



مرحلة التدريب



محمد الحجير يعرض مشروعه



عدد من المبادرين

البرنامج يهدف إلى خلق بنية تحتية ورؤية إستراتيجية للمشاريع الصغيرة عبر التعاون بين القطاعين الحكومي الخاص

لجنة التحكيم استعرضت مشاريع المبادرين في المرحلة الأهم والأصعب

الأول من نوعه، يتواصل به مستخدموه عن طريق العنصر الصوتي بشكل أساسي وطريقة مميزة.

● حاليا يحتوي على 194 قناة حيث أن كل قناة تمثل دولة بالإضافة إلى قناة العالم.

● بعد اختبار أي قناة، يمكن للمستخدم من الاستماع إلى من يث في هذه القناة بشكل متسلسل مشابه للمحطات الإذاعية بحيث يستمر تشغيل جميع الملفات الصوتية التالية بقائمة الانتظار. الحد الأقصى للبيت الواحد هو 20 ثانية و60 ثانية لأصحاب الاشتراكات أو الحسابات الخاصة بـ Premium.

● يتوافر بالبرنامج العديد من الخدمات الإضافية منها خدمة الرسائل النصي، البحث الذكي، خدمة تحميل الصوتيات ومشاركتها، Notifications وخدمة الاستعلام عن الإحصائيات.

● متوافر بمنجر إبل ومنجر قوقل وكذلك من خلال موقعنا الإلكتروني.

● تم تسجيله ببراءة اختراع في الولايات المتحدة الأمريكية بالإضافة إلى العلامات التجارية.

والرسالة التي يقدمها هذا البرنامج هي توفير المميزات المناسبة لجعل المشاركة وتناقل المعلومات تجربة ممتعة، مميزة، سهلة وسريعة.



لنا الرشيد

والتوافق الذي يحدث بين المبادرين بعضهم البعض حيث قد خرج عدد من المبادرين في جلسة أخوية في أحد المقاهي وكان المقصود منها تشجيع بعضهم البعض وكان الهدف هو اطمئنان بعضهم البعض على جاهزية كل فرد فيهم للدخول إلى لجنة التحكيم وخاصة أن الوقت قد اقترب للدخول إلى المنافسة.

العضو الخامس: لنا الرشيد

وهي ذات خبرة في إدارة المبيعات والتسويق في مجال الفندقة شريك مؤسس في شركة Kuwait Great Media CO ومدير تنفيذي في مجلة داستي.

المبادرين: محمد الحجير فكرة عن المشروع

● كاستغرافي Castgraphy هو برنامج تواصل اجتماعي،

حضانة أطفال ثنائية اللغة).

5 - لطيفة الظاهر (صاله ألعاب داخلية ومركز لتعديل سلوك الطفل).

6 - محمد طارق الحيدر (كستغرافي برنامج تواصل اجتماعي).

7 - محمد المحيطيب (مصنع مكائن CNC).

8 - مشعل عبدالله العتيبي (مصنع لصناعة كراسي المعاقين).

9 - ريم خليل الظفيري (مركز أكاديمي متخصص لجميع مجالات الفروسية).

10 - سهيلة عبدالعزيز السالم (سنتر متخصص للفلاش - إطلاق علامة تجارية للمصممي الأزياء الكويتيين).

ومن أهم مخرجات برنامج المبادر 2 التلفزيوني هو الحب



خالد الروضان وطارق المزدي

1 - د.سعد البراك

2 - د. سلوى الشراوي

3 - طارق المزدي

4 - خالد الروضان

ووصل المبادرون إلى مرحلة جديدة، حيث إنهم دخلوا على لجنة التحكيم لعرض مشاريعهم على اللجنة للتقييم.

وقد قدم م. منذر المعنوق المبادرين العشرة المتأهلين لهذه المرحلة مرحلة البرنامج التلفزيوني وهم:

1 - حوراء مقصيد (مصنع مجسمات ثلاثية الأبعاد).

2 - أحمد عبدالله الخضري استديو مؤثرات بصرية 2D-3D).

3 - علي غلوم اشكناني (شركة هندسية للمعايرة والفحص والاعتماد للمعدات الدقيقة).

4 - أيوب أحمد العوضي

وتحديد الزمن المطلوب لتؤدي كل مرحلة من العمل حتى تبدأ وتنتهي في الوقت المحدد لها.

9 - لا تتدخل في كل الأنشطة، لا تتدخل في كل صغيرة وكبيرة بنفسك وقم بتحديد الواجبات المطلوبة من كل عامل وتابعها.

