو الحسن تكشف عن خطة "استدامة"



سوسن أبو الحسن

مع الشارع التجاري والاستماع إلى احتياجاته وتحدياته، مؤكدة أن الكتلة تحرص على أن تكون قريبة من التجار وأصحاب الأعمال من أجل طرح الحلول المناسبة. كما أكدت سوسن أبو الحسن على أن كتلة "استدامة" تقوم على عدد من القيم الأساسية، من بينها العمل بروح الفريق، والشمولية في تمثيل مختلف مكونات الاقتصاد الوطني، إلى جانب الابتكار والشفافية والتواصل المستمر مع الشارع التجاري، (اقرأ الموضوع كاملاً بالموقع الإلكتروني)

كشفت عضو كتلة استدامة سوسن أبو الحسن عن أن الكتلة تضع ضمن برامجها إنشاء دائرة متخصصة لدعم المؤسسات الصغيرة والمتوسطة، تقدم الاستشارات المجانية في مجالات التمويل، والإدارة، والتطوير، بما يُساعد هذه المؤسسات على النمو والاستدامة. وأوضحت أبو الحسن أن الكتلة تقدمت لخوض انتخابات غرفة تجارة وصناعة البحرين للدورة الحادية والثلاثين برؤية تهدف إلى تطوير العمل في الغرفة وتعزيز دورها في خدمة القطاع التجاري، مشيرة إلى أن من أبرز أهدافها دعم وتمكين المؤسسات الصغيرة والمتوسطة في ظل التحديات الاقتصادية التي تشهدها المنطقة على المستويين الإقليمي والمحلي. وأضافت أن من بين أولويات الكتلة تعزيز الشراكة مع السلطينتين التنفيذية والتشريعية من أجل تطوير وتحسين بيئة الأعمال في مملكة البحرين، بما يسهم في دعم القطاع الخاص وتحفيز النمو الاقتصادي. وأشارت إلى أهمية التواصل المباشر

الغنا: نسعى لتعزيز دور قطاع المقاولات والإنشاءات في الاقتصاد الوطني



جميل الغنا

الخبرات ستسهم في طرح مبادرات تخدم القطاع التجاري وتسهم في تطوير بيئة الأعمال في البحرين. وفيما يتعلق بقطاع المقاولات والإنشاءات، أكد أن القطاع يحظى باهتمام كبير من قبل أعضاء الكتلة، مشيراً إلى أن هذا القطاع يعد من الركائز الأساسية للاقتصاد الوطني، وأضاف: "أن دعم قطاع الإنشاءات ينعكس بشكل مباشر على النشاط الاقتصادي بشكل عام، موضحاً أن انتعاش قطاع البناء يسهم في تحفيز العديد من القطاعات المرتبطة به".

أكد عضو كتلة استدامة جميل الغنا أن كتلة "استدامة" تقدمت رسمياً لخوض الانتخابات، مشيراً إلى أن أعضائها يمتلكون خبرات متنوعة ويجمعهم هدف مشترك يتمثل في خدمة القطاع التجاري في مملكة البحرين. وأوضح أنه يشغل عضوية غرفة تجارة وصناعة البحرين لدورتين متتاليتين منذ عام 2018 وحتى الآن، مبيناً أن الكتلة قدمت ترشحها في 14 مارس 2026، وتضم عدداً من الكفاءات الشابة التي تسعى إلى خدمة الشارع التجاري ودعم مختلف القطاعات الاقتصادية. وأشار إلى أن هدف المجموعة لا يقتصر على الشركات الكبيرة فقط، بل يشمل كذلك المؤسسات الصغيرة والمتوسطة، إلى جانب دعم الأفراد ورواد الأعمال الذين يحتاجون إلى المساندة أو المساعدة في إنجاز معاملاتهم وتطوير أعمالهم. وبيّن أن خبرته المهنية تمتد إلى مجالات المقاولات والتجارة والعقارات، مؤكداً على أن هذه

السلوم: التركيز على المشاريع النوعية وخلق الوظائف



أحمد السلوم

نظراً لما تمتلكه من إمكانات للنمو، وأضاف أن خطة العمل تبدأ بالاستماع إلى مختلف القطاعات الاقتصادية للتعرف على التحديات التي تواجهها، ومن ثم تحويل هذه التحديات إلى حلول عملية. وأكد أن تنفيذ هذه الحلول يتطلب تعاوناً وثيقاً مع الحكومة، إلى جانب التنسيق مع السلطة التشريعية، نظراً إلى أن بعض الحلول قد تحتاج إلى تعديلات تشريعية أو قرارات تنظيمية تسهم في تحفيز القطاع التجاري وتعزيز استدامته. (اقرأ الموضوع كاملاً بالموقع الإلكتروني)

أكد عضو مجلس النواب وعضو كتلة استدامة أحمد صباح السلوم أن الكتلة تقدمت كعائلة واحدة وبرؤية مشتركة لخدمة القطاع التجاري في مملكة البحرين، مشيراً إلى أن العمل الجماعي يمثل النهج الذي سستسير عليه الكتلة خلال المرحلة المقبلة. وأوضح أن أعضاء الكتلة اجتمعوا تحت هدف واحد يتمثل في دعم القطاع التجاري وتعزيز استدامته، لافتاً إلى أن التحديات التي يواجهها القطاع تتطلب تكاتف الجهود والعمل بروح الفريق الواحد. وأشار إلى أن المرحلة الحالية تتزامن مع الانتخابات التي وصفها بـ "العرس الانتخابي"، الذي يتجدد كل أربع سنوات، مؤكداً أن الكتلة تنظر إلى المستقبل بتفاؤل، وأنها ستعمل مع مختلف القطاعات الاقتصادية من أجل تجاوز التحديات وتحقيق مزيد من النمو. وبيّن أن بعض القطاعات تحتاج إلى دعم أكبر في هذه المرحلة، بينما تحتاج قطاعات أخرى إلى الاستثمارية أو الاستثمار فيها



كرم: التوترات الإقليمية تدعم قطاع الصناعات الدفاعية وتضغط على بقية القطاعات

البلاد | عمر الكعابنة

تشهد منطقة الشرق الأوسط في الفترة الحالية تصاعداً في حدة التوترات الإقليمية، خصوصاً مع تنامي التصعيد بين إسرائيل وإيران، إلى جانب انخراط الولايات المتحدة في هذا المشهد المتوتر سياسياً وعسكرياً. هذه التطورات تلقي بظلالها على الاقتصاد العالمي، خصوصاً في قطاعات الطاقة والنقل وسلاسل الإمداد، حيث تؤدي حالة عدم اليقين الجيوسياسي إلى تقلبات في الأسواق وارتفاع تكاليف الشحن والتأمين.

خصوصاً مع التصعيد بين إسرائيل وإيران والتوتر القائم بين الولايات المتحدة وإيران، عادةً ما يكون قطاع الصناعات الدفاعية والأسلحة من أكثر القطاعات استفادة خلال مثل هذه الأزمات، نتيجة ارتفاع الطلب على المعدات العسكرية والتقنيات الدفاعية.

وأضاف أن قطاع الشحن والنقل والقطاعات اللوجستية التي تقوم بإمداد الجيوش وتنفيذ عمليات الإمداد العسكري تشهد كذلك نشاطاً ملحوظاً خلال هذه الفترات، مع زيادة حركة نقل المعدات والمواد اللوجستية المرتبطة بالعمليات العسكرية أو الاستعدادات الدفاعية.



محمد كرم

في المنطقة، خصوصاً تلك المرتبطة بإسرائيل وإيران والولايات المتحدة، وأشار إلى أن التوترات الجيوسياسية

تنعكس بشكل مباشر على أسواق الطاقة العالمية، نظرًا لحساسية منطقة الخليج والممرات البحرية الحيوية مثل مضيق هرمز الذي تمر عبره نسبة كبيرة من صادرات النفط العالمية. ورغم استفادة بعض القطاعات، أوضح أن ارتفاع أسعار الطاقة والوقود ينعكس سلبيًا على ربحية العديد من القطاعات الاقتصادية الأخرى، خصوصاً الصناعات الثقيلة وشركات النقل والطيران، وهو ما يظهر بوضوح في أداء أسهم عدد من الشركات العالمية المرتبطة بسلاسل الإمداد والتوريد.

وشدد كرم على أن التحليلات الاقتصادية في أوقات الأزمات أو أثناء ما يمكن وصفه بـ "العاصفة"

الجيوسياسية لا تكون دقيقة بشكل كافي لقياس التأثيرات قصيرة أو طويلة المدى، موضحاً أن التغيرات قد تكون كبيرة سواء في المنطقة أو على مستوى العالم، إلا أن ما يتم طرحه حالياً يبقى في إطار التوقعات، لأن العالم ما يزال في منتصف هذه العاصفة.

