



# Lojain Omran

هذه وصفتي للنجاح

الأميرة عادلة  
بنت عبدالله  
"سند" الأعمال الخيرية

مذكرات الأمير هاري:  
فضيحة لا تهز عرشاً





# DIOR

JEWELLERY

مجموعة *LA ROSE DIOR*  
ذهب زهرتي وألماس.



# المرأة والعمل الخيري



fadiafahed@lahamag.com

برعت المرأة العربيّة في الأعمال الخيرية وأبدعت، صبّت من ذاتها وكيانها وحنانها، وسخّرت وقتها وطاقتها ومواهبها لخدمة الأقلّ حظاً في مجتمعاتنا: المتألم، والمحتاج، والمعنّف، والمتروك، والمنبوذ، والعاجز... وآخرون من الذين يعيشون القهر والعوز بصمت، متحصّنين في وحدتهم وصومعتهم على هامش المجتمع. ونجحت المرأة في بلسمه الجراح، وجبر الخواطر، والحماية والرعاية، مسلّطة الضوء على قضايا اجتماعية محقّة كانت ولا تزال في الظلّ، منها العنف الأسري وقضايا المرأة وعقوق الوالدين وغيرها. وقد خاضت المرأة حروباً عدّة لإقناع الآخرين بكفاحها المجتمعيّ هذا: لم تهزمها الانتقادات، ولم تحبطها النظرة الدونيّة التي يستقبل بها البعض هذا النوع من الأعمال التطوّعية. استمرّت، وكافحت، وأسست الجمعيات غير الربحيّة على أنواعها، وفرضت استحداث القوانين التي ترعاها، ثمّ تفتّنت في إيجاد أفكار للتمويل والدعم لتأمين الاستمرارية. تحيّة الى المرأة المعطاءة صاحبة الأيدي البيضاء، المصرة على رسم بسمة حيث رسمت الحياة دمعة! ألف تحيّة لها!

## نسائم

تتراكم الأحلام في ناكرتي  
كثلج يتساقط بصمت  
ويتشقق طبقات طبقات  
ويتجمّد في وحدة الليالي الباردة  
تمتدّ يدك بدفع  
وتزيح الثلج  
فتدبّ الحياة في الأطراف.

## الصورة الرسمية للعائلة الهاشمية للعام 2023



Laha مجلة المرأة العربية وأسرتها... تصدر كل شهر عن دار « الحياة »



رئيسة التحرير **فاديا فهد**  
Editor-in-Chief **Fadia Fahed**  
fadiafahed@lahamag.com

مديرة التحرير: **جولي صليبيا**

مدير محتوى الموقع: **أمين حمادة**

سكرتيرة تحرير الموقع: **فرح جهمي**

صياغة لغوية: **ليلي غندورة سنو**

مصر: **ماجد رشدي**

للإشتراك في مجلة «لها» العنوان الإلكتروني التالي: information@alhayat.com أو mrktgcc@alhayat.com (لدول الخليج).  
للإشتراك في السعودية care.ksa@daralhayatad.com ، هاتف خدمة الزبائن: ٩٢٠٠٠٢٤٢٤ ، فاكس: ٩٦٦١٢٦٨٢٩٤٨

للإعلانات: شركة «ميمز» MEMS LLC البريد الإلكتروني: mems@choueirigroup.com

Dubai	Tel: +971 4 4545454	Fax: +971 4 4545411	+٩٧١٤٤٥٤٥١١: فاكس	+٩٧١٤٤٥٤٥٥٤: هاتف	دبي
Jeddah	Tel: +966 2 6617777	Fax: +966 2 6617744	+٩٦٦٢ ٦٦١٧٧٤٤: فاكس	+٩٦٦٢ ٦٦١٧٧٧٧: هاتف	جدة
Riyadh	Tel: +966 1 2932727	Fax: +966 1 2930955	+٩٦٦١ ٢٩٣٠٩٥٥: فاكس	+٩٦٦١ ٢٩٣٢٧٢٧: هاتف	الرياض

مكتب بيروت: ٩٨٧٩٩٠/٢/٣ (٠١)

Kensington Centre, 66 Hammersmith Road, London, W14 8UD, England: مكتب لندن  
Tel: +44 207 602 9988 - Fax: +44 207 371 4215

Dar Al Hayat, Discovery Building 15th Floor, Dubai Studio City, Dubai, UAE: مكتب دبي  
مكتب القاهرة: ١٦ شارع نهر - الدور الثاني شقة ٢٢ - مصر الجديدة - روكسي - خلف حديقة الميريند  
الهاتف: ٢٤٥٤٩٨٤٧، ٢٤٥٤٩٨٥٠ - الفاكس: ٢٤٥٤٩٨٢٩

المدير المسؤول: **فيفيان مسكاوي**



الطباعة: **مجموعة الرعيدي للطباعة**

Fax: (961) 5-954855, Tel: (961) 5-456666, Beirut-Lebanon

السعودية ٥ ريالات، لبنان ٤٠٠٠٠ ليرة، الأردن ٢ دينار، الإمارات ٥ دراهم، البحرين ٨٠٠ فلس، عمان ٨٠٠ بيسة، اليمن ١٢٠ ريالاً، الكويت ٧٥٠ فلساً، قطر ١٠ ريالات، المغرب ٢٠ درهماً، سوريا ٢٥٠ ليرة، السودان ٧٥ جنيهاً، تونس ١٠٥ دينار، مصر ١٠ جنيهاً، ليبيا ٧٠٠ درهم، العراق ٣٠٠٠ دينار،

France €4 .Italy €4 .Switzerland 6CHF. UK £2 .USA \$3

# الملكة رانيا العبدالله

## تطلع على برامج وأنشطة جمعية سيدات «بيت الورد» في العقبة



أطلعت الملكة رانيا العبدالله على برامج وأنشطة جمعية سيدات «بيت الورد»، التي تأسست في العقبة خلال فترة جائحة كورونا لمساعدة سيدات المجتمع المحلي ممن تعثرت مشاريعهن في تلك الفترة. وفي مستهل الزيارة، التقت الملكة مع رئيسة وأعضاء مجلس إدارة الجمعية، حيث كشفت رئيسة الجمعية رانيا النسعة التدريبات التي تقدّم لسيدات المجتمع المحلي ولذوي الإعاقة والاحتياجات الخاصة لدمجهم في المجتمع المحلي، والقيام بمشاريع حرفية ومنزلية خاصة بهم تساعد على تحسين الدخل. وتجوّلت الملكة رانيا في سوق الجمعية والمطبخ الإنتاجي، واطلعت على جزء من المنتجات الحرفية التي يتم تسويقها للسياح وتحمل الطابع التراثي والجمالي لمدينة العقبة. كما تبادلت الأحاديث مع المستفيدات من الجمعية واستمعت إلى الأنشطة التي يتم القيام بها في مجالات الحرف اليدوية من أعمال خشبية وسيراميك وحياسة. وتعمل الجمعية على إتاحة الفرصة للسياح لخوض تجربة طهي الأطباق المحلية، إضافة إلى إحياء الزي الأردني التراثي والشعبي واستقطاب فئات المجتمع والتشجيع على إحياء التراث الأردني وتعلم المهن والحرف اليدوية التقليدية.



على الغلاف:  
الديفا لجين عمران  
وBVLGARI  
حكاية عشق مجوهرة

عدد 1059 JANUARY 2023



## اتجاهات

- 58 ساعة "كلاسيك فيوجن" الأنيقة من Hublot.
- 60 مجوهرات Rose Des Vents من Dior.
- 74 مجموعة مميزة من كارولينا هيريرا لما قبل موسم ربيع 2023.
- 76 خطوة خطوة لخياطة سترة Dior Cruise 2023 Bar Jacket.
- 78 9 خطوات لبشرة نضرة في العام الجديد.
- 84 مستحضرات بيضاء اخترناها لك في شهر يناير.

## هذا العدد

- 18 مذكرات الأمير هاري: فضيحة لا تهزّ عرشاً.
- 24 الأميرة عادلة بنت عبدالله: أنحني أمام شجاعة طفل مريض يحارب السرطان الشرس.
- 32 رحيل ليزا ماري بريسلي ابنة الأسطورة إلفيس بريسلي.
- 34 بولا يعقوبيان: حملة "دفي" مستمرة رغم الصعاب في جمع التبرعات.
- 38 أمل فلمبان: إنجازات المرأة السعودية بدأت قبل رؤية 2030.
- 44 فاطمة البنوي: على النساء العربيات أن يكافحن لإثبات أنفسهنّ.
- 48 معرض خريجات المركز السعودي الواحد والثلاثون.
- 52 وليد الخطيب: حين يكون الشاعر جزءاً من لغة قصائده.
- 90 جمال سليمان: السوشيال ميديا أصبحت مكاناً لنشر الكراهية والانحطاط في المجتمع.
- 96 عائلة وديع جورج وسوف تروي لنا تفاصيل رحيل الحنون.
- 100 موظفون سعوديون مع مدير غريب الأطوار يجمعهم "المكتب".
- 108 جوبس فارس: المسلسلات الرمضانية بمعظمها دون المستوى.
- 112 روان مهدي: لي خطوط حمر لا يمكن أن أتجاوزها.
- 116 نجومات دراما رمضان يناقشن قضايا نسائية شائكة.
- 122 سارة بطيخة: يمكن للمرأة أن تحلم وتسعى إلى تحقيق حلمها.
- 126 هبة جابر: لقاء المجوهرات الراقية بالأزهار.
- 130 اكتشافات طبية استثنائية لعلاج الأمراض الخطرة في 2023.
- 134 دعاء جاويش: الفشل مجرد عقبة تواجهنا في طريق النجاح.
- 140 الديتوكس وتنظيف الجسم من السموم: وهم أم حقيقة؟
- 154 كرانس مونتانا وفخامة الإجازة الثلجية السويسرية.



# ماجدة الرومي

## سفيرة للفنانين العرب وأغنية جديدة لبيروت

أعلنت الأمانة العامة لمجلس الوحدة الإعلامية العربية عن اختيار الفنانة اللبنانية ماجدة الرومي سفيرة للفنانين الشباب العرب للعام 2023. وجاء هذا الإختيار بناءً على المسيرة الفنية الطويلة حيث تعتبر الرومي مدرسة فنية عُرفت بنهج الإلتزام والرزانة في اختيار قصائدها. من جهة أخرى، تسافر الرومي الى مصر لتصوير اغنيته الجديدة «عندما ترجع الينا بيروت بالسلامة» من كلمات الشاعر الكبير نزار قباني، على طريقة الفيديو كليب.





فستان بني من Harvey Nichols

عقد MONETE NECKLACE من الذهب الأصفر والماس مع 3 قطع نقود فضية.

سوار MONETE BRACELET من الذهب الوردي والماس مع قطعة نقود فضية.

أقراط الأذنين LE MAGNIFICHE من الذهب الوردي والماس.

المجوهرات كلها من دار BVLGARI

# لعجين عمران:

## هذه وصفتي الشخصية للنجاح

ديفا الإعلام المرئي وعرّابة البثّ التلفزيوني المباشر في الخليج هي لعين عمران. محاورة من الطراز الرفيع، وصاحبة كلمة حلوة، وحضور جميل أسر. نجاحتها الكبير لاقى أصداء واسعة، ومهدّ الطريق لنجاحات نسائية أخرى في الخليج العربي. لقاء وتصوير مع سفيرة بولغري BVLGARI، المرأة الاستثنائية التي تركت بصمتها في الإعلام الخليجي والعربي.

**حوار: فاديا فهد**

---

تصوير وفيديو: **Mattia Holm**  
مساعد تصوير: **Alireza Yahoozadeh**  
إخراج فني وتنسيق: **Sleiman Dayaa**  
تصنيف الشعر: **Wassim Steve**  
مكياج: **Katie Cousins**  
موقع التصوير: **فندق Al Seef Heritage Hotel Dubai**  
**Curio Collection by Hilton**  
المجوهرات كلها من **بولغري BVLGARI**

فستان أخضر من Harvey  
Nichols

ساعة SERPENTI  
معرضة بالماس SECRET  
والزمرد، بقطر 40 مم.

المجوهرات كلها  
من دار BVLGARI

## ❖ أي مساحة تحفظين للمرأة العربية وحقوقها

في رسالتك الإعلامية؟

مساحة كبيرة جداً قد تكون الأكبر نظراً إلى امتلاك صوتاً مسموعاً وحسابات متابعة في مواقع التواصل الاجتماعي، فأستثمر دائماً هذه القوة لتقوية غيري من النساء ودعمهن وتذكيرهن بأنهن قادرات على التحدي والمواجهة وإثبات ذواتهن، وأن لكل منهن سحرها الخاص وقدرات لا يُستهان بها تمكّنها من النجاح والتألق.

يجب أن نؤمن بقوة المرأة وقدراتها ونعرف أن قوة المجتمع لن تتحقق إلا بتمكين نظيرتها، لذا فهي تقدّم يد المساعدة لكل امرأة حولها، فلا نحاول أن نحبطها أو نقلل من شأنها بل علينا أن ندعمها ونشجعها. وأهم نقطة هي الاستقلال المادي، لأن هذا الاستقلال يساعد المرأة على امتلاك حرّيتها ويمنحها القوة في اتخاذ القرار والثقة بإمكانياتها فلا ترضخ لتحكم أو سيطرة أحد لكونها محتاجة إليه.

## ❖ ما هي وصفتك للنجاح؟

ألاً تشغل وتهدر طاقتك ووقتك على ما يدور حولك ويُقال عنك، وأن تركز على الاستثمار في تطوير نفسك على كل الصعد، سواء من حيث الفكر، أو العمل، أو الشخصية، أو المظهر... كي تكون غداً نسخة أفضل عن نفسك من اليوم، أي إذا سقطت تنهض من جديد وتعيد المحاولة ولا تستسلم أبداً.

## ❖ هل من قصة نجاح تلفزيونية ألهمتك نجاحك الشخصي؟

استلهمت نجاحي من قصة نجاح الإعلامية الكبيرة أوبرا وينفري وكفاحها وإرادتها وإصرارها على الوصول إلى ما هي عليه اليوم.

## ❖ تمّ اختيارك نجمة Dubai Bling على «نتفليكس»، ماذا عن هذه التجربة؟ وبدورك من ترشّحين لهذا الدور؟

هي تجربة رائعة جداً على الصعيد الشخصي، فالعمل مع منصة عالمية مثل «نتفليكس» أمر جيد حيث إن البرنامج عُرض في 190 دولة وترجم إلى 30 لغة، وردود الفعل كانت على مستوى عالمي. أما بالنسبة إلى الترشيح، فأرشد أسيل لأن لديها الكثير من قصص النجاح والفشل والكفاح والإحباط... ستلهم الكثيرين.

## ❖ هل من مشاريع تلفزيونية جديدة على مستوى العالم العربي؟

حالياً أقدم وللمرة الثانية برنامج «أمير الشعراء» على قناتي «أبوظبي» و«بينونة»، كما أحضر لعمل على منصة عالمية.

## ❖ هل باتت السوشيال ميديا بديلاً للتلفزيون لدى

## الجيل الجديد؟

هذا هو الواقع شئنا أم أبينا، فالمنصات الإعلامية ومواقع التواصل الاجتماعي سحبت البساط من تحت أقدام التلفزيون، ورغم ذلك لا يزال للتلفزيون نكهته الخاصة والمختلفة، خصوصاً حين يُقدّم البرنامج مباشرة على الهواء.

## ❖ ما الذي تحرصين على عدم نشره عبر صفحتك في «إنستغرام»؟

لا أنشر أي أمر مزعج أو محزن أو محبط.

## ❖ أي الحسابات تحرصين على متابعتها؟

أتابع كل حساب يفيدني أو يسعدني. طبعاً لا يخلو الأمر من المجاملة في بعض الأحيان في ما يخص المتابعة.

## ❖ هل تحرصين على إبعاد حياتك الشخصية عن السوشيال ميديا؟

أظهر من حياتي الشخصية 30% وأخفي الـ70% الباقية، علماً أن النسبة الأكبر المخفية أجمل بكثير من تلك المكشوفة للعلن.

## ❖ ماذا عن شقيقتك أسيل عمران؟ هل أنت من قادها إلى عالم الشهرة فتبعت خطاها؟

دخولي إلى عالم الإعلام مبكراً أخذني قبل أسيل إلى الشهرة، لأنها حينذاك كانت تبليغ من العمر 13 أو 14 عاماً. ربما سهّلت شهرتي وقتها دخول أسيل عالم الشهرة، لكنّ مؤهلاتها وذكاءها في الدرجة الأولى هما اللذان قاداها إلى الشهرة والنجاح، واليوم هي سفيرة «ديور» و«لوريال» في الشرق الأوسط، وأنا فخورة بها كثيراً.

## ❖ ما النصيحة التي أسديتها إلى شقيقتك عند دخولها عالم الشهرة، ولماذا؟

لم أكن أملك الخبرة الكافية حين دخلت أسيل عالم الشهرة، ولكن بعد أن تعلمت نصحتها بالألا تثق بأحد، لأن الثقة غالبية جداً في مجال عملنا ولا تمنح لأيّ كان.

## ❖ أنت و«بولغري» حكاية حبّ، أخبرينا عن اللقاء الأول وحتى اختيارك سفيرة للدار؟

أول تعاون مع دار «بولغري» كان عام 2012 من خلال تصوير غلاف لإحدى المجلات، ومنذ ذلك التصوير اكتشفت أن هناك سمات مشتركة بيننا، منها أننا بعيدتان عن التقليدية، نَعشق الرفاهية والتميز والاختلاف ونحبّ الألوان، لأننا نؤمن بأن الحياة جميلة بكل ما فيها، لذلك في كل مناسباتي أختار ملابس من «بولغري».

## ❖ ما الذي يشدّك أكثر إلى مجوهرات «بولغري»؟

تنوّع الأحجار وروعيتها، والأهم كيفية التعامل مع هذه الأحجار من جانب الرائعة لوتشيا، المديرية الإبداعية لدار «بولغري»، فهي تملك رؤية استثنائية في صياغة الأحجار وإبراز جمالها بشكل مختلف.

## ❖ صوتي الإعلامي

أستخدمه لتقوية غيري من النساء ودعمهن وتذكيرهن بأنهن قادرات على التحدي والمواجهة وإثبات ذواتهن

فستان أبيض من Harvey Nichols

ساعة SERPENTI SPIGA بإصدار محدود، وقطر 35 مم، مقاومة للماء لعمق 30 متراً، مع ميناء أسود، مصنوعة من السيراميك الأسود والذهب الوردي والماس.

أقراط الأذنين LE MAGNIFICHE من الذهب الوردي والماس.

المجوهرات كلها من دار BVLGARI



أعشق ساعة BVLGARI  
Serpenti المشغولة بحرفية  
عالية وهي تمثل الثعبان رمز  
الحكمة والتجدد

❖ ما هي قطعة المجوهرات التي لا يمكن أن تخرجي من دونها؟

الساعة، فأنا مهووسة بالساعات، وتأسرني الساعات المميزة والبارزة الأقرب إلى كونها قطعة مجوهرات من ساعة عادية.

❖ أي المجموعات من «بولغري» لفتتك أكثر؟

«السيربنتي»، فالثعبان هو رمز الحكمة والولادة المتجددة والحيوية. كما أن برجتي الصيني هو الثعبان، ومجموعة «السيربنتي» مشغولة بحرفية عالية جدا تأسر أي امرأة تعشق المجوهرات.

❖ ما هو الحجر الكريم الأحب إلى قلبك؟ ولماذا؟

أعشق الزمرد، لأن في لونه الأخضر سحراً مختلفاً.

❖ ما الذي أعجبك أكثر في هذا التصوير؟

أكثر ما لفتني هو الأجواء والمكان المختار للتصوير، فرغم حبي للتطور والحدثة إلا أنني أحب الأصالة والأماكن التراثية التي تذكرنا بأجدادنا وماضيهم المجيد.

### سين وجيم

❖ كتاب تحبين العودة إليه: «الرقص مع الحياة» للكاتب مهدي الموسوي.

❖ أغنية تدندنينها باستمرار: Fly me to the moon

❖ فيلم سينمائي أو وثائقي أثار فيك: Note book

❖ كاتبة أو إعلامية تعشقين أسلوبها الصحافي أو التلفزيوني: أوبرا وينفري.

❖ ذكرى خاصة من طفولتك طبعت شخصيتك: حبّ والدي لي وحكمته في التعامل معي ومع أخطائي، وهدوؤه الذي يجلب السكينة والطمأنينة.

❖ حكمة تعشقينها: «استثمر في من يستثمر فيك»، وأقصد الاستثمار بكل أنواعه: العاطفي، المعنوي، المادي وحتى بالوقت.

❖ ثلاث أمنيات تتمنين أن يحققها لك الفانوس السحري: الأمنية الأولى «عصا سحرية» أحقق فيها أحلامي أنا وعائلي وأحبائي، والأمنية الثانية أن أطلق سراح المارد المحبوس في الفانوس، أما الثالثة فلست بحاجة إليها لأن الأمنية الأولى ستحققها. ❖




فستان أحمر من Versace

عقد LE MAGNIFICHE FULL DIAMOND من البلاتينوم.

المجوهرات كلها من دار BVLGARI



يجمعني ببولغري   
حبنا للألوان والحياة BVLGARI

فستان أسود من  
Kristina Fidelskaya

ساعة  
SERPENTI SECRET بإصدار محدود  
باللون الأسود، مرصعة  
بالماس والزمرد، بقطر 40  
مم، ومقاومة للماء لغاية  
عمق 30 متراً.

عقد  
SERPENTI TUBOLARE من الذهب  
الوردي والأونيكس والماس.

المجوهرات كلها  
من دار BVLGARI



فستان بني من Harvey  
Nichols

عقد MONETE NECKLACE  
من الذهب الأصفر والماس مع 3  
قطع نقود فضية.

سوار MONETE BRACELET  
من الذهب الوردي والماس مع  
قطعة نقود فضية .

أقراط الأذنين LE  
MAGNIFICHE من الذهب  
الوردي والماس.

المجوهرات كلها  
من دار BVLGARI

هذه كانت نصيحتي  
لشقيقتي أسيل قبل  
دخولها الإعلام

بدلة سوداء  
من Harvey Nichols

عقد COLOR TREASURES  
من الذهب الأبيض مع الياقوت  
الأحمر، والجمشت، والزمرد،  
والساقير والماس.

أقراط الأذنين LE  
MAGNIFICHE من البلاتينوم  
مع الياقوت الأحمر والماس.

خاتم LE MAGNIFICHE من  
الذهب الأبيض والماس.

المجوهرات كلها  
من دار BVLGARI



PRINCE HARRY

SPARE

«الاحتياطي» SPARE

# مذكرات الأمير هاري: فضيحة لا تهز عرشاً

بعد أشهر عدّة من الترقّب، وعقب عرض مسلسل «هاري وميغان» الوثائقي على شبكة «نتفليكس» الشهر الفائت، والذي تطرّق فيه الأمير هاري وزوجته إلى مشاكلهما مع العائلة المالكة ووسائل الإعلام البريطانية، تم أخيراً طرح مذكرات الأمير هاري في كتاب بعنوان SPARE أو «الاحتياطي». قد يكون هذا الكتاب الأبرز الذي يتناول العائلة المالكة منذ نشر كتاب «Diana: Her True Story» عام 1992 والذي تعاونت فيه الأميرة الراحلة ديانا، والدة هاري، مع أندرو مورتون. كما تزامن إطلاق كتاب هاري مع أربع مقابلات تلفزيونية أجريت معه في المملكة المتحدة والولايات المتحدة.

جولي صليبا



❓ غير الكتاب  
الطريقة التي ننظر  
بها إلى علاقة  
الأخوين، لا سيما أنه  
بات معلوماً أن الأمور  
لم تكن على ما يرام  
بينهما في الفترة  
الأخيرة



مذكرات الأمير هاري تروي قصته بكلماته. والقصة تحمل ألباً فيما تتسم الكلمات بالحميمية، مع كراهية شديدة وواضحة للصحافة الصفراء البريطانية. كانت كتابة المذكرات تجربة «مؤلمة» و«مريحة» بالنسبة إلى هاري.

فضائح كثيرة يتضمنها كتاب Spare. فالأمير هاري اتهم شقيقه الأمير ويليام بطرحه أرضاً خلال شجار نشب بينهما عام 2019 بسبب ميغان التي تزوجها هاري قبل عام من الحادثة. كما تطرق إلى فقدانه عذريته وتعاطيه المخدرات، وقتله 25 عنصراً من عناصر حركة طالبان خلال خدمته في صفوف الجيش البريطاني في أفغانستان. إلا أن ضباطاً كباراً في الجيش البريطاني نددوا بهذه التصريحات التي اعتبروها مسيئة جداً.

#### سهام الأمير هاري على العائلة المالكة هل ترتدّ عليه؟

هجمات الأمير هاري طاولت كل أفراد العائلة المالكة. فما هي تداعيات تلك السهام وهل ترتدّ على مُطلقها؟

قدّم الأمير هاري في كتابه صورة متعاطفة إلى حدّ كبير مع الملك تشارلز، بحيث اعتبره الأفضل بين جميع أفراد العائلة. ووصف هاري والده بأنه رجل مرهف الحسّ ومُحبّ للكتب، وأنه بذل قصارى جهده للحفاظ على ترابط عاطفي مع هاري عقب وفاة الأميرة ديانا.

إلا أن ما قاله هاري عن الملكة القريفة كاميليا قد يصعّب على الملك تشارلز تحمّله. فقد قال هاري إن كاميليا حاولت مغازلة الصحافة الشعبية لتحسين صورتها العامة بعد تصويرها على أنها «شريرة». وأضاف أن هذه الاستراتيجية جعلتها «خطرة». ولا شك في أن هذه التعليقات تبدو صعبة جداً بالنسبة إلى كاميليا التي عانت كثيراً للحصول على دعم شعبي. وفي فصل آخر من الكتاب، يشيد هاري بكاميليا، إذ يدرك حجم السعادة والسلام اللذين جلبتهما لوالده، ويشيد بعملها مع ضحايا العنف المنزلي. يتضح إذاً أن كاميليا شخصية محيرة بالنسبة إلى هاري. لكن سبق لهاري أن هاجم كاميليا في مقابلة له مع شبكة SBC، حيث وصفها حينذاك بالشريفة لأنها سرّبت بعض تفاصيل المحادثات الخاصة إلى وسائل الإعلام.

من جهة أخرى، تعرّض الأمير ويليام لانتقادات قاسية ومتكررة. فقد غيّر الكتاب الطريقة التي ننظر بها إلى علاقة الأخوين، لا سيما أنه بات معلوماً أن الأمور لم تكن على ما يرام بينهما في الفترة الأخيرة. ففي مذكراته، قال هاري إن ويليام كان الشقيق الأكبر، الغاضب والمحبط والذي يعاني من كبت. ولا شك في أن هذه الصورة لا تتطابق مع شخصيته العامة المتمثلة في كونه لطيفاً وأنيقاً ومتعاطفاً.

ورغم عدم تعليق الأمير ويليام بشكل علني على مذكرات شقيقه، أكدت مصادر ملكية مطلعة أنه يشعر بالغليان والدمار نتيجة ما كتبه هاري، وأنه غير قادر على مسامحته. أما كايت، فقد قال عنها هاري إنها المتوترة والرسمية، على عكس ميغان البسيطة والعفوية. وقد تحدّث الكتاب عن أشياء كثيرة بين كايت وميغان. وبالنسبة إلى هاري، فإن زوجة شقيقه هي كايت دائماً، وليست كاثرين إطلاقاً. كما اتهم هاري شقيقه ويليام وزوجته كايت بعدم منح أي فرصة لميغان، ورفضاً التقرب منها.

رغم عدم تعليق الأمير ويليام بشكل علني على مذكرات شقيقه، أكدت مصادر ملكية مطلعة أنه يشعر بالغليان والدمار نتيجة ما كتبه هاري









## رأي الشارع البريطاني

أراد هاري وميغان ربما استعطاف البريطانيين، لكن ردود الفعل جاءت معاكسة تماماً في المملكة المتحدة، إذ أشارت الاستطلاعات إلى تراجع في شعبية هذا الثنائي، وخصوصاً ميغان. وعبر البريطانيون عن امتعاضهم مما ورد في مذكرات الأمير هاري، وشنت الصحف البريطانية حملة ضد الكتاب وما يحمله من اتهامات للعائلة المالكة البريطانية.

ورغم الترويج الكبير للحلقة التلفزيونية التي بُثت قبل طرح كتاب SPARE في الأسواق، أظهرت الأرقام الرسمية أن عدد الذين شاهدوا المقابلة عبر «أي تي في» لم يتجاوز الـ4.1 مليون شخص.

وخلال تلك المقابلة، أصر هاري على أنه وزوجته لم يتهما مطلقاً العائلة المالكة بالعنصرية عقب تعليقات طاولت لون بشرة ابنهما المنتظر حينها. وقال هاري: «لم أوجه هذه الاتهامات لهم، بل الصحافة البريطانية هي التي نقلت ذلك عن لساني»، مضيفاً أن ميغان لم تصف أيضاً أفراد العائلة المالكة بالعنصرين.

إلا أن هاري وميغان كانا قد أكدا في مقابلة أجريت معهما في آذار (مارس) 2021 مع الإعلامية أوبرا وينفري، وجود عنصرية داخل العائلة المالكة، مما أثار ضجة واسعة حينها.

من جهة أخرى، أثارت مكتبة بريطانية إعجاباً وتفاعلاً كبيرين بين البريطانيين، على وسائل التواصل الاجتماعي، بطريقة عرضها كتاب الأمير هاري على واجهة المكتبة الزجاجية.

فقد عرض العاملون في مكتبة «بيرت» في سويندون كتاب الأمير هاري SPARE «الاحتياطي» بجانب رواية How To Kill Your Family «كيف تقتل عائلتك»، في إشارة إلى مزاعم الأمير هاري ضد العائلة المالكة. وحظيت تغريدة مكتبة «بيرت» بالصورة لواجهة عرض الكتب بتفاعل كبير على وسائل التواصل الاجتماعي.

أما مكتبة The Open Book في ريتشموند، جنوب غربي لندن، فقد عرضت مذكرات الأمير هاري بجوار كتاب عنوانه «تاريخ الخيانة» لدبارميد ماك كولوتش.

## مبيعات قياسية

أفادت دار نشر «بنغوين راندوم هاوس»، التي نشرت مذكرات الأمير هاري، بأنه بيع أكثر من 1.4 مليون نسخة من الطبعة الإنكليزية خلال اليوم الأول من طرحها للنشر، وهذه أكبر مبيعات تحققها الدار لأي كتاب غير روائي.

يُذكر أنه تم نشر المذكرات بـ16 لغة في كل أنحاء العالم، وطرحت شركتا «راندوم هاوس أميركا» و«راندوم هاوس كندا» النسختين المطبعية والرقمية في أميركا الشمالية، ودار نشر «ترانسوورد» في بريطانيا.

أراد هاري وميغان

ربما استعطاف

البريطانيين، لكن

ردود الفعل جاءت

معاكسة



# الأميرة عادلة بنت عبد الله:

أنحني أمام شجاعة طفل مريض  
يحارب السرطان الشرس

الأميرة عادلة بنت عبد الله بن عبدالعزيز آل سعود، «سند» الأعمال الخيرية. عُرفت بنشاطاتها الإنسانية في المجتمع السعودي. شخصية جميلة، حنون، صادقة، مُحبة، وخيرة. صاحبة أحلام إنسانية كبيرة، لها باع طويل في عمل الخير في المجتمع السعودي، حيث تترك بصمتها البيضاء أينما تحل. عدوى العمل الاجتماعي انتقلت الى بناتها وبعض الصديقات المقربات، كما تروي في هذه المقابلة. كآني بها تفخر بلم شمل من حولها تحت مظلة العطاء والمساعدة والخير.

في هذا الحوار، نتعرف أكثر الى أميرة خيرة شعارها «لا تتسلق الجبال ليراك العالم، تسلقها لترى أنت العالم!».

حوار: فاديا فهد



## ٦٧ العدوى الحسنة للعمل الاجتماعي انتقلت إلى بناتي وبعض الصديقات المقربات

بعدها أسستُ وبعض السيدات من مدينة الطائف لجنة صديقات الصحة والأسر المنتجة في الطائف عام 1999، وهي لجنة تعنى بتقديم الخدمة الاجتماعية للمرضى والتأهيل لتأسيس أعمال صغيرة لهؤلاء وأسرهـم تساهم في تحسين دخلهم. وفي عام 2003 أصبحت عضواً مؤسساً ورئيس مجلس إدارة جمعية «سند» الخيرية لدعم الأطفال المصابين بالسرطان. هذه التجربة تجمع بالنسبة إلي بين التأثير العاطفي بوضع الأطفال وذويهم، وسعادة المساهمة في مساعدتهم خلال فترة العلاج الصعبة والطويلة والرفع من معنوياتهم.

أما المحطة الثانية من مسيرتي في العمل الخيري والتطوعي، فكانت عملي في الشأن الثقافي من خلال ثلاثة قطاعات، هي:

- «الهيئة الاستشارية للمتحف الوطني 2000-2014»: كان عملنا مع إدارة المتحف المقصورة على الرجال، لأن القسم النسائي كان حينها جهة تنفيذية. ثم أشر كنا تدريجاً العناصر الجيدة من القسم النسائي. عندما بدأنا العمل، كان الوعي المجتمعي بأهمية المتاحف والآثار محدوداً، ولكن بعد تواصل الأنشطة المتحفية المتنوعة، أصبح الإقبال على المتحف أكبر وشمل فئات مختلفة من المجتمع.
- «اللجنة النسائية في مؤسسة الملك عبدالعزيز للموهبة والإبداع 2002 - 2007»: كانت تجربة غنية بالتعرّف على التوجه المستقبلي للمؤسسة والتحديات على أرض الواقع. والمتابع لتاريخ المؤسسة يشهد على إنجازاتها في الكشف والتأهيل للموهوبين.

- «الجمعية السعودية للمحافظة على التراث 2010 - 2017»: امتداداً لعملنا في المتحف الوطني، شاركت في تأسيس هذه الجمعية. كانت تجربة غنية، وكان الوعي المجتمعي حينها بأهمية الحفاظ على الهوية الوطنية عبر الآثار والتراث قد نما وتطور. وكان دور الجمعية توعوياً، وقد قامت بالعديد من الأنشطة والفعاليات المجتمعية الهادفة إلى تعزيز الاهتمام بالتراث العمراني والثقافي. بالإضافة إلى الاستفادة من تجارب الدول الناجحة في الاستثمار في الموروث الثقافي والتراث، وكيفية تطبيقه في المجتمع المحلي. كما تم تسجيل الجمعية في منظمة اليونسكو للاستفادة من تبادل الخبرات مع الجمعيات المماثلة في الدول الأخرى. ومن خلال تنظيم رحلات في مناطق المملكة المختلفة تساهم في تنشيط السياحة الداخلية والتعريف بالتراث والمواقع الأثرية والعادات والتقاليد الخاصة بكل منطقة، وعبر تعاملنا مع أبناء المناطق، تأكدت من

٦٨ عضو مؤسس ورئيس مجلس إدارة جمعية «سند» الخيرية لدعم الأطفال المرضى بالسرطان، كيف كانت الانطلاقة في العمل الإنساني؟

دخلت مجال العمل الاجتماعي عام 1997 بدعوة من سمو الأميرة حصة الشعلان لتأسيس المؤسسة الخيرية الوطنية للرعاية الصحية المنزلية. كنت خلال عملي في المؤسسة أتعلّم من كل من يعمل معنا، وحرصت على بناء علاقات جيدة مع مؤسسات خدمة المجتمع على اختلاف أهدافها، وقد ساهم ذلك في الاستفادة من تجارب هؤلاء والاطلاع على التحديات التي تواجههم والتعرّف على أساليب المواجهة.

ثمّ توسّعت دائرة معارفي في مجال العمل المجتمعي، وأصبح من الصعب عليّ عدم دعم المبادرات الجادة الساعية لخدمة المجتمع وتشجيعها.

وحين بدأت العمل، كان الفكر التطوعي في السعودية غير متبلور، ولم يكن لدى الشباب رغبة كبيرة في التطوع، ولكن فيما بعد انتشرت ثقافة التطوع في مجتمعنا. وخلال عملي لمست أهمية التطوع في إثراء التجربة الإنسانية حيث يزداد المتطوع قرباً من هموم الناس ويساهم طواعية في حل المتاعب التي يواجهونها. لذا فالعمل التطوعي له مردود إيجابي على من يمارسه، كما يصبح جزءاً لا يتجزأ من حياته، لأنه يلمس مدى التأثير الإيجابي لعمله في تحسين حياة الآخرين وإسعادهم.

٦٩ إذا أردنا التوقف عند عدد المحطات التي شكّلت طريق عملك التطوعي، بماذا ستحددينها؟

على مدى ربع القرن الذي عملت فيه مع العديد من المؤسسات المختلفة، أستطيع تحديد محطات عملي التطوعي في محطات هي:

المحطة الأولى، وكانت مع المؤسسات المعنية بالصحة كالمؤسسة الخيرية الوطنية للرعاية المنزلية عام 1997، وما ميزها هو تنوع التعامل مع مستشفيات مختلفة بإمكاناتها وأنظمتها المتفاوتة تبعاً للجهة المشرفة عليها، مثل وزارة الصحة ووزارة الحرس الوطني ووزارة الدفاع ووزارة التعليم. يجب أن يكون تعاملنا مرناً لخدمة المرضى، وفي الوقت نفسه موحّداً في الإجراءات والإحصائيات والتقارير للمتابعة المهنية لتطور العمل أو ملاحظة التحديات للعمل مع المستشفيات لمعالجتها حتى لا تتضرر الخدمة المقدّمة للمرضى، وخصوصاً في فترة جائحة كورونا. وقد يسّر عملنا خلال الجائحة استثمارنا في تطوير التقنية في المؤسسة بإنشاء «تطبيق 360» الذي مكّننا من الاستمرار في تقديم الخدمات في ظل القيود المفروضة بسبب الجائحة.





## ٦١ تعرّفت خلال دراستي الآداب على عالم آخر غنيّ بالإبداع الثقافي يعكس الأحوال الاجتماعية والفكرية والاقتصادية للدول الغربية

أنك لا تحتاجين إلى إمكانات كبيرة ليكون لديك قلب كبير يستضيف بحمّة بسيطة وصادقة كل الزوّار ويترك انطباعاً جيداً في نفوسهم، وذكري جميلة يتناقلونها مع معارفهم.

بعد ذلك تأتي المحطة الثالثة من محطات عملي التطوعي، والتي حملت عنوان «تمكين المرأة اقتصادياً»، من خلال عملي في لجنة صاحبات الأعمال بالغرفة التجارية في جدة عام 2002 - 2003، بتوجيه من الأمير عبدالمجيد بن عبدالعزيز رحمه الله، أمير منطقة مكة آنذاك، والتي تطوّرت لاحقاً لتأسيس مركز السيدة خديجة بنت خويلد عام 2009-2019. هذا العمل كان فيه تحدٍ كبير، لأن بعض فئات المجتمع كانت تجد في توسيع مجال عمل المرأة تهديداً لنفوذها، لأنه يؤدي إلى استقلالها المادي. وقد استطاع المركز أن يحقق هدفه في توسيع مشاركة المرأة السعودية في الاقتصاد الوطني من خلال تمكينها من مزاولة مهن جديدة وفتح سجلات تجارية والحصول على رخص صناعية بدون وكيل.