10 - خذ وقتك للراحة، حيث من الأفضل تحديد وقت تام للراحة والإجازة الأسبوعية والسبوتية لكي تسترد نشاطك البدني والذهني لمباشرة مشروعك.

11 - متابعة العملاء بصفة مستمرة، لمتابعة إذا كان هناك أي شكوى من العمل.

هذا، وقد وصل المبادرون إلى المرحلة الأهم وهي مرحلة التماثل أمام لجنة التحكيم وهي المرحلة الأصعب أمام المبادرين العشرة المكونة من:



د. سلوى الشراوي

تعني سهولة التعامل معك.

4 - ابن سمعة طيبة، حيث ان السمعة الطيبة تكتسب ولا تشتري وتعتبر أصلا من أصول المنشأة المموسة والقابلة للتداول.

5 - بيع الفائدة، ان كل وسائل الترويج المستخدمة يجب أن تركز على فوائد المنتج أو الخدمة التي تقدمها.

6 - اجذب الانتباه، احرص على أن تكون الوسائل المستخدمة بسيطة وغير مكلفة لأن أي عملية ترويج يجب أن تعود عليك بالربح وجذب عدد كبير من العملاء.

7 - اكتسب مهارة التفاوض، إن القدرة على التفاوض الفعال مهارة يجب على كل مالك مشروع صغير أن يجيدها تماما.

8 - كن منظما واستمر، حيث إن التنظيم يشمل الوقت أيضا



د. سعد البراك

احتضان الشباب للاستثمار في طاقاتهم وتبني أفكارهم



مبادرة المبادر لدعم الشباب وتنمية قطاع المشاريع الصغيرة في نسختها الثانية تهدف إلى خلق بنية تحتية ورؤية استراتيجية للمشاريع الصغيرة وذلك من خلال تعاون القطاع الحكومي والقطاع الخاص والمجتمع المدني والمنظمات العالية وهي كيان وطني لتنمية الشباب المبادرين والمشروعات الصغيرة والمتوسطة، حيث يهدف إلى احتضان الشباب للاستثمار فيهم طاقاتهم وتبني أفكارهم وتوفير بنية تحتية استراتيجية تخدم قطاع المشاريع الصغيرة والمبادرين الشباب وتبني جميع احتياجاتهم لتأسيس وإدارة مشاريعهم، مما يساهم في تحقيق الكيان للأهداف المرجوة، ومن أهم أساسيات نجاح أي مشروع صغير مثل أي عمل تسعى إلى تحقيقه يجب أن تستند إلى أسس ثابتة تنتج في هذا المشروع وهذه الأساسيات هي:

1 - ميزة تنافسية، حيث يجب أن يكون لدى صاحب المشروع أفكار مميزة تميز مشروعه وتحقق التنافسية.

2 - استمر، في نفسك وذلك بالقدرة وجمع المعلومات الخاصة بمشروعك من جميع النواحي.

3 - سهولة الوصول إليك



نحت رعاية ودعم إستراتيجي





أ. طارق المزدي
عضو لجنة التحكيم



ك. خالد الروضان
عضو لجنة التحكيم



د. سلوى الشراوي
عضو لجنة التحكيم



د. سعد البراك
رئيس لجنة التحكيم

تابعوا برنامج المبادر التلفزيوني للمشاريع الصغيرة بأسلوب تلفزيون الواقع على تلفزيون الكويت كل يوم سبت الساعة 9:30 مساءً

@almubaderkw

@almubaderkw

@almubaderkw

#المبادر

#مبادراتنا

راعي إعلامي

ناقل رسمي

شريك معرفة

شريك قطاع

راعي ذهبي

إنتاج تلفزيون الكويت

P2B

البنك

MARKAZI

MARKAZI

MARKAZI

MARKAZI



دولة الكويت



أفكار

خلال ندوة رابطة المهندسات بجمعية المهندسين بعنوان «هندسي غذائك» المطوع: لا بد من اتباع عادات غذائية صحية ويجب ألا نحرم الجسم من العناصر الضرورية

وأكد المطوع أن وجبة الإفطار ضرورية وأصفا أياها لا يفطر لا ينقص وزنه، وإذا نقص فإن النقص سيكون في العضلات وليس في الدهون، داعيا إلى تناول النخالة والي كل ما هو أسمر من خبز وأرز وغيرهما، موضحا أن النخالة أو الخبز الأسمر يساعد كثيرا في استواء سكر الدم، وتناولهما في الوجبة يبعد الدوخة التي نحس بها عادة الطعام والتي تحدث عادة نتيجة للامتصاص الكبير للسكر وارتفاعه بالدم بعد الوجبة. وشدد المطوع على أن تقسيم الوجبات هو العامل الرئيسي، وأن التحكم بالانسولين يتم عن طريق الاطلاع على قوائم الغذاء المتوفرة على شبكة الانترنت، وأن تتناول كل ما يحتوي على أقل من 50 سعرة حرارية يساهم في التحكم بسكر الدم، محذرا من مخاطر تناول الطعام أو الوجبة بشكل سريع.