وفي ظل استمرار التصعيد والتوتر بين القوى الإقليمية والدولية في الشرق الأوسط، يبقى المشهد الاقتصادي العالمي مفتوحاً على سيناريوهات عدة، حيث تعتمد اتجاهات الأسواق واستقرارها على تطورات المشهد السياسي ومدى قدرة الأطراف المعنية على احتواء التوترات ومنع توسعها.

صادرات قياسية بـ 213 مليار دولار رغم الأحداث الجارية

الصين تكتسح الأسواق العالمية مطلع 2026

البلاد | طارق البحار

استهلّت الصين العام 2026 بانطلاق اقتصادية وصدفت بـ "الكاسحة"، حيث سجلت الصادرات نمواً فاق كل التوقعات مدفوعاً بطلب عالمي محموم على الإلكترونيات وتقنيات الذكاء الاصطناعي. ومع تحقيق فائز تجاري بلغ 213.6 مليار دولار في الشهرين الأولين فقط، يبدو أن العملاق الآسيوي في طريقه لتخطيم رقمه القياسي السابق البالغ 1.2 تريليون دولار، ما لم تؤدّ الأحداث الجارية إلى صدمة أوسع في قطاعي الطاقة والشحن.

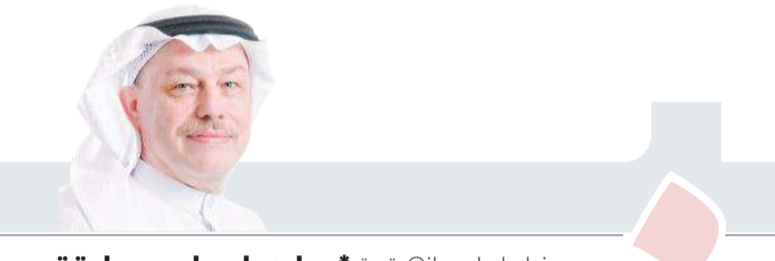
وكشفت البيانات الرسمية عن نمو الشحنات الخارجية بنسبة 21.8% بالدولار الأميركي خلال يناير وفبراير، متجاوزة بكثير توقعات المحللين التي لم تتعدّ 7.1%. وكان قطاع أشباه الموصلات "نجم الحفل" بنمو سنوي قدره 66.5%، وهو المعدل الأسرع منذ أكثر من عقد، مستفيداً من النقص العالمي في رقائق الذاكرة والسباق الدولي نحو الاستثمار في الذكاء الاصطناعي. ولم تقتصر السيطرة الصينية على التقنيات العالية، بل امتدت لتشمل ما يُعرف بـ "الثلاثي الجديد": السيارات الكهربائية، بطاريات الليثيوم، والخلايا الشمسية، بالإضافة إلى عودة مفاجئة لقطاعات



جبن بينغ. ويرى الخبراء أن إصرار الصين على الاستثمار في القطاعات الاستراتيجية وتعزيز قبضتها على سلاسل التوريد العالمية هو رد فعل مباشر على الضغوط التجارية الدولية، ومحاولة لترسيخ مكانتها كـ "مصنع العالم" الذي لا يمكن تجاوزه. تفاعلت أسواق الأسهم في الصين وهونغ كونغ إيجابياً مع هذه البيانات، مدعومة بتصريحات الرئيس الأميركي دونالد ترامب التي أشار فيها إلى احتمال التوصل لنهاية سريعة للصراع في الشرق الأوسط، ما أعطى دفعة من التفاؤل للمستثمرين القلقين من تعطل سلاسل التوريد بحسب رويترز.

المنسوجات والملابس التي استعادت حصتها السوقية رغم المنافسة الشرسة من جنوب شرق آسيا. رغم هذه الأرقام المضيئة، يراقب الاقتصاديون بحذر تداعيات الحرب في إيران وإغلاق مضيق هرمز، الذي يمر عبره خمس النفط العالمي. وبينما قفزت أسعار الخام فوق حاجز الـ 100 دولار للبرميل، يبدو أن بكين كانت قد استعدت مسبقاً عبر تخزين كميات ضخمة من السلع الأساسية وخام النفط في مطلع العام لتأمين خطوط إنتاجها.

تأتي هذه البيانات في توقيت سياسي حساس، حيث ترفع من سقف الرهانات قبل القمة المرتقبة بين الرئيسيين ترامب وشي



@ihsanbuhulaiga: تويتر * د. إحصان علي بوطيقة

يقول عنتر: أنا في الحرب العوان

كيف تحد الدول من تأثير الأزمات على استقرارها، بما ذلك الحرب الطائشة الدائرة في خليجنا العربي؟

إجابة بطون الكتب تقول إن تملك المرونة والقدرة على التكيف (resilience) مع التحديات تخفيفاً من المخاطر ومناورة المكائد. فذلك يمنح الدولة القدرة على الاستيعاب وامتصاص الأزمة بما يمكنها من تحصين مجتمعها والاقتصاد جزء منه) بالحفاظ على الاستقرار والاطمئنان. كيف وظفت السعودية مرونتها الاقتصادية واللوجستية وامكاناتها الجغرافية باقتدار رغم أن منطقتنا في عين العاصفة بسبب حرب أميركا و "إسرائيل" على إيران، وهجمات إيران بالصواريخ والمسيرات على دول مجلس التعاون جميعاً دونما استثناء؟ اهتمام السعودية أولاً وقبل أي شيء هو باستقرار المنطقة، واستقرار الاقتصاد العالمي بالحفاظ على استمرار امدادات النفط. كيف؟

1. فيما يتصل باستقرار خليجنا العربي، وعلى عكس ما يُراد للحرب الدائرة بين أميركا و "إسرائيل" وإيران، من حشر دول مجلس التعاون فيها، فقد تحركت السعودية استراتيجياً ففتحت ابوابها وما تحتزته من امكانات لتكون عمقاً خليجياً يفك الاحتكاكات والتعطيلات التي ولدتها الحرب، كما كان الحال دوماً. 2. فيما يتصل بالنفط، وعلى عكس النظرة القاصرة لمن يفكرون بانتهازية عند ارتفاع اسعار النفط بسبب الحروب والأزمات، فالسعودية، باعتبار دورها القيادي في عالم الطاقة واقتصادياته، تسعى - كما هو الحال دائماً - لدعم استقرار الاقتصاد العالمي عبر الحفاظ على تواصل الامدادات، وفكرت ودربت واستثمرت مبكراً في خيارات نقل بديلة، فأتاحت للعالم منظومتها اللوجستية الفريدة لتجنب العالم الاحطار الجيو-اقتصادية في حال تأثر امدادات النفط، فأتاحت خطأً ناقلاً (شرق-غرب) للنفط من منابعه على الخليج العربي إلى البحر الأحمر، وأتاحت ميناءها العملاق (ميناء بنبع الصناعي والتجاري)، وهو ليس كأي ميناء بل مجهز بسعة عالمية المستوي: * الطاقة الاستيعابية: يُصنف ميناء الملك فهد الصناعي كأعلى موانئ السعودية طاقة تشغيلية بـ 210 ملايين طن، فيما تبلغ قدرة الميناء التجاري 13.5 مليون طن. * تصدير النفط والطاقة: يعد الميناء أكبر ميناء لتحميل الزيت الخام والمنتجات المكررة والبتروكيماويات على البحر الأحمر. (اقرأ الموضوع كاملاً بالموقع الإلكتروني)

* مؤسس مركز جواتا الاستشاري

بعد أسبوعي حرب.. الإغلاقات تترك حركة الجو وقطر والبحرين تفتحان المجال جزئياً

تعافٍ حذر لحركة الطيران بالشرق الأوسط مع دخول حرب إيران أسبوعها الثالث

استئناف العمليات التشغيلية الكاملة سيبدأ فور إعلان الهيئة العامة للطيران المدني في قطر إعادة فتح المجال الجوي بشكل آمن.

السعودية تطالب الركاب بمتابعة فورية

مع انتهاء تمديد الرحلات إلى سلطنة عُمان، والكويت، وأبوظبي، والدوحة، والبحرين يوم الخميس الماضي، طالبت "الخطوط الجوية السعودية" الركاب بمتابعة أحدث المعلومات المتعلقة بالعمليات التشغيلية عبر منصتها الإلكترونية من خلال المتابعة الفورية لحالة الرحلات.

أما "طيران ناس" فلا تزال عملياتها متأثرة بالإغلاقات الجوية في المنطقة، وقالت إن المسافرين المتأثرين يمكنهم إدارة حجوزاتهم عبر موقع الشركة، مع إمكانية تغيير تاريخ السفر دون رسوم إضافية، أو استرجاع قيمة التذكرة، أو الاحتفاظ بها كرسيد لاستخدامه لاحقاً في السفر.

