

QATAR
NOW

تراث
ينبض بالحياة





Welcome to *Qatar Now*, your guide to an unforgettable holiday in Qatar, the Arab Tourism Capital of 2023.

With rich cultural history, world-class art and food scenes, spectacular natural wonders and the world's best shopping and wellness destinations to be discovered, Qatar provides the perfect holiday experience.

This special, double-sided edition showcases how heritage meets modern vision in our unique country. On this side of the book, we explore Qatar's Vibrant Tradition. You will meet a new generation of curators, chefs and explorers who are keeping our heritage, crafts and local cuisine alive. Young travellers from all around the world can be inspired by Qatar's youth, who share exciting ways to engage with local culture, from exploring interactive museums to meeting falcons at the souq and tasting delicious Qatari foods.

We invite you and your family to enjoy all that Qatar's diverse cities, coastlines and deserts have to offer as you make memories that will last a lifetime.

His Excellency

Akbar Al Baker

Chairman of Qatar Tourism and Qatar Airways Group Chief Executive

مرحباً بكم في "قطر الآن"، دليلكم الإرشادي الأشمل لعيش تجربة سياحية كاملة الأوصاف في قطر، التي توجت عاصمتها الدوحة مؤخراً بلقب عاصمة السياحة العربية 2023.

تمتلك قطر نفاثة غنية ومشهداً فنياً زاخراً بأروع الأعمال الفنية عالمية المستوى ومناظر طبيعية خلابة، بالإضافة إلى أفضل المطاعم التي تقدم أشهى المأكولات العصرية والترابية وأشهر وجهات التسوق ومراكز الاستشفاء العالمية، مما يجعلها توفر للملايين من زوارها فرصة لفضاء عطلة مثالية وتجربة سياحية رائعة.

ويظهر بوضوح عبر صفحات هذه النسخة الخاصة ذات الوجهين من "قطر الآن"، ذلك المزيج الفريد الذي تمثله قطر حيث تجمع بين التطور والحدثة من ناحية، والأصالة والعراقة من ناحية أخرى.

وفي هذا الجانب من الدليل، نستكشف جوانب التراث القطري الذي ما زال ينبض بالحياة، حيث يمكنكم أن تلتقوا جيلاً جديداً من القائمين على حفظ هذا التراث الغني الذي يشمل المغننيات الأثرية والمأكولات الفطرية والحرف اليدوية.

كما يمكن للمسافرين الشباب الذين يأتون إلى قطر من جميع أنحاء العالم أن يجدوا الإلهام الذي يبحثون عنه لدى أقرانهم من الشباب القطري الذي يقدم طرقاً رائعة للتعبير عن ثقافته الوطنية، بداية من استكشاف المتاحف التفاعلية ومشاهدة الصقور المعروضة في منطقة الأسواق وتناول أشهى المأكولات الفطرية.

ولذلك، ندعوكم أنتم وعائلاتكم لزيارة قطر والاستمتاع بمدنها وشواطئها وصحاريها الساحرة التي يمكنها أن تصنع لكم أجمل الذكريات التي تعيش معكم مدى الحياة.

سعادة السيد

أكبر الباكر

رئيس قطر للسياحة والرئيس التنفيذي لمجموعة الخطوط الجوية القطرية

تراث ينبض بالحياة

المحتوى

هذا الدليل الإرشادي لدولة قطر ذو وجهين، تابع القراءة لتستمتع بالتراث القطري النابض بالحياة. ثم أقلب الكتيب لاستكشاف رؤيتنا الحديثة.

الفن والثقافة

- 08 التراث الراقي**
يأخذك المبنى الأكثر حداثةً في قطر في رحلة عبر ماضيها العريق
- 11 السفر عبر الزمن في متحف قطر الوطني**
عدّ بالزمن إلى الوراء من حيث بدأ كل شيء
- 12 معالم لا تُفوّت...**
الكنوز الثقافية المذهلة المنتشرة في جميع أنحاء الدوحة
- 20 الحرفيون المقيمون**
حيث يمكنك تجربة فن الخط وصناعة الفخار أو العنور على هدية فريدة من نوعها
- 22 موسيقى تنبع من القلب**
لا تزال موسيقى العود القديمة تجتد طابع المدينة
- 24 نداء الإيمان**
تعرف على التقاليد الروحية للحياة في قطر

العائلات

- 30 ثقافة المرح**
بإمكان الأطفال المحليين إرشادك حيثما يمكنك تصنع ذكريات عائلية فريدة من نوعها

الأطعمة والمشروبات

- 40 مطبخ يغذي الروح**
استكشف التوابل العطرية وأسرارها مع شيف محلية شهيرة
- 44 اطلب الطعام كأنك من السكان المحليين**
أطباق فطرية كلاسيكية لا تُفوّت
- 46 التجمع حول مائدة الطعام**
أفضل المطاعم لتذوق النكهات الأصيلة ومعايشة الأجواء الودية
- 48 مزيج القهوة المثالي**
القهوة هي من الطقوس القديمة في دولة قطر— تذوق الثقافة في كل فنجان

العجائب الطبيعية

- 52 الرمال المتحركة**
استكشاف التراث القبلي الغني في صحراء قطر الذهبية مترامية الأطراف
- 56 المواقع التراثية**
اكتشاف الكنوز الأثرية والأسرار المكنونة في الرمال
- 58 حكاياتنا مستمدة من البحر**
أحد الغواصين الشباب يُعيد إحياء تجارة اللؤلؤ العظيمة التي كان يمارسها أسلافه
- 62 العنور على النعيم**
كن أول من يطأ بقدمه الشواطئ النقية الرائعة
- 64 على الحافة الخضراء**
انطلق بعيداً عن الأنظار لاستكشاف أعظم الأسرار الطبيعية لدولة قطر

التسوق

- 68 داخل المتاهة**
الاستمتاع بالتجول والتعرف على الأساطير المحلية في أروقة سوق واقف المعطرة

العناية بالصحة

- 74 عناية تمنحك عافية دائمة**
ممارسات الاستشفاء القديمة الخاصة بالبشرة والجسد والروح



الفن والثقافة

التراث الراقى

في متحف قطر الوطني الحديث،
انطلق في رحلة عبر الأصوات والأضواء
لاستكشاف تقاليد ماضي قطر العريق.



البيدايات، والحياة في قطر، وتاريخ قطر الحديث، وتنحني
صالات العرض في المتحف لتنساب على شكل كهوف ضخمة
وزوايا سرية بصورة مذهلة. "تميز معروضاتنا بتصميم إبداعي
لأن جدران المتحف ليست مستقيمة غالباً".

تحيطك عروض الأفلام ذات الحجم الهائل بأجواء رائعة.
وسيعود بك الزمن 700 مليون سنة إلى التكوين الجيولوجي
لدولة قطر. ولدى استكشافك التاريخ الطبيعي، ستندس
لرؤية قرش الحوت بحجمه الطبيعي وهو يسبح في الهواء،
بالإضافة إلى مئات النباتات المزهرة والتعاليب والمها
والنعام والحيوانات الأخرى التي نجحت في الصمود في ظل
هذه البيئة البرية القاحلة.

أغلق عينيك. دع رائحة القهوة تأخذك إلى قصة
سينمائية حول العادات وفنون الطهي والشعر لدى القبائل
البدوية التي كانت تعيش في البرّ (الصحراء). وفي معرض
يُدعى الحياة على الساحل، ستغمرك أغاني النّهام (المغناة
على متن المراكب الخشبية التقليدية) وصوت ارتطام
الأمواج في عالم صيادي اللؤلؤ في قطر. تقول الماجد
"يعرض هذا الفيلم كفاح صيادي اللؤلؤ الذين كانوا ينطلقون

يقول البعض إن متحف قطر الوطني (NMoQ): nmoq.org. (qa
يمثل ومضة مستقبلية، ورؤية للغد يزدان بها الكورنيش
مثل السراب. توضح تانيا الماجد، نائب مدير الشؤون
المتحفية، أن هذا المبنى المميز قد صممه المعماري
الفرنسي جان نوفيل على شكل وردة الصحراء - وهي عبارة
عن كتلة معدنية دوامة تتكوّن بفعل قوى الرياح، ورذاذ
البحر، والرمال. وفي داخل المتحف، ستسافر عبر الزمن
لتستعرض تاريخ قطر منذ أن كانت شبه جزيرة لا تزال تغمرها
المياه. لكن بخلاف ذلك، لا تُعد فكرة الحدائق والمعاصرة
بعيدة الصلة.

توضح الماجد قائلةً "إن الاحتفاء بتراثنا ومشاركته هو
السيبل إلى المستقبل. فليس من المهم فقط المحافظة
على حكاية قطر وتعريف أطفالنا بهويتنا، وإنما ينبغي علينا
أيضاً مساعدة الأفراد من جميع أنحاء العالم في التعرف على
ثقافتنا وتقاليدنا. أحب سرد القصص وتعزيز أوجه التقارب
وتغيير القوالب النمطية".

يُتيح لك متحف قطر الوطني رؤية الأشياء كما لم
تتخيلها من قبل. فالمتحف يروي تاريخ قطر في ثلاثة فصول:

تقول تانيا الماجد إن متحف قطر الوطني عادي لتاريخ قطر ليس مجرد معرض

السفر عبر الزمن في متحف قطر الوطني

الفصل الأول البدايات

استكشف القوى الجيولوجية التي شكّلت شبه جزيرة قطر، والنظام البيئي النابض بالحياة، وما يقرب من 1,000 قطعة أثرية خلفها السكان الأوائل في قطر. استمتع بالنظر إلى سمكة درع قطر المنقرضة (*Qataraspis deprofundis*) التي يبلغ عمرها 400 مليون عام تقريباً. والدليل الوحيد على وجود هذه السمكة هو حفرة صغيرة تم العثور عليها في قطر.



الفصل الثاني الحياة في قطر

ينحدر القطريون من قبائل كانت تمارس الغوص بحثاً عن اللؤلؤ في الصيف وتنتقل إلى الصحراء في الشتاء. اكتشف التقاليد اليومية والاحتفالات وكيف أثرت طرق صيد اللؤلؤ والتجارة تأثيراً كبيراً على الثقافة القطرية اليوم. تقول الماجد "أحب الأجواء الفاعمة والتفاعلية التي يقدمها معرض "الحياة في البر"، وتحبه ابنتي أيضاً".



الفصل الثالث تاريخ قطر الحديث

تسرد الأسلحة والخرايط والخطابات قصص المعارك القبلية والقوى الأجنبية والشيوخ التي أدت جميعها إلى ظهور أمة جديدة. وتكشف المنشآت الرقمية التمثيلية عن كنوز النفط والغاز الطبيعي والابتكار.



امسح رمز الاستجابة السريعة
للتجول في متحف قطر الوطني
مع تانيا الماجد



يتم الحفاظ على المبادئ
القديمة من خلال التفكير
المستقبلي في تصميم متحف
قطر الوطني



فهي تصرّح قائلةً "كان حلمي أن أعمل هنا منذ أن كنت في السادسة من عمري، عندما جئت لأول مرة إلى المتحف القديم في رحلة مدرسية. والآن، بعد مرور 27 عاماً، لا أزال أشعر بالدهشة عندما أسير في هذا المكان".

يتم عرض التاريخ في متحف قطر الوطني الحالي بطريقة تُتيح للأطفال الفضوليين لمسسه والإحساس به، حيث يمكنهم أن يلعبوا لعبة افتراضية لجمع اللؤلؤ، أو التحدث إلى قوقعة عملاقة للتعهّد بدعم البيئة، أو تعلّم كيفية حلب ماعز. وفي الخارج، يمكنهم التدافع للصعود على متن قارب القرصنة والدخول إلى دحل العجائب ذي الطابع الأثري [انظر الصفحة 31] وإلى منطقة اللعب القائمة على مفهوم الاستدامة الحديثة.

تقول الماجد "كنت حاملاً بابنتي ليلي التي تبلغ حالياً تسع سنوات من العمر عندما بدأت العمل هنا، ولديّ الآن طفلان آخران يجبان الحضور إلى المتحف. إنه من الرائع أن ترى أطفالاً من جميع أنحاء العالم يلعبون مع الأطفال القطريين، حيث يرون القواسم المشتركة معهم ويتعرفون على الاختلافات فيما بينهم".

إلى البحر لعدة شهور في كل مرة وكذلك كفاح أسرهم التي تبقى في المنزل على أمل عودتهم". وقد تشعر بالفشعية تأثراً بحالهم.

تجسّد الأزياء والمجوهرات المتألّثة طرق التجارة البحرية التي أنت لأول مرة إلى دولة قطر بتأثيراتٍ من الهند والصين وحتى أوروبا. وتستكشف العروض الرقمية للعصر المزدهر بالنفط والغاز الطبيعي.

توضح الماجد قائلةً "تسرد العروض التاريخ السياسي المعقد لبلدنا بترتيب زمني، ويشمل ذلك علاقاتنا مع العثمانيين والبريطانيين وعصر المشايخ، ومن بينهم الشيخ جاسم بن محمد آل ثاني الذي وُجد القبائل القطرية لترسيخ سيادة الدولة. وتستكشف المعارض أيضاً كيف تواصل الدولة مسيرة التطوّر حالياً بفضل جهود القيادة الحالية لصاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني".

يقع مبنى القصر القديم في قلب متحف قطر الوطني ويزدان بالأقراص المتشابهة من تصميم نوفيل. تقول الماجد "شُيّد هذا المبنى عام 1906 ليكون محل إقامة الشيخ عبدالله بن جاسم ومقرّاً لحكومته، وبعد انتقاله إلى ما يعرف اليوم بالديوان الأميري، أصبح المبنى المتحف الوطني الأصلي لدولة قطر في عام 1975". وحالياً، تضمّ أروقته وغرفه المزخرفة والمجدّدة على نحو رائع معارض مؤقّنة. إنه أحد الأماكن المفضّلة لدى تانيا الماجد.

معالم لا تُفوّت...

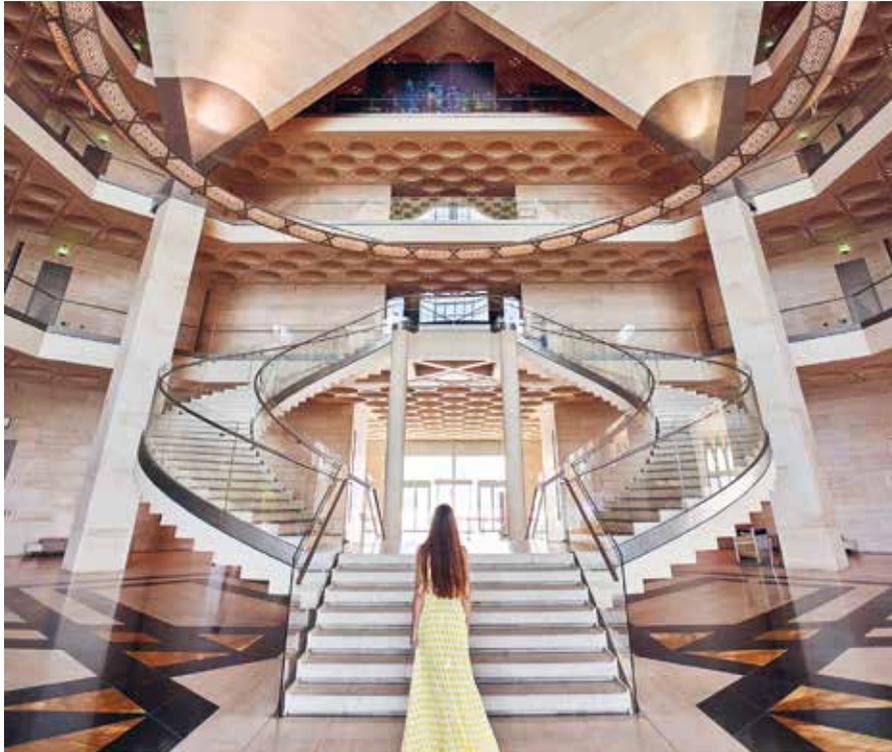
تحافظ المعارض في جميع أنحاء الدوحة على الكنوز الإسلامية القديمة والأصول الراسخة للثقافة المحلية.

متحف الفن الإسلامي

الكورنيش

mia.org.qa

داخل الصرح المذهل الذي صممه المعماري الراحل أي إم بي، تعرض إحدى التشكيلات الفنية الأكثر شمولاً في العالم لفنون الشرق الأوسط وأوروبا وآسيا الوسطى، تحفاً رائعة تعبر عن 1,400 عام من التاريخ الإسلامي. وتدلّ التحف الثمينة المعروضة على تنوّع الشعوب الإسلامية وثقافتها، وتشمل الخزف مُتقن الصنع ومصباحاً لمسجد مصري يعود إلى القرن الثامن الهجري (القرن الرابع عشر الميلادي) وأقداح ومزهريات من العصور الوسطى، بالإضافة إلى السجاد الرائع. استمتع بمشاهدة بدلة مدّعة مذهلة كان يرتديها أحد المحاربين العثمانيين (وحصانه) والمصحف الأزرق العباسي، أحد أندر المخطوطات في العالم الإسلامي. يضم المتحف أيضاً صفحات مما يسمى مصحف باي سنغور التيموري، وهو أكبر مصحف في عصره، ويُعتقد أنه قد صُنِع في القرن الخامس عشر لإبهار تيمورلنك، الحاكم التيموري المُحب للفن.



العين الموجودة فوق السلم الكبير لمتحف الفن الإسلامي تعكس الضوء حول ردهة هائلة



الهندسة المذهلة لمبنى متحف الفن الإسلامي من تصميم أي إم بي

"اكتشف كيف أثرت الحضارة الإسلامية على الحضارة الإنسانية بشكل عام."

تقول الدكتورة منية شخاب أبو دية، إحدى الفقيمين على المتحف، "أحد الأشياء المفضلة لدي هو ستارة الكعبة، وهي ستارة عثمانية مطرزة كانت تُعلّق أمام الكعبة في مكة في منتصف القرن التاسع عشر. يأتي عشاق الحضارة الإسلامية إلى متحف الفن الإسلامي لاكتشاف الجوانب الروحية، وفي الوقت نفسه، يمكن للزوار من جميع البلدان والمعتقدات اكتشاف كيف أثرت الحضارة الإسلامية على الحضارة الإنسانية بشكل عام". إنها تجربة لا يسعك تفويتها على الإطلاق.

معالم لا تُفوّت...

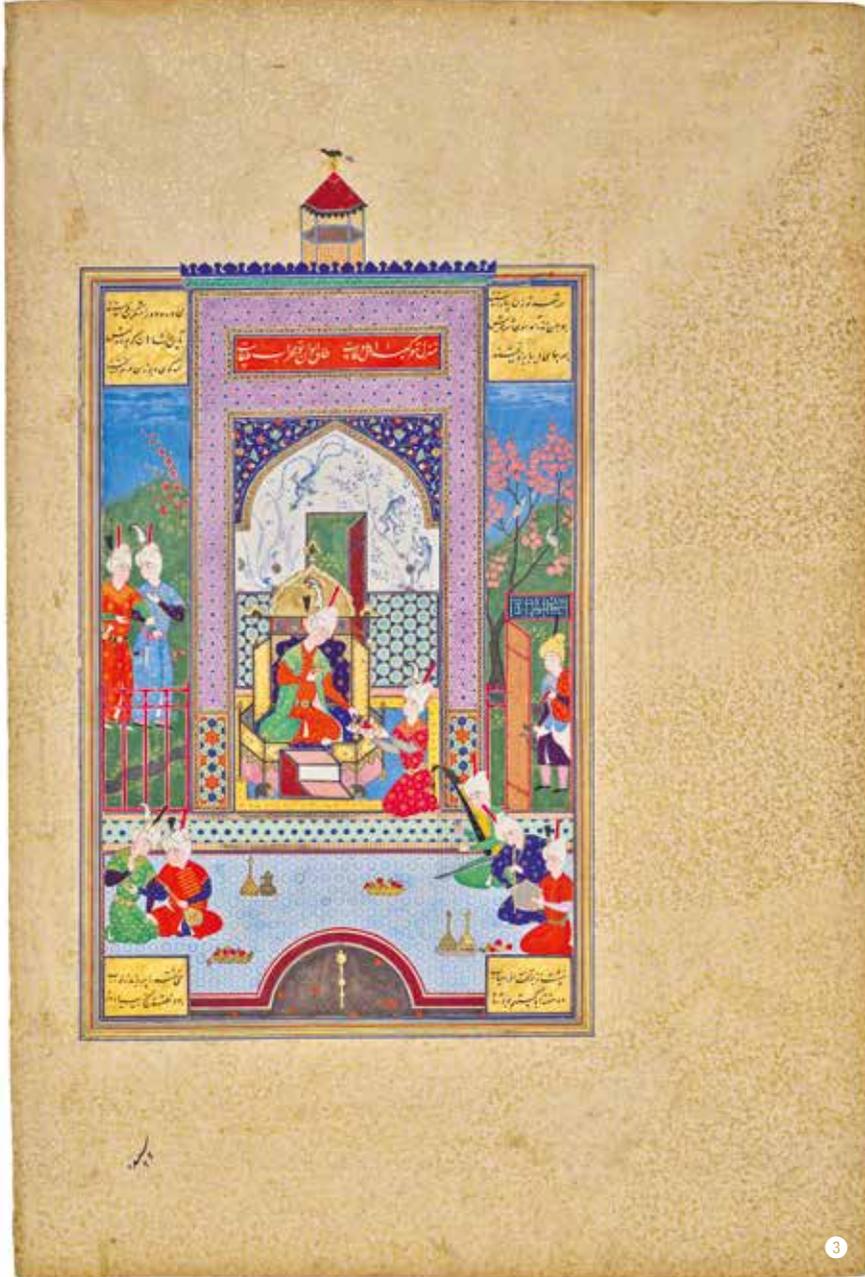
تحيط حديقة متحف الفن الإسلامي بالواجهة البحرية بجوار متحف الفن الإسلامي، وتُعد واحدة من المساحات العشبية البديعة في الدوحة. وتعرض هذه الحديقة بالإضافة إلى جاليري متاحف قطر، الرواق، أعمالاً فنية مؤقتة لفنانين مشهورين مثل يايوي كوساما اليابانية. تابع الموقع الإلكتروني qm.org.qa لمعرفة كل جديد أثناء وجودك في المدينة.



1. صفحة من المصحف الأزرق العباسي

2. ستارة خارجية من الكعبة المشرفة

3. مشهد من ملحمة شاهنامه. هذه الملحمة التي كتبها الشاعر الفارسي أبو القاسم الفردوسي الذي يعود إلى القرن العاشر هي أطول من ملحمتي الإلياذة والأوديسة مجتمعين اللتين كتبتهما هوميروس، وتروي قصة الملوك، من أول حاكم أسطوري لإيران وصولاً إلى الملوك الذين حكموا عند ظهور الإسلام. وكانت تُستخدم لتعليم الأمراء الشباب أخلاقيات القيادة





متاحف مشيرب

مشيرب قلب الدوحة

msheirebmuseums.com

تم تحويل أربعة بيوت قبطية قديمة محاطة بمنطقة مشيرب الصديقة للبيئة إلى متاحف. وقد تم تجديدها بشكل فائق الجمال ويجتسد كل منها مرحلة رئيسية في تاريخ الدولة. يمنحك بيت الرضواني نظرة سريعة على الحياة الأسرية التقليدية، ما يعكس تطوّر أدوار أفراد الأسرة عبر الزمن. ويُلقى بيت بن جلمود نظرة ثاقبة على تاريخ العبودية في منطقة المحيط الهندي بينما يسلط الضوء على الأشكال الحديثة للاستغلال البشري. ويستكشف بيت محمد بن جاسم سكتة (أروقة) الدوحة القديمة، فيما يحكي بيت الشركة، وهو المقر الرئيسي لأول شركة بترول قبطية، قصص عمال الخطوط الأمامية للتنقيب عن النفط. المعارض متميزة، تجذب الأطفال بشكل إبداعي، وهي مجانية.

في الأسفل:

يتيح سقف بيت الشركة لضوء الشمس أن يدخل من خلاله

على اليسار:

تجسد البيوت الأربعة في متاحف مشيرب اللحظات الحاسمة في تطوّر تاريخ قطر



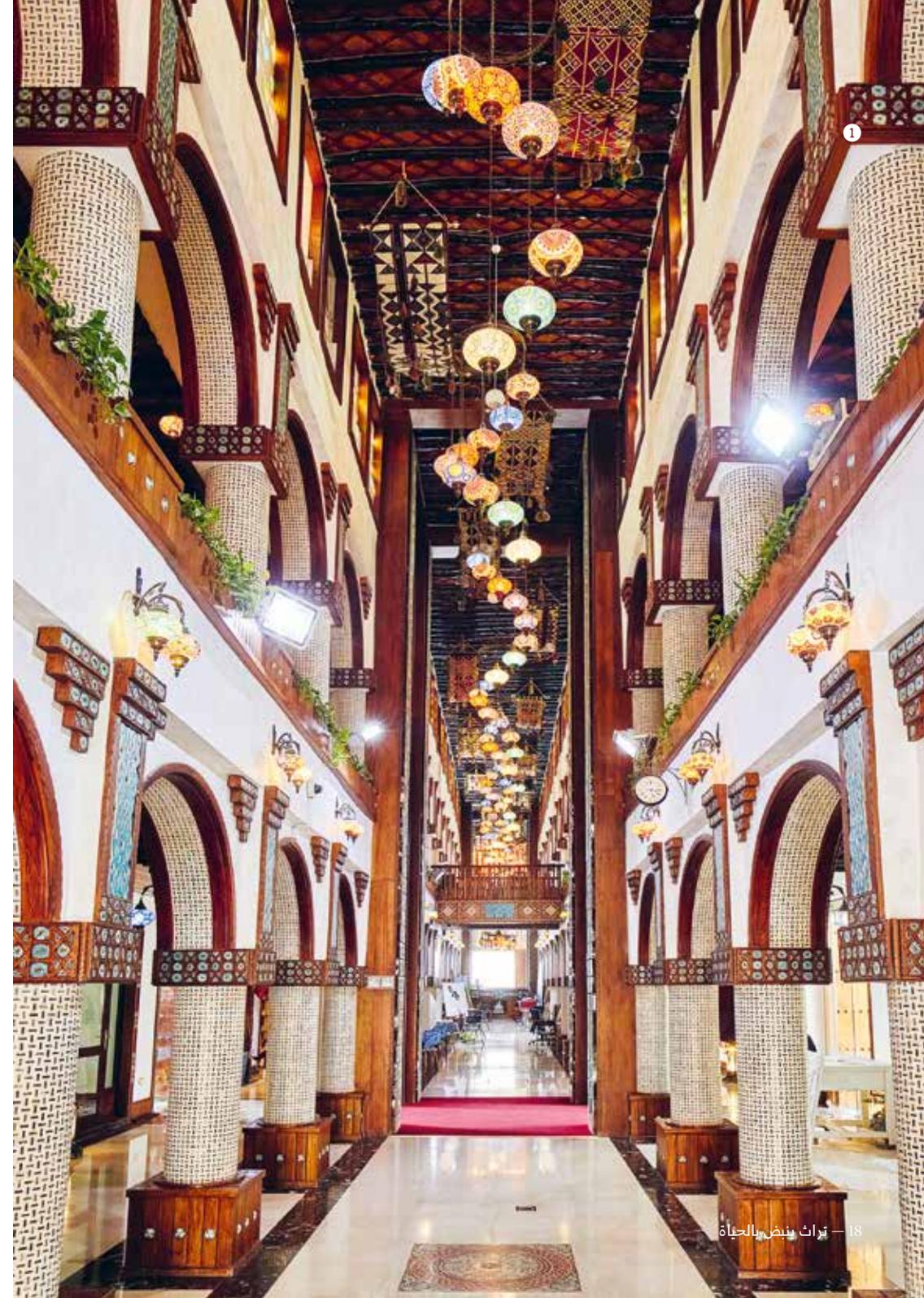
مركز سوق واقف للفنون

الجسرة

swacqatar.net

1. داخل مركز سوق واقف للفنون
2. تجول بسلاسة من المدخل إلى الطريق الرئيسي للسوق
3. شاهد الفنانين المحليين وهم يعملون

هذا المعرض الرائع الذي يقع في السوق الشهير بالمدينة، يمنح إطلالة جديدة على الفنون التقليدية في الشرق الأوسط والفن الإسلامي. تجول تحت مصابيح الفسيفساء الملونة والممرات المقوّسة للتعرف على الأعمال المعروضة للبيع من تصميم الرسامين والنحاتين والصناع المحليين. بادر بزيارة الموقع الإلكتروني للاطلاع على ورشات العمل الخاصة بالحرف اليدوية مثل الرسم على الزجاج، أو لمراقبة عامل الخزف أثناء تأدية عمله.



الحرفيون المقيمون

تسرد الحرف اليدوية العريقة في قطر قصة جديدة بالرواية. التقى بصانع يدوي وسجل في ورشة عمل، وابتحث عن شيء مميز لتأخذه إلى منزلك.



فن النسيج

كان نسيج السدو الفن العملي الذي تتقنه المرأة القطرية، حيث كانت تقوم بتحويل شعر الماعز والإبل وصوف الأغنام إلى خيام صحراوية تسمى *بيت الشعر*. تقول تانيا الماجد من متحف قطر الوطني "الأقمشة التقليدية ذات اللون الأسود والبني والبيج هي من المواد الطبيعية، لكن النشاجين القدامى استخدموا أيضاً الأصباغ الطبيعية مثل الرمان والزعفران والحناء لخلق ظلال باللون الأحمر والأصفر تنبض بالحياة". وأتى التجار بأصباغ الألوان الزاهية التي تراها اليوم في السجاد والحقائب والوسائد المنتشرة في الأسواق. أما الزخارف الهندسية التقليدية، فهي مستوحاة من الحيوانات والنباتات والأواني وفنجانين القهوة التي تُستخدم في البيئة الصحراوية. وتوضح الماجد قائلةً "كانت رموز السدو تمثل قصصاً، فكل تصميم يسرد قصة، ولكن لا يمكن قراءة القصة إلا من قبل المرأة التي نسجتها". مجموعة صغيرة فقط من النساء لا تزال تنسج اليوم مستخدمة أدوات مثل *المغزل والنول*. يُدير المركز الثقافي احتضن الدوحة (embracedoha.com) في سوق الوكرة ورش عمل مع ننتاج خبير.

صناعة الفخار

على الرغم من أن القطريين كانوا قديماً يعتمدون على الفخار لتخزين المياه والطعام، فمن المرجح أن الأباريق والأواني التي كانوا يستخدمونها كانت تأتي إليهم من التجار الأجانب. في أيامنا هذه، يستمتع المحليون بورشات الطين في **ماد استوديو للخزف** في ذي جيت مول (-thegate) وفي **مكعب الخزف** (qatar.com/mud-pottery-studio) وفي **ليوان** (ceramic3cube.com) في لوسيل والمختبر الإبداعي **ليوان** (liwan.org.qa) في مشيرب. في ورشة عمل في **مزرعة حينة سالمة** (heenatsalma.earth)، يمكنك أيضاً أن تستمتع بورشات الطين قطري المصدر.

الخط العربي

يحظى فن الخط الأنيق بمكانة بارزة في جميع أنحاء الشرق الأوسط، وذلك بعد أن نشره العلماء أثناء نسخهم للقرآن الكريم بطريقة تعكس الجمال الذي رأوه في كلام الله بخط متقن. ولا يزال يمثل شكلاً ثرياً من أشكال التعبير في دولة قطر المعاصرة. تُعقد جولة خط مجانية أيام الثلاثاء من كل أسبوع في **متحف الفن الإسلامي** (mia.org.qa). لإنشاء مهارتك، تعلم كتابة اسمك في ورشة عمل في **احتضن الدوحة** (embracedoha.com) في سوق الوكرة.

التطريز

كانت المرأة تخطط ملابس الأسرة لأنه لم يكن هناك خياطون في قطر. حتى في أوائل خمسينيات القرن الماضي، لم يكن هناك سوى ثلاثة خياطين في الدولة، وجميعهم متخصصون في الملابس الرجالية. أما في الوقت الحالي، أصبحت الدوحة مركز جذب لكل علامة أزياء تجارية تخطر ببالك، لكن تقنيات التطريز مثل *التقده*، التي تُطرز بها أغطية الرأس والملابس النسائية بخيوط ذهبية وفضية، لا تزال الأحدث على قلب الكثيرين. العلامة التجارية المحلية **مون لايت كونسبت** (moonlightconcept.com) ترتقي بفن التطريز للوصول إلى الفخامة العصرية - يمكنك الاستمتاع بالتجول في صالة العرض الخاصة بها في مشيرب غاليريا (المبنى رقم U02).

النقش على الجبس

الجبس المنتج محلياً هو أحد مواد البناء المفضلة بفضل قدرته على تحمل الظروف القاسية. لكن الجبس الأبيض الجذاب واللامع هو أيضاً فائق الجمال؛ في حين كانت النباتات قليلة، كانت نفوش الزهور أو السماء المرصعة بالنجوم أو مقاطع القرآن الكريم تزّين المنازل الفخمة والقصور والمساجد. وللعثور على زخارف مناسبة لمنزلك، بادر بزيارة متاجر الهدايا في متحف الفن الإسلامي ومتحف قطر الوطني أو تفقّد الأكشاك في سوق واقف.

فن نقش الحناء

قام صيادو اللؤلؤ مرّة برسم المعجون البني المحمر المصنوع من أوراق الحناء على كعب أقدامهم كملطف للجلد. لكن تزيين الأذرع واليدين بأوشام الحنة المتشابكة كان ولا يزال خاصاً بالمرأة. وغالباً ما يتم وشم تصميمات فريدة للاحتفال بالمناسبات، مثل الأعراس والعيد، لكن فنانات الحناء في سوق واقف يمكنهن رسم أحد هذه التصميمات لك في أي وقت. خذي وقتك لاختيار التصميم الذي يناسبك لأن الرسمة تدوم لمدة 10 أيام تقريباً.



موسيقى تنبع من القلب

لا تزال موسيقى العود المؤثرة منذ قرون هي الموسيقى التي تجسّد طابع المدينة.

التجسّعات - كلّ منّا كبير على إيقاع الأغاني التي تُعزف على العود". استمتع في المطاعم المحلية مثل **سيد أفندي** (+974 4488 3259) في دوحة فيستيفال سيتي والميادين المحيطة بأسواق المدينة - قد تلتقط نغمة العود الشبيهة بالبيانو إلى جانب *القانون* (آلة وترية تشبه آلة الجنبك) و*الكمان والناي والرق* و*الدربكة* في مجموعة آلات *التخت*. ويمكنك الرقص طرباً على الموسيقى. وفي مهرجانات العود وورش العمل التي يقيمها مركز كتارا للعود، يتعلم جيل العازقين الشباب مثل الأحمّد من أساتذة قادمين من جميع أنحاء العالم العربي. "الموسيقى التقليدية قديمة ولكن هذا ما يجعلها تدوم في المستقبل".

يقول الموسيقي عبد الرحمن الأحمّد وهو يفرع بأطراف أصابعه على الآلة الموسيقية مُخرجاً نغمة منخفضة "عندما أعزف، وكأنني أدخل إلى عالم آخر. وما هو مدهش في العود هو أن موسيقاه تعكس كل ما تشعر به. فإذا كنت سعيداً أو حزيناً، عندما تستمع إليه، يتملّك الشعور نفسه".

"الموسيقى التقليدية قديمة، ولكن هذا ما يجعلها تدوم في المستقبل".

العود هو البصمة المميزة للموسيقى من جميع أنحاء الخليج العربي التي تكون محمومة أحياناً وحزينة أحياناً أخرى، ويعشقها الشباب وكبار السن على حدٍ سواء في قطر. وقد يتطلب الأمر أدناً مدربة مثل أدني الأحمّد لاختيار الأنماط الإيقاعية الفريدة أو *الإيقاعات* الخاصة بالأسلوب القطري، لكن الموسيقى الشعبية مألوفة لدى الجميع حتى الأطفال. يقول الأحمّد "إنه صوت



عبد الرحمن الأحمّد في المسرح المكشوف - كتارا

هل تعلم؟

"العود" يعني الخشب في اللغة العربية، ويُطلق هذا الاسم على الأداة الموسيقية والمُستخلص العطري الذي يحظى بتقدير العطارين.

نداء الإيمان

تضبط التقاليد الدينية الإسلامية إيقاعات الحياة،
ويضفي التعرف عليها جمالاً حقيقياً على العطللة التي
ستفضيها في قطر.

الظهر، تمثل أيام الجمعة "أوقاتاً خاصة حتى بالنسبة لغير المسلمين للتوقف والتأمل وأخذ قسط من الراحة" بحسب أبو دية.