وقال: إن تناول الوجبة بشكل سليم يجب ألا يستغرق فترة أقل من 15 دقيقة، فتناول الوجبة بهذه السرعة يؤدي إلى عسر في الهضم ويؤثر على الصحة عموما، داعيا إلى الاستثمار في الصحة فهو أفضل استثمار لدى الإنسان. وخلص إلى أن انقاص الوزن ليس شطارة، فيجب ألا نحرم الجسم من كل العناصر التي يحتاجها، داعيا إلى عادات غذائية صحية وسليمة طوال العمر، وليس خلال فترة عمل «ريجيم ودابت»، فيجب أن نتعلم كيف نأكل على مدى العمر وأن نحقق نتائج من خلال اتخاذ قرار وتحقق نتائج إيجابية والحفاظ عليها، محذرا من رداة الفعل التي يصاب بها من يعاود السمنة بعد إيقاف الريجيم، حيث يبدأ بعد ذلك في البحث عن نظام «ريجيم» جديد، متناولا بعض الجوانب الفيزيولوجية التي تختص بها المرأة عن الرجل.



د. عبدالله المطوع متحدثا خلال الندوة

الانه لا يعني انقاص الوزن فمع نقص الوزن بالرياضة تزداد كتلة العضلات ولا ينقص الوزن.

وأضاف الاختصاصي في التغذية وتنظيم الوزن أن النوع الثالث من الأجسام هو يمثل 10٪ فقط من الناس وهم الذين تتميز أجسامهم بزيادة الكتلة العضلية وصعوبة في زيادة الكتلة الدهنية، موضحا أن هؤلاء محظوظون ونسبتهم قليلة.

وزاد، أنه لكي نتعامل بشكل سليم مع طبيعة أجسامنا علينا أن نعرف طبيعة هذا الجسم وفقا لأنواعها الثلاث، وحتى نحقق تخفيفا في الوزن علينا القيام بعدد من الخطوات في النظام الغذائي بشكل عام تتمثل في عدم تناول النشويات ليلا، فهي ضرورية لصحة الإنسان ولهذا يجب التخفيف منها وخاصة في الفترة الليلية، حيث يمكن تناول بعضا من البروتينات، وهذا يؤثر كثيرا في انقاص الوزن مع الاستمرارية فيه.

أكد الاختصاصي التغذية وتنظيم الوزن د.عبدالله المطوع أن أفضل نظام غذائي لإنقاص الوزن هو «أكل كثير وزن أنقص»، شريطة أن يعرف الشخص ماذا يأكل وكيف يساكن، مضيفا أن النظام المعروف بـ «وجبة كل ثلاث ساعات» هو الأفضل في العالم. وقال المطوع في ندوة عقدها رابطة المهندسات في جمعية المهندسين الكويتية مساء أول أمس بعنوان «هندسي غذائك: أن الإنسان سيجد الفرق واضحا فيما التزم بقانون «وجبة ثلاث ساعات»، موضحا أن الالتزام بهذا القانون يوقف احساس بالهضم، ويحسن عملية الهضم، ويكافح ظهور البطن أو ما يعرف باسم الكرش.

ودعا إلى عدم الاكتراث من تناول سعرات حرارية بقيمة غذائية متدنية مثل الحلويات والوجبات السريعة، وأكد المطوع أن لكل إنسان طبيعة جسم مختلفة عن الآخر وأنه لا تجوز المقارنة بين جسم وآخر، موضحا أن أنواع الأجسام ثلاثة وفقا لجينات كل منها، فالأول هو الجسم الذي يواجه صعوبة في زيادة كتلة الدهون، وصعوبة في زيادة كتلة العضلات بنفس الوقت، والثاني هو الجسم الذي يتميز بسهولة زيادة الكتلة العضلية مع سهولة في زيادة الكتلة الدهنية، وهذا النوع الثاني يستجيب إلى الرياضة



جانب من الحاضرات في الندوة