الكويت تشغل رحلات بديلة عبر السعودية

لا يزال مطار الكويت الدولي مغلقاً أمام حركة الطيران، ما دفع "طيران الجزيرة" إلى تمديد تعليق رحلاتها من الكويت حتى الساعة 10 صباحاً من 18 مارس بسبب استمرار إغلاق المجال الجوي. (اقرأ الموضوع كاملاً بالموقع الإلكتروني)



الجوي في إيران والعراق والكويت أمام حركة الطيران، بينما يظل المجال الجوي في سوريا مغلقاً مع السماح فقط بوصول ومغادرة الرحلات من مطار حلب عبر مسارات محددة. أما البحرين فعدّلت قرار الإغلاق، إذ ما يزال المجال الجوي مغلقاً أمام جميع الرحلات باستثناء الرحلات المغادرة من مطار البحرين الدولي (BAH) عبر مسار محدد وبعد الحصول على إذن مسبق.

زيادة نشاط الخطوط الجوية القطرية

شهدت "الخطوط الجوية القطرية" تحسناً في عدد الرحلات التشغيلية، إذ بلغ عدد الرحلات الفعلية نحو 60 رحلة، بزيادة تقل قليلاً عن

بالإمارات

أعلنت الهيئة العامة للطيران المدني في الإمارات عن عودة تدريجية لحركة الطيران في الدولة، بعد أن أغلقت مجالها الجوي في 28 فبراير مع بدء الحرب.

وقال وزير الاقتصاد والسياحة الإماراتي عبدالله بن طوق إن مطارات الدولة خدمت نحو 1.4 مليون مسافر خلال الفترة بين 1 و12 مارس، فيما سجلت الأجواء الإماراتية 7839 حركة جوية خلال الفترة نفسها، مضيفاً أن شركات الطيران الوطنية استعادت نحو 44.6% من مستويات التشغيل السابقة للأزمة.

وعلى صعيد الشركات، سيرت "طيران الإمارات" نحو 330 رحلة يوم الجمعة في مؤشر على التعافي التدريجي بعد الاضطراب الكبير الذي أصاب عملياتها مطلع مارس. كما شغلت الاتحاد للطيران 66 رحلة بزيادة تتجاوز 50% مقارنة باليوم السابق. في المقابل، سجلت "العربية للطيران" تراجعاً طفيفاً في عدد رحلاتها إلى 141 رحلة، بينما انخفضت عمليات فلاي دبي إلى 122 رحلة مقارنة بـ 133 رحلة في اليوم السابق.

قيود واسعة على المجالات الجوية

لا تزال عدة مجالات جوية في المنطقة مغلقة بالكامل أو جزئياً. ويستمر إغلاق المجال

ما تزال حركة الطيران في منطقة الشرق الأوسط تحت وطأة قيود تشغيلية واسعة وإجراءات استثنائية، وسط تعديلات مستمرة في شبكات الرحلات وإغلاق كلي أو جزئي لعدد من المجالات الجوية. ورغم استمرار هذه الوتيرة الاستثنائية للعمليات وارتها عودة الجداول الطبيعية بالتطورات الأمنية، بدأت ملامح تعافٍ تدريجي تظهر على حركة شركات الطيران الكبرى في المنطقة والتي استعادت جزءاً من نشاطها اليومي.

وتظهر البيانات التشغيلية الحديثة تحسناً تدريجياً في نشاط شركات الطيران الكبرى في المنطقة، إذ سجلت شركات "طيران الإمارات" و "الاتحاد للطيران" و "الخطوط الجوية القطرية" يومين متتاليين من زيادة الرحلات، في حين شهدت "العربية للطيران" و "فلاي دبي" تراجعاً طفيفاً في عدد الرحلات اليومية بنهاية الأسبوع، بحسب موقع "فلايت رادار 24".

وتشير بيانات شركة تحليلات الطيران "سيريوم" (Cirium) إلى أن شركات طيران الإمارات والخطوط الجوية القطرية والاتحاد للطيران تستحوذ مجتمعاً على نحو ثلث حركة الركاب بين أوروبا وآسيا، وتقل أكثر من نصف الركاب المسافرين من أوروبا إلى أستراليا ونيوزيلندا وجزر المحيط الهادئ.

تحسن تدريجي في حركة الطيران



معتمدة نتائج 2025 ومؤكدة مواصلة التوسع بعد تحول استراتيجي في أعمالها

مجموعة سوليدرتي القابضة تعقد جمعيتها العامة وتنتخب مجلس إدارة جديدا

المعشني:

مجموعة سوليدرتي القابضة، إحدى كبريات مجموعات التكافل في العالم، اجتماعي الجمعية العامة العادية وغير العادية افتراضيا يوم الخميس الموافق 12 مارس 2026.

وتراأس الاجتماعين رئيس مجلس الإدارة الشيخ خالد المعشني، بحضور المساهمين وأعضاء مجلس الإدارة وممثلين عن الجهات الرقابية، إلى جانب رئيس هيئة الرقابة الشرعية والمدققين الخارجيين. وفي هذا الصدد، استعرض المساهمون بنود جدول الأعمال ووافقوا عليها، بما في ذلك اعتماد البيانات المالية الموحدة للسنة المنتهية في 31 ديسمبر 2025.

كما شهد الاجتماع تعيين وانتخاب أعضاء مجلس الإدارة للدورة الجديدة الممتدة ثلاث سنوات؛ لقيادة أعمال المجموعة خلال المرحلة القادمة ومواصلة تنفيذ استراتيجيتها للنمو والتوسع بما يسهم في تحقيق قيمة مضافة ومستدامة للمساهمين. وبهذه المناسبة، قال رئيس مجلس الإدارة:



أشرف بسيسو



الشيخ خالد المعشني

نتطلع إلى مواصلة مسيرة الإنجازات هذه ودفع مسيرة المجموعة نحو المزيد من النمو والتوسع. كما نود أن نتوجه بالشكر والتقدير للسادة المساهمين على ثقتهم ودعمهم المستمر، الذي يمثل ركيزة أساسية في تحقيق قيمة مستدامة لهم.*

من جانبه، قال الرئيس التنفيذي للمجموعة

بسيسو:

نواصل تنفيذ استراتيجيتنا لتعزيز مكانة المجموعة في قطاع التأمين التكافلي وتحقيق نمو مستدام

القيمة المضافة من منصة أعمال المجموعة المتنوعة وتطوير قدراتها المؤسسية، بما يدعم تحقيق نمو مستدام ويعزز قدرتنا على خلق قيمة طويلة الأجل للسادة المساهمين.*

وتمارس مجموعة سوليدرتي القابضة أنشطتها في العديد من الأسواق الإقليمية، وتواصل التزامها بتعزيز مكانتها كمجموعة رائدة في مجال الخدمات المالية بقطاع التكافل العالمي.



د. طلال أبوغزالة* maltamimi@tag.global

إطلاقات

يجب استخدام الذكاء الاصطناعي لتسريع التقدم نحو أهداف التنمية المستدامة

اعتمدت أهداف التنمية المستدامة (SDGs) من قبل جميع الدول الأعضاء في الأمم المتحدة بالعالم 2016 بوصفها إطارًا مشتركًا لمعالجة الفقر، وعدم المساواة، والتعليم، وحماية البيئة، وتطوير المؤسسات، بما يوفر هيكلًا عمليًا للتعاون بين الحكومات والقطاع الخاص والمجتمع المدني. وقد أتاح لي انخراطي في عدد من هيئات الأمم المتحدة، بما في ذلك رئاستي لتحالف الأمم المتحدة العالمي لتكنولوجيا المعلومات والاتصالات والتنمية، ومنصبي نائب رئيس الميثاق العالمي للأمم المتحدة، الإسهام في النقاشات المتعلقة بكيفية توظيف التكنولوجيا وأنظمة المعرفة لدعم هذه الأهداف. واليوم يقدم الذكاء الاصطناعي أدوات جديدة يمكن توظيفها لتسريع التقدم نحو تحقيق أهداف التنمية المستدامة.

يمكن للذكاء الاصطناعي أن يساعد المؤسسات على فهم التحديات المعقدة من خلال تحسين تحليل البيانات وتمكين اتخاذ قرارات أسرع، بما يتماشى مع الهدف السادس عشر من أهداف التنمية المستدامة المعني بإرساء السلام والعدالة وبناء مؤسسات قوية. كما يمكنه، أي الذكاء الاصطناعي، دعم أنظمة الإنذار المبكر للمخاطر البيئية وقضايا الصحة العامة، والمساهمة في توحيد مجموعات البيانات التي تكون غالبًا غير متسقة أو غير مكتملة. وعلى رغم أهمية هذه المزايا، فإنها لا تفتي عن الحاجة إلى أطر تنظيمية سليمة، وبنية تحتية مستقرة، وكوادر مؤهلة؛ فالدول التي تفتقر إلى هذه الأسس لن تستفيد من الذكاء الاصطناعي بالوتيرة نفسها التي تستفيد بها الدول التي استكملت بناءها المؤسسي والتقني.

