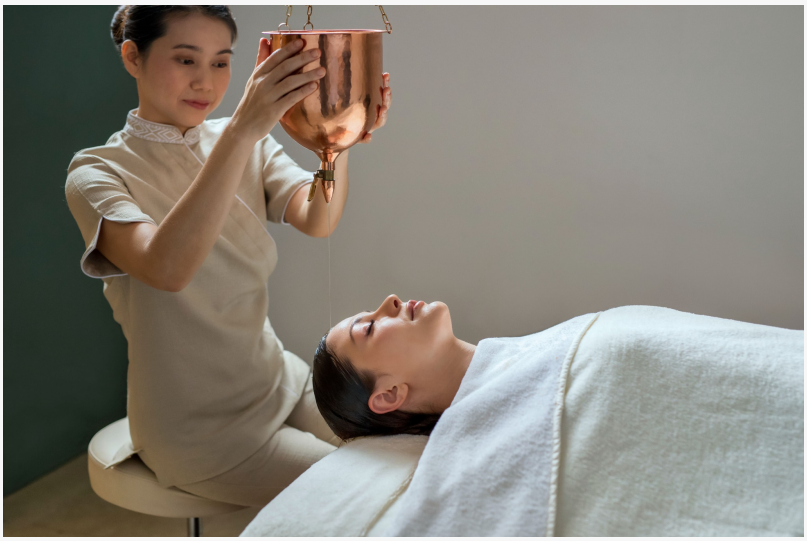

EINPRESSWIRE

اكتشف مزاجك : رحلة مصممة خصيصاً لك لاستعادة التوازن في منتجع زلال الصحي من شيفا - سوم

منتجع زلال الصحي من شيفا -سوم يقدّم برنامج »توازن المزاج » المستوحى من الطب العربي والإسلامي التقليدي، في تجربة تمتد لليلتين أو ثلاث أو خمس ليالٍ .

SAUDI ARABIA, November 22, 2026 /EINPresswire.com/ -- 2026 نوفمبر: شيفا - منتجع زلال الصحي من يقدّم برنامج »توازن المزاج »، تجربة سوم مصممة خصيصاً لكل ضيف، تستلهم إرث العافية في المنطقة لتتيح مساحة للراحة والتأمل واستعادة التوازن . وفي أجواء الساحل الهادئ لشبه جزيرة خصومة، يستمد البرنامج إلهامه من الطب العربي والإسلامي التقليدي (TAIM) وفهمه للطبيعة الفردية للإنسان، أو ما يُعرف بـ »المزاج ».

في إطار الطب العربي والإسلامي التقليدي، يُوصَف المزاج من خلال أربعة أنماط : الدموي (حار ورطب)، والصفراوي (حار وجاف)، والبلغمي (بارد ورطب)، والسوداوي (بارد وجاف). وتوجّه هذه المفاهيم نهج البرنامج في تنظيم الإيقاع اليومي والعلاجات المجدّدة للنشاط والحركة والتغذية، لتُصمَّم كل رحلة بما يلائم الضيف، بدلاً من اتباع جدول ثابت .

يتوفّر البرنامج بإقامات تمتد لليلتين أو ثلاث أو خمس ليالٍ، ويجمع بين علاجات مستوحاة من الطب العربي والإسلامي التقليدي، وأنشطة مختارة بعناية، وطقوس لطيفة للعناية والاسترخاء، وإرشادات شخصية لنمط الحياة . ويدعو الضيوف من قطر ودول مجلس التعاون الخليجي وخارجها إلى اكتشاف تجربة متميزة تجسّد تقاليد العافية في المنطقة، وسط أجواء زلال الساحلية الهادئة .

برنامج يتمحور حول احتياجات كل ضيف

تبدأ التجربة باستشارة في الطب العربي والإسلامي التقليدي وتقييم للمزاج، تكمّلهما استشارة للعافية لفهم أهداف كل ضيف وتفضيلاته ومدى ملاءمة الأنشطة المقررة له . واستناداً إلى هذه المناقشات، يضع اختصاصيو المنتج برنامجاً مدروساً، مع إتاحة

الفرصة لمراجعة التجربة وتعديلها خلال الإقامة .

ويمتد تخصيص التجربة إلى أدق التفاصيل؛ فقد تُحضَّر حمّامات عشبية للقدمين وفقاً لتوصيات الاختصاصي، فيما يمكن استخدام روائح عطرية خفيفة في الغرفة لإضفاء أجواء مريحة، متى كانت مناسبة ومتوافقة مع تفضيلات الضيف . كما تشكّل المأكولات المستوحاة من مبادئ الطب العربي والإسلامي التقليدي جزءاً آخر من الرحلة، بما يربط تجربة تناول الطعام بتركيز البرنامج الأشمل على عافية كل فرد .

