



### تحت رعاية الشيخ راشد بن خليفة آل خليفة

## «بداية النور» .. المعرض الأول للفنانة فاطمة الجامع ٨ يناير القادم



«بداية النور» هو الاسم الذي اختارته الفنانة فاطمة الجامع ليكون عنوان معرضها الأول الذي من المقرر ان تطلقه يوم الأربعاء الموافق ٨ يناير ٢٠٢٥ تحت رعاية الشيخ راشد بن خليفة آل خليفة، حيث سيفتتح المعرض في الحادية عشرة والنصف صباحاً في مساحة البارج للفنون، ويستمر لغاية ٣٠ يناير ٢٠٢٥. وفاطمة الجامع وهبها الله تلك الموهبة، فأحبت الفن الانطباعي والتجريد منذ صغرها، وامتد شغفها في الفن ليصبح جزءاً لا يتجزأ من حياتها اليومية، تستمد الإلهامها من مصادر متعددة تدعوها لتبدع من خلال اللوحات الفنية أو الأعمال التركيبية التي تنوعت بين الورق، والقماش، والألومنيوم ومواد أخرى. ومن خلال مسيرتها لأكثر من ٣٥



زاوية غانمة

شكلي الحضري  
قشرة خارجية (١)

جعفر عباس jafasid09@hotmail.com

بي عشق للأمثال العربية والشعبية»، وحرصت منذ سنوات على الإلمام بالأمثال السائدة في منطقة الخليج دون غيرها، ونجحت في تسريب بعضها إلى قرأتي من المناطق الأخرى في العالم العربي. خذ مثلاً: كثر الدق يفك اللحام، هذا قول فيه الكثير من الحكمة لأنه يدعو إلى المتابعة على الشيء المراد إنجازه، وهناك «اللي ما يعرف الصقر يشويه»: منتهى البلاغة فني إيجاز يقول المثل ان من لا يعرف قيمة الشيء الثمين يسيء استخدامه، ومن الأمثال التي أعلقها قلادة في عنقي: من نسي قديمه تاه. لو سألت عني أي شخص يعرفني جيداً فسيقول لك إن أبا الجعفر حضري أي ابن مدن، ذلك أنني عشت معظم سنوات حياتي في المدن، ولكنني في مواقف كثيرة اكتشف أنني في دواخلي قروي بدوي رعوي فلاح، ويتضح لي ذلك بجلاء عند زيارة مدن غربية، فرغم أنني أعرف كل ما ينبغي ان يعرف عن الحضارة الغربية (أو أحسب ذلك)، ورغم ان المدارس على أيامنا كانت تعلمنا عن الحياة في بريطانيا عشرة أضعاف ما تعلمنا عن الحياة في وطننا ومحيطه، ورغم أنني زرت بريطانيا مرارا وعشت فيها حيناً من الدهر، فإنني أجد نفسي غريباً عنها كلما أتيتها، بل أزداد استعصاماً وتمسكاً بجذوري وثقافتي، بل والأدهى من ذلك أنني أقع في «أخطاء» كتلك التي يرتكبها القروي في احتكاكه الأول بالمدينة. مثل حكايتي مع الكوكا كولا عندما أتيت إلى الخرطوم أول مرة وكان حلم حياتي أن أتذوق الكولا، وأمسكت بالزجاجة الباردة كمن يمسك بجائزة نوبل، أو كأس العالم لكرة القدم، ووضعت الزجاجة في فمي وشفطت منها شفطاً كبيراً، ثم قررت إبعاد الزجاجة عن فمي قليلاً كما رأيت الآخرين يفعلون، ولكن الزجاجة أتت ان تفارق فمي بعد ان انحسر لساني في فوهتها ثم أحسست بظلف حار يسري عبر أنفي حتى سألت دموعي، ونجحت في تخليص فمي ولكن نصف محتويات الزجاجة انسكبت على قميصي ورميت الزجاجة بما بقي فيها من مشروب، ومنذ يومها وأنا سيئ الظن بأمريكا وكل منتجات أمريكا.