ترتبط الثقافة القطرية معاً بروابط الإيمان والأسرة والولائم. شهر رمضان هو الشهر التاسع من التقويم الهجري الإسلامي، ويحتفي بذكرى نزول القرآن على النبي محمد صلى الله عليه وسلم. وخلال هذه الفترة، التي صادف وقوعها في عام 2023 بين شهري مارس وأبريل، يصوم المسلمون من الفجر حتى الغسق. تقول أبو دية "يهدف الصيام إلى ضبط النفس والتأمل الذاتي والتطهير الروحي والخشوع والتواضع. كما يجعلك تفكر في عدم الإفراط في تناول الطعام ومراعاة حق جسدك عليك. وفي أيامنا هذه، تتم ممارسة الصيام في جميع أنحاء العالم، حتى بغير دافع ديني، حيث ثبت أنه صحي للغاية".

عند غروب الشمس، تنطلق مدافع الإفطار على نطاق واسع (يمكنك رؤية أحدها في سوق واقف)، مشيرة إلى انتهاء يوم الصوم. ويجري افتتاح الخيام الرمضانية في الفنادق حيث يتم تنظيم البوفيهات في أجواء احتفالية. تقول أبو دية "إذا دعاك المحليون لتناول الطعام معهم،

عند بزوغ الفجر في الأفق الشرقي، تصدح المآذن بالنداء في جميع أنحاء العالم الإسلامي، إيداناً ببدء وقت صلاة الفجر، أولى الصلوات الخمس، تليها صلاة الظهر ثم العصر ثم المغرب ثم العشاء".

توضح الدكتور منية شخاب أبو دية، إحدى القيّمين على متحف الفن الإسلامي في الدوحة قائلة "على الرغم من أن صوت الأذان مؤثر وعاطفي، إلا أنه ليس أغنية. فالْمُؤذِن يجعل صوته أداة لرفع النداء، ما يمنح الكلمات إحساساً مختلفاً في أوقات مختلفة من اليوم".

في أوقات الصلاة، يسود السلام حيث يوقف الناس في جميع أنحاء قطر كل ما يقومون به ليتجهوا نحو قبلة المسلمين في مكة. تقول أبو دية "هذه لحظات روحية. وأعتقد أن أي شخص يسمع النداء المنتشر في شتى أرجاء المدينة يعيش هذا الشعور، بغض النظر عن أصله ومعتقده". الصلاة ركن من أركان الإسلام، وتجتسد أسلوب الحياة القطري في نواحٍ كثيرة. تبدأ عطلة نهاية الأسبوع يوم الجمعة، الذي تُقام فيه صلاة الجمعة. "في ظهر يوم الجمعة، يجتمع المسلمون في المسجد لسماع خطبة الإمام". ومع إغلاق العديد من الشركات والمتاجر حتى فترة ما بعد

جامع الإمام محمد بن عبد الوهاب البهي في الدوحة، الذي يُسمى أيضاً الجامع الكبير في دولة قطر، يمزج الخطوط البسيطة مع الزخارف الإسلامية الأنيقة.



"لا يزال الجامع يوفر شعوراً بالهدوء حتى عندما يحضر إليه 30,000 شخص بغرض الصلاة".



نصيحة: يجب على الزوار تغطية أذرعهم وأرجلهم، وعلى النساء ارتداء غطاء للرأس لدخول المسجد. وانزع حذائك دائماً. يُحظر التصوير حظراً تاماً في مصليات السيدات.



امسح رمز الاستجابة السريعة للمزيد من المعلومات



استشعر الهدوء في جامع الإمام محمد بن عبد الوهاب

مسجد كتارا الأزرق: خلال جولات المسجد المجانية، بإمكانك طرح أي أسئلة تساورك حول الإسلام

يقع عيد الفطر في نهاية الشهر الفضيل وهو عطلة وطنية، تغلق فيها المكاتب والمدارس طوال أيام الاحتفال ويحتجّي الناس بعضهم بعضاً مرددين عبارة "عيد مبارك" أو "كل عام وأنتم بخير".

وفي أي وقت من العام، يمكن للزوار الدخول إلى المساجد (خارج أوقات الصلاة). جامع الإمام محمد بن عبد الوهاب المُشيّد من الحجر الرملي هو الجامع الأكثر تميّزاً في الدوحة. وتحت قبابه المذهلة البالغ عددها 93 قبة، تكون الأرضيات الرخامية ذات الألوان الترابية باردة حتى في أيام الصيف الحارّة. تقول أبو دية "إنه يعكس الطراز المعماري التقليدي للمساجد في منطقة الخليج ودولة قطر على وجه الخصوص. لا يزال الجامع يوفر شعوراً بالهدوء حتى عندما يحضر إليه 30,000 شخص بغرض الصلاة".

فلا ترفض!" لكل أسرة أطباقها المفضلة على مائدة الإفطار، لكن المأكولات الأساسية اللذيذة تشمل الهريس المصنوع من القمح واللحوم المطحونة، والتريد (خبز مسطح مقرمش تلوّه طبقات من مرق الدجاج أو اللحم)، واللقيمات وهي كرات عجينة حلوة مقلية مقطرة في ماء الورد.

تضيف أبو دية "هناك شيء فريد يفعله المواطنون في قطر هو القرنقعه، وهو عبارة عن تقليد يرتدي فيه الأطفال أفضل ما عندهم من ملابس ويغنون ويتجولون في الأحياء لجمع المكسرات والحلويات في أكياس قماشية متنوعة. إنها حقاً عادة ممتعة".



العائلات

ثقافة المرح

استكشف أسماك قرش الحوت العملاقة وجلسات طيران الصقور وأيام المزرعة والمأكولات العربية اللذيذة - ودع أطفال قطر يُطلعونك على أسرار قضاء عطلة لن تنساها أبداً.

تعرف على القيمين الشباب



محمد الدوسري، 7 سنوات

يحب الموسيقى والرسم. وينشر مغامراته على إنستغرام (moh.aldosari) ويوتيوب (mohammedaldosari5271). يقول محمد "أحب أن أعرض قطر كما يراها الأطفال."



جد سنتاي، 10 سنوات، وزفير سنتاي، 5 سنوات

يعيشان في الدوحة منذ انتقال والديهما للعمل هنا في عام 2020. يقول جد "الأطفال القطريون ودودون حقاً - فإذا طلبت اللعب معهم تراهم يرحبون بذلك."

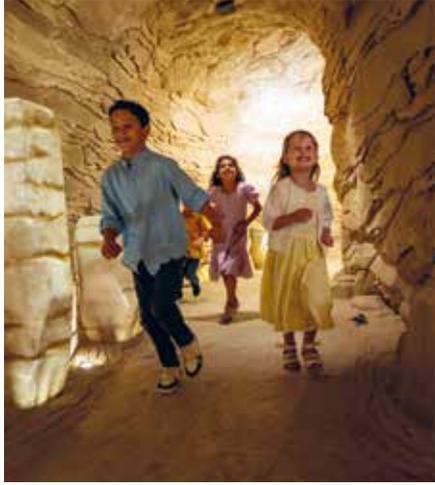
1.

استكشف دحل العجائب

متحف قطر الوطني، الدوحة
nmoq.org.qa

يمكن للأطفال القفز والزحف والتسلق مستمتعاً بالتاريخ القطري في مناطق اللعب في متحف قطر الوطني. ودخل دحل العجائب، الذي يبدو وكأنه حفرة صخرية اكتُشفت في الصحراء، يمكنك استكشاف الكهوف السرية من خلال تتبع صرير الخفافيش الرقمية للعثور على الوزغ والبلورات المضيئة. ويمكنك أيضاً مشاهدة نسخ من النقوش الصخرية الغامضة المُكتشفة في الجساسية (اقرأ المزيد في الصفحة 57).

في منطقة اللعب سفينة المغامرات، يمكنك صعود السلم للعب على متن حطام سفينة عثروثة والاستماع إلى الحكايات حول القرصان والتاجر الشهير رحمة بن جابر. يتم تبريد جدران الدحل في الصيف وتعمل المراوح على توزيع رذاذ الماء داخل السفينة.



4

اسبح في بحر
بالصحراء

📍 البحر الداخلي في خور العديد



يقول جد "البحر الداخلي مُحاط بالكثبان الرملية، وأنا أحب الذهاب إلى هناك للتزلج على الرمال والسباحة وصيد سرطان البحر والأسماك. ذات مرة اصطدنا سمكة سلور عملاقة كانت بحجم شقيقتي، زفير". وفي المساء، تخرج العائلات للاستمتاع بشواء الطعام. "وبحضر بعض الناس إبلهم، التي يمكنك ركوبها أيضاً مقابل 50 ريالاً تقريباً".



2

تعرف على المها العربي

📍 مواقع متعددة

أحب قطف الفاكهة الطازجة هنا أيضاً". هل تعتقد أنه يمكنك العثور على المها في البرية؟ ترقّب هذه الحيوانات أثناء ركوب الكثبان الرملية في جولة نهائية صحراوية مع **باص الدوحة** (dohabus.com) - لكن لا تغلق إذا لم تذهب؛ فستتوقف الرحلة لتناول وجبة الغداء أو العشاء في منتجع المجلس، حيث تعيش حيوانات المها المحبوبة في حظائر في الهواء الطلق، وتتغذى على العشب والفاكهة. ويمكنك حتى التقاط صورة معها!

تذكر الأسطورة المحلية أن الحيوان الوطني لدولة قطر بقرونه الطويلة والشبيهة بالرمح، هو أساس وحيد القرن الأسطوري. ستري أيضاً المها على شعار الخطوط الجوية القطرية. تستريح هذه الطباء البيضاء الرشيقة في الظل بأوكارها الصحراوية الطبيعية نهاراً وترعى النباتات ليلاً، وقد تسافر لمسافة تصل إلى 50 كم للعثور على الغذاء قبل الفجر. يقول جد "في **مزرعة سدرة الشمال** (northsedra.qa)، التي تفتح أبوابها ابتداءً من أكتوبر، يمكنك إطعام هذه الحيوانات القش والقمح، ويمكنك رؤية حيوانات أخرى. وأنا

5

امتط خيلاً أسطورياً

📍 مواقع متعددة



يقول محمد "الخيول العربية مميزة لأن ألوانها فائقة الجمال وتنسم بالقوة واللفظ". ويمتطي رجال الشرطة الخيول البيضاء حول سوق واقف. هل ترغب في ركوب الخيل؟ "يمكنك مشاهدة تدريب الخيول ومتابعة دروس ركوب الخيل في **الشقب** بالمدينة التعليمية - إنه نشاط ممتع حقاً". احجز جولات خاصة لمركز الفروسية المصمّم على شكل حدوة حصان عبر الموقع الإلكتروني alshaqab.com. يمكن للأطفال الذين يبلغون من العمر أربع سنوات وأكثر ركوب المهر في **مزرعة السامرية** (alsamriyaestate.com) بالشحانية.

3

استمتع بتدريب الصقر

📍 الرويس

@alkubaisi.educational.reserve

يقول جد "يُعتبر سوق واقف مكاني المفضل في الدوحة، فجميع ميانبه القديمة مثيرة للاهتمام ويمكنك أيضاً حمل صقر في سوق الصقور. حتى أنه يضم مستشفى للصقور!" الصقور هي من الحيوانات الثمينة في قطر ويستمتع الأفراد بطيرانها في المسابقات. "في **محمية الكبيسي التعليمية** (@alkubaisi.educational.reserve) بالقرب من الرويس، يسمح لك السيد/ الكبيسي، الذي يقوم على رعاية الحيوانات القطرية، بارتداء فزاز وحمل بعض الطعام لكي يأتي إليك صقرٌ كبير ويجلس على ذراعك".





7. اكتسب خبرة عملية مواقع متعددة

أُتفّن جدّ كتابة اسمه بالخط العربي. وقد صنع محمد طبقاً وفنجاناً في صفّ تعليم صناعة الفخار، وثمة العديد من الطرق التي يمكن للأطفال التعرف من خلالها على الفنون التقليدية في قطر. تُقدّم **مزرعة حينة سالمة** (heenatsalma.earth) ورش عمل لتعليم الخط وتشكيل الخزف للصغار، أمّا المركز الثقافي **احتضن الدوحة** (embracedoha.com) في سوق الوكرة فيعلّم جميع أفراد الأسرة كيفية حياكة النسيج المنقوش الذي تُصنع منه الخيام البدوية.



8. ألق نظرة عن قرب في الحي الثقافي كتارا

+974 4409 1077

يطلعك الطابع البريدي على أمور أكثر بكثير من المكان الذي تم إرسال الخطاب منه. يعرض **متحف طوابع البريد العربي** في الحي الثقافي كتارا (+974 4409 1077) تحفاً أثرية من 22 دولة عربية، ويسلط الضوء على الاختلافات في التصميم والتاريخ والتجارة في جميع أنحاء المنطقة. بعد زيارته، قد تصبح هواية جمع الطوابع هوايتك الجديدة.



6. عدّ بالزمن إلى الوراء في كتارا في الحي الثقافي كتارا

katara.net

يقول جدّ "هناك الكثير من الأشياء الممتعة التي يمكن القيام بها في **الحي الثقافي كتارا**. الأمر أشبه بالتجول في بلدة قديمة ولكن جدرانها مرئية بلوحات، ويمكنك أيضاً استئجار قوارب على الشاطئ العام. أحب جميع المطاعم هنا التي تقدّم الطعام الشرق أوسطي". يحب محمد **جاكليت** (chaclate.com) لتناول الشكشوكة والحليب المخفوق مع بسكويت الأوريو. والجميع يحب **متحف أولي أولي** الجديد (olioli.qa) الذي يقع داخل مبنى مصمم على شكل هدية عملاقة.

كما يمكنك في كتارا أن تصعد 62 درجة على المسرح المكشوف، وهو عبارة عن مزيج أبيض مبهر من الهندسة المعمارية اليونانية والعربية القديمة. يقول جدّ "الإطلالة خلابة - يمكنك حتى رؤية جزيرة اللؤلؤة-قطر بالكامل". وتُعتبر اللؤلؤة أيضاً وجهة رائعة في الدوحة لمشاهدة العروض الحيّة - حاول الوقوف على المسرح والاستماع إلى مدى انتقال صوتك! راجع الموقع الإلكتروني katara.net لمعرفة الجدول الزمنيّة.



9

ادخل في وردة الصحراء متحف قطر الوطني، الدوحة

nmoq.org.qa

يقول محمد "هذا المتحف مُمتع جداً لأنه يضم الكثير من الألعاب التفاعلية التي تعرّفنا على دولة قطر. فهناك قرش حوت كبير متدل من السقف! وأنا لم أَرُ قرش حوت حقيقي في الماء قط، ولذلك كان من المدهش أن أرى حجمه الضخم داخل المتحف". والمبنى مشوّق أيضاً. "يبدو مثل وردة الصحراء، وهو الاسم الذي نطلقه على مجموعة من المعادن التي تتشكل في الرمال"، بحسب جد، الذي لديه وردة صحراء حقيقية في المنزل يمكنك شراء واحدة من متجر الهدايا في متحف قطر الوطني.



10

شاهد أكثر من 600 سيارة كلاسيكية قديمة

متحف الشيخ فيصل بن قاسم آل ثاني
alsamriyaestate.com

بروي متحف الشيخ فيصل بن قاسم آل ثاني قصة قطر من خلال المقتنيات الفنية الخاصة التي لا تُعدّر بثمن والتابعة لأحد أغنى رواد الأعمال فيها. يقول جد "لقد رأيت الكثير من السيارات القديمة ويضم المتحف أيضاً المراكب الخشبية التقليدية (المحامل) ومنزلاً قديماً أُعيد بناؤه من العصور القديمة، حيث بإمكانك إلقاء نظرة داخل غرف المعيشة وغرف النوم. من المثير للاهتمام أيضاً رؤية كيف كانت تبدو الأحياء في ذلك الوقت".



11

بحسب تصويت الأطفال: وجبات خفيفة قطرية تقليدية لا تدعها تفوتك

مواقع متعددة

محمد: "خبز الرقاق هو أذ ما يمكن أن تذوقه في سوق واقف. يمكنك اختيار النكهة التي تريدها - نوتيلاً أو أي شيء! النكهات المفضلة لدي هي البيض بالجبن والعسل".

جد: "الكنافة هي من المعجنات الحلوة التي تُقدّم في الكثير من المطاعم. يوضع عليها الفستق الأخضر، ما يضفي مذاقاً رائعاً. وأحب أيضاً شاي الكرك الحلو".

زفير: "الوجبة الخفيفة المفضلة لدي هي التمر المحشو بالهيل والشوكولاتة وكريمة الورد". **يقدم قنوان كافيه** (@qinwancafe.qa) في مشيرب، ذي جيت مول وبلاس فاندوم بعضاً من أشهى هذه التمور في الدوحة.



امسح رمز الاستجابة
السريعة

للمزيد من المعلومات





الأطعمة والمشروبات

مطبخ يغذي الروح

تلتقي النكهات الحارة مع اللمسات اللطيفة في
المطبخ القطري على يد الشيف نوف المري.



البلدي (الزبدة المصفاة) الذي كانت تعدّه والدة نوف. تقول الشيف نوف "لكل طاء منزلي ولكل عائلة في قطر خلطة نوابل مميزة". لذا ستجد دائماً مذاقاً مختلفاً يحمّر فضولك على كل مائدة طعام. ورغم أن الأطباق الكلاسيكية تبدو بسيطة، إلا أنّ نوعها مبهّر.

تشمل هذه الأطباق المخبوس، وهو الطبق الوطني في قطر الذي لا يكاد يغيب عن الموائد وقوائم الطعام المحلية، ويُعد من السمك أو الدجاج أو لحم الضأن المتبل والأرز، بالإضافة إلى الكركم والهيل وكبش القرنفل. وتُخبزنا نوف المري المزيد عن هذا الطبق قائلةً "عادةً ما كان يُقدّم هذا الطبق في حفلات الزفاف والمناسبات ولكنه الآن حاضرٌ على المائدة في جميع الأوقات. ولكن يختلف المخبوس باختلاف المكان الذي يُعدّه. فعلى سبيل المثال، الرائحة وحدها تكفيني لأميّز بين المخبوس الذي تعدّه والدتي والذي تعدّه صديقتي".

المضروبة التي تُعدّها اليوم تتبع طريقة التحضير الخاصة بالدوحة، وتتكوّن من الطماطم والأرز والمأكولات البحرية أو اللحم. يتنسم الشيف نوف وهي تقلّب المكونات في الوعاء، وتُضيف إليها الزبدة الفطرية الممزوجة بالكركم مع بعض الشوفان والسبانخ المقطّعة قائلةً "طريقة التحضير

يُضاف القليل من السمّاق، والحلبة الخضراء، والكركم الذهبي اللون إلى القدر الساخن لإضفاء نكهة لذيذة تُنعش الحواس وتفيض بخيرات الأرض. تقول الشيف نوف المري، التي أسست **مقهى وردة الصحراء** (@desertrosedoha) في متحف قطر الوطني "تبدو لك النكهة قوية الآن، ولكن انتظر قليلاً وسترى النتيجة مبهرة. التوابل القطرية تُضفي نكهةً مميزةً على الطبق من دون أن تطغى على المذاق الأصلي". لهذا استحققت الشيف نوف لقب "ملكة التوابل" الذي أطلقه عليها المحليون.

تُعد الشيف نوف اليوم طبق المضروبة كأحد الأطباق التقليدية الذي اشتهرت بها، ويتكوّن من عصيدة الأرز التي يتمّ "ضربها" باللحم وبمكوّنات أخرى أثناء تحضيرها. المضروبة خيارك المثالي لتُرضي شهيتك، حيث تبعث الدفء إلى قلبك. تصرّح نوف المري قائلةً "الطهو برأيي هو وسيلة تواصل، فعبر لغة الطعام، أشارك ثقافتي ومطبخي، وعندما أضيف التوابل، أشعر بأنني أفيض ببعض من مشاعري".

تعلمت نوف المري فنّ الطهو من والدتها، فهي تروي قصةً في كلّ طبق تُقدّمه. "في طفولتي كنت أجد دائماً متعتي في الطهو معها وكان البيض أول طبق أعددهناه معاً". وسر النكهة والمذاق المميّز للعجة بالبيض هو السمن



ما الذي يجب تذوقه في سوق التوابل؟

اللومي الأسود (ليمون)

ليمون مجفف يضيف نكهة حموضة لاذعة، ما يجعله مثالياً لتبيل السمك. "عند نعهه بالماء الساخن يصبح فقلاً في المساعدة على الهضم أيضاً".

الزعفران

يستخدم الزعفران برتقالي اللون غالي الثمن ولذاع المذاق قليلاً، لتحفيق التوازن في الأطباق الحلوة، كما يضاف إلى شاي الكرك.

الهيل (الحبهان)

هذه القرون العطرية هي عنصر أساسي في كل مطبخ قطري، تتميز بلمسة من رائحة الكافور وتعزّز نكهة اللحم، كما أنها مكون أساسي في القهوة والحلويات العربية.

المعجوج (صلصة)

تضيف وصفة الشيف المري المكونة من الكزبرة وأوراق الكاري والثوم والفلفل الأحمر مذاقاً متبلاً لأطباق الجبن والصالونة ويمكن استخدامها لتبيل الدجاج أو السمك.

البزار

تعني كلمة البزار خلطة التوابل. تتكون الخلطة المتخصصة للشيف المري (المتوفرة في مقهاها) من الكمون والكزبرة والقرفة ونوعين من الهيل بالإضافة إلى بعض المكونات السرية.

هذه تعلمتها من جدتي، ولكن لديّ أسرار خاصة أيضاً في إعدادها. أحب أن أعدّ الأطباق التقليدية بطريقة صحية أكثر". لا تمنع جدتها إضافة لمسات جديدة على طبقها. إذ إن دمج المكونات هو أجمل ما يكون في مطبخ هذا البلد الذي بقي على مر السنين ملتقى الطرق التجارية. "تطور المطبخ القطري مع مرور الوقت بإضافة نكهات وروائح جديدة ومميّزة، وتطبيق الوصفات المستوحاة من ثقافات الطهي المختلفة، وتأثر على وجه الخصوص بالأرزّ والتوابل الهندية والطعام المستمد من بلاد الشام. كانت بدايته بسيطة للغاية، إلا أنه تطوّر بمرور الزمن لينحول إلى مطبخ أكثر تنوعاً".

"لكل طاهٍ منزلي ولكل عائلة في قطر خلطة توابل مميّزة".

كما اشتهرت المري بابتكارها طبق العصيدة بشكل جديد، وهي حلوى يمنية تُحضّر من هريس التمر الذي يُضاف إليه اليقطين. "إنها إحدى وصفاتي التي نشرتها في كتابي *تست أوف قطر (Tastes of Qatar)*، وهو من أطباق الحلوى المفضلة لديّ".

والآن أصبحت المضروبة على طريقة الشيف نوف جاهزة. تُقدّم في المنزل في طبق واحد كبير ليشتركها جميع من هم حول المائدة. أما في مقهى وردة الصحراء فتُسكب في أوعية أنيقة وتُزيّن بقطع صغيرة من الخضروات. وبذلك تبدو كأطعمة المطاعم، ولكن عندما تذوّقها سنشعر وكأنك في المنزل.

تقول المري "عندما يأتي المحليون لتناول الطعام هنا في مقهاها، يغمضون أعينهم ويقولون "يا للروعة يا نوف، إنّه تماماً كالطبق الذي كانت تعدّه جدتي". وهذا ما يُسعدني".

استكشف المزيد من الأطباق القطرية الكلاسيكية في الصفحة التالية.



امسح رمز الاستجابة السريعة
لمشاهدة الشيف المري وهي تعد طبق المضروبة الشهير



1. الشيف المري تختار التوابل بعناية لخلطتها الخاصة

2. أصناف المساحيق والقرون والبذور المعطرة في سوق التوابل

اطلب الطعام كأنك من السكان المحليين

مشاركة الأطباق على المائدة هي الطريقة المثلى لتجربة العديد من الأطباق القطرية الغنية بالروائح الفواحة.

1. الشكشوكة

الطريقة المحلية لإعداد طبق البيض المقلي أو المسلوق على طريقة الشرق الأوسط هي من السهل الممتنع، إذ تتكون بكل بساطة من البيض والطماطم والملح والفلفل. وعند مزج هذه المكونات معاً، تبتكر طبقاً مالحاً ولاذعاً يتميز بالروعة. تلذذ بالبيض مع الخبز واستمتع بتناوله مع كوب من الشاي الأحمر.

4. الثريد

كل لقمة من هذا الطبق المعدّ بالكاري ستنتفوق على التي قبلها. فهو يُحصّر من الخضروات مثل البامية والكوسه واليقطين مع طبقة من الدجاج أو لحم الضأن الطري، ويُغطى بصلصة مكوّنة من القرصة والكزبرة والحبوب السوداء واليانسون. وما هو أفضل ما يميز به؟ تُضاف طبقة من خبز الرقاق في أسفل الطبق لتتشرّب كل قطرة منه.

7. مخلل الطماطم

طبق بسيط ولاذيق للغاية، يُحصّر من الطماطم المحشوة بالتنوع والفلفل الحار والثوم التي تُخلّل بعصير الليمون والخل حتى تصبح حارة. يمكن إضافتها أو هرسها فوق الأرز لمنحه مذاقاً حاراً.

2. الساقو

تصنع هذه الحلوى اللزجة من حبيبات الساقو والزبدة والهيل والزعفران، وهي حلوى شعبية يتم تناولها بعد الغشاء أو بعد الظهر. وتصبح شهية أكثر عند إضافة الجوز أو الكاجو المطحون عليها، ما يضفي قرمشةً لذيدة.

5. الصالونة

يعتمد هذا الحساء السميك على الطماطم ويُحصّر عادةً مع الدجاج أو اللحم إلى جانب الكثير من الخضروات المغذية، ويُتبّل بالهيل والقرنفل ونكهات الزنجبيل القوية والفلفل واللومي الأسود. ولكن الدوحة مدينة بحرية، لذلك قد ترى الصالونة معدةً بالسّمك ولن يسعك تفويتها.

3. البلايط

طبق يُقدّم كفتور أو كحلوى، حيث تُغلى الشعيرية لإضفاء المذاق المقرمش ثم تُحلّى بماء الورد والهيل وتُخلط بالزعفران والكرّم. وعادةً ما يُضاف البيض فوقها ويُفضل تناولها دوماً مع القهوة العربية.

6. الهريس

أطباق القمح المسلوق أو المجروش أو المطحون خشناً والمهروس مثل العصيدة هي من المأكولات الأساسية في الشرق الأوسط. تُشرح الشيف نوف المري فائلاً "في الكويت يُضاف السكر على هذا الطبق، أما الهريس القطري الأصلي، فيُغطى باللحم والسمنة. يعشق أولادي تناوله عند زيارتنا لسوق واقف". كما يُعتبر طبقاً جانبياً مناسباً مع الثريد.

لا شيء يفوق الطعام الذي يُعدّ في المنزل

حتى في هذه المدينة التي تضم عدداً لا يحصى من المطاعم، دَرَج سكان الدوحة على تقاليد قوية تدفعهم إلى إعداد الطعام للجيران والأصدقاء. لذا في المساء تصنع الطاهيات في المنازل أوعية مليئة بالأطباق الكلاسيكية، حيث يقمن بجلب الأطباق إلى الميدان القريب من مصلى السيدات في سوق واقف.

التجمع حول مائدة الطعام

احجز طاولة في أحد هذه المطاعم للاستمتاع بالنكهات الأصيلة والأجواء الودية.

على اليمين:
بيت شرق



مطعم بيت التلة

كتارا، الدوحة
+974 5010 1777

يجب أن تذهب مبكراً في المساء لتتمكن من حجز مكان في هذا المطعم الساحر الذي يقع على سطح مبنى مظل على تلال كتارا. فأطباق بيت التلة المشرقية الكلاسيكية المعدة على الطراز المنزلي تجذب الكثيرين. يقدم المطعم أطباقاً طازجة ومنعشة في الصيف مثل الفتوش الأخضر المقرمش وسلطة حراق اصبعه المكونة من العدس والحمضيات والرمان، وسيحب الأطفال لفائف المعجنات المقلية المحشوة بالجبن والمهلبية الحلوة (عصيدة الحليب) بنكهة ماء الورد. ويفضل المحليون قائمة الطعام المعدة لتجربة جميع الأطباق المميزة.

بيت شرق

الكورنيش، الدوحة
+974 7770 4589

يقع هذا المطعم الساحر في الدوحة على مقربة من سوق واقف، في منزل يعود إلى قرن من الزمان ويضم متحفاً صغيراً خاصاً به. يمكنك اختيار الجلوس على مائدة في الفناء المظلل بأشجار النخيل أو في الحجيرة ذات الجدران الزجاجية معتدلة الحرارة، لتستمتع بالأطباق المزخرفة المليئة بالأطعمة الكلاسيكية مثل الباجلا (القول) والبيض بطريقة الشكشوكة على وجبة الفطور. أما على العشاء، يمكنك الاستمتاع بالهريس المطهو على نار هادئة، وحمسة الريبان، وهي عبارة عن طبق من الحساء الكثيف مع الجمبري، مغلي على نار هادئة مع خلطة التوابل الخاصة بالمطعم.



شاي الشمس

سوق واقف، الدوحة
+974 5551 5561

شمس القصابي هي الشيف المفضلة لدى الطهاة في قطر، وهي أول امرأة فتحت مشروعاً تجارياً في سوق واقف منذ ما يقرب من 20 عاماً. تقول عنها الشيف نوف المري "لقد كانت مصدر إلهام لي وللنساء في قطر لتتبع شغفنا ونشارك طعمنا التقليدي مع العالم. تأتي شمس إلى هنا كل صباح باكراً لإعداد فطورها الشهير". وتشتهر القصابي بغطورها المميز المكون من الرقاق المقرمش المرشوش بالزعر، مع البيض المخفوق بالطماطم والكيم، وهو عبارة عن لحم مفروم يؤكل مع خبز الشباتي.

بيت المجبوس

الريان
+974 7767 2071

يقع مطعم بيت المجبوس مواجهاً لحديقة أسباير في شارع الفروسية بالريان، ويقوم بإعداد طبق المجبوس مع لحم الكركند الرملي خفيف التتبيل، وسمك الهامور المحلي، والدجاج، وكذلك لحم الضأن الأسترالي. وإذا كنت ترغب في تناول وجبة مفيدة من الخضروات، فلا تفوت حساء المرقوق الذي يحتوي على الكوسة والجزر والباذنجان والطماطم والبطاطس، إلى جانب قطع العجين التي تنتشر المرق.

قهوة إصير

الوكرة
+974 6606 2349

يقع هذا المقهى الهادئ بالقرب من الشاطئ في سوق الوكرة ويشتهر بأطباق البلايط التي تُقدّم على الفطور. أما إذا أردت تناول وجبة خفيفة وأصغر حجماً فيمكنك تناول شاي الكرك مع خبز الشباتي الذي يُقدم ساخناً وحلواً. أو يمكنك شراء بعض الشطائر المشوية على الغداء. هل ستزورنا في المساء؟ جرّب حظك واختر ما الذي سنتناوله مع قهوتك، هل سنتناول الكعك أم العصيدة المخلوطة بالهيل والزعفران.

ساسنا

مشيرب، الدوحة
+974 4038 1081

يقدم هذا المطعم القطري الراقى طبق بدّاوي الذي يتم تحضيره من لحم الضأن اللذيذ وصلونة السمك الشهية فوق طبقة من الأرز المُنكّه - وهذا الطبق يشتهر به المطعم لوجبة العشاء. وإذا زرت المطعم عند الفطور، فلا تفوت تذوق شطائر الحلومي الملفوف بالباذنجان وكبدة الضأن المنكهة بالليمون.

مقهى وردة الصحراء

الكورنيش، الدوحة
+974 6620 4608

قائمة الطعام في مطعم الشيف نوف المري ترضي أذواق الجميع. فجميع الأطباق المدمجة في المطبخ القطري لها أسرارها الخاصة، مثل السمنة (الزبدة المصفاة) الممزوجة بالحلبة والكركم والتي تجعل العجة المقرمشة واللينة بالرفاق التي تحضرهما الشيف المري مميزين. كما يتميز طبق مضروبة الدجاج برائحته الفواحة والعديد من الخضروات الإضافية. وتأتي كل الأطباق مميّزة بلمسات من البراعة المعاصرة، كما يليق بموقع المقهى داخل مبنى وردة الصحراء الذي صممه المعماري "جان نوفيل" في متحف قطر الوطني. ولا تفوت تجربة القهوة المخلوطة بماء الورد.

المحامص القرية منك

المدينة التعليمية

لا تفوت زيارة **مقهى فلات وايت للقهوة المختصة** (flatwhite.qa) لتجربة لاتبه المجهول مع التمر والقرفة أو القهوة الباردة المُنعشة المعدة مع الماء الفوار والليمون.

الخليج الغربي

لن يستطيع عشاق الحلويات مقاومة اللاتبه المتناج بالورد الذي يتميز به **مقهى أب سايد داون** (@upsidedown.qa) خاصةً مع الخبز المحمص الفرنسي أو كعكة الزعفران أو الآيس كريم. ويمكنك أيضاً زيارة **مقهى غاسترونومي** (gastronomycafe.com) لتناول شطيرة حلومي حارة مع القهوة اليونانية المُضاف إليها جرعة من المستكة.

لوسيل

تقوم **محمصة كالم ستريت** (@calmstreet.qa) بتحضير حبوب القهوة الموسمية للذّواقة. يمكنك الاستمتاع بقهوة الكيميكس أو قهوة V60 أو قهوة تركية غنية أو بيكولو أو مشروب فلات وايت ساخن أو بارد.

مشيرب وسوق واقف

في ممر المشاة السفلي الذي يربط سوق واقف بوسط المدينة، يقدم **مقهى نوماد** (@nomad.qa) قهوة مثلجة بنكهة زهرية خفيفة محضرة من حبوب القهوة اليمينية. ويقدم **مقهى بروفايلز** (m7.org.qa) بمركز مشيرب M7 للتصميم مشروب لاتبه الإسباني المتلج، يُحضّر من مكعبات القهوة المتلجة التي تذوب في الحليب. ولا تفوت تجربة مشروب إسبريسو سوفت في **مقهى أرابيكا** (@arabica.qatar). وأثناء استكشاف السوق، لا تفوت المرور ب**قهوة عشيرج** و**قهوة مجلس الدامة** حيث الأجواء المثالية لتناول القهوة الرائعة.

جزيرة اللؤلؤة-قطر

يتميز التراس الخارجي الظليل في **هارفست كوفي** (@Harvest.qa) بأجواء أوروبية - اطلب مشروب الكورتادو بالحليب المحضر على طريقة مدينة مدريد أو المشروبات الكولومبية بنكهة التفاح الأحمر والديس والشوكولاتة. ويعمل **مقهى إيفرجرين أوجانكس كافي** (evergreenorganics.com) النباتي على الارتقاء بمستوى المشروبات المتخصصة من خلال استخدام حليب الشوفان أو الجوز أو الصويا، والبراوني مع البنديق.

مزيج القهوة المثالي

كوب القهوة الصباحي (أو المسائي) غني بالتقاليد سواء كنت تحتسي القهوة أو الكورتادو.

هل تفضل الكرك؟

يعود أصل مشروب الكرك المحضّر على نار هادئة مع الحليب والهيل (شاي الكرك) إلى الهند وباكستان، ولكنه أصبح الآن مشروباً قطرفاً حقيقياً. ويمكنك احتساؤه مع خبز شباتي ولقيمات (دونات صغيرة) من فرعي **مطعم چباتي وكرك** (@chapatiantdankarak.qa) في كتارا أو حديقة بوكس بارك في الميناء.



امسح رمز الاستجابة السريعة
للمزيد من المعلومات

وتشرح قائلةً "إن نوع القهوة الوحيد الذي يُعتبر مناسباً هو البن العربي. حيث تُحمص حبوب القهوة الخضراء بلطف وتُطحن فوراً قبل تخميرها للحفاظ على رائحتها كاملةً".
يُضاف الهيل والقرنفل والزعفران إلى القهوة وتُقدم في **دلة**، وهي عبارة عن وعاء معدني صغير بغمزة طويلة مقوسة. تُقدم القهوة الذهبية المزة قليلاً في **فنجان** (كوب صغير) وتُحتسى مع التمر الريان أو أي حلويات أخرى جانبية. ومن الأدب بحسب التقاليد أن تمرّر فنجان القهوة بيدك اليمنى فقط، وأن تملأه إلى الثلث فحسب، وأن تهزه بلطف من جانب إلى الآخر عند اكتفائك.
في الماضي، كان **المجلس** مكاناً مخصصاً للرجال فقط، حيث تُناقش فيه جميع المسائل من الزواج إلى السياسة على فنجان قهوة. أما اليوم، فتُرحب المقاهي التقليدية في سوق واقف بجميع الزائرين. ويمكنك أيضاً أن تستمتع بالقهوة المتلجة في أيام الصيف الحارة.