اهتمامي بقضايا العنف المنزلي، كان عنوان المحطة الرابعة في سجل مسيرتي في العمل الإنساني، وهو ما ترجم مناهضة للعنف الأسري من خلال عملي في برنامج الأمان الأسري عام 2006. كان العمل في هذا البرنامج شائكاً لأنه معنيّ بقضية حسّاسة، ولكن دخولنا لمعالجة هذه القضية من المنظور الصحيّ تحت مظلة مستشفى الحرس الوطني كانت له ردود فعل أقلّ حدة مما توقعنا. عمل البرنامج على المستويين التشريعي والتوعوي، وكذلك على تدريب العاملين في المجالين الصحي والاجتماعي وتأهيلهم. ورغم التحديات التي واجهتنا، تمكنا بتضاضر الجهود من تكوين شبكة من الداعمين لمناهضة العنف الأسري من كل الجهات المعنية، الأمنية والصحية والتعليمية ومؤسسات المجتمع المدني، والمنظمات الدولية التي تعنى بالمرأة والطفل في المملكة، وكلها اليوم تنتظم في عضوية مجلس إدارة البرنامج.

وفي المحطة الخامسة، عملت في مجال التوثيق والرصد وحفظ سيرة الوالد رحمه الله، من خلال تأسيس لي مركز «سيرة ملك» عام 2007. فقد تشكلت لديّ قناعة من عملي السابق بأهمية التوثيق والرصد والإحياء. ولفتت نظري الأميرة البندري بنت خالد بن عبدالعزيز إلى صعوبة جمع المعلومات للتخصير لمعرض الملك خالد رحمه الله، مقترحة أن نحرص على حفظ المقتنيات والمعلومات مبكراً. عرضت الفكرة على إخواني وأخواتي فرحبوا بها، وأخذت موافقة الوالد رحمه الله، على إنشاء برنامج بسيط يهتم برصد سيرته وتوثيقها. بعد وفاته، طوّرتنا البرنامج

ليكون مركزاً يشمل الرصد والتدوين والفرز والإيداع الإلكتروني ومكتبة رقمية، والنشر وتنظيم الندوات ومعارض معيّنة حول اهتمامات والدي.

والمحطة التي أعتبرها متميّزة، هي تشريفي بالانضمام إلى عضوية مجلس كل من جائزة الأميرة صيتة عام 2012، وجائزة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن عام 2016، وقد ساهم ذلك في التعرف إلى كوكبة جديدة من المهتمين بمواضيع الجائزتين، واستفدت من تجربة العمل التحكيمي ومراحلها بما يتخلله من وضع معايير تضمن الشفافية والحيادية وحسن الاختيار.

من الأدب الإنكليزي الاختصاص الذي درسته في الجامعة، إلى العمل الإنساني وبلسمه الجراح الاجتماعية، كيف كان هذا التحول؟

أنا مقتنعة بأن أي مجال من العلوم هو قيمة مضافة إلى التطوير الفكري للفرد حتى وإن لم يكن في المستقبل هو مجال العمل الذي يختاره. وعلى الرغم من أن اهتماماتي كانت تتركز في المواد العلمية قبل دخول الجامعة، إلا أنني بعد الدراسة في مجال الآداب تعرّفت على عالم آخر غنيّ بالإبداع الثقافي الذي يعكس الأحوال الاجتماعية والفكرية والاقتصادية للدول الغربية. وشدّني دراسة النقد والفلسفة لما لها من أبعاد عميقة في الفكر الإنساني ووجوه متعدّدة ومعقدة ومتناقضة ومتكاملة في بعض الأحيان لم أكن أدركها حينذاك.

أما في خصوص التحول إلى العمل الاجتماعي، فهو بالنسبة إليّ مرتبط بشخصيتي وشخصية كل منا، وأساسه الإحساس بالمسؤولية تجاه الآخر، والدافع لمحاولة التغيير نحو الأفضل، والرغبة في خدمة الآخرين، وقد منّ الله عليّ بنعم عديدة أشكره عليها بتسخير إمكاناتي لخدمة المجتمع.

بأيّ زاد أمذك الأدب الإنكليزي لحسم توجهاتك الحياتية في ما بعد؟

دراستي للأدب الإنكليزي وسّعت مداركي، وأتاحت لي تعرّف على تجارب المجتمعات الأخرى، والاطلاع على تنوع الثقافات والتأمل في اختلافاتها وتقاطعها، وتفهم المواقف من وجهات نظر مختلفة. وهو ما علمني أن أنظر إلى ما وراء الأحداث، وأدقق في ما بين السطور، وعزز لديّ الاهتمام بالثقافة المحلية والارتباط بالهوية الوطنية، وأكد لي أن الحاضر والمستقبل مبنيان على التاريخ.

ماذا عن ولادة «سند»؟ هل جاءت نتيجة تجربة معينة مع هذا المرض؟

ولادة «سند» لم تأت نتيجة تجربة شخصية مع هذا المرض، بل كانت بناءً على اقتراح مجموعة من



نقدّم في جمعية «سند» الخدمة لما يقارب الـ 5059 طفلاً من خلال تسعة برامج، كما نحرص على التعاون مع كل مراكز الأورام التي تعالج الأطفال في المملكة، كما أن لدى الجمعية برنامجاً يقدم المنح للبحوث الخاصة بأورام الأطفال.

وتقدّم جمعية «سند» الخيرية الدعم الاجتماعي والصحي والنفسي للأطفال المرضى بالسرطان ولأسرهم من ذوي الدخل المحدود، إلى جانب دورها التوعوي المهم في تسليط الضوء على الأطفال المرضى، لتشجيع المجتمع على مساندةهم خلال فترة العلاج، حيث إن هناك ارتفاعاً في نسبة الشفاء بحيث باتت تتجاوز الـ 80 في المئة، في العديد من أنواع الأورام السرطانية التي تصيب الأطفال. وهذه النسبة تجعلنا نتفأل في عملنا مع الأطفال وذويهم للمساهمة في تحسين مرحلة العلاج كي يستطيع الطفل تجاوز الآثار العضوية والنفسية للمرض، ويعيش بطريقة طبيعية لاحقاً... وهذا من أهم أهداف الجمعية.

**أخبرينا عن «جائزة الأميرة عادلة بنت عبدالله العلمية والإنسانية» المتخصصة في مجال سرطان الأطفال، وما الهدف من إنشائها؟**

أسست هذه الجائزة لتخدم أهداف جمعية «سند» الخيرية وتدعم جهودها في مؤازرة الأطفال المصابين بمرض السرطان. والجائزة تهدف إلى رفد الإنتاج العلمي المرتبط بأبحاث سرطان الأطفال وتطوير الرعاية الصحية والاجتماعية، إضافة إلى تشجيع الكوادر البشرية السعودية المتخصصة في المجال الصحي المهتم بالأطفال المرضى بالسرطان وتطوير البحوث الطبية، وحث المجتمع على تقديم مساهمات تخدم هذه الفئة من المرضى التي تحتاج إلى الكثير من المؤازرة لتخطي المراحل الصعبة خلال فترة العلاج، وهي أهداف تعزز رسالة جمعية «سند» لدعم أطفال مرضى السرطان.

كما تُمنح الجائزة تقديراً لإرادة طفل يقاوم مرض السرطان، ويتحدى معاناة مرضه، ولتشجيع أسرة تكابد في متابعة علاج طفلها في ظل ظروفها الصعبة، وأيضاً لتكريم الباحثين في مجال سرطان الأطفال، والبرامج العلاجية المتميزة المتخصصة في أورام الأطفال، وكذلك لتكريم المؤسسات والأفراد الداعمين للجهود الخيرية التي تُعنى بمرضى السرطان من الأطفال.

وقد استُحدثت أخيراً فرعان جديداً للجائزة: الفرع الأول يُعنى بالخدمات الصحية المساندة، والفرع الثاني يختصّ بالمطوعين.

**«العمل الإنساني» كالدوى المرصية، من عدتِ**

معارفي من النساء اللواتي مررنا مع أطفالهن بهذه التجربة. ونحن نحتفل هذا العام بمرور عشرين عاماً على تأسيس جمعية «سند»، وأذكر السيدات الكريزمات اللواتي كان لهنّ الفضل في تأسيس الجمعية، وأدعو لهنّ بجزيل الأجر والثواب.

**ما هو الموقف الذي أثر فيك أكثر خلال مسيرتك الطويلة في العمل الإنساني؟**

في ذاكرتي شجاعة طفل مريض في محاربة السرطان الشرس، ورحمة الله في إنزال السكين والرضا والإيمان على قلبَي والديه ليتمكننا من دعمه في رحلة العلاج الطويلة والصعبة.

**المزاد الإلكتروني الأخير للمخطوطات العربية الذي أطلقته «سند» أخيراً، هل حقق أهدافه المادية والثقافية والإنسانية التي رسمتموها له؟**

أولا دعيني أحيّئك عن المزاد، فهذه هي النسخة الثانية التي نظّمها جمعية «سند» الخيرية عبر «دكاكين الخير»... المزاد الخيري الإلكتروني الأول كان العام الماضي.

وربع هذا المزاد يعود للأطفال المصابين بالسرطان، وقد أقيم عبر منصة إلكترونية للمزايدة بالتزامن مع عرض خاص للمخطوطات، وذلك في بهو مركز المملكة التجاري بالرياض. بدأ المزاد في 18 كانون الأول (ديسمبر) واستمر حتى 31 منه وشارك فيه 17 خطاطاً قدّموا 29 عملاً فنياً من المخطوطات والحرفيات العربية.

المزاد هدف إلى إيجاد منصة تفاعلية للفنانين والمهتمين بالفن، لعرض أعمالهم الفنية واستخدامها لدعم الجمعيات الخيرية، فضلاً عن زيادة الوعي والإحساس بأهمية المسؤولية الاجتماعية في كل المجالات.

وأستطيع القول إن المزاد الإلكتروني هذا العام باختيارنا للخط العربي شكّل إلهاماً كبيراً للمشاركين، لاحتواء هذا الفن الراقي على روحانية تتأثر بسيرة الخطاط المهنية والمدرسة التي يتبعها. ومما لا شك فيه أن المزاد حقق أهم أهدافه، وهو الدعم المادي للجمعية، بحيث يعود ريع المزاد لصالح برنامج «كفالة طفل مريض بالسرطان»، أحد برامج جمعية «سند» الخيرية لدعم الأطفال المرضى بالسرطان، والذي يستفيد منه أكثر من 800 طفل سنوياً.

**ماذا حققت «سند» من أهداف عبر السنوات، وما الذي تطمح إلى تحقيقه بعد؟**

لجمعية «سند» الخيرية لدعم الأطفال المرضى بالسرطان إنجازات كبيرة نفخر بها، وطموحنا لا يتوقف عند حدّ. فنحن في سعي دائم لتطوير الخدمات وتحسينها وتوسيع قاعدة المستفيدين.





قبل 13 عاماً، وذلك لرصد الجهود المبذولة في مجال التراث السعودي وتحديد الجوانب التي تحتاج إلى مزيد من الاهتمام، وتحفيز المجتمع والمؤسسات المعنية ودعمها لتحقيق ذلك.

كان لدينا تحدٍ في كيفية الارتقاء بالوعي المجتمعي بأهمية الحفاظ على التراث وضرورة إحياء المواقع التراثية وتوظيفه بعرض التراث اللامادي وتوفير خدمات أساسية بسيطة وجذب المجتمع بنشاطات مناسبة لتبقى هذه المواقع مرتادة ولتستمر النشاطات والفعاليات.

استهدفنا الجيل الجديد كي نربطه بجذوره وننمي ثقافته الوطنية، إلى جانب ضمان صيانة المواقع وحفظ التراث اللامادي من الاندثار، وقد نجحت الجمعية في تسجيل العرضة السعودية في قائمة التراث العالمي، بالإضافة إلى لعبة المزمارة، وأخيراً قُدِّم ملف فن القط العسيري، وملف صناعة كسوة الكعبة المشرفة، وكذلك مهرجان الجنادرية للتراث الوطني لتسجيله في قائمة أفضل الأنشطة لحفظ التراث في منظمة «اليونسكو». وقد بقيت في الجمعية سبعة أعوام ولم أجد حالياً رأس مجلس إدارتها.

**❏ ما هي طموحاتك على الصعيدين الشخصي والعملي؟**

طموحي على المستوى الشخصي أن يكون لي أثر إيجابي في مَنْ حولي. أما على المستوى العملي فأطمح إلى تعزيز العمل الخيري والاجتماعي، كما أطمح إلى بناء شبكة من التعاون المتبادل بين المؤسسات الخيرية، بالإضافة إلى تمكين كل من المرأة والطفل والمحتاج من التعامل مع ظروفه ومساعدته لتخطي الصعاب والوصول إلى الاعتماد على النفس في تحقيق حياة كريمة.

**سين وجيم**

**❏ كتاب إنكليزي قرأته وأعود إليه باستمرار: 8,789**

Words of Wisdom

للكاتبة Barbara Ann Kipfer

**❏ كاتب أثر فيّ: جبران خليل جبران.**

**❏ حكمة تتردد في أصداء نفسي: «لا تتسلق الجبال ليراك العالم، تسلقها لترى أنت العالم.»**

**❏ أغنية أدندنها في ساعة صفاء: «أعطني الناي وغنّ» للسيدة فيروز.**

**❏ شغف يسري في عروقي: أنا شغوفة بأن يكون كل مَنْ حولي سعداء!**

**❏ حلم يراودني: أن تنتهي الحروب ويزول الشر في العالم، ويعمّ السلام والخير على الجميع. ❏**

**ضمن العائلة والأصدقاء وبات شغوفاً مثلك بالعبء الاجتماعي؟**

العدوى الحسنة للعمل الاجتماعي انتقلت إلى بناتي وبعض الصديقات المقرّبات، وهناك الكثير من الداعمين والمؤازرين للعمل الإنساني من الأهل والأصدقاء حتى وإن كانوا لا يمارسونه.

**❏ نلت العديد من الجوائز منها: «جائزة الأمير محمد بن فهد بن عبدالعزيز آل سعود لخدمة أعمال البر»، و«جائزة السيدة العربية الأولى في دعم قضايا المرأة والعمل الإنساني» من «مركز دراسات مشاركة المرأة العربية» في باريس، بالإضافة إلى «جائزة خدمة المجتمع» من «غرفة الرياض»... أيّ الجوائز الأحب إلى قلبك؟ وهل تطمحين إلى جوائز إقليمية وعالمية؟**

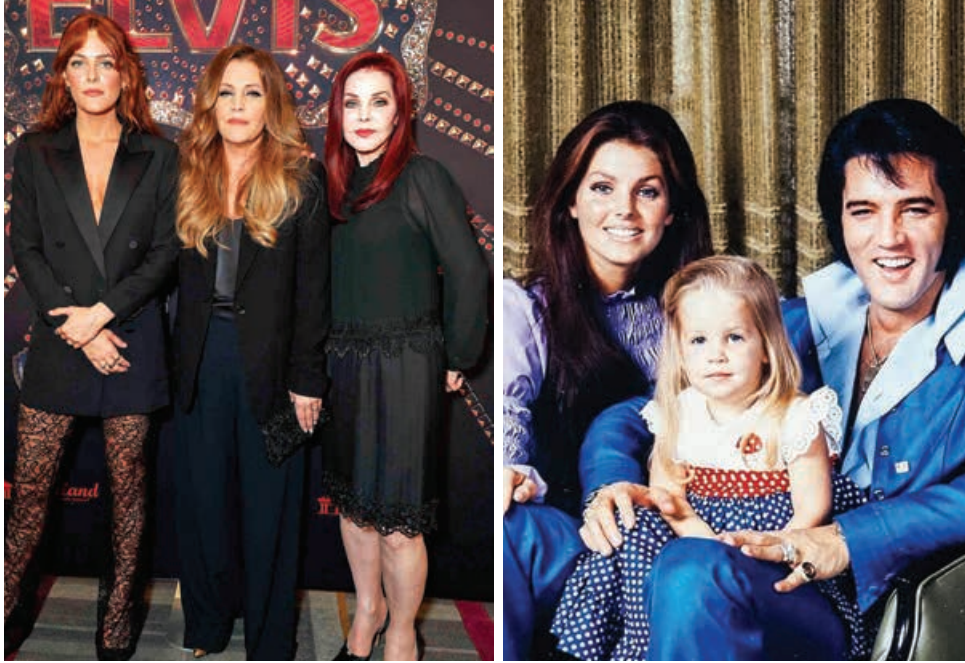
كل الجوائز عزيزة جداً على قلبي، لأنها قدّرت عملي في خدمة المجتمع، وسعت لتعزيز مفهوم العمل الإنساني في المجتمع. والحقيقة أنني لم أطمح سابقاً ولا حالياً إلا لرضى الله، وأستعين به كي أكمل مسيرتي في خدمة المجتمع، لأن النجاح في إسعاد الآخرين يحد ذاته يحقق سعادة كبيرة بالنسبة إليّ.

**❏ رئيس مجلس إدارة «الجمعية السعودية للمحافظة على التراث»، ما الذي حققته هذه الجمعية السعودية وما الذي تنوي تحقيقه، انطلاقاً من مبدأ أن التراث هو التاريخ والوطن؟**  
تأسست الجمعية السعودية للمحافظة على التراث

**❏ في ذاكرتي  
ووجداني دائماً  
شجاعة طفل مريض  
في محاربة السرطان  
الشرس**



## رحيل ليزا ماري بريسلي ابنة الأسطورة إلفيس بريسلي



توفيت ليزا ماري بريسلي، المغنية والابنة الوحيدة لأسطورة موسيقى الروك أند رول إلفيس بريسلي عن عمر 54 عاماً بعد نقلها إلى مستشفى في منطقة لوس أنجلوس إثر تعرضها لأزمة قلبية. وقالت والدتها بريسلا بريسلي: "كانت ليزا ماري أكثر امرأة عاطفية وقوية ومُحبة عرفتها على الإطلاق. نطلب احترام الخصوصية بينما نحاول التعامل مع هذه الخسارة الفادحة".

وأثار نبأ وفاة ليزا ماري بريسلي سلسلة من ردود الفعل صدرت عن أصدقاء للمغنية ومعجبين وشخصيات. وقد ظهرت بريسلي لآخر مرة في العلن في حفل توزيع جوائز "غولدن غلوب" في بيفرلي هيلز، حيث كانت برفقة والدتها، وشوهداً تنهاران بالبكاء لدى رؤيتهما أوستن بتلر يفوز بجائزة أفضل ممثل عن تجسيده لدور والدها. يُذكر أن ليزا ماري بريسلي وُلدت عام 1968 وواصلت السير على خطى والدها وصنعت مسيرة مهنية في الموسيقى. أصدرت النجمة ثلاثة ألبومات، وباع ألبومها الأول في عام 2003 مئات الآلاف من النسخ وتلقى مراجعات إيجابية بشكل عام. وكانت ليزا ماري قريبة جداً من والدها الذي أطلق اسمها على طائرته الخاصة. وكانت تبلغ تسع سنوات فقط عندما توفيت.

تزوجت ليزا ماري بريسلي، داني كيو الذي طلقته عام 1994، وكذلك الممثل نيكولاس كايديج، والنجم مايكل جاكسون، والملحن مايكل لوكوود. وأنجبت بريسلي أربعة أولاد، هم: رايلي كيو التي أصبحت ممثلة، وبنجامين كيو، الابن الذي انتحر في تموز (يوليو) عام 2020، وفينلي آرون لاف لوكوود وهاربر فيفيان آن لوكوود.

جولي صليبا



النائب اللبناني

# بولاً يعقوبيان:

## حملة «دفي» تواصل مساعدة الأعداد المتزايدة من المحتاجين وصعوبات في تأمين التبرعات

في ظل الأزمات السياسية والاقتصادية والمالية المتلاحقة التي تعصف بلبنان وشعبه، تواصل حملة «دفي» من خلال مجموعة من المتطوعين العمل على إضاءة شموع الأمل وسط العتمة التي تخيم على البلاد، من طريق مد يد العون للمحتاجين من كل المناطق اللبنانية، والباحثين عن لقمة العيش أو أغذية تقيهم برد الشتاء القارس. أطلقت النائبة في البرلمان اللبناني بولا يعقوبيان الحملة الإنسانية عام 2013 بعد تجربة شخصية صعبة مرت بها وتأكدتها من حاجة عدد كبير من الناس لهذه المساعدة. ومنذ ذلك الحين تنشط «دفي» لتحقيق هدفها الأساسي القائم على جمع المساعدات العينية، لا الأموال والتي يُصار إلى تقديمها إلى كل محتاج يطرق باب الحملة.

فرح جهمي - بيروت

وتحت شعار «من خيرك ساعد غيرك» تحاول هذه المبادرة الإنسانية مواصلة عملها والاستمرار بزخم وقوة رغم كل الصعوبات التي يعانيها لبنان وتؤثر بشكل مباشر في كمية التبرعات العينية التي تتلقاها الحملة، لا سيما أن التبرعات والمساعدات العينية لا تقتصر على الأغنياء والأشخاص المقتدرين فحسب، إنما تشمل كل طبقات المجتمع، ومن هنا تعيش «دفي» حالة من التحدي الجاد لمواصلة عطائها اللامحدود وبدون أي مقابل.

ويؤكد منظمو حملة «دفي» دائماً أن الدافع الأساسي لتحركهم الإنساني ينبع من شعورهم بأن الفقر في لبنان بات ظاهرة اجتماعية واقتصادية مُقلقة، لا سيما في ظل التضخم وانهيار العملة اللبنانية السريع والخطر، وهو ما يؤثر في شريحة واسعة من الشعب اللبناني ويكاد يلغي الطبقة الوسطى بالكامل. فنسبة الفقر ترتفع بشكل ملحوظ، وأعداد المحتاجين في تزايد مستمر، ما يستدعي دق ناقوس الخطر والتحرك على الأرض، فمئات الأسر اللبنانية تعيش تحت خط الفقر وتحتاج إلى من يقدم لها الحد الأدنى من المستلزمات الأساسية.

وفي هذا السياق، تتحدث النائبة بولا يعقوبيان عن حملة «دفي» التي انطلقت عام 2013، وهدفها الأول مساعدة العائلات الفقيرة ودعم الأسر المحرومة، وبدأت كمبادرة إنسانية فردية، لكن سرعان ما تحولت بعد نحو عامين إلى أكبر حملة تبرع في لبنان والشرق الأوسط. ومنذ ذلك الحين، تمت مساعدة أكثر من 250 ألف أسرة محتاجة في كل المناطق اللبنانية، والحملة تواصل عملها رغم الظروف القاهرة



التي تواجه البلاد. وأوضحت يعقوبيان أن «دفي» كانت حملة سنوية، تضم عدداً من المتطوعين لجمع التبرعات من كل اللبنانيين، وبشكل أساسي الملابس الشتوية والأغطية والمواد الغذائية ولعب الأطفال وغيرها من الحاجات الضرورية، ثم توزيعها على الفقراء والمحتاجين، لكن بسبب جائحة كورونا والانحياز الاقتصادي في لبنان تحول العمل السنوي إلى حملة يومية داخل مقر «دفي» في بيروت، وهي تواصل عملها من دون أن تتوقف ولو للحظة أو تتراجع عن محاولة تأمين الضروريات للأعداد المتزايدة من الأسر المحتاجة في هذه الفترة الصعبة.

### سبب اختيار اسم «دفي» للحملة

أما عن سبب اختيار اسم «دفي» للحملة، فأوضحت يعقوبيان أن «الاسم جاء أولاً بعد حادثة تجمّد طفل قبل سنوات من شدة البرد، وثانياً بعد زيارتي لمنطقة مجمع الأوزاعي في مدينة صيدا الجنوبية، وحينها قلت في نفسي لن أنسى هذه الروائح الكريهة ولا مشاهد الفقر والعوز والظروف غير الإنسانية التي يعيشها عدد كبير من الناس هناك، فقررت مساعدتهم وبدأت العمل بصمت مع مجموعة من أصدقائي، فجمعنا ما أمكن من أغطية وملابس شتوية ووسائل تدفئة وكل ما يتعلق بالدفء ووزعناها على الفقراء. ولكن بعد سنتين قرّنا أن ننشر الحملة عبر وسائل الإعلام ومواقع التواصل الاجتماعي لزيادة كمية المساعدات والحصول على دعم النجوم والشخصيات البارزة في المجتمع».

وأضافت: «ومن هذه المرحلة، انطلقت «دفي» رسمياً في العن عام 2015 في ساحة الشهداء وسط بيروت، وكانت أول حملة جامعة وكبيرة، حيث شارك فيها الآلاف من المتطوعين وتلقينا كميات ضخمة من المساعدات لدعم المحتاجين. وبعدها أصبحنا كل سنة نحدّد يوماً لجمع المساعدات العينية فقط، إلا أن أغلب الناس يمكنهم توصيل المساعدات يومياً إلى مقر الحملة في بيروت».

وأردفت يعقوبيان بالقول: «لكن العام الفائت كانت المرة الأولى التي لم ننظم فيها يوماً لجمع المساعدات، لأنها كانت من أصعب السنوات على الشعب اللبناني، خاصة أن هناك الكثير من الأشخاص الذين كانوا يقدّمون لنا التبرعات ويشاركون معنا في الحملة كمتطوعين باتوا يطلبون منا المساعدة، نظراً لتردي الأوضاع في البلاد، لذا قرّنا عدم تنظيم يوم لجمع التبرعات كي لا نضغط على أحد أو نُخرج من لم يعد في إمكانه المساعدة».

### بسبب الأزمات... تلبية الاحتياجات المتزايدة للفقراء تزداد صعوبة

وأكدت بولا أن «حملة «دفي» تنشط في كل المناطق اللبنانية بلا استثناء، وتستهدف كل فئات المجتمع. وبالتالي نقدّم المساعدة لكل محتاج ومن دون أي تمييز أو انتقاء، فكل شخص يتصل بنا ويطلب المساعدة نلبي طلبه طالما ذلك ضمن إمكانياتنا وقدراتنا وضمن التبرعات العينية الموجودة في المقر».

وعن نوع المساعدات التي تقدّمها «دفي» للمحتاجين في لبنان، تقول النائبة اللبنانية: «في البداية كانت الحملة تركز على جمع المساعدات التي هدفها تأمين الدفء، كالملابس والأغطية، ولكن مع توسّع دائرة العمل وزيادة عدد المحتاجين وحجم التبرعات من المساعدات القائمة على الأكل والثياب، تطوّر عملنا بحيث بات يتوافر في مقر الحملة كل ما يخطر في البال وكل ما يحتاج إليه الناس في بيوتهم من ملابس وأغطية ومواد غذائية ولعب أطفال وإلكترونيات وكتب وقرطاسية وغيرها من الحاجات الأساسية».

الطبقة المتوسطة باتت شبه منتهية في لبنان

وأوضحت بولا أن «قدرات «دفي» في تلبية الاحتياجات المتزايدة للمحتاجين في كل المناطق اللبنانية تزداد صعوبة يوماً بعد يوم مع استمرار الأزمات الاقتصادية والمالية التي يعيشها اللبناني، وبالتالي فإن استمرارية الحملة في الوقت الحالي بتأمين المستوى نفسه من المساعدات باتت في غاية الصعوبة، خاصة أننا نعتمد فقط على المساعدات العينية ولا نقبل أي دعم أو تبرع مادي».

ولفتت إلى أن «الحملة التي انطلقت قبل سنوات تعتمد بشكل كبير على الطبقة الوسطى من المجتمع اللبناني، ولكن للأسف هذه الطبقة باتت شبه منتهية في البلد، وهذا ما يصعب علينا الاستمرار بالوتيرة نفسها، نظراً لتراجع كمية المساعدات التي نتلقاها قياساً بالسنوات الماضية».

وكشفت أيضاً أن «دور المرأة في حملة «دفي» في غاية الأهمية، فطاقم العمل كله تقريباً من النساء، والمسؤولة عن الجمعية هي امرأة، باستثناء رجل واحد فقط هو الدكتور نيكولا قبونجي».

واختتمت بولا يعقوبيان حديثها بالقول: «نحن في الحقيقة لا نتمي بين الجنسين، ولكن غالباً في أي عمل تطوعي تكون نسبة النساء أكثر من الرجال».



لا يمكن أن نتحدّث  
عن تقدّم مجتمع  
معين في ظل إهمال  
تعليم الفتيات أشجّع  
الفتيات على أن  
يتكلن على أنفسهنّ  
منذ أيام الدراسة  
ويعملن ويؤمّن  
مصروفهنّ



## الرسامة السعودية

# أمل فلمبان:

## إنجازات المرأة السعودية بدأت قبل رؤية 2030 وتستمر بقوة في ظلها

تميّزت مسيرتها الفنية بالعباء، واغتنت بكل ما تملك من ثقافة الفن حيث حملتها تلك التجربة من مكان إلى آخر، فتجلى الجمال بكل أبعاده في ضربات فرشاتها التي جعلتها تنطلق من سجن المكان إلى فضاءات الزمان الرحبة، والذي ظل منقوشاً علي جسد ذاكرتها بكل معانيه التراثية... وبين الماضي والحاضر كانت هناك فرشاة تقض مضجعا ليل نهار لتعتلي قواربها وتروي حكايات العمر بما حملت من رؤى جميلة وأفكار متلاحقة. عدسة «لها» جالت في معرض للفنانة التشكيلية أمل فلمبان، أقامته في صالة «داما آرت» وحمل عنوان «أمل»، وكان هذا الحوار.

جدة - آمنة بدر الدين الحلبي





وأطلقت على المجموعة عنوان «ذات مساء».  
**كيف تترجمين المشاعر في هذه المجموعة؟**  
 ثمة حالة من العشق الدفين، والحب المتفرد، بيني وبين مجموعة «ذات مساء»، لأن المساء أو الغروب بالنسبة إليّ هو أمل لخلق فجر جديد، أو صباح جميل، لأن الغروب هو الحياة الجديدة والمتجددة، وليس النهاية كما يراه البعض.

**جمعت بين مشتقات اللون الأزرق، ما الذي تحبّين ترجمته لتشتعل أعمالك فجأة بالألوان الحارة؟**

لون الأزرق أكثر من رمزية في روحي، فهو يتمثل بالهدوء والمصالحة مع النفس، ومن درجات الأزرق الغامق كانت الأنا العليا للفن بذروتها. لكن لوحة «زواج في حارتنا» هي دلالة واضحة على دفء المساء في الحارات الشعبية القديمة، بين الجيران والأقارب والأصحاب... كانت حقبة زمنية رائعة.

**هل عشت في تلك البيوت ذات الرواشين الجميلة؟**

طبعاً لا، لكنني زرت أقاربي فيها وكنت أحلم بالمبيت عندهم، لكن والدتي (رحمها الله) رفضت طلبي هذا، وبقيت ذاكرة الحنين قوية لهذا الجمال، ولا تزال الصور مطبوعة في مخيلتي من رواشين إلى أبواب قصيرة مع أفعالها، إلى ألوان متعددة وحدائق واسعة، وسلالم مرتفعة.

**من الأصالة إلى المعاصرة، أي من التراث الحجازي القديم إلى روح العصر في أعمالك، هل هو التحدي للذات كي تصل أمل إلى العالمية؟**

**كسرب حمام تمر الأفكار في رأس الفنانة أمل، لتخرج بقوارب العمر...**

لخصت أفكار مسيرة عشرين عاماً في هذا المعرض، والذي أطلقت عليه عنوان «أمل»، وما القوارب إلا جواز مرور لنقل الأفكار وربما الأحلام من مرحلة إلى أخرى، ومن مكان إلى آخر، فقد سافرت بأفكاري عبر تلك القوارب التي حملت أجمل ما اختزنته ذاكرتي من رؤى جميلة. لكن قواربي ليست للصيد بالمعنى الحقيقي، بل بالمعنى المجازي الذي جعلني أصاد فرصاً جميلة وأوقانا جيدة لأكون في المكان المناسب.

**بماذا خرجت من هذا الصيد؟**

إن الأهم في معرض «أمل» هو الخروج بنتائج مميزة وفريدة بعد كل هذه السنين. فخلال عام 2022 كرّست جهودي للتخطيط أولاً لهذا المعرض، ثم بدأت بالتنفيذ قبل تسعة أشهر لأعطي كل عمل حقه، وعدت أكثر من مرة للتأمل في كل لوحة على حدة للتأكد من النهايات الجميلة، التي لم تكن يوماً محض صدفة.

**إلى أين أخذت المتلقي على متن قوارب العمر التي تعج ألوانها بالبرودة تارة وبالحرارة تارة أخرى؟**  
 شغف الفن متأصل في روحي، وعشق اللون يسري في حنايا نفسي التي وجدتها متجهة إلى اللون الأصفر الفاقع الذي يسر الناظرين إليه. تلك النفس الفنية التي كانت في حالة انتعاش لمشاعر فنانة متدفقة بالحب، عاشقة للغروب الجميل، استخدمت الألوان الباردة للقوارب، وانتقلت إلى الألوان الحارة

**القوارب جواز مرور لنقل الأفكار**

**أعشق الغروب لأنه الأمل بفجر جديد**



يظهر التراث الإسلامي في أعمالها الفنية، وتزهو بألوانها الجميلة والمتنوعة.

هل هي النرجسية في كل معارضك التي تُقام في صالة «داما آرت» تحت عنوان «أمل»، أم ماذا؟

رغم حبيّ لاسمي وتصالحي مع ذاتي، لا علاقة للمعارض لا علاقة به، و«أمل» هو طموح لخطوة جديدة وتحقيق فن إبداعي مميز.

ماذا عن التقنية الجديدة التي استخدمتها أمل فلمبان مع انطلاق معرضها الجديد «أمل» في صالة «داما آرت»؟

انطلاق معرضي تزامن مع عرض نظّمته منصة Saudi Nft Club للوحات الجدارية الموثقة بتقنية Non Fungible Token أو «NFT» (وهذه الرموز غير قابلة للاستخدام)، وتلك التقنية هي لحفظ الحقوق الفنية والأدبية دولياً، بحيث لا يُستنسخ العمل أبداً، وهذا المعرض هو الأول من نوعه لفنانة تشكيلية في السعودية، كما عُرضت اللوحات في العالم الافتراضي الرقمي الجديد Metaverse.

هل حدث تجوال في المعرض الافتراضي؟

بالتأكيد، فهناك من دخل وتجوّل واقتنى، ولكل لوحة سعرها الرقمي، كما دار نقاش واسع حول بعض اللوحات التي أطلقت عليها عناوين: «ذات مساء»، «القوارب»، «العجلة»، «البوابة»، «الروشان»، و«ليلة زواج في حارتنا»، إضافة إلى لوحة ثلاثية اسمها «قهواي».

أي اللوحات استوقفت المتلقي؟

«زواج في حارتنا»، ولوحة كبيرة بعنوان «فوانيس»، وثلاثية تحت عنوان «قهواي»، أي مقاهي الزمن الحديث. أما لوحتا «البوابة» و«الروشان» فكان فيهما تحدّ كبير لأنني استخدمت في رسمهما ثلاثة ألوان فقط، هي: الأزرق والأبيض والبني، أما «ذات مساء» فكان البارز فيها هو الألوان الحارة.

هل سينتقل هذا المعرض إلى العالم؟

عليّ البحث والسعي والاجتهاد، لأن الخطوة المقبلة ستكون انتقال المعرض إلى الرياض، وهو مؤلف من 12 عملاً كلها جداريات من التراث الحجازي، والذي

أعتزّ بتراثي، وأطمح في الوصول معه إلى العالمية، كي أغيّر نظرة الغرب الخاطئة عن وطننا ومجتمعنا، والذي ما زال يفكر بأننا بلا تاريخ ولا حضارة ولا إرث ثقافي، لذلك أسعى بكل جهدي لأنقل لهم حضارتنا المعمارية، وتراثنا الثقافي، وموسيقانا متعددة المقامات، وفننا التشكيلي المتنوع، وحياتنا الاجتماعية الغنية بالثقافات المتنوعة، وملابسنا المزركشة التي تعددت ألوانها واختلفت تصاميمها باختلاف مناطق المملكة العربية السعودية.

أليس الإعلام هو إحدى وسائل طمس الثقافة العربية؟

طبعاً، لأن الإعلام الغربي يرفض إظهار تاريخنا الصحيح، ودائماً ينقل أموراً خاطئة وغريبة عنّا، ولا يريد لنا الظهور بأي شكل، لدرجة أنني حين كنت في أوروبا سُئلت سؤالاً غريباً: هل لديكم انترنت في السعودية؟ فضحكت وقلت لهم إن السعوديين من أكثر الشعوب استخداماً للنت، وعرضت عليهم صوراً معمارية كثيرة من المملكة العربية السعودية فذهلوا بها، ولذلك أطمح لأن أصل بفني إلى العالمية، وأمحو من ذاكرة الغرب كل السلبيات التي رسمها عنّا.

أعمالك تلك، هل هي تحدّ للذات الفنية؟

أجل، هي تحدّ لذاتي، وقد حققته بنسبة كبيرة، وأتمنى أن أصل إلى الكمال في أعمالها الفنية المقبلة وأضاهي بها فنون العالم.

قدّمت نموذجاً فذاً من خلال «جدارية مكة» بالغة التميّز، كيف تصفين شعورك حيالها؟

تميّز هذه الجدارية منحني شعوراً جميلاً، فهي الأضخم في السعودية بحيث يبلغ طولها ٧٥ متراً، وقدّمت أيضاً جدارية أخرى في مطار الملك عبد العزيز طولها 36 متراً، فهذه الأعمال ستكون للأجيال القادمة إرثاً جميلاً وعريقاً يتباهون به بقولهم: جدارية والدتي، أو جدارية قريبتني، أو جدارية صديقتي... فهذا يجعلني مَهوّة بنجاحي، وأفتخر بأنني قدّمت عملاً فنياً متميزاً للوطن بكل شرائحه.

الجداريتان من التراث الإسلامي، ما السبب؟ نظراً لاختصاصي بالفنون الإسلامية، من المؤكد أن

جدارية «مكة المكرّمة» جعلتني فخورة بنفسني جائزة «مكة المكرّمة الدولية» حملتني مسؤولية كبيرة

شغف الفن متأصل في روحي

أطمح في أن يصل فني إلى العالمية لأمحو من ذاكرة الغرب كل السلبيات عنّا



## الفنانة أمل فلمبان في سطور

- حاصلة على بكالوريوس في الفنون الإسلامية من جامعة الملك عبد العزيز.  
- التحقت بدورات عدة في الرسم والتصوير والخط العربي.  
- عضو سابق في لجنة الفنون في أمانة جدة.  
- عضو سابق في جمعية الثقافة والفنون في جدة «جسفت».

هو عشقي الأبدى في جدة. هذا إضافة الى اللون الذي يحكي كل ما اختزنته الذاكرة من جمال استوطن في مدينة جدة.

### ماذا تعني لك مدينة جدة؟

جدة هي الروح، وأم الرخاء والشدة، فحين يخنقني الضيق أسارع إلى جدة القديمة عصراً وأبقى فيها حتى الغروب، فتتدفق إلى روحي رائحة البيوت القديمة، وأشم عبق التاريخ، وأسمع صوت الأذان لأعود أدراجي الى البيت، ويأتي البحر لأحدثه بكل أموري، فهو يحفظ أسراري وينصت لي.