يُعد التعليم محورًا أساسيًا في الهدف الرابع من أهداف التنمية المستدامة، الذي يدعو إلى توفير فرص تعلم شاملة وعالية الجودة. ويمكن للذكاء الاصطناعي أن يوسع نطاق الوصول إلى المواد التعليمية، ويدعم الطلبة من ذوي الإعاقة، ويساعد المعلمين على إعداد الدروس بكفاءة أكبر. كما يتيح التعليم تقديم تغذية راجعة فورية تمكن الطلبة من التعلم وفق وتيرتهم الخاصة، غير أن تحقيق هذه الفوائد يتطلب تحديث المناهج، وتأهيل المعلمين، ووضع سياسات واضحة لحماية البيانات. وقد أظهرت خبرتي في تأسيس مؤسسات تعليمية وتدريبية أن نجاح التكنولوجيا مرهون بتوفير الدعم المناسب للمعلمين والإداريين.

ويمكن للذكاء الاصطناعي كذلك أن يعزز الابتكار الاجتماعي بما يدعم الهدف الثامن المتعلق بالعمل اللائق والنمو الاقتصادي، والهدف العاشر المعني بالحد من أوجه عدم المساواة؛ فكثيرًا ما يمتلك رواد الأعمال المحليون فهمًا أعمق لاحتياجات مجتمعاتهم مقارنة بالمؤسسات الكبرى، ويمكن للذكاء الاصطناعي مساعدتهم في تحليل البيانات، وتحسين العمليات، والوصول إلى جمهور أوسع. كما تسهم البرامج التي تدعم النساء والفتيات في اكتساب المهارات الرقمية والإدارية في تحقيق الهدف الخامس المتعلق بالمساواة بين الجنسين. وينبغي تصميم هذه المبادرات بعناية لضمان وصولها إلى الفئات الأقل حظًا وتزويدها بمهارات عملية قابلة للتطبيق المباشر. (اقرأ المقال كاملاً بالموقع الإلكتروني).

* رئيس ومؤسس مجموعة طلال أبوغزالة العالمية



عبدلي العبدلي*

من الموهبة إلى الناتج المحلي.. أبعاد علاقة المرأة الخليجية بالاقتصاد الإبداعي (3 - 7)

الصادرات الإبداعية، ومن الملكية الفكرية المسجلة. - تنمو حصة منتجات الاقتصاد البرتقالي كي تتحول إلى أحد أهم مجالات إغلاق الفجوة الجندرية اقتصاديًا في الخليج؛ لأن نقطة البداية فيه أفضل (تكافؤ نسبي في التعليم، وحضور نسائي قوي في المهن الإبداعية) مقارنة بقطاعات أخرى ذات تاريخ ذكوري أطول (الطاقة، البناء، النقل).

هذا ليس توقعًا إنشائيًا، بل نتيجة مباشرة لسياسات محددة قابلة للقياس: - إذا رفعت نسبة النساء في القيادة من 30% إلى 50%، وربطنا ذلك بقطاع مرشح ليصل إلى 3-5% من الناتج المحلي، فإن ذلك في تمكين المرأة الاقتصادي سيكون أقوى بكثير من رفع مشاركتها في قطاعات أخرى تبدأ من قاعدة أدنى. (اقرأ المقال كاملاً بالموقع الإلكتروني).

* خبير إعلامي

(نسبة النساء في القيمة المضافة، وفي الصادرات الإبداعية، وفي الملكية، وفي المناصب القيادية). - تصميم برامج ملموسة وذات فعالية عالية، موجهة لزيادة نسبة النساء في القيادة الإبداعية إلى ما لا يقل عن 45-50% خلال 10-12 سنة في مؤسسات الإعلام، والإعلان، والمنصات الثقافية، والشركات الإبداعية الكبرى.

- توجيه جزء محدد من تمويل الحاضنات والمسرعات الإبداعية لصالح المشاريع التي تقودها نساء (مثل تخصيص 30-40% من محافظ التمويل المبتكر للمشاريع الإبداعية النسائية). في هذا السيناريو، يمكن، بمستوى ثقة معقول، توقع أن: - تتحول المرأة الخليجية من مجرد "مُنتجة" (افتراضية) غير مرئية - إلى فاعل اقتصادي محسوب؛ أي أن الإحصاءات الوطنية ستبدأ في إظهار نصيب النساء من القيمة المضافة في الصناعات الثقافية والإبداعية، ومن

في المناصب القيادية (من حوالي ثلث إلى 40%). النتيجة الاستشرافية:

- تصبح المرأة الخليجية فاعلاً رئيساً في توليد القيمة داخل الاقتصاد البرتقالي، لكن دون أن تنعكس هذه الحقيقة بنسبة مكافئة في القيادة وضع القرار؛ إذ تراوح المرأة في مواقعها الإنتاجية القائمة، البعيدة عن المناصب القيادية التي تساهم بشكل مباشر، ومؤثر في صنع القرارات، ورسم السياسات.

- محصلة ذلك استمرار الخطر قائماً بأن تُستغل المهارات الإبداعية النسائية، دون ترجمة ذلك إلى سلطة تفاوضية أو مكاسب اقتصادية موازية (فجوة أجر، فجوة ملكية، فجوة تمثيل).

السيناريو الثاني: "تحول منظم نحو قيادة نسائية إبداعية".

فرضياته الإضافية: - إدخال مؤشرات جندرية في قياس الصناعات الإبداعية

1. ماذا يعني "استشراف علمي" هنا؟.. سيناريوهات ومؤشرات

بدلاً من الفرق في مفردات لغة الإنشائية، يمكن بناء سيناريوهين كميين مبسطين لفترة 10 سنوات (حتى 2035 تقريباً)، مع مؤشرات واضحة يمكن متابعتها:

السيناريو الأول: "الاستمرارية مع تحسن تدريجي"

فرضياته: - تصل مساهمة الصناعات الثقافية والإبداعية في بعض دول الخليج إلى حدود 3-4% من الناتج المحلي (بحسب الأهداف الحالية). وهذه ليست أمينات عاطفية؛ إذ تشير لها مجموعة من الأرقام الإحصائية المتوقعة. - تستمر مشاركة المرأة في القوة العاملة الإبداعية عند مستوياتها الحالية المرتفعة (ربما بين 40 و50% من الوظائف الإبداعية في بعض القطاعات)، مع زيادة طفيفة

تنمية المخزون الاستراتيجي لمواجهة الأزمات الإقليمية... السلم:

البحرين نموذج في استقرار السوق الغذائية



النائب أحمد السليم

سلمان بن حمد آل خليفة، استطاعت أن تتعامل مع هذه التحديات بكفاءة واقتدار، عبر تعزيز الرقابة التموينية، وضمان

قال رئيس لجنة الشؤون المالية والاقتصادية النائب أحمد السليم إن إحياء مملكة البحرين للأسبوع الخليجي للتغذية هذا العام يأتي في ظل تحديات إقليمية معقدة، تفرض على دول مجلس التعاون العمل المشترك للحفاظ على الأمن الغذائي، وتحسين الأسواق من اضطرابات التوريد وارتفاع الأسعار في ظل الحرب الدائرة التي ألقت بظلالها على خطوط الملاحة والإمدادات في مناطق عدة. وأشار النائب السليم إلى أن الحكومة البحرينية، بقيادة عاهل البلاد المعظم صاحب الجلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة، ومتابعة حثيثة من ولي العهد رئيس مجلس الوزراء صاحب السمو الملكي الأمير

استرداد نقدي ومزايا مصرفية تنافسية

"خليجي بنك" يعزز مزايا حساب "أجيال" للطلبة الدارسين في الخارج



أميرة العباسي

الدراسة والحياة اليومية خارج البحرين. وتشمل هذه المزايا استرداداً نقدياً بنسبة

أعلن "خليجي بنك"، تعزيز مزايا حساب "أجيال" المخصص للناشرين دون عمر 21 عاماً، في خطوة تهدف إلى تقديم حلول مصرفية عملية تدعم حاملي البطاقة من الطلبة الذين يدرسون خارج المملكة أو خلال التنقل، وتساعد على إدارة مصروفاتهم اليومية بكل سهولة وأمان أثناء إقامتهم في الخارج.