للقهوة شأنٌ عظيم في قطر. يمكن لأي محمصة أو مقهى من قائمة الدوحة المتنامية للمحامص والمقاهي العصرية أن تخمّر أي نوع من القهوة بدءاً من القهوة المقطرة على البارد إلى لاتبه الفحم، وحتى قهوة V60 القوية والخلطات الجديدة التي تحتوي على القرفة والتومور المختلفة والإسبريسو، ولكن جذور ثقافة **القهوة المحلية** (القهوة العربية) تعود لعصور قديمة.
بالعودة إلى التقاليد البدوية في الصحراء، يتبين أن مشاركة احتساء القهوة كان تقليداً أساسياً في الحياة الاجتماعية وراسخاً في العادات. تقول الشيف نوف المري من مقهى وردة الصحراء في متحف قطر الوطني "يتم تقديم القهوة لكل ضيف على الفور، فهذا قانون الضيافة المتداول من جيل إلى جيل الذي يحثنا على مشاركة الضيف أعلى ما نملكه".

العجائب الطبيعية



الرمال المتحركة

تبدو صحاري قطر الذهبية وكأنها لم تطأها قدم قط، وهذا جزء من سحرها، لكن ما إن تتعمق فيها تكتشف تراثاً بدوياً نابضاً بالحياة يتردد صداه في الحياة العصرية.



أمل الشمري تشاهد غروب الشمس يحل على الكئبان الرملية في خور العديد

يستقرا في قطر. ووجودي هنا يجعلني أقدر كل ما فعلاه للصمود".

لا تخلو الحياة في البر (الصحراء) من الظروف القاسية على بساطتها. "لم يكن الناس يقيمون في مكان واحد لأكثر من 15 يوماً، فقد كان عليهم تتبّع مسار المياه التي تتحرك تحت الرمال والعنور على العشب الذي تتغذى عليه حيواناتهم". لم يملكوا الكثير حينها، "فقد كان عليهم حمل كل شيء معهم، لذلك لم يحتفظوا سوى بالضروريات التي لا غنى عنها".

لقد تعلمت الفتيات منذ طفولتهن السدو، باعتباره فن حياكة وبر الإبل وشعر الماعز أو الصوف لصناعة منسوجات تتميز بالمتانة وتزيّن بزخارف هندسية، حيث أصبح هذا الفن الآن يتمتع بشهرة كبيرة في جميع أنحاء الشرق الأوسط. تشرح أمل الشمري قائلة: "كانت المرأة تنسج الخيام وتنصيها وتفكّها، فقد كانت من بناء الصحراء ومعماريها.

كان دورها بالغ الأهمية لدرجة أنني كنت أمأزح والدتي قائلةً "ماذا كان يفعل الرجال آنذاك؟"

كان البدو من الرعاة الذين يعيشون على اللحوم والحليب الغني بالبروتينات. وكانت وظيفة الرجال تكمن في البحث عن الأراضي لرعي الحيوانات وحماية عائلاتهم. وكان الصيادون يدرّبون الصقور على اصطياد الأرناب والطيور

تصلاح أمل الشمري، المدير المؤسس للبيت الثقافي "احتضن الدوحة"، والتي تفخر بانتماها إلى قبائل البدو الرئيسية في قطر، قائلةً "أأخذني الحنين إلى هنا بين أحضان الطبيعة لأعيد شحن طاقتي. أستمتع بصوت الرياح، وسحر الهدوء، والمشى حافية القدمين على رمال الصحراء، فهذا مفيّد للصحة".

الصحراء الجنوبية الشرقية لدولة قطر هي من المناطق البريّة الساحرة بكل المقاييس. فهي امتدادٌ لصحراء الربع الخالي، أكبر صحراء رملية في العالم، تمتد من القمم المشمسة برمالها ذات اللون الأصفر الباهت وتندحر حتى تصل إلى خور العديد أو البحر الداخلي بمياهه الفيروزية المتلألئة. "وتصف أمل الشمري المشهد قائلة: "تسحر وكأنك في عالم آخر". ولكن في الحقيقة أنت لا تبعد سوى 40 دقيقة فقط بسيارة دفع رباعي من المنتجعات الفاخرة على ساحل سيلين، وحوالي ساعة من وسط الدوحة.

تترأس أمل الشمري أيضاً أول استوديو رسوم متحركة في قطر، وتعمل في التخطيط الاستراتيجي في قطاع الموارد الطبيعية، ويُطلق عليها لقب "بدوية من المدينة". ولكن عائلتها قطنت في الصحراء لأجيال عديدة، وتشرح ذلك قائلةً "قبيلتي، شمر، هي واحدة من كبرى القبائل في منطقة الخليج. لقد كان والداي من البدو الرحّل قبل أن



"الضيافة تحظى بتقدير كبير في الثقافة القطرية، فمن المفترض أن يتم الترحيب بالضيوف في أجواء عائلية..."

الصغيرة للشواء. والقبائل تجتمع حول نيران الخيمة ليلاً على أنغام *الربابة* (كمان البدو) التي تُطرب الأذان ويتسلسل صداها إلى غياهب الصحراء مع الدخان المنبعث من النيران. تقول أمل: "كانت الموسيقى والأغاني والشعر جزءاً هاماً وله مدلولاته في الحياة. ففي ظل ثقافة لم تعرف الكتابة، كان الشعر المسموع الذي ينتقل من الآباء إلى الأبناء هو السبيل الوحيد لتدوين التاريخ".

تكثر الأساطير حول فرسان البدو. فقد ساعدوا في عام 1893، بقيادة الشيخ جاسم بن محمد آل ثاني، في الانتصار في معركة حاسمة ضد العثمانيين، ذلك النصر الذي أدى في نهاية المطاف إلى استقلال دولة قطر. تتسابق الخيول العربية الآن مدفوعة بالشغف الوطني، وتحظى بتوقير الجميع لغدرتها على التحمل وسرعنتها وجمالها.

تظل الصقارة نقطة الفخر في جميع أنحاء المنطقة، وقد أصبحت الآن رياضة *الأمرء*. الصقور الثمينة، التي يصل سعر بعضها إلى مليون ريال قطري، قد تسافر برفاهية على متن الطائرات (إذا كان لديها جواز سفر).

يضم سوق واقف بالدوحة مستشفى مخصصاً للصقور يقدم الرعاية الصحية المدعومة من الدولة، إلى جانب التجار الذين يعرضون طيور الصيد المهيبة للبيع. ولكن الصقارة ليست هواية مكلفة فحسب. إنها فن يحتاج إلى الصبر والمهارة، وتعترف به الآن منظمة اليونسكو كإرث ثقافي غير مادي.

بعض عمليات الصيد الصحراوية الأخرى هي أبسط من غيرها. ففي بعض المواسم وبعد هطول الأمطار، ينبت فطر *الفقع* (فطر الكمأة الصحراوي) في مناطق حول خور العديد والحمامة الصخرية شمال قطر، وتخرج العائلات لقطفه. وتعتبر كومات الرمال الصغيرة المتشققة أحد الأدلة على وجود هذا الفطر اللذيذ ذي النكهة الترابية تحنها. تقول أمل "كان والدي يعرف إذا كان الفطر موجوداً بمجرد طرقه على الأرض أو شمها. وكان يصطحبني أنا وأشقتاني وشقيقتاني

التسعة إلى هنا لنبحث عنه، وفي أحد الأعوام عثرنا على كمية كبيرة منه لدرجة أنه كان يستطيع شراء سيارة بئمنه!" لطالما كان الطعام ثميناً في هذه الأرض الصحراوية، والكرم يربط الناس بعضهم ببعض. "وكان التقليد البدوي يفرض دوماً الترحيب بأي ضيف يدخل خيمتك، سواء كان تائهاً أو عابر سبيل، وتقديم الطعام له واستضافته وعدم سؤاله حتى عن هويته قبل ثلاثة أيام على الأقل. والخيم تلو من الأبواب.

"وحتى يومنا هذا ما زالت الضيافة تحظى بتقدير كبير في الثقافة القطرية، فمن المفترض أن يتم الترحيب بالضيوف في أجواء عائلية، وتقديم القهوة والطعام على الدوام". لذا عندما تأتي إلى قطر سيُقدّم الطعام لك بكثرة.

في هذه الأيام، يأتي سكان المدينة ليقوموا بالشواء على الكثبان الرملية تحت السماء الساطعة المرصعة بالنجوم. وفي ليالي الصيف، يمكن الاستمتاع برحلة بالسيارة إلى بقعة فسيحة تعدّها شركات السياحة، وهي طريقة أنيقة للتلذذ بمتعة الشواء.

تصرّح أمل الشمري "تقول والدتي أن مذاق الطعام يصبح أفضل عند طهيه على أخشاب الصحراء، حيث يمكنك أن تذوق نكهة الطبيعة".

يمكنك العثور على جولات ثقافية وورش عمل لتعلم فن النسيج على الموقع الإلكتروني embracedoha.com



1. حفل احتساء القهوة في مركز احتضان الدوحة

2. بدأ الصيد كفن من فنون الصمود وتحول الآن إلى رياضة راقية

3. الشمري تُبدي شغفاً بالحفاظ على فن السدو

وليمة عند الفسق

احجز عشاءً لمدة خمس ساعات في الجولة الصحراوية عبر موقع "اكتشف قطر" لتعيش تجربة مستوحاة من المخيم البدوي، حيث تُقدّم المشويات وسط الكثبان الرملية. discoverqatar.qa



موقع الجساسة للنقوش الصخرية

في عام 1957، اكتُشفت نقوش صخرية على بعض التلال الجيرية المنخفضة على بُعد 60 كيلومتراً شمال الدوحة. يشرح سكال قائلاً "تظهر النقوش الصخرية التي يتجاوز عددها التسعمائة رسومات لقوارب المحامل، وأسطول سفن، وحيوانات قد تكون حميراً وإبلاً، والعديد من علامات الكؤوس المرتبة بترتيبات مختلفة، غالباً في شكل صفوف أو ورود". أما عن وقت نقشها هنا أو سببه فيظان لغزاً محيّراً. فُيُعتقد أن بعضها يعود للعصر الحجري الحديث، بينما يُرجح التأريخ بالكربون المشعّ بعضها إلى بداية القرن الثامن عشر. "قد لا تعود نقوش القوارب إلى آلاف السنين، على عكس نقوش آثار الأقدام التي قد تعود إلى تلك الحقبة". ويعتقد بعض الباحثين أن علامات الكؤوس قد ترمز إلى ألواح ألعاب. بينما يرى آخرون أنها كانت تستخدم لفرز اللؤلؤ، أو أنها تمثل مجموعات نجمية. فما الذي يعتقد سكال؟ يوضح قائلاً "ما زلنا نحتاج لمزيد من البحث ودراسة النقوش بأكملها لفهم وظيفتها وتطورها المحتمل عبر العصور".



تكوينات زكريت الصخرية

على الساحل الغربي لقطر، بالقرب من زكريت وعلى بعد حوالي 90 كيلومتراً من وسط الدوحة، تتلألأ المناظر الطبيعية الشبيهة بسطح القمر في رأس بروق مثل السراب. وفي محمية المحيط الحيوي هذه التابعة لليونسكو، يمكنك زيارة الوادي الشاسع الفاحل الذي تحدّه منحدرات ضخمة من الحجر الجيري وتتخلله تكوينات صخرية تشبه "عيش الغراب" وتبدو كأنها تتحدى جميع قوانين الجاذبية، حيث تستمتع بالغروب الأكثر سحراً. ونظراً لعدم توافر وسائل النقل العام هناك، فستحتاج إلى سيارة دفع رباعي. فقط اكتب اسم "تكوينات زكريت الصخرية" في تطبيق Google Maps.

1. قلعة الزبارة

2.

تكوينات زكريت الصخرية الساحرة

3.

استكشاف فن النقوش الصخرية في الجساسة

4.

لا يزال معنى بعض النقوش الصخرية في الجساسة مجهولاً
احصل على الخرائط والتذكّر من موقع qm.org.qa



موقع الزبارة الأثري

كانت الزبارة مدينة مينائية تعجّ بالناس في العصر الذهبي لتجارة اللؤلؤ، خلال القرنين الثامن عشر والتاسع عشر، وأصبحت أكبر وأهم مستوطنة في البلاد. ولكن سرعان ما تلاشى مجدها. فقد أصبحت جميع قصورها وأسواقها ومساجدها مهجورة بحلول بداية القرن العشرين. يوضح سكال "بقيت مدينة الزبارة على حالها بمرور الوقت، ولم يتم البناء فوقها قط، ولذلك حافظت على معلومات عن نمط الحياة وعن الصراعات اليومية التي شهدتها الأفراد الذين عاشوا في الفترة السابقة لنشأة العصر الحديث في الخليج. كما أنها تكشف عن تقنيات البناء التي تتحمل مناخ قطر، والتي يمكن أن تكون مصدر إلهام للهندسة المعمارية الحديثة والاستدامة". وبالقرب من المدينة، هناك قلعة ذات أبراج تحوّلت إلى متحف يمكن زيارته بعد الحصول على تذاكر الدخول.

وإذا كنت تستقل سيارتك الخاصة، توّجه نحو شمال شرق مدينة الزبارة لمدة 15 دقيقة بالسيارة لنشاهد قلعة الركيات التي يُعتقد أنها بُنيت لحماية مصادر المياه. علاوةً على ذلك، ستجد موقع الروضة الأثري، وهو عبارة عن بقايا مستوطنة من القرن السادس عشر. وخلال عودتك من الزبارة، توقف في قرية عين محمد لتناول المرطبات والاستمتاع بالسطوح الدائرية العاكسة لتحفة أولافور إلياسون الفنية "سفر الظلال في بحر النهار".

المواقع التراثية

استكشف المواقع الأثرية النادرة والكنوز المدرجة في قائمة التراث العالمي لليونسكو المكونة في الصحراء الصخرية شمال قطر.

أوضح الدكتور فرحان سكال في متاحف قطر أنه على الرغم من اعتبار قطر دولة حديثة العهد إلا أن اسمها قد عُرف منذ القرن السابع عندما دُكر بالحروف السريانية. وأضاف قائلاً "تم إجراء العديد من الاكتشافات منذ بدأت الأبحاث الأثرية في قطر خلال خمسينيات القرن الماضي".

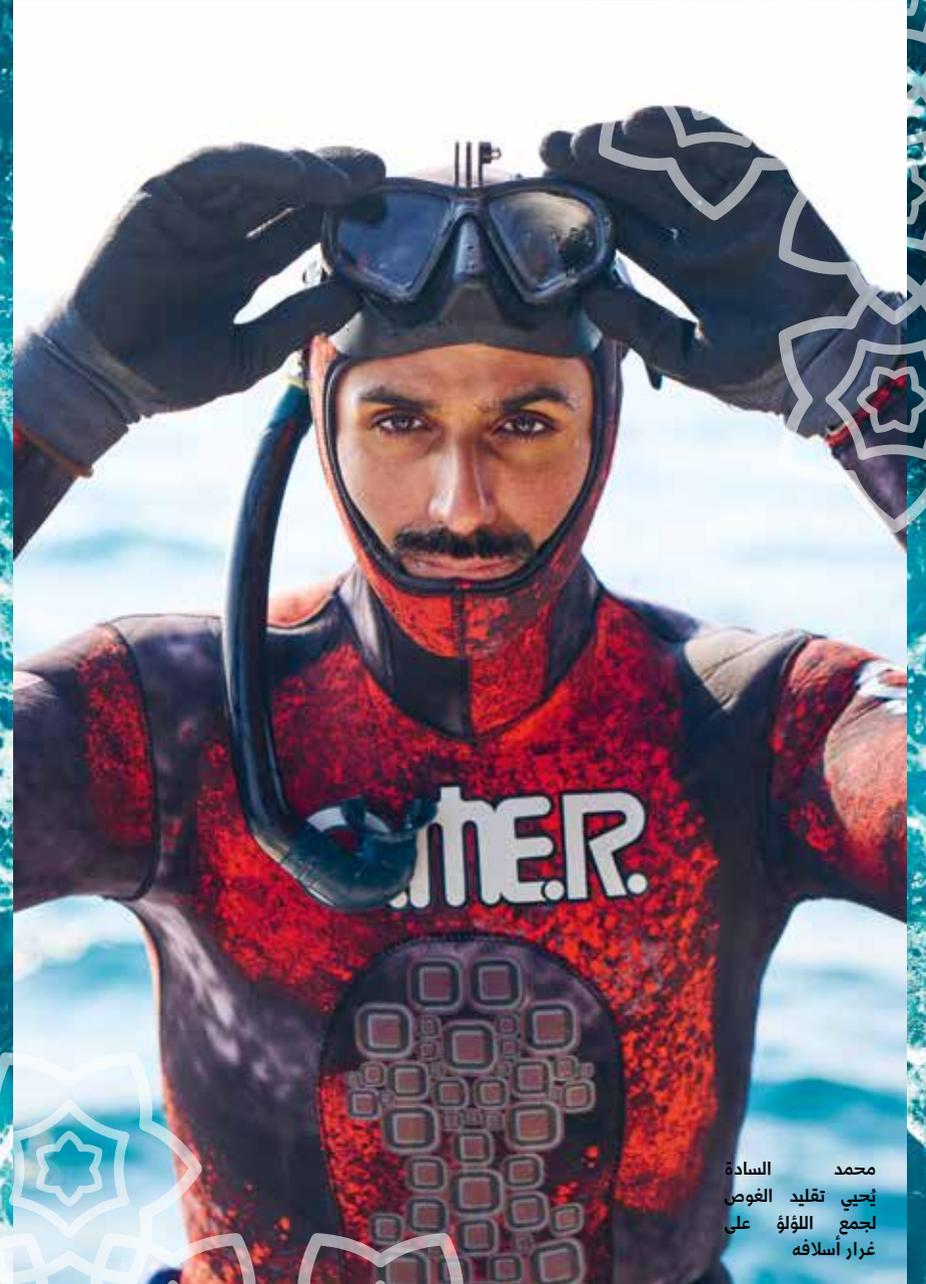
حكاياتنا مستمدة من البحر

لطالما كان صيد اللؤلؤ قوام الحياة في قطر لآلاف
السنين. والآن، يُحييه هذا الغواص الشاب مجدداً.



كما كانوا يسدون أنوفهم ويربطون حجراً ثقيلاً حول
أحد أقدامهم ليجرهم لأسفل البحر، كاتمين أنفاسهم أثناء
تمشيطهم قاع البحر".
وكان المقصود هو البقاء في قاع البحر لأطول فترة
ممكنة بحثاً عن اللؤلؤ، قبل أن يشد الغواص الحبل ليسجبه
السبب للأعلى. ولم يتمكن الكثيرون منهم من النجاة، نتيجة
الغرق أو الموت جرّاء المرض.
كان التجار في قطر قديماً ينقلون هذه المغانم المتلألئة
إلى موانئ بعيدة مثل بومباي وبغداد ولندن وباريس ليرتديها
النبلأ والملوك حول العالم. ولم تكن هناك أي لآلئ تتفوق
بجودتها على تلك المُستخرجة من الخليج العربي.
في عام 2020، استكشف علماء الآثار موقع دفن يعود
إلى العصر الحجري الحديث، حيث عثروا على لؤلؤ تُرك كهدايا
للعالم الآخر. ويرى الباحثون أن هذا يدل على أن تقليد صيد
اللؤلؤ في قطر يعود إلى 7,500 عام على الأقل. وطوال
العديد من المواسم التي لا يمكن حصرها، أدى هذا التقليد
إلى استقطاب الناس من مناطق بعيدة عبر الصحراء إلى
الساحل. موفراً مصدر رزق لشبه الجزيرة بأكملها. وبحلول
مطلع القرن العشرين كان الخليج العربي ينتج لؤلؤاً أكثر من
جميع المناطق الأخرى في العالم مجتمعة.

لا يذكر محمد السادة عندما كانت الدوحة قريةً للصيد،
ومركز قوة صغير لكنه مزدهر على خريطة تجارة اللؤلؤ
العالمية، فقد كان صغيراً في السن حينها. ولكن هذا
الغواص الحر البالغ من العمر 36 عاماً، والذي كان عمه
وجده غواصين في الماضي، لا يزال يشعر بجاذبية المد
والجزر.
يقول وهو يرتدي بدلة الغوص كما لو كانت ملازمةً له
"لقد بدأت الغوص منذ أن كنت مرافقاً. ملح البحر يجري في
دمي، فكل فطري تربطه علاقة وثيقة مع البحر".
يخرج السادة ثلاث مرات في الأسبوع على الأقل من
شققته التي تقع في الضواحي الخارجية للمدينة تحت جناح
الظلام، ويقود سيارته إلى ميناء الرويس الشمالي ليكون على
متن قاربه عند مطلع الفجر. ويمنحه الهدوء فسحةً لأفكاره
التي تدور حول غواصي اللؤلؤ القدامى الذين كانوا يبحرون
على متن المراكب الخشبية التقليدية (المحامل) في حُرّ
الصيد لفتنرات تصل أحياناً إلى شهور بحثاً عن هذه الأحجار
قزحية اللون لبيعها في السوق.
ويردف السادة قائلاً "لقد كان ذلك مساراً قاسياً لكسب
لقمة العيش. فقد كان يومهم يبدأ بفتح المحار مع شروق
الشمس، وكانوا يمارسون الغوص حتى الغروب.



محمد السادة
يُحيي تقليد الغوص
لجمع اللؤلؤ على
غرار أسلافه



"ملح البحر يجري في دمي، فكل قطري تربطه علاقة وثيقة مع البحر".

البحري من خلال نشر مغامراته في الغوص الحر على إنستغرام وتيك توك (@86diver). ويتابعه المعجبون وهو يصطاد سمك الهامور العملاق بالرمح. أحياناً ما يستعيد الأثقال الحجرية التي تركها الغواصون القدامى في قاع المحيط، وهو دوماً يبحث عن اللؤلؤ. "أفخر بتاريخنا البحري. وأفخر بالغوص، وسأعلم أولادي كيف يقومون به، فهذه تقاليدنا".

في أغلب الأحيان، يخرج السادة من الماء حاملاً حفنة من الأحجار الكريمة الصغيرة، يستخدم بعضها في تصميقات متجر H Jewellery في الميناء. ويضيف "لم أعر بعد على لؤلؤة الدانة، هذه اللؤلؤة النادرة والتمينة نظراً لشكلها المستدير وحجمها الكبير". ورغم أن المحار ليس الكنز الذي يتمناه، إلا أنه غنيمة جيدة، إذ يتم تنبيله بالملح والليمون والفلفل الحار وتناوله مباشرةً من صدفته. "أجد وجبة فطوري دائماً في البحر".

4-5.

معظم المحار الذي لا يحتوي على لآلي يُلقى مجدداً في المحيط لتغذي عليه الأسماك، ولكن يظل بعضه للفظور.

6.

السادة يقيس لؤلؤة من إحدى رحلاته الأخيرة للغوص



ثم انتهى الأمر. ففي أعقاب الكساد الاقتصادي العالمي الذي حطّم الأسعار في ثلاثينيات القرن الماضي، انخفض الطلب على اللؤلؤ القطري نتيجة زراعة اللؤلؤ الصناعي الياباني. وسرعان ما انهار سوق اللؤلؤ القطري، وحل محله النفط الذي اكتُشف في غرب قطر عام 1939 ليصبح القوة الاقتصادية الجديدة.

وأصبحت المراكب الخشبية التقليدية (المحامل) اليوم تنهادى على ساحل الكورنيش لتتنقل السياح في رحلات الصيد والعشاء في بقع ساحرة مثل جزيرة السافلية. لكن السادة يحاول ربط جيل منصات التواصل الاجتماعي في قطر بتاريخه

1. السادة يبحر إلى ببعته المفضلة للغوص

2. السادة يعلّق شبكة حول رقبته لجمع المحار، كما كان يفعل الغواصون القدامى

3. استخراج اللؤلؤ

ارفع الشراع

يحتفل مهرجان كتارا الدولي السنوي للمحامل التقليدية بالتراث البحري من خلال إجراء مسابقات غواصي اللؤلؤ وسباقات المحامل والمعارض. راجع الموقع الإلكتروني katara.net للحصول على مزيد من التفاصيل. احجز الرحلات على متن المحامل التقليدية عبر شركة ناشيونال كروز (nationalcruise.com) أو جرب حظك لاستقلالها من الكورنيش.

العثور على النعيم

تضم قطر ساحلاً يمتد لمسافة 560 كيلومتراً على طول الخليج العربي، ما يجعل من السهل الهروب من صخب العالم الحديث إلى شواطئها النقية.

العجائب الطبيعية

كن أول من تطأ قدمه الرمال الوردية للساحل الشمالي، واستمتع بالغوص في البحر الداخلي الذي تحتضنه الكثبان الرملية الذهبية الشاهقة. اركب الأمواج بالطائرة الورقية في زكريت أو استمتع بالغوص في المياه الضحلة الزاخرة بنجوم البحر في منطقة أم باب الساحرة، حيث توجد بقعة من الرمال مناسبة لكل أنواع العطلات.

تبعد معظم الشواطئ عن الدوحة مسافة 90 دقيقة بالسيارة، وبعضها مُحاط بالمدن، إلا أن أروع شواطئ شبه الجزيرة نائية ولا توفر خدمات متكاملة. تحقق ما إن كنت تحتاج إلى وافي الشمس والمظلة والمستلزمات الخاصة بك قبل الانطلاق.



امسح رمز الاستجابة السريعة للمزيد من المعلومات



شواطئ مناسبة للعائلات

- شاطئ سيلين العام
- سميصة
- الغارية
- الفركية
- شاطئ الوكرة
- شاطئ دخان
- شاطئ الخليج الغربي
- شاطئ الرويس
- شاطئ دوحة ساندرز
- نادي شاطئ B12

أفضل الشواطئ لمحبي العزلة

- خور العديد/ البحر الداخلي
- زكريت
- أم باب
- شاطئ المرونة (الشاطئ الفرنسي)
- شاطئ فويرط
- شاطئ الدخيرة
- شاطئ أذربيجان

الحدائق المكنونة



حديقة القرآن النباتية

اكتشف النعيم في المدينة الكبيرة داخل حديقة القرآن النباتية (qbg.org.qa) في المدينة التعليمية. وهي أول حديقة في العالم مخصصة للنباتات التي ذُكرت في القرآن الكريم والحديث. تجوّل عبر تصميمات الهندسة المعمارية الإسلامية لتستمتع ببساتين الزيتون والتين والكافور ونخيل التمر. واستنشق الروائح النفاذة للزنجبيل أو الإذخر المكي أو الأترج التي تشفي من الأمراض، والتقط صورة لشجرة السدر العظيمة، الشجرة الوطنية لدولة قطر، التي ترمز إلى المناورة والعزيمة.

غابة القرم بالذخيرة

تقع غابة القرم بالذخيرة على بعد أقل من 10 كيلومترات من مدينة الخور. تزخر هذه البقعة الخضراء الوارفة بالحياة البرية والشواطئ البيضاء المناسبة للعائلات، لذا احزم مستلزمات زهتك (فلا يوجد متاجر هنا) واستعد للسير على بعض الطرقات الوعرة.



على الحافة الخضراء

تعبر الرحالة شانون هارلي الكثبان الرملية بحثاً عن أسرار قطر الطبيعية المكنونة.

تشكل غابات القرم في قطر نظاماً بيئياً متنوعاً. ويعتبر الخليج العربي موطناً لأشجار القرم البحرية التي تُسمى أيضاً المانجروف الرمادي أو الأبيض نسبةً إلى بلورات الملح التي تضيء لوناً إلى الجوانب السفلية من أوراقها. وتُعد جذورها ملاذاً للأسمك. يشرح العزب قائلاً "توفر أشجار القرم خمسة أضعاف كمية الأكسجين التي توفرها أي نباتات أخرى على الأرض".

وتقع 70% تقريباً من أشجار القرم في شرق البلاد. إذاً لماذا يُطلق على هذه المساحة الخضراء اسم الجزيرة الأرجوانية؟

اكتسبت جزيرة بن غنام اسم الجزيرة الأرجوانية في الألفية الثانية قبل الميلاد، عندما كانت الموقع الرئيسي لصناعة الصبغة التي سيطر عليها الكيشيون. وكان اللون الأرجواني الثمين يُصنّع من حلازون المربقيات الذي ترعرع هناك.

يشق قارب الكاياك مياه الخليج الهادئ، ليعبر من حافة مدينة الخور (على بعد 50 كيلومتراً شمال الدوحة) إلى الجزيرة الأرجوانية في غضون 15 دقيقة بسهولة. وبينما نترك بر قطر الرئيسي خلفنا لنشق طريقنا نحو قناة القرم، تظهر جدران من الأشجار الرائعة وكأنها تلتف حولنا وتفصلنا عن العالم. ولا نسمع سوى صوت بعض طيور البلشون الرمادي وهي تصطاد السمك. وهو ما يطلق عليه مرشدي ومساعدتي في التجديف محمد العزب من **أكواسبورتس** (aquasports.qa) اسم "موسيقى الطبيعة".

يقود العزب جولات قوارب الكاياك والتجديف بالوقوف في هذه المحمية الطبيعية منذ سنوات، ولا يصدق أنها ما زالت سرّاً. يقول العزب وهو يبحر بمهارة بين الأعصان لرؤية سلطان الطين والمخلوقات الأخرى في المياه الضحلة "هذا النعيم بالنسبة لي، وهنا أشعر أنني أبيض بالحياة".

والآن، أصبحت هذه القنوات المائية الهادئة نعيماً لمراقبي الطيور، حيث يستمتعون بمشاهدة طيور النورس والغاق والخواص والأوز والبط البري وطيائر الحدف. وفي الفترة من نوفمبر حتى أبريل، تعمل أسراب طيور النحام على تلوين الأفق باللون الوردى الزاهي أثناء هجرتها من أوروبا، لتتغذى على الأسماك والزويبان.

تُنظّم جولات (لمدة 90 دقيقة) لاستكشاف غابة القرم هذه طوال العام وهي مناسبة للعائلات، إذ يمكن للأطفال من عمر سنتين المشاركة بها مع والديهم في قوارب الكاياك المزدوجة. وخلال فصل الصيف، تُنظّم الرحلات عند الفجر للاستمتاع بالنسيم البارد عند شروق الشمس، أو كما هو الحال اليوم، للاستمتاع بغروب الشمس الساحر.

ومع حلول الظلام، أبحر أنا والعزب نحو مخيم أكواسبورتس الصديق للبيئة على الشاطئ، حيث يسطع ضوء الفوانيس فوق السجاد والوسائد المنقوشة. وتفوح نكهة المشويات على العشاء.

ورغم وفرة المشاهد التي تدفعك ألا تتوقف عن التصوير، إلا أنه ما من شبكة واي فاي لمشاركة الصور مع الأصدقاء أو على وسائل التواصل الاجتماعي، وهذا هو المقصود بحسب محمد العزب. "إنه مكان مثالي للتأمل".



التسوق

داخل المتاهة

سوق واقف هو بمثابة متاهة من التوابل والاعطور والحلي والأغراض الثمينة. ولا تنحصر متعة السوق في ما تشتريه فحسب، ولكن بمن ستلتقي...



تنحني شريف لتعبر من الباب القديم إلى متجر "عطورات ممتاز الجديدة"، لتجد البائع أبو أنس يبتسم ابتسامة عريضة. كانت عائلته تمارس التجارة في سوق واقف منذ ستينيات القرن الماضي. اتبع حدسك لتختار بين العود الساحر - وهي رائحة مستخلصة من الخشب يفوق ثمنها الذهب - أو المسك الزهري الحلو أو العنبر البحري الغريب أو مسحوق العنبر. يقول أنس "لا يمكنني أن أحدد الرائحة التي ستحبها، فلكل شخص عطره المفضل". إلا إنه يبيع خليطاً عسلي اللون يرضي ذوق أي شخص.

لقد تغير الكثير منذ أن كانت شيماء تتجول في هذه المتاهة التاريخية في طفولتها، ولكن بقي الكثير على حاله أيضاً. تقول شيماء "يبلغ عمر هذا السوق مائة عام تقريباً. وقد سُمّي باسم سوق واقف لأنه كان يقع في وادي وكان على الباعة أن يقفوا في المياه ليبيعوا منتجاتهم".

لقد احترق هذا السوق القديم في عام 2004. وما تراه هنا اليوم قد أعيد بناؤه وفقاً للطراز المعماري القطري التقليدي من مواد خام مثل الجبس والحجر الجيري والصدف ولحاء شجر القرم".

بإمكان شيماء شريف أن تجد طريقها وسط سكك سوق واقف الملوتية والمنتشعبة وهي مغمضة العينين. تعتمد المدير التنفيذي لمركز احتضن الدوحة الثقافي على حواسها المرهفة إلى جانب ذاكرتها لتتجنب الحقالين الذين يدفعون العربات المحملة بالطعام والقماش وأواني الطهي، وتتوقف قليلاً لتتبادل التحية مع البائعين في الأكشاك قبل أن تجد الممر المنحدر الذي سينقلها وسط الحشود، حيث تقول "يمكنني أن أميز المكان الذي أنا فيه بفضل الأصوات والروائح، فكل جزء في السوق يختلف عن الآخر".

تعتبر مرراً تفوح منه رائحة دخانية غنية لتصل أولاً إلى سوق العطور، حيث تعرض مجموعة من البائعين الخلطات والاعطور بكافة أوصافها. وتشرح قائلة "هذا بخور. وهو عبارة عن مزيج من العود ورفائق الخشب مخلوط بالمسك والعنبر وغيرهما من العطور، ونشعله لتعطر منازلنا وملابسنا". وكما ممارسة تقليدية، يتم تمرير البخور المشتعل في المجلس للترحيب بالضيوف في المنازل القطرية. كما تضيف قائلة "قد يُستخدم أيضاً للإشارة بكل تهذيب على أنه قد حان وقت المغادرة".



المرشدة شيماء شريف تفترس لك كيف تسير مع التيار في السوق

أسواق أخرى يمكنك التجول فيها

سوق الوكرة

تتحول الممرات الهادئة في هذا السوق الخارجي، الذي يقع على بعد 20 دقيقة بالسيارة جنوب الدوحة، إلى اللون البرونزي في المساء. ونصحك بزيارته إذا كنت ترغب في أن تعيش متعة لا حدود لها. ولا تفوت زيارة مركز **احتضن الدوحة** الثقافي لتعيش تجربة القهوة. صقّف شعرك تحت شجر الجهنمية في مجلس الحلاقين، أو تجول في ساحات السوق لشراء العطور وأوشحة الباشمينا والتحف. وستخرج في نهاية المطاف من السوق لتجد نفسك في متنزه شاطئ، الذي تصطف على جانبيه أكشاك المثلجات والكباب والمأكولات البحرية المشوية (يحصّر مطعم **كوباكابانا** السمك والحبار اللذيذ)، إلى جانب بعض الأماكن التي تقدم القهوة مع التمور اللذيذة. ويمكن للأطفال الاستمتاع بالتجديف في الشاطئ الهادئ، وبناء القلاع الرملية خارج الخيام المستوحاة من الصحراء، والتصفيق لإبل الشرطة التي تمر في الدوريات.

السوق العماني

يزخر هذا المستودع الصغير في مدينة السيلية بالدوحة بالنباتات وسلال الجوت وفطر الكماة والأسماك المجففة العمانية والأواني الفخارية المصنوعة من الطين النضج. وتوضح شيماء شريف قائلة "كان هذا السوق يستورد منتجاته من عمان إلى الدوحة".

سوق الذهب

ستجد مجموعة من متاجر المجوهرات بين سوق واقف وفندق النجادة الدوحة المبهّر. تقول شيماء "عادةً ما تُباع المجوهرات الذهبية هنا بالوزن وتتغير أسعارها باستمرار". ويمكنك شراء قلادة محفور عليها الاسم باللغة الإنجليزية أو العربية لتكون الهدية المثالية لمن تحب.

سوق الديرة

يقع هذا السوق الملون بين شارع الأحمد وشارع البنوك على بعد 10 دقائق سيراً على الأقدام من سوق واقف، وتصطف على جانبيه لفائف من أقمشة القطن والدانتيل والحريز الهندي الفاخر والكشمير والأورجانزا. ويصنع الخياطون **العباءات** والملابس الأخرى بأسعار جدّابة.

الميناء

أعيد تصميم ميناء الدوحة القديم ليتحول إلى قرية تسوّق حافلة بنكهات الآيس كريم لتحاكي المنازل ذات الأسقف المسطحة في سواحل الصيد في قطر. لا تفوت شراء فناجين القهوة العربية من متجر **كلاي انكوتنرز**، والمنتجات الجلدية المصنوعة يدوياً من متجر **جلد**، و**المباخر** (لإشعال البخور) من متجر **كارفرز أوف بينينسولا**، ولا تنس زيارة سوق السمك الشهير.