### هل قدمت في هذا المعرض أعمالاً لإثراء الحركة التشكيلية؟

ظهرت الأعمال بصورة أفتخر بها، وكل من زار المعرض أشاد بالأعمال الحجازية الجميلة التي تطورت بشكل كبير. وقد لفت نظري في المعرض أحد الزائرين حين قال لي: «أرى التفاصيل متلاشية، لكن الجمال يُشرق في اللوحات، وكلما أعنت النظر فيها رأيت أشياء أخرى أجمل».

### ما هو التحدي الأكبر في معرضك الفني؟

لم أستخدم في معرضي الفرشاة، بل اقتصرت أدواتي على السكين وقطعة بلاستيك اسمها «اسكوجي»، فتخلت عن التفاصيل الواقعية، وسعدت لأن المتلقي رأى تلك التفاصيل المبهمة واستطاع قراءتها.

### حصلت على جوائز عدة في الداخل والخارج، أي جائزة تركت أثراً في نفسك؟

جائزة «مكة المكرمة الدولية» التي حصلت عليها ضمن مسابقة شاركت فيها 44 دولة ونظمت برعاية صاحب السمو الملكي الأمير خالد الفيصل، وكنا أربعة مشاركين من السعودية، وأنا الأثنى الوحيدة بينهم، في تجميل العاصمة المقدسة «مكة المكرمة»، والتي افتتحها صاحب السمو الملكي الأمير منصور بن متعب بن عبد العزيز وزير الشؤون البلدية والقروية، فروت تلك الجدارة واقع الفن الحجازي الذي يعكس التصميم الرائع للعمارة الحجازية.

وهذا بحد ذاته نجاح كبير حققته بين هؤلاء جميعاً إذ حصلت على جائزة «مكة المكرمة الدولية»، أعظم وأقدس مكان في العالم، يعجُّ بالروحانية ويزوره ملايين الأشخاص كل عام لأداء مناسك الحج والعمرة.

### ماذا حملت هذه الجائزة للمستقبل؟

حملتني مسؤولية كبيرة للحفاظ على هذا المستوى والحرص على الاستمرارية، لأن التراجع يكون نهاية الفنان.

### فزت بالمركز الثاني في الفن التشكيلي على مستوى الخليج العربي، كيف قرأت هذا الفوز؟

المشاركة تمت في دولة الكويت وبرعاية الشبيخة سعاد الصباح، وأفتخر بأنني حصت بالمركز الثاني على مستوى دول الخليج.

### أي نوع من الانتقادات طاول حياتك الفنية؟

في البدايات كان النقد حاداً إلى جرح في بعض الأحيان، حتى بدأ التشكيك في أعمالها الفنية، لكن المثابرة وضعتني أمام تحدٍ كبير وأثبتت بجدارة فني الحجازي الأصيل.

### ما أصعب اللحظات في حياة أمل؟

الفقد كان من أصعب اللحظات التي عشتها، وحصولي على المركز الأول في جائزة «الراجحي المملكة» على مستوى المملكة في شهر رمضان المبارك، ثم جائزة «مكة المكرمة الدولية» التي كرمت بها في شهر شوال، وكنت في قمة نجاحي حين توفي زوجي في شهر ذي القعدة، وهو كان سندي وعمود بيتي... صدمة لن أنساها طوال حياتي.

### وأي دور لعبه زوجك في نجاحك الفني؟

كان زوجي بعيداً عن الفن وأصواته، لكنه كان يحترم الفن، ويردد على مسامعي: «ما دمت جادة في فنك وتحققين النجاح تلو النجاح فأنا سندك القوي». كان يشجعني، ويجمع الصحف والمجلات التي تكتب باستمرار عني ويقدمها لأصدقائه كي يطلعوا على نجاحي الفني. هذا السند منحني الثقة بالنفس والقوة والاعتزاز.

### بعد حصولك على جائزة «مكة المكرمة الدولية»، لمست دعماً حقيقياً من الحكومة الرشيدة للمرأة تماشياً مع رؤية 2030.

بعد تكريمي من صاحب السمو الملكي الأمير خالد الفيصل، قال جملته الشهيرة «سلطوا الأنظار عليها»... وقد اعتبرتها وساماً علقته على صدري كأول امرأة سعودية تتفوق في مجال الفن.

### وهل تسيرين على خطى الرؤية؟

نعم وبكل فخر، لأنني قبل الرؤية حققت النجاح بحصولي على جائزة «مكة المكرمة الدولية» كأول سعودية تتفوق في مجال الفن، فترشيحي من جانب الحكومة الرشيدة للقيام بهذا العمل جعلني أعتز بنجاحي، وهذا دليل واضح على أن إنجازات المرأة السعودية بدأت قبل رؤية 2030 واستمرت بقوة في ظلها.

### ما هي خططك للمرحلة المقبلة؟

قبل انتهاء معرضي، خططت للمرحلة المقبلة، بحيث بدأت الخروج من نطاق جدة في المعارض، وأحضر حالياً لمعرض في الرياض، وأتواصل دائماً مع جهات دولية خارج المملكة.

### ماذا تقول أمل لكل فنانة وامرأة سعودية؟

أقول لها، زمانك جاء فاستغليه بروية حكيمة وأثبتي جدارتك وتفوقك وأنت على أرض الواقع.

### كلمة أخيرة لقراء «لها»؟

«لها» مجلة المرأة العربية بعامة والسعودية بخاصة، فهي ترصد نجاحاتها، ولها مني كل الاحترام والتقدير. ١

# "عابر الدهشة"

## ندى الحاج: الشعر حياة أخرى

صدرت عن منشورات المتوسط - إيطاليا، ٢٠٢٠ مجموعة شعرية جديدة للشاعرة اللبنانية ندى الحاج، بعنوان "عابر الدهشة". وفي مجموعتها التاسعة هذه، تمنحُ الشاعرة ندى الحاج الشعراء أحقيّة إعادة صُنع العالم، بعد خرابه، أو ربما بعد طوفان قادم، تُصيح على أثره الأرض زرقاء، ويعود فيه الحب، بصفته عابراً للدهشة وصانعاً لها: سيُعيدُ الشعراء خُلُق العالم، وتفرحُ الأرض بالزُرقة/ ويسيرُ الحبُّ في طريقه من المنبع وإليه/ طائراً عابراً الدهشة.

بالحرّوف، تلك الكائنات الصغيرة، بأرواحها الكبيرة وقدرتها على تفكيك أسرار الكون، تكتبُ ندى الحاج، بالغموض الذي يفتح أبواباً عصية، في قصائد ومقولات المتصوّفة، بما يُضيء العتمة، ويجعل الليل ضميراً غائباً في كلام النهار، في الضمائر حين تتلبّس ببعضها، كأجساد تستحيل أرواحاً شقية، وللجمل حين تتقمّص معانيها أن تُمسي قصائد حيّة، نقرأ سيرورتها على صفحات هذا الكتاب، كما نقرأ سيرورة النجوم في مجرّة أيامنا الفانيات. تستند الشاعرة إلى جدران صلبة، لتدخل في دوامة لذيدة من البوح الصافي، إذ تسبقُ قصائدها عتباتٌ لمن سكنوا في قلب العاصفة، عاصفة السؤال واللغة، وحيرة الإنسان وكيونته، من شعراء يتقدّمهم طيف الأب في صور شتى، ومتصوّفة وعشاق وحيارى ودرأويش ومجانين، كانت لهم ميزة الإصغاء لهذا الكون. جاء في إحدى العتبات، لأنسي الحاج: "لم أرَ أوضح من أحلامي"، ولنا أن نتساءل، نحن الذين تعجننا الآلة كل يوم، كيف للزُرقة أن تكون حلماً واضح الملامح، شرساً في طريقه إلى التحقق؟

### أثر

هنا، من هذا الكوكب، حلّقت روعي إليك  
وتصاعدت مجراتها نحوك  
هنا توالدت اللحظة بسرعة الوميض  
لتغلّف الأزل، وتلملم الأثر  
هنا، من هذه النقطة بالذات  
اكتشفت قلبي، وسمعت الكون.





## ٦٦ تمنح الشاعر ندى الحاج الشعراء أحقية إعادة صنع العالم، بعد خرابه، أو ربما بعد طوفان قادم تصبح على أثره الأرض زرقاء، ويعود فيه الحب، بصفته عابراً للدّهشة وصانعاً لها

### كنوز

لا أزال أصدّق أن الحب ساجدٌ فاتحٌ ذراعيه  
لا أزال أسجدُ لهذا الصوتِ المانحِ صداهُ في المدى  
أعبدُ إلهاً يغمُرني بالأفقِ  
أرتوي من نقطة في الصحراء  
وأشربُ من نبعِ السماء  
أغدقُ الكنوزَ من بئري المفتونة  
أحلمُ بالطيران في حدقاتِ الدجى حتى منتهى البياض  
على رهفِ الكواكبِ أسيرُ  
لا أحتملُ ما يفيضُ إلا الذوبانَ في الأثيرِ  
لو تبقى لحظة من عمري سأقترشها لأعمر الضياء  
لو يبقى منه يريقُ سأسرقه للحساسين  
لو يبقى حبٌّ إعطيه سأكنزهُ كثيفاً حتى عروقِ الأشجار  
لو يبقى عمرٌ أهديه سأدزيه لترتشفه الصدور  
لو تبقى في القلبِ نقطة هي تهديني في الطريق.

من الكتاب، قصيدة "عابر الدهشة":

كيف لنا أن نلتقي حول مائدة نارٍ وماء؟  
لمعزولٍ عن وجده أن يسافر في سَمَاوَاتِ عشقه؟  
للمسة أن تحرق وتشفى؟  
لدمع أن يروي واحات أعمارٍ مديدة؟  
كيف لي أن أكتبُ ولا أجدشُ ينباع؟  
لحبي أن يعيش من فتاتِ العصافير؟  
لخطواتي أن تحصي رملَ الطريق؟  
لسلامي أن يلبسَ المطر؟  
سكنتُ الغيمَ وأكثرْتُ بيوته فلا الأرضُ أرضي  
ولا عادَ الترابُ يعرفني  
أين أنت في انخفافِ الثواني في كلِّ خلجةٍ مني  
في ألقِ الشعلة وانجذابِ العناصر  
في كليةِ الحضور وتواصلِ الأرواح  
في رحابةِ الكون ونقطةِ القلب  
في معموديةِ الجسد بنارِ الحب؟  
أيتها الريحُ المُشعَّة  
يا مَنْ تنفثين هداك  
أيتها الريحُ المعجزة  
لو تدرين كم غلاف طوبينا  
لو تدرين السرَّ الذي لفنا واحتوانا  
كم عميقة لِحجُه ومشتعلة  
كم غريبة لطائفه ومسكونة  
لو تدرين كم أن العمرَ يبدأ في عبءٍ ولا ينختم إلا به  
تعالني إلى سكينتي واركني فيها!  
أحزني حتى أسقي الترابَ بملء قلبي  
ذات يوم سيشتد العناق وتحررُ الروح  
سيعيدُ الشعراءُ خلقَ العالم وتفرحُ الأرضُ بالزُرقة  
ويسيرُ الحبُّ في طريقه من المنبعِ وإليه  
طائراً عابراً الدهشة.

### حروف

كُتبتُ حياتي من خيوطِ الشمسِ وأحرفي من وهجِ  
القمرِ  
فلا نجمة هوتُ ولا سماء إلا بنظرةٍ منك  
كُتبتُ الكثيرَ وبقِيَ الأكثرُ  
حيث لا مكانٌ للحبرِ الأسودِ والقلمِ الأزرقِ  
حيث تنتصبُ الحروفُ أمامَ اللوحِ الأكبرِ  
حروفٌ من ذهبٍ يسوقها الراعي بالناي إلى أعلى الجبلِ  
ترقصُ منشدةً ألحانَ الحبِ الأقصى  
حروفٌ تُملئها مهجة تصفّت برِيحانِ الفجرِ الأولِ.

### جذب

في المنارة وتَد  
في الوتدِ مشكاة  
في المشكاة زيت  
وفي الزيتِ نقطة تصلني بالأكوانِ الذائبة فيك  
عرفتُ أني سأعرفُك  
ولم أعرفِ الصديقَ إلا في المعرفة  
عرفتُ أني سأحبُ  
ولم أحب إلا في المعرفة  
عرفتُ كل ما عرفتُ لأنني صدقتُ  
وفي الصديقِ تستوي المعرفة في الدائرة  
ويستوي الحبُّ في النقطة  
لأنني جذبتُ، وانجذبتُ  
لأنني رأيتُ، وشاهدتُ  
لأنني اخترقتُ العوالمَ، وامتسقتُ الصلوات  
ترتدُ إليّ الأصداءُ ذراتٍ ذراتٍ...  
منذ كان الصوتُ أصغيثاً، ومن الصمتِ ولدتُ  
أمواجُ البحرِ والزبدِ، ظللُ الزهدِ زارتنِي  
وبصماتها ملحٌ على الجبينِ يكتبُ اسمي  
لم أكنُ طيراً ولا أرجواناً أو سرايا  
ولا أزال أحملاً ينادي من بهاءِ اليقظة.

### عرفان

سأل الظلُ شاهقاً على عبءِ النهارِ  
ودارَ يطوفُ باحثاً عن رائيه فلم يرهُ  
إلا مستتراً في جبةِ الضوءِ وأكمامه من نارِ  
لو لففتُ الدنيا والعبادِ  
لن يفتنَ القلبَ إلا سواه  
ولن تفتني إلا في ذراه...  
في القولِ وجدانِ  
في الصمتِ عرفانِ  
وفي الصلاةِ روحِ جلالِ  
أنت حرٌّ في الانعتاقِ  
حرٌّ في التخاطبِ  
حرٌّ في القلبِ  
إذ ذاك تصيرُ المطلقَ ويحتويك...



المخرجة والممثلة السعودية

# فاطمة البنوي:

## على النساء العربيات أن يكافحن لإثبات أنفسهن

هي ممثلة ومؤلفة ومخرجة سعودية كانت لها مشاركات مهمة ومؤثرة في عدد من الأعمال، أبرزها فيلم «بركة يقابل بركة» الذي تم ترشيحه وقتها لتمثيل المملكة في جوائز الأوسكار لأفضل فيلم أجنبي، كما اختارتها صحيفة «التايم» الأميركية واحدة من قادة الجيل الجديد من الشباب. تنتظر فاطمة البنوي حالياً عرض أول أفلامها كمخرجة، وهو فيلم «بسمة» الذي تشارك في بطولته أيضاً والذي استغرق التحضير له وقتاً طويلاً قبل أن يبصر النور، كما احتفلت أخيراً بصدور كتابها الأول «القصة الأخرى» في المملكة العربية السعودية ومصر. في حوارها مع «لها»، تكشف فاطمة البنوي تفاصيل خروج كتابها الأول إلى النور، وأسرار أول أفلامها كمخرجة والذي تشارك أيضاً في بطولته، كما تدلي برأيها في الانفتاح الذي تعيشه المملكة العربية السعودية حالياً، وتحدث عن تأثير جدها ووالدها فيها، والصفات التي تبحث عنها في الرجل.

القاهرة - محمود الرفاعي

تصوير - عمار عبد ربه

عنها في أعمالها، فسبق أن قدمت فيلم «أبطال» عن ذوي الهمم والعلاقات الإنسانية، وفيلم «سكة طويلة» الذي يتحدث عن علاقة أخت بشقيقها في رحلتها لاكتشاف جزء عائلي جديد.

بمناسبة الحديث عن فيلم «سكة طويلة»، هل أصبحت ترغيبين في دخول عالم الأكلشن؟

الهدف من الفيلم ليس الأكلشن، بل توصيل رسائل إنسانية إلى الجمهور باستمرار عن أسرة ترغب في العودة إلى ما كانت عليه في الماضي.

هل يمكن أن يتحول كتاب «القصة الأخرى» إلى فيلم سينمائي؟

فكرة تحويل حكايات الكتاب إلى أفلام سينمائية قصيرة هي فعلاً مطروحة، ولكن ما أتمناه حالياً هو أن ننشر هذا الكتاب، ونتعرف على حكاياته، لأنه رحلة في جد ذاتها، وأتمنى أن يقرأه كل الناس مرة واثنين وثلاثاً، لأنه من أهم أنواع الكتب، ففي كل مرة تقرأه، يتجدد جزء جديد في نفسك.

ما الذي حَمَسك لإطلاق كتابك الأول «القصة الأخرى»؟

أردت أن أوثق بنفسني قصص الناس وحكاياتهم، وكنت أسألهم عنها في الشارع، ووضعت في هذا الكتاب مذكرات في غاية الخصوصية، وأخذت فترة طويلة لكي أضع هذا الجزء الخاص بي.

ما هي تفاصيل الكتاب؟ وكيف بدأت رحلته؟

كانت الخطة أن أنتهي من تأليف الكتاب بين ستة وثمانية أشهر، ولكن بسبب انشغالي حينذاك بتصوير فيلمي «بركة يقابل بركة»، تأجل المشروع لفترة طويلة، واستكملته خلال الفترة بين عامي 2015 و2018، وأصبح لدي العديد من القصص في الاستديو الخاص بي، وعلى مدار أربع سنوات نضج المشروع، خاصة بعدما مزجت الفنون الأدائية خلال عملية جمع القصص.

هل تميلين إلى القصص الإنسانية؟ تستهويني التفاصيل والقصص الإنسانية، وأنا أبحث

فخورة بكوني  
امرأة سعودية

الانفتاح الذي  
تعيشه المملكة

اليوم كان له دور كبير  
في تقدم صناعة  
الفن السعودي







## ❖ كتابي الأول

### «القصة الأخرى»

### توثيق لحكايات

### الناس وتستهويني

### التفاصيل الإنسانية

## ❖ نشهد حالة من

### الحراك السينمائي

### الرائع في السعودية

## ❖ هذه هي الصفات

### التي أبحث عنها

### في الرجل

❖ بمَ تشعرين حين يُقال إن فاطمة البنوي هي صاحبة أحد أهم الأفلام السعودية «بركة يقابل بركة»؟

أكون سعيدة بأن يُحسب هذا الأمر للفيلم، لأنه أسس بنية تحتية لصناعة السينما في السعودية، حتى قبل أن يكون لدينا سينما، هناك مبادرات ساهمت في هذا التغيير مثل فيلم «بركة يقابل بركة» الذي يُعد جزءاً من هذا التغيير، واليوم نشهد حالة من الحراك السينمائي الرائع في المملكة، وسعيدة بأن كل عام في السعودية يختلف بنسبة 100 في المئة عن العام الذي سبقه، وأمامنا فرصة كبيرة للتعلّم والاجتهاد، ويكفي أن الفيلم من الأعمال الفنية المهمة جداً، بحيث أخذ كل من شارك فيه إلى نطاق عالمي، كما أنه قَرَّبني أكثر من السعودية، لأننا نروي فيه حكاياتنا بأنفسنا، كما هي وكما نريد أن نرويها، وليس كما يريد الآخر أن يرويها بالنيابة عنا، فالعالمية بالنسبة إليّ هي الاعتزاز بالمحلية، ومنها ننتقل إلى العالمية.

❖ ما الجديد الذي تنتظره فاطمة البنوي خلال الفترة المقبلة؟

انتهيت من تصوير فيلمي الطويل الأول «بسمّة» كمخرجة، والذي أشارك فيه أيضاً بالتمثيل. لقد تحمّست كثيراً لهذا المشروع، وأقوم حالياً بعملية المونتاج. يركز هذا الفيلم على التغيير الداخلي أكثر من الخارجي، وقد وضعت فيه من رؤيتي الذاتية، علماً أنني أتمنى أن يلمس كل عمل لي شيئاً ذاتياً، وكذلك شيئاً في الجمهور.

❖ الانفتاح الذي تعيشه المملكة اليوم، هل ساهم في تقدّم الفن السعودي؟

الانفتاح الحاصل في المملكة لعب دوراً مهماً في تقدّم صناعة الفن السعودي، كما أثر إيجاباً في الأسرة السعودية، بحيث أصبح الجميع يرغبون بتقدّم كل ما لديهم من إبداع وابتكار للإعلاء من شأن الفن السعودي. والانفتاح ساهم أيضاً في زيادة الاختلاط بين الثقافتين الغربية والسعودية، مما أدى إلى انتشار الفن السعودي في كل دول العالم من خلال المهرجانات الفنية العالمية.

❖ هل للمسرح نفس مكانة السينما بالنسبة إليك؟

المسرح جزء لا يتجزأ من تجربتي في السينما والكتابة، لأنني في مشروع القصة الأخرى كنت أقدم فنوناً أدائية، وكانت نوعاً من أنواع المسرح التي تعتمد على العفوية والتجرّد والشفافية مع الجمهور، ففيها كنت أنقل من تجاربي السابقة في المسرح، وأستحضرها للجمهور، وهذه التجارب شجّعت الجمهور وبتاتوا يثقون بقوة في المشروع، الذي أصبح يستقبل المزيد من القصص.

❖ في عام 2018 صُنفتك مجلة «التايم» واحدة من أهم القادة الشباب الذين سيُحدثون تغييراً في

العالم، فما الذي تغيّر منذ تلك الفترة؟

حياتي تغيّرت كثيراً، فما كنت أفعله خلال الفترة بين عامي 2015 و2018 هو مجرد هواية، ولكن بعد عام 2018 أصبحت أصنع عملي من هوايتي، والآن عملي أصبح وظيفتي، فكل ما أقوم به هو أنني أحلم وأسعى وأجتهد لكي أحقق أحلامي وأحلام أهل بلدي.

❖ ما الذي ينقص الفتاة السعودية بعد الانفتاح الذي شهدته المملكة؟

أعتقد أنه لا ينقصها أي شيء بعد التحرّر والانفتاح، سوى تغيير بعض القوالب التي نشأنا عليها وتربّينا، وهذه الأمور ستأخذ وقتاً طويلاً كي تتغير، ربما تستغرق سنين ولكنها ستتغير يوماً ما.

❖ لماذا تسعين دوماً لتعلم لغات أجنبية؟

أحدت بطلاقة كل لغة تعلمتها، فأنا أحب التجديد والتطوير، وأصمّم على النجاح في أي عمل أدخل فيه، فخلال زياراتي المتكررة إلى مصر في الفترة الأخيرة، كنت أصرّ على إتقان لهجتها، وهو ما تكرر بعد زيارتي للبنان وفرنسا، فعلى الإنسان أن يكتسب مهارات جديدة من أسفاره، وألا يكتفي بما تعلمه في الطفولة، فلا بد من أن تتعلم كل يوم شيئاً جديداً يجعلك تنظر إلى الحياة بشكل مختلف.

❖ مَن يجعلك فخورة بأنك امرأة؟

أي امرأة قوية، مجتهدة ومسؤولة تجعلني فخورة بكوني امرأة. لا أحب ذكر أسماء معينة، ولكن لا بد أن نفتخر بذواتنا.

❖ هل من رسالة خاصة توجّهينها للمرأة العربية؟

يجب على المرأة العربية أن تكون أقوى وتعرّز من مكانتها في المجتمع وتكافح وتواجه كل الصعاب، وأن تنهض سريعاً من عثراتها.

❖ مَن هم الرجال الذين أثروا في حياتك؟

أولهم بلا شك والدي، فهو أستاذ في علم النفس والإنسان والاجتماع، وكان رفيقي الدائم في مشوار الحياة وعلمي الكثير، وكذلك الأمر بالنسبة إلى جدي الذي كان شريك رحلتي في كتابة «القصة الأخرى»، ورحل قبل أن يرى الكتاب النور.

❖ ما الصفات التي تبحثن عنها في الرجل؟

دوماً أبحث عن الصدق والأمانة والقدرة على التعبير، وأحب الرجل الطبيعي حيث إن مجتمعاتنا العربية وضعت في قوالب غريبة ومختلفة.

❖ أجمل صفاتك: الطموح.

❖ أسوأ صفاتك: الحيرة.

❖ أقرب المجالات التي قلبك: الفن بكل فروع.

❖ ذكرى لا تنسينها: تناول الآيس كريم في الصبا.

❖ ما يخيفك من الحياة: ما يحمله الغد.

❖ حلمك في الحياة: أن أعيش بسلام.

❖ أحبّ البلدان التي قلبك: السعودية ثم مصر.

❖ إطلالتك المفضلة: كل ما يجعلني سعيدة.



## معرض خريجات المركز السعودي الواحد والثلاثون

برعاية كريمة من الأستاذ خلف بن هوسان نائب رئيس مجلس إدارة الغرفة التجارية، تم افتتاح معرض خريجات المركز السعودي الواحد والثلاثين بحضور عدد كبير من الإعلاميين والصحافيين ورجال وسيدات الأعمال، حيث أخذت صالة عبد الله القصبي في مدينة جدة على عاتقها تنمية المواهب النسائية الجميلة وتقديمهن الى الساحة التشكيلية حرصاً منها على تطوير مواهبهن، ودعماً للحركة التشكيلية النسائية في المملكة العربية السعودية تحت قاعدة "رقي الأمم يكون برقي الفنون التشكيلية".

جدة - آمنة بدر الدين الحلبي

ضمّ المعرض الذي غلبت عليه الاتجاهات المعاصرة للفن التشكيلي، 58 عملاً فنياً لـ 26 طالبة وخريجة، صوّرت المراحل التدريبية في مختلف مدارس الفن التشكيلي. عدسة "لها" جالت في أرجاء المعرض ورصدت بعض الفنانات التشكيليات للوقوف على آرائهن، ومنهن:

### ريما المقبول

شدّت الفنانة ريما المقبول على "عملها التقني من خلال استخدام أدوات عدة حتى تخرج بنتيجة فنية مميزة، حيث جمعت عناصر لوحتها الفن والجمال لتؤكد أن الناس تربط في ما بينهم حياة اجتماعية متداخلة وجميلة. واختارت المقبول اللون الأحمر في لوحتها لأنه يرمز الى الحياة المشرقة التي تنتظرها، ويشكل عنواناً للقوة والإرادة والنشاط، ويعزّز الثقة في النفس، مما يدل على حياة اجتماعية صاخبة، تدور رحاها بين الواقع والخيال تارة، وبين العمل والكفاح والنشاط تارة أخرى.

ولأن الأداة الحادة تعطيها نتيجة مميزة، فقد استخدمت ريما المقبول السكين في عملها كتقنية مميزة، وعمدت في اللوحة الثانية الى الجمع بين اللونين الأسود والأزرق للتعبير عن الحياة الهادئة.





راوية اليافعي



راوية اليافعي



راوية اليافعي

### ميس صلاحية

أشارت الفنانة ميس صلاحية الى أهمية العمل المتواصل على الذات لتحقيق أفضل النتائج الفنية، وقد تنوعت تجربتها بين الزيت والأكريليك، والمزج بين التعبيري والتأثيري، نظراً للواقع المعيش الذي يستوطن في نفسها ضمن ظروف معينة، تاركة وراءها ضجيجاً صاخباً، يترافق مع عنفوان وكبرياء، فتقبل على الحياة بكل ثقة وقوة لتعبر عن جميع نساء الشرق.

ولأن الأكريليك سريع الجفاف، أكدت ميس أنه طوع إرادتها وتعاملت معه بطريقة حميمية، حيث سعت لتبيان الواقع لكل امرأة في هذا الكون عاشت ظروفًا صعبة، لكنها بقيت قوية فنفضت غبار اليأس والحزن وخرجت الى العالم أقوى وأصلب إرادةً.

وبما أن ميس صلاحية إنسانة قوية ومتماسكة من الداخل، فقد رأت أن بعد الجفاف سيكون الآتي أجمل، لذلك استخدمت في لوحها الثانية بعنوان "الهاربة" ألواناً مشرقة، مع استخدامها راحة يدها طمعا بالحريّة.

### راوية اليافعي

كشفت الفنانة راوية اليافعي أنها عشقت الفن منذ نعومة أظفارها، وبدأت حياتها الفنية بالألوان الزيتية لتحكي عن معاناة المرأة الطويلة، وهي لذلك اختارت المدرسة السورالية وأطلقت على لوحها عنوان "صلاية الحسناء"، أي المرأة التي تعمل جاهدة للتغلب على ظروف الحياة الصعبة، وتصمم بكل إرادة وعزم على الخروج من عنق الزجاج، وبلوغ النجاح من خلال حرية الفكر والعمل الدؤوب.

وركزت راوية في عملها على الزخرفة الإسلامية التي تفخر بها وتأخذها إلى الجذور العربية الإسلامية التي تحرص على التمسك بها. كما شددت على صلاية المرأة في المجتمع العربي، لأنها أساس هذا المجتمع وتساهم بقوة في رقيه وتقدمه.

### جنى الحفني

أما الفنانة جنى الحفني فأكدت أنها تعشق الطبيعة، وهي لذلك استخدمت أصداف البحر لتسمع صوت الموج الهادر باستمرار الذي يريح النفس ويمنحها الهدوء والطمأنينة، ويوح لها بأسرار جميلة.

وبما أن الحفني متعلقة جداً بشخصيات عالم "ديزني" منذ طفولتها، فقد استخدمت في لوحاتها شخصية "دونالد دك، بطوط"، لكونه الأشهر في عالم "ديزني"، فهو يمتاز بسوء الحظ وسرعة الغضب، وكان صوته من أكثر الأصوات تميّزاً في كل الرسوم المتحركة، التي أحببتها الحفني وتركت أثراً في نفسها، وقد اختارتها بالتحديد لأن كل شخصية تعكس بعض الصفات التي يتصف بها البشر من خفة الظل والبخل وسوء الحظ والمكر والكره... وكانت تُعتبر مادة ترفيهية تعليمية للأطفال على مستوى العالم.

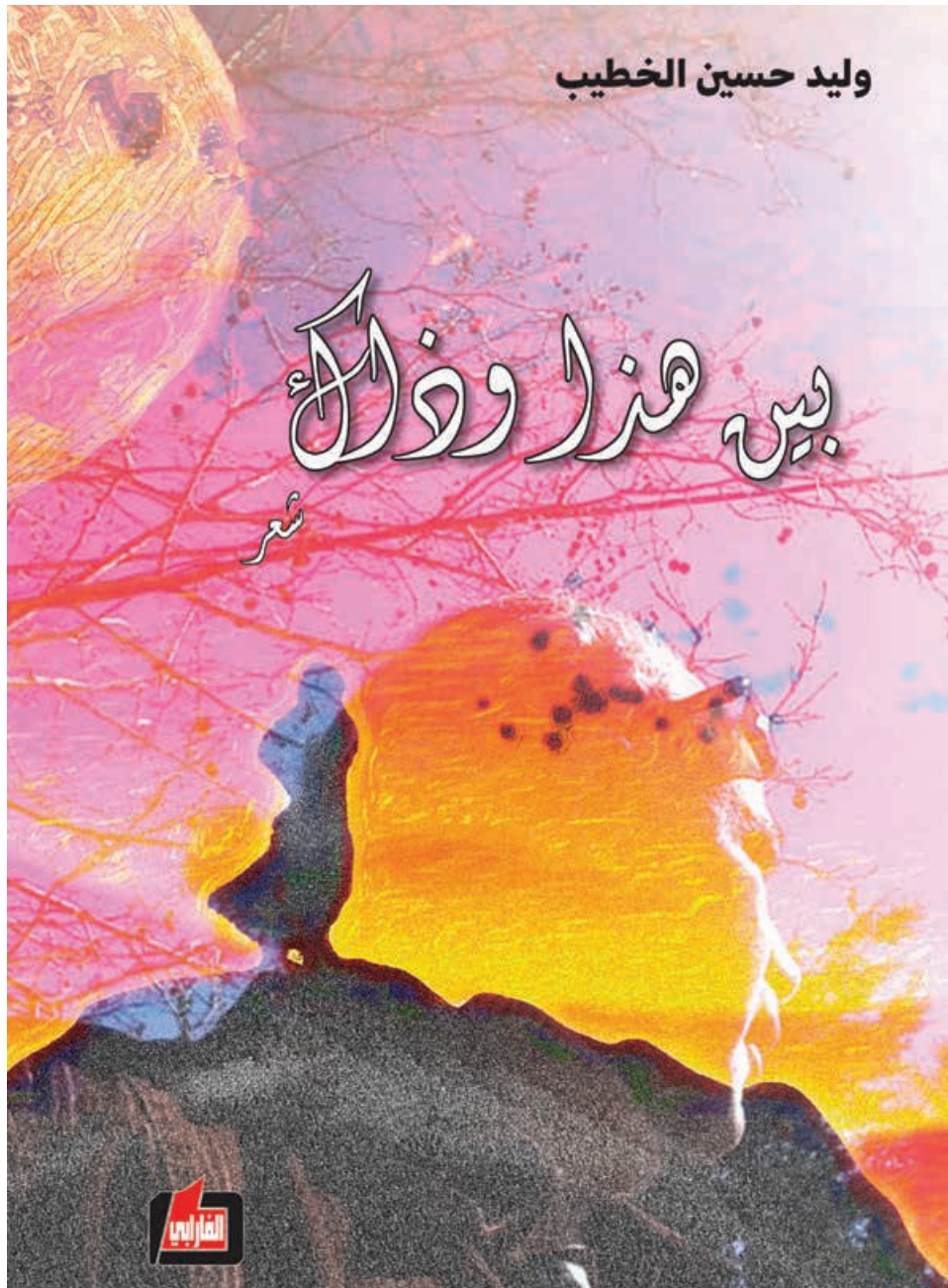
### راوية اليافعي:

بحريّة الفكر  
خرجت المرأة  
العربية من عنق  
الزجاج



جانب من المعرض

**"بين هذا وذاك"**  
وليند الخطيب  
حين يكون الشاعر جزءاً من لغة قصائده  
وتكون هي كله



"بين هذا وذاك" ديوان للصحافي والشاعر وليد حسين الخطيب، صدر حديثاً عن دار الفارابي - بيروت. وهو الثاني بعد ديوان "ورد وأرض" الذي صدر في العام 2000. يجمع الديوان بين دفتيه مجموعة من القصائد، منها الحرّ ومنها الموزون على بحور عدة، الطويل والبسيط والوافر والمتقارب...

من هذا المنطلق، فإن ما يؤخذ على الخطيب أنه جمع في ديوانه "بين هذا وذاك"، بين القصيدة التقليدية والقصيدة الحديثة الحرّة، هذا من ناحية الشكل، حيث كان في استطاعته أن يجعلهما في ديوانين منفصلين، إذ إن لكل نوع منهما قراءه ومحبيه. أما من ناحية المضمون، فقد تعدّدت الموضوعات وتشعبت. لذا، سنحاول أن نكون موضوعيين وواقعيين في تحليلنا وألا نقع في فخ الانحياز حتى لا نفقد صدقيتنا في مراجعتنا هذه. لذا، فضلنا عدم الخوض في مراجعة نقدية شاملة للديوان، كي لا ندين ولا نُدان، وكي نعطي هذا العمل قيمته الأدبية وقيّمته الفنية والجمالية من دون أن نبخسه حقه، ومن دون رياء أو تزلف.

إن قصائد الشاعر الخطيب، في معظمها، بلا عناوين ولا تواريخ، وهذا ما قد يشكّل نقطة سلبية - نرجو أن يتلافها في أعماله اللاحقة - تحسب عليه؛ إذ إننا نعرف والكل يعرف أنّ عنوان أي نص هو بمثابة الرأس من الجسد، فضلاً عن أن العنوان غالباً ما يُعبّر عن المتن أيّاً كان، والتواريخ تكشف عن أزمانه القصائد ومناسباتها - باعتبار أنّ الأدب بشعره ونثره ابن بيئته - وإن كان كثيراً منها قصائد مناسبات تدلّ مضامينها على تاريخ كل منها، خصوصاً الموزونة في الملحق.

يحفّل "بين هذا وذاك" بمشاعر كثيرة، وهذا ما أشار إليه الشاعر في مقدّمة ديوانه من تفاؤل وحبّ وفخر واعتزاز ومدح... رغم الأسي الذي يطالنا في معظم القصائد والخيبة والضياع، ومن هذا قوله: "أمطريني عذاباً/ أنا لا أنجح بالحب سوى على الورق/ تعالي نحفر قبراً/ ندفن فيه ذكرانا أو أنا/ يُغرس في الصميم/ وانتحي في الظل/ اجعلي الحب خنجراً/ سأكون وحيداً/ كما كنت معك...". واللافت في أسلوب الخطيب، هو أنّ في بعض القصائد قد يظنّ القارئ أنها قصائد حبّ وغزل ومشاعر جيّاشة تجاه امرأة بعينها، إلا أن الأمر لا يكون كذلك إطلاقاً، وهذا ما قد نراه في القصيدة ص 28، التي يظهر فيها أنه يخاطب أنثى، بينما هو في الحقيقة يخاطب الدنيا، حيث العمر فيها يسير إلى النهاية المحتومة، وما يدل على ذلك هو العبارة التي ذيل بها قصيدته "21 أيلول الرابع والأربعين"، وهذا التاريخ، إن دل، فإنه يدل على عمره حين كتبها. أما الحنين الذي ورد في القصيدة، فواضح أنه للطفولة، لعمر الشباب، للحياة الجميلة، حيث الحياة تكون من دون مسؤوليات، رغم أنه كان وحيداً فيها، فقوله "أصبح وهجا قديماً يجيء من عمق الحكايا"، يدل على التقدّم في العمر والشيخوخة، وقوله "تثقل لغة الحنين مشاعري/ فأنا الآن طريد"، يحيلنا على العبارة السابقة، فالسنون تطارده والعمر أصبح في منتصفه "والطوف يسير حتى يتعثّر". ومثل هذه القصيدة، القصيدة التي تليها ص 30. ومن هذا أيضاً، نستنبط الكثير من المعاني التي تدور في هذا الفلك. فمحتوى الديوان ليس الحب والغزل والعشق... وحسب، وإن كان يزخر بالكثير منها، كما هو واضح ظاهرياً، إنما هو صراع بين الماضي والحاضر والمستقبل. بين الشباب والكهولة والشيخوخة.

وعوداً على بدء، لعل من الغريب جمع الشاعر قصائد تقليدية ذات شطرين وقصائد حديثة متحرّرة من الوزن والقافية والروئي، ومعتمدة على الموسيقى الخارجية والصور والتعابير المجازية، إلا أنّه أمر جدير بالاحترام والتقدير، بسبب جرأته على فعل ذلك، حيث اختلفت في الشكل واللغة والبناء الشعري إلا أنها تساوت في التعبير عن موضوعات مختلفة، فجاء هذا التشكيل كإفاد ورد متنوعة، تُعجب النظار إليها ويتضوع عطرها لدى كل من يتذوّق الكلمة. ولعل هذا الديوان الذي بين أيدينا يهدف إلى التعبير عن أمور عدّة ومواقف مختلفة في الواقع المعيش، الأمر الذي جعله بعيداً من أن يكون وحدة مترابطة ومتناسقة ذات فكرة واحدة تُشعر القارئ بالملل والسأم. وفي نظرة متأنية إلى القصائد في هذا الديوان، نرى تنوع الموضوعات التي تحمل في طياتها تفاؤلاً وتشاؤماً وحبّاً وغزلاً وتأملاً في العمر والحياة ومدحاً ورتاءً ووطنيات وحبّاً للأبناء وللأمّ وسخرية وفخرًا وحماسة ولوعة... من هنا، نستطيع القول إن وليد الخطيب ضمّن ديوانه أفكاراً فلسفية من دون تعمّق في الإيضاح والتطوير كالفلسفة، ولا استغراق في الاختصار والقصر كما في الخواطر.