ويُعد حساب "أجيال" من الحلول الادخارية المتميزة التي يقدمها "خليجي بنك"، إذ يوفر عائداً متوقفاً يصل إلى 3.025%، إلى جانب مجموعة من المزايا المصرفية المصممة خصيصاً لتلبية احتياجات الطلبة وأولياء أمورهم، بما يسهم في توفير تجربة مصرفية مرنة تتماشى مع متطلبات

أسعار الأسهم	
12 مارس 2026	
المواد الأساسية	
ALBH BD0.905	البها
الصناعات	
APMTB BD 1.093	APMTB
BASREC BD 1.000	BASREC
السلع الاستهلاكية الكمالية	
DUTYF BD 0.430	BDFS
FAMILY BD 0.324	
GHG BD 0.400	
NHOTEL BD 0.246	
ABRAAJ BHD 0.170	alabraaj
العقارات	
CPARK BD 0.167	AMAKIN
EBRIT BD 0.060	EBRIT
SEEF BD 0.118	SEEF
السلع الاستهلاكية الأساسية	
BFM BD 0.365	
BMMI BD 0.575	
POLTRY BD 0.200	
الشركات غير البحرينية	
KFH \$ 2.450	
BMUSC BD 0.377	
تقنية المعلومات	
SILAH BD 0.176	
الاتصالات	
CINECO BD 0.220	
BEYON BD 0.467	
ZAINBH BD 0.121	
المال	
SALAM BD 0.233	
ABC \$ 0.315	
ARIG \$ 0.950	
BKIC BD 0.420	
BCFC BD 0.240	
BISB BD 0.081	
BNH BD 0.501	
BBK BD 0.518	
ESTERAD BD 0.202	
GFH \$ USD 0.531	
INOVEST \$ 0.309	
ITHMR USD 0.036	
Khaleeji BD 0.083	
NBB BD 0.490	
SOLID BD 0.436	
TAKAFUL BD 0.134	
UGH BD 0.860	
UGIC BD 0.034	
شركات مقفلة	
SICO-C BHD 0.157	

TOP 5

أكثر الدول استضافة للمهاجرين

أميركا	52.3
ألمانيا	16.7
السعودية	13.6
بريطانيا	11.8
فرنسا	9.1

(عدد المهاجرين بالمليون)

قنصل البلاد

business@albiladpress.com



الفجر: 04:30
الظهر: 11:48
العصر: 03:12
المغرب: 05:47
العشاء: 07:02

الأحد 15 مارس 2026 - 26 رمضان 1447 - العدد 6361

زهير توفيق

رئيس التحرير

zuhair.tawfeeqi@albiladpress.com

عبد النبي الشعلة

رئيس مجلس الإدارة

abdulnabi.alshoala@albiladpress.com

بدء دورة مجلس إدارة جديدة بعد عام تحول استراتيجي

توزيعات بـ 4.2 مليون دينار.. عمومية "سوليدرتي البحرين" تعتمد نتائج 2025

نجاح مسيرة الشركة وتقدمها، بما يسهم في تحقيق قيمة مضافة للمساهمين والعملاء.

من جانبه، قال الرئيس التنفيذي لشركة سوليدرتي البحرين جواد محمد: "شهد العام الماضي تطوراً استثنائياً في مختلف جوانب أعمال الشركة، بما في ذلك تطوير محفظة المنتجات، وتعزيز التحول الرقمي، والارتقاء بمستوى الخدمات في قطاعي التأمين العام والتأمين على الحياة. كما واصلنا الاستثمار في تنمية كوادرنا البشرية وتحديث أنظمة الشركة التشغيلية بما يدعم تقديم خدمات أكثر كفاءة وشمولية للعملاء. وأضاف: "ومع التطورات المتسارعة الذي يشهدها قطاع التأمين في مملكة البحرين والمنطقة، تواصل سوليدرتي البحرين تطوير قدراتها المؤسسية والاستفادة من الفرص المتاحة، بما يدعم استمرار تقدم الشركة وتعزيز حضورها في المرحلة المقبلة".

وتُعد سوليدرتي البحرين إحدى الشركات الرائدة في قطاع التأمين في المملكة، حيث توفر مجموعة متكاملة من حلول التأمين التكافلي للأفراد والشركات والمؤسسات، مع التركيز على الابتكار وتطوير الخدمات بما يلبي احتياجات العملاء وبيئات تطورات السوق.

بن مستهيل المعشني: "شكّل العام 2025 محطة تحول وانطلاقة استراتيجية في مسيرة سوليدرتي البحرين، حيث دخلت الشركة مرحلة جديدة من النمو والتوسع، مدعومة باستكمال أعمال الاستحواذ وتوحيد أعمال شركة البحرين الوطنية للتأمين (bni) وشركة البحرين الوطنية للتأمين على الحياة (bni) ضمن سوليدرتي البحرين، الأمر الذي أسهم في توسيع قاعدة أعمال الشركة وترسيخ مكانتها الرائدة في السوق. ومع انطلاق دورة مجلس الإدارة الجديدة، يتطلع المجلس إلى مواصلة البناء على هذه الإنجازات خلال المرحلة المقبلة، والعمل على تحقيق أهداف الشركة الاستراتيجية ومواصلة مسار نموها".

وأضاف: "كما نود أن نعرب عن خالص شكرنا وتقديرنا للسادة المساهمين على ثقفتهم ودعمهم المستمر، والذي يعكس شراكتهم الفاعلة في

عقدت سوليدرتي البحرين ش.م.ب. (رمز التداول: SOLID)، إحدى كبريات شركات التأمين في مملكة البحرين والشركة التابعة لمجموعة سوليدرتي القابضة، اجتماعي الجمعية العامة العادية وغير العادية افتراضياً يوم الخميس الموافق 12 مارس 2026.

وقد ترأس الاجتماعين رئيس مجلس الإدارة الشيخ خالد بن مستهيل المعشني، بحضور المساهمين وممثلين عن وزارة الصناعة والتجارة ومصرف البحرين المركزي وبورصة البحرين والمدققين الخارجيين للشركة.

وخلال الاجتماع، استعرض المساهمون بنود جدول الأعمال ووافقوا عليها، بما في ذلك اعتماد محاضر الاجتماعين السابقين والبيانات المالية الموحدة للسنة المنتهية في 31 ديسمبر 2025. كما أقر السادة المساهمون توصية مجلس الإدارة بشأن توزيعات نقدية بنسبة 25% من رأس المال، بما يعادل 4,247,433 ديناراً بحرينياً، وذلك بعد الحصول على موافقة مصرف البحرين المركزي.

كما شهد الاجتماع تعيين وانتخاب أعضاء مجلس الإدارة للدورة الجديدة الممتدة لمدة ثلاث سنوات، لقيادة مرحلة جديدة من النمو والتوسع بما يدعم تطلعات الشركة المستقبلية. وبهذه المناسبة، قال الشيخ خالد

مشاركاً في الاجتماع التحضيري لوزراء التجارة العرب.. فخرو:

البحرين تؤكد دعم إصلاح منظمة التجارة العالمية وتعزيز فرص النمو للدول النامية



شارك وزير الصناعة والتجارة عبدالله بن عادل فخرو، في الاجتماع التحضيري للمجموعة العربية لوزراء التجارة العرب للمؤتمر الوزاري الرابع عشر لمنظمة التجارة العالمية (MC14)، المقرر عقده في مدينة ياوندي بجمهورية الكاميرون خلال الفترة من 26 إلى 29 مارس 2026، وذلك عبر الاتصال المرئي.

وخلال الاجتماع، أعرب الوزير عن خالص الشكر والتقدير لمعالي الدكتور ماجد بن عبدالله القصبي، وزير التجارة في المملكة العربية السعودية الشقيقة، على جهوده في تنسيق أعمال المجموعة العربية لدى منظمة التجارة العالمية، مشيداً بالدور الذي تضطلع به المملكة العربية السعودية في تعزيز التنسيق والتشاور بين الدول العربية بما يسهم في توحيد المواقف العربية تجاه القضايا المطروحة على جدول أعمال المؤتمر الوزاري.

كما أعرب عن تقدير مملكة البحرين للجهود التي تبذلها الدكتور ماجد بن أوكونجو إيويالا، المدير العام لمنظمة التجارة العالمية، في التحضير للمؤتمر الوزاري الرابع عشر، وفي الدفع قداماً بجهود إصلاح المنظمة وتعزيز فعالية النظام التجاري متعدد الأطراف.

وأكد وزير الصناعة والتجارة دعم مملكة البحرين للمواقف التي تم طرحها خلال الاجتماع، ولا سيما فيما يتعلق بأهمية تعزيز الأمن الغذائي العالمي، ودعم استقرار سلاسل الإمداد، والتقدم في المفاوضات المتعلقة بدعم مصاد الأسمك والزراعة، إلى جانب التأكيد على أهمية تعزيز البعد التنموي في النظام التجاري متعدد الأطراف بما يحقق مصالح الدول النامية ويعزز فرص النمو والتنمية الاقتصادية.