المشبعة بالقطر، وللسماح لهم بركوب الجمال. ولا يزال كبار السن يجتمعون في قهوة مجلس الدامة ليتحدثوا عن الشؤون المعاصرة وهم يحتسون القهوة العربية الذهبية ويلعبون الدامة. ويُعتقد أن غواصي اللؤلؤ قد أحضروا هذه اللعبة المسلية القديمة من مصر إلى قطر. وتبقى هذه اللعبة الطريقة المثالية لقضاء فترة ما بعد الظهر حتى المساء.

تقول شيماء "أتمنى أن تظل بعض الأمور على حالها".

احجز جولات في سوق واقف وغيرها من التجارب الثقافية على الموقع الإلكتروني embracedoha.com



امسح رمز الاستجابة السريعة للمزيد من المعلومات

وباحثين عن الإكسسوارات.

وطوال تجوّلك في السوق، ستسمع همس المساومات يدوي من حولك كالموسيقى. وبينما تمر شيماء عبر الفوائس المعدنية ذات التصاميم المعقدة والرفوف التي تصمّ القفطانات و**العبايات** الزاهية والأوشحة والحقائب الجلدية، تحكّ قائلة "جربها، فالبائعون يتوقعون ذلك". إذا بدأت بعرض ثمن منخفض، سيرعرض عليك البائعون سعراً أعلى، "فاستمع بذلك ومازهم". وأسأل البائع العامية "كم آخراً؟" فيضحك لك وقد يخفض ثمن السلعة بضعة ريالاً.

عاجلاً أم آجلاً، ستفقدك حاشة الشم إلى أكوام زاهية من القرفة والكرم والقرنفل، إلى جانب أكوام من أوراق الورد والبلورات المعدنية. فسوق التوابل ليس المصدر المثالي لمؤن المطبخ فحسب (اقرأ المزيد عن توابل المطبخ في الصفحة 43)، بل هو أيضاً بمثابة صيدلية.

تُذيب شيماء كتلة من اللبان في الماء، إنه ذو مذاق خاص إلى حد ما، ولكن "يسميه المحليون الدواء المثالي، حيث يمتاز اللبان بخصائص مضادة للبكتيريا وللتهابات ويُقال إنه يطهر الجسم". كما تُعتبر الحبة السوداء علاجاً سحرياً. "بحسب العقيدة الإسلامية، قد تعالجنا الحبة السوداء من كل شيء، ما عدا الموت".

بادر بزيارته السوق لشراء التذكارات والتحف، أو لمجرد الاستمتاع بأجوائه. تضيف شيماء قائلة "لا يزال السوق قلب الدوحة الاجتماعي". ففي كل مساء، يجلس الشباب ليدرّشوا في المطاعم وفي الهواء الطلق. ويلج الأطفال على والديهم لشراء البالونات وقطع الكنافة بالجبنة

التجول مع شيماء هو بمثابة درسي في التاريخ. فهي تغف بجوار أكشاك النسيج بالقرب من قهوة **عشيريخ** لتشرح رموز الأشكال الهندسية ذات اللون الأحمر والأزرق والأصفر التي تزين السجاد وأغطية الوسائد والبُثُط المزينة بالشرابات. فالزخارف في حرفة السدو الصحراوية التقليدية ترمز إلى الحيوانات والأشجار وعناصر الحياة، وتسرّد الأنماط حكايات لا يستطيع قراءتها إلا النشاجون. تقول شيماء "لم يبق سوى 50 أو 60 ننتاج سدو حقيقي". ويحضر النشاجون الخبراء إلى ورشة احتضن الدوحة في سوق الوكرة ليشاركوا مهاراتهم مع الجيل الشاب. تضيف شيماء "تحاول أن نجد طرقاً للحفاظ على الثقافة قبل أن تتلاشى معالمها".

يمكنك التجول في ممر السوق الرئيسي لتصل إلى متجر بهلوان - وهي كلمة تعني الرجل القوي - وصاحب المتجر هو سعد إسماعيل الجاسم وهو غواص لؤلؤ قديم/لاعب كمال أجسام سابق/رجل شرطة/لاعب كرة قدم وراوٍ للقصص حالياً. وقد يكون هذا الرجل البالغ من العمر 88 عاماً آخر الغواصين الباقين على قيد الحياة من العصر الذهبي لصيد اللؤلؤ. ادخل المتجر لتحصل على سلسلة من اللؤلؤ الأبيض أو الرمادي أو الوردية وتستمع إلى قصة رائعة.

وبعد ذلك، تشير شيماء إلى فنائين يدقون **العقال** ليمنحوه شكله المميز، وهو رباط رأس أسود على شكل طوق يميز الرجل القطري. ويمكنك التوغل في السوق قليلاً لتجد سوق الصقور و"فندق" الصقور، حيث تباع الطيور الوطنية النامية ويتجول الشباب الصغار - مدربو الصقور الصغار - حاملين طيورهم على أذرعهم طالبين المشورة



العناية بالصحة

عناية تمنحك عافية دائمة

هل تحتاج إلى تصفية ذهنك؟ سواء في الصحراء الهادئة أو في المدينة الصاخبة، ستجد مراكز للعلاج بالطرق القديمة ولكن بلمسة جديدة من الفخامة.

احجز إقامتك في:
ملاذ بين الرمال

الرويس

zulal.com

مبارس أحمد "تقوم فلسفة المنتجع على تنويع الممارسات الفارسية واليونانية الرومانية والصينية وممارسات الأيورفيدا. ويعود أصل الطب الإسلامي إلى بداية القرن السابع".

تتضمن علاجات المنتجع الرئيسية *الحجامة*، وهو مصطلح عربي يعني العلاج بالكؤوس، و*تدليك البطن* وهو تدليك لأعضاء الجسم الداخلية. ويشرح الدكتور أحمد قائلاً "يرتكز الطب التكاملي العربي التقليدي على الاعتقاد بأن كل الأمراض تنشأ من البطن". أما *التدليك القطري* فهو تدليك عميق للأنسجة بالاستعانة بزيت مصممة لتعزيز الدورة الدموية وتخفيف توتر العضلات.

ويضيف الدكتور أحمد قائلاً "يمثل الطب التكاملي العربي التقليدي طريقة علاج شاملة" ومن ثم فإن بروتوكولات

يقع منتجع زلال الصحي من شيفا-سوم في موقع منعزل بين شاطئ الخسومة الهادئ والصحراء، ويؤدي دوره بامتياز كواحة حقيقية. إذ يقع في أقصى شمال قطر على بُعد 75 دقيقة فحسب بالسيارة من الدوحة، ولكن عند وصولك إلى هذا المنتجع الهادئ، الذي يتمتع بتصميم يحاكي القرى القطرية القديمة بأسقفها المستوية وأقنيتها الغنية بالحدائق، ستشعر أنك تنفصل عن العالم الحديث بالكامل. ويُعد زلال أول مركز في العالم للطب التكاملي العربي التقليدي، وتقوم استراتيجيته على الاستفادة من حكمة العالم القديم.

الطب التكاملي العربي التقليدي هو نظام علاج مستوحى من أعمال العلماء والأطباء والمعالجين بالأعشاب المسلمين. يقول الأخصائي الطبي في المنتجع الدكتور



العلاج خلال الإقامة في منتجع زلال تجمع بين العلاجات العملية، والحركة، والتأمل، والتغذية. أما قائمة الطعام في المنتجع، فتزخر بالأطعمة ذات القيمة الغذائية الفائقة في أطباق مثل الميجوس بلحم الضأن، والفتوش مع سرطان البحر والأفوكادو، والتمر مع كاستارد القرفة، والآيس كريم بنكهة الفستق. كما يصف الممارسون العلاجات القطرية والعربية الأصيلة، مثل الزعفران والحبة السوداء والسدر.

يضم المرفق منتجعين منفصلين هما زلال ديسكفري للعائلات مع الأطفال من جميع الأعمار، وزلال سيرينيتي وهو منتجع مخصص للعزاب والمتزوجين ومجموعات الضيوف من عمر 16 عاماً فأكثر، ويقدم كلاهما برامج صحية تمتد من ليلتين إلى 14 ليلة.

1. منتجع زلال الصحي على طول الساحل
2. بداية رحلة العلاج الباعثة على الاسترخاء
3. مكونات من صيدلية العطرة



1. استرخ في الحمام المغربي في فندق لاسيغال
2. الحمام الخاص في فندق الجسرة بوتيك

لا تفوت تجربة:

حمام البخار المُجدد للحوية والنشاط

مواقع متعددة

tivolihotels.com, laciqalehotel.com

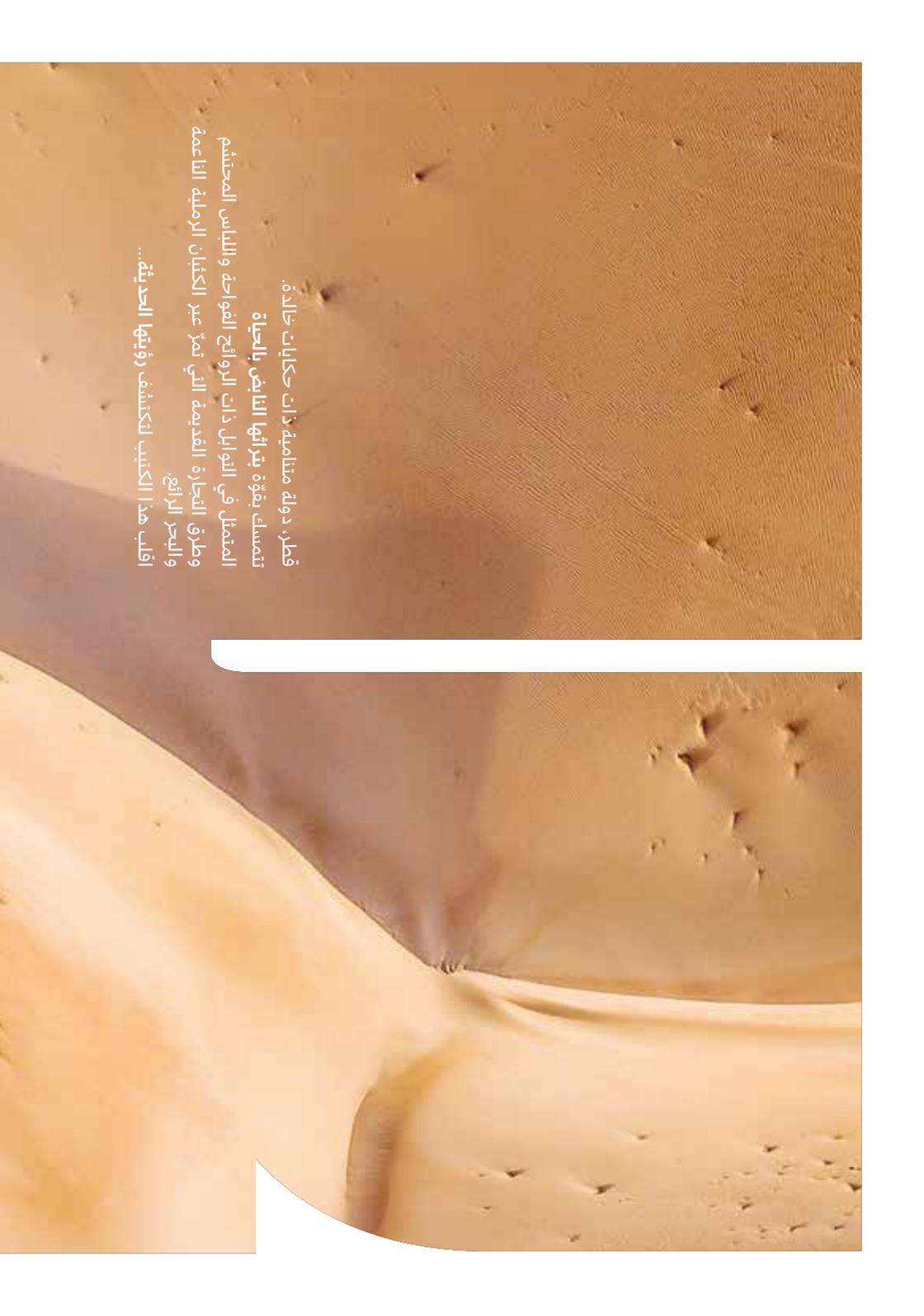
بعد يوم طويل من زيارة المعالم السياحية، لا شيء يضاهي الاسترخاء في حمام عربي تقليدي. فلا تفوت فرصة الاسترخاء في الحمام الخاص الفاخر في فندق الجسرة بوتيك الواقع بالقرب من سوق واقف، لتشعر وكأنك في نعيم من البخار. تبدأ رحلة تجديد الحوية والنشاط بالتدليك من الرأس حتى أخمص القدمين بالاستعانة بلبسم مطهر قبل فرك الجسم. وبعد ذلك يُغطى الجسم بطبقة من الطين المعجون بالورد لإزالة السموم بينما يذوب القناع المغذي في شعرك. وبعد غسل جسمك بالماء البارد، ستحصل على إحساس بالنعومة والترطيب.

في صالة الألعاب الرياضية والمنتجع الصحي أكسجين في فندق لاسيغال، يمكنك الاستمتاع بجلسة هيدرا فيشيل للوجه بعد انتهائك من الحمام المغربي الفاخر. ويعمل المنتججان حتى الساعة 10:00 مساءً.



امسح رمز الاستجابة السريعة
للمزيد من المعلومات





فطر، دولة متنامية ذات حكايات خالدة.
تتمسك بقوة بثرائها النابض بالحياة
المتمثل في التوابل ذات الروائح الموارحة واللباس المحتشم
وطرق التجارة القديمة التي تمرّ عبر الكئيان الرملية الناعمة
والبحر الراجع.
أقلب هذا الكئييب لتكتشف رؤيتها الحديثة...

دليلك العملي حول قطر

QATAR
NOW

الأحياء • مسار الرحلات • رزنامة فعاليات قطر • الخرائط
الإقامة • معلومات مفيدة • التنقل

نبذة عن قطر

مع الخبير المحلي،
السيد كيو



من سكان قطر البالغ عددهم 2.8 مليون نسمة. يقول الهارون "نحن نصوغ جزءاً من ماضينا لتحقيق ما نريد أن نكون عليه في المستقبل. فستراننا نرتدي الثوب والعباءات التقليدية مع الأحذية الرياضية أو الكعب العالي في الأيام العادية، وليس في المناسبات فقط. وتتميّز بكيفية تنسيقها معاً".

يتباين ماضي قطر ومستقبلها بشكل مذهل على الساحة الثقافية. فقد برزت العاصمة الدوحة كمرکز عالمي للفنون. يقول الهارون "سترى داخل المباني المتطورة نصوصاً إسلامية قديمة ومنسوجات ومصنوعات يدوية. كما ستجد في الشوارع، فن الخط والنحت والحدائيق التي تُظهر جانباً من الفنون التقليدية المحدثة". وتنساب الهندسة المعمارية المتطورة بسلاسة حول البيوت التراثية.

ومع ذلك، تظل القيم العائلية جوهر الحياة في قطر. ويوضح الهارون ذلك قائلاً "في يوم الجمعة، نعلي صلاة الجمعة المشهودة، وهو أيضاً يوم عائلي بامتياز". وأحياناً ما تشمل الأوقات العائلية الخروج لإقامة حفلات الشواء في الصحراء أو التجول في السوق؛ وفي أحيان أخرى، تنطوي على متعة التجول في مركز تجاري حديث.

بعد ذلك، ننقل إلى الطعام اللذيذ والقهوة. يقول الهارون "كان القطريون في الماضي يأتون إلى المطار القديم حاملين وعاءً من القهوة العربية للترحيب بالسياح القلائل القادمين إلى قطر. والآن بعد أن بات ملايين السياح يقصدون بلدنا كل عام، أصبح من غير الممكن مواصلة هذه العادة! لذا أنشأت شبكة أحب قطر لتكون بمثابة مجلس رقمي - المكان الذي نحتي فيه ضيوفنا في بلادنا، كما يمكن للزوار التعرف علينا من خلالها". استمتع بالدرشة مع العاملين في المحلات التجارية في سوق واقف التاريخي أو تذوق المخبوس المعد على الطريقة المنزلية في المطاعم الفاخرة. "ستشعر بالحفاوة وكرم الضيافة الذي يعمل على خلق نسيج متناغم بين الناس".

"لطالما كانت قطر موطناً لانطلاقات مختلفة غير متوقعة". تعرّف على المزيد عن هذا الموضوع من خليفة الهارون، مؤسس شبكة التواصل الاجتماعي والموقع الإلكتروني الاجتماعي أحب قطر، والذي يُعرف أيضاً باسم السيد كيو، وهو رجل أعمال شاب وُلد في قطر ويقول بأن الدراسة في الخارج منحته منظوراً جديداً عمّا يجعل موطنه فريداً من نوعه. يوضح الهارون قائلاً "يتجسد جمال قطر اليوم في الطريقة التي تلتقي بها التقاليد القديمة مع الأفكار الجديدة كل يوم".

إن النقاء هذه العوالم المختلفة هو جزء من المشهد. "بدايةً، على سبيل المثال، في أي مكان آخر قد تجد صحراء ملحمية تعانق البحر؟"

كما أنّ الصحراء في هذا البلد صغير المساحة في شبه الجزيرة العربية تعجّ بالمفاجآت المذهلة. ففي الجنوب، تلتقي الكثبان الرملية الناعمة المتعرجة بالمياه الزرقاء المذهلة لخور العديد. يقول الهارون "يمكنك صيد الأسماك وممارسة الغوص والسياحة، والاستمتاع بالكثبان الرملية من حولك". وحين تسافر شمال البلاد، تندفق الرمال نحو سهول حمادة الوعرة، حيث تظهر المجسمات الفنية المعاصرة البراقة بين القلاع القديمة والمواقع الأثرية المُدرجة في قائمة اليونسكو والتي تهمس بقصص من تاريخ تجارة اللؤلؤ العريق في قطر.

هذا بلد حافل بالإمكانيات. ويشير الهارون إلى ذلك قائلاً "نحن بلدٌ شاب من نواحٍ كثيرة. فقد تم إعلان قطر دولةً مستقلة في عام 1971 وعدد كبير من قادتنا هم دون سن الأربعين عاماً". يعمل الاستثمار الضخم في الاقتصاد المعرفي والحاضنات المحلية لرواد الأعمال على "إنشاء طاقة تدفع الناس من جميع أنحاء العالم إلى العيش هنا، ما جعلنا بوتقة جميلة تنصهر فيها الفروق والتأثيرات".

يشعر جيل الشباب بالحماسة إزاء الحفاظ على الهوية القطرية، ربما لأن القطريين يشكلون ثمانية في المائة فقط

أحياء الدوحة المتنوعة

الكورنيش

يلتف هذا الكورنيش المليء بأشجار النخيل حول الواجهة البحرية لمدينة الدوحة ويربط الفنادق الرائعة وأبراج الخليج الغربي بمتحف الفن الإسلامي وحديقة متحف الفن الإسلامي ومتحف قطر الوطني. يمتد على طول 7 كيلومترات ويزدان بالمنحوتات والحدائق ومناطق التنزه المُطلّة على الخليج العربي الساحر، إذ يمكنك الانطلاق في رحلة بحرية على متن أحد المراكب الخشبية التقليدية (المحامل) التي تنهادر على طول المرفأ. يمكنك أيضاً التنزه على طول الكورنيش باستخدام سكوتر كهربائي، وهي طريقة ممتعة لمشاهدة روعة الإضاءة في الليل في الدوحة.





1

مشيرب قلب الدوحة

في هذا الحي الثقافي الجديد، يتعانق ماضي الدوحة ورؤيتها المشرقة للمستقبل بطريقة مذهلة وصديقة للبيئة. اكتشف الحدائق المدهشة للهندسة المعمارية التقليدية في متاحف مشيرب، حيث تُقام المعارض في البيوت التراثية. كما يمكنك اكتشاف أعمال المبدعين الشباب في صالات العرض والمحلات المتخصصة ومناجر الأزياء وصولاً إلى مركز مشيرب M7 للتصميم. مع استمتاعك باحتساء القهوة الباردة في أحد المقاهي بساحة براحة مشيرب.

الجسرة

يقع هذه الحي التاريخي في الدوحة بين الكورنيش المتلألئ ووسط المدينة المضيء، حيث يُبرز الروح القديمة لقطر. عُد بالزمن إلى الوراء عبر الأروقة المتعرجة في سوق واقف بحثاً عن المنسوجات والحلي والعود والتوابل. وسترى الأكشاك مكتظة مبكراً عند تناول الفطور، بينما يبدأ الإقبال عليها في حرارة النهار، ثم تعود إلى الحياة عند غروب الشمس. استرخ في المقهى وتلذذ بمشاركة الطعام المُعد على الطريقة المنزلية والقهوة أو الكرك والشيشة مع السكان المحليين وشارك الأطفال يستمتعون بركوب الإبل أو المُهر في الساحات المفتوحة. وتحثي نافورة نصب اللؤلؤة عند مدخل ميناء السفن الشراعية بعصور المجد التي كانت تعيشها الدوحة كمصدرٍ للؤلؤ.

لوسيل

تقع "مدينة المستقبل" المشرقة في شمال الدوحة وتضم درب لوسيل، وهو شارع جديد للتسوق ولتناول الطعام والترفيه، بطول 1.3 كم. يتحول إلى مشهد زاو بالألوان وشاشات ثلاثية الأبعاد ومصابيح مذهلة تُضاء عند حلول الظلام. كما يمكنك التجول في مارينا فود أرينا، وهو شارع شهير لتناول الطعام يضم العديد من المقاهي وعربات الطعام وأكشاك الشاورما ومناجر الحلوى. وتوفر المقاهي والمحلات التجارية داخل بلاس فاندوم مول متعة لا مثيل لها.



2

1.

مشيرب قلب الدوحة

2.

سني بلازا في لوسيل



2



1

المدينة التعليمية

لا بد أن تلتقط مئات الصور لمركز البحث في الدوحة. ستغمرك الدهشة عند مشاهدة المآذن المنحنية التي تعانق السماء في جامع المدينة التعليمية، وحديقة الأكسجين التي تمثل "الريئة الخضراء" للمدينة، وساحة الاحتفالات في الهواء الطلق التابعة لمؤسسة قطر، حيث تمثل الأعمال الإسلامية المتشابهة مشهداً مذهلاً. ولا تفوت التنزه في متحف: المتحف العربي للفن الحديث.

جزيرة اللؤلؤة-قطر

تجول حول أرخبيل الجزر الاصطناعية لتشعر وكأنك في جولة أوروبية مصغرة، حيث تجد القنوات المصممة على غرار مدينة البندقية، متعرجة أمام الشقق الباريسية زاهية الألوان، إلى جانب الساحات الإسبانية المظللة بأشجار النخيل ونبات الجهنمية الوردية. هنا يتحد مشهد الدوحة بجميع إطلالاته، من خلال الاستمتاع بمشاهدة أجواء المدينة من المطاعم والتسوق في مناجر مثل إم ميسوني وهارلينز. وتمثل بورتو أرابيا الوجهة المثالية للاستمتاع بالبريق الوردية عصرًا، حيث تنهادى اليخوت الفاخرة بكل فخامة تحت أشعة الشمس وكأنك في الريفييرا.

الحي الثقافي كتارا

كانت كلمة "كتارا" تشير إلى قطر كما ظهرت في خرائط تعود للعام 150 قبل الميلاد، وقد بُنيت كتارا على طراز الفريج (الحي) القطري التقليدي، وتضمنت مسارات مرصوفة بالحصى متصلة بالساحات ومعالم مائية ينبعث منها صوت قرقر المياه. راجع الجداول الزمنية للفعاليات والمعارض والعروض المُقامة في المسرح الهائل المستوحى من الطراز اليوناني، ولكن يمكنك الحضور في أي وقت لمشاهدة أبراج الحمام المميزة والمسجد الأزرق، أو استنجا قوارب الكاياك وقوارب التجديف على الشاطئ المناسب للعائلات. وتمثل تلال كتارا وجهة خضراء وهادئة يمكنك الاستمتاع فيها بالتنزه سيراً على الأقدام، أو الاستلقاء ببساطة على العشب والاسترخاء مستمتعاً بإطلالة شاملة على المدينة.



3

1.

قناة كارتية،
جزيرة اللؤلؤة-قطر

2.

المدينة التعليمية

3.

أبراج الحمام في الحي
الثقافي كتارا

مسار الرحلات الفاخرة للتوقف المؤقت أثناء السفر

يقول خليفة الهارون "تمتد قطر بأكملها على مسافة 160 كم فقط، لذا يمكنك رؤية الكثير من المعالم السياحية وتذوق معظم الأطعمة وتجربة الأنشطة الممتعة في يوم واحد أو ثلاثة أيام. ولكنك بالتأكيد سترغب في العودة مرة أخرى رغبةً في المزيد من التجارب الممتعة".

24
ساعة

استعد حيويتك مع فنجان القهوة المثالي

يقول الهارون "هل تعلم أن كلمة "coffee" بالإنجليزية مشتقة من الكلمة العربية قهوة؟ وتحظى القهوة بشغف كبير في الدوحة. فسواء كنت تريد قهوة ذهبية مع الهيل أو لاتبه مع بعض الحبوب الصغيرة، يمكنك التلذذ بفنجان القهوة المثالي وسط المدينة". اختر مقهى نوماد في نفق مشيرب/سوق واقف. اقرأ المزيد: تراث بنين بالحياة، الصفحة 48.

تناول الفطور وكأنك من السكان المحليين

يضيف الهارون "يوفر البيض على الطريقة القطرية مع الطماطم وخبز الرقاق والبلاليط وجبة أسطورية عظيمة يمكن مشاركتها مع الآخرين". يقدم بيت شرق الواقع على الكورنيش وليمة صباحية أصيلة. اقرأ المزيد: تراث بنين بالحياة، الصفحة 46.

شاهد الأجواء المذهلة للفن والثقافة

يوضح الهارون قائلاً "متاحف الدوحة هي من بين أفضل المتاحف في العالم. ويجتشد متحف قطر الوطني ومتحف الفن الإسلامي معلمين من روائع الهندسة المعمارية ويضمان كنوزاً تاريخية. ويعمل الأسلوب المعاصر للفن العربي في "متحف" على توسيع آفاقك بكل ما تحمله الكلمة من معنى". اقرأ المزيد عن متحف قطر الوطني ومتحف الفن الإسلامي في قسم "تراث بنين بالحياة"، الصفحة 9، وعن متحف في قسم "الرؤية الحديثة"، الصفحة 13.

احصل على المقتنيات الثمينة من السوق

سوق واقف هو أحد الأماكن المفضلة التي يحب الهارون مشاركتها مع الزوار. يشرح الهارون ذلك فيقول "تشعر فيه وكأنك تتجول عبر التاريخ. تتوارث العائلات المتاجر هنا منذ أجيال. كما يمكنك التجول في سوق الوكرة الذي يقع بجوار شاطئ خلّاب. اقرأ المزيد: تراث بنين بالحياة، الصفحة 69.

تذوّق فنون الطهي

يقول الهارون "يتميز الطعام الفاخر في هذه المدينة بأنه إبداعي على نحوٍ لا يصدق، ومتعدد الثقافات، ومتطور باستمرار. ويُعدّ مشروع بروفوك الآسيوي (Provok Asian Project) في لوسيل وجهة منشودة جديدة للاستمتاع بالمطبخ الآسيوي وبإطلالة مذهلة على أفق المدينة". اقرأ المزيد في قسم "الرؤية الحديثة"، الصفحة 39.



استمتع بقضاء أمسية في كتارا

يقول الهارون "توفر الأروقة القديمة المصممة على طريقة الأحياء في الحي الثقافي كتارا أجواءً خاصة، وتنتزّن بالإضاءة ليلاً وتضم العديد من المطاعم بجانب إطلالات المياه. ويقدم بيت التلة في تلال كتارا الأطباق العربية الكلاسيكية بامتياز". اقرأ المزيد: تراث بنين بالحياة، الصفحة 46.



تنعم بالاسترخاء في المنتجع الصحي

كيف يسترخي الهارون بعد مغامرة استمرت ليومين؟ "توفر المنتجعات الصحية الفاخرة في قطر ما يناسب الجميع، بدءاً من العلاجات العربية وصولاً إلى الحمامات المُنْعِشة". اقرأ المزيد: تراث بنين بالحياة، الصفحة 77.



انطلق في رحلة نهائية إلى الصحراء

ينصح الهارون قائلاً "تمنحك الصحراء شعوراً مختلفاً تماماً في الصباح الباكر. فانطلق في جولٍ لركوب الكثبان الرملية في الجبال الرملية الناعمة حول البحر الداخلي ثم توقف عند شاطئ سيلين". اقرأ المزيد: الرؤية الحديثة، الصفحة 53.



استمتع بركوب الكاياك على الحافة الخضراء

يقول الهارون "تمثل أشجار القرم الواقعة شمال الدوحة ملاذاً طبيعياً حافلاً بالخضرة والطيور والحياة البحرية. التجديف عند غروب الشمس تجربة ساحرة لا تُفوّت". اقرأ المزيد: تراث بنين بالحياة، الصفحة 64.

48
ساعة



تسوق للأخير!

يقول الهارون "مراكز التسوق لدينا هي من أكبر وأفخم مراكز التسوق على الإطلاق، تمثل واحات رائعة في فصل الصيف، وتضم نوافير راقصة، وحدائق داخلية، وقنوات، ومدن ملاحية. يشمل الحزم مول هرماً على غرار متحف اللوفر في باريس". اقرأ المزيد: الرؤية الحديثة، الصفحة 70.



استمتع بالفن في البرية

ينصح الهارون قائلًا "استأجر سيارة دفع رباعي واتجه إلى موقع الزبارة الأثري المدرج في قائمة اليونسكو لمشاهدة الأفراص العاكسة المتطورة لتحفة أولافور إلياسون الفنية وسط الصحراء". اقرأ المزيد عن المواقع التراثية في قسم "تراث ينبض بالحياة"، الصفحة 56، وعن التحف الفنية في الهواء الطلق في قسم "الرؤية الحديثة"، الصفحة 20.



أنه يومك بتجربة مميزة

يوصي الهارون قائلًا "ما من طريقة أفضل لإنهاء يومك من تناول مشروب لذيق مع بعض شطائر التاكو، والاسترخاء في أحد النوادي الشاطئية في المدينة". اقرأ المزيد: الرؤية الحديثة، الصفحة 21.



دع الأطفال يعيشون أجواء التشويق

توفر متاحف مشيرب في وسط مدينة الدوحة أجواء ممتعة للأطفال. ما هي نصيحة الهارون لك؟ "عايش الثقافة مع أطول الألعاب الداخلية في العالم في دوحة كويست الغربية منك". اقرأ المزيد: الرؤية الحديثة، الصفحة 26.

رزمة فعاليات قطر

6-8 أكتوبر
سباق الفورمولا 1* يعود إلى قطر
حلبة لوسيل الدولية للسباقات
tickets.formula1.com

يُقام سباق جائزة الخطوط الجوية القطرية الكبرى للفورمولا 1* قطر 2023 في حلبة لوسيل الدولية للسباقات في أكتوبر. وقد حقق ماكس فيرستابن، حامل لقب بطولة العالم، الرقم القياسي هنا لأسرع لفة للمسار السريع والانسحابي، بعد أن سجل 01:23.196 في عام 2021. يبلغ طول الطريق المستقيم في المسار أكثر من 1 كيلومتر، فيما تسود المنعطفات متوسطة وعالية السرعة باقي المسار. ما هو أفضل مكان لمشاهدة الحدث؟ يمكنك من المنصة الرئيسية أن ترى السيارات وكأنها تُغذف عبر المنحنى السريع للمنعطف التاسع قبل أن تصل إلى منطقة الكبح عند المنعطف 10.



2 أكتوبر 2023 - 28 مارس 2024
المعرض الدولي للبستنة إكسبو الدوحة 2023
حديقة البدع
dohaexpo2023.gov.qa

هذا أول معرض دولي للبستنة يُقام في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، تحت عنوان "صحراء خضراء، بيئة أفضل". ستستضيف الفعالية عروضاً حية ونقاشات ومعارض تعمل على استكشاف حلول للتخفيف من حدة التصحر.

5-14 أكتوبر
معرض جنيف الدولي للسيارات
مركز الدوحة للمعارض والمؤتمرات
genavamotorshow.com

يُعتبر هذا المعرض أرقى مهرجان للسيارات، وسيقدم أحدث الابتكارات والتقنيات إلى جانب العروض الأولى واختبارات الإصدارات الجديدة في حلبة لوسيل الدولية للسباقات. وسيختتم البرنامج بمعاناة تشكيلة متحف قطر للسيارات، بما في ذلك السيارات الفاخرة والإصدارات المحدودة وسيارات السباق.

حتى 15 أغسطس
المعرض الجديد للفنان أولافور إلياسون
محمية الذخيرة لأشجار القرم
nmoq.org.qa

يعود الفنان الدانمركي الأيسلندي أولافور إلياسون من جديد بمعرض آخر، يسمى *الصحراء تعانق الخيال* ويضم 12 عملاً فنياً في الهواء الطلق تتجاوب مع الظواهر الطبيعية مثل ضوء الشمس والرياح والمياه. وتُعرض عناصر فنية أخرى في متحف قطر الوطني. سيتوفر باص مجاني ينطلق من المتحف إلى موقع الذخيرة أيام السبت.

5-9 سبتمبر
سهيل - معرض كتارا الدولي للصيد والصقور
الحي الثقافي كتارا
s-hail.qa

يُقدّم هذا المعرض كل جديد في مجال هذه الرياضة المحلية العريقة ثقافياً، ويستقطب الشيوخ وعشاق هذه الرياضة من جميع أنحاء العالم. وتشهد مزادات الصقور منافسةً حادةً.



تعج قطر بالفعاليات المذهلة هذا الموسم. امسح رمز الاستجابة السريعة لتبني على اطلاع دائم بالتحديثات والعروض والإعلانات والفعاليات الجديدة في رزمة فعاليات قطر أو بادر بزيارة الموقع الإلكتروني qatarcalendar.com



الأفضل للمرح تحت أشعة الشمس
فندق والدورف أستوريا
لوسيل، الدوحة
hilton.com

يتميز هذا المنتج المناسب للعائلات بشاطئه الخاص الوحيد في لوسيل، ما يمنح الأهل جواً من الفخامة الهادئة إلى جانب خدمة سلسلة وكبائن بجوار المسبح، فيما يمرح الأطفال في الحديقة المائية الموجودة في الموقع. ويمكن للأهالي الصغار قضاء أوقاتهم في نوادي الأطفال والمراهقين قبل لقاء العائلة لتناول المأكولات اليابانية والبرازيلية والبيروفية في مطعم سوشي سامبا الشهير أو في مجموعة من المطاعم الأخرى المستوحاة من المطابخ العالمية. تستوعب الأجنحة من ثلاثة إلى خمسة أفراد.



الأفضل للجمع بين العمل والمتعة
ماندارين أوريينتال
مشيرب، الدوحة
mandarinoriental.com

يقع الفندق على بُعد خطوات من أروقة سوق واقف المعطرة بالتوابل في ساحة براحة مشيرب، مركز منطقة الأعمال والتسوق والتصميم في وسط مدينة الدوحة، ويوفر إقامة ساحرة لمن يرغب في الاستجمام والاستمتاع بجميع التجارب لأيام قليلة. تتواءم لمساحات التصميم الأنيقة مع الزخارف القطرية - السجاد بلون الكئبان الرملية، والنوافذ مظلة بطوب المشربية، ومقايض الأبواب مصممة بحيث تشبه قرون المها. وعلى سطح الفندق، توفر كبائن المسبح إطلالات شاملة على أفق المدينة بينما على الشرفة الجميلة، يقدم مطعم ليانج



الأفضل لعشاق الأجواء الصاخبة
فندق دبليو
الخليج الغربي، الدوحة
marriott.com

تُبرز الردهة المضاءة بالنيون مدى فخامة هذا الفندق العصري الكائن في الخليج الغربي والذي صممه المعمارية زها حديد. يضم الفندق 289 غرفة وجناحاً تتميز بألوانها الزاهية وذوقها الرفيع، ما يوفر مزيجاً من الإطلالات المشرفة على المدينة والواجهة البحرية بالكامل. لكن من غير المحتمل أن ترغب في العودة إلى غرفتك مبكراً. إذ يضم الفندق صالة "وهم" وهي أحد أفضل الأماكن الليلية في المدينة لدى الوافدين والمحليين على حد سواء. ويدير الشيف الحائز على نجمة ميشلان، جان جورج فونجريتشتن، كلاً من مطعم "ماركت" الشرق الأوسط ومطعم "سبايس ماركت" المستوحى من مطبخ جنوب شرق آسيا. ويُعد مطعم كويا المكان المناسب لتناول البرانش، حيث يمكنك التلذذ بالمأكولات البيروفية على أنغام منسق الدي جي.