لا شك في أنّ المخزون الثقافي والمخزون الفكري للخطيب، ساهما في شكل كبير في نضوج العبارة الشعرية لديه والاستغراق في التأمل واستخدام الفكرة الفلسفية لإيصال المعنى الذي يريد، وهذا ما نلاحظه بين ديوانه الأول "ورد وأرض" في العام 2000، وديوانه "بين هذا وذاك"، هذه العبارة التي تماهت في ذهنه، حيث كانت تكبر وتتفاعل في فكره ومخيّلته مع سنّي عمره الخمسين. فانطلق يسمو بمخزونه الثقافي والفكري وقصائده ليصل بها وتصل به إلى أبعد من حدود الذات الإنسانية.

إن ما يميز كتابة الشاعر وليد حسين الخطيب في هذا الديوان هو مقدرته الواضحة على مزج واقعية الكلمات والمعاني برمزية اللغة الشعرية المتخيّلة، ومع هذا وذاك، استخدم الشاعر الكلمات والتعابير المألوفة - إلا ما ندر - لدى السواد الأعظم من الناس في كل قصائده، كي لا يرهق القارئ والسامع في البحث عن معاني المفردات والعبارات في المعاجم. وهذا ما جعل كتابته الإبداعية تتخذ منحىً جديداً في التجربة الشعرية.

"بعد هذا وذاك"، نستطيع القول إن الخطيب اندمج في لغة قصائده، فأصبح جزءاً منها، وأصبحت هي كلّها! ❏



## بألوان زاهية وبرّاقة...

أجمل إطلالات النجمات

في حفل جوائز «غولدن غلوب» 2023

بعد مرور عام على مقاطعة المشاهير والاستوديوهات لحفل Golden Globe Awards، عادت شاشات التلفزة إلى نقله وعاد معها النجوم لاستعراض إطلالاتهم المميّزة واختياراتهم الساحرة على السجادة الحمراء في مدينة لوس أنجلوس الأميركية. وفي الدورة الثمانين لهذا الحدث العالمي، لم يعد موسم توزيع الجوائز يقتصر على تكريم نجوم هوليوود عن أهم أدوارهم السينمائية والمطربين عن أغانيهم، بل بات يحمل الكثير من المؤشرات الإيجابية في طباعة اتجاهات الموضة التي يمكن رؤيتها طوال العام الحالي.

فرح جهمي





ريهانا



سيلينا غوميز



مارغو روبي

وبالفعل حضر على السجادة الحمراء عدد كبير من مشاهير العالم بإطلاقات متفاوتة تم اختيارها من أهم دور الأزياء العالمية، وجاء اللون الأسود سيد الألوان، حيث اختارته غالبية النجمات بتصاميم دراماتيكية أنيقة وبأقمشة تنوعت بين المخمل الفخم والدانتيل الداكن، والتي تم تنسيقها كلها مع مجوهرات ماسية فخمة من أشهر الماركات العالمية. وتميّز الحفل هذا العام بالألوان الزاهية المفعمة بالشباب من أهم دور الأزياء أيضاً، وجاءت بتصاميم كلاسيكية أنيقة تنوعت بين الوردية والأحمر والفضي، مع وفرة في استخدام الكشاكش متعددة الأشكال والأحبال المتلألئة التي أضفت لمسة أنثوية أنيقة على الإطلاقات. وكان لافتاً في حفل الـ«غولدن غلوب» هذا العام اختيار المنظمين وضع سجادة رمادية اللون بدلا من الأحمر ليسير عليها النجوم، وهو ما منح الكثير من النجمات الفرصة لاختيار اللون الأحمر بكل تدرجاته لإطلاقات جذابة وراقية.

### اللون الأسود الخيار الأول للنجمات

اختارت النجمة العالمية ريهانا إطلالة فخمة باللون الأسود من تصميم سكياباريلي، عبارة عن قطعيتين، الأولى فستان أسود ضيق ومن دون أكمام، وتميّز بقماش مزوم من الأمام بحركة تبرز قوامها الرشيق، وأضيف إليه «كاب» طويل من قماش المخمل الفخم وتميّز بتصميمه المنفوش والضخم عند الكتفين وأكمامه الضيقة التي جاءت على شكل قفازات. ونسقت النجمة التي رُشحت لجائزة أفضل أغنية أصلية بأغنية Lift Me Up التي قدّمتها في فيلم Black Panther. الإطلالة مع صندل نسائي مفتوح وبكعب عال باللون الأسود من «جوزيبي زانوتي»، وحملت في يدها حقيبة «كلاتش» سوداء وفضّية من «روجر فيفييه»، وتزيّنت بقلادة ماسية وأقراط ناعمة من دار «كارتييه».

وتألقت النجمة سيلينا غوميز على السجادة الحمراء بإطلالة غير اعتيادية وجديدة اختارتها من مجموعة دار «فالتينو» للأزياء الراقية لعام 2023، حيث ارتدت فستاناً من المخمل الفخم باللون الأسود تميّز ببساطة تصميمه مع فتحة جريئة تظهر مفاتها عند منطقة الصدر، وأضيفت إلى الثوب أكمام منفوشة وبارزة مع ذيل طويل باللون الأرجواني، وأكملت غوميز إطلالتها بصندل ذي تصميم «بلافورم» أسود اللون. واكتفت المرشحة الأولى كأفضل ممثلة عن عملها في The Only Murders in the Building بوضع أقراط ماسية ناعمة.

### ريّا أبي راشد بفستان أسود يضجّ أنوثةً وجمالاً

كذلك ارتدت النجمة الكوبية آنا دي أرماس فستاناً باللون الأسود مع تطريزات بأشكال متناسقة من الأمام باللون الأبيض حمل توقيع دار «لويس فويتون»، وجاء الثوب من دون أكمام وتصمم ضيق عند الخصر ليُتسع من الجهة السفلية بتكسيّرات ناعمة. وأكملت إطلالتها بمجموعة من المجوهرات الماسية الفخمة من دار الأزياء ذاتها. في حين اختارت الإعلامية اللبنانية ريّا أبي راشد للحفل إطلالة سوداء أنيقة من توقيع المصمّم اللبناني العالمي زهير مراد، وجاء التصميم طويلاً وضيقاً يبرز شكل الجسم مع أكمام طويلة وبدون أكتاف، وتميّز بفتحة عند الصدر مزينة بقطعة كبيرة من الحليّ الملون بحركة أنيقة أضفت الكثير من الرقيّ والجمال على القطعة. وأكملت ريّا إطلالتها بمجوهرات بسيطة عبارة عن أقراط ناعمة وخواتم فخمة من علامة «بولغري».



انجيلا باسيت



انا دي ارامس



ريا ابي راشد



جينا اورتيغا



انيا تايلور جوي



سلتي هايك

### إطلالات جريئة بالألوان الزاهية والكشاكش المتلألئة

وإلى جانب اللون الأسود، اختارت النجمات الألوان الزاهية المُفرحة، ومن بينهن النجمة العالمية سلمى هايك التي أطلت بكامل أناقتها ورشاقها على السجادة الحمراء بفستان ضيق وشفاف من قماش الدانتيل ومزين بحبال من «البايت» اللامع بتصميم راق ومميز مع فتحة جريئة عند منطقة الصدر، وحمل توقيع دار «غوتشي». وأكملت الممثلة المكسيكية لبنانية الأصل إطلالتها الأنيقة بأقراط متدلّية مرصّعة بالماس مع خواتم مزينة بحبات ضخمة من الألماس. وتألقت النجمة أنجيلا باسيت الحاصلة على جائزة أفضل ممثلة من «مارفل» عن التمثيل الفردي، بفستان فضي اللون وبلا أكمام من تصميم بامبلا رولاند، وجاء بتصميم ضيق ومتناسق بالكامل، وانتعلت صندلا بكعب عالٍ باللون الفضي وتزيّنت بسوار وأقراط ماسية من دار «شوبارد».

### إطلالة أنيقة مستوحاة من العصر اليوناني

أما الممثلة الأميركية جينا أورتيجا فتألقت خلال الحفل بإطلالة راقية من دار «غوتشي» مستوحاة من العصر اليوناني، باللون البني «البريك» وتميّز بتصميمه الشبابي بفتحات أمامية عند البطن مع تصميم تنورة واسعة بقماش تميّز بتكسيرات عريضة مع أكمام طويلة وفضفاضة من القماش نفسه. وأكملت الفنانة التي رُشحت لجائزة أفضل ممثلة عن مسلسل Wednesday إطلالتها الشبابية بأكسسوارات ناعمة عبارة عن قلادات فضية، من بينها قلادة على شكل ثعبان. وباللون الزهري المفعم بالحياة، أطلت النجمة جوليا غارنر على السجادة الحمراء في حفل توزيع الجوائز الذي حصلت خلاله على جائزة أفضل ممثلة مساعدة لعمَلها في فيلم Ozark، وارتدت النجمة الشابة فستاناً أنيقاً من دار «غوتشي»، تميّز بطراز الكورسيه من الأعلى لينسدل بقماش فضفاض على شكل طبقات من الكشاكش الأنيقة متفاوتة الطول، وأضيفت إلى التصميم الناعم حركة شبابية راقية عبارة عن أحزمة طويلة متلألئة زينت الثوب بالكامل. وأكملت غارنر إطلالتها الناعمة بقلادة ناعمة.

وتألقت النجمة البريطانية ليلي جيمس بفستان فخم باللون الأحمر من دار «فيرساتشي» العالمية، وجاء بتصميم ضيق ومستقيم من الأعلى وبدون أكمام ليصبح منقوشاً من الأسفل مع إضافة ذيل واسع ومنقوش عند الجوانب. واكتفت الممثلة التي رُشحت لجائزة أفضل ممثلة في مسلسل قصير عن دورها في سلسلة Hulu Pam & Tommy، بإضافة قلادة من الماس وسوار ناعم يليق بإطلالتها الحمراء.

### الزهري من «شانيل» والأزرق من «جيسون وو»

اختارت النجمة الأسترالية مارغو روبي للحفل فستاناً بتدرجات اللون الزهري الفاتح من دار «شانيل»، وتميّز بتصميم ضيق بالكامل وبقماش من التول الحريري، تم تزيينه بالريش والترتر وحبات البرق الزهرية، وقد أعلنت الشركة الفرنسية أن تجهيز الثوب استغرق نحو 750 ساعة عمل. وأكملت الممثلة التي تم ترشيحها عن دورها في فيلم Babylon إطلالتها الناعمة بأقراط صغيرة الحجم وخاتم كبير الحجم يليق بالثوب.

وبتصميم بسيط وخالٍ من الزخرفات والتطريزات، أطلت النجمة أنيا تايلور بفستان من قطعتين اختارته من مجموعة دار «ديور» باللون الأصفر «الموتارد»، وجاء على شكل صدرية من دون أكمام مع تنورة طويلة ومستقيمة الطول ويتدلى منها حزام من الساتان باللون نفسه. وأكملت إطلالتها التي تم تشبيهها بملابس لعبة «الباربي» بمجوهرات ذهبية لإضافة لمسة راقية ومرتبة.

وتألقت الممثلة فيولا ديفيس بفستان أنيق باللون الأزرق الملكي من إبداع المصمم العالمي «جيسون وو»، ورغم بساطة تصميمه الذي جاء ضيقاً بالكامل مع بعض الثنيات الجانبية من الجهة العلوية التي أضفت لمسة راقية على الثوب، فقد نسقت النجمة العالمية معه حقيبة يد «كلاتش» فضية اللون من تصميم «كورت جيجر»، وتزيّنت ببعض المجوهرات الماسية الراقية. <sup>4</sup>



فيولا ديفيس



ليلي جيمس

# HUBLLOT

## «كلاسيك فيوجن أيروفيوجن كرونوغراف أورلينسكي قطر»... ساعة بإصدار محدود

بعد افتتاح البوتيك الرئيسي للدار في بلاس فاندوم مول في الدوحة وإطلاق ساعة بيغ بانغ e قطر الخاصة، ها هي «هوبلو» تقدم للهولوتيسستا في قطر ساعة حصرية أخرى هي ساعة «كلاسيك فيوجن أيروفيوجن كرونوغراف أورلينسكي قطر»... ساعة مستلهمة من أعمال الفنان الفرنسي المعاصر الشهير ريشار أورلينسكي.

منذ بداية التعاون بينهما في عام 2017، ابتكرت «هوبلو» وريشار أورلينسكي مجموعة من الساعات التي تجسد الطابع متعدد الزوايا، الذي يميز إبداعات الفنان الفرنسي. يتركز عمل أورلينسكي على هياكل ثلاثية الأبعاد بارزة، يسهل تكييفها لساعات «هوبلو»، وتعد ساعة «كلاسيك فيوجن أيروفيوجن كرونوغراف أورلينسكي قطر» إضافة الأحدث في إطار هذا التعاون الناجح. العلبة بحد ذاتها متعددة الوجيها، بحيث تبدو أشبه بالجواهر، بفضل الوجيها المختلفة الملمعة والخطوط المنحوتة لهذا الإصدار المحدود من ٥٠ قطعة.







أقراط الأذنين Rose Des Vents من الذهب الأصفر، والذهب الوردي، والذهب الأبيض، والماس، والمالاكي، واللايس لازولي، والكورنيليان، والفيروز والأونيكس.

عقد Rose Des Vents من الذهب الأصفر، والذهب الوردي، والذهب الأبيض، والماس، والمالاكي، واللايس لازولي، وعين النمر، والكورنيليان، والأوبالين الوردي، والفيروز، والأونيكس.

من مجوهرات «ديور» الراقية Dior Fine Jewellery

# DIOR

## *Rose Des Vents*

# Rose Des Vents



أقراط الأذنين Rose Des Vents من الذهب الأصفر، الماس، والمالakit، واللايس لازولي، والكورنيبيان والفيروز

سوار Rose Des Vents من الذهب الأصفر، والذهب الوردي، والذهب الأبيض، الماس، والمالakit، واللايس لازولي، وعين النمر، والكورنيبيان، والأوبالين الوردي، والفيروز، وعرق اللؤلؤ والأونيكس.  
من مجوهرات «ديور» الراقية Dior Fine Jewellery.



أقراط الأذنين Rose Céleste من الذهب الأصفر، والذهب الأبيض، والماس، وعرق اللؤلؤ الأبيض والأونيكس.  
 عقد Rose Céleste من الذهب الأصفر، والذهب الأبيض، والماس، وعرق اللؤلؤ الأبيض والأونيكس.  
 خاتم Rose Céleste من الذهب الأصفر، والماس، وعرق اللؤلؤ.  
 ساعة La D De Dior Celeste .Watch  
 من مجوهرات «ديور» الراقية Dior .Fine Jewellery



أقراط الأذنين من Rose Céleste من الذهب الأصفر، والذهب الأبيض، والماس، وعرق اللؤلؤ الأبيض والأونيكس.  
عقد Rose Céleste من الذهب الأصفر، والذهب الأبيض، والماس، وعرق اللؤلؤ الأبيض والأونيكس.  
خاتم Rose Céleste من الذهب الأصفر، والماس، وعرق اللؤلؤ.  
ساعة La D De Dior Celeste .Watch  
من مجوهرات ديور الراقية Dior .Fine Jewellery





أقراط الأذنين Rose Des Vents من  
الذهب الأصفر، الماس، و عرق اللؤلؤ.  
من مجوهرات ديور الراقية Dior  
.Fine Jewellery

# Rose Des Vents



أقراط الأذنين Rose Des Vents من  
الذهب الأصفر، الماس، وعرق اللؤلؤ.  
من مجوهرات «ديور» الراقية Dior  
.Fine Jewellery



أقراط الأذنين Rose Céleste من  
الذهب الأصفر، والذهب الأبيض،  
والماس، وعرق اللؤلؤ الأبيض  
والأونيكس.  
من مجوهرات «ديور» الراقية Dior  
.Fine Jewellery

# Rose Des Vents



أقراط الأذنين Rose Céleste من  
الذهب الأصفر، والذهب الأبيض،  
والماس، وعرق اللؤلؤ الأبيض  
والأونيكس.  
من مجوهرات «ديور» الراقية Dior  
.Fine Jewellery



سوار Rose Des Vents من الذهب  
الأصفر، والماس، وعرق اللؤلؤ.  
من مجوهرات «ديور» الراقية Dior  
.Fine Jewellery

Rose Des Vents



عقد Rose Des Vents من الذهب  
الأصفر، والماس، وعرق اللؤلؤ.  
من مجوهرات «ديور» الراقية Dior  
.Fine Jewellery

# DIOR

## Lady 95.22

### حقيبة أيقونية جديدة

تمّ الكشف عن حقيبة «ليدي 95.22» خلال عرض مجموعة الألبسة الجاهزة لموسم خريف وشتاء 2022-2023 من «ديور» Dior، والتي تجسّد إرث الدار الفريد الممزوج بالحدّثة. وباعتبارها قصيدة تتغنّى بالرابط بين الماضي والحاضر، فهي تعيد ابتكار خطوط حقيبة «ليدي ديور» Lady Dior وتعيد إلى الأذهان، من خلال اسمها، تاريخ تصنيع هذه الأيقونة عام 1955 وتاريخ إعادة إحيائها الجديد، عام 2022.







Star of the Month

## حقيبة Peekaboo Cut من FENDI



تعيد دار فندي Fendi إحياء حقيبة Peekaboo مع الموديل الجديد Peekaboo Cut، الذي يحافظ على رموز Peekaboo الأساسية، مع إبراز واضح للشريط المعدني الأيقوني والقفل. شكل الحقيبة شبه المنحرف أكثر بروزاً في الموديل الجديد، مع سلسلة O'Lock الأنيقة لإضافة لمسة أنثوية فائقة. السلسلة والقطع الحديدية لها لمسة فضية معتقة، تتناغم مع الجلد اللامع المصقول، فيما ألوان الحقيبة تراوح بين الأخضر الساطع والوردي والألوان المحايدة، علماً أن الموديل متوافر أيضاً بجلد النعبان وجلد التمساح مع قطع حديدية لماعة. يمكن الاختيار بين الحجم الصغير والحجم المتوسط للحقيبة التي يمكن حملها على شكل كلاتش مميزة أو حقيبة كتف عصرية.



# CH CAROLINA HERRERA

احتفلوا بمجموعة CH Carolina Herrera قبل موسم الربيع 2023 مع تشكيلة من كتل الألوان والدرجات الحيادية، التي تسلط الضوء على البرتقالي (تانجرين)، الأخضر العسكري والأصفر (كناري). كذلك، تضم المجموعة بعض التصاميم الرئيسية للعلامة التجارية الرئيسية مثل فستان القميص، الجاكيتات القصيرة على شكل الحرف A والتنانير مع ثيابا للمرأة أثناء التنقل.



Star of the Month



## Moynat Flori Teddy حقيبة أنيقة مرحة



اخترنا لك هذا الشهر حقيبة أنيقة من Moynat هي حقيبة Flori Teddy الأيقونية والأنيقة وهي الأولى للمدير الإبداعي للدار Nicholas Knightly. وهي مصنوعة من فرو الخروف الإستثنائي الذي يوفر ملمساً ناعماً. وقد حرصت الدار على الأسلوب الذي استخدمت فيه عملية الدباغة كي تحافظ على الملمس الناعم للفرو. النسخة الفائقة الأنوثة والعفوية تضيف لمسة من المرح الى أنافتك اليومية شتاء.

# SCHIAPARELLI

## The Extra Ordinary

### قطع فنية واعدة

لا تُستخدم كلمة مناسب لـ«كل يوم» في سكياباريلي Schiaparelli، ومع ذلك فإن هذا التعبير هو بمثابة الوعد للملابس الجاهزة والاكسسوارات الأنيقة. تمّ توسيع مجموعة حقائب اليد المحبوبة لدى الدار، ولا سيما «Facebag»، وحقيبة القفل padlock الكلاسيكية الخاصة بالدار وقد تم تقديمها الآن في كل المواد من جلد التمساح إلى جلد النابا مع طبقات اليد من ورق الذهب عيار 24 قيراطا.





Star of the Month



## Hermes HACarreaux حقيبة عصرية أنيقة

اخترنا لك هذا الشهر حقيبة أنيقة من Hermes هي حقيبة HACarreaux العصرية المصنوعة من جلد العجل الطبيعي الفاخر باللون البني مع خطوط بالأسود والأبيض مع قفل معدني أنيق.

# DIOR

## CRUISE 2023

### Bar Jacket

#### خطوة خطوة لتصميم وخطاطة السترة الأشهر

بالنسبة إلى «ماريا غراتسيا كيوري»، تجسّد مجموعة «ديور كروز» Dior Cruise 2023 رحلة للاستكشاف والتأمل. تقدّم المواقع المختارة خلفيّة مُذهلة لسلسلة من الملابس التي تجتمع لتشكل معاً عرضاً يُعيد إلى الأذهان تاريخ الدار ورغبتها في البحث عن مبادرات تعاون إبداعية مستوحاة من مناطقها الأصلية، وهنا كانت إسبانيا مصدر الوحي الأساسي. تتألق سترة Bar Jacket الشهيرة في هذه المجموعة كما في كل مجموعة من مجموعات «ديور».

في هذا التحقيق، ندخل في تفاصيل تصميم هذه السترة الأنيقة دائماً وأبداً كما ترجمتها المصمّمة الجميلة.





PRET A PORTER  
STOCKMAN  
PARIS  
BREVETE S.G.D.R.  
50436





# خطوات لبشرة نظرة في العام الجديد

في بداية كل عام، يحضر الكثير من الأشخاص لائحة بقرارات العام الجديد ويستعدون لتطبيقها والالتزام بها. وقد تتراوح تلك القرارات بين التخلص من الوزن الزائد، أو تناول الأكل الصحي، أو ممارسة الرياضة، أو تعلم مهارة جديدة، أو العناية بالبشرة... ويبقى المهم الالتزام بتلك القرارات والإيفاء بالوعود التي قطعناها على أنفسنا. في ما يأتي 7 خطوات تساعدك في الحصول على بشرة نظرة خلال العام الجديد.

جولي صليباً

## التقشير المنتظم

مع مرور الوقت، تتراكم الخلايا الميتة على سطح البشرة وتسبب مسامها، مما يؤدي إلى ظهور الرؤوس السوداء. يمكن تفادي هذه المشكلة من خلال تقشير البشرة مرة أو مرتين أسبوعياً باستخدام مستحضر التقشير الملائم لنوع بشرتك... رطبي البشرة قليلاً بالماء ثم طبقي عليها مستحضر التقشير، واعتمدي الحركات الدائرية الخفيفة (من دون الضغط أو الفك الشديد) مع تفادي منطقة محيط العينين، لأنها حساسة جداً. وبعد الانتهاء من التقشير، ستلاحظين أن بشرتك أصبحت نقيّة ونضرة نتيجة تجدد الخلايا ونشاط عمل الدورة الدموية الصغرى. تجدر الإشارة إلى أنه إذا كانت بشرتك حساسة، عليك اختيار مستحضرات التقشير ذات التركيبات اللطيفة، والتي تكون على شكل «لوشن» مقشّر أو مستحضر لا يحتوي على حبيبات مقشّرة قاسية.



جربي:

Dior Prestige Le Sucre de Gommage Face Scrub  
CHANEL Sublimage La Lotion Lumière  
Filorga Scrub & Detox Foam Exfoliator

## التخلص من الرؤوس السوداء

البثور السوداء من اللد أعداء الجمال، وهي تظهر نتيجة تجمع خلايا الجلد الميتة وزيوها في فتحات الجلد، وتتركز عادة في منطقة الأنف. يشجع ظهور الرؤوس السوداء في البشرة الدهنية التي تفرز الكثير من الدهون تحت الجلد، وفي البشرة التي لا يتم تنظيفها جيداً بسبب تراكم البكتيريا عليها، وفي حال اتباع نظام غذائي غني بالدهون والسكريات والكربوهيدرات، وحدوث تغييرات هورمونية في الجسم... للتخلص من هذه البثور، نوصيك بزيارة طبيب الجلد أو اختصاصية التجميل المتمرسّة، حيث يتم تنظيف بشرتك بعمق وتختفي معظم الرؤوس السوداء. بعد ذلك، عليك المواظبة في المنزل على تقشير البشرة لتجنّب ظهور الرؤوس السوداء، واختيار مستحضرات العناية التي لا تسبب اللمعان، وتنظيف الوجه باستخدام المستحضرات المنقيّة والمطهّرة.

جربي:

Dior Prestige La Micro Lotion de Rose

CHANEL Le Tonique Anti-Pollution Invigorating Toner

Elizabeth Arden Ceramide Micro Capsule Skin Replenishing Essence



## إزالة المكياج قبل الخلود إلى النوم

من المهم إزالة المكياج قبل الخلود إلى النوم، لأن رواسب المكياج يمكن أن تلحق الضرر بشركتك خلال الليل. بالفعل، تجدد البشرة نفسها ليلاً، لكن هذا التجدد يتوقف في حال ترك المكياج عليها، لأن البشرة تتوقف عن التنفّس وتظهر علامات التعب سريعاً عليها. وبما أنّ غالبية مستحضرات المكياج مصنوعة من مكونات زيتية، فإنها تسد المسام وتؤدي إلى ظهور البثور والرؤوس السوداء إذا بقيت على البشرة طوال الليل. واطبقي إذاً على استعمال مزيج المكياج المناسب للتخلص من كل رواسب المكياج العالقة على بشرتك، ومساعدتها على التنفّس بشكل صحيح.

جربي:

CHANEL No 1 de CHANEL Poudre de Mousse

Dior Hydra Life Triple Impact Makeup Remover

Elizabeth Arden Ceramide Purifying Cream Cleanser





### النوم لساعات كافية

لا تخفى على أحد أهمية النوم لساعات كافية كل ليلة. فالنوم الجيد يجعلنا أكثر نشاطاً في اليوم التالي، ويساعد الجسم على مكافحة الأمراض من طريق تعزيز الاستجابة الدفاعية لجهاز المناعة، ويقلل مخاطر ارتفاع ضغط الدم والنوبات القلبية، ويساعد على التحكم في الوزن من خلال تنظيم الهرمونات المتحكّمة في الشهية والتمثيل الغذائي، ويعزّز القدرات المعرفية، ويساعد على التركيز والتفكير. كما أن النوم الجيد مفيد لنضارة البشرة. فهو يحول أولاً دون ظهور الهالات الداكنة تحت العينين، ويقلل من مظهر الخطوط الرفيعة والتجاعيد، ويجعل البشرة تبدو مرتاحة ومشرقة وغير متعبة.

## التدليك

تدليك بشرة الوجه أساسي للحفاظ على نضارتها وإشراقها والحوول دون المظهر الباهت. فالتدليك ينشط الدورة الدموية في الوجه، ويجدد حيوية البشرة، ويقلل الانتفاخ، ويخفف من ضغط الجيوب الأنفية ويشد البشرة.

ضعي الكريم المرطب على وجهك ثم اقرصي البشرة بلطف بين الإبهام والسبابة من طريق التريبت لدائري. ابدئي من الصدغين نحو منبت الشعر، ثم اتجهي نحو تفاحتي الوجنتين وبتجاه الصدغين، ثم من الذقن حتى العنق.

## الغذاء السليم

بعد حفلات نهاية العام التي تناولنا خلالها الكثير من الأطعمة الغنية بالسكريات والدهون، نشعر أن البشرة باتت شاحبة ومُرَهَقَة. وهذا أمر طبيعي بسبب تراكم السموم في البشرة. ما عليك في بداية العام الجديد إلا زيادة نسبة مضادات الأكسدة من خلال تناول الكثير من الفواكه والخضروات التي تعمل على حماية الكولاجين من ضرر الأشعة فوق البنفسجية والعوامل البيئية الأخرى مثل التلوث. وتذكري أنه كلما كانت ألوان الفاكهة والخضروات داكنة، احتوت على المزيد من مضادات الأكسدة، وكانت بالتالي أكثر فائدة لبشرتك.

عليك أيضاً التركيز على استهلاك الدهون الجيدة، مثل تلك الموجودة في الأسماك الغنية بالزيوت (كالسلمون)، لأنها مصادر رائعة لأحماض أوميغا 3 والبروتين. وإذا كنت نباتية ولا تستهلكين اللحوم والأسماك، يمكنك تناول الكاجو وزيت بذور الكتان، إضافة إلى المكملات الغذائية للأوميغا 3 المستخلصة من الطحالب. ولتعزيز ترطيب البشرة، يمكنك إضافة شرائح الخيار أو الليمون أو أوراق النعناع إلى مياه الشرب والحصول على فوائد معززة.

## الترطيب الجيد

الترطيب اليومي أساسي لكل أنواع البشرة، سواء كانت عادية أو جافة أو حساسة أو دهنية... فترطيب البشرة بشكل منتظم يحول دون جفافها، ويمنع بالتالي ظهور الخطوط الرفيعة الناجمة عن الجفاف. كما أن الترطيب اليومي يعزز قدرة البشرة على مقاومة الاعتداءات الخارجية، مثل التلوث والهواء وتقلبات درجات الحرارة.

لكن لا بد من اختيار كريم الترطيب المناسب لنوع بشرتك. وإذا كانت بشرتك مختلطة أو دهنية، لا تعتقدي أبداً أنك لست بحاجة إلى كريمات الترطيب بسبب الإفرازات الدهنية في بشرتك. على العكس، عليك استعمال كريمات الترطيب الخاصة بنوع بشرتك لترطيبها كما يجب. واعلمي أن نسيان تغذية البشرة أو استخدام منتجات قوية جداً أو كاشطة جداً قد يؤدي إلى ردّ عنيف للبشرة على شكل زيادة إفراز المادة الدهنية.



### جربي:

CHANEL Sublimage L'Extrait

Dior Prestige La Crème Texture Essentielle

The Kind Collective Miracle Glo Skin Serum With Hyaluronic Acid

## القناع المرّم

لا يختلف اثنان على أهمية استعمال الأقنعة المرّمة للبشرة، لأنها تؤثر في أعماق طبقات البشرة، وتحارب الإجهاد والتوتر، وتحمي من الخطوط الرفيعة والتجاعيد، وتحول دون الشحوب والمظهر الباهت. لكن ليس بالضرورة أن تتناسب كل الأقنعة مع مختلف أنواع البشرة، ولذلك من المهم اختيار القناع المناسب تفادياً لتحسس البشرة أو احمرارها أو إجهادها.

- إذا كانت بشرتك دهنية، عليك اختيار الأقنعة الطينية، لأنها تخفّف عيوب البشرة وتمتص الدهون.
- إذا كانت بشرتك مختلطة، عليك اختيار التركيبات المكافحة للعطش لترطيب المساحات الجافة، واختيار قناع آخر بخصائص مطهّرة لتنقية البشرة في مساحة الجبين والأنف والذقن.
- إذا كانت بشرتك جافة، عليك اختيار الأقنعة المغذية التي لا تجفّف البشرة ولا تحتاج إلى غسلها بالماء، وهي عموماً على شكل كريم أو جل.
- إذا كانت بشرتك متقدّمة في العمر، عليك اختيار الأقنعة التي على شكل مراهم مرطّبة، وتحتوي على عناصر مرطبة ومكافحة للشيخوخة بحيث تملأ التجاعيد والخطوط الرفيعة وتحارب مظاهر الشيخوخة.



### جربي:

CHANEL Sublimage Masque Essential Regenerating Mask

Dior Prestige Le Grand Masque

Filorga Meso-Mask Smoothing Radiance Mask

## الوقاية من الشمس

غيوم فصل الشتاء لا تنفي الحاجة إلى استخدام كريم الوقاية من الشمس. فهذا المستحضر يحمي البشرة من الأشعة فوق البنفسجية والتلوثات البيئية التي تتعرض لها بشرتك باستمرار، وعليك بالتالي استعماله في كل فصول السنة. اختاري المستحضر بتركيبة مرطبة، لجعل بشرتك حريرية وحمايتها من العوامل الخارجية المضرة، شرط أن يحتوي أيضاً على نسبة عالية من فلترات الحماية من الأشعة ما فوق البنفسجية UVA و UVB (SPF50 على الأقل). ويُفترض بالكريم الواقي من الشمس أن يحمي البشرة من الجفاف وتكون تركيبته غير دهنية ولا تسبّب البثور أو الحساسية، ومن الضروري أن تكون صيغته مقاومة للماء وتمتصها البشرة في ثوانٍ معدودة.



### جربي:

Dior Prestige Light-In-White

CHANEL Sublimage La Protection UV

# Editor's PICK

هذه اختياراتنا لجمالك هذا الشهر: جرّبناها وأحببناها  
إعداد: جولي صليبا



## DIOR PRESTIGE LA CRÈME TEXTURE RICHE

كريم إصلاح مكثف محارب لعلامات الشيخوخة، وهو مصمم للبشرة الجافة إلى شديدة الجفاف. تبدو البشرة متجددة، كما لو تم إصلاحها على ثلاثة مستويات - في الأعلى والوسط والعمق. كما تساعد تركيبة هذا الكريم ذات التأثير المجدد على إعادة بناء بنية البشرة ووظائفها، مما يساعد على إعادة تكثيفها وتقويتها. ومع تكرار الاستعمال، تبدو التجاعيد ممتلئة وتستعيد البشرة حجمها وتبدو أكثر تناسقا وإشراقا.



## FILORGA HYDRA-HYAL INTENSIVE HYDRATING PLUMPING CONCENTRATE

مرطب معالج مركز للبشرة من فيلورغا، بتركيبة جل غير دبق، غنية بحمض الهيالورونيك ومركب NCEF لترطيب البشرة بعمق، وتقليل ظهور التجاعيد والخطوط الرفيعة، وتعزيز نضارة البشرة.

## CHANEL LA CRÈME MAINS TEXTURE RICHE

مستحضر عناية كامل لليدين والأظافر، يرطب البشرة وينعمها ويفتحها. تمتص البشرة تركيبته الانسيابية بسرعة فتصبح مرطبة لساعات طويلة مع رائحة عطرة جميلة.



LA CRÈME MAIN

CHANEL



## GUERLAIN ORCHIDÉE IMPÉRIALE THE RADIANCE EYE SERUM

مصل مركز لتعزيز إشراق المساحة المحيطة بالعينين وتمليسها وإعادة مظهر الشباب إليها. يعتمد هذا المستحضر على تقنية تنفس الخلايا ويحول البشرة إلى عاكس مثالي للضوء، بحيث تبدو مشرقة ونضرة.



الكاميليا الحمراء هي زهرة ممتلئة وكثيفة ومشرفة. لا تتفاجأ بالشتاء أبداً عندما يتحول الطقس ليصبح شديد البرودة، بل تكشف عن رونقها.

الكاميليا دائماً سابقة بخطوة، حيث تعمل باستمرار لإنتاج سيقان جديدة وأغصان جديدة وأوراق جديدة، وعندما يأتي الشتاء، تظهر معه أزهار جديدة. هنا يكمن جوهر هذا النبات الذي يفرض وجوده ويقاوم الزمن، حتى لفترة طويلة، فقط من خلال النمو والتجديد دائماً. إن النبات الذي غالباً ما نعتبره غير فعال وهشاً بسبب رسوخه، هو في الواقع قوي بشكل مذهل.

# Editor's PICK

## DIOR PRESTIGE LIGHT-IN-WHITE LA SOLUTION LUMIÈRE



مصل معزز لإشراق الوجه بتركيبة مؤلفة من مكونات طبيعية بنسبة 92%. يساعد هذا المصل على ترميم البشرة، وتصحيح عيوبها، وتخفيف الشوائب والبقع الملونة وتحسين الإشراق الطبيعي للوجه. كما أنه يحارب الشيخوخة وعلامات التقدم في السن.

## ELIZABETH ARDEN WHITE TEA EAU DE PARFUM

يجسد هذا العطر متعة الحياة المصممة بدقة. إنه ابتكار حسي يوقظ في داخلك إحساساً عميقاً بالرفاهية. وقد تمّ تطويره لتعزيز الرفاهية بمكونات واعية ومستدامة من الأزهار النقية والنظيفة، مما يأخذك إلى لحظة مُخصّصة لك للاستمتاع بها.



## CHANEL LE BLANC DE CHANEL MULTI-USE ILLUMINATING BASE

مستحضر مذهل يضيء البشرة على الفور مع هالة خفية من الضوء، ويسهل تثبيت مستحضر الأساس لفترة زمنية أطول. متعدد الإستعمالات، بحيث يمكن استخدامه كمستحضر أساس ملون، أو مستحضر مصحح للشوائب، أو مستحضر أساس أو مستحضر إشراق.



## GUCCI SERUM DE BEAUTÉ FLUIDE MATIFIANT, MATTIFYING PRIMER



مستحضر أساس مذهل يبقي المكياج نضراً ومشرقاً لساعات طويلة، وتساعد مكوناته على ترطيب البشرة وتعزيز رونقها. تركيبته ملائمة لكل أنواع البشرة، وكفيلة بالقضاء على اللعان، وتوحيد لون البشرة، وتحضيرها لاستقبال المكياج وجعله يدوم لساعات طويلة.



# Sisley Stylo Correct

## كونسيلر مصحح للشوائب



يعدك المستحضر Stylo Correct من سيسلي Sisley ببشرة خالية من العيوب بفضل تركيبته الشاملة التغطية والقشدية التي تذوب تماما في البشرة. يمنحك هذا المستحضر لمسة نهائية مشرقة مع إخفاء للعيوب، وتخفيف للشوائب، وتصحيح للبقع الملونة.

# Editor's PICK

## BOIS DORMANT CELINE

ابتكر هادي سليمان عطر «Bois Dormant»، وهو عطر «OPUS» الجديد، من مجموعة العطور الراقية من Haute Parfumerie التي تم طرحها عام 2019. وتستكمل هذه المجموعة تقليد مصمم الأزياء المبتكر للعطور «Couturier Perfumer» وبالتالي تحاكي تميز العطور الفرنسية الفاخرة؛ وتضم 11 إبداعاً عطرياً، من خلال إضافة Bois Dormant.



## عطر MISS DIOR من DIOR

عطر استثنائي من ديور أشبه بحديقة غناء لا يمكن الملل من زيارتها. عطر مثالي للمرأة المرحّة والجذابة، إذ تتناغم فيه روائح الأزهار المنعشة مع أساس عطر برائحة المسك الأبيض ليكون التناغم مذهلاً عنوانه السحر الذي لا يقاوم.



## GUERLAIN MAISON MATISSE

تضم مجموعة «لار إيه لا ماتيير» L'Art & La Matière روائح عطرية فريدة جاءت نتيجة الاختبارات المستوحاة من المشاعر التي تثيرها الأعمال الفنية. باستخدام موهبتهم وخبراتهم، يلجأ مبدعو العطور لدى «غيرلان» إلى مواد استثنائية لعرضها وتقديمها بطرق جديدة وابتكار عطور تتجاوز حدود التوقعات العطرية لهذه المواد، الأمر الذي يجعل من العطور فناً.



## CHOPARD IRIS MALIKI

يحتفي هذا العطر الجديد بالمرأة المعاصرة «الملكة» كما يدل اسم العطر، التي تتطلع دائماً إلى الأعلى. يُشكّل هذا العطر باكورة مجموعة جديدة من العطور تحمل اسم شوبارد إمبريال CHOPARD IMPERIALE، ومعه تبدأ حكاية رائعة... على غرار كل عطور شوبارد، استمدّ عطر Iris Malika الوحي من مجوهرات الدار، ليكون الترجمة العطرية لمجموعة مجوهرات امبريال، وهي مجوهرات فاخرة صمّمتها شوبارد للمرأة القوية التي تملك هبة إمبراطورة معاصرة.