### خدمة جديدة لهواة السيارات ..

## «بودي وركس» تطلق خدمة الرسم بالرش الهوائي المتطورة

الهوائي التي تناسب مجموعة متنوعة من الأذواق. سواء كنت تبحث عن تصاميم معقدة أو عبارات جريئة، يمكننا أن نصنع ما يناسب ذوقك تماماً. ويعد هذا العرض الجديد مثاليًا لمحبي الفنون الذين يريدون التميز على الطرقات أو في المياه، أو لأولئك الذين يرغبون ببساطة في إضافة لمسة جمالية إلى مركباتهم.

وأضاف: «نعمل بجهد دائمًا في بودي وركس لتقديم أفضل الخدمات وأحدث التقنيات. وتعد تقنية الرسم بالرش الهوائي دليلاً على التزامنا بالتميز والابتكار في قطاع السيارات».

تدعو بودي وركس العملاء إلى التواصل معها لتحديد موعد لاستشارة تناقش احتياجاتهم من الرسم بالرش الهوائي حسب الطلب. من الجدير بالذكر أنه قد تم تدشين بودي وركس في عام ٢٠١٥ لتصبح أول مشروع صناعي من نوعه وحجمه في المملكة، وتخصص بتعديل وتصليح المركبات الخاصة والتجارية الثقيلة. وتقدم بودي وركس خدمات ممتازة ومعايير أعلى في مجال الإصلاح والتعديل. وتتميز بودي وركس عن منافسيها من خلال تقديم الجودة العالية والضمان على منتجاتها وخدماتها، بينما تضمن العمليات الآلية بالكامل أفضل النتائج النهائية.



على أتم استعداد لتحقيق أحلامهم. وتابع: «بفضل سنوات من الخبرة في هذا المجال، نستخدم دهانات وتقنيات عالية الجودة لضمان أن تكون كل مركبة قطعة فنية جميلة وممتية في نفس الوقت. نقدم خدمة الرسم بالرش

النارية والزوارق، مما يتيح للعملاء إضافة لمسة شخصية تعكس أسلوبهم وشغفهم. سواء كان العملاء يرغبون في عرض تصميمهم المفضل أو تنفيذ فكرة مفضلة أو إنشاء تأثير بصري رائع، فإن موظفينا الفنيين من أصحاب المهارة العالية

أعلنت بودي وركس، واحدة من أفضل منشآت الإصلاح وتعديل هياكل المركبات في مملكة البحرين، أمس إطلاقها خدمة الرسم بالرش الهوائي الجديدة. وتأتي هذه الخدمة المبتكرة لتكون إضافة مهمة لما توفره هذه المنشأة الرائدة من خدمات شاملة، إذ يقدم الرسم بالرش الهوائي مستوى غير مسبوق من الدقة في أعمال الرسم المخصصة حسب الطلب.

يقدم الرسم بالرش الهوائي مستوى عاليًا من الإبداع والتخصيص لا يمكن الحصول عليه باستخدام الطرق التقليدية. سواء كنت ترغب في إضافة التفاصيل الأنيقة والجذابة للمركبة أو تحويل المركبة إلى لوحة فنية متكاملة، يمكن لفناني بودي وركس أن يحولوا أي رؤية لواقع ملموس مع هذه التقنية الحديثة، لتمنحك لمسة نهائية عالية الجودة تصضيف بُعداً جديداً لجمالية أي مركبة.