الأفضل لعشاق الأناقة العصرية
فندق ذا نيد
الكورنيش، الدوحة
thened.com

يقع هذا الفرع المتميز للفندق الحصري في لندن على الكورنيش ويضم نادياً مخصصاً. كان مبنى فندق ذا نيد مبنى وزارة الداخلية سابقاً وتم تجديده لدمج صور الجمال العصرية، ويضم سبعة مطاعم و90 غرفة ومسحاً مظللاً بربيق يعود إلى سبعينيات القرن الماضي. تتقّم في الكراسي المخملية أو استرخ تحت أشجار النخيل للاستمتاع بالأجواء المنعشة. ويشمل بهو الطابق الأرضي منصة مركزية تستضيف عروضاً حية وتحيط بها مطاعم مثل سيكونيز، وكايا، ونيكل لاونج، وإلكتريك داينر. فتوقع قضاء أوقات سعيدة.



الأفضل لعشاق السحر الكلاسيكي
فندق بسم الله
سوق واقف، الدوحة
tivolihotels.com

فندق بسم الله هو أحد أقدم الفنادق في الدوحة، وقد كان مكان إقامة للتجار الأجانب الذين يأتون إلى سوق واقف لبيع الذهب واللؤلؤ والأقمشة. ويحتفي الفندق في الوقت الحالي بتاريخه في الهندسة المعمارية الإسلامية المتشابكة، والبلاط المزخرف، والألوان الخافتة، والقهوة العربية التي يتم تقديمها في الردهة، ولكن تم تحديث الأجنحة لتحتوي على أسرة ملكية مريحة ومطابخ صغيرة وحمامات فسيحة. أنه رحلة التجول طوال اليوم بالاستجمام في حوض استحمام عميق مليء بالرغوة أو تناول مشروب مُنعش وأنت تتشاهد صخب السوق المميز من شرفتك الخاصة.



الإقامة في مدينة الدوحة

أفضل ستة فنادق من حيث المسابح ذات الإطلالة الرائعة أو الخدمة فئة الخمس نجوم أو المطاعم النابضة بالحياة أو الاسترخاء التام مع العائلة.

الأفضل لعشاق الفن
موندريان الدوحة
غرب خليج لاغون، الدوحة
sbc.com

يتميز هذا الفندق بتصميماته الداخلية للمصمم الهولندي مارسيل واندرس، ما يجعله حلاً لعشاق الأجواء السريالية، ويمكنك الانطلاق منه لاستكشاف مدينة لوسيل وجزيرة اللؤلؤة- قطر المجاورتين. ففي البهو الساحر للفندق، تشكّل منحوتات الأشجار مظلة متنفخة فوق الصالات زاهية الألوان حيث يمكنك الاستمتاع بشاي ما بعد الظهر المستوحى من مغامرة أليس في بلاد العجائب بجانب كيك موس الشوكولاتة والكرواسون الأحمر والكاينشينو الوردى. احجز الإقامة في غرف وأجنحة فاخرة للحصول على خدمة الغرف المستمرة على مدار الساعة، أو احجز جناح الإرفاق الذي يستوعب أكبر المناسبات على الإطلاق، ويضم مصعداً خاصاً مصنوعاً من الذهب عيار 24 قيراط يوصلك إلى صالة الاحتفالات مباشرة. ويوجد على سطح الفندق أحد مسابح الدوحة الأكثر فخامة، حيث يرتفع البلاط الهندي ليلتقي بقبة شناسعة من الزجاج الملون. وستجد منتجع إسبا الصحي كامناً في حديقة سرية - فاتبع الجدران الفسيفسائية المتألثة إلى المنتجعات الصحية والحمامات المنفصلة للرجال والنساء.



الأفضل لتجربة الفخامة في أبهى صورها
رافلز وفيرمونت الدوحة
لوسيل، الدوحة
raffles.com/doha
fairmont.com/doha

يقع فندق رافلز وفيرمونت الدوحة على أحد جانبي مبنى أبراج كتارا المذهل، وهو الفندق الوحيد في المدينة الذي يضم أجنحة فقط. تقع أبواب الدخول إلى أماكن الإقامة الفخمة خلف البوابات الحديدية، وبمجرد دخولك ستستمتع بإطلالات على أفق الدوحة وسيكون لديك مشرف شخصي لتلبية كل طلباتك. لكل جناح ميزته الخاصة بفضل التنظيم المخصص للكتب والتحف الفنية، وكلمسة شخصية إضافية، تشتمل كل غرفة على موزّع عطور يحتوي على سبعة روائح ويمكنك برمجته لتعطير غرفتك في أوقات مختلفة من اليوم. يقع فيرمونت الدوحة في البرج المقابل، ويتميز بمظهر جمالي أنيق. ففي الردهة، ستصيبك الدهشة من أطول ثريا في العالم مصنوعة بالكامل من الكريستال البلوري، وستجد "الأبراج" مصممة بطريقة تُشعرك وكأنك في طائرة نفاثة خاصة أو يخت فاخر. ويضم الفندق 362 غرفة للنزلاء مصممة بما يليق بعشاق السفر من حيث التكنولوجيا وكافة وسائل الراحة. وعند الإقامة في غرفتي جناح فيرمونت الذهبي، يمكنك الدخول إلى صالة "فيرمونت الذهبي" الحصرية والمسبح الخارجي الخاص.



معلومات مفيدة

السلامة

تُعد قطر وجهة آمنة للغاية للمسافرين، فقد جاءت في المرتبة الأولى مرة أخرى على مؤشر نوميبيو للأمن والسلامة لعام 2023. ويوفر تطبيق "قطر تحب بالجميع" معلومات حول إمكانية الوصول والمرافق المناسبة للمسافرين من ذوي القدرات المختلفة.

حالات الطوارئ

لطلب الشرطة والإسعاف والمطافي، اتصل بالرقم 999. يمكن للمسافرين الحصول على الرعاية الصحية في مستشفى حمد العام.

أوقات العمل والعطلات الأسبوعية والأموال الواجب مراعاتها

عادةً ما تفتح المتاجر والشركات أبوابها متأخراً وتبقى مفتوحة في ساعات المساء. وقد تبدو الأسواق هادئة في منتصف النهار ولكنها تعود إلى ذروتها ليلاً.

وعلى غرار البلدان الأخرى في العالم العربي، تقع عطلة نهاية الأسبوع في قطر يومي الجمعة والسبت. وفي يوم الجمعة، تُقام صلاة الجمعة وتُغلق خلالها الأعمال التجارية من الساعة 10:00 صباحاً إلى 12:00 ظهراً (ويظل بعضها مغلقاً حتى وقت متأخر بعد ذلك أو طوال اليوم). وفي يوم الجمعة من كل أسبوع، يبدأ مترو الدوحة وترام لوسيل العمل من الساعة 2:00 بعد الظهر. في سائر الأيام، يُرفع الأذان من المساجد خمس مرات يومياً: عند الفجر والظهر والعصر والمغرب والعشاء. وتختلف موافيت الصلاة المُحددة باختلاف موضع الشمس في السماء. وقد يتم تعليق الأعمال التجارية والأنشطة في أوقات الصلاة.

الملابس اللائقة

نظراً لأن قطر دولة إسلامية، فإنه يُوصى بارتداء لباس محتشم. وينبغي لكل من الرجال والنساء تغطية أجسادهم من الكتفين إلى الركبتين، لا سيما في الأحياء السكنية والمباني العامة ودُور العبادة (يجب على النساء تغطية رؤوسهن في المساجد). ويجب الالتزام بالاحتشام في الشواطئ العامة أيضاً، أمّا ملابس السياحة، مثل الكيني وسراويل السياحة، فلا بأس من ارتدائها داخل الفنادق والمنجعات الشاطئية الخاصة.

العادات المحلية

يتسم القطريون بكرم الضيافة ودماثة الخلق. سيستقبلك العديد منهم بالابتسام والأمينات الطيبة مع دعوتك لتناول الشاي أو القهوة. وتبدأ المحادثات هنا دائماً بتبادل التحيات والسؤال عن الحال، والاطمئنان عن الصحة. والسيدات القطريات لا يصفحن الرجال، وكذلك كثير من الرجال لا يصفحون السيدات من قبيل الاحترام.

يتكون اللباس الوطني من الثوب (جلباب أبيض طويل) والغنّرة (غطاء الرأس) للرجال، والعباءة (فستان أو رداء طويل) والشيلة (غطاء الرأس) للنساء. وترتدي بعض النساء نقاباً يغطي الوجه.

التصوير

من الأفضل عدم التقاط صور لأشخاص لا تجمعك بهم معرفة في الأماكن العامة، وخاصةً أولئك الذين يرتدون الزي الوطني.

المناخ

تتميز قطر بمناخ صحراوي ومشمس على مدار العام؛ وصيف حار، وشتاء معتدل. ويتراوح متوسط درجات الحرارة من 17 درجة مئوية في يناير إلى 36 درجة مئوية في يوليو.

اللغة

اللغة العربية هي اللغة الرسمية في دولة قطر، ولكن يمكن بسهولة التواصل باللغة الإنجليزية، فهي اللغة الثانية وتنتشر على نطاق واسع في هذا البلد متعدد الثقافات. وستساعدك معرفة بعض العبارات الرئيسية باللهجة المحلية على التفاعل مع المحليين.

المشروبات الكحولية

لا تُقدّم المشروبات الكحولية إلا في المنشآت المرخصة، مثل الفنادق والبارات، لمن هم فوق سن 21 عاماً. وتُحظر تماماً التمثالة في الأماكن العامة وتعاطي أو حيازة المواد المخدرة غير القانونية.

المساومة والبقيشيش

من المتوقع ممارسة المساومة الودية في البيع والشراء بالأسواق (لا يجب عليك دفع السعر الأول المعروض)، ولكن تُطّبق الأسعار المحددة في متاجر أخرى. وتكون معظم رسوم الخدمة مشمولة في فاتورة المطعم أو المقهى. ويُفضّل تقديم بقشيش بنسبة 10-15 في المائة تعبيراً عن الرضا.

المستلزمات

تنتشر سوبرماركات مونوبري ولولو هايبر ماركت والمبرة في جميع أنحاء مدينة الدوحة. كما توفر متاجر كارفور الإلكترونيات والشواحن.

العملة

للريال القطري (رق). سعر ثابت مقابل الدولار الأمريكي ويتم إصداره في أجهزة الصراف الآلي بمرافق التسوق والفنادق.

الهواتف وشبكات الواي فاي

تتوفر شبكة الواي فاي المجانية في مطار حمد الدولي ومعظم الأماكن العامة، مثل مراكز التسوق والمتنزهات والمطاعم. وتتوفر شركتنا الاتصالات أوريدو وفودافون خدمات الهاتف الجوال المدفوعة مسبقاً والمدفوعة أجلاً. ورمز الهاتف الدولي لقطر هو +974. وتتوفر العديد من المطاعم والخدمات خدمة الحجوزات عبر رسائل WhatsApp والمكالمات.

Hello	هلا
Welcome	حياكم الله
How are you?	شلونكم / شخباركم
Do you need any help?	تامرون على شيء
Okay	انزين
This is delicious / nice	وايد حلو
Bon appétit	بالعافية
Many thanks	ما قصرت
Good bye / See you later	نشوفكم على خير
God bless you	الله يحفظكم

تأشيرات أسرع وأسهل

يمكن للسائح الذين يحتاجون إلى تأشيرة لدخول قطر التقدم بطلب عبر منصة "هيا" على hayya.qa. وللحصول على المزيد من المعلومات حول التأشيرات، تفضّل زيارة visitqatar.com/intl-en/practical-info/visas.

تواصل معنا

استكشف المزيد على الموقع الإلكتروني visitqatar.com تابع حساب [@VisitQatar](https://twitter.com/VisitQatar) على إنستغرام وبادر بزيارة صفحة Visit Qatar على الفيسبوك. يمكنك الإشارة إلينا واستخدام [#VisitQatar](https://www.facebook.com/VisitQatar/) لمشاركة صورك.



اسمح رمز الاستجابة السريعة لتنزيل تطبيق Visit Qatar من أجل الحصول على أحدث المستجدات وإنشاء قائمة تفضيلات والحصول على الأدلة الإرشادية للمعالم السياحية.

التنقل

شبكة واضحة وسريعة من القطارات والترام وسيارات الأجرة وأنظمة تقاسم تكلفة الأجرة، تيسر الانتقال عبر معظم أنحاء قطر في يومٍ واحد.

المترو

يوفر مترو الدوحة الحديث أسهل طريقة للتجول في الدوحة، بعض من أسرع القطارات ذاتية القيادة في العالم (حيث يمر قطار كل ست دقائق أو نحو ذلك، وتستغرق الرحلات بين المحطات حوالي ثلاث دقائق) وتشمل ثلاثة خطوط، لربط مطار حمد الدولي بمشيرب قلب الدوحة وجميع المعالم السياحية والمناطق الرئيسية عبر المدينة. يحتاج المسافرون الذين تبلغ أعمارهم خمس سنوات فأكثر إلى بطاقة سفر قابلة لإعادة الاستخدام (انظر على اليسار لمعرفة مواقع الآلات) للتسجيل عند الركوب والنزول في المحطات. وهناك ثلاث فئات من الكباين: العادية، والكباين الذهبية (تتطلب البطاقة الذهبية - راجع التفاصيل على اليسار) والعائلية (للنساء والعائلات فقط).

الترام والباصات

يمر قطار ترام لوسيل (استخدم بطاقة مترو الدوحة) في المنطقة الترفيهية في مدينة لوسيل شمال الدوحة، ويتصل بمترو الدوحة في وسط لوسيل ولقطيفية. وتغطي شبكة الباصات الشاملة أحياء الدوحة، وستحتاج إلى تسجيل الدخول والخروج من الباص باستخدام بطاقة كروة الذكية، المتوفرة من آلات النذاكر في محطة باص الدوحة ومطار حمد الدولي وقطر مول وجزيرة اللؤلؤة - قطر.

سيارة الأجرة ونظام تقاسم الأجرة

تاكسي كروة هي شركة سيارات أجرة مملوكة للدولة، ويمكنك الحجز والدفع وتتبع السائق عبر تطبيق تاكسي كروة. وتتوفر أنظمة تقاسم الأجرة عبر تطبيقات مثل أوبر بسهولة وبأسعار معقولة.

التنقلات من وإلى المطارات

استقل سيارة مواصلات من قسم سيارات الأجرة في منطقة الوصول، أو احجز تاكسي كروة مسبقاً عبر تطبيق تاكسي كروة. تبلغ أجرة المترو 2 ريال قطري.

مخطّط الرحلات "صلة"

امسح الرمز لتنزيل تطبيق صلة لتخطيط الرحلات وتحديثات السفر عبر شبكات مترو الدوحة والباصات والترام وتاكسي كروة.



بطاقات السفر

يمكن شراء بطاقات السفر الخاصة بمترو الدوحة (10 ريالات قطرية) من آلات البيع داخل جميع محطات المترو وكذلك من خمسة متاجر مرخصة: الميرة، وكارفور، ومركز التموين العائلي، وجمبو للإلكترونيات، واللولو هايبر ماركت. وتتوفر البطاقات الذهبية (100 ريال قطري) في المكاتب المخصصة الموجودة في محطات المترو. اشحن بطاقتك من آلات البيع أو من خلال تطبيق الـريل أو عبر الإنترنت على الموقع الإلكتروني qr.com.qa/top-up.

ساعات العمل

من الأحد إلى الأربعاء: 05:30-23:59

الخميس: 05:30-01:00

الجمعة: 01:00-14:00

السبت: 06:00-23:59

تعمل باصات مترولينك المجانية على نطاق 5 كم من محطات المترو لنقلك إلى أقرب محطة لك. للاطلاع على مواعيد الباصات، تفضل بزيارة qr.com.qa/metrolink

شبكة قطارات الدوحة



الخط الأحمر (الساحلي) يربط مطار حمد الدولي بالخليج الغربي، والحي الثقافي كتارا، ولوسيل.

الخط الأخضر (التعليمي) يربط مستشفى حمد العام، وحديقة البدع، والمدينة التعليمية، وقطر مول.

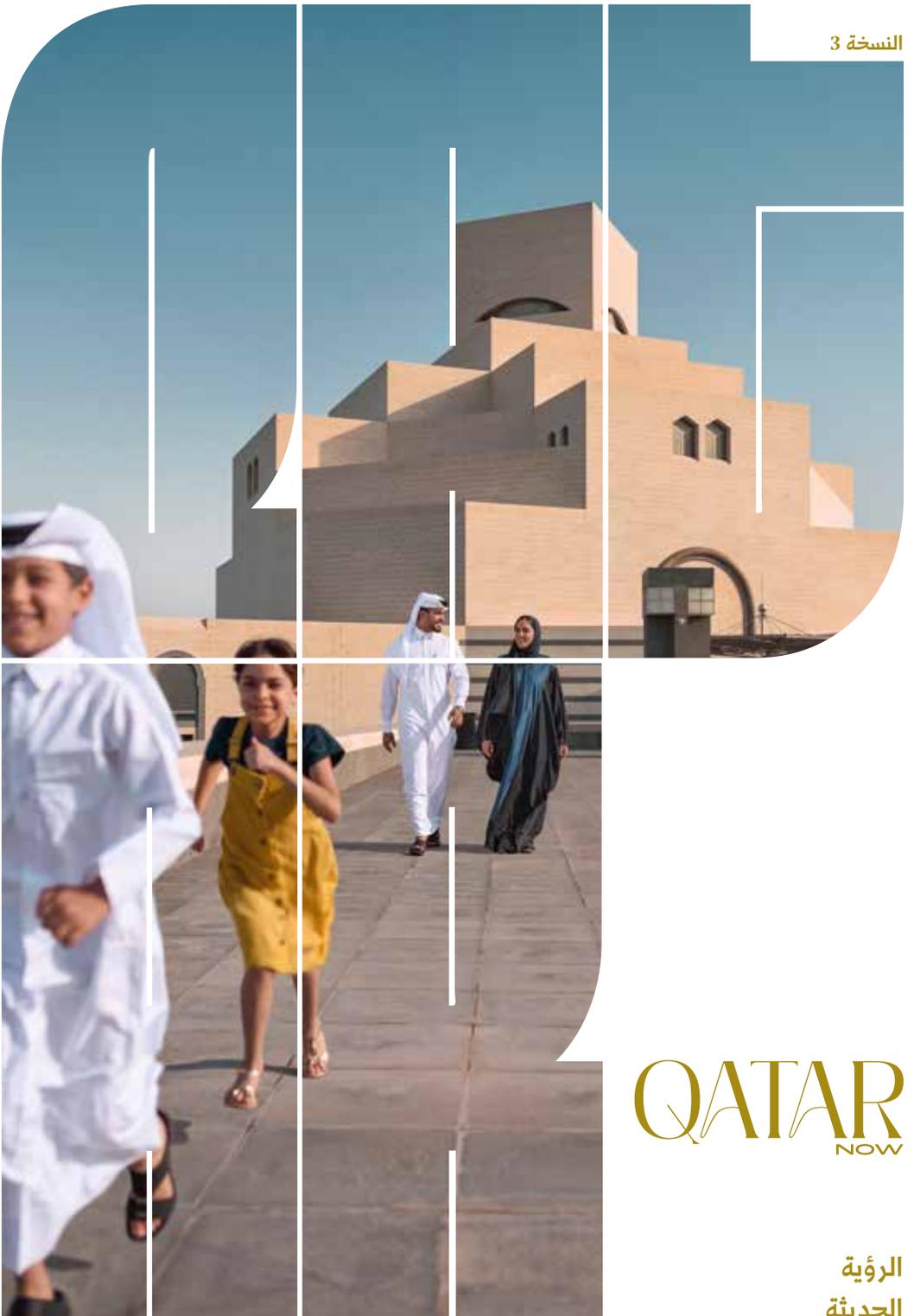
الخط الذهبي (التاريخي) يربط استاد خليفة، وفيلاجيو مول، وسوق واقف، ومتحف قطر الوطني.

الخط البرتقالي (ترام لوسيل) يمر عبر منطقة لوسيل مارينا وصولاً إلى نادي اليخوت، إلى مارينا فود أرينا في لوسيل ووسط لوسيل، محطة بلاس فاندوم مول.

دليلك العملي حول قطر

التنقل • معلومات مفيدة • الإقامة
الخرائط • رزنامة فعاليات قطر • مسار الرحلات • الأحياء

QATAR
NOW



QATAR
NOW

الرؤية
الحديثة

سفر الظلال في بحر النهار من إبداع أولافور إلياسون، بالقرب من الزبارة





Welcome to *Qatar Now*, your ultimate travel guide to the abundance of leisure and hospitality offerings that can only be found in Qatar.

Home to world-class beach resorts, exclusive shopping destinations and streets brimming with culinary delights, Qatar extends a holiday itinerary that is unrivalled and suited to every kind of traveller. Qatar has recently been named the Arab Tourism Capital for 2023, making now the perfect time for visitors from all over the world to experience this unique country.

This new edition explores two worlds that come together in Qatar. On this side of the book, we explore Qatar's Modern Vision. We speak with the artists, innovators and athletes who are shaping Qatar's contemporary culture.

Alongside this, you will find inspiration from Qatar's youth on the most fun-filled way to spend the day — from sliding down snow dunes to meeting with Qatar's very own pandas.

A curated experience awaits you, with adventures across Qatar's natural wonders and wellness escapes at our world-leading spas.

With its pristine shores, architectural wonders and cultural retreats, we invite you to discover all that Qatar has to offer and wish you a wonderful stay.

His Excellency

Akbar Al Baker

Chairman of Qatar Tourism and Qatar Airways Group Chief Executive

مرحباً بكم في "قطر الآن"، دليلكم الإرشادي الأشمل للاستمتاع بمجموعة مذهبة من عروض الضيافة والترفيه التي لا مثيل لها.

تزرخ قطر بأفضل المنتجعات الشاطئية عالمية المستوى وبأشهر وجهات التسوق العصرية والشوارع المليئة بأشهى المأكولات، مما يجعلها تقدم لزوارها تجارب سياحية فريدة تلي تطلعات جميع المسافرين من شتى الفئات.

لقد توجت العاصمة القطرية الدوحة مؤخراً بلقب عاصمة السياحة العربية 2023، مما يعني أن الآن هو الوقت المثالي للزوار من جميع أنحاء العالم لزيارة قطر والاستمتاع بأجوائها المبهجة.

تستعرض هذه النسخة الجديدة من "قطر الآن" عالمين اثنين يمتزجان كأفضل ما يكون في قطر. وفي هذا الجانب من الدليل، نستكشف رؤية قطر العصرية، حيث نتحدث مع كوكبة من الفنانين والمبدعين والرياضيين الذين يصنعون معاً ثقافة قطر الحديثة.

وإلى جانب ذلك، سوف تستلهمون كيفية قضاء أمتع الأوقات خلال عطلاتكم في قطر، بداية من التزلج في الحدائق الثلجية وصولاً إلى زيارة حديقة بيت الباندا.

ولذلك ننظركم دائماً في قطر تجارب سياحية فريدة تستمتعون خلالها بشواطئها البكر وتستكشفون معالمها المعمارية ذات التصاميم الأيقونية ومناظرها الطبيعية الزاهرة بالجمال الطبيعي وبناديبها الصحية ومراكز الاستشفاء العالمية.

ويبعدنا أن نضع بين أيديكم هذه النسخة الخاصة من الدليل، وندعوكم للتعرف على جميع العروض والمزايا التي توفرها قطر لزوارها ونتمنى لكم عطلة هائلة وإقامة سعيدة.

سعادة السيد

أكبر الباكر

رئيس قطر للسياحة والرئيس التنفيذي لمجموعة الخطوط الجوية القطرية

الرؤية الحديثة

المحتوى

هذا الدليل الإرشادي لدولة قطر ذو وجهين، تابع القراءة للتعرف على رؤيتنا الحديثة. ثم اقلب الكتيب لاستكشاف "تراث ينبض بالحياة".

الأطعمة والمشروبات

أشبع فضولك 38

تذوّق أطباق فنون الطهو العالمية مع الشيف

مطاعم في القمة 42

إطلالات تمتد مع الأفق الواسع، ونجوم ميشلان، وذوق ذو لمسة إبداعية: ستة مطاعم لا ينبغي تفويتها

في الطليعة 46

يرتقي أفق الدوحة بتوقعات ومعايير تناول الطعام الفاخر

المأكولات الشعبية 48

استكشاف الأطعمة اللذيذة في أحباء الطعام المتنوعة في الدوحة

العجائب الطبيعية

تعرف على بطل الكثبان الرملية 52

يعرض لك بطل الراليات ناصر العطية موقعه المفضل لركوب الكثبان الرملية

مغامرة في الصحراء 55

التزلج على الرمال، وركوب الدراجات الرباعية، ورحلات السفاري

فخامة في الطبيعة 56

ملاذات فخمة وسط الكثبان الرملية الذهبية

من المياه الزرقاء 58

مشهد ساحر يرسمه أكبر تجمع لأسماك قرش الحوت في العالم

متعة الغوص 60

ركوب الأمواج بالطائرة الورقية، والغوص، والصيد على طول الساحل

المرح في الماء 62

منتجعات فخمة على شاطئ البحر والجزيرة

واحة حضرية 64

الوجهات المثالية الصديقة للبيئة في الدوحة

التسوق

ذروة الأنافة 68

أحجار كريمة فريدة من نوعها كأفضل تذكاري

منتهى الرقي 70

أزياء ومعالم عائلية في مراكز تسوق متطورة تحتضنها دولة قطر

العناية بالصحة

نقطة تحوّل خضراء 74

الطعام الصحي والعلاجات الممتعة في منتجعات العناية بالصحة المتنامية في الدوحة

التنغم في المدينة الكبيرة 76

المنتجعات الصحية في الدوحة جرعة من الفخامة الخاصة

الفن والثقافة

08 جيل وراء جيل

كيف يعيد فنان رائد وابنته ابتكار الفن العربي الحديث

12 الحارس الجديد

روعة المتاحف والمعارض في الدوحة

18 من الداخل إلى الخارج

فنان تشكيلي يعبر عن فنه في الشوارع

20 الفن في الطبيعة

فن إبداعي في جميع أنحاء قطر

21 إيقاع الموسيقى

موسيقى التكنو تلتقي الموسيقى التقليدية

22 العودة إلى المستقبل

هندسة معمارية حديثة بروح محلية

العائلات

26 20 مكاناً مفضلاً لدى الأطفال

يكشف المحليون الصغار عن الألعاب الحماسية والمغامرات المبهرة التي تجدها فقط في قطر

34 في مرمى البصر

حدّد اختياراتك على خريطة الأنشطة المخصصة للعائلات



الفن والثقافة

جيل وراء جيل

هو أطلق شرارة الحركة، وهي جعلت حدودها تمتد وتتوسع. في نظر هذا الأب وابنته، الفن الحديث هو أكثر من مجرد إرث عائلي.



ومن المعروف أنه ساعد في إنشاء متحف، وأكبر مجموعة متخصصة في العالم للفن العربي الحديث. يقول أحمد: "إنها قصة رائعة. كنت في بداية الثمانينيات أستاذاً في جامعة قطر وكان أحد طلابي معالي الشيخ الدكتور حسن بن محمد بن علي آل ثاني". توطد شغف الاثنين بالفن عندما كلّف الأمير الشاب أحمد برسم لوحة لموقع الزيارة التراثي. "بدأت ألمح له أنه علينا عرض مجموعة من أعمال فناني العالم العربي هنا في قطر". سرعان ما سافر الأستاذ في جميع أنحاء المنطقة، للحصول على الأعمال الفنية لبدء مجموعة معالي الشيخ - والمؤسسة الأولى من نوعها.

يضم "متحف" الآن أكثر من 9,000 عمل فني. يقف أحمد أمام إحدى إبداعاته، وهي عبارة عن ثلاثية عملاقة من التجريد المزخرف تحمل اسم ولادة الابتكار، ولديه مسيرة مهنية لا مثيل لها للتأمل فيها. بدأ الفنان الرسم على جدران حي الجسرة القديم حيث نشأ وترعرع، مستخدماً الفحم الذي كانت تستخدمه والدته في الطهو. يتذكر قائلاً "أقممت معرضي الأول لفتيان وفتيات الفريخ عند

تقول الفنانة متعددة المواهب مريم الحميد: "يمكنك مشاهدة الفن في أعمال كونز وكاوس وفيرجيل أبلوه في المتاحف والمعارض المعاصرة في الدوحة". أعمال الخيال الرقمي من إبداع هذه الفنانة البالغة من العمر 35 عاماً تحدث ضجة في المواقع الفنية في جميع أنحاء المدينة أيضاً. "لكن الفن الحديث العربي المحلي في طور الازدهار - ووالدي هو الأصل".

والد الحميد، يوسف أحمد، هو رائد الفن المعاصر في قطر. إن مجموعته التي تتنوع بين الألوان الزينية على القماش، والخط التجريدي، والمناظر الطبيعية التي تبعث على الحنين إلى الماضي، ليست مشهورة فقط في المنطقة - بل سلطت معارضه الضوء على الفن العربي التقدمي في المتحف البريطاني ومتحف المتروبوليتان للفنون في نيويورك. بينما يتجول الأب وابنته معاً في **متحف المتحف العربي للفن الحديث** (mathaf.org.qa) في المدينة التعليمية في الدوحة، يهرع مسؤولو المتحف والمعجبون لإلقاء التحية على أحمد الودود والمرح. يجيد الفنانان التعامل مع الشهرة، فقد امتدت شهرة أحمد طوال حياة ابنته الحميد.



الفنانان يوسف أحمد (في الأعلى) ومريم الحميد يشاران رؤيتهما الإبداعية لقطر

داخل فندق ذا يد الدوحة، توجد سجادة معلقة على الحائط تكريماً لمكتب الحكومة العصري الذي كان في المبنى قبل أن يصبح فندقاً. وتجسّد قطع السجاد والبطانيات الأخرى (ستجدها في متجر استوديو 7 للتصميم في مشيرب) الموقع الأصلي لدوار اللؤلؤ المميز في الوكرة ومشاهد من السوق. "أستخدم الكمبيوتر لتصميم الصور ثم تتم حياكة المنسوجات على يد حرفيين مميزين".

تُذكر هذه العملية بنتائج السدو التقليديين (اقرأ المزيد عنهم في الصفحة 20 من قسم "تراث بنين بالحياة" من هذا الكتاب) الذين جتشدوا رحلات الصحراء البدوية على المنسوجات. تقول الحميد: "النسيج هو من الجرف التي قد نفعدها بسبب التحول الذي يحدث في الوقت الحالي". "أحب أن أربي الجسور بين الحرف القديمة والتكنولوجيا".

إذا كان هناك شيء واحد علّمها إياه والدها فهو أن "الفن بدون تجربة ليس فناً على الإطلاق".

ويبتكر في الاستوديو المنزلي، وهي الآن أستاذة مساعدة في التصميم الجرافيكي في جامعة كومولث فرجينيا في الدوحة. وتقول إنها دائماً ما تأثرت بنفوره من أن يكون محاصراً: "أنا لا أعرف كيف أعرف عن نفسي أيضاً. أطلق على نفسي اسم "فنان/مصمم مرتبك" طوال الوقت".

تستكشف الحميد التحولات الجديدة عبر المزج بين الواقع المعزز والافتراضي مع الوسائط الرقمية والمادية. "بصفتي من جيل الألفية، أشعر بالحماس الشديد للتغير السريع في قطر، سواء في هندستنا المعمارية أو أسلوب حياتنا أو حتى لغتنا. لكنني أشعر أيضاً أنني بحاجة إلى استخدام إبداعي لتوثيق تلك التغييرات".

أعمالها الحديثة ذات ملمس مقصود: تعمل وحدات الكسكس الرسومية على ختم إحدائيات وصور معالم المدينة، التي قد تتحول بدون سابق إنذار، إلى منسوجات مصممة لتدوم.



"أختبر في الألوان والخطوط كما لو كنت في المختبر، فالتقنية بالنسبة لي هي أداة تعبيرية."

- الفنان يوسف أحمد

مدخل منزلنا عندما كنت في الثامنة من عمري. "قمّت بقص أجزاء من الرزنامات القديمة ولصقتها معاً، وساعدني والدي في تعليقها بمسامير سوداء تُستخدم في [صنع] الأحذية. كنا في بداية الستينيات وقد ألهمني برنامج الأطفال *بابا حطاب* الذي شاهدته على التلفزيون".

أثرت حركات التقنية والعلوم على أحمد منذ ذلك الحين، وأثارت الخطوط والوسائط الجديدة أفكاراً لـ"الحلول المرئية" التي تعيد ابتكار النص التقليدي. يقول أحمد "تميز الحروف العربية بالمرونة حيث يمكنك جعلها طويلة وقصيرة ورفيعة والتفنّن فيها". إنه معجب بكيفية تطوّر فن الخط في الفنون الشعبية التي تنتشر حول الدوحة: "أحبّ الجرافيتي، أي الكتابة على الجدران" قبل أن تكون الاستدامة صيحة راجية، بدأ أحمد بإعادة تدوير أوراق النخيل القديمة إلى ورق محلي الصنع، ليستخدمه كقمماش في كثير من أعماله. كما أنه اخترع لوناً مصنوعاً من تراب قطر.

يقول متحمساً "أختبر في الألوان والخطوط كما لو كنت في المختبر، فالتقنية بالنسبة لي هي أداة تعبيرية".

تلمع عينا أحمد، الأب الفخور والفنان على حدّ سواء، عند النظر إلى النماذج الأولية على الكمبيوتر المحمول الذي يخص ابنه الحميد. "أحبّ إبداعها الذي لا نهاية له".

نشأت الحميد وهي ترسم والدها وهو يخطط ويرسم

متحف: المتحف العربي للفن الحديث المدينة التعليمية matha.org.qa

استكشف أكبر مجموعة من الأعمال المعاصرة لفنانين محوريين في المنطقة من ثقافات البلدان الناطقة باللغة العربية عبر الخليج العربي والشرق الأوسط وأجزاء من إفريقيا وآسيا. يمكنك استخدام الدليل الصوتي المتوفر بلغات متعددة، ليأخذك في جولة من 11 محطة بارزة من المجموعة، أو يمكنك الاستماع إلى المحادثات المخصصة للعائلات والتي تعمل على فترات (تحقق من التواريخ وقم بالتسجيل عبر الإنترنت). لكن لا تستعجل: يمكنك التجول بسهولة في جميع أنحاء "متحف" ليوم كامل. تتناول الموضوعات الرئيسية سياسات التغيير وحركة الحضارة الإنسانية عبر التغييرات السريعة في العصر الرقمي. تعمل اللوحات والمنحوتات التي رسمها محمود مختار وحافظ الدروبي وجواد سليم على تحويل الحضارات القديمة إلى أشكال بصرية جديدة. أعمال الفنان القطري الراحل يوسف أحمد (الذي تعرّفت عليه في الصفحة 9) تستخدم مواد طبيعية ولغة محلية للتعبير عن التحولات الاقتصادية والاجتماعية في قطر. يستكشف جاليري 8 موضوع المرأة كرمز للحرية في المجتمعات الشابة. ويمكنك حتى 5 أغسطس، مشاهدة *بيروت الستينات: العصر الذهبي*، وهو معرض إعلامي يعرض فترة وجيزة غنية بالاضطراب الفني والسياسي الذي أعقب استقلال لبنان عن الحكم الاستعماري الفرنسي في عام 1943.



الحارس الجديد

أماكن إبداعية للاستمتاع بمشاهدة الفن المعاصر.

1. داخل مبنى مدرسة سابق في المدينة التعليمية، تم تجميع المجموعة الدائمة في "متحف" على مدى ثلاثة عقود بتوجيهات من معالي الشيخ حسن بن محمد بن علي آل ثاني
2. معرض الإلهام العربي بالألوان داخل "متحف"
3. ولادة الابتكار للفنان الراحل القطري يوسف أحمد
4. يقول يوسف أحمد "لوحة المرأة وماكينات الخياطة هي كندر فريد". تم إنقاذ هذه القطعة للرسم والنحات العراقي جواد سليم من القصف في بغداد. وأحضرها أحمد إلى "متحف" عام 1993
5. /اكتشاف من إبداع جاسم الزيني. يشرح أحمد قائلاً "كان للزيني تأثير قوي على الفن القطري المعاصر والحديث، حيث قدم سمات أثرت في الحياة في قطر في أربعينيات وخمسينيات القرن الماضي. تصوّر هذه القطعة طفلاً يسحب خيطاً من القناع ويرى وجه أمه".



1 و 2.

معارض تنبض بالحياة في جاليري المرخية

3.

عمل فني بدون عنوان للفنان المصري مصطفى عبد المعطي كما عُرض في المرخية

المرخية

مطافئ (مقر الفنانين) بلازا

almarkhiyagallery.com

ستحب العقول الفضولية هذا المعرض الخاص في مطافئ (مقر الفنانين). تتغير المعارض كل ستة إلى ثمانية أسابيع من سبتمبر وحتى مايو. أما في الصيف، فسترى مجموعتها الدائمة الممتازة على يد الأساطير العربية والوافدين الجدد. تشمل المعارض المنتظمة *Minus 40* الذي يركز على الفنانين الذين تقل أعمارهم عن 40 عاماً، و *50 x 50*، الذي يعرض أعمالاً بهذه الأبعاد، والتي يمكن شراؤها من قبل هواة الجمع الناشئين.