## ELIE SAAB GIRL OF NOW نفحات عطرية براقّة

من وحي الحيوية نفسها التي تحفّز مصمّم الأزياء إيلي صعب، يطرح عطر Girl of Now ألوان الحياة بحلّة جديدة ليكشف عن توليفة ينبض قلبها بزهر البرتقال، مع نفحات شراب اللوز التي توحى بالتفاؤل. تستمرّ هذه الحكاية مع رابع تحفة عطرية تنبض بالألوان! سخر العطارون موهبتهم في ابتكار أزهار خيالية تفوق أزهار الطبيعة تميّزًا، وابتكروا زهرة «أورموند» حصريًا لإيلي صعب، التي تخلط بين شذا زهر البرتقال اللطيف واللوز الأبيض المرّ





يشارك في السباق الرمضاني المقبل  
بمسلسل «عملة نادرة» مع نيللي كريم

## جمال سليمان:

السوشال ميديا أصبحت مكاناً لنشر  
الكراهية والانحطاط في المجتمع

حقق نجاحاً كبيراً عام 2022 بمسلسلات «مين قال» و«الاختيار3» و«ظل»، ويشارك في السباق الرمضاني المقبل بمسلسل «عملة نادرة» مع النجمة نيللي كريم لأول مرة، والرابعة فنياً مع «العدل غروب». النجم السوري الكبير جمال سليمان يتحدث لـ «لها» عن مسلسل «عملة نادرة»، ويكشف عن رأيه في العمل مع شركة الإنتاج «العدل غروب»، وكذلك رأيه في النجمة نيللي كريم على المستويين الفني والإنساني، والنجمة جومانا مراد والدراما السورية والحال التي آلت إليها اليوم، كما يتحدث عن ميول ابنه محمد الفنية، وعلاقته بالمسرح والشخصية التي يحلم بتجسيدها فنياً وذكرياته في وطنه سورية، ويفصح عن أسباب تصدّره لـ«التريند» أخيراً وسر مقاطعته السوشال ميديا لفترة معينة.

القاهرة - أحمد إبراهيم

❏ حدّثنا عن كواليس لقاءك الأول بالنجمة نيللي كريم في المسلسل؟

نيللي كريم هي اليوم من أكبر نجومات الوطن العربي، وقدّمت مسلسلات رائعة في السنوات الأخيرة، تألقت من خلالها، وهي: «سجن النساء»، «ذات»، و«ب100 وش» العمل الكوميدي المميز. نيللي كريم ممثلة بارعة وإنسانة طيبة تتعامل بالحسنى مع الآخرين.

❏ قدّمت أكثر من عمل درامي هذا العام، وخاصة في موسم رمضان، ألا ترى أن ظهور الفنان الكثيف على الساحة الفنية قد يحرقه فنياً؟

عموماً أنا لا أحب المشاركة في أكثر من عمل فني، سواء في شهر رمضان أو خارجه، لكن حين قدّمت مسلسل «مين قال» في رمضان الماضي، لم يكن مخططاً له أن يُعرض في ذلك الموسم، ومع ذلك أحبّه الجمهور كثيراً، وكان مقرراً عرضه على منصة «شاهد» و«إم بي سي مصر»، ومسلسل «ظل» عُرض على محطات فضائية عربية عدة، أما المسلسل الأخير «الاختيار3»، فقد كان مفاجأة

❏ تشارك في السباق الرمضاني المقبل بمسلسل «عملة نادرة» مع «العدل غروب»، كيف ترى تعاونك معهم فنياً؟

أرى أن العمل مع شركة إنتاج «العدل غروب» ممتع جداً، لأنها تحرص على تقديم فن بمستوى عالٍ للجمهور، وهذا المسلسل هو رابع تعاون لي معهم في مسيرتي الفنية، فقد قدّمتنا معاً خلال السنوات الماضية أعمالاً درامية ناجحة، ولا يزال يتذكرها المشاهدون، وهي: «قصة حب» و«الشوارع الخلفية» و«سيدنا السيد». وهذه الأعمال شكلت إضافة كبيرة إلى رصيدي الفني، كما أن مسلسل «عملة نادرة» هو التعاون الثاني بيني وبين الدكتور مدحت العدل بعد مسلسل «قصة حب».

وفي الحقيقة، أستمتع بتجسيد شخصيات من أعماله الدرامية لأنها تحمل دائماً رسائل اجتماعية وإنسانية، إلى جانب المتعة والتشويق، لذلك أنا سعيد بتعاوني مع هذه الشركة وأتمنى أن ينال مسلسل «عملة نادرة» إعجاب المشاهدين ويحقق نجاحاً باهراً خلال عرضه في شهر رمضان المقبل.

❏ نيللي كريم  
من أبرز النجمات  
وأستمتع بالعمل مع  
«العدل غروب»

❏ فيلم «الكاهن»  
أضف إلى رصيدي  
الفني رغم عدم  
نجاحه جماهيرياً

باحتراف من الناحيتين الفنية والإنتاجية؛ وسعدت كثيراً بها، علماً أن النجاح الجماهيري ليس دائماً الفصيل للحكم على الأعمال الفنية، فقد شاهدنا عدداً من الأفلام السينمائية التي حققت نجاحاً كبيراً رغم مستواها المتواضع، والعكس صحيح بحيث تابعنا أعمالاً سينمائية كانت جيدة فنياً ولم تحقق النجاح الجماهيري المتوقع. أما فيلم «الكاهن» فأعتبره إضافة إلى رصيدي الفني أو إلى صناعة السينما المصرية، لأنه تطرّق إلى موضوع حديث ومعاصر، وهو إتاحة معلوماتنا الشخصية كمواطنين من خلال الإنترنت والسوشيال ميديا، حتى مراسلاتنا العائلية والاجتماعية وأسرارنا الخاصة باتت موجودة على «سيرفرات» لأشخاص معينين في العالم، ومن يملك هذه المواقع يملك العالم بأسره، لذلك كان موضوع الفيلم جريئاً ومهمّاً، ولا شك في أن هناك دولاً تتصارع من أجل الحصول على هذه المعلومات؛ وثمة أمر مهم لا ينتبه إليه الناس العاديون، لكنه خطير للغاية، وهو أن من يملك كل هذه «السيرفرات» لديه كل المعلومات وقادر على التخطيط والتلاعب بمصائر الناس.

**يشهد المسرح في الفترة الحالية انتعاشة كبيرة، وعاد إليه نجوم كثير، ألا تفكر في تقديم عمل مسرحي في عام 2023؟**

أحنّ دائماً إلى المسرح وسعيد للغاية بانتعاشته في الفترة الحالية، فالمسرح فن عظيم وكان شبه منسي في فترة زمنية معينة، لذلك أتمنى أن أخوض تجربة مسرحية، سواء كممثل أو مخرج، فقد درست الإخراج المسرحي في الماضي، لكن أحب الظهور على المسرح بعمل يناسبني، فالمسرح ليس فقط خشبة يقف عليها بعض الممثلين، بل هو بالنسبة إليّ أكبر من ذلك بكثير.

**تصدّرت أخيراً «التريند» حين نشرت صورة جمعتك مع عائلتك في السويد، ما تعليقك؟**

تفرّق العائلات السورية وانتشارها في عدد من دول العالم أصبَحَ أمراً في غاية الأهمية، فالعائلة الواحدة تشتت أفرادها في بلدان مختلفة، وفي أحيان كثيرة يعجز هؤلاء عن رؤية بعضهم البعض لعدم قدرتهم على عبور حدود دول معينة على سبيل المثال، لذلك حصلت منذ فترة وبصعوبة كبيرة على تأشيرة دخول إلى دولة السويد لمدة أسبوع فقط، حيث كنت عضواً في لجنة تحكيم «مهرجان مالمو السينمائي»، وكانت بالنسبة إليّ فرصة ثمينة لأرى أشقائي الثلاثة الذين يعيشون في السويد، علماً أن لي شقيقاً آخر يقيم في الكويت، وشقيقة في الدنمارك وأخرى في الإمارات،

بالنسبة إليّ، وشاركت فيه ضيف شرف، وحقق انتشاراً في مصر والوطن العربي.

**أعمالك الفنية تتنوع بين الطابع الصعيدي والوطني والاجتماعي... ما هي المعايير التي تختار على أساسها هذه الأعمال؟**

على كل ممثل أن يستفيد قدر الإمكان من الظروف التي تتيحها له صناعة الفن المحكومة باتجاهات معينة كي يقدّم أفضل ما عنده. أحياناً، تُعرض عليّ أعمال من نوع معين، فأخاف أن أصبح أسير هذه النوعية حتى لو شعر الكثيرون أنني أحقق نجاحاً فيها، علماً أن بريق النجاح في هذه النوعية من الأدوار سيخفت مع تكرارها المستمر، لذلك أبحث دائماً عن الجديد والمختلف في الأعمال المعروضة عليّ.

**كيف ترى مسلسلات المنصات الرقمية التي حققت انتشاراً في الفترة الأخيرة؟**

بعض هذه المسلسلات كان رائعاً جداً، والمنصات الرقمية استطاعت أن تُحدث تغييراً إيجابياً في صناعة الفن، بحيث أتاحت الفرصة للكُتّاب والمخرجين والفنانين لتقديم مسلسلات مختلفة ومؤلفة من 3 أو 6 أو 15 حلقة، وبالتالي لم نعد مضطرين لسرد أي حكاية درامية في 30 حلقة، حتى وإن لم تكن الحكاية تحتمل أكثر من عشر حلقات لعرضها، وأؤكد أن هناك مسلسلات قصيرة عُرضت في الفترة الأخيرة أمام المشاهدين وكانت مميزة، سواء من حيث الإخراج أو التأليف أو أداء الممثلين، وهذه ميزة تُحسب لمسلسلات المنصات أخيراً.

**هل تشعر بأن الدراما السورية تراجعت فنياً اليوم مقارنة بالماضي؟**

الدراما السورية تعاني مثلما يعاني وطني سوريا بسبب اندلاع الحرب، ومع ذلك تبقى هذه الدراما فخراً للصناعات السورية، لكن رغم الظروف الإنتاجية والتسويقية التي أصبحت صعبة للغاية، يظل هناك كُتّاب ومخرجون وممثلون سوريون يحاولون جاهدين الدفاع عن الدراما السورية وتقديم أعمال فنية جيدة، بحيث يظهر كل عام خلال السنوات الأخيرة عمل أو عملان لافتان، لكن هذا لا ينفي وجود أعمال فنية رديئة المستوى بسبب اقتحام المهنة من عدد من المنتجين الأميين الذين لا يملكون أي طموح فني، وتقديمهم أعمالاً فنية تسيء إلى هذه الصناعة.

**شاركت في فيلم «الكاهن» عام 2022، لكنه لم يحظ بالنجاح المتوقع رغم انضمام نجوم كبار إليه مثل إياد نصار وحسين فهمي وحمود حميدة، ما تعليقك؟**

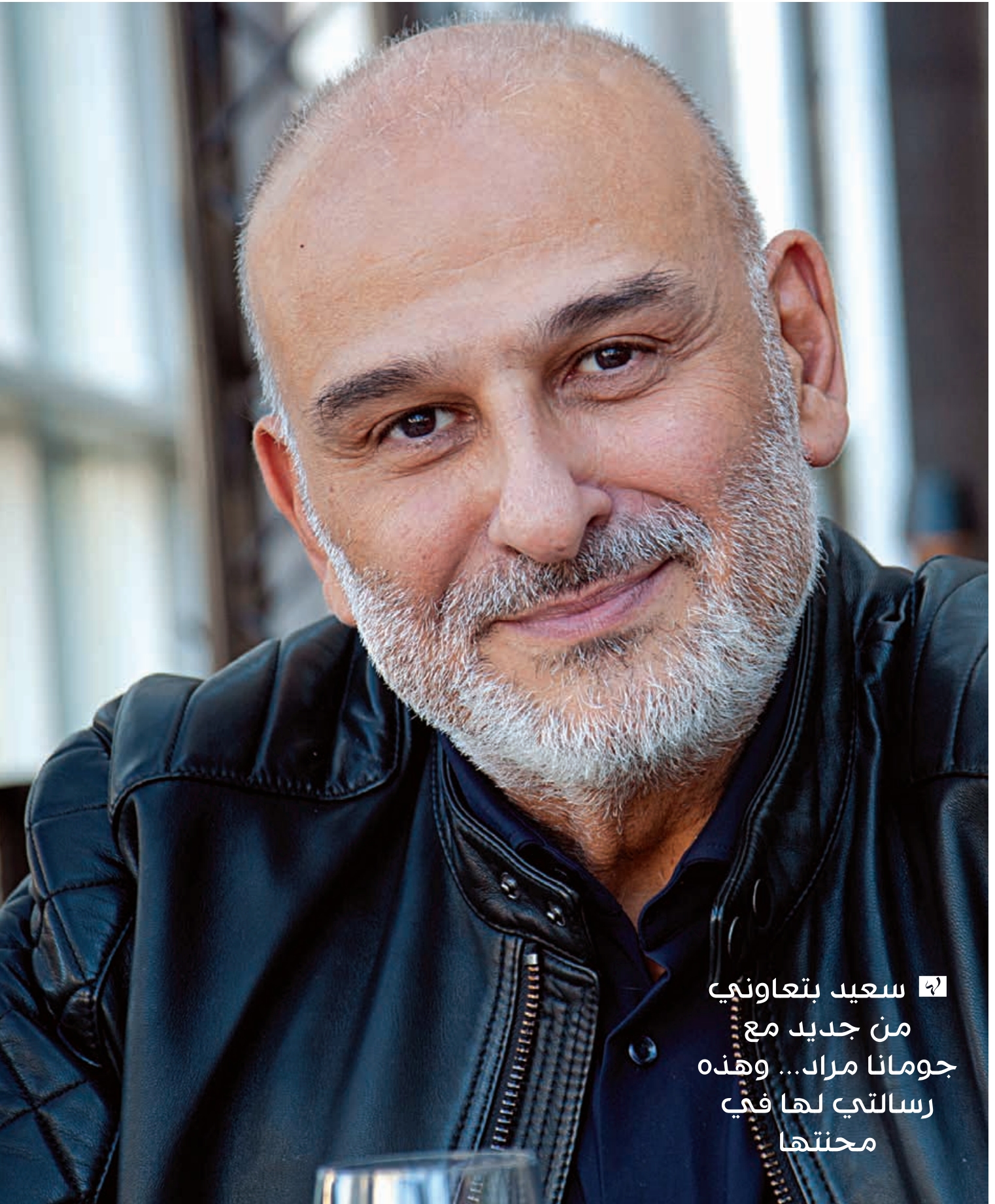
أرى أن تجربة فيلم «الكاهن» جيدة وقُدّمت

**شعرت بالحنين لرؤية عائلتي بعد انقطاع أربع سنوات... وهذا سبب تصدّري «التريند»**

**لا أنسى ذكرياتي في وطني سورية**



٩٢ أتمنى تقديم  
عمل مسرحي لكن  
بشكل يناسبني



سعيد بتعاوني  
من جديد مع  
جومانا مراد... وهذه  
رسالتي لها في  
محتتها



وحين وصلت إلى السويد سُررت برؤية أشقائي وأولادهم فيها، فأنا لم أرهم منذ أربع سنوات تقريبا، لذلك أعتقد أن اللقاءات العائلية الخاصة بالفنانين تلامس مشاعر الجمهور، حيث إن كثيرا من العائلات تتلهف للقاء أحبائها الذين يعيشون في الغربية، ولذلك شدت صورتني مع عائلتي في السويد اهتمام الكثيرين وتصدّرت «التريند» حين نشرتها عبر حسابي في «إنستغرام».

#### ❏ كيف مر عليك عام 2022؟

هذا السؤال صعب للغاية بالنسبة الى أي مواطن سوري، فمهما كانت النجاحات كبيرة فيها على المستويين الشخصي والفني، إلا أن هذا لا ينفي حقيقة أن المواطنين السوريين يعيشون مأساة كبيرة، لأن مقومات الحياة الأساسية لم تعد موجودة، وهاجر الكثير من السوريين الى دول العالم، ولم يعودوا يعلمون ما إذا كانوا سيكملون بقية حياتهم في بلاد الاغتراب أم سيعودون الى وطنهم الأم، كما لا يمكننا أن ننسى المناسبات الجميلة التي عشناها في سوريا، فالإحساس بفقدان الوطن محزن للغاية، ولا شيء يعوّض عن الوطن، حتى أبنائنا الذين لا نعرفهم نرى دائما مآسهم في الحياة البُعد عن الوطن عبر السوشيال ميديا، وأنا جزء من هذه المأساة.

#### ❏ هل قبلت اعتذار الفنانة السورية ميريام عطاالله بعد هجومها عليك أخيرا بسبب موقفك الوطني السوري؟

بصراحة، لم أنفث الى حديثها ولا يهمني اعتذارها، فهذه الأمور لا تعنيني من الأساس وخارج نطاق اهتماماتي.

#### ❏ هل تتمنى تقديم شخصية معينة في العام الجديد؟

لطالما حلمت بتقديم شخصية العلامة والقاضي وصاحب نظرية علم الاجتماع السياسي «ابن خلدون»، لأن حياته في ذلك الوقت كانت مشوّقة ومثيرة جدا، ويمكن أن نعلم منها دروسا كثيرة تفوق التصوّر، وأقدمها في مسلسل عظيم بغض النظر عن أن المسلسلات التاريخية تُقدّم دائما من وجهة نظر الملوك والأمراء وقادة الجيوش، لكن جميل أن نقدّم مسلسل «ابن خلدون» من وجهة نظر أنه شخص استطاع تأسيس علم التاريخ والاجتماع والسياسة، ذلك أنه يرى هذه الأمور من منظور معين، بالإضافة إلى أنه بعد انقضاء شهر رمضان سيتم الانتهاء من النسخة الثالثة لنص إدريس السنوسي؛ وسأبدأ بتصوير شخصية الملك الليبي إدريس السنوسي التي أقدمها فيه، وسيكون من الأعمال الفنية المهمة بالنسبة إليّ.

#### ❏ كيف تتعامل مع السوشيال ميديا على

#### المستويين المهني والشخصي؟

السوشيال ميديا سهّلت أموراً كثيرة في الحياة، بحيث أصبحنا اليوم قادرين على التواصل مع جميع الأشخاص في أي مكان في العالم، ففي الماضي كنا نضطر للسفر خارج البلاد من أجل عقد اجتماع عمل، أما حاليا فيمكننا القيام بذلك من خلال «فيديو كول» أو تطبيقات لتبادل الأفكار المختلفة، وهذه من إيجابيات السوشيال ميديا، أما سلبياتها فتكمن في أنها أصبحت مكانا لنشر الكراهية والانحطاط في المجتمع، لذا قاطعت في فترة معينة مواقع التواصل الاجتماعي لأنني قررت أن أستمّر في محبّتي للناس، وذلك بعدما شعرت أنني لو بقيت ناشطا عليها فستحدث بيني وبين بعض الأشخاص خصومات، وبالتالي ستصبح نظرتي إليهم سلبية، فابتعدت عنها لفترة ثم عدت لاستخدامها تدريجا، لأنني أعي جيدا ما الذي يهمني فيها.

#### ❏ هل لدى ابنك محمد ميول فنية، خاصة أنه لفت النظر بعد ظهوره معك أخيرا في إحدى المناسبات؟

محمد يحب الفن، لكن ميوله الفنية لم تتبلور بعد، فمادة المسرح أساسية في دراسته وهو يهتم بها كثيرا، وأحيانا يُطلب منه كتابة مسرحيات صغيرة، فأشاركه في كتابتها، وقد كتبنا أخيرا مسرحية عن شاب كان يحلم بأن يصبح فنانا تشكيليّا، ومثله الأعلى في الحياة هو الرسام الإسباني الشهير سيلفادور دالي، وهو يستحضره في خياله ويدور بينهما حوار طويل... كانت مسرحية صغيرة مميزة تحدث عن كيفية رؤية الفنان للواقع. كما يهتم ابني بعمل أبحاث معينة، وكذلك بالتاريخ والعلاقات الدولية والأمم المتحدة.

❏ ما هي رسالتك للنجمة السورية جومانا مراد، لا سيما أنكما تتشاركان في مسلسل «عملة نادرة» بعد مضي 18 عاما على آخر عمل قدّمتهما معا؟  
أولا، أعزّي جومانا بوفاة والدها نهاية العام الماضي، وأدعو الله أن يُلهمها الصبر في هذه المحنة، وقد التقيت بها منذ 18 عاما في مسلسل «الخيوط الأبيض»، وسعيد بتعاوني معها للمرة الثانية في مسلسل «عملة نادرة» الذي سيُعرض في موسم رمضان المقبل.

#### ❏ هل تفضل أماكن معينة للسفر؟

أحب السفر الى الدول الأوروبية في فصلي الشتاء والخريف، لأدني أعشق رؤية أوراق الشجر وهي تتساقط في الشوارع، أما في الصيف فأحب الذهاب الى أي مدينة تطل على البحر، كما أعشق السفر الى دبي كل فترة فأراها عجيبة ومميزة واستثنائية. ❏

❏ أحلم بتقديم شخصية «ابن خلدون» لكن من وجهة نظر مختلفة

❏ لهذه الأسباب قاطعت السوشيال ميديا لفترة معينة





## عائلة وديع جورج وسوف

### تروي لـ«لها» تفاصيل الفاجعة ورحيل «الحنون»

لربما احتاجت الأسطورة الى ذروة تراجيدية كي تكتمل، فتصبح مأساةً انسانيةً تتخطى حدود الفن والصوت والنجومية والشهرة الجماهيرية، بل حتى خطوط الحزن الأسود. بعد أيام قليلة على احتفاء أبرز نجوم العالم العربي بضيف الشرف في حفل «تريو نايت الرياض»، الفنان الكبير جورج وسوف، خسر الأخير نجله الأكبر وديع بفاجعة طاولت الجميع، ابتداءً من العائلة وصولاً إلى قلوب ملايين المحبين في العالم العربي. مصيبة جديدة تثقل كاهل «السوف» الذي شق طريقه بدايةً من «طفل معجزة» إلى ظاهرة فنية استثنائية لا مثيل لها، قبل مروره بمرحلة تغيّر الصوت، ثم معاناته من أزمات صحية متتاليةٍ من جلطات إلى شلل في بعض الأعضاء، من دون أن يخسر وهجه... كل ذلك جعل المصيبة جامعة من المحيط إلى الخليج، إلى درجة تلاوة القرآن الكريم في الكنيسة خلال مراسم العزاء.

بيروت - أمين حمادة

#### رجل وديع...

توقف قلب الشاب وديع عن عمر ناهز 39 عاماً يوم الجمعة الماضي في مستشفى «مار يوسف»، الذي دخله بسبب معاناته من مضاعفات بعد عشرة أيام من خضوعه لجراحة تكميم المعدة. قبل ذلك، كان الراحل في صدد السفر رغم شعوره ببعض التوعك، فأصرت عليه والدته شاليمار شلي لعمل فحوص طبية للاطمئنان على صحته، ففعل ليُصدم بوجود نزيف داخلي استدعى استغاثة فنانين كثر لطلب التبرّع بالدماء له، ولكن جسمه لم يتحمل المضاعفات فدخل في غيبوبة لساعات قليلة قبل وفاته. سارع الفنانون إلى الوقوف بجانب جورج وسوف في مصابه الأليم، ابتداءً من مراسم العزاء في كنيسة القديس نيقولاوس للروم الأرثوذكس في العاصمة اللبنانية بيروت، حيث حضر نقيب الفنانين اللبنانيين نعمة بدوي، والنجوم: وليد توفيق وماجدة الرومي ونجوى كرم وهيفاء وهبي ونانسي عجرم ومايا دياب



وعلي الديك ومعين شريف ورامي عياش ووائل جيسار وغيرهم الكثير... لوداع الراحل قبل نقل جثمانه إلى مسقط رأسه في قرية كفرون السورية، حيث ووري الثرى يوم الأحد الماضي في تأبين شعبي حاشد وجنازة مهيبه، تحوّل فيها بشكل سوريالي وعاطفي الفقيّد إلى «عريس»، والمآتم إلى عرس حزين.

### العائلة تستذكر وتروي ما حصل مع «الحنون»

قالت سوسن شقيقة جورج وسوف في حديث لـ«لها»: «لا أذاق الله هذه الحرقة لأحد من عباده، ولكن ما يصبرنا بعض الشيء هو إيماننا بأن وديع قد ذهب إلى مكان أفضل، ونسأل الله المزيد من الصبر لتحمل هذا المصاب الأليم».

وعن تفاصيل مجريات الأحداث التي سبقت وفاة وديع وسوف، أوضحت سوسن أنها لازمتها في المستشفى خلال الأيام الأخيرة، حيث توقّف قلبه قبل أن ينبض من جديد، ولكن بدخوله في غيبوبة، ثم توقّف قلبه ثانية بعد ساعات قليلة، قبل نوبة قلبية ثالثة دهمته في المساء وأنهت نبضه للمرة الأخيرة، «ليوقف قلوبنا جميعاً معه»...

وأضافت باكية: «هذا نصيبه، عمره انتهى، وفاته كسرت ظهورنا». وتحدثت العمّة المكلمة عن صفات ابن شقيقها، مشدّدة على ميزة الحنان لديه إذ قالت: «حنون مع والده، حنون معنا، حنون مع الجميع، رحيله حرقنا».

وأست سوسن وسوف ببعض الكلمات التي واست بها شقيقها: «صبرك الله يا أخي يا نور عيوني، فأنت لا تستأهل هذا الجرح الكبير، ولكن الله قدر وما شاء فعل، هذه حكمته». وبدوره، عبّر الفنان والعاازف جودي وسوف ابن شقيقة جورج وسوف عن صدمته بوفاة ابن خاله، لا سيما لقربهما من بعضهما البعض وتواصلهما الدائم بسبب عزفه مع فرقة «سلطان الطرب» الموسيقية لسنوات طويلة. وقال جودي متحسراً: «نحن كلنا وديع، بالنسبة إلينا، وديع لم يمُت، بل هو حي في قلوبنا، رغم أنه كسر قلوبنا جميعاً، لم أعد أعرف ماذا أقول... انتهى الكلام».



### ماذا يقول الطب؟

إن عملية تكميم المعدة أو الـ Sleeve ليست ضمن فئة العمليات الجراحية الخطرة والمعقّدة بالمبدأ، ولكنها رغم بساطتها تجعل المريض أحياناً عرضة لمضاعفات لا يُستهان بها، على غرار النزيف الذي قد يحدث بنسبة واحد من مئتي مريض، وغالباً ما يحتاج المصاب إلى نقل الدم، وقد يؤدي فقدان نسبة معينة من الدم إلى الدخول في غيبوبة غير مستعاضة غالباً. ولتلافي هذا الاحتمال، يؤكد الأخصائيون أن على المريض الخضوع لفترة مراقبة طبية قد تصل إلى ستة أشهر، واتباع التعليمات الصحية بدقة، كالابتعاد عن التدخين إذا كان المريض مدخناً، والالتزام بحمية غذائية صارمة وترتكز على السوائل والتعدّد خلال الأسابيع الأولى من الجراحة.

ويشير أخصائيو جراحة السمنة إلى خطر آخر يحدث بنسبة واحد في المئة في الجراحة التي تحوّل المعدة من مخزن إلى مجرد أنبوب أو ممر للطعام، ويتمثل هذا الخطر بحدوث تسريبات غير مسيطر عليها في مناطق التدبيس (الخطوط الأساسية). وهذا التسرّب يجب أن تتم إدارته من جانب جراح السمنة المتمرس، من خلال قسطرة مع USG ووضع دعامة بارييتية مع التنظير الداخلي.

### من هو وديع جورج وسوف؟

وصف جورج وسوف ابنه البكر في تصريحات إعلامية سابقة بالقول: «هيذا دمعة عيني، هيذا حبيب القلب من جوا، هيذا الحنين تبعي، هيذا الغالي وديع... أنا أبو وديع». وحظي الراحل بمكانة خاصة لدى والده، فهو أول العنقود في ذريته، وساعده الأيمن، بخاصة في السنوات الأخيرة، إذ شدّ عضده في أزماته الصحية ولازمه في كل حفلاته وأعماله.

تخرّج وديع في الجامعة اللبنانية- الأميركية في بيروت عام 2005 ونال شهادة في التسويق وإدارة الأعمال، ثم أسس شركته WW لتنظيم الأحداث الفنية، ولكن بسبب ضعف سوق العمل في لبنان، اضطر وديع للسفر إلى قطر حيث عمل باختصاصه في عدد من الشركات الكبرى، إضافة إلى إدارته قسم الترفيه في عمله الأخير في شركة A2Z Media، فغنى له «الوسوف» حينها أغنية «أصعب فراق».

وأقام وديع جورج وسوف منذ سنوات عدّة علاقة عاطفية مع الفنانة رولا شامية، لم يرض عنها والده، لأن الأخيرة تكبّر نجله في السنّ 12 عاماً.

👤 وصف جورج وسوف ابنه البكر بالقول: «هيذا دمعة عيني، هيذا حبيب القلب من جوا، هيذا الحنين تبعي، هيذا الغالي وديع... أنا أبو وديع»



موظفون سعوديون يعيشون يومياتهم داخل مكتب شركة «طرده» للخدمات البريدية، حيث تدور مواقف طريفة بينهم، ضمن أول نسخة عربية من السلسلة الكوميديّة العالمية الشهيرة «المكتب» (THE OFFICE)، من إنتاج «استوديوهات MBC»، وبطولة: صالح أبو عمرة وسعد عزيز، وإشراف على الكتابة عبد الله الظهران، وإخراج هشام فتحي MBC1. ترصد الأحداث قصة مكتب في الرياض، يديره «مالك الطوفي»، المدير النرجسي الفظ والمصدر الرئيس للدراما، والذي يؤدي الى وضع نفسه والموظفين في مواقف محرّجة بسبب كلامه وتصرفاته الغريبة. في موازاة هذه الشخصية، نتعرف إلى

# موظفون سعوديون مع مدير غريب الأطوار يجمعهم «المكتب»



موظفين على خلاف طبائعهم، ومنهم «ريان» آخر الموظفين المنضمين إلى المكتب، و«نضال» موظف المبيعات الجاد والطموح، والمستعد لفعل أي شيء لنيل رضا المدير، و«بسمة» الشابة الخجولة التي تعاني من تسلط شقيقها الذي يعمل في مستودع الشركة، وغيرهم الكثير. المدير بالذكر أن «المكتب» من بطولة كل من: صالح أبو عمرة، سعد عزيز، نواف الشبيلي، فهد البتيري، ريم منصور، مريم عبد الرحمن، هناء الصومالي، ياسين غزّاوي، هاشم هوساوي، ثامر حمد، محمد هلال، أوس شازال، هند الصايغ، ثامر الحربي، متعب الغمبزي وآخرين.





# صالح أبو عمرة:

## نقدّم مسلسل The Office العالمي بفورمات أجنبية لكن بنكهة سعودية

يتصدّر المسلسل البريطاني الشهير The Office في نسخته العربية محرّك البحث «غوغل» منذ بدء الحديث عن الشراكة التي تم توقيعها بين mbc studios والـ bbc وصولاً إلى بدء عرضه، لا سيما أن هذه النسخة هي الثانية عشرة بعد نسخ عالمية عدة من بينها الأميركية والكندية والألمانية والفرنسية والهندية، والتي حققت كلها انتشاراً واسعاً حول العالم.

### فرح جهمي

تدور أحداث مسلسل «المكتب» المؤلّف من 20 حلقة، في إحدى شركات خدمة البريد السريع في المملكة العربية السعودية بدلاً من شركة لتسويق الورق في إطار كوميدي اجتماعي يحاكي المجتمع العربي والخليجي بكل تفاصيله، حيث تمكن الكاتب عبدالله الظهران من تحويل العمل من الفورمات الأجنبية إلى العربية، مركزاً على خصوصية المجتمع الثقافية لناعية الجرأة والمواقف الكوميديّة وتقديمها بقالب خاص يناسب المجتمعين السعودي والعربي على حدّ سواء.

وتشارك في النسخة العربية مجموعة من النجوم السعوديين تحت إدارة المخرج المصري هشام فتحي، الذي اشتهر بأعمال كوميديّة عدّة، منها مسلسل «خلصانة بشياكة»، ويجسّد النجم صالح أبو عمرة شخصية «مالك» مدير الشركة ضمن أحداث المسلسل، وهو الدور الموازي الذي قدّمه النجم العالمي ديفيد برنت في النسخة البريطانية، والنجم مايكل سكوت في النسخة الأميركية.

### التحدّي هو الدافع الأول لقبولي بدور «مالك»

وتحدّث النجم السعودي صالح أبو عمرة في لقاء مع «لها» عن شخصية «مالك» التي يقدّمها في مسلسل «المكتب»، فقال: «أكثر ما جذبني لتقديم هذا الدور هو التحديّ الموجود فيه، فأنا أقدم شخصية موازية لشخصيات سبق أن قدّمت في نسخ عالمية أخرى، أمر يحمل الكثير من التحدي بالنسبة لي أيّ ممثل». وأضاف: «شعرت في البداية بالكثير من الخوف والقلق بشأن كيفية تقديم هذا الدور، وكنت متردداً لفترة من الوقت، ولكن كان لا بدّ من أن أتحدى بالجرأة الكافية لأجسّد هذه الشخصية مهما تباينت الآراء حولها أو عُقدت مقارنات بين ما سأقدّمه في النسخة العربية وباقي النسخ العالمية، ففي النهاية أنا ممثل وعليّ تقديم كل الأدوار التي أُرشح لها، وأن أبذل قصارى جهدي لأنقل صفات الشخصية المرسومة وأنفذ كل المطلوب مني وأضيف من شخصيتي لأقدّم الدور بأفضل صورة.

وبالتالي فهذا النوع من التحديّ هو أول ما جذبني للدور، وأنا سعيد بهذه الشخصية، وإلى الآن أغلب الآراء حولها جميلة وإيجابية».



## بِمَ تختلف النسخة السعودية عن تلك الأصلية؟

أما بالنسبة إلى اختلاف النسخة السعودية من المسلسل عن باقي النسخ التي قُدمت في السابق، فقد أوضح النجم السعودي أن «العمل عبارة عن فورمات تتشابه إلى حد كبير مع النسخ الثانية التي قُدمت حول العالم، لكن من الضروري أن يتخلل مجريات الأحداث والحلقات المتتالية للعمل بعض الاختلاف الذي يحمل اللمسة السعودية، لناحية النكتة السعودية والطريقة السعودية. وفي النهاية، العمل عبارة عن فورمات محدّدة، يُصار عادةً إلى تنفيذها ونقلها كما هي مع إضافة بعض اللمسات الثقافية الخاصة بالمجتمع الذي يعيد تقديم العمل. وفي حالة مسلسل «المكتب» بنسخته العربية، تمت إضافة اللمسة السعودية إلى مجريات الأحداث، مع الأخذ في الاعتبار ضرورة أن تكون الأحداث والمشاهد المقدّمة هي نفسها في النسخة الأساسية تقديراً لهذه النسخة ولصنّاعها الأصليين، وبالتالي يتم التغيير في تفاصيل جانبية داخل الحلقات. علماً أن الحلقات المقبلة من العمل ستحمل شكلاً أكثر قرباً من المجتمع السعودي والنكتة السعودية».

## الدمج والموازنة لجذب انتباه المشاهد الخليجي

وحول المعايير الأساسية في النسخة المعرّبة لجذب انتباه المشاهد الخليجي والعربي، أشار أبو عمرة إلى «أن فريق العمل حاول التوفيق بين النسخة الأجنبية وتقديمها بالطريقة العربية والخليجية تحديداً. وأعتقد أن هذه الموازنة موجودة في المسلسل، وقد تظهر بشكل متفاوت بين الحلقات، بحيث تزيد في حلقات وتقل في أخرى، ولكن بشكل عام المعايير تركز على الدمج والموازنة بين تنفيذ عمل عالمي بكامل أحداثه وإنما بطريقة سعودية. وبالتالي فمن الضروري المحافظة على الشكل العام للعمل الأصلي واحترام صنّاعه، وفي الوقت نفسه أن تكون مجريات الأحداث خفيفة ولطيفة وغير مبتذلة أو صعبة الفهم بالنسبة إلى الجمهور». وأضاف: «التوفيق بين النسختين الأجنبية والعربية كان يحتاج إلى طول تفكير والكثير من الدقة، وبالتالي فالمعيار الأساسي لجذب المشاهد الخليجي والعربي يرتكز في الدرجة الأولى على الدمج بين النسختين وتقديمها ببساطة، وجعلها أقرب إلى المجتمع السعودي لتشبهه أكثر. ونحن سعيًا لتقديمها بشكل لطيف».

## الهاجس الأساسي في تقبّل المشاهد العربي للإحداث

وعن الصعوبات التي واجهها لتقديم عمل عالمي مشهور بنكهة سعودية، أكد الممثل السعودي صالح أبو عمرة قائلاً: «ما عشته لا اعتبره صعوبة، ولكن أن تقدّم عملاً سبق للمشاهد أن رأى النسخة العالمية منه فأنت أمام تحدٍّ كبير لجعل الناس يحبّون ما تقدّمه، وهذا كان أكبر هاجس أفكر فيه طوال الوقت حول إمكانية أن يقتنع المشاهد العربي بالأحداث، وبأنه أمر عادي أن تكون هناك نسخة عربية ناجحة من النسخة العالمية. أما باقي الأمور فأعتقد أنني في أغلب الوقت كنت أركز على شخصيتي وأدرس كل تفاصيلها وأبحث وأقرأ المزيد في النسخ العالمية الأخرى التي قُدمت قبل سنوات، أي كنت أقوم بواجبي في العمل وأنفذ كل ما يطلب مني». واختتم أبو عمرة حديثه موضحاً: «لا أعتقد أنني عشت ما يمكن وصفه بالصعوبات لناحية تقديم شخصية «مالك»، ولكن أكبر صعوبة تمثّلت في الخوف من نظرة المشاهد العربي للدور العالمية المقدّمة بالنسخة العربية وتقبّله لها من دون أن يقارن بينها وبين باقي النسخ العالمية، خاصة أن أغلب الناس لا يعلمون أنه إلى جانب النسختين الأميركية والبريطانية، هناك ما يفوق التسع نسخ من مسلسل the office، وأعتقد أن هذه هي الصعوبة الأكبر في هذا العمل». يُذكر أن العمل الأصلي من مسلسل «المكتب» كتبه وأخرجه الممثلان الكوميديان البريطانيان ريكي جيرفيس وستيفن ميرشانت، ويؤدي الشخصية الرئيسية في النسخة العربية الممثل السعودي صالح أبو عمرة، حيث يلعب دور «مالك آل-التوفيقي»، ويشاركة في تقديم باقي الشخصيات عدد من النجوم، بينهم: فهد البطيري، نواف الشبيلي، سعد عزيز، أضواء فهد، رزان منصور، ريم بساطي، هشام هوساوي وآخرون.

👉 أبو عمرة:  
لا أعتقد أنني عشت  
ما يمكن وصفه  
بالصعوبات لناحية  
تقديم شخصية  
«مالك»



## المخرج هشام فتحي:

### مسلسل The Office يقدم شكلاً جديداً عن المجتمع الوظيفي في المملكة بإطار كوميدي خاص

بعد النجاحات التي حققها في أعماله المصرية، تمكن المخرج هشام فتحي من تقديم مسلسل The Office العالمي بنسخته السعودية من خلال مجموعة من الممثلين الشباب السعوديين، ونجح في تصدر «التريند» على السوشيال ميديا، حيث يحظى المسلسل المعرب باهتمام كبير من الجمهور الخليجي والعربي، الذين يتابعون يوميات أبطال العمل بدقة ومنتظرون بشغف المواقف الكوميدية التي تحصل في ما بينهم.