وتعليقاً على إطلاق هذه الخدمة المتميزة، صرح السيد محمود شلمو، المدير العام في بودي وركس، بالقول: «نحن مسرورون بإطلاق هذه الخدمة الجديدة والمميزة لعملائنا الكرام، والتي ستتيح لهم تغيير الطريقة التي يرون بها مركباتهم. نقدم الآن الرسم بالرش الهوائي المخصص حسب الطلب للسيارات والدراجات

### احتفال استثنائي يشمل عروضاً موسيقية وأطباقاً عالمية

## فندق كراون بلازا البحرين يعلن تنظيم حفل رأس السنة في مركز البحرين للمؤتمرات

أجواء من المرح مع ألعاب الفيديو والأنشطة الممتعة، إلى محطات طعام متكاملة تناسب كافة الأذواق. كما أن العائلات يمكنها الاستمتاع بالأحفال بينما يخصص للأطفال وقت مميز للاحتفال حتى الساعة ١٠:٣٠ مساءً.

وبين أنه سيتم تقديم مجموعة واسعة من المأكولات العالمية، تشمل الأطباق الألمانية، النوش، والأطباق العربية، إضافة إلى محطات شواء وأركان مخصصة للحلويات. كما يوفر الفندق عروضاً خاصة للحجوزات الجماعية وتخفيضات مغرية على الإقامة.

وأشار إلى أن مطعم «بياني»، وهو أحد المطاعم المميزة في الفندق، سيقدّم تجربة فاخرة للضيوف الباحثين عن أجواء راقية. وتشمل السهرة في «بياني» موسيقى حية على البيانو والسكسفون، مما يخلق أجواءً فنية ممتعة.



يقدم موسيقى عصرية تليبي تطلعات الأجيال الشابة. وأضاف حنا: «لقد اهتممنا بأدق التفاصيل لضمان أن تكون هذه المناسبة مناسبة للجميع. من قسم خاص بالأطفال يوفر لهم

بتنوعه الكبير ليشمل عروضاً حية من فرق موسيقية عالمية، بالإضافة إلى رقص شرقي يضيف لمسة من الثقافة المحلية. كما يتضمن أيضاً عروضاً روسية خاصة لمحبي الفنون المتنوعة، إلى جانب فترة DJ عربي

ضمن استعداداته لاستقبال العام الجديد ٢٠٢٥، أعلن فندق كراون بلازا البحرين تنظيم حفل رأس السنة المنتظر في مركز البحرين للمؤتمرات يوم غد الثلاثاء الموافق ٣١ ديسمبر ٢٠٢٤. وسيجمع الحفل أفراد العائلة والأصدقاء من مختلف الأجيال في أجواء مميزة مليئة بالمرح، والموسيقى، والطعام العالمي.

ويهدى المناسبة صرح المدير العام للفندق شربل حنا: نسعى هذا العام إلى تقديم تجربة استثنائية تجمع الجميع تحت سقف واحد، حيث تحتفل بروح الوحدة والتنوع وستكون حفلتنا لهذا العام أمسية متكاملة تناسب كافة الأذواق، مع برامج معدة خصيصاً للأسر، والشباب، والأطفال. وذكر: «برنامج الحفل يتميز

كتبت: زينب علي



## «الإرسالية الأمريكية» يعلن تنظيم العدد الأضخم من الفعاليات المجتمعية في ٢٠٢٤

ونظمت الفعاليات لمختلف الفئات والجهات، منها ذوو الاحتياجات الخاصة ومعسكرات العمال والمراكز الاجتماعية إلى جانب عدد من المؤسسات. ويأتي تنظيم الفعاليات الطبية المجتمعية بهدف تحسين الصحة العامة والرفاهية من خلال توفير الوصول إلى خدمات الرعاية الصحية والمعلومات لسكان ذوي الدخل المحدود أو المعرضين للخطر. وتتركز هذه الفعاليات على معالجة التفاوت في الرعاية الصحية وضمان حصول الأفراد على الموارد اللازمة للوقاية والتشخيص والعلاج.

أعلن مستشفى الإرسالية الأمريكية تنظيم أكبر عدد من الفعاليات المجتمعية منذ إنطلاقها في عام ٢٠٠٤. وذكر أن التواصل المجتمعي هو في الأساس استمرار لإرث الرواد الذين جاءوا إلى البحرين لتقديم الرعاية الطبية المجانية والضرورية منذ أكثر من ١٢٠ عاماً. وتم تصميم الفعاليات لتوفير الموارد الصحية الأساسية والتعليم والفحوصات على مدار العام، ما يضمن حصول السكان على الخدمات الأساسية بطريقة مريحة وسهلة الوصول.