مطافئ (مقر الفنانين)

الدوحة

firestation.org.qa

سيستمتع عشاق الثقافة بمبنى مطافئ (مقر الفنانين) حتى قبل أن يدخلوا إليه. الجزء الخارجي من مبنى مطافئ المعاد ابتكاره عبارة عن لوحة خرسانية لغن الشارع. انطلق في مغامرة خلف الأبواب ذات اللون الأصفر الكناري وستجد واحداً من أشهر أماكن الفن المعاصر في الدوحة، وهو جاليري الكراج، الذي يستضيف معارض دورية للرسم والنحت والأزياء والأعمال الرقمية لفنانين محليين، بالإضافة إلى فنانين عالميين مثل فيرجيل أبلوه وكاوس وآي ويوي.

تدير مطافئ (مقر الفنانين) أيضاً برنامج الإقامة الفنية للإرشاد والتطوير، حيث كانت بدايات الأسماء القطرية البارزة مثل عائشة السويدي وفهد العبيدلي ومريم الحميد (اقرأ المزيد عنها في الصفحة 9). تفضل بزيارة الاستوديوهات وقد ترى الفنانين التجريبيين وهم يعملون. وفي طريقك للخروج، لا تفوت زيارة مقهى #999 ومتجر اللوازم الفنية المميز، كاس آرت. أما إذا كنت ترغب في الحصول على لوح تزلج من تصميم جيف كونز، فهذا هو المكان المناسب لاختيار واحد.



في الأعلى وعلى اليسار:
في مطافئ (مقر الفنانين)،
تبدأ التجربة من الخارج

"كانت مطافئ الأصلية
لإطفاء الحرائق، والآن
هي عكس ذلك بالضبط،
حيث يأتي الناس لرؤية
الأفكار الجديدة."

- الفنان يوسف أحمد



ورش عمل

ليوان، استديوهات ومختبرات التصميم

مشيرب

@liwan.qa

أعدت متاحف قطر تجديد مدرسة للفنيات تعود لمنتصف القرن وحوّلتها إلى مختبر إبداعي. تهدف ورش العمل المنتظمة في الحرف مثل الخياطة والسيراميك إلى تطوير جيل جديد من الصنّاع في الدوحة. ندعو لاستكشاف العروض التي تجذب اهتمام الشباب مثل ثقافة الأحذية الرياضية والطباعة الرقمية.

مركز مشيرب M7 للتصميم

مشيرب

m7.org.qa

الطوابق العليا من هذه الحاضنة الرائعة المخصصة للتصميم والأزياء والتقنية هي موطن لمساحات العمل المشترك ولمكتبات من الموارد. الطابق الأرضي هو مكان للاستراحة، حيث تُقام معارض الأزياء والمتاجر المنبثقة. أياً كان ما يتم عرضه، فإن متجر استوديو M7 للتصميم يستحق دائماً إلقاء نظرة عليه (انظر قسم التسوّق في الصفحة 69).

مركز كتارا للفنون

الحي الثقافي كتارا، المبنى 5

dohakac.com

داخل ساحة اللعب هذه النابضة بالحياة للفنانين المحليين، قد ترى رسائل الرسام مخططة على مرآة، أو قد تنتقل بين رفوف الأزياء من إبداع المصممين ذوي التفكير الحر، أو قد ترى أفكاراً عظيمة تنتثر على القماش باستخدام الطلاب.

"صالات عرض مخفية في كل مكان في الدوحة - داخل الفنادق، وفي المتاجر المنبثقة، وفي كل مكان".

- الفنانة مريم الحميد

أنيمّا

الخليج الغربي

animagallery.com

تركّز مساحة العرض هذه على المستقبل وتعرض أعمالاً لفنانين ناشئين وراسخين في منتصف حياتهم المهنية يستخدمون مجموعة واسعة من الأساليب والوسائط، ولكنها ليست متاحة للزيارة في كل الأوقات (راجع الموقع الإلكتروني). ولكن عندما تكون كذلك، استعد لتضيق في شغب الألوان والحركة والفكر الجامح.

إيوان القصار

فندق سانت ريجيس الدوحة

eivanalqassar.com

وُصفت هذه المساحة الفنية المكونة من ثلاثة معارض بأنها بوتقة ينصهر فيها الفن والتصميم والأداء، حيث كل شيء مباح. عرضت المعارض السابقة الصور الجوية الرائعة لمصور الطبيعة القطري عزام المناعي، والصخور المعلقة والطوب للنحاتة القطرية شعاع علي، وأحدث سيارة رولز رويس. تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني لمعرفة ما الجديد هذا الصيف.

مكتبة قطر الوطنية

المدينة التعليمية

qnl.qa

إنها ليست مجرد مكتبة عملاقة تتيح لسكان قطر وزوارها الوصول إلى أكثر من مليون كتاب، وإنما هي بوابة بيضاء مشرقة تقودهم إلى المستقبل. داخل المبنى الذي صممه ريم كولهااس، تسير الروبوتات في الصغوف التي لا نهاية لها، لتعيد ترتيب الكتب في أماكنها المناسبة. تلبّي محطات الابتكار احتياجات التصوير بالفيديو، والتصوير الفوتوغرافي، والتصميم، وتعديل الصوت، والعلوم والتقنية والهندسة والرياضيات (STEM)، والطباعة ثلاثية الأبعاد. حتى أن هناك استوديو للموسيقى. أما المكتبة التراثية فتضم مخطوطات عربية نادرة وخرائط وصوراً تاريخية.



آرت 29

فندق دلبليو الدوحة

marriott.com

بعد إطلاق العنان لفضولك مع القهوة الملونة بألوان قوس القزح والمعجنات المخبوزة من إعداد طهاة المطعم في دلبليو كافيه، استقل المصعد حتى الطابق 29 من فندق دلبليو الدوحة لاستكشاف مجموعة دوارية من التركيبات من فنانين متعددي التخصصات. ولد الكنيرون منهم في أماكن أخرى حول العالم ولكن لدى جميعهم قصص غير متوقعة يروونها لك. قد تغادر الكافيه وأنت تتوق لتذوق شيء جديد في سبايس ماركت، وهو مكان لجان جورج فونجربشتن يقدّم النكهات الجنوبية الشرقية في الطابق الأول من الفندق.

1. جاليري أنيمّا

2. واجهة ليوان المجددة

3. مكتبة قطر الوطنية

من الداخل إلى الخارج

عبوات رذاذ. سيارات قديمة. لا يوجد تذاكر. يعبر فنان الجرافيتي عن فنونه الجميلة في الشوارع.

"أريد أن ألهم جميع الفئات من الناس، لأجعلهم يفكرون بالفن كل يوم."

(مقر الفنانين) ضمن متاحف قطر.

برنامج "جداري آرت"، وهو برنامج فن الشارع (ستريت آرت) بقيادة سعادة الشبيخة المياسة بنت حمد بن خليفة آل ثاني، رئيسة مجلس إدارة متاحف قطر، بعث المالك إلى معرض آرت بازل الفني في ميامي عام 2021. صرّح المالك "كنت متوتراً بعض الشيء لأنني أعرض رمزاً إسلامياً قوياً في الولايات المتحدة، فهل سيعجبهم ذلك؟ لكن ردود الفعل كانت رائعة. فقد أتاني الناس بطاقة إيجابية ليسألوني "ما هذا الشكل؟ ما هذا الرمز؟"

لطالما كانت نية المالك إثارة الأسئلة من أعماله، لأنّ الإجابات قد تتحدى القوالب النمطية. ويقول: "بالنسبة لي، البطلولة تعني العادات والتقاليد والتراث الوطني. نشأت مع جدتي وهي ترتدي البطلولة وكانت امرأة قوية - أنا أعتبر الجيل الأكبر سناً من الفطريات شخصيات قوية بامتياز".

بالعودة إلى موطنه في قطر، بدأ المالك في الخروج إلى أبعد من المدينة. ينطلق بسيارته القديمة موستانج شيلبي GT500، ويتعد عن المسار المألوف ليجد جدراناً متداعية في القرى القديمة على طول الساحل أو في الصحراء. "أحب أن أحول ما كان تالفاً أو غير مستخدم لأجعل الناس يرونه جميلاً مجدداً".

شاهد المزيد من الأعمال الفنية الخارجية في الصفحة التالية.

يقول مبارك المالك "لاحظ والداي أنني أتمتع بموهبة في الفن عندما كنت صغيراً. لذا تلقيت دروساً في الرسم والخزف والنحت والخط العربي". في العشرينات من عمره، بدأ بصنع اسم لنفسه كرسام ألوان تجريدي يستوحى فنه من الواقع. يقول شارحاً "في الحقيقة بدأت أشعر بالملل بعض الشيء من عرض أعمالتي الفنية في الجاليريات فقط - لوحات قماشية ومزيج من اللوحات القماشية على الجدار - ليراهها فقط أهل الفن". عند زيارته لأوروبا في عام 2010، تحمس لفن الجرافيتي الذي شاهده هناك، فالتقط الفنان التشكيلي عبوة رذاذ، ووجد فيها شغفه الجديد. "أريد أن ألهم جميع الفئات من الناس، لأجعلهم يفكرون بالفن كل يوم".

المالك، البالغ من العمر 36 عاماً، هو رائد الحركة الشعبية التي تنقل الفن القطري إلى الطبيعة. التفت لأعلى ولأسفل أثناء استكشاف الدوحة، وستكتشف اللوحات الجدارية المرسومة عبر محطات المترو وعلى طول منحني الكورنيش والجرافيتي المخطط في الزوايا. "هناك دائماً أشياء جديدة تكتشفها".

يتميز فن الجرافيتي لدى المالك بتفرّده، حيث يركّز على البطلولة، وهو الفناع المعدني الذي ترتديه النساء العربيات الأكبر سناً كتقليد. إنها خطوة جريئة لإعطاء هذه الصورة المشوّقة تعبيراً عنيياً. "ولكن بمجرد أن بدأت العمل، أحبّ الناس ما كنت أفعله على وسائل التواصل الاجتماعي، فبدأت العلامات التجارية تطلب مني الرسم على مبانئها". من أشهر أعماله، لوحة جدارية بالأبيض والأسود لامرأة ترتدي البطلولة وتحرق البخور، تمتد عبر الجزء الخارجي من مطافئ

MUBARAK
ALMALIK



الفن في الطبيعة

إيقاع الموسيقى

امح من ذاكرتك كل ما تعرفه عن الموسيقى العربية. فهناك إيقاع جديد للموسيقى في الدوحة.

ترعرع خالد الإبراهيم الذي يبلغ من العمر 28 عاماً على عشق مدرسة الرباب الغربية القديمة (الأمريكية) قبل أن يدخل عالم فرقة فاينليس، وديفيد جوتا، وفرقة دافت بانك. إنه أول منسق دي جي قطري يدفع بمرئادي النوادي المحليين إلى ما وراء موسيقى الرقص الاعتيادية، حيث يشغل موسيقى "in your face" على غرار موسيقى التكنو في برلين" التي أنارت إعجاب الجماهير في المهرجانات التي أقيمت خلال مباريات كأس العالم قطر 2022™. وهو أيضاً أول من مزج الموسيقى القطرية التقليدية بهذا الصوت السريع. يشرح الإبراهيم قائلاً "ما كنا نفعله دائماً هو استخدام كلمات الأغاني الأوروبية في الموسيقى - لكن السكان المحليين لا يعرفون حتى ما تعنيه. لذلك، بالنسبة إلى أغنيتي أمسي، أظهرت آتي العود والدربكة، وهي طيلة عربية، وطلبت من صديقي لي شاعر أن يكتب كلاماً باللغة العربية، وسجلت هذا الكلام بصوته". يقول منسق الدي جي أنه من الرائع العثور على إلهام جديد في ما هو قديم. "أحب كيف يمكن أن يكون العود ناعماً ولكن سريعاً وقوياً في الوقت نفسه... أعشق هذه الطاقة".

تمتلئ الدوحة بالأجواء الموسيقية ليلاً وفي الجو البارد الذي يلي الغسق، تنبض أشعة الأضواء الملونة وتنتأرجح عبر أفق الخليج الغربي. وبينما تندفق الأنغام عبر أبواب المطاعم وتنتقل من النوادي الموجودة على الأسطح، مشهد الموسيقى في الدوحة ينبض بالحياة. في الأمسيات الصيفية، النوادي الشاطئية حول المسابح هي المكان المناسب للاستمتاع بالموسيقى. يقدم "مكاني" النادي الشاطئي الجديد (+974 4494 8888) في فندق فورسيزونز الدوحة على الكورنيش مشروبات أنيقة وإقاعات هادئة. وأنشأ المطعم العالمي سوشي سامبا (+974 4456 5774) أول نادٍ شاطئي في فندق والدورف أستوريا لوسيل. يقول منسق الدي جي والمنتج خالد الإبراهيم، الذي يتردد صدى شهرته في أرجاء الدوحة باسم دوس ديسيرتو: "الموسيقى الإلكترونية في قطر دائمة التطور، وقد تم افتتاح مجموعة من النوادي الجديدة مؤخراً" (ألق نظرة على @deus.deserto للتعرف على آخر أخبار الحفلات). ويضيف "يمكنك الاستمتاع بالموسيقى الحية أو بحلبة رقص في أي ليلة من أيام الأسبوع".



إليك الأماكن المميزة للترفيه

**أكوستيك ميوزيك
بنتهاوس**
الدوحة
+974 4030 7100

مونكي تيل
الدوحة
+974 5077 7533

هايد
الدوحة
+974 6003 0909

أبريس
الدوحة
+974 5515 1339

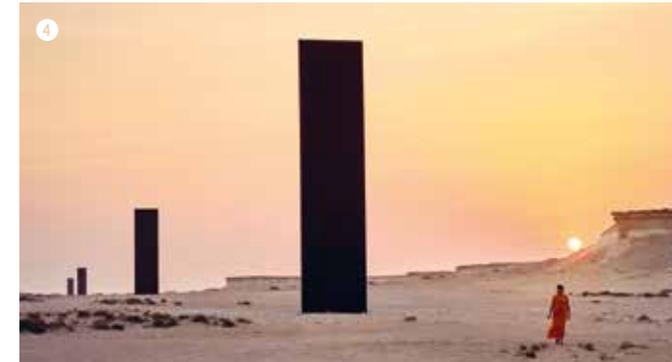
يقدم المشروبات التي تحمل اسم فرقة البيتلز مع موسيقى الجاز الحية في الطايفين 36 و7 من فندق رافلز الدوحة.

نادٍ على شاطئ البحر يتميز بالمناطق المظلة (الكابانا) ذات الطراز البوهيمي والمعتدلة الحرارة، وموسيقى الديب هاوس، وإقاعات موسيقى البوب.

أول نادٍ ضخم في الدوحة، في فندق إنتركونتيننتال الدوحة، يفتح أبوابه حتى الساعة 3:00 فجراً والدخول مجاني.

على سطح فندق رينز كارلتون في قرية شرق، استرخ في ردهة تنعم فيها بجلسات الغروب المريحة.

1. سفر الظلال في بحر النهار من إبداع أولافور إلياسون، بالقرب من الزيارة
2. توب توب يا بحر للفنان سلمان المالك، على الكورنيش
3. كان يا ما كان للفنانة بثينة المفتاح، في متحف قطر الوطني
4. منحوتة شرق غرب/شرق للفنان العالمي ريتشارد سيرا، في محمية بروق الطبيعية





1. أفق الدوحة المشع ليلاً

2. ساحة الاحتفالات في المدينة التعليمية تضيء تفاصيل دقيقة إلى الفخامة. كانت المشربية والتشبيك والزخارف المنحوتة توفر قديماً الخصوصية والتهوية

3. برج برزان الشهير لإبراهيم الجيدة. "في البيئة الصحراوية، تكون السماء وأنماط هندستنا المعمارية الجميلة بمثابة حديقة لنا".

امسح رمز الاستجابة السريعة
للمزيد من المعلومات



العودة إلى المستقبل

تُعَدّ المعالم الحديثة نقطة جذب لعشاق الهندسة المعمارية، ولكن في الدوحة ذات التصاميم التقدمية هناك أكثر مما تراه العين أولاً.

القاسي من دون كهرباء باستخدام هندسة معمارية صديقة للبيئة". إن التصميم العضوي والميزات المائية في (حي) الجسرة فريج حيث نشأ المهندس المعماري لا توفر فقط الخصوصية التي تُعتبر أساسية للحياة المنزلية القطرية ولكنها ذكية بشكل لا يصدق. "لقد أجرينا دراسة مع جامعة هارفارد حيث أعادوا بناء المدينة القديمة وأجروا تحليلاً حرارياً. وأدركوا أنه داخل ساحات هذه المساحات الضيقة للمشاة، كانت درجة الحرارة أقل بـ 10 درجات من المناطق المحيطة".

في حي مشيرب في وسط الدوحة، يعيد مبنى M7، مركز الموضة والابتكار التكنولوجي في البلاد، هذه التقنية القديمة في شكلها الأنيق. وفي المباني الأخرى، تحاكي جدران "نسيج السلال" أبراج التبريد التي كانت تُستخدم في السابق لتعزيز الرياح الساحلية. "عند سيرك في هذه المنطقة، لن تلاحظ فقط الاتجاه والتظليل ولكن أيضاً المناظر الطبيعية ذات الطراز القديم مع الأشجار المحلية التي تستمد معظم مياهها من الهواء".

وستجد أيضاً مجموعة من بيوت التراث التي تم تجديدها بشغف، والتي تشكل الآن متاحف مشيرب الأربعة، وتقع بالقرب من المقاهي والمطاعم في ساحة براحة العالمية. يقول الجيدة مبتسماً "تقاليدنا بسيطة للغاية بحيث تبدو حديثة".

عبر نافذة الطائرة، تظهر الدوحة لأول وهلة وكأنها غابة مستقبلية من ناطحات السحاب، تدبر ظهرها إلى الرمال ووجهها يحدّق خارج الخليج العربي. أما على أرض الواقع، تربط البنية التحتية الحديثة بين الآثار والوحدات المتراصة التي صممها جان نوفيل وآي إم باي وزها حديد. لا شك بأنك في مدينة بُنيت لتستمر في التقدّم.

يقول المهندس المعماري القطري إبراهيم الجيدة "لكن انظر عن كثب. لدى مباني الدوحة قصة أخرى ترويها. ما يجعل قطر فريدة من نوعها هو أنه رغم النمو المذهل والعلومة، احتفظنا بهويتنا المعمارية الخاصة".

إبراهيم الجيدة هو العقل المدبر وراء مشاريع متنوعة مثل استاد النمامة، وتجديد مساحة مطافئ (مقر الفنانين) الفنية والمنتجعات الساحرة على الواجهة البحرية، وهو أيضاً المهندس الرئيسي للمكتب الهندسي العربي، ويشجع اندماج الهندسة المعمارية الإسلامية والقطرية مع المفاهيم المعاصرة.

برج برزان الذي صممه الجيدة في الخليج الغربي هو مثال على هذا الاندماج - ففوق قاعدته من الأفواس والقباب الخرسانية تبرز واجهات من الزجاج. وفي الجوار، يبلغ ارتفاع برج الدوحة من تصميم نوفيل 238 متراً، ما يعكس بجرأة قلب قطر الإسلامي على واجهته المزخرفة بنمط المشربية.

لكن التصميم القطري أعمق من الزينة والزخرفة. يشرح الجيدة قائلاً "تمكّن أسلافنا من العيش في هذا المناخ



الاعمال

20 مكاناً مفضلاً لدى الأطفال

يعرض لك أطفال قطر أفضل الأماكن للعب والاستكشاف وتناول
الطعام في يوم مليء بالمغامرات.

تعرف على العيّمين الشباب



أمينة أحمد، 16 سنة

ولدت في الولايات المتحدة وانتقلت إلى الدوحة قبل 11 سنة. "أحب كيف تيقينا الدوحة من همكين طوال الوقت، ولكن نخرج بعد ذلك إلى الطبيعة ونشعر بأننا بعيدون جداً."



حمد الرياحي، 10 سنوات

يحب ألعاب الفيديو والرياضة والآيس كريم ويدرس في الصف الخامس. "لا يمكنك أن تشعر بالملل في الدوحة - هناك دائماً الكثير لتفعله، حتى عندما يكون الجو حاراً."

1.

استمتع بالمنزلقات المائية الملحمية

منتجع شاطئ سلوى، سلوى
salwabeachresort.qa

يقول حمد: "حديقة شلالات الصحراء للمغامرات والألعاب المائية مفعمة بالمرح". في واحدة من أفضل المعالم العائلية الكبيرة في الشرق الأوسط، يمكنك الاستمتاع بحوالي 56 لعبة ومنزلة ومسبحاً لجميع الأعمار. "اللعبة المفضلة لدي هي ملك الكوبرا - يدخل شخصان داخل أنبوب وينزلان في فم ثعبان!"



2.

شاهد الثلج في الصحراء

دوحة فيستيفال سيتي مول، الدوحة
snowdunes.qa

تقول أمينة: "الكثبان الجليدية رائعة. هناك ثلوج فعلية وحلبة تزلج على الجليد، وتصل درجة برودتها إلى 4 درجات مئوية تحت الصفر. فيستيفال الجليدية بدلات الثلج". في زلاجة ديون داش بطول 50 متراً، يمكنك تسجيل سرعة تصل إلى 50 كم في الساعة. أتريد الاستمتاع بالبرودة أكثر؟ يقدم لك سب زيرو (+974 5595 1101) في جزيرة اللؤلؤة - فطر أكواباً من الشوكولاتة الساخنة أثناء جلوسك على الكراسي المجددة في مقهى كوخ إسكيمو المنحوت بالكامل من الجليد.



3

كن طياراً ليوم واحد

أسيابير زون

doha.kidzania.com

ماذا تريد أن تعمل عندما تكبر؟ كيدزانيا هي مدينة صغيرة للأجباء الصغار حيث يتولون المسؤولية ويلعبون أدوار أكثر من 60 وظيفة ممتعة ويكسبون عملة كيدزوس. انضم إلى أكاديمية الطيران لتتعلم قيادة طائرة، وافز في شاشة إطفاء لإخماد حريق، وتعرّف على طريقة عمل الطبيب أو الصراف في البنك أو المضيف التلفزيوني.



4

العب في اللؤلؤة

جزيرة اللؤلؤة - قطر

megapolisqatar.com

@yippylandentertainmentqatar

المركز الترفيهي ميغابوليس في مدينا سنترال من الأماكن المفضلة لدى حمد. يمكنك لعب ألعاب آرکید أو لعبة محاكاة لسباق السيارات بينما يستمتع الأهل بلعب البولنج أو يبحثون عن طريقة للخروج من غرفة الهروب. في بورتو أرابيا، تضم مدينة يبي لاند الترفيهية ألعاباً لطيفة وجوائز الدمي المحشوة للأطفال من سنّ عامين. في قناة كارتبييه، ابحث عن سلالم الببانو - حيث تعزف الموسيقى بصوت عالٍ وأنت تجري صعوداً وهبوطاً بين المباني الملونة.



5

انزلق على أيقونة مميزة

حديقة المسرح، الدوحة

يُقلص ملعب الدوحة الحديث الجديد الذي صممه الفنان شيزاد داود المباني المميزة من جميع أنحاء الدوحة ويحولها إلى معذات للعب. تارّج على نسخة مصغرة من فندق شيراتون، أول فندق حديث في المدينة، ثم انزلق على جانب مكتب بريد قطر وتسلق جميع جدران جامعة قطر. توفر المباني الصغيرة الإنارة حتى تتمكن من الاستمرار في اللعب حتى بعد حلول الظلام.



6

شارك منشورات تستحق المشاهدة

الكورنيش

تقول أمينة: "هناك الكثير من الأعمال الفنية الشعبية الرائعة التي يمكن رؤيتها في جميع أنحاء الدوحة؛ وأحد أنها تظهر شعور الشباب تجاه العالم". الصورة الأكثر نشرًا على إنستغرام؟ "تبدو منحوتة بقرة البحر الضخمة لجيف كونز على الكورنيش وكأنها بالون معدني كبير". إليك حقيقة طريفة: يعيش ثاني أكبر عدد من أبقار البحر في العالم في قطر.



7

لا تفوت زيارة الباندا العملاقة

حديقة بيت الباندا في الخور، الخور

visitqatar.com

في العام الماضي، انتقل حيوانا الباندا، سهيل البالغ من العمر أربع سنوات، وثريا البالغة من العمر ثلاث سنوات، إلى أول بيت باندا في الشرق الأوسط، وهي حديقة معتدلة الرطوبة والحرارة، مع 464 شجرة و2814 نبتة خيزران. وفقاً لحمد، جاء الزوجان إلى هنا من الصين لتعزيز الحفاظ على البيئة، لكن يبدو أنهما يقضيان الكثير من وقتهما في الاسترخاء. "يمكنك مراقبتهما عبر النوافذ الكبيرة - رأيت ثريا تتأرجح على شجرة وتأكل الخيزران. وكان سهيل نائماً". نزل تطبيق عون Oun لشراء التذاكر (Apple Store و Google Play).



8

اجعل النصر حليفك في أطول

الألعاب الداخلية في العالم

دوحة كويست، مشيرب

dohaquest.com

الألعاب الداخلية هي الأفضل في مدينة ملاهي دوحة كويست. هناك أكثر من 30 لعبة من ألعاب الركوب الجامحة المليئة بالحماس، وألعاب المحاكاة، وتحديات الواقع الافتراضي تحت سقف واحد في هذه الحديقة عالية التقنية التي تبلغ مساحتها 32,000 متر مربع. تقول أمينة "يحمل قطار إيك الرقم القياسي العالمي في موسوعة جينيس لأطول أفعوانية داخلية". أما "العاصفة البركانية"، أطول برج رمي وهبوط داخلي في العالم، فهي تحدٍ من نوع آخر. "لا يمكنك تفويتها!"





9. انطلق بأقصى سرعة

📍 فيلاييو مول، الدوحة
gondolania.com

يشرح حمد قائلاً: "تعدّ مدينة جوندولانيا الترفيهية واحدة من أفضل الأماكن في الدوحة لسبب واحد: وهو سباق السيارات الصغيرة (الكارتينج) بالداخل!" يحب الأطفال الصغار ركوب الجندول في الماء والقطار الذي يتنقل عبر أرض الديناصورات، لكن حمد يفضل ألعاب الإثارة والتشويق. "تومض الأفغانية أضواء وأصواتاً رائعة". هل التشويق يجعلك تشعر بالجوع؟ يوصي حمد بشريحة لحم التوماهوك من مطعم **أوت باك ستيك هاوس** ثم آيس كريم بنكهة الفانيليا مع إم أند إمز من **كولد ستون كريمري**، وكلاهما داخل فيلاييو.

10. طارد أنجري بيردز

📍 دوحة فيستيفال سيتي
angrybirdsworld.qa

لست بحاجة إلى أن تحب لعبة الفيديو لتتقن في حب عالم **أنجري بيردز**، ولكن إذا كنت تحبها، ابق عينيك مفتوحتين لمقابلة شخصيات أنجري ريد أو تشاك أو ستيلبا بعد العروض الحية اليومية. تشمل الألعاب الداخلية برج الهبوط الملنوي أو لعبة الانقضاض اللطيفة باونسينج بلوز للأطفال الصغار. وفي الخارج، استعد للانغماس في قوارب رافت باتل أو الصراخ حتى يقفز قلبك من مكانه بينما تذفك سوبر سلينغشوت في الهواء لمسافة 60 متراً.



11. واجه الحارس الروبوت

📍 استاد خليفة الدولي، الدوحة
321qosm.org.qa

يقول حمد "إن متحف قطر الأولمبي والرياضي 1-2-3 هو الأفضل. أحب الرياضة، وخاصة الملاكمة، وتعلمت الكثير عن محمد علي". تغطي المعارض أعظم الفعاليات والرياضيين في تاريخ الرياضة - يمكنك مشاهدة فغاز محمد علي، ومضرب الكريكيت "الرئيسي" لساشرين تيندولكار ولوح توني هوك للتزلج - ويمكنك تجربة لعبة *القيس*، وهي لعبة فطرية تقليدية تشبه لعبة الحجلة. يقول حمد: "هناك لعبة كرة قدم حيث تحاول تسديد الكرة أمام حارس مرمى روباتي. لسوء الحظ، لم أهرمه بعد - إنه سريع للغاية!"



12. حدّث أجهزتك التقنية

📍 ذي جيت مول، الخليج الغربي
store974.com

يقول حمد: "لدى الدوحة أفضل ألعاب الفيديو الجديدة وأنا أستمتع بالذهاب إلى المركز التجاري مع أصدقائي لإنفاق نقودي على هذه الألعاب". في ذي جيت مول، سيجد المراهقون ذوو الخبرة في الأجهزة التقنية منصات الألعاب والإصدارات الجديدة وألعاب أركيد الكلاسيكية التي يحملون بها في **جيج ستريت**، وهو "شارع" مضاء بالنيون تلتقي فيه مدبنتا طوكيو والدوحة، ومتصل بملاذ للاعبين يسمى **متجر 974**. ستجد أيضاً شخصيات بوب وبوكيمون وساحة حيث يذهب اللاعبون المحليون للتدريب على ألعاب الرياضات الإلكترونية. من المقرر افتتاح متجر 974 آخر في **بلاس فاندوم** في الصيف - سيكون أكبر متجر ألعاب في الشرق الأوسط!



13. انطلق إلى نادٍ شاطئي مناسب للعائلات

📍 الخليج الغربي
+974 5999 6122

يفتح **نادي شاطئي B12** يومياً من الساعة 10:00 صباحاً وحتى غروب الشمس، وهو ملاذ مبهج لجميع أفراد العائلة. يمكن للوالدين تجربة جلسات SUP Yoga وتناول الفطور ثم الاستلقاء على وسادة الشاطئ للاستمتاع بعصائر الفواكه. تناول الطعام طوال اليوم سيُبقي الأطفال يتنقلون حول الحديقة المائية القابلة للنفخ، وهي أكبر حديقة عائمة في الدوحة، ومجهزة لألعاب الكرة الطائرة وكرة الطاولة وتيكيبول (الدخول إلى النادي مجاني لمن هم أقل من 18 سنة).

14. اكتشف الغموض السحري

📍 ذي جيت مول، الخليج الغربي
museumofillusions.qa

يتحدّك **متحف الغموض** في معرفة وجهتك في نفق دوامة أزرق ساطع، ونفق دوّار، ونفق إنغينييتي، ومساحات مبهجة حيث تسود الصور المجسمة، وهو يتألف في جزء منه من غرفة ألعاب سحرية وجزء آخر من ألعاب للتفكير، النقط صورة "وأنت تمشي" على الحائط لإرباك أصدقائك عند رؤيتها.

.15

انطلق إلى الحدائق

مواقع متعددة

حديقة متحف الفن الإسلامي على الواجهة البحرية للكورنيش هي مكان استراحة عائلي، خاصة بعد ظهر يوم الجمعة. تم إعداد ثلاث مناطق لعب لمجموعات عمرية مختلفة (من سنتين إلى خمس سنوات، ومن خمس سنوات إلى 12 سنة، ومن 12 إلى 16 سنة) ويمكنك أيضاً القيام بجولة على المنصة الدائرية ذات المناظر الخلابة، أو الغفز على الترامبولين بالحبال، أو ركوب قوارب الكاياك أو جولات SUP في داو هاربور. عربات التاكو والبرغر والآيس كريم متاحة في جميع الأوقات للوجبات الخفيفة. تنقسم **حديقة البدع** العملاقة إلى ثلاث مناطق، كل منها مليئة بالفنون العامة والمعالم. انطلق في نزهة بين

.16

عانق النجوم

الحي الثقافي كتارا

althuraya.katara.net

قبة الثريا الفلكية هي من أفضل الأماكن الداخلية في كتارا التي تجعلك تهرب من الحر في الخارج - والدخول إليها مجاني. اكتشف كم يبلغ وزنك على كوكب المريخ والكواكب الأخرى، وشاهد الأفلام المصغرة والعب على شاشات تفاعلية لاستكشاف الغاز الفضاء.



.17

الحق بالأمواج

منتجع جزيرة البنانا في الدوحة

إدارة أنانتارا

anantara.com

يمكن لراكبي الأمواج لأول مرة الاستمتاع في مسبح الأمواج الآمن الخاضع للإشراف في منتجع جزيرة البنانا العائلي. والمدربون هنا يخصصون المعدات لتناسب مقاسك ومستوى مهارتك حيث يوضحون لك كيفية ركوب الأمواج على ألواح الجسم أو ألواح التزلج على الماء.



.18

استمتع بالفخامة

جزيرة المها

almahaisland.com

تعد جزيرة المها واحدة من أحدث المعالم في الدوحة، وتتمتع بإطلالات رائعة على الدوحة ولوسيل وبأجواء مبهجة. تنوفر مجموعة من المطاعم تُبقي الأطفال من جميع الأعمار سعداء. البيئزا في مطعم **روسوبومودورو** معدة على طريقة نابولي الأصلية، ويقدم مقهى **بورنا فيدا ميامي** الجذاب أطباقاً لذيذة وصحية طوال اليوم. يشعر الجميع بالتشويق عند مشاهدة عالم الفخامة في المها درايف، وهو شارع مخصص فقط للسيارات الكلاسيكية الفخمة والسيارات الخارقة.



.19

أقض يوماً في المزرعة

الخور

baladnapark.com

تشتهر مزرعة بلدنا، صانعة اللبن الزبادي والجبن والكاسترد المحلي، بشعبية كبيرة ولديها حديقة خاص بها. هناك العديد من الأعمال اليدوية التي يمكنك القيام بها في **مزرعة بلدنا**: اكتشف الحفريات والأحجار الكريمة والأصداف في تجربة التعدين، وازرع زهرة في الدفيئة، واركب ثور روديو (ميكانيكياً)، واختبر كيفية "حلب" تمثال بقرة. أما الإنزلاق بالحبل (زيبلاين)، والرماية، ودورة محارب النينجا، والكارتينج بأسلوب سباقات السيارات بعيدة قليلاً عن موضوع المزرعة، ولكن من يمانع؟

.20

تناول الطعام في لوسيل

مارينا فود أرينا وبوليفارد لوسيل،

لوسيل

تقول أمينة: "يمكنك أن تجد أي طعام تريده في الدوحة. عربات الطعام في مارينا فود أرينا هي المفضلة لدي". يقدم **جون كافييه** بسكويت الوفل بالشوكولاتة بأجواء قديمة. مقهى **أويل سبيشلتلي كافييه** هو المكان المثالي لتجربة الوجبات الخفيفة والعصائر بكل الألوان. وستجد بالقرب من بوليفارد لوسيل مجموعة من المطاعم، بدءاً من **سولت برغر** (جرب مقرمشات شيتوس بطاطس مقلية) ووصولاً إلى **تشكي تشيز** - ويمكنك تجربة جدار التسلق في **حديقة Wow عالم العجائب الترفيهية** بعد تناول الطعام.



الأطعمة والمشروبات

أشبع فضولك

تجول بين المطاعم العالمية النابضة بالحياة في الدوحة مع الشيف إدغار هورتادو.



في الدوحة، المشاهير والطهاة التنفيذيين من جميع أنحاء العالم والشباب المحليين، ونحن جميعاً متحمسون لتحويل الأطباق العالمية وربطها بالثقافة المحلية."

يرى هذا الطاهي أوجه تشابه لذيذة بين مطبخه اللاتيني والمطبخ المحلي. ويضيف "تعدّ بيرو، مثل قطر، مكاناً متعدد الثقافات وغنياً جداً بالتقاليد. مطبخي مشابه للمطبخ القطري من حيث التأثيرات من أماكن أخرى - من أفريقيا وآسيا وأوروبا - ومن التاريخ.

ما يحبه الناس هنا هو مزيج التوابل والفلفل الحارّ والحلو... مزيج من الثقافات في مطبخ واحد. أنا متشوق ليتذوق الناس أطباقاً من العالم اللاتيني ممزوجة بالمنتجات المحلية."

مطبخ كوربوسا يطلّ على غرفة تناول الطعام - ويجب هورتادو أن يلقي الزوار نظرة عليه. وسيخرج للتحدث إليهم بالتأكيد. "يبدأ تناول الطعام في كوربوسا بالحواس - فهناك روائح الفحم والخشب من الشواية، وأصوات المقلاة من المطبخ - وأحبّ التحدث إلى ضيوفي عن المكونات وكيفية طهو الطعام؛ فأنا أصنع تجربة وليس مجرد طبق."