#### فرح جهمي

ونجح المخرج المصري بمساعدة الكاتب عبدالله الظهران والعضو المنتدب لاستديوهات MBC زينب أبو السمح في اختيار الممثلين المناسبين لتقديم الشخصيات العالمية التي انتشرت مع النسخة البريطانية الأصلية وإعادة تقديمها قبل سنوات بنسخ عدة، منها الأميركية والفرنسية والهندية. وتمكن بعدها من تحويل الفورمات الأجنبية إلى العربية مع التركيز على خصوصية المجتمع الخليجي والثقافة السعودية وتقديم العمل بقالب مميز يتقبله المشاهد العربي، لا سيما أن أغلبهم ليسوا غرباء عن أحداث المسلسل الشهير ونجاحه الكبير على مدار عقدين من الزمن. وبالعالم المنتظم والتفكير السليم، تمكن من منح الشخصيات العالمية روحاً جديدة تناسب منطقة الخليج العربي مع التركيز على أحداث العمل الأصلي.

وترصد الأحداث قصة مكتب لبيع الورق في الرياض، يديره «مالك آل التوفي»، الشخصية التي يقدمها النجم السعودي صالح أبو عمرة، وهو مدير نرجسي، فظ والمصدر الرئيس للدراما، والذي يؤدي الى وضع نفسه والموظفين في مواقف محرجة، بسبب كلامه وتصرفاته الغريبة... وكل ذلك في إطار كوميدي اجتماعي. وفي موازاة هذه

الشخصية، هناك الكثير من الموظفين الذين تختلف طبائعهم وصفاتهم في العمل، والتي تعتبر انعكاساً طبيعياً لأي شركة في العالم العربي.

### كاستينغ خاص لجعل الشخصيات من لحم ودم

وتحدّث المخرج المصري في لقاء مع «لها» عن طريقته في اختيار النجوم لاستعادة شخصيات «المكتب»، قائلاً: «أعتقد دائماً أن أكثر من 50 في المئة من نجاح العمل يرتكز على الكاستينغ الخاص بالفيلم أو المسلسل، فذلك يكون مناسباً للشخصيات المكتوبة ويتمكن من تجسيدها لتصبح من لحم ودم»، وأضاف: «الكاستينغ الخاص بالمسلسل استغرق وقتاً طويلاً. دخلت إلى العمل وكانت استديوهات MBC قد بدأت حينها بوضع الخطوط العريضة لاختيار الممثلين المناسبين، ثم اخترت مع فريق العمل الأنسب للأدوار والشخصيات، لا سيما أن القصة عبارة عن فورمات محدّدة بأطر لا يمكننا الابتعاد عن شكلها الأساسي. وأعتقد أننا نجحنا جداً في ذلك، خصوصاً أن في المملكة العربية السعودية جيلاً قادمًا بقوة ولديه شغف رائع بالتمثيل. وفي المحصلة، الاختيار بدا موفقاً رغم أنه كان في غاية الصعوبة، وكان لدينا اختيارات عدة لكل دور، لكن في النهاية وصلنا إلى الشكل المناسب، وأنا شخصياً راضٍ عنه».

### معايير تلامس وجدان الجمهور الخليجي والعربي

وعن الركائز والمعايير التي انطلق منها فريق العمل لنقل صورة تلامس وجدان الجمهور الخليجي والعربي، أوضح فتحي أن «الجزء الأول من المسألة يكمن في القدرة على نقل عمل ناطق باللغة الأجنبية إلى اللهجة السعودية أو المصرية أو غيرهما من اللهجات، فاختلاف اللغة نفسه يجعلك تشعر بإحساس مختلف حول العمل، لا سيما أن المسلسل ليس مدبلجاً، بل الناس هم الناطقون باللغة المحكية بحسب النسخة المقدّمة».

وأضاف: «أما الجزء الثاني من المعايير التي اعتمدها لنقل العمل بالنسخة السعودية فيتمثل بالدخول في المشاكل الحقيقية أو الخاصة بالمجتمع السعودي، والعلاقة ما بين المدير والموظفين داخل الشركة، وما بين الموظف والموظفة في شكل جديد للمجتمع الوظيفي في المملكة، إضافة إلى أننا نتناول ضمن أحداث المسلسل مواضيع حياتية أو نساير الوقت الحالي، سواء من مشاكل أو من مناسبات مثل شهر رمضان والأعياد أو العطلات الرسمية داخل البلد، كما نحافظ في الوقت نفسه على العادات والتقاليد لنوصل الدعابة والحس الكوميدي الفكاهي السعودي بسلاسة، بحيث يمكن المشاهد أن يجد نفسه فيه. وأعتقد أننا كنا نركز على كل هذه النقاط ونضعها نصب أعيننا ونحن نحاول طوال الوقت وضع هذه الإضافات من دون أن نمسّ بالشكل العام للنسخة الأصلية من THE OFFICE، وبدون أن نؤثر في نظرة محبّي المسلسل والشكل المعتادين عليه، لأن العمل عبارة عن فورمات محدّدة بشخصيات مبنية على العلاقات في ما بينها، ونحن نحاول أن نطعم هذا الإطار والشكل بالحس العربي السعودي».

وأردف المخرج المصري بالقول: «الصعوبات التي واجهتها لتقديم عمل عالمي معروف بنكهة سعودية تتمثل بقدرتنا في الحفاظ على الإطار العام الموجود في الفورمات الأجنبية، وفي الوقت نفسه بأن نتمكن من تطعيم هذه النسخة العالمية بالحس السعودي أو الخليجي أو العربي من دون أن يُحدث ذلك أي خلل في الشكل العام للعمل، كأن تتسبب الإضافات في تغيير المسلسل بشكل كامل فنجد أنفسنا أمام أحداث مختلفة عن «المكتب»، وفي هذه الحالة لسنا مضطرين من الأساس لأخذ النسخة الأجنبية وتطبيقها بالعربية. في الحقيقة، حرصنا على الإبقاء على هوية الشخصيات في المسلسل بالنسخة الأصلية كما هي وفقاً للإطار الكامل، ومن ثم بدأنا في إدخال الطعم السعودي والنكتة السعودية، والتي أرى أنها فكاهاة قوية جداً، وقد نجحنا في الوصول إلى هذه التوليفة ضمن مجريات العمل».

### الجديد الذي سيقدّمه «المكتب» بنسخته السعودية

أما عن الجديد الذي سيقدّمه «المكتب» بنسخته السعودية للمشاهد، فلفت فتحي إلى أن «هذه النسخة ستدفع المشاهد الذي لا يعرف المسلسل ولم يشاهد أبداً من نسخته السابقة إلى أن يراه الآن بنكهة سعودية عربية ويتفاعل معه. وأعتقد أن إمكانية جذب قطاع كبير من المشاهدين العرب لرؤية العمل المعروف عالمياً للمرة الأولى قد تثير حشريتهم لمشاهدة النسخة الأصلية منه».

وأضاف فتحي في حديثه عن الجديد الذي يقدمه العمل قائلاً: «المكتب» سيتيح أيضاً الفرصة للمشاهدين لرؤية المجتمع الوظيفي السعودي بشكل مختلف، وبالتالي رؤية شكل جديد من الضحك الخاص بـ theoffice، وهو في الأساس مختلف قليلاً عن ذلك الموجود في الوطن العربي، والذي غالباً ما يكون قائماً على السخرية طوال الوقت، وعلى المواقف التي تحصل بين بيئة العمل، وهذا النوع من الكوميديا نفتقد في بيئتنا العربية، لذلك سيرى المشاهد في مجريات المسلسل هذا التغيير في الحس الكوميدي وستظهر ردود فعلهم مع الوقت».

### هل سيتقبّل الجمهور الإضافات المختلفة عن النسخة الأجنبية؟

واختتم هشام فتحي حديثه بالقول: «في العادة لا أحب أن أتوقع ردّ فعل الجمهور على أي عمل أقدمه، ولكن قد ينتقد بعض محبّي النسخة الأصلية من المسلسل الكوميدي العمل الجديد ولن يتقبلوه أو يحبّوه... وأعتقد أنهم سيعترضون على الكثير من التفاصيل المضافة إلى الأحداث العالمية، وربما يعتبرون ما نقدّمه غير لائق، ولكن رغم كل ذلك لدي إحساس بأن هناك العديد من الإضافات القوية في النسخة السعودية والتي قد تتفوّق على النسخة الأجنبية. وأظن أن الجمهور سيرى العمل بعين مختلفة. وبكل تأكيد أنا أتمنى النجاح للمسلسل، لأن كل الممثلين وفريق العمل وفريق الإنتاج عملوا بإخلاص ومحبة وتعجبوا لإخراج عمل متقن يليق بالمشاهد العربي».

هشام فتحي:

العادة لا أحب

أن أتوقع ردّ فعل

الجمهور على أي

عمل أقدمه، ولكن قد

ينتقد بعض محبّي

النسخة الأصلية من

المسلسل الكوميدي

العمل الجديد ولن

يتقبلوه أو يحبّوه



# جويس فارس:

## المسلسلات الرمضانية بمعظمها دون المستوى

تحقق الفنانة اللبنانية جويس فارس حضوراً بارزاً في الموسم الجديد من خلال ظهورها في أكثر من عمل درامي من أنواع مختلفة، بالتزامن مع اتخاذها خطوة سعيدة على الصعيد الشخصي، إذ أعلنت منذ أيام قليلة خطوبتها إلى شريك أحلامها في حفل اقتصر على أفراد العائلة والأصدقاء المقربين لحرصها على خصوصية حياتها الشخصية بعيداً من الأضواء، لكن الممثلة الشابة على الرغم من ذلك تشارك «لها» الكثير من تفاصيل مخططاتها على الصعيد العاطفي، بالإضافة إلى كواليس مسلسلاتها وأدوارها ومهنتها.

بيروت - «لها»

النقاشات في الكواليس والبروفات والأخذ والرد خلال تصوير المشاهد، لأننا في هذا المسلسل تحديداً اعتمدنا كثيراً على الارتجال، ولا أنسى أهمية العمل مع المخرج المصري محمود كامل.

ماذا عن مشاركتك في «حرب الورد»، وما رأيك بهذا النمط من الأعمال المأخوذة عن «فورمات» تركية؟

«حرب الورد» تم تصويره في تركيا، أحببت الدور كثيراً، فهو مميز وللمرة الأولى أقدمه، إذ لعبت شخصية مصممة أزياء اسمها «تالين».

أما في ما يتعلق بالأعمال المأخوذة عن فورمات أجنبية، فأسأل لم لا؟ بما أن الجمهور أحب الدراما التركية المسلية بالدرجة الأولى، فلماذا لا نقدمها بأسلوبنا وجنسياتنا العربية، وببصمة تركية من خلال مخرجها أيضاً؟ لا شك في أن بالإمكان تقديمها بشكل أفضل، لكن هذه التجربة لا تزال حتى الآن جيدة.

معظم مشاركاتك التمثيلية جاءت في أعمال مشتركة وليست لبنانية... ما السبب؟

بصراحة، لا يوجد إنتاجات لبنانية بحثة كثيرة بشكل عام، وفي ما يتعلق بالمسلسلات الرمضانية، فهي

تشاركين في الموسم الحالي بأكثر من مسلسل في انتظار عرضها، أخبرينا عن أدوارك في «روح» والجزء الثاني من «عنبر 6» و«حرب الورد»!

أقدم في مسلسل «روح» شخصية «فاطمة» التي لا يمكنني الحديث عنها كي لا أحرق الأحداث في مسلسل قصير يتألف من 10 حلقات، لكن في المختصر ألعب دور روح من الأرواح الماضية، وسعيدة لوقوفي أمام كاميرا المخرج سامي كوجان.

وفي «عنبر 6» كان دوري ممتعاً جداً، لا سيما أنني أجسد في العمل شخصية ضرة اسمها «نهلة»، وأحببت تكرار التجربة مع المخرج علي العلي، كما يضم العمل ممثلين من جنسيات مختلفة من الدول العربية، وليس فقط من لبنان وسورية.

وما ميزة هذا الأمر؟

لم يتسن لي اللقاء كثيراً بالزملاء المصريين في «عنبر 6»، ولكن على الرغم من محدودية التجربة، كان العمل ممتعاً مع الفنانة آيتن عامر التي تعرّفت إليها، وعلى هذا الصعيد يمكنني الحديث عن تجربتي في مسلسل «ظل»، والتي كانت أوسع بسبب دوري الأكبر حيث التقيت بالعظماء على غرار جهاد سعد وعبد المنعم عمايري وغيرهما، واستفدت من

«حرب الورد»

تم تصويره في

تركيا، أحببت

الدور كثيراً،

فهو مميز

وللمرة الأولى

أقدمه







صور خاصة من حفل الخطوبة



الذين ساعداني في بناء الشخصيات وأخرجنا طاقات كامنة في داخلي.

❖ **مَن هم الممثلون والممثلات الذين تحبين مشاهدتهم على الشاشة؟**

من النساء أحب مشاهدة الفنانات دياموند بو عبود وندي بو فرحات وديمة قندلفت، ومن الفنانين عابد فهد وغبريال يمين وعمّار شلق.

❖ **أعلنت خطوبتك أخيراً... مَن هو خطيبك، وكيف التقيتما ومتي الزفاف؟**

لا أحبّد كثيراً مشاركة حياتي الشخصية في الإعلام، ولكن سأخبرك بالقليل، التقينا عام 2019 في مطعم يملكه، ومن هنا بدأت الحكاية، وإذا جرت الأمور كما نخطط لها سيكون حفل الزفاف في العام الحالي.

❖ **ماذا يعني لك الشريك؟**

أفهم الشريك على الطريقة الشرقية، أي أنه بالدرجة الأولى السند، يلي ذلك العنقوان والكرامة والشهامة... هذه الصفات النبيلة تأتي في المقدمة بالنسبة لي، هذا طبعاً إلى جانب الاحترام والقدرة على التعامل اللائق دائماً.

❖ **هل ستطراً تغييراتٍ على حياتك المهنية بعد الخطوبة أو الزواج لاحقاً؟**

بالتأكيد، لأن أولوياتي ستتغير، لا أعرف بدقة كيف ستصبح الأمور، ولكن بالطبع لن أترك التمثيل.

❖ **بصراحة... أنت جميلة جداً، لذا ما هي النصائح الجمالية التي يمكنك تقديمها لقارئات «لها»؟**

شكراً على وصفي بالجميلة... يمكنني التأكيد أن الجمال ينبع في الدرجة الأولى من الداخل، لذا أقول لكل امرأة اتبعي شغفك وما تحببينه واحرصي على راحة نفسك، فتشعّين جمالا. هذا من الناحية النفسية، أما من الناحية الجسدية فيجب الحرص على الحصول على قسط واف من النوم، واعتماد النظام الصحي في الأكل، مع المواظبة على التمارين الرياضية، وأيضا العناية بالبشرة، وحتى الوصول إلى التجميل... فإذا كان يقدم المزيد من الثقة والراحة للمرأة، لم لا؟ ❖

بمعظمها دون المستوى، لا سيما أن الشركات التي تنتجها لا تعتمد على ممثلين، بل على «هواة» ويقدمونهم كأبطال، وإذا تحدّثنا عن الشركات الكبرى مثل «الصباح» و«إيغل فيلمز»، فهم يعتمدون غالبا على الوجوه ذاتها في المسلسلات المحلية، لذا يتم طلبي إلى الأعمال المشتركة بشكل أكبر. وأنا لست مستاءة من هذه التجربة، بل على العكس أعتبرها مثمرة ومفيدة، خاصة أنها تسير في أعمال قوية جدا على غرار «التحدي» و«طل».

❖ **أخبرينا عن دخولك عالم التمثيل.**

أنا أكاديمية، وقد درست التمثيل وتخرّجت في «كلية الفنون الجميلة» في بيروت. نلت فرصتي الأولى في التمثيل من خلال المشاركة في مسلسل «صانع الألام» عام 2019، وبعده عُرض عليّ دور «سر» وكان مؤلفاً من 4 مشاهد فقط في البداية، لكنه كُبر أكثر بسبب إعجاب المخرج مروان بركات بأدائي.

❖ **هل تشعرين أنك أخذت فرصتك الحقيقية في التمثيل أو ما زلت تنتظرينها؟**

إذا أردت مقارنة ما نلت به حظي بها خريجو دفعتي، أؤكد أنني نلت فرصتي، ولكن إذا أردت تناولها بشكل عام من خلال قياس ما فعلت حتى الساعة وما أود القيام به وفق طموحاتي، فبالطبع لم أخذها بعد، فلا يزال لدي الكثير لأفعله وأحققه.

❖ **عملت مع أسماء كبيرة في عالم التمثيل... أخبرينا عن بعض هذه التجارب مما أثار فيك أو أضاف إليك شيئا!**

الفنانون يوسف الخال ووسام حنا وعبد المنعم عمايري وجهاد سعد أثروا فيّ كثيراً على صعيد التمثيل والحياة أيضاً، وربما أكثر من أثر فيّ وأضاف لي من دون أن أعلم معه، هو الفنان غبريال يمين الذي كان أستاذاً في الجامعة. إذ كنا كطلاب، نستفيد منه مع كل نفس، فهو من كُتف وشدّ الشغف في داخلي وأرى أن فضله كبير عليّ. ولا أنسى المخرّجين مروان بركات ومحمود كامل،

❖ **أقول لكل امرأة اتبعي شغفك وما تحببينه واحرصي على راحة نفسك، فتشعّين جمالا**



الفنانة الكويتية

# روان مهدي:

رغم جرأة أعمالها لي خطوط  
حمر لا يمكن أن أتجاوزها

تواصل الفنانة الكويتية روان مهدي حالياً تصوير مسلسلها الدرامي «دفعة لندن»، المقرر عرضه ضمن الموسم الدرامي الرمضاني لعام 2023، وذلك بالتوازي مع عرض مسلسل «الصفقة». في حوارها مع «لها»، تتحدث روان مهدي عن تفاصيل مشاركتها أخيراً في «مهرجان البحر الأحمر السينمائي» بفيلم «شيباني هني»، وتكشف عن آميتها في بطولة عمل سينمائي سعودي، وكواليس عملها في «القفص»، أول مسلسل كويتي يُعرض عبر منصة «نتفليكس». وبعيداً من الفن، تتطرق روان الى مواصفات فتى أحلامها وتوضح مفهوم الحب لديها.

جدة - محمود الرفاعي  
تصوير - عمار عبدربه

فيلم «شيباني هني» ليس عملاً كويتياً بحتاً، لأن إدارته وفريق عمله من دول أجنبية، وقد أنجز جزء منه في دولة المكسيك، وجزء في السعودية وآخر في أميركا... ما يحزن في الأمر أن في الكويت صنّاع سينما رائعين ولكنهم يعملون في بيئات أخرى خارج الكويت، لكن نأمل خلال السنوات المقبلة أن تحدث انتعاشة في صناعة السينما الكويتية وتشهد تطوراً مثلما هو حاصل في الدراما التلفزيونية، علماً أن المسرح الكويتي متقدم خليجياً وعربياً.

ما الذي جذبك للتصدي لبطولة فيلم «شيباني هني»؟  
فكرة الفيلم مميزة وجديدة. صحيح أن عالم العصابات وما يدور فيه قد تم تناوله من قبل في عدد من الأعمال الفنية، لكنه في هذا الفيلم نوقش بطريقة مختلفة، وأجمل ما في الفيلم هو اللمسة الكويتية الكوميدية التي أضفيت على قصته. في النهاية، الفيلم يهدف الى التوعية في وقت يستمتع فيه المشاهد بمتابعة أحداثه التي تتمحور حول

بم تشعرين بعد عرض فيلمك الجديد «شيباني هني» في الدورة الثانية من «مهرجان البحر الأحمر السينمائي»؟  
أشعر بالفخر والاعتزاز بعد عرض فيلمي في المملكة العربية السعودية، كما أن التعليقات الإيجابية التي تلقيتها من الشعب السعودي أسعدتني كثيراً، فهذه ليست المرة الأولى التي تصلني فيها تعليقات جميلة من الشعب السعودي، حيث تلقيت من قبل تعليقات تُشيد بنجاح «شارع الهرم» و«دفعة بيروت»، وأؤكد أن الشعب السعودي يحب الفن ويدعم الفنانين معنوياً، ويحرص على متابعة أعمالهم.

السينما الكويتية لم تتمكن من الانتشار عربياً، ما السبب؟  
لأن البيئة السينمائية في الكويت ليست مُعدّة بعد لاستقبال الأفلام، فالرقابة في الكويت مشددة للغاية وتعجز أفكار الأفلام عن تحملها، وذلك بعكس الدراما التي هي دائماً اجتماعية وكوميدية، فمثلاً

انتظروا مفاجآت  
«دفعة لندن» في  
رمضان المقبل

أشعر بالفخر  
بعد عرض فيلمي  
«شيباني هني»  
في «مهرجان البحر  
الأحمر السينمائي»  
بجدة



شخص وعلاقته بإحدى العصابات.

هل يمكن أن نشاهدك في أعمال سينمائية سعودية مع الانفتاح السينمائي؟

حتى الآن لم تُعرض عليّ أعمال سينمائية سعودية، لكن خلال مشاركتي في «مهرجان البحر الأحمر السينمائي» تقابلت مع عدد كبير من رموز الفن والمخرجين السعوديين، وأنا أتمنى العمل في السينما السعودية مع فنانين ومخرجين سعوديين، خاصة أن عددا منهم أشاد بموهبتي، كما أنني أتقن اللهجة السعودية مثلما أصبحت أتقن اللهجتين اللبنانية والعراقية.

رغم جرأة أعمالك الفنية، هل من خطوط حمراء تتجاوزينها؟

بالتأكيد هناك خطوط حمراء لا يمكن أن أتجاوزها، سواء الخطوط التي فرضها المجتمع أو التي وضعتها لنفسية. رغم أنني إنسانة منفتحة، لكن هناك حدود أحرص على الوقوف عندها.

مسلسل «القفص» هو أول عمل درامي كويتي يُعرض عبر منصة «نتفليكس»، لماذا وافقت على المشاركة فيه؟

المشاركة في مسلسل «القفص» من الخطوات الجميلة التي قمت بها في حياتي، وقد رُشحت له بعد عودتي إلى الكويت عقب انتشار جائحة كورونا، بحيث تلقيت اتصالاً من المنتج عبدالله بو شهري، طلب مني فيه أن يقابلني كي يعطيني نصاً جديداً وفكرته مختلفة تماماً عن مضمون أي عمل فني قُدم من قبل، فوافقت وبدأت فعلاً بقراءة النص، لكن خلال القراءة غلبني النعاس ونمت ولم أستكمل القراءة، وبعد الاستيقاظ قررت وبدافع من شعور داخلي للمشاركة في هذا العمل الرومانسي الكويتي، وبالفعل كان المسلسل أكثر من رائع، وتعاملت خلاله مع فريق عمل رفيع المستوى، ومنهم المخرج جاسم المهنا الذي لطالما تمنيت العمل معه.

ألم تخافي من عرض المسلسل على منصة «نتفليكس»؟

أبداً، بل على العكس كنت متحمسة جداً لعرض المسلسل عبر «نتفليكس». يكفي أنه أول عمل كويتي يُعرض على هذه المنصة، ويحمل قيمة فنية عالية ورسالة هادفة. وأعتقد أن المنصة كانت سبباً من أسباب نجاح المسلسل وانتشاره، لأنها تعرض في أكثر من 100 دولة في العالم.

ألم تخشي من مقارنة العمل بغيره من الأعمال العربية المعروضة على المنصة نفسها؟

لا بد للذي يعقد المقارنات من أن يضع أسساً للمقارنة، فلكل بيئة أو دولة أجواؤها الخاصة والفن الذي تتفرد به ويميّزها عن غيرها من البيئات أو الدول، ولذلك لم أخف من المقارنة لأن كل عمل

عربي يتسم بطابعه الخاص.

ما الصعوبات التي واجهتك خلال التحضير لشخصيتك في العمل؟

الصعوبات في المسلسل لم تقتصر فقط على الشخصية التي قُدمتها فيه، فقد سبقت تصوير العمل بروفات مكثفة مع فريقتي الإخراج والإنتاج، وكان هناك تواصل مباشر بين الممثلين والمخرج والمنتج لمناقشة أدق تفاصيل المسلسل. كنا كممثلين شركاء في صنع العمل مع المخرج الذي كان له دور كبير خلال عملية التصوير، والمنتج عبدالله بو شهري الذي أضاف الكثير إلى أجواء المسلسل. لقد تشاركنا معاً في مواجهة الصعوبات التي اعترضنا.

كيف كانت كواليس العمل بينك وبين الفنان حسين المهدي؟

«القفص» هو ثاني مسلسل يجمعني بالفنان حسين المهدي، وهو على المستوى الشخصي إنسان مرح وودود للغاية، وأجمل ما فيه أن الابتسام لا تفارق وجهه أبداً، ولذلك كانت أجواء العمل وكواليسه ممتعة.

هل هناك تشابه بينك وبين شخصية «روان» التي قُدمتها في العمل؟

«روان» تشبهني كثيراً، وأرى أن هناك تطابقاً بين أسلوبها الخاص في الحياة وسلوك «روان» في المسلسل، ولذلك أحببت الشخصية والمسلسل جداً، وهنا لا بد من الحديث عن الصعوبات التي واجهتها خلال تجسيد شخصية «روان»، وتحديدًا لناحية الانتقال في الأزمنة حيث إنني قُدمتها في أكثر من زمن خلال المسلسل.

هل تحضرين لعمل جديد لموسم رمضان المقبل؟

نعم، أعمل حالياً على مسلسل بعنوان «دفعة لندن»، وهو من إخراج المخرج المصري مازن العبدل، وسيحمل مفاجأة قوية لجمهور المشاهدين. وهناك أيضاً مسلسل «الصفقة» للمخرج المصري كريم الشناوي، فهو في رأيي من أهم المخرجين وأكثرهم اهتماماً وتحضيراً وانغماساً في العمل، ومن المقرر أن يُعرض المسلسل على منصة «نتفليكس».

ما مفهوم الحب لدى روان مهدي؟

ليس للحب معنى محدد، ويختلف مفهومه من شخص إلى آخر، ويجب ألا نصدق كل قصص الحب التي نراها في الأعمال الدرامية، لأن بعضها غير حقيقي.

ما هي مواصفات فتى أحلامك؟

لا مواصفات محددة لفتى أحلامي، لكن بشكل عام، أحب الارتباط برجل يقدرني، ويرغب في دخول المطبخ، لأنني لأحب الطهو، وأن يكون مثل والدي الذي يدلني كثيراً منذ الصغر ولا يرفض لي طلباً.

## الشعب السعودي يحب الفن ويدعم الفنان معنوياً

هذه أسباب حماستي لمسلسل «القفص» وهو أول مسلسل كويتي يُعرض على «نتفليكس»

# نجمات دراما رمضان بناقشن قضايا نسائية شائكة

تشهد دراما رمضان هذا العام ظهوراً ملحوظاً لعدد من البطولات النسائية، حيث تشارك النجمات: يسرا ومنى زكي ونيللي كريم وروجينا وريهام حجاج وروبي وغيرهن في أعمال يناقشن من خلالها قضايا نسائية مهمة، بينها قضايا شائكة أثارت بالفعل جدلاً قبل عرضها، ومن المتوقع أن تثير الجدل عند عرضها. فما هي أبرز تلك الأعمال، وما القضايا التي تناقشها والأزمات التي تعرضت لها، وما الذي كشفه صناعها عنها؟

القاهرة - ماجد رشدي

بعد أن أثارت جدلاً كبيراً في مسلسلها الأخير "فاتن أمل حربي" والذي ناقشت من خلاله ظلم قانون الأحوال الشخصية للمرأة، تواصل النجمة نيللي كريم تقديمها للقضايا المثيرة والشائكة هذا العام من خلال مسلسلها الرمضاني الجديد "عملة نادرة" والذي تجسّد فيه للمرة الأولى شخصية امرأة صعيدية تعيش في صراع بين العادات والتقاليد من جهة، والدين من جهة أخرى، بحيث لا يدرك البعض أن هناك عادات وتقاليد لا علاقة لها بالدين، وتكون المرأة ضحية هذا الصراع في أحيان كثيرة.

تقول نيللي إنها تحمست لتقديم الدراما الصعيدية لأن جمهوراً كبيراً يتابعها وتتجح مع المشاهدين إذ يكون تأثيرها قويا فيهم. وتضيف أن تقديم شخصية صعيدية ليس بالمهمة السهلة، وقد تطلب منها تدريبات كثيرة وتحضيرات مكثفة، لكن لأنها تعشق التحديات الفنية فقد وافقت على تجسيد هذا الدور. وتتعاون نيللي كريم في هذا العمل مع المؤلف مدحت العدل والمخرج مانندو العدل، الذي قدّمت معه مسلسلها الأخير "فاتن أمل حربي"، ويشارك في البطولة الفنانون: جمال سليمان، وكمال أبو رية، وأحمد عيد، وفريدة سيف النصر، وندى موسى، ومحمد لطفي، وجوماننا مراد.

**نيللي كريم:**  
**«عملة نادرة»**  
**يكشف الصراع بين**  
**العادات والدين...**  
**والمرأة هي**  
**الضحية**



## كوميديا ولكن...!

رغم أن النجمة الكبيرة يسرا تقدّم هذا العام اللون الكوميدي من خلال مسلسلها الرمضاني الجديد "حمد الله على السلامة"، لكنها تناقش من خلال الكوميديا في هذا المسلسل قضايا اجتماعية مهمة.

وتؤكد يسرا أنها تعمّدت أن تطل على جمهورها هذا العام بعمل ذي صبغة كوميديّة لترسم الضحكة على وجوههم وتدخل الفرح إلى قلوبهم، خاصة في الظروف التي يمر فيها العالم من أوبئة وحروب وأوضاع متردّية... وتقدّم يسرا في المسلسل شخصية امرأة يتوفى زوجها حين كانا يعيشان في في الغربية، فتقرّر العودة مع أولادها إلى مصر لتكتشف تغييرات كثيرة في المجتمع وتبدأ في مواجهتها.

والمسلسل من تأليف محمد ذو الفقار، إخراج عمرو صلاح، إنتاج جمال العدل، ويشارك في بطولته الى جانب يسرا، الفنانون: شيما سيف، محمد ثروت، مايان السيد، آدم الشرقاوي، وأوتاكا.

## قصة واقعية

رغم أن مسلسل "تحت الوصاية" مؤلف من 15 حلقة فقط، لكن من المتوقع أن تثير بطلته النجمة منى زكي جدلا كبيرا بسبب القضية المهمة التي يناقشها، وهي رفض مجتمعات معينة لفكرة عمل المرأة حتى يومنا هذا، لدرجة أن تضطر بطلة العمل للتكر في ثوب الرجال كي تعمل في مهنة إصلاح سفن الصيد في دمياط وسط قساوة الصيادين لتحصل قوت يومها وتنفق على نفسها.

ورغم تكتّم فريق العمل وفرضه حالة من السريّة على فكرته وتفصيله، فقد تردّد أن

أحداث العمل تحكي قصة حقيقية لامرأة جاهدت بهدف تربية ابنتها، وهي "الحاجة صيصة" التي تصدرت مواقع التواصل الإلكترونية لفترة طويلة بقصتها المؤثرة، حيث تنكرت في ثوب الرجال لسنوات طويلة حتى تتمكن من العمل في مجتمع لا يزال يرفض عمل المرأة.

وقد تعرّض مسلسل "تحت الوصاية" لأزمة بسبب شخصية "الحاجة صيصة"، بعدما ردّد البعض أن النجمة منى زكي ستروي قصة حياتها في المسلسل، لتطالب بتعويض مالي وتشترط الموافقة على القصة حتى تكون التفاصيل واقعية، قبل أن ينفي صنّاع العمل علاقته بقصة هذه السيدة تحديداً.

ولم تكن هذه الأزمة الوحيدة التي واجهها المسلسل، حيث اعترض سكان مدينة دمياط على العمل بدعوى أنه يسيء الى صورة النساء فيها ويقدم أحداثاً لا تمت الى الواقع بصلة، مطالبين بإيقاف تصوير العمل وعدم عرضه.

وتعاون منى زكي في هذا العمل مع المؤلفين خالد وشيرين دياب، والمخرج محمد شاكر خضير، ويشاركها في البطولة النجمان دياب ونسرین أمين.



**منى زكي**  
**تثير أزمات بسبب**  
**«تحت الوصاية»**  
**وتواجه رفض**  
**المجتمع لعمل المرأة**





يسرا: تعمّدت  
تقديم الكوميديا  
في «حمد الله على  
السلامة» لإسعاد  
الناس في ظل  
الظروف الصعبة  
التي يعيشونها

يسرا



روبي

❏ روبي في  
«حضرة العمدة» تواجه  
رفض المجتمع تولي المرأة  
منصباً ظل حكراً على  
الرجال لسنوات طويلة



❏ روجينا:  
«ستهم» يناقش  
قضايا لم يقترب  
منها أحد  
من قبل

روجينا

## كفاح نسائي

أيضاً تقدّم الفنانة روجينا في مسلسلها الرمضاني الجديد "ستهم" شخصية امرأة تعيش متخفية بزي رجل صعيدي، لكنها تنفي أن يكون مشابهاً لأي عمل آخر، مؤكدة أن فكرة العمل جديدة وتناقش قضايا مهمة لم يتناولها أحد من قبل وستكون مفاجأة للجميع. وتشير روجينا إلى أنها تحرص دائماً على تقديم موضوعات تتعلق بالمرأة وقضاياها، ومسلسل "ستهم" يقدم نموذج المرأة التي يجبرها المجتمع الذكوري على أن تتحول إلى رجل كي تتمكن من الاستمرار في العيش وتربية أولادها والإنفاق عليهم. وتلفت روجينا إلى أنها تحضّر لهذا العمل مع المؤلف ناصر عبدالرحمن والمخرج رؤوف عبدالعزيز منذ رمضان الماضي، وتراه حلماً جميلاً وتحدياً فنياً كبيراً، لأنه يركز على أهم ما تعانيه المرأة في مجتمعاتنا، ويستلهم أحداثه من قصص واقعية لنساء تحدين كل الظروف الصعبة التي مررن بها ليواصلن حياتهن.

## قضايا اجتماعية

أما النجمة ريهام حجاج فتناقش قضايا نسائية اجتماعية مهمة من خلال مسلسلها الرمضاني الجديد "جميلة" الذي تتعاون فيه مع المخرج سامح عبد العزيز، والكاتب والسيناريست أيمن سلامة، والمنتج جمال العدل، ويشاركها في البطولة النجوم: سوسن بدر، يسرا اللوزي، عيبر صبري، أحمد وفيق، هاني عادل، وهشام إسماعيل. وتتكم أسرة المسلسل على تفاصيله وتحيط تصويره بالسرية التامة لتبقى أحداثه مفاجأة لجمهور المشاهدين، وكل ما كشف عنه أنه يتناول عدداً من القضايا والصراعات التي تعيشها المرأة في المجتمع، حيث تقدّم بطلّة المسلسل "جميلة" (ريهام حجاج) من خلال هذه الصراعات الاجتماعية رسائل هادفة إلى المشاهدين.



ريهام حجاج

## سرية تامة

وفي أول بطولة مطلقة لها في الدراما، تجسّد الفنانة روبي في مسلسل "حضرة العمدة" قصة أول امرأة شغلت منصب العمدة في إحدى القرى، لتناقش من خلاله عدم تقبّل بعض المجتمعات لفكرة تولي المرأة مناصب معينة كانت حكراً على الرجال لفترات طويلة، وكيف تضطر لخوض صراعات مع عائلتها والمحيطين بها بسبب رفضهم أن تتولى فتاة هذا المنصب.

وحرص المخرج عادل أديب على إحاطة العمل بالسرية التامة وعدم تسريب أي صور أو تفاصيل من كواليس التصوير، لتلا يحرق عنصر المفاجأة في المسلسل، الذي هو من تأليف الكاتب إبراهيم عيسى، في تعاونه الأول مع روبي، والتي يشاركها في البطولة الفنانون: سميحة أيوب، لطفي لبيب، صلاح عبد الله، أحمد رزق، بسمة، أحمد بدير، دينا، محمد محمود عبد العزيز، محمود عبد المغني، إدوارد، محمود حافظ، إيهاب فهمي، أحمد بدير، ونهلة سلامة.

ريهام حجاج  
تبعث برسائل مهمة  
من خلال «جميلة»

# سارة بطيخة:

## يمكن المرأة أن تحلم وتسعى إلى تحقيق حلمها

نجاح المرأة العربية لا يزال تحت المجهر. سارة بطيخة، سيدة أعمال شقت طريقها بنفسها واختارت الرفاه والتجميل اختصاصا لها وعرفت طعم النجاح، واستطاعت أن توفق بين عملها ونجاحها، وعائلتها الصغيرة. تجربة موحية نتعرف عليها في هذه المقابلة.

دبي - «لها»

أحدث التقنيات والعلامات التجارية أثناء إقامتي في لندن التي كانت بالنسبة إليّ بمثابة الجنة على الأرض في ما يخص الأمور المتعلقة بعالم الجمال. كانت لحظة مهمة بالفعل عندما قال لي والدي حَرفياً: «كوني ذلك الشخص الذي سيُجلب إلى جنيف ما تفتقر إليه». وبعد مرور عام، أي في العام 2018، وكنت حينها في الخامسة والعشرين من عمري، أطلقت «فرايم» في جنيف.

**كيف بدأت حياتك في عالم الرفاهية؟**

كنت محظوظة بما يكفي للتعرف على عالم الرفاهية في وقت مبكر جداً. لقد غرس هذا الأمر في داخلي شعوراً قوياً نحو السعي إلى الكمال. أنظر دائماً إلى أدق التفاصيل لأنني أعلم أن هذا يمكن أن يُحدث فرقاً في العالم.

**ما الذي قادك إلى عالم الجمال، وماذا جذبك فيه؟**

لطالما أحببت الجمال، وأقدم ذكرياتي المتعلقة بالجمال يعود إلى والدتي، فهي تحرص على روتين العناية بالبشرة والجمال الخاص بها، وهذا غرس في نفسي الشغف بعالم الجمال منذ سن مبكرة.

**من هي سارة بطيخة؟**  
أبلغ من العمر 29 عاماً، وُلدت في جنيف، سويسرا لأب لبناني وأم إسبانية - فرنسية. وبعد التخرّج في واحدة من أفضل مدارس الضيافة في سويسرا، انتقلت للعمل في لندن في مجال صناعة الرفاهية لدى دار مستحضرات فرنسية فاخرة. كنت أشبع شغفي بالجمال من خلال الحديث عنه على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع، ومع ذلك، لم أكن أشعر بالرضا العميق نظراً لأنني لا أقدم شيئاً يعود بالخير والنفع على الآخرين. كما أن عمل والدي كطبيب ومساعدته في إنقاذ الأرواح بشكل يومي دفعني إلى التحوّل، وعلى الرغم من يقيني بأنني لا أريد أن أصبح طبيبة مثله، فما زلت أرغب في فعل الخير.