## استطلاع رأي يكشف أهم مخاوف الأمريكيين في نهاية عام ٢٠٢٤



تشعر بالإرهاق، فقد حان الوقت للنظر في تقليص التعرض للأخبار. وبينما يعتبر البقاء على اطلاع أمراً مهماً، فإن الاستهلاك المستمر للأخبار، خاصة تلك التي تركز على العناوين السلبية، يمكن أن يؤثر بشكل كبير على الصحة النفسية. وقالت: «إن الأخبار يمكن أن تؤثر بشكل كبير على صحتنا النفسية، ومن المهم التعرف على متى تصبح تلك التأثيرات أكبر من اللازم». وأشار أكثر من ٣٣٪ من المشاركين في الاستطلاع إلى أنهم يخططون للتركيز على الصحة النفسية في عام ٢٠٢٥، ما يمثل زيادة بنسبة ٥٪ عن العام الماضي. وهذه هي أعلى نسبة تم تسجيلها منذ أن بدأت الجمعية الأمريكية للطب النفسي في طرح هذا السؤال في عام ٢٠٢١. وإلى جانب القرارات التقليدية، مثل ممارسة الرياضة بشكل أكبر، بدأ العديد من الناس في التركيز على الأنشطة التي تدعم صحة العقل والجسم. وتشمل الأنشطة الأكثر شيوعاً:

- قضاء وقت أكثر في الطبيعة (٤٦٪)
- التأمل (٤٤٪)
- التركيز على الروحانية (٣٧٪)
- أخذ استراحة من وسائل التواصل الاجتماعي (٣٠٪)
- كتابة اليوميات (٢٩٪)

وتقدم هذه الأنشطة بدائل للتفاعل مع الحياة التي تعزز اليقظة الذهنية وتقلل من التوتر، ما يعاكس آثار الاستهلاك المستمر للأخبار. وبينما قد يجلب عام ٢٠٢٥ مخاوف جديدة، فإنه يوفر أيضاً فرصة للتركيز على الصحة النفسية. وتشجع الدكتورة ويلز الجميع على أن يكونوا واعين لمشاعرهم واتخاذ خطوات نشطة للاعتناء بأنفسهم. مضيفة: «أي وقت من العام، تظل الصحة النفسية أمراً بالغ الأهمية. البقاء واعياً وكيفية شعورنا مع اتخاذ خطوات نشطة للاعتناء بأنفسنا هو قرار رائع.

في وقت يشهد فيه العالم تزايداً في التحديات والمشكلات الاجتماعية والاقتصادية، أصبح الاستهلاك المفرط للأخبار من العادات اليومية التي تحمل في طياتها آثاراً سلبية على الصحة. وتشير دراسة استقصائية حديثة من الجمعية الأمريكية للطب النفسي (APA) شملت ٢٢٠٠ بالغ في الولايات المتحدة إلى تزايد القلق بشأن قضايا مثل الاقتصاد، والعنف المسلح، وجرائم الكراهية، حيث أبلغ العديد من البالغين عن زيادة القلق لديهم مع اقتراب نهاية عام ٢٠٢٤. وأظهرت نتائج الاستطلاع أن هذه المخاوف المتعلقة بالأحداث العالمية والمحلية تؤثر على صحة الناس النفسية، وتؤكد الدكتورة ماركيثا ويلز، المديرية الطبية للجمعية الأمريكية للطب النفسي، على أهمية استهلاك الأخبار بشكل واع، مشيرة إلى أن الطبيعة المفرطة للأحداث الحالية يمكن أن تساهم في زيادة التوتر والقلق. وتوصي الدكتورة ويلز بأنه إذا بدأت الأحداث الحالية في جعلك