قد يكون من الصعب مجاراة إدغار هورتادو، الذي ولد في البيرو وتدرّب في المطابخ من جميع أنحاء العالم لينتهي به المطاف في دولة قطر حيث يستعرض خياله. فهذا الطاهي معروف بتزيينه لأطباقه بالكرنفالات اللاتينية ذات النكهات والألوان. يقول: "الدوحة مدينة الإمكانيات. وأريد أن أختبرها كلها."

إن مشهد الطعام العالمي في الدوحة عريق بما يكفي لجذب الأسماء الكبيرة الحاصلة على نجومات ميشلان، ولكنه أيضاً في طور الشباب المتعطش للأفكار الجديدة، ما يجعله مشوقاً ومبدعاً. لدى كل من النجوم البارزين ألان دو كاس من فرنسا وداني غارسيا من إسبانيا وبينو لافارا من إيطاليا، بعض المطاعم في جميع أنحاء المدينة، وقد أنشأ نوبويوكي ماتسوهيسا أكبر مطعم نوبو في العالم في نهاية رصيف بحري يمتد إلى الخليج العربي.

في نهاية عام 2022، أصبح هورتادو الشيف التنفيذي في مطعم **كوربوسا باي جان جورج** في فندق فورسيزونز (fourseasons.com)، هاتف: 8888 4494 4974 (+) تحت إدارة جان جورج فونجريتشتن. يقول هورتادو "إنه بطل بالنسبة لي وهو أيضاً رجل لطيف. هناك مجتمع صغير من الطهاة





الصفحة المقابلة:

هورتادو يقطف الخضار في مزرعة حينة سالمة

على اليسار:

أخطبوط مشوي على الفحم مع الفلفل الحلو المدخن، وكريم فريش وخل غواجيلو في كوربوسا باي جان جورج

زوجتي من أوكرانيا وعندما التقيتها قبل بضع سنوات، كانت معرفتها بالطعام سطحية جداً. ولكن بعد أن عاشت في الدوحة، قالت إنها يمكن أن تكون مدوّنة في مجال الطعام".

مثل العديد من المسافرين في الدوحة الذي يعشقون الطعام، يقول هورتادو إن يوماً سعيداً غالباً ما ينتهي بشاورما تركية ساخنة، وعصارتها تذوب في فمك. "هناك الكثير من الأماكن الرائعة في السد. **شتورة** (9777 4436 974+). هو المطعم المفضل لديّ، لكن لدي صديق يجادلني أن السندويتشات في **شاورما الخبّاز** (@shawarmaelkhebbz) في الميناء أفضل. إنها مزحة بيننا، لكن لا أمانع إذا لم يجد أي منا أفضل شاورما في الدوحة حتى الآن - فنحن نستمتع بالبحث".

في مغامرات الطعام، "لدي طفلان وعندما تكون في إجازة، نذهب لتناول الطعام!" عربات الطعام في مارينا فود أرينا في لوسيل وتيسيتي ستريت في كتارا (اقرأ المزيد عنهما في الصفحة 48) هي عبارة عن تعليم ثقافي. يقول: "يمكنك العثور على نسخ مصغرة من المطاعم المحلية والمأكولات الشعبية الرائعة من جميع أنحاء العالم".

ينتقل هذا الطاهي بين شارع ابن محمود وشارع الجزيرة المجاور في حي فريج بن محمود، بين المطاعم الكورية والروسية والتايلاندية، ويتجاذب أطراف الحديث مع الطهاة. إنه لا يعرف أسماء المطاعم ولا تهمه. "لا نختار أين سنأكل قبل المجيء إلى هنا - نحن فقط نتجول. إنه مشوق للغاية أن يكون لديك كل هذه الثقافات المدهشة في مكانٍ واحد.

"ما نريد فعله هو إحضار الطبيعة إلى قلب المدينة".



وفي الدوحة، يشتري هورتادو الأخطبوط وأسماك الهامور المحلية اللذيذة من سوق السمك بالميناء، ليبدع منها طبق سيفيشي أو يطهوها على أسياخ مع البطاطس وشرائح كبيرة من الليمون الأخضر في كوربوسا. "إذا أحسست بالجوع أثناء وجودك هنا، فإن **حبرة المينا** (2323 4449 +974) بجوار السوق تقدم الجمبري والأخطبوط والأسماك المقلية وهي مذهلة".

أكشاك التوابل في سوق واقف هي مكان آخر مفضل لدى هورتادو. يقول وهو يستمتع الصولجان الترابي والفلفل الحار: "يمكنني الوقوف هنا 30 دقيقة، فقط لأشم رائحة التوابل". وبصفته بيروفيًا، فهو يعرف التوابل حق معرفة، ولكن هناك دائماً مادة صمغية أو صخرة أو مسحوق جديد لتجربته. "دائماً أسأل ما هذا؟ ماذا يمكنني أن أفعل به؟

أطرح دائماً الكثير من الأسئلة على البائعين، يطلقون عليّ لقب رجل الأسئلة".

عندما لا يكون في مهام البحث، يقود الطاهي عائلته

في شرفة المطعم المليء بالنباتات، تحتل شجرة زيتون عمرها 150 عاماً مركز الصدارة. يقول عنها هورتادو: "إنها قلب كوربوسا. ما نريد فعله هو إحضار الطبيعة إلى قلب المدينة".

تزداد سرعة الحركة المستدامة من المزرعة إلى المائدة في قطر. تقع **مزرعة حينة سالمة** (heenatsalma.heenatsalma) على بُعد 40 دقيقة بالسيارة شمال غرب الدوحة، ويזורها العديد من طهاة المدينة. هنا، تشكل غابات نخيل التمر إطاراً حول صفوف الكرنب الممتلئ، والكوسا، والبادنجان، والبطيخ. وتنمو الطماطم الحمراء وتنضج في الصوبات الزراعية. وتغرد الطيور ويضع النحل العسل البري من أشجار السدر. يقول هورتادو "المزارعون مضيفون جداً ويساعدونك في قطف منتجاتك من التربة مباشرة". تُغلق أماكن الإقامة الفخمة في حينة سالمة خلال فصل الصيف، ولكن المطعم الريفي الأنيق المنعش يفتح أبوابه ويقدم وجبات عضوية على مدار العام. "يمكنك حقاً تذوق الطعام العضوي والإحساس بأشعة الشمس في كل شيء".

مطاعم في القمة

تناول المأكولات الإيطالية الكلاسيكية مع إطلالة شاملة، أو الأطباق الإسبانية الحديثة أو طبق كفتة من لحم الجمل من إعداد طاهٍ حاصل على نجمة ميشلان. ترتقي هذه المطاعم بتجربة تناول الطعام إلى مستويات عالية.

ثري سيكستي

فندق الشعلة الدوحة

+974 4446 5600

كوربوسا باي

جان جورج

فندق فورسيزونز الدوحة

+974 4494 8888

بيبو الدوحة

فندق سانت ريجيس الدوحة

+974 4424 4870

استمتع بجولة في السماء في المطعم الدوار الوحيد في الدوحة، والذي يقع على ارتفاع 47 طابقاً داخل المبنى التاريخي فندق الشعلة -الدوحة. في هذا المكان المريح الذي يرحب أيضاً بالأطفال، تجد في القائمة الباستا الكلاسيكية، والريزوتو، والمأكولات البحرية، واللحوم المشوية وكلها معدة على طريقة منطقة البحر الأبيض المتوسط، بالإضافة إلى التخصصات القطرية مثل أم علي، والبودنج الحلو المصنوع من المعجنات والحليب والفواكه المجففة. الإطلالات المتغيرة على الخليج العربي والمدنية مذهلة في جميع الأوقات. فقد يتعين عليك زيارته أكثر من مرة.

في هذه المساحة الجديدة النابضة بالحياة في فندق فورسيزونز الدوحة، يرتقي الطاهي التنفيذي إدغار هورتادو بالمأكولات اللاتينية بأسلوب إبداعي. تلتذذ بالإمباناداس بجينة الموتزاريللا المدخنة، والفواكامولي، وسيفيتشي الجمبري، والأخطبوط المشوي على الفحم، والتشوروس. يقول الشيف "يبرز سمك القاروص كروبو لدينا في طبق السيفيتشي، ليظهر النظارة مع الحموضة والتوابل بطريقة مفاجئة. يبدو أروزو كون بولو لدينا بسيطاً ولكنه معقد للغاية، حيث يتم طهوه الكثير من الهالابينو والمرق والفطر والدجاج بثلاث طرق للحصول على الغوام المناسب".

تم اختيار هذا المطعم البراسيري في الخليج الغربي للشيف الأندلسي داني غارسيا كأفضل مطعم أوروبي في قطر في عام 2022. وهو أيضاً أحد المطاعم المفضلة لدى هورتادو. "إنه مساحة جميلة مستوحاة من فن الأرت ديكو ويقدم طبق التاباس بطريقة مذهلة". يمكنك الجلوس حول البار المركزي وتناول وجبة خفيفة من باتاتا برافاس الحارة وكروكيت الحبار وبريوش بذبل الثور الذي يشتهر به بيبو. هل أنت مستعد للحلويات؟ حلوى هورتادو المفضلة هي تارتا دي كيزو مانشيغو، تشيزكيك الحلو والمالح يُقدّم مع شراب الفراولة.

سيفيتشي الجمبري باللوز والموز
والكزبرة في مطعم كوربوسا باي
جان جورج

مطعم جيون

متحف قطر

الوطني

+974 4452 5725

يقع مطعم جيون في الجزء العلوي من وردة الصحراء في متحف قطر الوطني، وهو بمثابة قصيدة من الشيف آلان دوكاس الحائز على نجمة ميشلان يهديها إلى الصحراء. المنحنى الداخلي يتدفق مثل الكئيبان الرملية بينما تتأرجح أربعة ملايين خرزة زجاجية من سواروفسكي في الستائر المعلقة من السقف تكريماً لإرث ثقافة صيد اللؤلؤ في قطر. يتبع فن الطهو إيقاعات الطبيعة لإضفاء لمسة إبداعية على الأطباق المتجددة في التاريخ المحلي: يُضاف الفلفل الحلو إلى لحم الجمل النضر، أما السمك الإبري فهو من الأطباق المميزة، بينما تتأرجح الحلويات من بودنج المهلبية الخفيفة وصولاً إلى الكمثرى المضاف إليه اللومي المحلي المنعش. القوائم الثابتة ذات قيمة عالية وتطابق كل طبق مع مشروب موكتيل إبداعي. المنظر البانورامي للمياه وأفق المدينة من شرفة المطعم متألق.

نوبو

فندق فورسيزونز الدوحة

+974 4494 8500

يقدم مطعم نوبو في الدوحة المأكولات اليابانية الفاخرة المميزة لنوبويوكي مانسوهيسا بأناقة لطالما اعتاد عليها. داخل صدفه حديثة ضخمة على رصيف خاص، يتنقل النادلون بين ثلاثة طوابق وشرفة رائعة، حاملين أطباقاً من سمك القد الأسود في ميسو وأطباق الساشيمي المتلألئة. يقول هورتادو "تربطني صداقة جيدة مع رئيس الطهاة أندرو بوزوكي. إنه يعشق المكوثات المحلية الطازجة ويحرص على إحضارها من كبار الموردين".

باريسا سوق واقف

سوق واقف، الدوحة

+974 4441 1494

يقول هورتادو "ستجد بعضاً من أفضل الأطعمة في الدوحة داخل سوق واقف. يمكنك تذوق أفضل كنافه في المدينة أو الأطعمة التركية الرائعة في أكشاك صغيرة، ولكن إذا كنت تريد طعاماً إيرانياً حقيقياً وأجواء لا تُنسى، توجه إلى باريسا". هنا، تحت الثريات المزخرفة، رُسمت مشاهد من الأعاجيب والأساطير الإيرانية على كل مساحة، بالإضافة إلى الموزاييك والمرايا الصغيرة المستوردة من إيران. يتماشى الطعام مع بيئة المطعم الفخمة - عليك تجربة الكباب، واليخنة الغنية بالمكسرات والفواكه والتوابل وأطباق الأرز الملون. بالنسبة للمشروبات، اختر من بين مجموعة من عصائر الفواكه الطازجة.



السمك الإبري مع البطاطا والطرخون في مطعم جيون

في الطليعة

صُممت أبراج كتارا في لوسيل لتمثل الختم الوطني لدولة قطر. وأصبحت مقراً لفندقي فيرمونت ورافلز. ارتدِ ملابسك الأنيقة واستمتع بأرقى وجهات تناول الطعام بالفنادق في المدينة.

على اليسار:
أبراج كتارا، مقر فندقي فيرمونت ورافلز

الصفحة المقابلة:

مجموعة فيرمونت المختارة من الأطباق الإبداعية الحلوة والمالحة مصحوبة بخلطات شاي نادرة وشاي الفواكه

في الأسفل:

تُقدّم شاي ما بعد الظهيرة في رافلز مع ألذ الأطباق الشهية



رافلز الدوحة raffles.com

تأتي الأجنحة فائقة الفخامة في فندق رافلز الدوحة مزودة بمشرف شخصي وتحافظ مطاعم الفندق على هذا الإحساس بالفخامة. برکز المطعم الإيطالي للشيف إنريكو كريستا الحائز على نجمة ميشلان، ألبا باي إنريكو كريستا، على أطباق من المنتجات الموسمية والكمأة البيضاء النادرة الموجودة في بيدمونت. في لارتيزان، تُقدّم الأطباق على عربات Gueridon التي تقف بجانب طاولتك بطريقة مبهجة. تنقل ردهة مالكي الفخمة خدمة الشاي العربي التقليدي إلى الأماكن الفاخرة. في الليل، يمكنك الدخول من باب مخفي لتذوق المشروبات المدخنة تحت الستائر الزرقاء المخملية والثريات في بلو سيجار، يحتوي هذا البار والمكتبة معاً على أرفف مليئة بالطبعات الأولى والكتب النادرة، أقدمها نسخة من الأوديسة لهوميروس تعود إلى عام 1709. ارتدِ طقم القفازات الخاصة لإلقاء نظرة عليها. في الطابق العلوي، أكوستيك ميوزيك بنتهاوس هو المكان الأروع في المدينة للاستماع إلى الموسيقى الحية التي يتم تشغيلها حتى وقت متأخر.



فيرمونت الدوحة fairmont.com

داخل فيرمونت الدوحة، تقع استراحة الشيشة سيرا بوتانيكال على شرفة مريحة حيث تساعدك المقبلات العربية، وكوكيتلات ماء الورد، والشيشة على الاسترخاء في المساء. تُعد دوم فيرمونت لاونج مكاناً أنيقاً لتناول شاي ما بعد الظهيرة على الطراز الباريسي - اختر بارفيه الشوكولاتة أو ميل فوي المغطاة باللقيمات من بزاد حلويات كبير يشبه جرساً زجاجياً عملاقاً. تناؤ العشاء في مطعم ماسالا لايرباري باي جيفز كالرا سياخذك في رحلة ممتعة عبر مطابخ الهند، بينما ستستمتع في حفلات الشواء الأرجنتينية في مطعم فايا! لاتين ميركادو بموسيقى السالسا الحية. سكاى تراس في بروفوك آسيان بروجيكت، هو هيكل زجاجي ساحر من المأكولات المتنوعة من المطبخين الياباني والكوري يمتد عبر الطابقين 33 و34، وينفرد بإطلالة لمحمية على لوسيل وجزيرة اللؤلؤة - قطر.



الماكولات الشعبية

يمكنك قضاء يوم كامل في التجول بين عربات التاكوي ومحطات الآيس كريم والشاورما الرائعة. لم لا؟



1. آيس كريم بنكهة البطيخ في تيستي ستريت
2. قاعة طعام سنان، تجربة نزهة راقية
3. شاورما الزعيم في مارينا فود أرينا في لوسيل

تيستي ستريت
كتارا، الدوحة
@tasty.street.qa

مارينا فود أرينا
لوسيل، الدوحة
@marina_food_arena

تجد عربات المأكولات الشعبية وكباين كثيرة (حوالي 70) في هذه المنطقة النابضة بالحياة حتى وقت متأخر من الليل في ممشي مارينا. أول ما يلفت انتباهك قد يكون الباص ذو الطابقين باللون الكناري والذي يسمى **أوكادو**. ويقدم الفاهيتا المكسيكية اللذيذة والكيساديللا والقواكامولي الكريمي. يمكنك أيضاً تناول الشاورما، ومقارنة طبق الشاورما مع الأرز في **سيمبلي شاورما** مع لفائف لحم الضأن الحارة من **شاورما بالاس** المجاور. **شاورما الزعيم** هو مكان شهير آخر. الذرة الحلوة الساخنة و"توست برغر" الدجاج من **لاست أوردر** ونودلز القمح الكامل المكدسة بالروبيان من **إكس فاير** تحظى أيضاً بشهرة كبيرة. تفتح العربات حوالي الساعة 2:00 بعد الظهر ويعمل العديد منها حتى الساعات الأولى من الصباح.

الأسواق الغذائية في الدوحة تختلف عن غيرها. في الصيف، يبقى السكان المحليون في سياراتهم المكيفة وينتقلون من كشك إلى آخر في هذا الموقع الممتع بالقرب من الحي الثقافي كتارا. وبالطبع، يمكنك التنزه سيراً على الأقدام لاستلام طلبات الشاورما المدخنة وبرغر اللحم والعصائر من جميع الأكشاك الصغيرة المكونة من 40 كوخاً - فقط تأكد بأن تنتهي طلباتك بالآيس كريم بنكهة البطيخ داخل "مخروط" الفواكه المجمدة من **آيسي ميلون**، أو بنكهة المانجو من **أوريجامي**. متوفر من الساعة 3:00 عصراً وحتى منتصف الليل يومياً.



شارع المرقاب الجديد
النصر، الدوحة

هذا القطاع المزدهم، الملتف حول **المرقاب مول**، هو نموذج مصغر من المأكولات اللذيذة متعددة الثقافات في الدوحة. لتذوق الأطباق التونسية، يقدم مطعم **سيدي بوسعيد** أطباق الكسكس اللذيذة والمعجنات المقلية بالبريك المحشوة باللجن. تفتح مطاعم الشاورما: **جيل لبنان** (نصيحة: اطلب منهم تحميصها وجعلها حارة)، و**مشاوي العربي ومطعم تركيا المركزي** في وقت متأخر لتناول المأكولات التركية اللذيذة بأسعار معقولة. لتجربة الأطباق الحارة، يُعد مطعم **بومباي كاتينغ شاي** مكاناً مفضلاً لتناول الأطباق البارسية، مثل كعكة العجين الناعمة ماسكا مع فنجان من الشاي بالبهارات. إذا كنت تميل نحو الطعام الآسيوي، فإن **دليلزيا بينوي** هو المكان الذي يذهب إليه الفلبينيون لتناول اللومي والمامي والغوتو وسيسيج الدجاج الذي يشبه الأطباق المعدة في المنزل. هل ترغب في تناول مضادات الأكسدة؟ يمكنك العثور عليها في العصائر الطازجة والباردة في **فيتامين كينج**، على الجانب الآخر من الطريق مباشرةً من **وودن بيكيري**، الذي يقدم المناقيش الساخنة (البيتزا اللبنانية) مع أطباق جانبية من السلطات المقرمشة.

قاعة طعام سنان
كتارا، الدوحة
2lhighst.net

مشيرب قلب الدوحة
داون تاون، الدوحة

إذا كان التنقل بين متاحف مشيرب والمعارض والمحلات يشعرك بالجوع، لا تقلق أبداً - فالسوشي والمشويات الكورية في مطعم **بي هوا الدوحة** في وسط المدينة رائعة وبأسعار معقولة (يادر بحجز طاولة لتناول الطعام بلا حدود يومي الجمعة والسبت، 9898 6662 974+). تجول في سوق واقف، واجلس في أحد بارات العصائر العديدة واحتس عصير المانجو أو الجواقة الطازج أو جرب الرقاق (الكريب العربي)، الذي يطهوه الباعة الجوالون على ألواح التسخين ويتم حشوه باللجن أو النوتيللا أو العسل. **قهوة عشيرج** هو مكان وملتقى رائع يشتهر بشرفته الموجودة على السطح، حيث يمكنك تدخين الشيشة بنكهة التفاح والاستمتاع بأطباق الحمص وبابا غنوج والكفتة والشيش طاووق.

امسح رمز الاستجابة السريعة
للمزيد من المعلومات



میتھائیپا || الخبائیب



تعرف على بطل الكثبان الرمليّة

لا يعرف بطل الرالي ناصر
العطية القيادة البطيئة...

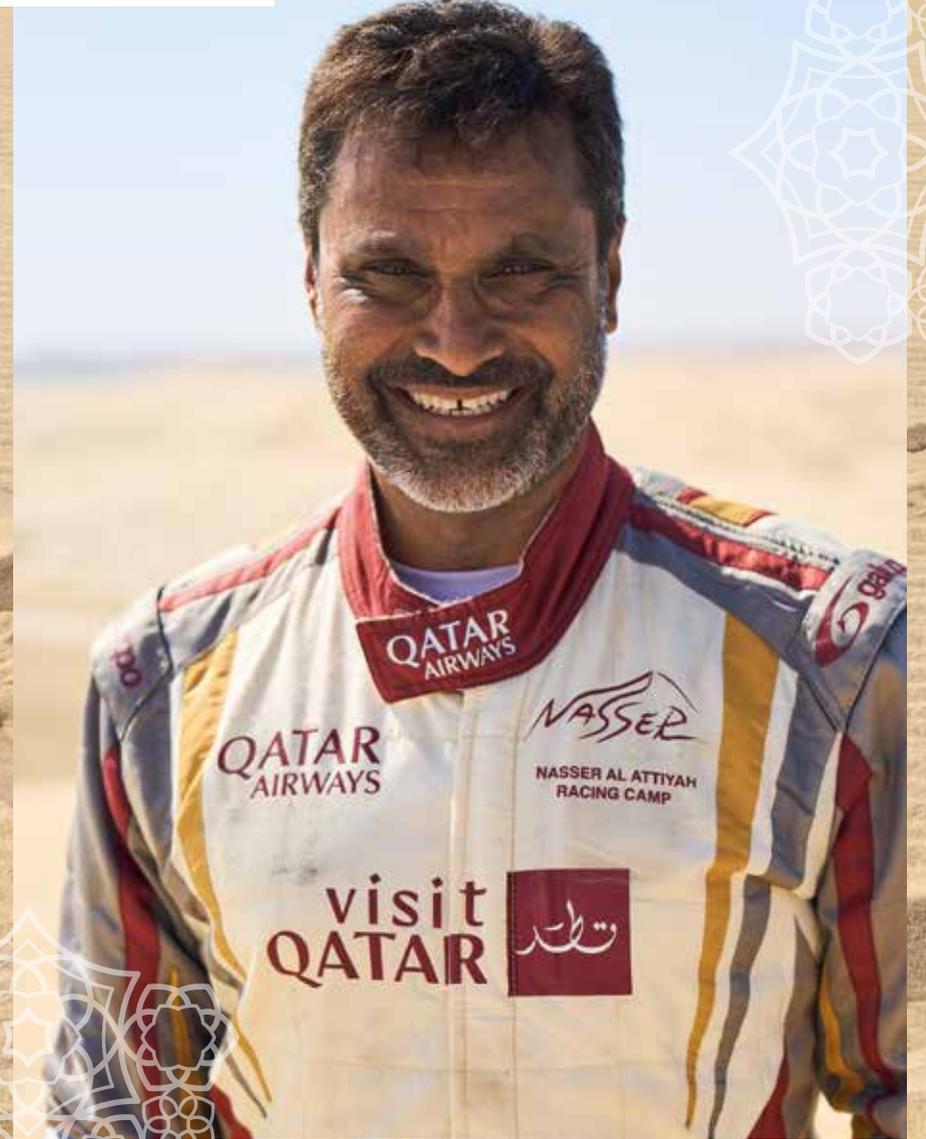
نجح أسطورة السباقات المولود في قطر في تحقيق رقم قياسي في بطولة الشرق الأوسط للريات 19 مئة، وفي يناير 2023، انتصر على أكثر المسابقات فسوة في رياضة السيارات ليحصل لقب رالي داکار للمرة الخامسة، ليفوز بالسباق بأكثر فارق شوهد خلال 20 عاماً. وقد حقق فوزاً آخر في بطولة سباق باجا العالمي في مارس.

هذا السائق البالغ من العمر 52 عاماً هو أيضاً راج أولمبي في ميدان السكيت - حيث حصل على الميدالية البرونزية، وأصبح أول راج قطري يفوز بميدالية أولمبية، في أولمبياد لندن في عام 2012 - وهو لاعب قفز بارع. ثم حدث في ذلك الوقت أن قال له صديقه (ورئيس الاتحاد القطري للرياضات البحرية آنذاك، الشيخ حسن بن جبر آل ثاني) أنه قد يكون من الأسهل القيادة على الأرض بدلاً من الماء، لذلك قبل العطية التحدي وفاز ببطولة فلوريدا كي ويست العالمية. لكنه يؤدي ذلك باعتباره تجربة ممتعة فقط.

التقت قطر الآن بالرجل الملقب بـ"أمير الكثبان الرملية" في منزله جنوب الدوحة، حيث كان تقنياً في يوم إجازته. إنه ودود ومتواضع، ويقول إنه يحب أن يكون سفيراً لبلاده ويحب ركوب الكثبان الرملية لممارسة الرياضة غير الرسمية في عطلة نهاية الأسبوع. ولكن عند ارتداء الخوذة، يذهب بطل الرالي إلى العمل، ويفجّر موهبته فوق قمم الجبال الرملية مثل قصف الرعد، ما يؤدي إلى نزول المنعطفات شبه العمودية بخفة حركة وسرعة خارقة. طاقة هذا الرجل قصوى فعلاً. تابع القراءة للاطلاع على الدرشة مع العطية.



امسح رمز
الاستجابة
السريعة
لرؤيته أثناء
القيادة



حديث سريع: خمس دقائق مع أسرع رجل على الرمال...

ولدتُ من أجل المنافسة.

كنت أحلم أن أصبح بطلاً للعالم منذ سن مبكرة جداً. حتى في التعليم في المدرسة، أردت أن أكون الأفضل. لدي شغف بالسرعة. تعلم جميع أبناء عمومتي كطيارين، لكنني كنت أشاهد رياضة السيارات وكنت أعرف أنني أريد القيادة.

لقد صنعت سيارة الرالي الخاصة بي في سن 18. علمني والدي أولاً القيادة في الصحراء واشترى لي سيارتي الأولى، نيسان باترول. كانت سيارة عادية وقمت بتحويلها. كان التسابق مع أصدقائي متعة كبيرة لي.

لكن أحد أهم الانتصارات في مسيرتي لم يكن في السيارة.

إن الميدالية التي حصلت عليها في أولمبياد لندن هي أجمل انتصار في حياتي، لأنه كان حلم طفولتي أن أكون من أوائل القطريين الحاصلين على ميداليات أولمبية. كان والدي أول من يرشدني إلى الرماية - اعتدنا أن نذهب للصيد معاً، ورأى أنني أحب الصيد لذا اقترح أن أحقق حلمي في هذه الرياضة.

تتطلب الراليات قوة جسدية، لكنها تتطلب أيضاً اليقظة التامة ذهنياً.

يبلغ طول رالي داکار 12,000 كم على مدى 15 يوماً. وقد نقود في درجات حرارة تتراوح بين 50 و60 درجة مئوية. السائقون رياضيون ويحتاجون إلى مستويات عالية جداً من اللياقة - يستغرق التدريب من ساعتين إلى أربع ساعات كل يوم. كما يمكننا الوصول إلى سرعات تصل إلى 220 كم في الساعة في الصحراء. عندما بدأت في الرماية، وهي لعبة تعتمد على التركيز، ساعدني ذلك كثيراً في التركيز في السيارة.

الوصول إلى القمة أسهل من البقاء فيها.

رغم تجربتي وخبرتي الواسعة، أشعر دائماً بالضعف. أنا محظوظ جداً لأن قطر أصبحت اليوم عاصمة الرياضة، بكل الموارد المتاحة. أستمّد الشجاعة والثقة أيضاً من عائلي وأصدقائي - وهذه الطاقة الإيجابية تجعلني أعطي المزيد.

أمل أن يكتب التاريخ عني...

أكثر من ذلك، الناس يطلقون علي اسم "سوبرمان" أو "أمير الكنثان الرملية". أنا ممتن للجماهير، لكن لا يمكنك فعل ذلك من أجل الألقاب فقط. أعمل أو أسافر 300 يوم في السنة ويمكنني القيام بذلك لأنني أحب ما أقوم به. لم أفكر أبداً في التقاعد. علمتني الرياضة أن أكون ملتزماً في حياتي وهذا ما أفخر به.

مغامرة في الصحراء

انزلق على الكنثان الرملية، أو حلق عالياً أو انطلق بسرعة في آليات الدفع الرباعي الحماسية في رحلة ليومٍ واحد من الدوحة.

اختبر ركوب الكنثان الرملية

منطقة سيلين

goldenadventuresqatar.com

ركوب الأمواج الذهبية

منطقة سيلين والبحر الداخلي

goldenadventuresqatar.com

365adventures.me

اربط حزام الأمان. الانزلاق بشكل جانبي أسفل قمم الصحراء العملاقة نشاطاً بارزاً يوقظ الحماسة والحركة. تبقى مرتاحاً داخل سيارتك المكيفة ذات الدفع الرباعي، ولكنك ستشعر بالحماسة وأنت تنجرف على الكنثان الرملية والرمال تتناثر على الزجاج الأمامي (يمكن للسائقين الخبراء تخصيص السرعة لتناسب العائلات أيضاً). يمكنك حجز تجارب لمدة نصف يوم أو يوم كامل من الدوحة. تتوجه الرحلات مع جولدن أدفانتشرز قطر إلى معسكر بجانب الماء في خور العديد، حيث يمكنك الاسترخاء والسباحة وتناول المشروبات على الغداء. يمكنك أيضاً إضافة تجربة ركوب الجمال أو التزلج على الرمال أو التقاط صورة مع الصقر.

ما هو أكثر متعة من التزلج على الرمال أسفل الهضبات التي ترتفع وتنخفض حول خور العديد؟ عند انزلاقك بسرعة عليها، ستسمع الرمال وكأنها تغني. في الصحراء الواقعة على بُعد حوالي 40 كم جنوب غرب الدوحة، هناك منطقة تُصدر فيها الكنثان الرملية صوتاً موسيقياً بشكل طبيعي بينما تتحرك جبال الرمال في مهب الريح. في جولة سفاري مناسبة للعائلة مع جولدن أدفانتشرز قطر أو 365 مغامرات، يمكنك أن تجعل الصحراء تدندن بهذه الطريقة لأنك ستهدّ جزئيات الرمال وأنت تنزلق على الكنثان الرملية.

ركوب الدراجات الرباعية

منطقة سيلين

goldenadventuresqatar.com

حلق في رحلة سفاري جوية

منطقة سيلين

skymasters.qa

ارتق بتجربة القيادة على الطرق الوعرة، حيث تقود دراجتك الرباعية في قافلة عبر الصحراء. ستتحكم بعجلة القيادة وبالسرعة، ولكن الخبير هو من سيدلك إلى المسار المليء بالتحديات. نصيحة: سينتشر غبار الرمال حولك، لذا ارتد ملابس فضفاضة ومريحة. والأحذية المغلقة ضرورية. احجز رحلة سفاري بالدراجة الرباعية مع جولدن أدفانتشرز قطر.

في جولة التحليق في مظلة (باراتريك) في الصباح أو بعد الظهر مع سكاى ماسترز قطر، اربط حزامك في المقعد الخلفي في طائرة مفتوحة السقف وثلاثية العجلات، قبل أن يقوم الطيار المتمرس بإشعال المحرك ويرتفع بك برفق فوق الصحراء. ستحلق بخفة وبيضاء على علو منخفض لمدة 20 دقيقة، حرراً كالمطائر، وتستمع بإطلاقات لا تُضاهى على الكنثان الرملية وشاطئ سيلين. مناسبة للأطفال فوق سن ثماني سنوات.

ناصر العطية يقطع الكنثان الرملية في خور العديد

فخامة في الطبيعة

أروع الأوقات في انتظارك في هذه المنتجات الملفوفة بالرمال.



ذا أوت بوست البراري

لنزهة هادئة: رحلة سفاري في الرمال

البحر الداخلي

theoutpostalbarari.com

يقع منتجج ذا أوت بوست البراري الأنيق والذي تم افتتاحه حديثاً وسط الكثبان الرملية للمحمية الطبيعية في البحر الداخلي، حيث تشعر أنك بعيداً عن الجميع. تمنح الفيلات بغرفة نوم واحدة أو بغرفتي نوم أو بثلاث غرف نوم الخصوصية بامتياز مع مناظر غير منقطعة وعزلة لظالما تمنيتها. تشمل الرحلات الاستكشافية الكبرى في الصحراء ركوب منطاد الهواء الساخن، ورحلات السفاري على الجمال، والسير في الطبيعة لتراقب الحيوانات البرية برفقة مرشد، ولكن قد يكون عليك الثبات في مكانك. تكمن فكرة المنتجج في أن تغادره بصحة أفضل مما كنت عليها عند الوصول إليه - يتم تخصيص جلسات اليوغا لكل ضيف، بالإضافة إلى خطط للياقة البدنية والتدليك "المتصل بالأرض" الذي يستخدم رمال الصحراء. هذا الملاذ مكان رائع للرومانسية أيضاً، إذ يتم عرض أفلام كلاسيكية في السينما في الهواء الطلق، مع مقاعد متأرجحة لمشاهدة غروب الشمس من شرفتك الخاصة، ومساحة لمشاهدة النجوم حيث يمكنك الاسترخاء في سكون الليل.

للمرح العائلي: خيمة بجانب البحر

شاطئ سيلين

regencysealinecamp.com

يوفر مخيم ريجنسي سيلين أجنحة فخمة وغرفاً عائلية تمتد على طول السواحل النقية في شاطئ سيلين. يمكنك خلال ساعات النهار أن تطلب منطقة مظلة (كابانا) على الواجهة البحرية والاسترخاء بحرية، أو استكشاف الصحراء في جولات ركوب الجمال الملائمة للأطفال، أو تجربة الطيران الشراعي ومغامرات الدفع الرباعي. أما في المساء، التجمع حول الموقد هو المكان المثالي للمحادثات والمشروبات الباردة. يقول محمد الورداني، مدير العمليات في المخيم "تم تصميم كل شيء لمنح الضيوف فرصة لتجربة الثقافة الصحراوية الفريدة والمناظر الطبيعية الخالدة في قطر بطريقة فاخرة".

من

المياه



ال

زرقاء

تحتضن مياه قطر الدافئة أحد أكبر تجمعات أسماك قرش الحوت في العالم. تقترب الكاتبة شيرين دسوزا المقيمة في الدوحة من تلك العملاقة.

لستُ من محبي الاستيقاظ مبكراً، لكن الوقوف على الحافة الشمالية لقطر، ورؤية أول ضوء يسقط فوق الخليج المفتوح، يجعلان الاستيقاظ عند الساعة 4:30 فجرًا والانطلاق من المدينة أمراً يستحق العناء. أستطيع أن أقول بالفعل أن هذا سيكون واحداً من أكثر الأيام الخالدة في ذاكرتي خلال فترة 11 عاماً التي عشتها في هذا البلد الذي أعنبره وطني.

من هنا في ميناء الرويس، حيث التقيت بمجموعة صغيرة من المغامرين الآخرين في هذه الجولة لاكتشاف أسماك قرش الحوت في قطر (discoverqatar.com، +974 4023 0458)، تستغرق الرحلة إلى رقعة البحر المحمية المعروفة باسم الشاهين ساعتين. ولكن من المشوّق بالفعل الصعود على متن القارب الفاخر، وتناول القهوة الجيدة والسندويشات الصغيرة والمعجنات على الفطور.

مرشدتنا السياحية، دومينيكا، تحافظ على الطاقة العالية. تقول "إن الشيء الأكثر روعة في أسماك قرش الحوت هو قلة معرفة الباحثين عنها". على الرغم من أن أكبر الأسماك في العالم يمكن أن تلد ما يصل إلى 300 سمكة في المرة الواحدة، إلا أن معظم الحيوانات تعيش في عزلة بعيدة في البحر. وقلة قليلة منها يراها الناس.

تضيف دومينيكا "على الرغم من كونها مهددة بالانقراض، فإن أسماك قرش الحوت محمية فقط في حوالي 13 دولة". وقطر بشكل خاص. في هذا الملاذ الآمن، درجة حرارة المياه مثالية وتتراوح بين 27 و33 درجة مئوية وتتوفر فيها عوالق الكائنات الحية - وهو المصدر الرئيسي لغذاء أسماك القرش. تتجمع أسماك القرش هنا بأعداد كبيرة من مايو إلى سبتمبر في كل عام.