كما جدد الوزير تأكيد دعم مملكة البحرين لجهود إصلاح منظمة التجارة العالمية، بما في ذلك التوصل إلى نظام فعال لتسوية المنازعات واستئناف عمل هيئة الاستئناف،

مؤشرات اقتصادية 14 مارس 2026

الرمز	آخر سعر	التغيير
DAW JONES	46,558.47	↘
FTSE	10,261.15	↘
NASDAQ	22,105.36	↘
NIKKEI	53,819.61	↘
SHANGHAI SE	4,095.45	↘

الذهب (الأونصة)	الذهب مقابل الدولار	5,019 دولار
الفضة (الأونصة)	الفضة مقابل الدولار	80.576 دولار
عملات أجنبية	الدولار مقابل اليورو	0.876 يورو
	الدولار مقابل الإسترليني	0.76 جنيه إسترليني
عملات رقمية	البيتكوين	70,682.48 دولار

النفط (البرميل)	الزخم الأميركي	98.71 دولار
	زخم برنت	103.14 دولار
الغاز (البرميل)	عقود الغاز الطبيعي	3.131 دولار
	الألمنيوم	
	سعر الطن	3,420 دولار

إدارة التحرير: +973 17111444 | +973 17111467 | 385 @local@albiladpress.com | تأسست سنة: 2008 | تصدر عن دار البلاد للصحافة والنشر والتوزيع | سن 67133 | تطبع في مؤسسة الأيام للنشر

قسم الإعلانات: +973 17111501 / 503 | +973 32224492 / 36060113 | الاشتراكات والتوزيع: +973 38880016 | +973 17111432 | +973 17111434



"يوم وشوي"

يطل المسلسل السوري "يوم وشوي" كجربة درامية مغايرة تكسر قوالب الإطالة التقليدية، مراهنًا على التكثيف السردي عبر خماسية حلقاته التي تلتقط تحولات المجتمع السوري في إطار إنساني بالغ التعقيد. العمل الذي كتبه وأخرجه يمان عنتابلي وعرض عبر منصة "العربي بلس"، ينطلق من فرضية تبدو بسيطة في ظاهرها، حيث تدور أحداثه حول يوم واحد في حياة عائلة سورية، إلا أن هذا اليوم سرعان ما يتحول عبر تعدد وجهات النظر إلى مساحة زمنية شاسعة تختزن سنوات من الفقد والانتظار والمتغيرات العميقة التي صبغت حياة السوريين.

ويعتمد المسلسل بنية سردية مبتكرة تقوم على إعادة رواية أحداث اليوم نفسه من منظور ست شخصيات مختلفة، ما يمنح المشاهد فرصة اكتشاف التفاصيل تدريجيًا؛ فما قد يبدو حدثًا عابرًا في حلقة ما، يتكشف في الحلقة التالية كمنعطف مفصلي في حياة شخصية أخرى. هذا الأسلوب المنظوري منح العمل طابعًا سينمائيًا بامتياز، ممتدًا عن الخط السردي الأحادي والمباشرة الخطابية، ليترك مساحات واسعة للتأويل الذهني، حيث تتراكم الزوايا المختلفة لترسم صورة بانورامية للعلاقات المتوترة والذكريات التي تشكل عالم العائلة في مواجهة واقعها المثقل بالخسارات.

وقد جسد بطولة هذه الملحمة الإنسانية نخبة من الممثلين السوريين، تتقدمهم يارا صبري وجمال العلي وفرح الديبات وتيم حناوي، إلى جانب أداء مؤثر للطفلين جاد الرجولة وجميل مرعي، حيث نجح الفريق في كشف طبقات الذاكرة لكل شخصية؛ من الأب المثقل بالمسؤوليات إلى الأم القابعة على تخوم الحنين والشباب الباحثين عن استمرارية المعنى. ومع تقاطع هذه الخطوط الدرامية في الحلقة الأخيرة، تتجمع الحكايات الفردية لتعلن أن قصة هذه العائلة الصغيرة ليست سوى جزء من حكاية جماعية كبرى، تحاول التماسك واستيعاب التحولات القاسية من خلال تفاصيل الحياة اليومية البسيطة.



طارق البحار tariq_albahar

شيخة البدر تراهن على "غلط بنات" في رمضان



يبتعد عن السطحية ويبرز الأبعاد النفسية لكل شخصية. وبعيداً عن السباق الرمضاني، تخوض شيخة البدر تجربة مغايرة تماماً في المسلسل الإماراتي "كائنات 2"، الذي سيرعرض على تلفزيون أبوظبي ومنصة "ADTV". وينتمي هذا العمل لفئة الرعب والأكشن، حيث تطل فيه بشخصيتين مختلفتين هما "ميمونة" و"حصه"، كما ستفاجئ جمهورها بالفناء للمرة الأولى. وتدور أحداث المسلسل في إطار مشوق يمزج بين الأساطير والخرافات وتقنيات التصوير العالمية، ليكون بمثابة محطة فنية جديدة في مسيرتها تعزز من خلالها حضورها الخليجي المتنوع بين الدراما الواقعية وأعمال الخيال والتشويق.



البلاد | طارق البحار

تظهر الفنانة البحرينية شيخة البدر بشكل رمضاني مكثف يضعها في اختبارات فنية صعبة عبر شخصيات مركبة تتأرجح بين القسوة والدهاء. البداية من خلال المسلسل التراجيدي "غلط بنات"، الذي شاهدناه عبر منصة "شاهد" وقناة "MBC دراما"، حيث تعود بالزمن إلى حقبة الثمانينات في الكويت لتجسد دور "رباب"، الأرملة المتسلطة التي يلتهمها حب التملك لابنها والرغبة في الانتقام، ضمن دراما اجتماعية عميقة من إخراج سائد الهواري وبطولة نخبة من النجوم تتقدمهم إلهام الفضالة. وتصف البدر هذا العمل بأنه تجربة إنسانية مختلفة استدعت منها ومن فريق العمل فهماً عميقاً لروح ذلك الزمن وتفاصيل علاقاته الأسرية الحساسة التي تتزعزع بسبب "غلط بنت"، ليتحول الزواج فيها إلى عقاب يقوده الأب خوفاً من العار.

وفي اتجاه درامي آخر، تطل البدر على شاشة "روتانا خليجية" من خلال مسلسل للمخرج محمد دحام الشمري، لتكشف عن وجه جديد من وجوه "الخبث الدرامي" عبر شخصية "منى". وأوضحت البدر في تصريح للراي الكويتية أن هذه الشخصية تعتمد على التضاد، فهي تبدو في ظاهرها امرأة طيبة وبسيطة، لكنها تخفي في طبقاتها نوايا خبيثة تسعى من خلالها لتحقيق مآرب شخصية على حساب شقيقتها "حياة". وتؤكد البدر أن حرصها هذا العام انصب على التنوع كخيار فني أساسي، حيث سعت لتقديم أنماط مختلفة من الشر والحقد بأسلوب واقعي



مسلمون يجتمعون في مسجد (M-30) لتناول وجبة الإفطار وأداء الصلاة خلال رمضان في العاصمة الإسبانية مدريد "الأناضول".

رمضان حول العالم

وبعد ذلك تُقسّم العجينة إلى كرات صغيرة بحجم حبة الجوز تقريباً، وتُحشى بمعجون التمر قبل تشكيلها حسب الرغبة، سواء باستخدام القوالب الخاصة بالكعك أو بطريقة يدوية. وترتب القطع في صينية الخبز وتُغطى بشكل خفيف حتى لا تجف، بينما يُسخن الفرن مسبقاً لدقائق عدة. ثم تُخبز في الفرن على درجة حرارة 200 مئوية لمدة تقارب خمس عشرة دقيقة حتى تكتسب لونها الذهبي. وبعد إخراجها من الفرن تُترك لتبرد قبل تقديمها، ويمكن تزيينها برشة خفيفة من السكر البودرة لمنحها مظهرًا شهياً. وهكذا يظل كعك العيد رمزاً من رموز الفرح والاحتفال، يحمل في مذاقه عبق التقاليد وذكريات البيوت العربية التي اعتادت أن تستقبل العيد برائحة الكعك الطازج.

تصنع الحدث بـ "الوجوه الجديدة"

دراما "المتحدة" تفرض سيطرتها على المائدة الرمضانية في البحرين



مثل مايا زكي في أولى تجاربها بمسلسل "بحد أقصى" من بطولة روجينا ومحمد القس، لتؤكد خريطة رمضان 2026 أن الصناعة الدرامية تسير بخطى ثابتة نحو تمكين الجيل الجديد وتكريس حضور المرأة في مراكز القيادة الفنية، مع الحفاظ على التنوع بين التشويق والكوميديا والقضايا الوطنية التي تظل الزهان الرابع في كل موسم.