طقوس لتجديد النشاط وحركة بوعي

تشمل كل ليلة إقامة علاجاً رئيسياً مستوحى من الطب العربي والإسلامي التقليدي، إلى جانب تجارب أخرى تُختار وفقاً لمزاج الضيف وأهدافه ومدى ملاءمتها لاحتياجاته الفردية . وتشمل الخيارات الحميز القطري التقليدي، وتدليك »القدم « المميّز للاسترخاء، وتجارب شمولية تكميلية، وطقوس سبا لتجديد النشاط .

وتحظى الحركة بالقدر نفسه من العناية . فبحسب البرنامج وتوصيات الاختصاصي، قد يتضمّن الجدول تمارين تمدّد لطيفة، أو ممارسات للتنفّس، أو التأمل، أو اليوغا، أو جلسات لياقة بدنية أكثر نشاطاً . ويظل التركيز على اختيار إيقاع مناسب وإتاحة مساحة للتعافي، بدلاً من ملء كل ساعة بالأنشطة .

يشمل برنامج الليلتين ست جلسات من العلاجات والأنشطة، توفّر مدخلاً للتعرّف على نهج المزاج . أمّا تجربة الليالي الثلاث فتشمل تسع جلسات، فيما تتضمّن رحلة الليالي الخمس 18 جلسة تجمع بين العلاجات والأنشطة الموجّهة، مع مجال أوسع لجلسات اللياقة البدنية المتخصصة والعلاج الطبيعي والرعاية المجدّدة للنشاط . وتظل جدولة العلاجات خاضعة للتقييم الفردي .

ومهما كانت مدة الإقامة، يشكّل تخصيص وقت للوجبات المغذّية والراحة والتأمل الهادئ جزءاً أساسياً من التجربة، بما يتيح للضيوف اكتشاف إيقاع للحياة يمكن مواصلته بعد مغادرة المنتجع .

تجربة تمتد إلى المنزل

يتخلّل التثقيف مختلف مراحل البرنامج، لتعريف الضيوف بالمبادئ التقليدية للمزاج وبطرق عملية للتأمل في عاداتهم اليومية . وتُختتم كل تجربة بإرشادات شخصية لنمط الحياة، تتضمّن خطة منزلية لمدة 30 يوماً لبرنامجي الليلتين والليالي الثلاث، وخطة لمدة 45 يوماً لبرنامج الليالي الخمس .

ومن خلال برنامج »توازن المزاج « المستوحى من الطب العربي والإسلامي التقليدي، يحتفي منتجع زلال الصحي من شيفا -سوم بثراء تقاليد العافية العربية والإسلامية، عبر تجربة تتمحور حول كل ضيف، وتتدرّج بإيقاع مدروس، وتهدف إلى إلهام عادات يومية مستدامة .

لمزيد من المعلومات أو للحجز، يرجى التواصل مع منتجع زلال الصحي من شيفا -سوم عبر البريد الإلكتروني reservations@zulal.com :، أو الاتصال أو المراسلة عبر واتساب على

الرقم : +974 4477 6500
أو زيارة الموقع الإلكتروني : www.zulal.com

نبذة عن منتجع زلال الصحي من شيفا -سوم :
يعد منتجع زلال الصحي من شيفا -سوم وجهة رائدة وفريدة من نوعها في الشرق الأوسط تتبنى
فلسفة الطب العربي والإسلامي التقليدي (TAIM). تأسس المنتجع على يد شركة مشيرب
العقارية، أكبر شركة تطوير عقاري في قطر، ثم ما لبث أن أصبح أكبر وجهة صحية في قطر وأول
منتجع صحي غامر في الشرق الأوسط . يقع منتجع زلال الصحي في منطقة الرويس الساحلية
الهادئة شمال قطر، ويوفر تجربة صحية فريدة وفاخرة تجمع بين المعايير الدولية
المتميزة والقيم المحلية التقليدية . ويُشتق اسم المنتجع من المصطلح العربي "زُلال" ،
أي "الماء الطبيعي النقي"، ويقدّم لضيوفه تجربتين متميزتين ومترابطتين : تجربة "زلال
سيرينيتي " المخصصة للضيوف البالغين الذين يسعون إلى خوض تجربة عافية متكاملة وتحسين
أسلوب حياتهم وفقًا لمبادئ الطب العربي والإسلامي التقليدي؛ وتجربة "زلال ديسكفري "
المخصّصة للعائلات الراغبة في الاستمتاع بتجارب صحية معًا وإلهام الأطفال الصغار
وأولياء أمورهم من خلال الأنشطة الجذابة والتفاعلية التي تعزز نمط الحياة الصحي
لجميع أفراد الأسرة .
www.zulal.com

Sammar S. Hattab
MRSM Albalad
sammar.hattab@mrsmco.com

This press release can be viewed online at: https://www.einpresswire.com/article/958358135

EIN Presswire's priority is source transparency. We do not allow opaque clients, and our editors try to be careful about weeding out false and misleading content. As a user, if you see something we have missed, please do bring it to our attention. Your help is welcome. EIN Presswire, Everyone's Internet News Presswire™, tries to define some of the boundaries that are reasonable in today's world. Please see our Editorial Guidelines for more information.
© 1995-2026 Newsmatics Inc. All Right Reserved.