ولكن اليوم أصبحت بعيدة المنال، على الرغم من وضع الباحثين علامة على اثنتين منها معروفتين ويمكن للقاءات تتبع المجموعة. تقوم دومينيكا بتمرير مناظير لكل من في القارب، وكل واحد منا يراقب بدوره، ومن حيث لا تدري يخرق العملاق الأول سطح الماء فاتحاً فكه الذي يبلغ عرضه أربعة أقدام، ليتغذى.

من الصعب استيعاب ضخامة سمكة قرش الحوت إلى أن تقف أمامها مباشرة. وللإيضاح أكثر عن طولها، تنمو هذه المخلوقات الرائعة ليصل طولها إلى 20 قدماً - أي بارتفاع ذكر الزرافة.

أجس أنفاسي، إذ تقترب أول سمكة قرش مني لدرجة أنني أستطيع عدّ بقعها الظاهرة فوق الماء. يتردد صدى أصوات الرهبة حول القارب حيث يلتقط المصور صوراً لنا جميعاً مع أسماك القرش من كل زاوية يمكن تخيلها، لكنني صامتة وأركز على هذه اللحظة. هذه المخلوقات فريدة من نوعها في أنماطها من الدوائر غير الكاملة، والنقاط المتناثرة والخطوط الملنوية، وأجسامها الفضية رشيقة للغاية تتلشى داخل المياه الزرقاء وخارجها. أنا مندهشة عندما أدركت أنني بالكاد أستطيع سماع دفقة.

التجمعات في الشاهين عملاقة. في أماكن أخرى حول العالم، قد تكتشف بعض أسماك قرش الحوت معاً إذا حالفك الحظ. ولكن هنا، يمكن رؤية ما يصل إلى 200 سمكة قرش في وقت واحد، واليوم توقفت عن العدّ عندما وصلت إلى حوالي 100 سمكة قرش. إنها حقاً تجربة لا تتكرر إلا مرة واحدة في العمر - واحدة من الأمنيات التي ترغب في تحقيقها.



النهوض والتأهب

جزيرة اللؤلؤة-قطر

bluepearlexperience.com

لماذا لا تنزل عن المسار السياحي وتُجذف على طول الممرات المائية الناعمة في جزيرة اللؤلؤة-قطر؟ **بلو بيرل إكسبرينس** تقدّم جولات عند غروب الشمس في جميع أنحاء جزيرة المدينة الزهية بالألوان والمستوحاة من أوروبا بالإضافة إلى الرحلات اليومية إلى الشواطئ أعلى وأسفل الساحل.

الشعور برشّات المياه

الخليج الغربي

qatarwatersport.com

احجز جولة مع **قطر ووتر سبورت** لتنتقل بسرعة على طول ساحل الدوحة على متن دراجة مائية سي دو ويك برو سوبرتشارج بقوة 230 حصاناً. شغّل الدراجة وزد سرعتها على المياه اللامتناهية ولكن لا تنس أن تبطل للحظة لاستيعاب كل ما حوله - فالمنظر من الماء إلى المدينة خلّاب بامتياز.



الغوص في الأعماق

مواقع متعددة

poseidondivecenter.pdcqatar.com

مفاجأة! الصحراء نقطة جذب لعشاق الحياة البحرية. تعج المياه التي تحيط بشبه الجزيرة القطرية بأسمالك الملاك الأزرق العربي وأسمالك الخليجية، والسلاحف البحرية، والدلافين. إن الغوص أو الغطس الحر في البحر الداخلي، ورؤية الدود البراق البراق وسماك الراي اللساع تحيط به الكئيبان الرملية هو سحرٌ بكل ما تحمله الكلمة من معنى. حطام السفن الساحلية مثل بريكليس هي أماكن استراحة شهيرة للأسماك الكبيرة. في جولات الغوص المصحوبة بمرشد من **مركز بوسيدون للغوص** المتوافق مع اتحاد مدربي الغوص المحترفين، يأتي مصور فوتوغرافي تحت الماء لالتقاط الصور لك أثناء الغوص. يدير المركز أيضاً أكوا ميشن لتعلم الغوص في مسابح الفندق للصغار الذين تتراوح أعمارهم من ثماني سنوات وما فوق.



متعة الغوص

ما مقدار الأنشطة التي يمكنك أن تؤديها في البحر؟

التزلج

مواقع متعددة

flokiteschool.com

بفضل رياحها القوية وتنوع شواطئها، تُعد قطر نقطة جذب للمتزلجين بالطائرات الورقية. يتوجه الشغوفون من جميع أنحاء العالم إلى زكريت على الساحل الغربي وفويرت كابت بيتش في الشمال (اقرأ المزيد عنهما في الصفحة 62)، الذي سيستضيف نهائيات كأس العالم للطائرات الورقية الحرة GKA في ديسمبر 2023. يمكن للمتعلمين حضور الدروس في **مدرسة فلو كابت** في فويرت، زكريت أو بالقرب من المدينة على شاطئ الوكرة.



صيد السمكة الغنيمة

مواقع متعددة

anantara.com

شراعوه: +974 5066 0111

الدوحة هي مدينة صيد في الأصل وستجد في كثير من الأحيان السكان المحليين يرمون الصنارة على طول الكورنيش. إذا كنت تقيم في **منتجع جزيرة البنانا في الدوحة بإدارة أنانتارا**، يمكنك الإبحار في رحلة صيد عند شروق الشمس أو غروبها وسيحصّر الطاهي ما تصطاده لتتناوله على العشاء. ولكن إذا كنت ترغب في اصطيد الهامور الكبير، وتريغالي الماس والتونة التي تتجول حول الجزر البحرية الرائعة، يمكن لرحلات **شراعوه** توصيلك بقاربٍ سريع برفقة قبطان وطاقم كامل.



استمتع برش الماء

من سريرك إلى البحر مباشرةً. واهرب إلى جزيرة سرية. فهذه الملاذات الشاطئية قريبة جداً، لكنك تشعر أنها بعيدة...



فيلا فوق الماء في منتجع جزيرة البنانا في الدوحة بإدارة أمانتارا

فويرط كاي بيتش

فويرط
fkb.qa

فندق فورسيزونز الدوحة

الكورنيش، الدوحة
fourseasons.com

تم الكشف عن سر إحدى المناطق الرائعة المخفية لركوب الأمواج بالطائرة الورقية الآن بعد أن افتتح فويرط كاي بيتش على الساحل الشمالي لقطر. تجعل الرياح المنسقة والبحيرة الضحلة الظروف في شاطئ فويرط، على بُعد حوالي ساعة بالسيارة من الدوحة، مثالية على مدار العام. تم بناء المنتجع الجديد "بواسطة راكبي الأمواج بالطائرة الورقية من أجل ركوب الأمواج بالطائرة الورقية"، ويضم مدرسة لهذا النشاط ومعدات تأجير، بالإضافة إلى الكثير من الأنشطة البرية. افض وقتاً في الخارج بجانب المسبح أو تابع دروس البوجا أو لعب الكرة الطائرة على الملاعب الرملية. تتميز الغرف بأجواء كاليفورنيا المنعشة وتقدم خيارات سريرين منفصلين أو سرير بحجم كينج ويمكنك رؤية المياه من سريرك. تتوقّر التذاكر النهارية إذا كنت مقيماً في فندقٍ آخر.

يتميز فندق فورسيزونز الدوحة بتصميمه المغاربي البسيط وتصميماته الداخلية البيضاء الرائعة، وهو عبارة عن واجهة متألّثة على الكورنيش. بعد يوم من استكشاف المواقع في قطر، يمكنك الاسترخاء في ردهة للتشمس مزودة بخدمات على الشاطئ الخاص أو البار في مكاني بيتش كلوب. هناك خمسة مسابح داخلية وخارجية تلبّي احتياجات جميع الأعمار منتشرة في جميع المناطق. يقدم مقهى أبريه سبا البيض المسلوق بلا قشر وأوعية الكينوا لتناول الفطور، في قائمة مصممة لدعم علاجات العافية التي يمكنك الحصول عليها في المنتجع الصحي.

منتجع وفل هيلتون شاطئ سلوى

أبو سمرة
salwabeachresort.qa

يمتد فندق هيلتون سلوى، الذي يمزج بين إحساس البحر الأبيض المتوسط والجماليات العربية، على طول 3.5 كيلومترات من شاطئ البحر الخاص في الجنوب الغربي المشمس لقطر. داخل هذه الجنة الأرضية من المناطق المظللة (الكابانا) والشواطئ والمسابح والبارات والمطاعم، ستجد أيضاً واحدة من أكبر معالم الجذب للأطفال في الشرق الأوسط، وهي حديقة شلالات الصحراء للمغامرات والألعاب المائية.

مرسى ملاذ كمينسكي

جزيرة اللؤلؤة - قطر
kempinski.com

ليس عليك أن تكون ضيفاً للاستمتاع بالحياة الراقية في هذا المنتجع الواقع على جزيرة اللؤلؤة-قطر. بتذكرة نهارية، يمكنك أن تنتقل عبر الردهة المهيبة، مروراً بحوض السمك الضخم وأشجار النخيل المتمايلة، للحصول على مكانك المفضل تحت أشعة الشمس. يضم الفندق المصمم على الطراز العربي والشبيه بمدينة البندقية، مجموعة من المسابح الكريستالية الزرقاء وشاطئاً خاصاً تصطف على جانبيه مظلات من القش. خذ منشفتك وتنعم بأشعة الشمس أو احرق بعض الطاقة في ركوب الكاياك والدراجات المائية.

قرية

ومنتجع شرق، ريتز كارلتون

الدوحة
ritzcarlton.com

استرخ في عطلة شاطئية من فئة الخمس نجوم على مقربة من متحف قطر الوطني وسوق واقف. تم تصميم الفيلا والأجنحة في هذا المنتجع بأسلوب فخم على طراز قصر الشيخ، بزخارف فاخرة وفوانيس متوهجة ومتصلة ببعضها البعض عبر مناهة من الساحات والحدائق المورقة. قضاء فترات بعد الظهر على الشاطئ الخاص وبعدها في المساء في بار إل سيدرو لاونج الأنيق هو البرنامج المثالي لك.

منتجع جزيرة البنانا في الدوحة بإدارة أمانتارا

جزيرة البنانا
anantara.com

جزيرة البنانا هي الملاذ المثالي للأزواج والعائلات، وهي محاطة بالبحر من جميع الجهات وتقع على بُعد 25 دقيقة فقط بالعجّارة من الدوحة. في هذا المنتجع والسبا، استيقظ في فيلا فوق الماء، ثم قرر ما إذا كنت ستسبح في مسبح البحيرة، أو مسبح الأمواج، أو مسبح الغطس أو على الشاطئ الرملي الذهبي. سجد الأطفال ألعابهم المشوقة في الحديقة المائية أو صالة البولينج أو السينما أو في جلسات الطبخ والتخيم. يمكن للبالغين تجربة الرياضات المائية والجولف أو الاسترخاء في أرجوحة مظلة قبل تناول عشاء رومانسي على سطح عائم.

واحة حضرية

مستقبل قطر أخضر زاو، بفضل الحدائق المورقة
وواحدة من أكثر المناطق ذكاءً في العالم من
الناحية البيئية في وسط مدينة الدوحة. الدكتور
غونزالو كاسترو دي لا ماتا يزرع بذور الاستدامة.



امسح رمز الاستجابة السريعة
للمزيد من المعلومات

للخروج لتناول الطعام أو احتساء فنجان من القهوة أو التسوق وشراء البقالة أو الذهاب إلى المتحف أو التنقل بين مكتبك وشقتك".

يعد مترو الدوحة تحت الأرض، وهو يعمل على الكهرباء بنسبة 100 بالمئة، جزءاً كبيراً من الحلول لخفض البصمة الكربونية في المدينة. "هنا، الاستدامة ليست بحماية الغابات المطيرة والحفاظ على مصادر المياه الطبيعية، لأننا لا نملك هذه الأشياء.

وبدلاً من ذلك، فإن قطر غنية جداً بالغاز الطبيعي، لذا ما نحتاج إلى القيام به هو تحويل هذا إلى رأس مال بشري، وإلى بنية تحتية ومدخرات واستثمارات في الاستدامة. هذا ما نساعد في القيام به في إرثنا ومؤسسة قطر".

لوسيل، "مدينة المستقبل" شمال الدوحة، هي التالية. يقول كاسترو دي لا ماتا "صممت من البداية لتكون مستدامة بشكل فائق: فقد تم تطوير الخط الساحلي للحفاظ على الموائل الطبيعية مع توفير مساحة ترفيهية، وتم تشييد المباني لتقليل انبعاثات ثاني أكسيد الكربون.

إن التطور وكل ما يحدث لجعل الدوحة مدينة عالمية في المستقبل أمر مبهو للغاية، ولكن من المهم أيضاً التفكير في مستقبل أطفالنا".

"تعمل المدينة التعليمية كمركز اختبار ضخم، ومختبر حي، حيث نقوم بتنفيذ حلول لتحسين جودة الهواء، والتنوع الحيوي، وتصميم المباني الموفرة للطاقة والحفاظ على المياه لمعرفة ما إذا كان يمكن تطبيقها على قطر ككل". وحوالي 15 دقيقة عبر المدينة بالمترو، تظهر منطقة مشيرب الجديدة رؤية الدوحة المستدامة في طور التقدم. تم وصف هذا التحديث لحي الدوحة القديم بأنه أحد أكثر مدن العالم صديقة للبيئة.

يقول كاسترو دي لا ماتا "صممت المنطقة بطريقة تمنحك الظل دائماً عند المشي، بحيث تعزز الشوارع تدفق الهواء وتحتوي العديد من المباني على مصادر طاقة متجددة مدمجة". أكثر من 5,200 لوح شمسي على الأسطح تولد معظم الطاقة والمياه الساخنة في الجوار. ينزلق الترام الصديق للبيئة بين الأبراج المعتمدة من LEED إلى المطاعم والمقاهي والمحللات في ساحة براحة، أكبر ساحة فناء مظلة في الهواء الطلق في الشرق الأوسط.

مسجد مشيرب الأنيق ذو الحجر الأبيض هو أول مسجد مستقل حاصل على شهادة LEED الذهبية في العالم.

يقول الدكتور كاسترو دي لا ماتا "هذا مثال نموذجي لما يسمى مدينة مدتها 15 دقيقة". "لست بحاجة إلى سيارة

حديقة الأكسجين الخضراء المترامية الأطراف في منطقة المدينة التعليمية بالدوحة مكان رائع لالتقاط أنفاسك في فترة ما بعد الظهر. أما ساحة الشلال الجوفية، فهي مخبأ هادئ. أشجار الأكاسيا والأشجار الطبية الأخرى توفر الظل لك في الصحراء أثناء قيامك بالنزهات. تم تصميم المسارات المنحنية والتلال المتموجة بعناية لتوفير أقصى قدر من النسيم.

قال الدكتور غونزالو كاسترو دي لا ماتا، المدير التنفيذي لمؤسسة إرثنا، مركز المستقبل المستدام، وعضو مؤسسة قطر "هذه الحديقة تجربة ذات رؤية، تنتج هواءً نظيفاً بالإضافة إلى مساحة للتمرين والتواصل مع الطبيعة. إنها أحد الأماكن المفضلة لدي للهرب من صخب المدينة". تحيط بالحديقة ثماني جامعات وثلاثة مراكز بحثية ومكتبة قطر الوطنية المستقبلية في المركز التعليمي بالدوحة. يقول الدكتور "تركز الكثير من المعلومات التي تم الحصول عليها من الباحثين والأساتذة والطلاب في المدينة التعليمية على الاستدامة". يتمثل هدف إرثنا، أو جزء منه على الأقل، في ترجمة هذا البحث إلى إجراءات من شأنها مساعدة قطر على تحقيق أهداف رؤيتها لعام 2030، وهي مخطط الدولة المتنامي لمستقبل أكثر خضرةً.

هل أنت صديق للبيئة؟

تسوق المنتجات العضوية للعناية بالبشرة والأطعمة والحرف اليدوية المصنوعة محلياً في سوق التربة للمزارعين الخالي من البلاستيك (@farmersmarketqa)، والذي يُقام بانتظام في المدينة التعليمية. خلال أسبوع قطر للاستدامة (qatarsustainabilityweek.com) في أكتوبر، يمكنك زراعة شجرة أو المشاركة في مئات الفعاليات المجتمعية. راجع المواقع الإلكترونية لمعرفة النوايرخ.



التسوق

ذروة الأناقة

تلقي المعادن الثمينة بالجواهر
الثقافية في هذه الأعمال
الغنية التي تتوق لارتدائها.



تتماشي فدادات المصممة العصرية من اللؤلؤ، والأساور، والأفرط المنقوشة مع الأناقة القطرية وقد جذبت انتباه أكبر الأسماء العالمية. تمت دعوة هيرات للظهور في قطر فاشن يوناييتد من قبل CR Runway في عام 2022، وهي فعالية ضخمة وثقافية برعاية محررة الأزياء الفرنسية والأيقونة كارين روينفيلد. تضيف السليطي "تم اختيارنا من قبل مصممي الأزياء لصنع قطع المجوهرات الخاصة بهم". تضمّن المشاركون علامات محلية مثل 1309studios (com)، ودريزل (drizzle.qa)، وTRZI (trziofficial.com). تقول السليطي أن مصممي الأزياء المحليين لا يقومون فقط بإبداع صور جديدة ولكنهم يصممون العبايات والملابس المحافظة بطريقة عصرية للدخول إلى السوق الحديث. "حان الوقت للمصممين في هذه المنطقة لتصدير ثقافتهم إلى العالم. أعتقد أن العالم بانتظارهم".

تستلهم ندى بنت خميس السليطي من العالم حولها. تشير إلى النقوش الصخرية الموجودة في الصحراء في الجساسة وأطلال الزبارة الشهيرة، من خلال مجموعات مميزة من علامتها التجارية للمجوهرات، هيرات (hairaat.com). أفق الدوحة المتأالي هو أيضاً مصدر إلهام عندما يتعلق الأمر بأفكار لوضع التوباز الزاهي والياقوت الأزرق والياقوت في الفضة والذهب. تقول السليطي: "أرى الأشياء وأتخيل كيف ستبدو في المعدن. أنا منغمسة في عالمي لدرجة أنني أعتقد أنني أستطيع أن أحوّل كل شيء من حولي إلى مجوهرات". يُعتبر سرد القمص أمراً مهماً للسليطي التي، على الرغم من كونها صائغة من الجيل الأول، تشعر بارتباط قوي بمهنتها. كان والد جدها تاجر لآلٍ وفقد مهنته بسبب إدخال اللؤلؤ المستزرع. تشرح قائلة "أردت إنشاء هذه العلامة التجارية لتكريمه".

تعرف على أسماء محلية

WADHA

متحف قطر الوطني

wadha.co

تعيد المصممة وضحي الهاجري صياغة الأنماط الهندسية القطرية والرسوم المتشابكة المستوحاة من الإسلام إلى قطع مصممة خصيصاً للمرأة. يمكنك أيضاً تسوّق الحقايب والعطور في متجرها في متحف قطر الوطني.



مريم الدرويش

@maryam.aldarwish

الفساتين الطويلة ذات القلنسوة والقفطانات المطرزة - قطع بسيطة لكن رائعة بشكل إبداعي ومصنوعة من المنسوجات الطبيعية بالكامل، إنها ملابس مثالية للمنتجات.



استديو 7 للتصميم

مشيرب

@studio7.qa

يبيع متجر استوديو 7 للتصميم إبداعات فريدة من نوعها لصانعين محليين. اعثر على قاعات الأكواب الخزفية وألعاب الطاولة والسجاد للفنائة مريم الحميد، وملابس الرياضة RSPR المصنوعة من البلاستيك المعاد تدويره، وفناجين القهوة، والملابس المصنوعة يدوياً من أربولوجي وجيغيز.



منتهى الرقي

تنقل بين صالات العرض الفخمة على الجندول أو تناول الشاي في ساحة مكيفة في الهواء الطلق. تعتبر مراكز التسوق في الدوحة تجربة لا ينبغي تفويتها - حتى لو كنت تشاهد فقط المنتجات بدون أن تشتريها.

1. جولة في قناة حقيبة في فيلاجيو

2. لاجونا مول بالقرب من فنادق الخليج الغربي



بلاس فاندوم

لوسيل

placevendomeqatar.com

برنتان الدوحة

مشيرب

doha.printemps.com

لاجونا مول

الخليج الغربي

lagoonamall.com

فيلاجيو مول

أسباير زون

villaggioqatar.com

الحزم مول

المرخية

alhazm.com

21 هاي ستريت

كتارا

21highst.net

يتميز هذا المركز التجاري اللامع بسحره من كل النواحي، ويضم أكثر من 580 متجراً راقياً، بما في ذلك فيلازارا، حيث تحتوي غرف القياس الذكية على مستشعرات متكاملة لإيجاد مقاسك المثالي واللون المناسب لك، ومتجر سيفورا علاق، وأكبر متجر لويس فويتون في الشرق الأوسط، ونوافير راقصة ومركز ترفيهي عائلي يسمى تروكاديرو.

أول متجر برنتان متعدد الأقسام يتم افتتاحه خارج فرنسا بمساحة 40 ألف متر مربع من السحر المطلق. هنا تجد القطع التي يصعب العثور عليها من ديور وفالنتينو وبوتيجا فينيتا مع القطع الحصرية من المصممين المحليين. وثمة 137 علامة تجارية في أكبر طابق لمستحضرات الجمال في قطر. هناك الكثير لتفعله، ولكن القليل من الوقت؟ يمكن لمكتب خدمة الضيوف لكبار الشخصيات إجراء اختبارات مخصصة لك (وحجز المطاعم عند انتهائك من التسوق).

يقع بين أبراج زجاج المميّزة، وهو مكان استراحة عائلي شهير. يمكنك التسوق من الملابس الجاهزة من شانيل إلى مانجو، مع معلم الجذب الكبير فيفتي ون إيست، أحد أكبر المتاجر في الشرق الأوسط. أيها المراهقون، يمكنكم تسوق سترات واي 3 باي يوجي ياماموتو. أما عشاق العطور فسيحبون كولونيا فريديريك مالبه ومعطر الشعر من كاساموراني. منطقة الترفيه جانغالونا (تفتح أبوابها حتى الساعة 2:30 ليلاً أيام الجمعة) وتقدّم الترفيه للأطفال الصغار مع حبل الانزلاق فيه يمكن للأطفال الأكبر سناً اختبار مهاراتهم على جدار تسلق الواقع المعزز Valomotion.

ستشعر أنك في مدينة البندقية وأنت تتجول بين أجنحة مركز التسوق الأنيق على متن عربة جندول في قناة حقيبة، لتنزل في "شارع" فيا دومو للتسوق من غوتشي ودولتشي أند غابانا وفندي. هل تريد أحذية رياضية وملابس بأسعار أقل؟ اتجه إلى كيندال + كاي، وسوبردراي، وجاب. يضم فيلاجيو أيضاً سينما أيماكس وألعاب الركوب وصالة البيولينج والألعاب في مدينة جوندولينيا الترفيهية، وهو أكبر مركز ترفيهي عائلي داخلي في الدوحة.

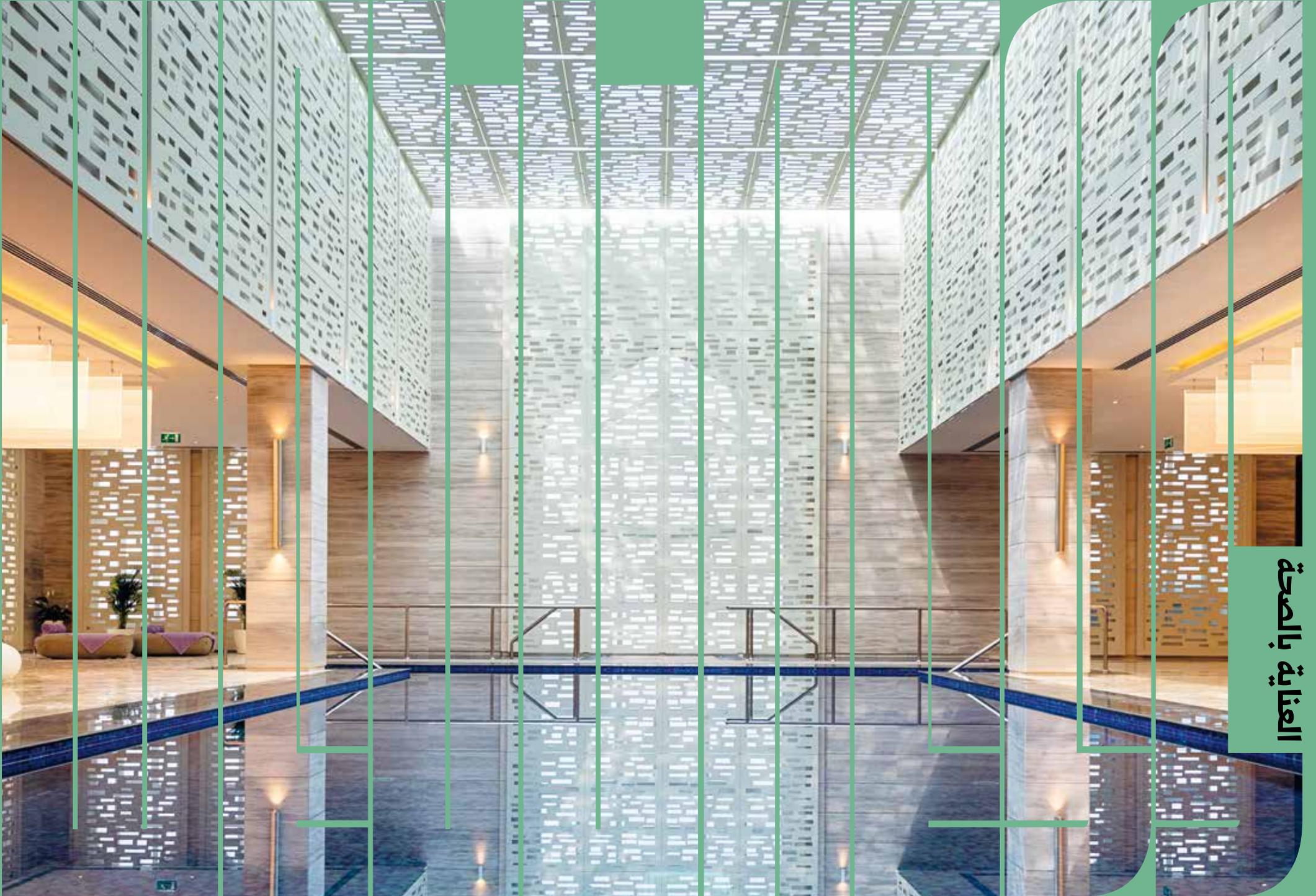
تخيل معارض شاهقة منحوتة من رخام توسكان وحدائق داخلية تنمو فيها أشجار الزيتون التي يبلغ عمرها 600 عام والأرضيات المزخرفة التي تمتص الحرارة. في هذه الأرض الخيالية للرفاهية، يمكنك شراء سيارة ماكلارين بسهولة تامة كما يمكنك شراء عباية أو جلابية أو قفطان مطرز حسب الطلب. استمتع بالرفاهية مع القهوة العربية في مقهى هاون أو جرب بالون الموزاريلا الكريمي تحت مظلة الأزهار الوردية في مقهى روزماري.

سيشعر عشاق الفخامة من جميع أنحاء العالم بالدهشة من الشوارع المستوحاة من قصر فرساي، وسينبهرون بالبرودة المتوفرة طوال العام بفضل نظام التحكم في المناخ الخارجي الأول من نوعه. تجول حول غاليري لافايت وكارتييه وإيلي صعب، ثم تناول المشروبات عند الغروب في مطعم وصالة نوفيكوف الشهير عالمياً في الدوحة.



امسح رمز الاستجابة السريعة

للمزيد من المعلومات



العناية بالصحة

نقطة تحوّل خضراء

هذا الخبير النباتي ورائد الأعمال البيئي يضيء وتيرة صحية وشاملة.

لكنه يقول أن وصفات إيفرجرين هي التي استقطبت القطريين حقاً. يقول "كان الرافئولي بالشمندر والمغطى ببيستو الفستق من أكثر الأطباق مبيعاً منذ اليوم الأول، والخبز المحمص بالجن مع التين الموسمي والزمان لذيذ في الصيف". "جين الكاجو جيد حقاً".

عندما أطلق بار الحلويات **ميلك** (analternativedestination.com) في عام 2020، لم يعلن السليطي لأي شخص بأن الحلويات نباتية. "لم نصح عن المكونات بأي شكل من الأشكال ولم نخبر أي شخص أنني كنت وراء هذه الفكرة لمدة عام". اكتسبت مجموعة ميلك الصغيرة المصنوعة يدوياً من الشوكولاتة و"الآيس كريم" الكريمي مجموعة من المعجبين بسرعة فائقة. وبعد الإفصاح الكبير والمفاجئ بأنها لا تحتوي على منتجات ألبان! - ظل المعجبون مخلصين لها.

مطعم السليطي الأحدث، **ثلاثين** (thalatheen.com)، الذي يقع في متحف قطر الوطني، هو أيضاً مطعم نباتي. وقد سُمي ثلاثين إشارةً إلى رؤية قطر 2030 من أجل مجتمع أكثر صحة، كما يقول.

"نحن لا نتحدث حقاً عن كوننا نباتيين - إنه مجرد عرض لما يمكن أن يكون عليه الطعام القطري في المستقبل: مزيج ثقافي من الأطباق المحلية والإيطالية والتايلاندية والعربية، وكلها مليئة بالتوابل ومغذية فعلاً". إنه يراهن على أن عشاق البرغر لا يدركون حتى أن طعامهم خالٍ من اللحم. يقول السليطي أن أسلوب الحياة النظيف والأخضر يكتسب شعبية في جميع أنحاء العالم، وقطر ترتقي بالمعايير. يضحك قائلاً "بدأت منافستي المحلية في الانطلاق. لدينا منتجات صحية مذهلة ومنتجات عضوية في محلات السوبرماركت والعلامات التجارية المحلية التي تركز على الرعاية الذاتية - أعتقد أن هذا شيء رائع".

غانم السليطي يحب الاستيقاظ باكراً. ينهض من الفراش بحلول الساعة 5:30 صباحاً، ويصل إلى مكتبه بعد نصف ساعة، وكما هو متوقع من الوجه التمثيلي لعلامة **بوتاني** (bo-ta-ny.shop)، العلامة التجارية النباتية والعضوية للعناية بالبشرة في قطر، فإنه يقنعك بأن الاستيقاظ باكراً له الفضل في حسن مظهره.

منذ افتتاح أول مطعم نباتي بنسبة 100% في قطر، **إيفرجرين أورجانيكس** (evergreenorganics.qa)، في جزيرة اللؤلؤة-قطر في عام 2016، تحولت رؤية السليطي النباتية لتصبح إمبراطورية. أضاف المقاهي في ذا جيت مول و**مطار حمد الدولي** وهو يدير متاجر **جرين أند غو**، ويقدم حلوى التوت والشيا وسلطات العدس في محطات المترو في جميع أنحاء الدوحة. علاجات الوجه من بوتاني التي تتحدى تقدم العمر تُعرض إلى جانب منتجات السيروم الفرنسية الفاخرة في المتاجر الكبرى في الدوحة، ويمكنك الحصول على علاج سريع في المنتجع الصحي الخاص بالعلامة التجارية (اقرأ المزيد عنه في الصفحة 76). يحظى زيت الوجه الغني بالكركم بشعبية خاصة. يصرّح السليطي "يقول الناس أنهم يرون النتائج الفعالة في غضون ثلاثة أيام. هذا كل ما أستخدمه على بشرتي".

أقام رجل الأعمال السليطي ثورةً صغيرة، حيث جعل العناية بالصحة تركز على النباتات وسط ثقافة طعام مبنية تقليدياً على الأسماك أو على اللحوم ومنتجات الألبان من الصحراء. يمكنك أن تقول أن هذه صيحة من الصيحات العالمية، ولكن حقاً، يعود نجاحه إلى مصداقية الناس. عُرف السليطي، الذي انتقل إلى قيادة سيارة كهربائية منذ سنوات، باسم "الخبير النباتي" في قطر منذ عام 2013. "بدأت في تناول نظام غذائي نباتي وشعرت بالروعة من جزء ذلك، لذلك بدأت في مشاركة تجربتي على وسائل التواصل الاجتماعي. وقد اشتهرت تجربتي هذه، ما دفعني إلى إلقاء محاضرات عنها في المدارس والجامعات".



التنعم في المدينة الكبيرة

تأخذ المنتجات النهارية الفاخرة في الدوحة صيحات الصحة العالمية وترتقي بها إلى مستوى أعلى.



ملاذ للسيدات

سبا المسيلة

almessilaspa.com

تم بناء المسيلة في واحة طبيعية، وهو أكبر منتج صحي في المنطقة ويوفر ملاذاً للسيدات فقط مع علاجات سبا حصرية وصلات ألعاب رياضية واستوديوهات للياقة البدنية. اختاري واحداً من أربعة "عوالم" - معدنية أو صوفية أو شرقية أو زهرية - كل منها مع أنواع معينة من السحر الحسي واللمسي. هل أنت محتررة؟ ببساطة ادخلي إلى عالم التدليل، واختبري تمارين الجسم من بالي مع شيرودارا أو طقوس الحمام التركي. لم لا تجرّبين التدليك بأحجار من ذهب عيار 24؟ (يقدم سبا الرجال علاجات للرجال).

ملاذات عائلية

رافلز سبا

rafflesdoha.com/spa-wellness

في هذا الملاذ الهادئ، يتم تقديم العلاجات الشخصية، بناءً على التقييمات السريرية لبشرتك وشعرك ومستويات المغذيات في جسمك، في غرف خاصة. تدمج علاجات الوجه المكونات النشطة من الطبيعة مع تقنية المختبرات السوسيسرية. يمكن للأهل الذهاب وحدهم للتنعم ببعض الهدوء، أو يمكنهم حجز جلسة مع أطفالهم، المصممة لنوعية الصغار بالعناية بالصحة، وتضمن قضاء وقت ممتع في منطقة العلاج المائي.

العلاج بالألوان

فورسيزونز سبا

fourseasons.com/doha/spa

يوضح أوري إيفابودان، مدير المنتج الصحي في فندق فور سيزونز الدوحة "العلاج بالألوان متجذر في طب الأيورفيدا. يُعتقد أن الألوان مرتبطة بالشاكر أو نقاط الطاقة في الجسم، لذلك إذا كنت تشعر بالتعب أو التوتر أو انخفاض الطاقة، فإن الاسترخاء تحت الأضواء الملونة قد يساعدك". ما اللون المناسب لك؟ "يزيد اللون الأحمر الطاقة عن طريق تحفيز الجهاز اللمفاوي، بينما يجعل اللون الأصفر الناس يشعرون بالأمان والسعادة، ويساعد اللون الأخضر، وهو اللون الطبيعي، على الشعور بالهدوء". ويضيف إيفابودان أن العلاج بالألوان قد يساعد أيضاً في تحسين جودة النوم ويكون أكثر فاعلية عند دمجه مع التدليك بالحجر الساخن.



امسح رمز الاستجابة السريعة

للمزيد من المعلومات

1. يستخدم فورسيزونز سبا الألوان كأداة للاسترخاء

2. داخل "عالم" أورينتال سبا في المسيلة سبا

علاج الوجه

بوتاني لاب

lab.bo-ta-ny.shop

احصل على بشرة متوهجة فريدة من نوعها في سبا بوتاني لاب. يتم استخدام مكونات نباتية وعضوية - كالشمسش الناضج الذي يتم قطعه يدوياً في مزعة في نيبال أو براعم القرنفل من إندونيسيا - مع تقنيات المعالجة الانعكاسية وتقنيات LED. تقول المديرية إيمان مفتاح "تماماً مثل تمرين الجسم، يشتمل علاج الوجه على الإحماء والتمارين ثم التهدئة". بالنسبة للتمارين، يدلك المعالج عضلات وجهك بطريقة منسّطة. "هذا يقلل من التوتر ويعزز التناغم الطبيعي وإبراز ملامح الوجه".

تجربة الغابة المطيرة

بانيان تري سبا

banyantree.com

غابة مطيرة في الصحراء؟ نعم! يقول خالد جراح من منتج الدوحة الصحي "تجمع تجربة الغابة المطيرة المميزة في فندق بانيان تري بين أفضل المنتجات الأوروبية والعلاجات الحرارية المائية، وبين فلسفة العافية المستمدة من آسيا لخلق ملاذ من الصفاء". تأخذ رحلة العافية هذه في نزهة مطيرة وغرفة بخار ملحي وساونا عشبية وصولاً إلى أسرة مدفأة ومسبح حيوي مع جاكوزي، مع كل حجز علاج تقوم به.

فطر دولة تلقى فيها وجهات نظر عديدة،
وتتقدم برؤية حديثة،
حيث تلقى رجال الصحراء بأبراج من الزجاج
في عاصمة جديدة للابتكار والأناقة.
أقلب هذا الكتيب لاستكشاف تراث يبيض بالحياة...