الفرصة لأسماء جديدة لتصدر المشهد، حيث يتربع الجمهور الانتلاقة الدرامية الأولى لمطرب المهرجانات "كزيرة" في مسلسل "بيبو"، الذي يقدم فيه شخصية شعبية اجتماعية بمشاركة الفنان أحمد سلطان، في تجربة تراهن على جذب فئة الشباب. وتكتمل هذه اللوحة الإبداعية بظهور مخرجات واعداً

البلاد | طارق البحار

تواصل المسلسلات المصرية التي تنتجها الشركة المتحدة للخدمات الإعلامية تحقيق نجاحات لافتة مع ختام السباق الرمضاني للعام 2026، حيث فرضت هيمنتها على قوائم الأكثر مشاهدة في مملكة البحرين والدول المجاورة، متصدرة منصات التواصل الاجتماعي ومنصة "WATCH IT" العالمية. ويبرز النجم أحمد العوضي في طليعة هذا المشهد بمسلسله "علي كلاي"، الذي ترعب على المركز الأول عالمياً عبر تجسيده لشخصية ملاكم يخوض صراعات إنسانية ورياضية معقدة، يليه مباشرة الثنائي أسر ياسين ودينا الشربيني في مسلسل "اتنين غيرنا"، الذي نجح في استقطاب العائلة البحرينية والخليجية عبر دراما اجتماعية لمست واقعا قريبا من القلوب، فيما جاء النجمان عصام عمر وباسم سمره في المركز الثالث بمسلسل

"عين سحرية"، مؤكداً قدرة الدراما المصرية على التجدد واختراق ذائقة الجمهور بمختلف فئاته. ولم تقتصر مراهنة "المتحدة" هذا العام على الأسماء الكبيرة فحسب، بل امتدت لتشمل "ثورة" في بنية الدراما القصيرة المكونة من 15 حلقة، ما ساهم في تكثيف الأحداث والابتعاد عن الرتابة، وهو ما تجلّى بوضوح في الرواج الكبير لمسلسل "فخر الدلتا" الذي اعتمد على البطولات الشبابية الواعدة. وفي سياق القضايا الإنسانية، قدمت النجمة هند صبري من خلال مسلسل "مناعة" طرحاً فكرياً عميقاً، بينما استطاع مسلسل "صحاب الأرض" أن يحدث أثراً وجدانياً بالغا في نفوس المشاهدين بتسليطه الضوء على الواقع الصعب في غزة، لتثبت الدراما المصرية مجدداً أنها صوت القضايا العربية النابض بالصدق. وفي تحول لافت يجسد دعم المواهب الشابة والمرأة، منحت "المتحدة"

ضربا موعدا منتظرا في الموقعة الختامية 23 مارس

”الذيب“ و”الزعيم“ إلى نهائي كأس خليفة بن سلمان



لقاء ”المحرق“ و”الأهلي“



تألق كبير لحسن نوروز

21 - 24 المحرق، 21 - 29 المحرق، 21 - 25 الأهلي. وبرز في صفوف المحرق بدر عبدالله بتسجيله 19 نقطة، ومحمد أمير (15 نقطة)، ووارن (12 نقطة)، وفي الأهلي كان أنتوني الأفضل بإحرازه 19 نقطة، يليه ميثم جميل (14 نقطة)، وكادجي (12 نقطة). وفي اللقاء الآخر، تغلب المنامة على النجمة بنتيجة 75 - 77، وكانت نتائج الأشواط الأربعة كالآتي: 19 - 26 النجمة،

10 - 16 النجمة، 19 - 25 المنامة، 14 - 33 المنامة. وبرز في صفوف المنامة أحمد سلمان بتسجيله 16 نقطة، وحسن نوروز (18 نقطة)، وعلي جابر (15 نقطة)، وفي النجمة كان محمد حسين (كمبس) الأفضل بإحرازه 20 نقطة، يليه دونفان (16 نقطة). وستقام المباراة النهائية بحسب الجدول الصادر من قبل الاتحاد البحريني لكرة السلة يوم الاثنين 23 مارس الجاري.

البلاد | المحرر الرياضي

حجز فريقا المحرق والمنامة مقعديهما في المباراة النهائية لكأس خليفة بن سلمان لكرة السلة، بعدما كررا فوزيهما على الأهلي والنجمة في مواجهات الدور نصف النهائي. ففي اللقاء الأبرز، فاز المحرق (حامل اللقب) على الأهلي بنتيجة 80 - 96، بواقع الأشواط الأربعة التي كانت كالآتي: 13 - 22 المحرق،

ختام الجولة 16 لدوري ناصر بن حمد الممتاز

”عالي“ يهزم ”المالكية“ و”الشباب“ و”الأهلي“ يتعادلان

بنتيجة التعادل السلبي. وبذلك أصبح رصيد الأهلي 19 نقطة، والشباب صار رصيده 10 نقاط. وعقب انتهاء المنافسات أصبح ترتيب الفرق كالآتي: الخالدية 39 نقطة، المحرق 37 نقطة، الرفاع 34 نقطة، المالكية 23 نقطة، عالي 22 نقطة، الحد 21 نقطة، الأهلي 19 نقطة، البديع والنجمة وسترة 18 نقطة لكل منهم، الشباب 10 نقاط، وأخيرا البحرين 7 نقاط.

وسجل هدف عالي كورداسو في الدقيقة 37، وبذلك أصبح رصيد عالي يفوزه السادس 22 نقطة، متقدما للمركز الخامس في سلم الترتيب، بينما تلقى المالكية الخسارة الخامسة وتجمد رصيده عند 23 نقطة في المركز الرابع. وأضاع عيسى البري ركلة جزاء للمالكية في الدقيقة (81). وفي اللقاء الآخر الذي احتضنه استاد البحرين الوطني، خرج فريقا الأهلي والشباب

البلاد | المحرر الرياضي

أسدل الستار مساء السبت على منافسات الجولة 16 لدوري ناصر بن حمد لكرة القدم، التي شهدت فوز عالي على المالكية فيما تعادل الشباب والأهلي. وفي اللقاء الأول الذي أقيم على استاد مدينة خليفة الرياضية، فاز عالي على المالكية بنتيجة 0 - 1.



لقاء ”الشباب“ و”الأهلي“



لقاء ”عالي“ و”المالكية“

اليوم ختام الجولة بقاء ”سماهيح“ و”الاتفاق“

فوز ”النجمة“ و”التضامن“ في دوري خالد بن حمد



لقاء ”النجمة“ و”باربار“



لقاء ”التضامن“ و”البحرين“

البلاد | المحرر الرياضي

حقق فريقا النجمة والتضامن نتيجة الفوز ضمن منافسات الجولة 5 من مرحلة الإياب لدوري خالد بن حمد لكرة اليد. ففي اللقاء الأول فاز النجمة على حساب باربار (30 - 31) بعدما انتهى الشوط الأول لصالح النجمة أيضًا (14 - 15)، وبذلك أصبح رصيد النجمة يفوزه الرابع عشر 42 نقطة، بينما تلقى باربار الخسارة السادسة وبات رصيده 30 نقطة. وفي اللقاء الآخر، حقق فريق التضامن فوزه السادس في المسابقة على حساب ”البحرين“ بنتيجة 22 - 34، بعدما انتهى الشوط الأول بتقدم التضامن (9 - 20)، وبذلك أصبح رصيد التضامن 26 نقطة و”البحرين“ 16 نقطة. وتختتم اليوم الأحد منافسات الجولة بإقامة مباراة واحدة تجمع فريقا سماهيح والاتفاق في تمام الساعة 9 مساءً على صالة اتحاد اللعبة بأمام الحصم.

”الوطن“ و”البلاد“ يلتقيان بنهائي ”كبار الهمة“ الكروية



تختتم مساء يوم الأحد دورة مركز تمكين شباب الهمة لفئة الكبار 2026م على ملعب العشب الصناعي الكبير بمركز تمكين شباب الهمة، بلقاء يجمع فريق ”البلاد“ بقيادة سلمان السويحي بطل المجموعة، مع فريق ”الوطن“ بقيادة المدرب الواعد حسين الهدار مفاجأة الدورة وثالث المجموعة بالدور الأول، إذ كان من المتوقع تأهل فريق ”البلاد“ للدور النهائي نظرا للمستوى الذي قدمه بالدور الأول وتصدده الفرق، فيما كان تأهل ”الوطن“ مفاجأة كبيرة خصوصا أنه أخرج فريق ”الأبراج“ البطل غير المتوج بطل نسخة 2018م ووصيف نسختي 2010م والنسخة الماضية 2025م، علما بأن ”البلاد“ بطل نسختي

2010م ونسخة 2022م، فيما كان فريق ”الوطن“ بطل نسخة 2023م ووصيف نسختي 2022م و2018م. وقد تأهل ”الوطن“ للمباراة النهائية بعد فوزه على المرشح الأقوى بالدور نصف النهائي فريق ”الأبراج“ بضربات الجزاء بعد تعادل الفريقين بهدف، وفاجأ جميع جمهور ومتابعي الدورة، علما بأن فريق ”الوطن“ كان ثالث فرق المجموعة بالدور الأول برصيد 5 نقاط، فيما يقف في الجانب الآخر فريق ”البلاد“ الذي تأهل للدور النهائي بعد تصدده للفرق بالدور الأول، علما بأن الفريقين المتأهلين للنهائي التقيا بدور المجموعات وانتهت المباراة بالتعادل هدفًا لهدف.