في نهاية المطاف، توصلت إلى استنتاج مفاده أن وظيفتي كانت سطحية بعض الشيء بالنسبة إليّ، وبالتالي أدركت أن العمل تحت إشراف مدير لم يكن أمراً أحبّه. بدأت أفكر في الجمع بين حبي لعالم الجمال ورغبتي القوية في فعل الخير للآخرين. أتذكر أيضاً أنني اشتكيت لوالدي من أن جنيف كانت تفتقر إلى الأماكن التي تستخدم

**قال لي والدي:**  
**«كوني ذلك الشخص الذي سيُجلب إلى جنيف ما تفتقر إليه»**







بشكل طبيعي من أجل تقديم الأفضل.  
**❏ ما هي المزايا التي تقدمها اللمسة الأوروبية في عالم الجمال؟**

أطمح الى تقديم أفضل خدمة باستخدام أحدث التقنيات وأهم البروتوكولات التي طوّرتها بصفة شخصية. لقد تعلمت من الخلفية التي أملكها في مجال الضيافة السويسرية أنّ ما يمكن أنّ يميزك عن غيرك في عالم تنافسي للغاية هو تقديم تجربة عملاء رائعة استثنائية قبل زيارة هؤلاء العملاء وأثناءها وبعدها. لذلك، أحرص دائماً على تطبيق هذا المعيار في كل عياداتي الخاصة، والتي هي ليست موجهة نحو كسب الأموال، بل تهدف الى تقديم تجارب العملاء حيث إنّ كل واحدة منها نابعة من إحساس الشغف والتحدّي.  
**❏ ما هي أحدث التقنيات المستخدمة في مجال العناية بالبشرة؟**

على سبيل المثال، يُعدّ استخدام تقنية «الراديو فريكونسي» جنباً إلى جنب تقنية الوخز بالإبر الدقيقة اتجاهاً شائعاً للغاية في الوقت الحالي. ومع ذلك، أوكد دائماً أنّ ليس كل التقنيات تناسب الجميع. فالأمر لا يتعلق بالاتجاهات بل بالخدمة المخصّصة بناءً على مشورة حقيقية. ولهذا السبب نوصي بإجراء تحليل عميق للبشرة يتضمن مجموعة من الأسئلة لفهم عملائنا بالكامل ومعرفة رغباتهم واحتياجاتهم. تفتخر عيادة «فرايم» أيضاً بامتلاكها أحدث التقنيات في مجال التخسيس ومكافحة السيلوليت بشكل حصري. وتتميز هذه التقنيات بأنّها غير مؤلمة وفعّالة جداً.

**❏ بصفتك زوجة وأماً، كيف توفّقين بين عملك والمسؤوليات المترتبة عليك تجاه أسرتك؟**  
 زوجي هو أيضاً رائد أعمال، لذلك نحن في الواقع من أفضل الشركاء ونفهم بعضنا البعض جيداً، ولا يوجد أيّ ضغوطات بشأن «العمل أكثر من اللازم». كلانا يعرف ما يتطلبه الأمر يومياً لإدارة الأعمال... نطلب النصيحة من بعضنا البعض ونخرج في مواعيد غرامية كما نتحدث بشؤون العمل ونرى ذلك رائعاً للغاية. تتداخل حياتنا العملية مع حياتنا الشخصية، إلا أنّنا نمتلك شغفاً كبيراً بما نفعله ونتعلم الكثير من بعضنا البعض.  
**❏ ما هي الرسالة التي تحملها قصة نجاحك للمرأة العربية؟**

رسالتني هي أنّه في إمكان كلّ امرأة أنّ تحلم أحلاماً كبيرة وتوسعي إلى تحقيقها. لكنّ الأهم من ذلك أنّ تعلم أنّه لا يتوجّب عليها الاختيار بين كونها أما أو سيدة أعمال. المهمة ليست سهلة، لكننا أقوى مما قد يعتقد البعض. ❏

وعلى الرغم من صغر سنّي، كنت أقوم بالكثير من الأبحاث عن آخر اتجاهات الجمال، وكنت من أبرز المستهلكين لكل أنواع العلاجات اللطيفة. أحببت كثيراً الشعور الذي يعتريني بعد تطبيق أيّ أسلوب من أساليب العناية بالبشرة. وأعتقد أنّ الرعاية الذاتية تتجاوز الطبقات السطحية للجلد ويمكن أنّ تكون وسيلة فعّالة للتعافي.

**❏ تنقلت بين لندن وسويسرا وديبي... ماذا علمتكم الحياة في هذه المدن؟**

علمتني الحياة في لندن أنّ أعمل تحت الضغط وسط عالم شديد المنافسة. وعندما تركت وظيفتي بناءً على قرار متهور، شكرت مديرتي بصدق وأخبرتها أنّها كانت مثلاً عن ربّ العمل الذي لن أكونه يوماً، لأنّ بيئة العمل كانت «سامة» للغاية. وأنا ممتنة كثيراً لها، لأنني لولا خوض تلك التجربة معها لما كنت قد وصلت إلى ما أنا عليه اليوم.

وسويسرا هي وطني الأم والمكان الذي بدأت فيه مسيرتي المهنية كرائدة أعمال. ومن المؤكد أنّ وجود عائلتي الدائم الى جانبي جعل بداية هذه المغامرة المجنونة أسهل بكثير. عائلتي هي الداعم الأكبر لي وبفضلها تمكنت من تحقيق كل ما أصبو إليه. أمّا في دبي، فقد تعلمت الصبر والمرونة. كنت حاملاً عندما بدأت المشروع وولدت بعد شهر من الافتتاح، لذلك تغيرت أولوياتي لفترة من الوقت، واضطرت إلى تفويض الأعمال لشخص آخر، وهذا الأمر لم يكن سهلاً أبداً بالنسبة إليّ، لكنني عدت الآن إلى مزاولتي عملي

**❏ أنظر دائماً إلى أدق التفاصيل لأنني أعلم أنّ هذا يمكن أنّ يحدث فارقاً في العالم**





# المصمّمة هبة جابر:

## لقاء المجوهرات الراقية بالأزهار

وُلدت المصمّمة هبة جابر في المغرب لأبوين فلسطينيين، عاشت طفولتها في الأردن ثم انتقلت إلى لندن للدراسة الجامعية في مجالي الفن والتصميم، والحصول على درجة البكالوريوس في إدارة الأزياء من جامعة لندن للأزياء. تابعت هبة تعليمها من خلال سلسلة من الدورات في قصّ الأحجار الكريمة في سريلانكا وفلورانس، وصقل مهاراتها بالتدرب على أيدي حرفيين إيطاليين وخبراء عالميين في مجال المجوهرات، وحصلت على شهادة علم الأحجار الكريمة من GIA. تنقلت هبة بين الثقافات الغنية المختلفة، وجمعت في دبي خبرات مختلفة في مجال الأزياء، بما في ذلك الشراء والتحرير، وعملت مع المصممين الصاعدين عن كثر في المنطقة، وكذلك مع العلامات التجارية العالمية الفاخرة. واليوم تمزج هبة جابر الخياطة بتنسيق الأزهار في مبادرة فريدة تحدثنا عنها.

دبي - «لها»

عن انطلاقها في هذا المجال، تقول هبة: «لطالما تخيلت أن لي علامتي الخاصة باسمي، لم أكن أعرف ماذا ستكون بالضبط، لكن في الوقت نفسه كنت شغوفة بالمجوهرات والأحجار الكريمة. حصلت على درجة البكالوريوس في إدارة الأزياء من «لندن كوليديج أوف فاشن». وعملت لدى علامة «جوسي كوتور» في شراء الأزياء، انتقلت بعدها للعمل كمحررة في مجلة «ياسمينة»، وكل هذه الخبرات ساهمت في صقل مهاراتي التي أدت إلى تأسيس علامة خاصة بي. بعد وفاة والدي في عام 2013، أردت أن أرثدي حروف اسمه، وكانت تلك المرة الأولى التي أصمّم فيها لنفسي قطعة مجوهرات. وبعد بضعة أشهر، كان عيد ميلاد صديقة لي، فصمّمت لها خاتماً، تلاه حفل زفاف لصديقة أخرى، ففكرت أن من الجميل أن أصمّم لها خاتماً ليكون هدية الزفاف. خطرت لي فكرة خاتم يحمل حروف اسمي العروسين الأولى متعانقة، وكل من رأى هذين الخاتمين عبّر عن رغبته في تصميم خواتم مشابهة، ثم وجدت نفسي أصمّم الخواتم للآخرين، وعندما فكرت في أن هذه قد تكون موضوع العلامة التي أحلم بإطلاقها. ومنذ تلك اللحظة بدأت التعمّق بالبحث في عالم المجوهرات، فكنيت أعمل في مجال التحرير وأقابل علامات رائدة في صناعة المجوهرات الفاخرة، وهذا أفادني كثيراً. توقفت عن العمل لبعض الوقت لأنفّرغ لدراسة تصميم وصناعة المجوهرات في إيطاليا، وأطلقت علامتي للمجوهرات في عام 2017».

وتضيف هبة بحماسة: «خلال السنوات الخمس الماضية، كان فريقنا الرائع في مجوهرات هبة جابر ينمو باستمرار ويتوسع ببطء لتتأكد من أننا نحافظ على المستوى الراقى في تقديم تجربة شخصية للزبائن. لدينا فريق لإدارة قنوات التواصل الاجتماعية ولخدمة الزبائن، ونركز كثيراً على منح زبائننا أفضل تجربة ممكنة. نحن خمسة أفراد في الشركة، نقيم في دبي، ولدينا عشرة موظفين آخرين يقيمون في مختلف أنحاء العالم، كان البعض معنا منذ اليوم الأول، وهم عائلة هبة جابر



التي أقدّرها، ولم نكن لنصل إلى ما نحن عليه اليوم لولا جهود هذا الفريق الرائع».

### إلهامات هبة وراء إبداعها

تقول هبة: «استلهمت فكرة الخواتم الثنائية المصمّمة وفق الطلب من قصة خاصة جداً، ومن العلاقات بين الناس، ومن الحياة. الحرف «H» في شعار العلامة، وهو تصميم لخواتم ثنائية ولشعار العلامة أيضاً، استلهمت فكرته من حدث أثر فيّ كثيراً، وهو وفاة والدي. أردت أن أضع اسمه في شعار علامتي، كطريقة أعبّر فيها عن امتناني له على كل ما فعله من أجلي، أنا وجميع من كان حوله. اكتشفت طريقة أضيف فيها حرف اسمه «ع» مع الحرف نفسه بالإنكليزية «I» لتشكيل حرف «H»».

وعن مصادر إلهامها، توضح هبة: «يأتي الإلهام من كل مكان، من المحادثات، ومن كل ما نراه ونمرّ به في الحياة. وبما أن تركيزنا على ابتكار التصميم وفق الطلب من فكرة حرفين أو أكثر، فالإلهام الأساسي يأتي من قصص زبائننا، بحيث نحول قصصهم المميزة إلى مجوهرات فاخرة، ويهمننا أن تعكس هذه المجوهرات المبتكرة قصصهم بأجمل طريقة ممكنة. نطلق مجموعة جديدة كل عام، وفي كل مجموعة أحاول أن أختار موضوعاً معيناً، فأبحث عنه كثيراً. وأغلب الأفكار تأتيني أثناء تنقلي من مكان إلى آخر».



### تصاميم هبة جابر وعلاقتها بـ«فلاور بلش بيتالز»

تشير هبة جابر إلى «أن التصاميم الشخصية هي قلب علامة هبة جابر، ونحن لا نريد أن يتوقف الأمر عند تصميمنا فحسب. الزبائن المقيمون في دبي يمكنهم الاستمتاع ثانية بخدمة باقات الزهور الجميلة لتصل مع الطلب، وبهذا يمكنهم طلب إضافة باقة من الزهور الفاخرة لنرسلها مع هداياهم الجميلة إلى أحبائهم في دبي، بالتعاون مع متجر «فلاور بلش بيتالز»، وهذه الخدمة مكرّسة لمنح الزبائن أجمل تجربة ممكنة معنا. كل باقة تصل في صندوق يحمل علامة هبة جابر مع رسالة خاصة اختيارية، ستكون هذه هدية مثالية جداً للأحباء».

وتضيف: «الزهور تضيف لمسة شخصية جداً إلى أي هدية وفي أي مناسبة، وقد نشأ هذا التعاون بالصدفة، بحيث طلبت منّا إحدى الزبونات هذه الخدمة، وقد ألهمتنا لتقديم هذه الخدمة إلى زبائننا بشكل عام. يأتينا الإلهام عامة من أفكار الزبائن، ونحن نحب أن نستمع إليهم وإلى ما يريدونه، وهذا أمر يمكننا القيام به بالطريقة الصحيحة، ومن الضروري الحفاظ على نوع من المرونة في إدارة ما نفعله».



### أسباب تميّز علامة هبة جابر

تقول هبة بنقطة: «انطلقت علامة هبة جابر قبل 5 سنوات، ونركّز في عملنا على تحويل قصص الزبائن الفريدة إلى مجوهرات ناعمة ومبتكرة. التصميم بالنسبة إلينا هو عملية مستمرة تحدث بشكل يومي، وهي تتمحور دائماً حول فكرة واحدة من حرفين أو أكثر. تصميمنا الأيقوني وهو الخواتم الثنائية، التي عُرفت بها العلامة، والتي تطورت إلى أشكال وتنسيقات متعددة، عادة ما تحمل حرفين أو أكثر، وتحوّل دوماً قصص الزبائن المميزة إلى مجوهرات ناعمة تناسب إطلالات المرأة اليومية. قصص الزبائن هي أساس عملنا وهي ما تجعله متميّزاً. نحب عملنا ونستمتع به كثيراً. وأحد أجمل الأشكال الجديدة التي نفضلها هو التصميم المسطح للخواتم الثنائية والثلاثية الرفيعة والعريضة».

### أحلام وخطط مستقبلية

وتختتم هبة جابر بالقول: «لقد نقلنا مقرّ الشركة إلى مكان أوسع لتوفير مساحة أكبر للابتكار تضم فريقنا الذي يكبر باستمرار، وتوفير غرفة اجتماع وعرض يمكننا التفاعل فيها أكثر مع زبائننا. الشركة، بفريقنا الرائع، أحرزت تقدماً عظيماً خلال السنوات الخمس الماضية في الارتقاء بالعلامة، والمجوهرات التي نصمّمها، وتجربة الزبائن في عالم المجوهرات الراقية، ونحن نخطط للاستمرار في التقدّم على هذه الأسس المتينة والعمل الدائم مع زبائننا الكرام على قصصهم الفريدة لتكون جزءاً من لحظات حياتهم المميزة، وهذا ما نفتخر به».





Vaccine

VIRUS

# اكتشافات طبية استثنائية لعلاج الأمراض الخطيرة في 2023

تتوالى البحوث العلمية والاختبارات في كل يوم بغية التوصل إلى اختراعات جديدة أو اكتشافات طبية مفيدة لعلاج الأمراض الخطيرة. وقد شهدت المختبرات ومراكز الأبحاث في العامين المنصرمين جهوداً علمية متسارعةً وحثيثة بالتزامن مع انتشار فيروس كورونا لابتكار عقارات فعّالة لوضع حدّ لانتشاره حول العالم وإيجاد العلاج اللازم له. وبالتالي كان 2022 عاماً مثمراً في مجال العلوم والابتكارات العملية، سواء في الفضاء أو الطب. ولكن على الرغم من التقدم العلمي وسرعة الأبحاث الطبية، تبقى الأورام السرطانية الأكثر غموضاً وصعوبة لإيجاد العلاجات الكاملة لها، لذلك يسعى دائماً الكثير من العلماء إلى تطوير آليات قديمة وابتكار تقنيات جديدة بهدف الوصول إلى علاج فعّال ونهائي.

## فرح جهمي

في خضم الحديث عن عودة انتشار متحوّرات مختلفة لفيروس كورونا تتراوح بين ما وُصف بـ«القاتل» وما اعتُبر أنه زكام عادي يمكن علاجه بسهولة، ارتأينا أن نسلط الضوء على الجانب المضيء من عالم الطب في ظلّمة الجائحة، ونحاول إيجاز أهم الإنجازات الطبية والصحية التي ستطبع العام 2023.

### الجيل القادم من لقاحات mRNA لعلاج السرطان

كشفت دراسة حديثة أن لقاحات الحمض النووي الريبي المرسل (mRNA) التي أدت إلى إنتاج لقاحات مضادة لفيروس «كوفيد 19» تم تطويرها وتحضيرها لتناسب مجموعة واسعة من الاستخدامات. ويمكن التقدّم في إنتاج الحمض النووي الريبي وتنقيته وإصاله إلى الخلية من تطوير علاجات مستقبلية لأمراض مميتة مثل السرطان وعدوى فيروس زيكا. وتتسم هذه التقنية بالتكلفة المعقولة والسهولة النسبية في التصنيع، كما أنها تنتج المناعة بطريقة جديدة، وهو ما يعطي أملاً في مجال معالجة السرطان. وتستخدم اللقاحات القائمة على (mRNA) شكلاً مهندساً وراثياً من الحمض النووي الريبي المرسل (mRNA) لإعطاء خلايا جسم الإنسان تعليمات حول كيفية صنع بروتين (S). وبعد أخذ اللقاح، تبدأ الخلايا بصنع أجزاء البروتين وإظهارها على أسطح الخلايا، ويحفز ذلك الجسم على تكوين الأجسام المضادة لمحاربة المرض عند الإصابة به في المستقبل. ويؤكد الخبراء أن الخلايا السرطانية تصنع بروتينات يمكن أن تكون هدفاً للقاحات (mRNA) أو لقاحات الحمض النووي الريبيوزي. وتكمن أهمية تقنية «الرنا المرسل» في إيجاد لقاح ضد السرطان، فهي تقنية مرنة، حيث يمكن ترميز «الرنا المرسل» بأي بروتين يمكن تخيله، كما يمكن إيصال «الرنا المرسل» إلى الخلايا السرطانية بحيث يعبر الورم عن البروتينات التي ترسل إشارات إلى الجهاز المناعي لمهاجمة الخلية السرطانية كجسم غريب يجب إزالته.

### العلاج بالخلايا الجذعية لعدد كبير من الأمراض

وفي السنوات الأخيرة، باتت تتكرر بكثافة عبارة الخلايا الجذعية، وعادة ما يقترن ذلك بالأمل في إيجاد علاج فعّال للعديد من الأمراض الصعبة التي قد تؤدي بحياة الإنسان. ولذلك يعد الباحثون بأن العام الحالي سيشمل الكثير من المفاجآت وستظهر نتائج واعدة في علاج بعض الأمراض التي لا علاج لها حالياً، وذلك من طريق ما يُعرف بـ«العلاج بالخلايا الجذعية».

والخلايا الجذعية هي خلايا ليس لها دور محدّد، ويمكن أن تصبح تقريباً أي نوع خلية مطلوبة، وتنشأ الخلايا من مصدرين رئيسيين هما: أنسجة الجسم والأجنة البالغة، ويصنّفها الباحثون بناءً على قدرتها في التمايز إلى أنواع أخرى من الخلايا. وتُعدّ الخلايا الجذعية الجنينية الأكثر فعالية، حيث إنها بطبيعتها مهيةة لتصبح كل نوع من خلايا الجسم.



ويرى الباحثون أن حقن الخلايا الجذعية يمثل مجالاً مثيراً للاهتمام في عالم الطب بسبب قدرتها على تجديد الأنسجة التالفة وإصلاحها، ويسعى العلماء إلى اعتماد تقنيات متطورة لتأمين العلاج لبعض الأمراض، مثل زرع نخاع العظام لمساعدة الأشخاص المصابين بسرطان الدم والأورام اللمفاوية. ويمكن أيضاً استخدامها لعلاج الورم الأرومي العصبي والورم النخاعي المتعدد، وتتواصل الدراسات والتجارب السريرية حول استخدام العلاج بالخلايا الجذعية لأنواع أخرى من السرطان.

ويعد العلماء أيضاً الأشخاص المصابين بداء السكري من النوع الأول بتلقي خلايا البنكرياس لاستبدال الخلايا المنتجة للأنسولين التي دمرتها أجهزة المناعة لديهم.

### عقار جديد وفَعَال لسرطان البروستاتة

بعد حصوله على موافقة رسمية من إدارة الغذاء والدواء الأميركية نتيجة نجاح التجارب السريرية، من المتوقع أن يبدأ هذا العام تطبيق عقار «دارولوتاميد» مدمج مع Docetaxel لعلاج المرضى الذين يعانون من سرطان البروستاتة النقيلي الحساس للهورمونات (mHSPC)، وفي الحالات المتقدمة يمكن دمجه مع العلاج الكيماوي «بالدوسيتاكسيل» لعلاج سرطان البروستاتة الحساس للإخصاء النقيلي. ويؤكد الأطباء أن هذا العلاج سيقتل الخلية السرطانية من دون أن يؤثر ذلك في الأنسجة المحيطة بها.

و«دارولوتاميد» هو جيل جديد من العقاقير غير الستيرويدية المضادة للأندروجين (NSAIDs) التي يتم تطويرها لعلاج سرطان البروستاتة، كما أنه من البدائل المقترحة كعلاج نهائي للأورام السرطانية، حيث يعمل هذا العقار من طريق منع مستقبلات الأندروجين (الخضراء) في الخلايا السرطانية من الارتباط بالأندروجين (الأصفر)، وهو ما يمنع الإجراءات التي يمكن أن تسمح للخلايا السرطانية بالبقاء والنمو.

### روبوت مغناطيسي لزوج لعلاج الأعضاء

إلى ذلك، ابتكر علماء صينيون روبوتاً لزوجاً يمكنه دخول الجسم لأداء مهام خاصة، مثل استرجاع الأشياء التي تم ابتلاعها من طريق الخطأ. ويمكن أن يتحرك الروبوت داخل الجسم من طريق المغناطيس، ويحيط بالأشياء على شكل C أو O ويلتقطها، ويمكنه أيضاً ربط الأقطاب الكهربائية. والروبوت الذي من المتوقع البدء في استخدامه من جانب الجراحين خلال هذا العام مصنوع من مزيج من «البوليمر» وجزئيات مغناطيس «نيوديميوم»، وله خصائص لزجة ومرنة، مما يعني أنه أحياناً يمكن استخدامه كمادة صلبة، وأحياناً يتصرف مثل السائل.

### كرة من السيليكون لعلاج الحرقة المزمنة

توصلت مجموعة من العلماء إلى حل فعال يساعد المرضى الذين يعانون من الحرقة المزمنة في المعدة، وذلك من طريق زراعة كرة صغيرة من السيليكون في المعدة، وهي أصغر من حجم كرة التنس بقليل وتساعد على التخفيف من آلام الصدر الناجمة عن الارتداد المعدي المريئي، والذي يسبب تراجع حمض المعدة إلى الحلق.

ويطلق على الجهاز الجديد اسم RefluxStop، وهو يعالج المشكلة من طريق الضغط البسيط على الصمام المعيب في الجزء العلوي من المعدة لمنع الحمض من الارتداد. ويعمل هذا الجهاز من خلال إدخال كرة من السيليكون في المعدة، ثم الضغط على العضلة العاصرة المريئية السفلية لإبقائها مغلقة، ما يوقف تسرب الحمض، لا سيما أن حرقة المعدة أمر شائع يحدث بسبب تناول أطعمة معينة، إلا أنها يمكن أن تسبب أضراراً ومضاعفات خطيرة، بما في ذلك الإصابة بالسرطان.

### لاصق طبي من الطبيعة لعلاج النزيف

يطور عدد من الباحثين مادة لاصقة طبية مؤلفة من مكونات طبيعية مثل بلح البحر والديدان، ويتم وضع هذه المادة المبتكرة على مكان النزيف، فتقوم بعملية الشفط لامتصاص الدم وتنظيف السطح للاتصاق والربط بين الأنسجة لتوفير مانع تسرب مادي. وتتم هذه العملية بسرعة وفي وقت قصير من دون الحاجة إلى الضغط على موضع النزيف، وبالتالي هي مناسبة لحالات النزيف غير القابل للانضغاط، والتي غالباً ما تهدد الحياة.

وفي التجارب الأولى لهذه المادة اللاصقة، تبين أنها تعزز تخثر الدم. كما يمكن إزالتها من دون التسبب في إعادة النزيف، ولذلك يسعى العلماء إلى تطوير هذا الابتكار خلال هذا العام، ومن المنتظر أن يحل مكان خيوط الجروح لتوفير السرعة في العلاج.



**٢٧ ابتكر علماء صينيون روبوتاً لزوجاً يمكنه دخول الجسم لأداء مهام خاصة، مثل استرجاع الأشياء التي تم ابتلاعها من طريق الخطأ**

# رائدة الأعمال دعاء جاويش

## الفشل مجرد عقبة تواجهنا في طريق النجاح

دعاء جاويش، شابة مصرية عملت لمدة 11 عاماً في شركة عالمية كبيرة، وكانت متفوقة في عملها رغم أنها لم تكن تحبه، لذا قررت فجأة أن تترك وظيفتها المميزة لتتطرد شغفها، فأطلقت مشروعها الخاص عام 2018 لتشجيع النساء على تقبل شعرهن الأجدد والاهتمام بمظهرهن الطبيعي. اليوم، أصبحت دعاء سيدة أعمال ناجحة ومؤثرة على وسائل التواصل الاجتماعي، ومن أبرز الداعمين لتمكين المرأة من خلال تعزيز ثقته في نفسها وحب ذاتها، واستثمار وقتها ومجهودها ومالها للاهتمام بشعرها الطبيعي. فقبول المرأة لشعرها الطبيعي هو الخطوة الأولى في حب الذات، لأنه يظهر للعالم ثقته في نفسها ويسمح لها بأن تكون مثالا ونموذجاً يحتذى بهما جيل الشباب.

### جولي صليبا

بدأت حكاية دعاء جاويش منذ الطفولة بحيث كان شعرها أجدد في صغرها، لكنها لم تكن تعلم أن هذا الشعر مشابه لشعر الكثير من الفتيات الأخريات، إذ لم يكن متعارفاً عليه بين الناس في الماضي أن الشعر طبيعته مجعّدة وكان يتم التعامل معه بطريقة خاطئة. لذا، كانت دعاء تربط دائماً شعرها إلى الخلف أو تقصه قصيراً جداً. وعندما كبرت، راحت تصفّفه بالحرارة في الصالون. فالمفهوم السائد آنذاك هو أن الشعر الأجدد يفرض دائماً على صاحبه أن يكون مصقفاً أو قصيراً جداً لصعوبة الاعتناء به. تساءلت دعاء مراراً ما إذا كان هناك حل لعلاج الشعر الهاش، وهل من طريقة لجعل الشعر جميلاً أو إبراز المظهر المجعّد فيه؟ فالأفكار السائدة حينذاك تقول إن الشعر الأجدد حشن وغير مرتّب وهائش. نشأت دعاء على هذه المفاهيم الخاطئة، ورغم أن أحداً من عائلتها لم ينتمّر عليها، كانت تسمع الكثير من التعليقات السلبية من العالم الخارجي، ولذلك عمدت إلى تصفيف شعرها بالحرارة مرة أو مرتين أسبوعياً. كان شعرها ثقيلًا وطويلاً وأرادت الإبقاء على مظهره الطويل والممتلئ رغم استخدام الحرارة، فبحثت على الانترنت عن وسائل العناية بالشعر بطرق طبيعية حتى يبقى شعرها كما هو. تعلمت دعاء العديد من العلاجات الطبيعية التي يمكن تحضيرها في البيت، ونجحت فعلاً في الإبقاء على شعرها صحياً رغم استخدامها المستمر للحرارة.

### من هواية إلى احتراف

كانت دعاء جاويش تعمل في شركة «بروكتور وجامبل» الأميركية، ووصلت إلى منصب مرموق، لكنها لم تكن تحب عملها وتجده مملاً، فتساءلت لماذا لا تنشئ مجموعة على موقع التواصل الاجتماعي «فيسبوك» لتشارك فيها طرق العناية بالشعر الأجدد مع عموم الناس! وهذا ما حصل بالضبط، بحيث شاركت دعاء تلك الطرق والوصفات وشرحها بأسلوب علمي.







على كل  
امرأة أن تترك  
شعرها يتحدث  
عنها

أنشأت دعاء مجموعة الـ«فيسبوك» الخاصة بها في عام ٢٠١٦، ونشرت معلوماتها عن العلاجات الطبيعية وكيفية خلطها في البيت، وطرق الاعتناء بالشعر والحفاظ عليه من أضرار الحرارة. ولاقَت مجموعتها الكثير من التفاعل والأصداء الإيجابية، لأنها كانت تشارك معلوماتها بطريقة علمية دقيقة وتُجيب على كل الأسئلة، وتشجّع النساء على الاعتناء بشعرهنّ الأجدد والإبقاء على مظهره الطبيعي، وتدعوهُنّ بالتالي إلى التوقف عن استخدام الحرارة لتصفيف الشعر لأنها أكبر سبب لتدميره.

هكذا، بدأت النساء بمشاركة صورهنّ بشعرهنّ الطبيعي أثناء عملهنّ وممارسة كل أنشطة حياتهنّ، وتشجّع المزيد من النساء للرجوع إلى طبيعة شعرهنّ الأجدد. وخلال فترة الصيف، تصاعد عدد أعضاء المجموعة على «فيسبوك» من ٥ آلاف إلى ٨٠ ألفاً وبدأت شهرتها تزداد تدريجاً.

### ابتكار من رحم الحاجة

تلقت دعاء الكثير من الأسئلة عن كيفية الاعتناء بالشعر الأجدد، علماً أن كل منتجات العناية بالشعر المتوافرة في الأسواق مليئة بالمواد الكيماوية، والتي تؤذي الشعر على المدى البعيد. لذا، بدأت البحث عن كيفية استخدام منتجات فيها مكونات مفيدة، ووصفات طبيعية يمكن تطبيقها لتقوية الشعر وتناسب الشعر الأجدد.

خلال رحلة البحث هذه، اكتشفت دعاء أن المناشف القطنية التي تستخدمها النساء لتجفيف الشعر ليست جيدة أبداً، لأنها سبب من أسباب هيشان الشعر، ويُستحسن أن تكون هذه المناشف من خامة المايكروفايبر. وأدركت أن كل المنتجات التي يمكن صاحبة الشعر الأجدد استخدامها غير متوافرة في مصر، فخطر في بالها أن تترك وظيفتها التي لم تكن تحبها، وتؤسس علامة The Hair Addict التي تحض النساء على الاعتناء بشعرهنّ الطبيعي وتقدّم لهنّ منتجات العناية المناسبة. وبما أن دعاء مهندسة ميكانيكية وكانت تعمل في مجال سلاسل الإنتاج، والعرض والطلب والتنبؤ بحجم المبيعات والعمل على إنتاجها مع المصانع، كان من السهل عليها التعاقد مع مصانع لإنتاج المنتجات وتسجيلها في وزارة الصحة المصرية والتخزين والشحن.

بدأت الرحلة مع منتج واحد نال إعجاب الكثيرات واسمه «الوصفة الهندية» The Indian Recipe، وهو يدعم نمو الشعر ويوقف التساقط الناجم عن استخدام الصبغة والحرارة.

اليوم، توسّعت مجموعة المستحضرات لتضمّ إلى جانب «الوصفة الهندية»، وصفة أخرى لحماية الشعر من الكلور وأضرار السباحة Swim proof Recipe، وبديلاً طبيعياً للشامبو No Poo وأدوات مثل فرشاة التحديد Definition brush تساعد على توزيع المنتجات على الشعر، ومنشفة مصنوعة من المايكروفايبر لتجفيف الشعر من دون هيشان Frizz off towel، ومنتجات Bubble Trouble المخصّصة للأطفال، ومجموعة Frizz off Line لمحاربة الهيشان والرطوبة.

### صعوبات لا بدّ منها

عند سؤال دعاء جاويش عن الصعوبات التي واجهتها في عملها، تقول إنها الصعوبات نفسها التي تواجه كل الشركات المصرية الناشئة، ولا سيما المشاكل المادية وتأثيرها في قدرتها على استيراد بعض المواد الخام والمنتجات الجاهزة من الخارج. ورغم ذلك، استطاعت التغلب على هذه المشاكل من طريق الانتاج المحلي لبعض البدائل. كما واجهت دعاء مشكلة تسجيل المنتجات في وزارة الصحة المصرية، لأنه كان يحتاج إلى الكثير من الوقت، لكن الأمور أصبحت أفضل حالاً اليوم. أما المشكلة الثالثة التي واجهت دعاء فهي محاولتها التوسّع خارج مصر وترسيخ العلامة في دول العالم.

علماً أن دعاء تجاوزت هذه المصاعب بفضل دعم النساء لها ولمنصتها وشركتها، وثقتهنّ في ابتكاراتها وجودة منتجاتها. تدرك دعاء تماماً أن الحياة مليئة بالصعوبات، لكن الفشل ليس إلا عقبة تواجه الشخص وهو في طريقه الى النجاح.

### نصيحة لكل امرأة

تنصح دعاء جاويش كل امرأة بالقول: أحبي شعرك وكوني واثقة بأن الجميع يراك جميلة بمقدار شعورك الداخلي بالثقة في جمالك، وتوصي الفتيات ذوات الشعر الأجدد بتحرير أنفسهن من المعايير المجتمعية الغربية للجمال وإطلاق العنان لشعرهن الطبيعي والتخلص من أدوات التصفيف الحرارية والإبقاء على شعرهن الطبيعي! فاحتضان المرأة لشعرها الطبيعي وتقبله هما الخطوة الأولى في حبّ الذات. شعر كل امرأة مميز ورائع وله شكله الخاص به، لذا على كل امرأة أن تترك شعرها يتحدّث عنها. 📌

📌 بدأت البحث  
عن كيفية استخدام  
منتجات فيها  
مكونات مفيدة،  
ووصفات طبيعية  
يمكن تطبيقها  
لتقوية الشعر  
وتناسب الشعر  
الأجدد

## "المعرض السعودي للأعراس" في الرياض يتألق بأبهى الحلل

مع ليلِ الرياض الوديع يتألق "المعرض السعودي للأعراس" ويبرقُ وجَه النجوم وتتعالى صيحات الجمال من كل حدب وصوب، فسبحان من زود حلاها، وحلا ليلها لتقام فيه الأفراح والمعارض الملاح تحيت نور قمرها المشرق، وعلى أرضها أحلى الدلال، فسبحان من أعطاها الجمال، وأوصافا تتعدى الخيال، لتتربّع على عرش المعارض والمهرجانات ويُقام على أرضها "المعرض السعودي للأعراس" بكل ألقه وجماله، حيث التقت الأكف لإخراجه بأجمل صورة وكل ما يلزم العروس لتكون ملكة في ليلة فرحها.

### جدة - آمنة بدر الدين الحلبي

متألقة كأميرة، وشامخة كشموخ الرياض بفسطانها الأبيض الذي اجتمعت كل الأيادي لتنقش أجمل تصميم ليلية من ليالي العمر.

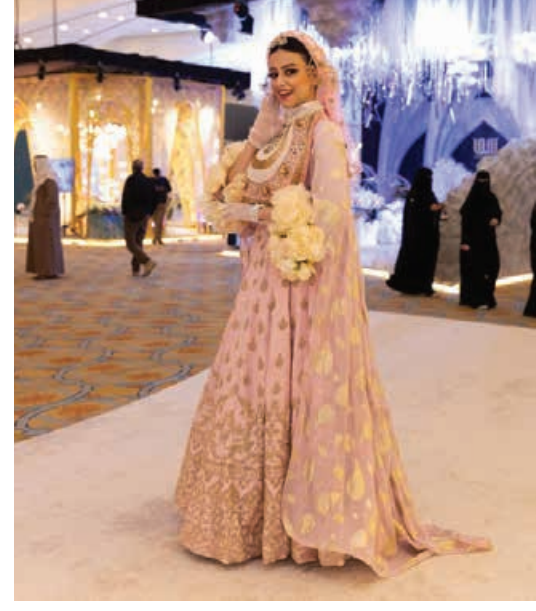
وصدق الشيخ الدكتور محمد بن عبود بن علي العمودي حين قال:

"يا نجد من جودك نجود  
أنا أحمدُ الله على الظروف  
من دون موعِد يا الهنوف  
الوجود بأحضانك وُرود  
اللي التقت فيها الكفوف  
الله جمعننا في الرياض"

على أرض الرياض، التقت الأكف لتقديم الجمال في "معرض الأعراس" الذي جمع أرقى المصممين وأكفأ المنفذين لفساتين بمختلف الأشكال والألوان، أبهرت الحاضرين بذوقها ودلعتها وزركشتها وتطريزها ونقوشها، والتي صممتها المبدعة ريم عسيلان برعاية "معهد المستقبل العالي للتدريب" برئاسة السيدة الفاضلة رجاء مؤمنة. ومما زاد الفساتين جمالا، تصاميم المجوهرات التي تختار منها العروس العقود والأقراط والأساور، أما الخواتم فيشع بريقها إلى فضاءات الكون لنرى كل الجمال على مرزح الريم العنود الجاذب الحقيقي للرياض. هي الرياض التي احتضنت "معرض الأعراس" الذي تألق بأبهى الحلل فجافى النوم عيوننا حتى لا نفارق ربوعها ونرى تصاميم المجوهرات يشع بريقها بنور ساطع البياض من ماس وأحجار كريمة...

ويزداد المعرض ألقا بجذب مصممي الشعر لتتجدل خصلاته على جبين الجميلات... ويكتمل بمصممي المكياج بكل مفرداته وألوانه كل حسب ذوقه الرفيع الذي يتجلى على وجوه الفاتنات فتتورد ملامحهن مثل الرياض. ومنذ الوهلة الأولى لافتتاح المعرض، اندلق منه عطر "القد الميأس"، الذي يسمو بالروح بكل أنواعه حاملا معه زهور العالم ليفيض حنانا وحبًا ومحبة.

زهور بمختلف تصاميمها وأشكالها، والجوري بشفاه وردية يتسم للقاصي والداني وينثر عطر العشق لترق ملامح الرياض، وتغدو تلك الفاتنة التي تجذب عشاقها في ليل مُقمر يرخي نوره على الحرائر الرشيقات، وما تنقش الريح على وجنتيها، وما تضيف من بهاء. وفي نهاية المطاف، تتسع الأماكن كلها لتفرد طعام العشاء المطهو بالمحبة وكل أنواع العشق، على الموائد المزركشة بالحنين والنداء، وتزغرد كل الصحارى بأبعادها وينسكب على قدميها الحب اشتهاً. هي الرياض في كل الدروب تحتضن كل أنواع الجمال وتظل تُشرق بالكبرياء... حين نحدق في ناظريك، نرى "معرض الأعراس" موشوما في ليل الرياض.



**على أرض**  
**الرياض، التقت**  
**الأكف لتقديم**  
**الجمال في**  
**"معرض الأعراس"**  
**الذي جمع أرقى**  
**المصممين وأكفأ**  
**المنفذين لفساتين**  
**بمختلف الألوان**

# الديتوكس وتنظيف الجسم من السموم: وهم أم حقيقة؟

مع بداية العام الجديد، يحاول كثيرٌ منا الالتزام بقرارات جديدة في محاولة لفتح صفحة جديدة في كتاب العمر. ويقرر بعض الأشخاص الشروع في حميات غذائية للتخلص من الكيلوغرامات الفائضة واستعادة الرشاقة والوزن السليم. وقد تكون حمية الديتوكس Detox الأكثر شهرة في الآونة الأخيرة، لأنها كفيلة بتخليص الجسم من السموم المتراكمة نتيجة النظام الغذائي السيئ والملوثات الخارجية. نستعرض في ما يأتي كل الحقائق المرتبطة بالديتوكس، ونعرض إيجابياته وسلبياته بحيث يستطيع كل شخص تحديد ما إذا كانت هذه الحمية مناسبة له أم لا.

جولي صليباً







الأغذية المسببة للحساسية، وممارسة التمارين الرياضية بانتظام، والإكثار طبعاً من شرب الماء.

### فوائد كثيرة

تكشف حمية الديتوكس عن فوائد صحية كثيرة أبرزها:  
تقوية جهاز المناعة.  
تنشيط الدورة الدموية.  
تزويد الجسم بالفيتامينات والعناصر الغذائية المفيدة.  
منح الشعور بالطاقة والحيوية.  
تحسين التركيز والذاكرة.  
تحفيز الكبد والجسم على التخلص من السموم عبر البول، والبراز، والعرق.  
التخلص من الوزن الزائد.  
التحفيز على تناول الأطعمة الكاملة والمغذية والصحية.  
المساهمة في التخلص من الضغوطات اليومية.  
المساعدة على الاسترخاء والنوم الهانئ.



ينصح بعض الاختصاصيين باتباع حمية الديتوكس بسبب تعرّض الإنسان المستمر للمواد الكيميائية المؤذية الموجودة في البيئة والنظام الغذائي، وأهم هذه السموم مبيدات الحشرات، والمنظفات المنزلية، والمضافات الغذائية، والمضادات الحيوية والهورمونات المضافة إلى الأغذية، والأدوية ودخان السجائر وغيرها الكثير. وعند تراكم هذه السموم في الجسم، يشعر الشخص بالإرهاك والتعب، واضطرابات المزاج مثل القلق أو الاكتئاب، والصداع، والأرق وصعوبة في النوم، وزيادة غير مبزرة للوزن، وانبعاث رائحة كريهة من الجسم، واضطرابات في الجهاز الهضمي، وآلام في العضلات، ومشكلات في البشرة مثل حب الشباب أو الطفح الجلدي أو ظهور الدامل.

### ما هو الديتوكس؟

تقوم حمية الديتوكس على اتباع نمط غذائي معين، مثل استبدال الأطعمة بالسوائل، والتركيز على تناول الخضروات والفواكه، والامتناع عن تناول الطعام لفترة محدّدة من الزمن، والابتعاد عن الكربوهيدرات المصنّعة والزيوت النباتية الصناعية، والتركيز على عصير معين مثل عصير الليمون أو غيره. كما يشيع ديتوكس الماء، بحيث تُضاف الفاكهة أو الخضروات أو الأعشاب الطبيعية الغنية بمضادات الأكسدة إلى الماء. يمكن تحضير ماء الديتوكس في المنزل بحيث يتم اختيار إناء زجاجي لنقع المكونات في الماء ووضعها في الثلاجة لفترة قبل استهلاكها. هناك أيضاً ديتوكس خل التفاح الذي يعمل كمضاد للتأكسد، ويساعد الجسم على رفع عملية امتصاص الغذاء وزيادة نسبة حرق الدهون فيه. وهناك ديتوكس الحامض والنعناع والخيار بحيث تُضاف إلى الماء شرائح الحامض مع الخيار وأوراق النعناع، والزنجبيل. وهناك ديتوكس الفاكهة المتنوعة مثل ديتوكس التفاح مع القرفة، وديتوكس التوت الأحمر أو الفريز مع البطيخ الأحمر وإكليل الجبل. وخلال حمية الديتوكس، يجب الامتناع تماماً عن شرب القهوة وتناول السكر المكرر وتدخين السجائر، وتجنّب كل

### آثار جانبية

يحذر الأطباء من فقدان السوائل من الجسم واضطراب الأملاح (electrolytes) والجفاف خلال حمية الديتوكس، نتيجة انخفاض منسوب الأطعمة والمشروبات. ومن أبرز الآثار الجانبية لحمية الديتوكس:  
الصداع في الأيام القليلة الأولى، وينجم ذلك غالباً عن توقف استهلاك الكافيين.  
الجوع والضعف العام.  
انخفاض نسبة السكر في الدم.  
الشعور بالدوار والغثيان.  
فقدان كتلة الجسم العضلية وآلام في العضلات.  
نقص المواد الغذائية، وخاصة البروتين والكالسيوم، في حال اعتماد حمية الديتوكس لفترة طويلة.  
قلّة التركيز واضطرابات في المزاج والنوم.  
عدم امتلاك طاقة كافية للقيام بالنشاطات اليومية.  
سرعة الانفعال وتقلّب المزاج بسبب نقص المواد الغذائية مثل حمض الفوليك والفيتامين B12.  
تكوين الحصوات في المرارة نتيجة إفراز الجسم لكميات زائدة من الكوليسترول والعصارة الصفراء بسبب التغير المفاجئ والحاد في النظام الغذائي.  
تسارع في دقات القلب.

### موانع اتباع حمية الديتوكس

هناك بعض الأشخاص الذين يحظر عليهم اعتماد حمية الديتوكس، وهم:  
المصابون بالأمراض المزمنة، مثل فقر الدم أو مرض السكري.  
الأطفال والمراهقون لأنهم بحاجة إلى كميات كافية من العناصر الغذائية للنمو بشكل سليم.  
النساء الحوامل والمرضعات، وذلك لحاجة الأم والجنين إلى نظام غذائي متكامل.  
المصابون باضطرابات الأكل.



## أطباق ديتوكس مع الشيف سوشادا يانجيون

سوشادا يانجيون (كون شومبو) هي الشيف التنفيذية المساعد في المنتجع الصحي "كامالايا" في كوساموي في تايلندا. تشرف سوشادا يانجيون، المعروفة بلقبها التايلندي "شومبو"، على العمليات في مطاعم الفندق بما فيها صالة الشيمي للشاي ومقهى أمريتا ومطعم سوما. وأظهرت الشيف "شومبو" اهتماما كبيرا بالطهو منذ أن كانت في العاشرة من عمرها، حيث أعدت وجبات الغداء لأجدادها. ودرست سوشادا فنون الطهو وبدأت حياتها المهنية في عالم الطهو في السابعة والعشرين من عمرها، حيث عملت في أحد المطاعم المشهورة في كوانجان. كما عملت بعدها لمدة قصيرة على متن سفينة سياحية، قبل الانضمام إلى فريق الطهو في "كامالايا" عام 2005. خطت الشيف سوشادا يانجيون مسيرة مهنية مميزة خلال فترة عملها في "كامالايا" في كوساموي، وهي شغوفة بالعمل مع فريقها في ابتكار أطباق جديدة تجمع بين المطبخ التايلندي التقليدي والخيارات الصحية للتخلص من السموم.

### كرات الطاقة

كرات الطاقة من "كامالايا" هي حلوى لذيذة ومصدر جيد للطاقة ومثالية للتخلص من السموم. تتميز هذه الكرات بأنها صغيرة الحجم لكنها تحتوي على كميات كبيرة من المعادن والدهون الصحية ومضادات الأكسدة. كما تحتوي على البروتينات الأساسية والحديد وأوميغا3، بالإضافة إلى الألياف الصحية التي تحسن عملية الهضم.

3 أزهار صالحة للأكل

5 غرامات من لب

جوز الهند

(مقطع إلى عيدان رفيعة)

7 قطع من الناتا دي كوكو

(أو هلام جوز الهند) (اختياري)

#### المكونات

25 غراماً من بذور اليقطين

25 غراماً من بذور دوار الشمس

25 غراماً من برش جوز الهند

الناعم

10 غرامات من بذور السمسم

الأبيض والأسود

10 غرامات من بذور الكتان

5 غرامات من السبيرولينا

10 حبات كاملة من التمر

المجفف

غرام واحد من برش الليمون

3 مليلترات من عصير الليمون

#### للزينة

30 مليلتراً من حليب جوز الهند

غرامان من بذور

السمسم الأبيض والأسود

3 أوراق من النعناع



#### طريقة التحضير

توضع كل المكونات في خلاط

الطعام الكهربائي وتُخلط

جيداً. يمكن استخدام الهاون

لطحن المكونات بدل الخلاط

الكهربائي. عندما يتحول المزيج

إلى كرة دقيقة، يُقرص إلى كرات

صغيرة، وتُغلف هذه الكرات

ببرش جوز الهند المحمص.

تُصف كرات الطاقة في طبق

التقديم ويتم تزيينها حسب

الذوق.

### عصير ديتوكس

الكمية تكفي لتحضير 350 ملليتراً (شخص واحد)

يعمل ماء جوز الهند على ترطيب الجسم وتجديد شبابه، بينما يعزز الريحان والأناس عملية الهضم، ما يجعل من هذا العصير رقيقاً مثالياً لأي وجبة. يحتوي ماء جوز الهند على الإلكتروليتات، ما يجعل منه مشروباً ممتازاً لترطيب الجسم في المناخات الحارة وبعد ممارسة التمارين الرياضية. كما يساعد على تخفيف الحمى وتهدئة الجهاز العصبي وتنظيف الكبد. وهو فعال في عملية إزالة السموم، حيث يعمل على تحييد السموم في الدم.

#### المكونات

300 ملليتر من ماء جوز الهند  
50 ملليتراً من عصير الأناس الطازج  
5 غرامات من أوراق الريحان

#### طريقة التحضير

توضع كل المكونات في الخلاط الكهربائي مع القليل من مكعبات الثلج، وتُخلط على سرعة متوسطة حتى تمتزج جيداً (تُخلط لنحو 30 ثانية). يُقدّم الشراب بارداً لينعش الجسم.





## الملفوف التايلندي مع صلصة الطحينة

الكمية تكفي لشخصين

الملفوف غني بمضادات الأكسدة، ولا سيما الفيتامينات "أ"، و"ج"، و"هـ"، و"ك"، إضافة إلى الفيتامينات "ب" والكالسيوم والبوتاسيوم والحديد واليود والكبريت. وتعد طحينة السمسم مصدراً غنياً للدهون غير المشبعة والعناصر المغذية للدم والحديد وحمض الفوليك. ويحتوي هذا الطبق على مزيج من الخضار الطازجة والفطر وبذور السمسم والأعشاب، ما يجعل منه منشطاً رائعاً لتغذية الدم.

يطهى المزيج مع التحريك المستمر حتى ينضج السائل تماماً. يُضاف الكرفس والبصل الأخضر ويُحرّك المزيج ثم يُرفع عن النار. يُضاف زيت السمسم وبذور السمسم ويتبلّ بملح البحر والفلفل.

لتحضير اللفائف، تؤخذ ورقتان من الملفوف المسلوق وتوضعان على لوح التقطيع. توضع ربع الحشوة في الوسط ثم تطوى ورقة الملفوف بحرص. أسهل طريقة لربطها هي أخذ وعاء صغير ووضع الثوم المعمر المقشر في قاعدته على شكل علامة +. يوضع الغلاف المطوي في الأعلى ثم يربط الثوم المعمر بإحكام.

توضع اللفائف في قدر بخاري وتطهى لمدة 3 إلى 5 دقائق حتى تسخن، ثم تُقدّم مع صلصة الطحينة.

### صلصة الطحينة

30 ملليتراً من الطحينة  
15 ملليتراً من زيت السمسم  
20 ملليتراً من عصير الليمون

### طريقة التحضير

يجب أولاً تحضير صلصة الطحينة. تخلط الطحينة مع عصير الليمون في الخلاط الكهربائي، ثم يُضاف زيت السمسم ببطء مع الاستمرار في الخلط. تُسلق أوراق الملفوف، بمعدل ورقتين في كل مرة، لبضع ثوانٍ في ماء مغلي مع الملح ثم تُبرد على الفور في ماء مثالج. تُرفع أوراق الملفوف من الماء وتجفف باستخدام منشفة ورقية. يُقطع الجذع الصلب من الملفوف ويتم التخلص منه.

تُسخن مرقة الخضار ثم يُضاف الثوم والشعيرية والملفوف المبشور والجزر وفطر شيتاكي.

### المكوّنات

8 أوراق كبيرة من الملفوف  
350 غراماً من الملفوف المبشور  
ناعماً  
80 غراماً من الشعيرية  
150 غراماً من الجزر المبشور  
ناعماً  
30 غراماً من الفطر التشيكي المقطّع  
ناعماً  
15 غراماً من الكرفس الصيني  
المقطّع ناعماً  
15 غراماً من البصل الأخضر المقطّع  
ناعماً  
60 ملليتراً من مرقة الخضار  
بهار أسود حسب الذوق  
ملح خشن حسب الذوق  
8 فصوص من الثوم المعمر  
3 ملليترات من زيت السمسم  
غرام واحد من بذور السمسم الأبيض  
أو الأسود  
فضان من الثوم



### هريسة البطاطا الحلوة مع البروكولي وصلصة الزنجبيل

الكمية تكفي لشخصين

يحتوي هذا الطبق على مجموعة من مضادات الأكسدة التي تخلص الجسم من السموم، كما أنه غني بالفيتامين أ المفيد للعيون والبشرة، وينضوي على العديد من الفوائد والخصائص المضادة للالتهاب من الزنجبيل.

تُهرس البطاطا الحلوة، وبعد تتبيلها بالملح وجوزة الطيب وزيت الزيتون، يُضاف إليها القليل من سائل الطهي للحصول على قوام كريمي. يتم طحن عود صعتر باليد ويُضاف إلى البطاطا الحلوة المهروسة.

تُسخن الصلصة في قدر على نار خفيفة، ويُضاف البروكلي الصيني حتى يتم تسخينه بالكامل (لمدة دقيقة واحدة تقريباً).

توضع البطاطا المهروسة في وسط الأطباق، ويوزع البروكلي حول الهريس، وترش التتبيلة على البروكلي، ثم يزين بالصعتر الطازج.

#### طريقة التحضير

يوضع ماء جوز الهند ومرق الخضار في قدر ويُترك على النار حتى الغليان. تُضاف البطاطا الحلوة ثم تُترك على نار هادئة حتى تنضج بالكامل.

أثناء طهي البطاطا الحلوة، يتم سلق البروكلي لمدة 20 ثانية، ثم يوضع على الفور في ماء مثلج ليبرد. يُرفع من الماء المثلج ويوضع جانبا.

تُصفى البطاطا الحلوة (يتم الاحتفاظ بسائل الطهي)، ثم توضع في فرن مفتوح لبضع دقائق لإخراج أي ماء متبقي من خلال التبخير.

#### المكونات

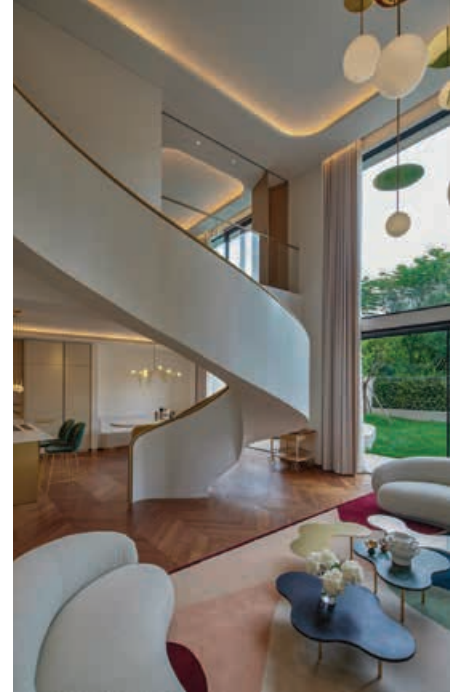
- 50 غراماً من البروكلي الصيني المقطع
- 200 غرام من البطاطا الحلوة، مقشرة ومقطعة إلى مكعبات
- رشة من جوزة الطيب
- 200 مليلتر من ماء جوز الهند
- 100 مليلتر من مرقة الخضار
- 50 مليلتر من صلصة ديتوكس الزنجبيل
- ملح خشن حسب الذوق
- فلفل أسود حسب الذوق
- 3 ملليلترات من زيت الزيتون
- 3 عيدان من الصعتر الطازج



## منزل عائلي وسط مدينة "شنغهاي" ... تصاميم مميزة وأجواء مريحة وعصرية

رؤية زخرفية لافتة بخطوط رشيقة وعصرية وألوان زاهية منحت منزلا عائليا وسط مدينة "شنغهاي" حضورا خاصا وهوية مميزة. حضور وقعه المهندس الزخرفي بتصوّر غير مسبوق مليء بالجرأة والتحدّي، حيث أعاد تحديث الهيكل الهندسي لبناء قديم من ثلاثة طوابق وتطوير مساحاته الداخلية والخارجية وتحويلها الى فضاءات انسيابية رحبة، يتسلل إليها النور الطبيعي وتسكنها البهجة.

باريس - نجاة شحادة



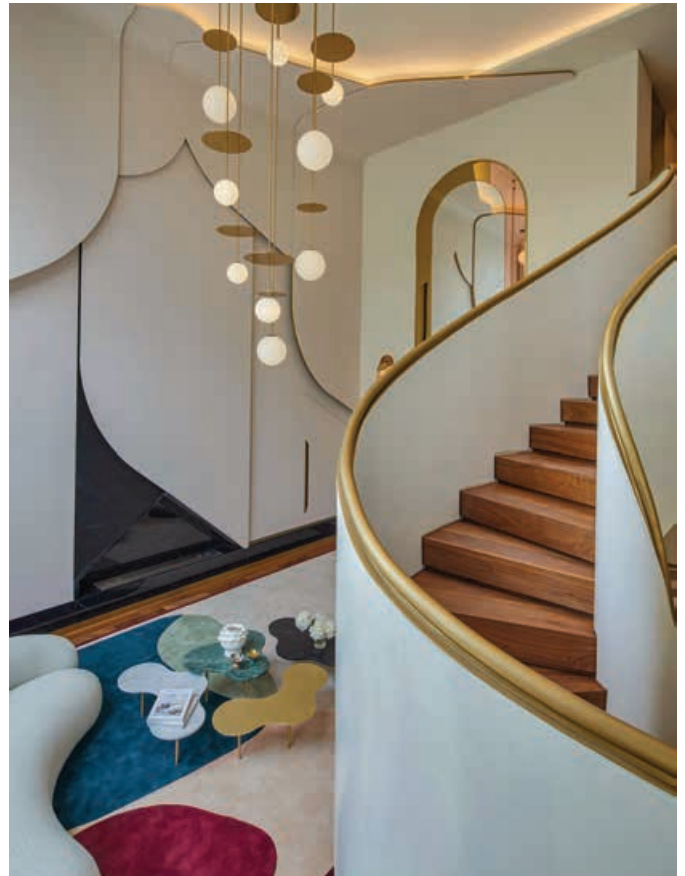
اختار "دارييل توماس" لصياغة الديكور مزيجاً مرناً من العناصر والمواد بتأثير من التيارات الزخرفية الأوروبية وأجواء "الآرت ديكو"، والتي تم تنسيقها بلمسات فنية رشيقة وأشكال وأحجام خيالية ساحرة. في عملية دعم للقيم الجمالية والوظيفية في هذا المنزل الذي يحمل طابع "اللوфт"، يتمدد الخشب فوق الأرضيات، بتوازن وانسجام مع تلبس الرخام الفاخر والأواح الخشب المطلي باللون الأبيض، والتي غطت بعض الجدران بتشكيلات جذابة. يتوسط الطابق الأول من المنزل هيكل لدرج مطلي باللونين الأبيض والبرونزي يؤدي إلى الطابق الثاني، ويعتبر بحد ذاته تحفة هندسية وزخرفية. تتلاقى عندها فضاءات رحبة، يتمثل فيها الصالون بجداره المزخرف بتركيبات خشبية مطلية باللون الأبيض، تكشف من خلال بعض تفاصيلها عن أبواب غير مرئية. يضم الصالون مجموعة من قطع الأثاث المبتكرة، بأحجام صغيرة متنوعة وألوان مدهشة تتناغم بانسجام مع ألوان قطعة السجاد التي تغطي الأرض وعناصر الإضاءة التي ساهمت في إضفاء رونق خاص ولمسة عصرية على المكان. وفي الجهة المقابلة للصالون صالة للطعام تزينا طاولة بسطح من الرخام الأبيض ومقاعد مريحة باللون الأصفر.

تفتح هذه الصالة على المطبخ الذي نسق أحد جدرانه بخزائن عملية، بينما تم تلبس جدار آخر بكتلة رخامية فاخرة. يتوسط المطبخ "كونتوار" بسطح يحتضن "طباخاً" ومساحة لإعداد الطعام وتناوله. ويكشف تصميم المطبخ عن قدرة "دارييل" في التعامل مع العناصر المختلفة والتشطيبات المتناقضة رغبة منه في استكشاف إمكانيات جديدة. وينسحب من المساحة المحيطة بالدرج ممر طويل ومتعرج يندمج في جانب منه حمام للضيوف وسلم يؤدي إلى الطابق السفلي المخصص لصالات التجمع في الحفلات الساهرة. بينما يتسم الطابق العلوي بطابع من الخصوصية، وقد نسق بمكتب خاص وغرفة نوم للضيوف، وجناح لغرفة النوم الرئيسية وبعض ملحقاتها من حمام وغرفة للملابس، وذلك بأجواء تفيض رفاهية. تكشف فضاءات الطابق الثاني عن صالة للمكتب، تشكل مساحة انتقالية بين غرف النوم الخاصة وغرفة الضيوف، وقد نسقت بأثاث أنيق صمم بعناية لهذه الصالة مع خيارات مميزة من الأكسسوارات والألوان أضفت على المشهد مزيداً من الروعة.

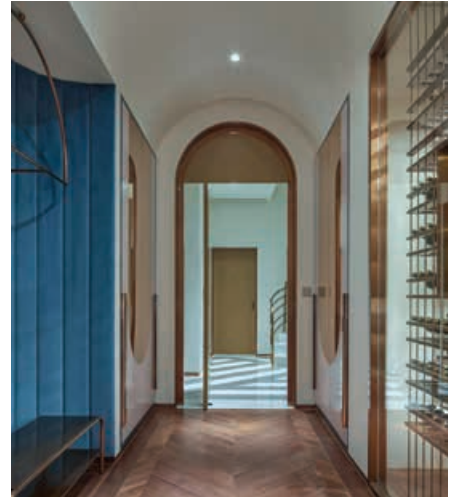
**👉 يتوسط الطابق الأول من المنزل هيكل لدرج مطلي باللونين الأبيض والبرونزي**











غرفة النوم الرئيسية تم تصميمها بشكل طريف وناعم بجدران على شكل بتلات الزهور، بألواح رقيقة وخفيفة من اللون الزهري الناعم، وهي من العناصر الزخرفية الأساسية لهذه الغرفة، التي تحتضن سريراً كبيراً وواسعاً. تتصل بغرفة النوم الرئيسية صالة حمام أنيقة، صُممت كمساحة للاسترخاء والراحة، وهي تكشف عن جدران وأحواض رخامية منجوتة بدقة، تنسجم مع أرضية الفسيفساء والسقف الأبيض. ويعكس هذا الحمام بخطوطه الرشيقه نقاءً بالغاً بمزاوجة ساحرة بين المواد والتركيبات المختلفة.

في الطابق السفلي للمنزل، تم تخيل المساحة كمنطقة للترفيه ومساحة مستقلة، بمواد وتفصيلات جديدة وتشطيبات من النحاس، مما ساهم في خلق أجواء مختلفة. باب كبير مقوَّس، هو المدخل لمساحة واسعة مخصصة للتجمعات والحفلات، مزودة بخزائن ومقاعد لاستقبال الضيوف، وتؤدي هذه المساحة الى منطقتين متصلتين بصرياً، كلتاهما بارتفاع مزدوج وتضمَّان صالة للجلوس وصالة بار مدهشة. تتميز صالة الجلوس بتنسيقها المميز، وموقدها الدائري المندمج في الجدار والذي تزيّنه لوحتان من الجلد باللون الأزرق على شكل ستارة. وفي حين أن الأبيض هو اللون الطاغي للجدران وقطع الأثاث، تبرز الأرضية بسجّادها الملون.

في الجانب الآخر من المساحة جلسة بار مدهشة، ورغم كون المساحة في الطابق السفلي من المبنى فقد تمت إضاءةها بنور طبيعي، مستعاد من فتحة موجودة في السقف مسبقاً ومتصلة بالحديقة. وفي مساحة أخرى من هذا الفضاء ركن لتخزين النبيذ وتذوّقه تحتله أريكة مريحة. أما في القسم المخصص لمرأب السيارات بارتفاعه المزدوج، فقد تم ابتكار طابق نصفي بمساحة مستديرة تعلوها قبة بيضاء وقد نُسقت بواجهات تعرض فيها الأحذية مثل التحف. يمكن الوصول الى هذه الغرفة من خلال درج حلزوني مزود أيضاً بواجهات للعرض.

**تتميز صالة  
الجلوس بتنسيقها  
المميز، وموقدها  
الدائري المندمج في  
الجدار والذي تزيّنه  
لوحتان من الجلد  
باللون الأزرق على  
شكل ستارة**



# Crans-Montana

## كرانس مونتانا وفخامة الإجازة الثلجية السويسرية

أروع الإجازات هي تلك التي تحصل فجأة من دون سابق إنذار وتتخطى كل توقعاتك بأشواط بحيث تثبت لك أن الحياة الرغيدة التي تقرأ عنها في القصص وتشاهدها في الأفلام موجودة فعلا. وهذا ما حصل معي بالضبط عندما تلقيت الدعوة من منتج "ألتيما كرانس مونتانا" لقضاء أربعة أيام في ربوعه في جبال الألب السويسرية. أعرف جيدا أن الإجازة الثلجية في جبال الألب السويسرية رائعة ومثالية ومفعمة بالحماسة، لكن لم أتصور قط أن تكون تلك الإجازة بهذا القدر من الخصوصية والفخامة والرقي والراحة والانعزال. فأناقة هذا المنتج المصنّف خمس نجوم تنماهى مع ترف القمم البيضاء، بحيث يعيش من يقصده لحظات من الرخاء، ويتمنى لو أن عقارب ساعات الزمن تتوقف ليبقى في ذلك العالم الشتوي المكمل بالأبيض.

جولي صليبيا - سويسرا



رنة احتفالية في فيينا



وصلتُ إلى مطار جنيف حيث كانت السيارة الخاصة بمجموعة Ultima في انتظارنا أنا وزملائي في الرحلة لتقلنا إلى منتجع "ألتيمّا كرانس مونتانا" Ultima Crans-Montana. استغرقت الرحلة قرابة الساعتين استطعتُ خلالها تأمل الجمال المتناثر بين الأودية والبلدات السويسرية قبل أن نباشر الصعود نحو كرانس مونتانا. تقع كرانس مونتانا على ارتفاع 1500 متر على هضبة عالية فوق وادي الرون، وتشكل واحدة من أكبر وجهات العطلات في فاله السويسرية. لدى هذه البلدة الكثير لتقدّمه، بما في ذلك الإطلالة المذهلة على سلسلة من القمم الجبلية ابتداءً من ماترهورن وصولاً إلى مون بلان. ويوفر الجانب العصري من كرانس مونتانا المكان الأكثر شمولاً للتسوّق في الألب وذلك لأميال حولها، وتتفاخر باحتضانها مركزاً شهيراً للثقافة والمؤتمرات، ومجموعة واسعة من خيارات الإقامة. وباعتبارها مكاناً لأهم الأحداث الرياضية ومع سمعتها كمقصد لرياضة الغولف، فإن كرانس مونتانا تجذب الزوّار من كل أنحاء العالم. وفي فصل الشتاء، تصبح ملاعب الغولف فردوساً لمحبيّ التزلج، وعشاق المشي لمسافات طويلة. كما تتوافر في كرانس مونتانا مرافق خاصة بالتجديف، وتسلق الجبال، والتزلج المائي والقفز المظلي.

### ملاذ طبيعي في جبال الألب السويسرية

يقع منتجع "ألتيمّا كرانس مونتانا" على ارتفاع "بلايو دي ماينز" في جبال الألب السويسرية ويترك ضيوفه في حالة ذهول لدرجة أنهم يتمنون المكوث فيه إلى الأبد. فهذا المنتجع المصنّف خمس نجوم سويسريور عبارة عن ملاذ هادئ ممتد على مساحة 4500 متر مربع ويتألف من مسكنين مستقلين تماماً، ويتيح لنزلائه الاستمتاع بخدمة الكونسيرج الخاص والشيف الخاص. وتم تصميمه ليعكس محيطه الطبيعي مع الاستدامة في صميم العمليات، ويجمع بين السحر الريفي وأحدث التقنيات.

يذهب المنتجع إلى أبعد حدود لاستيعاب مجموعة كبيرة تصل إلى 38 ضيفاً، وهو مثالي للعائلات متعددة الأجيال. يتألف المنتجع من شاليين خاصين فيضيان فخامة ويمكن حجزهما معاً أو حجز الشاليه الأول لوحده، فيما يبقى الشاليه الثاني شاغراً من دون أي ضيوف. فقد ارتأت إدارة المنتجع الحفاظ على خصوصية النزلاء،



يقع منتجع  
"ألتيمّا كرانس  
مونتانا" على  
ارتفاع "بلايو دي  
ماينز" في جبال  
الألب السويسرية



في هذا الملاذ  
الاستثنائي، يمكن  
عيش تجربة  
"ألتيماف" الكاملة  
والموازنة بين أيام  
التزلج، والعلاجات  
المهدئة للعقل،  
وتجارب تناول  
الطعام ذات  
المستوى  
العالمي

ولذلك يتم تخصيص كامل مرافق المنتج لمجموعة واحدة من النزلاء دون سواها. وهذا ما يجعل الفندق الملاذ المثالي المنعزل للعائلات متعددة الأجيال ومجموعات الأصدقاء الذين يبحثون عن ملاذ خاص ومختلف لخلق ذكريات تدوم مدى الحياة.

يفترش الشاليه الأول مساحة 3850 متراً مربعاً ويضم ثماني غرف نوم، لكل منها غرفة لتبديل الملابس وحمّام خاص وشرقة توفر إطلالات خلابة على الطبيعة المحيطة. كما يحتضن الشاليه مهجّعين للأطفال، وصالة ألعاب ولاونج لتدخين السيجار، إضافة إلى صالة بلياردو وغرفة طعام تتسع لـ 16 شخصاً، وصالة رياضية مجهزة بأحدث المعدّات.

أما الشاليه الثاني فيمتد على مساحة 820 متراً مربعاً ويضم ست غرف نوم واسعة، لكل منها غرفة لتبديل الملابس وحمّام وشرقة. كما يشتمل مطبخاً مفتوحاً وقاعة سينما ومكتبة ولاونج لتدخين السيجار. ثمة رواقٍ ينقل نزلاء الشاليه الثاني مباشرة إلى السبا للاستمتاع بجلسات التدليك والعناية، ويعتبر هذا الشاليه مثالياً للأصدقاء أو العائلة الكبيرة.

كما يضمّ الفندق منتججاً صحياً بمساحة 1000 متر مربع يجمع بين الفخامة، والاختصاصيين ذوي المهارات العالية، وأحدث التقنيات لتقديم أفضل العلاجات الصحية والتجميلية والطبية. ومن وسائل الراحة الأخرى المتوافرة في المنتجج نذكر سينما خاصة، ومسبحاً، وجاكوزي، وحمّاماً تقليدياً، وساونا، وصالة ألعاب رياضية.

ولا ننسى طبعاً المسبح الخارجي المذهل، حيث يمكن السباحة في مياهه الدافئة والتمتع بالثلج المحيط في كل مكان. المشهد سوريالي ويصعب وصفه بالكلمات.

ولهواة التزلج على المنحدرات، يبعد "ألتيماف كرانس مونتانا" مسافة دقيقتين فقط عن أقرب منحدرات التزلج ومدرسة التزلج، مما يجعله مثالياً لموسم التزلج الشتوي.

### مرافق العافية

يشجّع منتجج "ألتيماف كرانس مونتانا" ضيوفه على الاعتناء بأنفسهم ورفاهيتهم، إذ يحتضن سبا يفيض فخامةً ويفترش مساحة 1000 متر مربع، وبحيرة تحيط بها براري جبال الألب الساحرة. يستطيع النزلاء استعادة نشاطهم في الساونا والحمّام ونادي اللياقة البدنية والجاكوزي والمسبح المدفأ في الهواء الطلق. وتزوّج كل واحد من هذه المرافق ثريات كريستالية من دار "باكارا" وأرضيات وجدران رخامية باللونين الرمادي والأبيض. ولعل أبرز العلاجات المتوافرة في المنتجج، هي علاجات التخلص من السموم والعلاجات المعززة للمناعة التي تلبّي احتياجات الجسم، علماً أن باستطاعة النزلاء طلب علاجات مُعدّة بحسب الطلب لتلبية احتياجاتهم الجمالية. تولّت الجميلة أنجليكا الاهتمام بتدليك عضلاتي المتشنّجة وعلمتني بعض التمارين الرياضية الممكن ممارستها يومياً للحوّول دون تشنّج العضلات وتيبّسها.

### تجارب الطعام

ثمة شيف مقيم في منتجج "ألتيماف كرانس مونتانا" لإعداد وجبات الطعام وفق طلبات النزلاء وذوقهم. فما على الضيوف سوي اختيار الأطباق التي تحلو لهم ويتولى الشيف تحضيرها لتقديمها على طاولة الطعام. وكان الشيف ديمتري بارعا في تحضير أطباقنا طوال فترة إقامتنا، رغم أن طلباتنا تنوّعت كثيراً. فهناك من أراد الأطباق النباتية الخالية من اللحوم، وهناك من أراد الأطباق الخالية من الغلوتين بسبب مشكلة صحية، وكان الشيف ديمتري جاهزاً لتحضير الأطباق الشهيبة. تناولنا الوجبات كلها في غرفة الطعام قرب المدفأة، فشعرنا كأننا في منزلنا نظراً للجوّ الحميم السائد.

### منحدرات مثالية للتزلج

تمتدّ منحدرات التزلج في كرانس مونتانا من الهضبة العالية صعوداً باتجاه نهر بلين مورتى الجليدي على ارتفاع 3000 متر. وتوجد مباشرة بعد أطراف الغابة أماكن واسعة ومفتوحة للتزلج، والتي تعتبر مثالية للمبتدئين ومحبيّ التزلج على الثلج العميق. أما المتزلجون المحترفون فسوف يستقلون مقاعد الرفع وصولاً إلى لاتولا، حيث سيجدون هناك منحدرات صعبة تشكل تحدياً حقيقياً. وتعتبر أماكن تزلج الكارفينغ الواسعة رائجة بشكل خاص، بالإضافة إلى المنحدر على الوادي الذي يصل إلى بيسته ناشونال، والذي يعتبر الأطول في المنطقة، نظراً لطوله البالغ 12 كيلومتراً.

تجدد الإشارة إلى أنه في فصل الشتاء، تصبح ملاعب الغولف في كرانس مونتانا بمثابة جنة للمتزلجين والمنتزهين، إضافة طبعاً إلى منحدرات التزلج الكلاسيكية.







❓ يستطيع زوّار  
كرانس مونتانا  
ممارسة العديد  
من الرياضات  
مثل المشي  
لمسافات  
طويلة، والتنس،  
والسكواتش،  
وتسلّق الجبال،  
والتزلج المائي  
والقفز المظلي

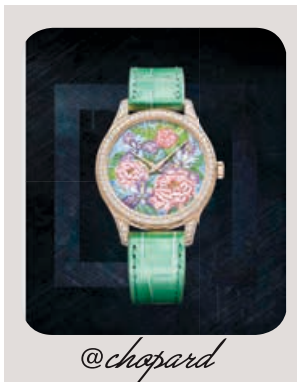
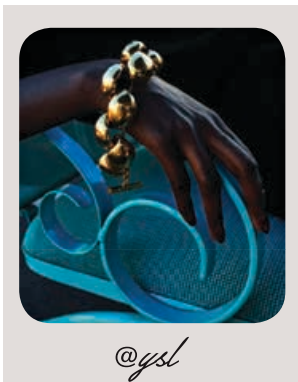
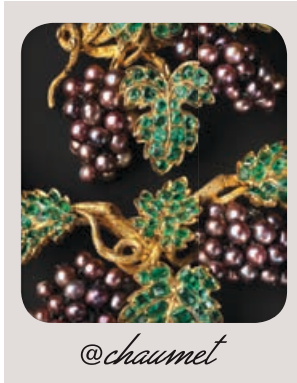
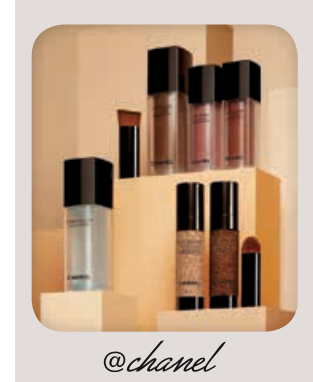
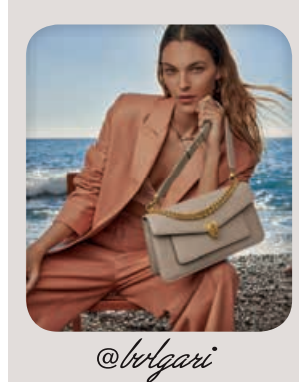
وفي فصل الصيف، يستطيع زوّار كرانس مونتانا ممارسة العديد من الرياضات مثل المشي لمسافات طويلة، والتنس، والسكواتش، وتسلّق الجبال، والتزلج المائي والقفز المظلي. كما تعتبر مناطق التزلج الجذابة في نهر بلين مورتى الجليدي مثالية أيضاً للمشي الصيفي لمسافات طويلة. ومن أكثر المناطق تفضيلاً في فصل الصيف، نذكر البحيرات الخمس التي يمكن السباحة فيها والقريبة جداً من البلدة.

### إلى اللقاء

أربعة أيام كانت أشبه بحلم وردي قضيتها في "ألتيمّا كرانس مونتانا"، ذلك المنتجع المثالي لكل من يرغب في الهروب إلى ملاذ جبلي هادئ محاط بجبال الألب المكملّة بالأبيض، أو يحب ممارسة رياضة التزلج على المنحدرات الاستثنائية. ففي هذا الملاذ الاستثنائي، يمكن عيش تجربة "ألتيمّا" الكاملة والموازنة بين أيام التزلج، والعلاجات المهدّئة للعقل، وتجارب تناول الطعام ذات المستوى العالمي، وقضاء أوقات ممتعة مع العائلة أو الأصدقاء. قبل الانطلاق إلى مطار جنيف، حرص جميع موظفي "ألتيمّا كرانس مونتانا" على وداعنا، فشعرنا كأننا نودّع أفراداً من عائلتنا نظراً للصدقة التي نشأت بيننا. غادرت كرانس مونتانا وأنا على يقين بأن الذكريات التي جمعتها ستبقى محفورة في قلبي وعقلي لسنوات طويلة. ❓

# لأناقتك عناوين مهمّة @ADDRESSES

لاختيار مجوهراتك وساعاتك الأنيقة أو المرصعة، نقدم لك من وشوبارد وفان كليف أند أربلز وشوميه وبياجيه وايف سان لوران مجموعة راقية من المجوهرات والخواتم. أما أزيائك وأكسسواراتك وحقائبك فاخترها من ديور وفندي وبولغاري ومكياجك وأحمر الشفاه من شانيل.





BVLGARI  
ROMA