”أم الحصم“ يواجه ”الرفاع الشرقي“.. و”اتحاد الريف“ أمام ”التضامن“

انطلاق الجولة 15 لدوري الدرجة الأولى

الاتفاق 34 نقطة، الرفاع الشرقي 32 نقطة، المنامة 29 نقطة، الاتحاد 27 نقطة، الحالة 25 نقطة، أم الحصم 20 نقطة، بوري 16 نقطة، مدينة عيسى والبستينين 13 نقطة لكل منهما، اتحاد الريف 9 نقاط، التضامن 7 نقاط، وأخيرا قلالي برصيد 6 نقاط. وبحسب الجدول الصادر من قبل لجنة المسابقات، فإن مباريات الجولتين 15 و16 ستكون مقتصرة على استاد نادي الرفاع واستاد ”FIFA“ بالرفاع، الذي يحتضن المنافسات للمرة الأولى في هذا الموسم، فيما تم استبعاد استاد النادي الأهلي ومدينة حمد، على أن تحدد لاحقا الملاعب التي ستقام عليها مباريات الجولة 17.



البلاد | المحرر الرياضي

تنتقل اليوم الأحد منافسات دوري الدرجة الأولى لكرة القدم للجولة الخامسة عشرة، بإقامة مباراتين في تمام الساعة 9:30 مساءً، إذ يلعب أم الحصم مع الرفاع الشرقي على استاد ”FIFA“ بالرفاع، بينما يلتقي اتحاد الريف والتضامن على استاد نادي الرفاع. وتستكمل الجولة، الاثنين، بمواجهتين أيضًا بين قلالي والاتفاق، والمنامة والحالة، وتختتم، الثلاثاء، بمواجهتي الاتحاد والبستينين، وبوري ومدينة عيسى. ويشير ترتيب الفرق قبل انطلاق الجولة إلى الآتي:



بعد دراسة الأوضاع الراهنة في منطقة الشرق الأوسط

”فورمولا 1“ تلغي سباقين البحرين والسعودية في أبريل

جميع أنحاء العالم في مملكة البحرين عند عودة الفورمولا 1.

وأضاف ”بالنيابة عن جميع العاملين في حلبة البحرين الدولية، أغتتم هذه الفرصة لتقدم بجزيل الشكر لجميع أفراد مجتمع الفورمولا 1 الذين خصصوا وقتاً لإرسال رسائل الدعم إلينا“.

بينما أضاف رئيس الاتحاد السعودي للسيارات والدراجات النارية رئيس الشركة السعودية لرياضة السيارات صاحب السمو الملكي الأمير خالد بن سلطان العبدالله الفيصل ”يؤيد الاتحاد السعودي للسيارات والدراجات النارية القرار الذي اتخذته الفورمولا 1 بشأن جدول سباقات عام 2026. كان الجمهور في جميع أنحاء المملكة يتطلعون مجدداً إلى سباق جائزة السعودية الكبرى للفورمولا 1 الذي كان سيقام في جدة في أبريل المقبل، لكننا نتفهم الاعتبارات الكامنة وراء هذا القرار ونبقى على شراكة وثيقة مع الفورمولا 1“.



قرار الفورمولا 1 والاتحاد الدولي للسيارات ونعرب عن امتناننا لهم على دعمهم وشراكتهم الدائمة. نتطلع إلى الترحيب بالجمهور من

أدى إلى اتخاذ هذا القرار. من جانبه، أكد الرئيس التنفيذي لحلبة البحرين الدولية الشيخ سلمان بن عيسى آل خليفة ”نؤيد



محمد بن سليم، قائلاً ”سيضع الاتحاد الدولي للسيارات دائماً سلامة ورفاهية مجتمعنا وزملائنا في المقام الأول، وبعد دراسة متأنية، اتخذنا هذا القرار انطلاقاً من هذه المسؤولية. ونأمل أن يسود الهدوء والأمان، وأن تعود المنطقة سريعاً إلى الاستقرار، ونواصل دعواتنا لجميع المتضررين من هذه الأحداث الأخيرة“. وأضاف ”نُعد مملكة البحرين والمملكة العربية السعودية من أهم ركائز موسم سباقاتنا، ونتطلع إلى العودة إليهما حالما تسمح الظروف بذلك. أتقدم بجزيل الشكر للمنتظمين وشركائنا وزملائنا في البطولة على تعاونهم البناء الذي

أعلنت الفورمولا 1 والاتحاد الدولي للسيارات، بعد دراسة الأوضاع الراهنة في منطقة الشرق الأوسط، قرار عدم إقامة كل من سباق جائزة البحرين الكبرى وجائزة السعودية الكبرى في أبريل. وسيشمل ذلك عدم إقامة بطولات الفورمولا 2 والفورمولا 3 وأكاديمية الفورمولا 1 في مواعيدها المقررة. وقد جاء هذا القرار بالتنسيق والتشاور الكامل مع الاتحاد الدولي للسيارات والجهات المنظمة المعنية.

وفي هذا الصدد، قال الرئيس والمدير التنفيذي للفورمولا 1 ستيفانو دومينيكالي ”مع أن هذا قرار مؤسف للغاية، ولكنه القرار الصائب في هذه المرحلة؛ نظراً للوضع الراهن في الشرق الأوسط. وأود أن أغتتم هذه الفرصة لأشكر الجهات المنظمة على دعمها وتفهمها التام؛ إذ كانوا يتطلعون إلى استضافتنا بحماستهم المعهودة وشغفهم الكبير، ونحن نتطلع للعودة حالما تسمح الظروف بذلك.“

وصرح رئيس الاتحاد الدولي للسيارات

المدير التنفيذي للعمليات باللجنة الأولمبية توج الأبطال

ختام قوي ومثير لمنافسات القوة والتحدي بدورة الفرسان الرياضية



التي شهدتها دورة الفرسان الرياضية هذا العام. ويأتي تنظيم منافسات القوة والتحدي للموسم الثاني على التوالي ضمن البرنامج المتنوع لدورة الفرسان الرياضية، التي تهدف إلى تعزيز ثقافة الرياضة ونشر روح التنافس الشريف بين مختلف فئات المجتمع، إلى جانب إتاحة الفرصة للمشاركين لإبراز قدراتهم البدنية والرياضية في أجواء تنافسية مميزة.

”LETS GO“ وفي فئة الرجال القوة والتحدي أسفرت المنافسات عن النتائج التالية: المركز الأول: ”Unlimited+“، المركز الثاني: ”KM“، المركز الثالث: ”Endurance“، المركز الثالث المكرر: ”RG5“.

وتميزت المنافسات بأداء بدني قوي ومستويات فنية عالية بين الفرق المشاركة؛ الأمر الذي أضفى طابعاً خاصاً على الأدوار النهائية وجعلها واحدة من أبرز الفعاليات

للعمليات باللجنة الأولمبية البحرينية أحمد عبدالغفار، بتتويج الفرق الفائزة بالمراكز الأولى. وجاءت نتائج فئة ”RX“ على النحو التالي: المركز الأول: ”AKATSUI“، المركز الثاني: ”رويال غارد 1“، المركز الثالث: ”رويال غارد 2“.

أما في فئة السيدات فقد جاءت النتائج كالتالي: المركز الأول: ”WOD FLIX“، المركز الثاني: ”TOO EASY“، المركز الثالث: 139“

التي تتطلب قوة بدنية كبيرة وقدرة على التحمل والتركيز. وشهدت الأدوار النهائية منافسة قوية ومثيرة بين الفرق المشاركة، إذ سعى كل فريق إلى تقديم أفضل ما لديه من أداء لحصد المراكز الأولى، في ظل أجواء تنافسية اتسمت بالإثارة والتحدي بين المشاركين، وسط حضور وتفاعل كبير من المتابعين الذين حرصوا على متابعة مجريات المنافسات. وفي ختام المنافسات، قام المدير التنفيذي

اختتمت منافسات القوة والتحدي ضمن فعاليات دورة الفرسان الرياضية الثانية، التي تقام برعاية كريمة من ممثل جلالة الملك للأعمال الإنسانية وشؤون الشباب سمو الشيخ ناصر بن حمد آل خليفة، وبالتعاون مع اللجنة الأولمبية البحرينية، وذلك بعد إقامة المراحل النهائية التي شهدت أجواء حماسية ومستويات بدنية عالية بين الفرق المشاركة. وقدم المشاركون عروضاً قوية عكست حجم الاستعداد والجهوية لخوض هذه التحديات