Newsletter

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

رحلة حسية عبر معطيات الأكل الكاريبية الأساسية

اكتشف أدناه المعطيات الأساسية التي يعتمد عليها كل مطبخ كاريبي، وخلفياتها.

المكونات الأساسية: الأرز، اليوكا، والموز الجنة

تُشكل هذه الكربوهيدرات متعددة الاستخدامات أساسًا لأطباق عديدة، إذ تُضفي نكهةً مميزةً وأهميةً ثقافيةً

الأرز

في الجزر الناطقة بالإسبانية، يُقدم كأرز أبيض عادي أو ممزوجًا بالفاصوليا (مثل أرز بورتوريكي مع فاصوليا).

..في الأراضي الفرنسية، يُصبح أرزًا عطريًا مُنكّهًا بالتوابل المحلية



Newsletter

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

اليوكا (الكسافا)
تعتبر إرثٌ مهم من الشعوب الأصلية، غنيٌّ بفيتامين ج والكربوهيدرات المعقدة.
يُستمتع به مسلوقًا أو مقليًا أو مطحونًا في خبز مسطح مثل الكاساباي.
الموز الجنة
سواءً كان أخضر أو ناضجًا، يتكيف الموز الجنة مع كل طبق.
يُحوّل إلى توستونس، موفونغو، باستيلون، أو يُشوى ببساطة ويُقدّم مع اليخنات.

من البحر إلى الطبق: أسماك ومأكولات بحرية طازجة.

تحتضن جزر الكاريبي، المحاطة بالمحيط، خيرات البحر في كل لقمة.

سمك القد المملح (باكالاو)
.إرث أوروبي، يُقدّم في أطباق مثل أكي الجامايكي والسمك المملح أو باكالاو غيسادو الدومينيكي

المحار والقشريات
يظهر المحار (كاروتشو)، والروبيان، وسرطان البحر، والكركند في اليخنات الحارة، والسيفيش، وفطائر الشارع.
.يُقدّم عادةً مع حليب جوز الهند، أو فلفل سكوتش بونيه، أو الحمضيات اللاذعة لإضفاء نكهة مميزة

فواكه استوائية وتوابل قوية
.تمنح الفواكه الغنية والتوابل النابضة بالحياة الطعام الكاريبي توازنه المميز بين الحلو والحامض والحار
تُضفي المانجو، والأناناس، وفاكهة الباشن فروت (شينولا)، والجوافة، والبابايا نكهة مميزة على الصلصات، والسلطات، والحلويات، والتتبيلات.
.توازن أحماضها وسكرياتها الطبيعية البروتينات الغنية والأطباق الجانبية النشوية

جوز الهند

يُستخدم كحليب أو كريمة أو مبشور للتزيين في أطباق الكاري اللذيذة، وأطباق الأرز، والحلويات مثل التمبليك.

خلطات التوابل

تُعدّ توابل "الجيرك" الجامايكية - الفلفل الحلو، والبهارات، والزعتر، وجوزة الطيب، والفلفل الحار - رمزًا للاندماج الثقافي.

تُفضّل الجزر الأخرى الكزبرة، والكمون، والأناتو، والأوريجانو في صلصة السوفريتو والتتبيلات.

إلى جانب النكهة، تُقدّم هذه المكونات عناصر غذائية أساسية - البوتاسيوم من الموز الجنة، وأوميغا 3 من الأسماك، ومضادات الأكسدة من الفواكه الاستوائية، والألياف من الخضراوات الجذرية. كما أنها تربطنا بالتراث والمكان: فكل تحضير يروي قصة هجرة، ومقاومة وابتكار.

مصدر الخبر: قناة تيليسور

تاريخ الخبر: 1 يوليو 2025

Newsletter

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

فينسينت ماس 2025: احتفال بالمقاومة والإيقاع والذاكرة الثقافية في سانت فنسنت وجزر غرينادين

على بُعد خمسة كيلومترات فقط من العاصمة، ينبض قلب فينسينت ماس 2025 النابض بالحياة بالموسيقى والألوان والإعتزاز الثقافي. يُعرف الكرنفال رسميًا باسم فينسينت ماس، وهو الاحتفال الأكثر شهرة في سانت فنسنت وجزر غرينادين، إذ يعتبر أرشيف حي لتراث الجزيرة الأصلي والأفريقي والاستعماري.

يُجسد الاسم نفسه مزيجًا من الهوية: "فينشي"، وهو المصطلح المحلي المحبب للأمة، و"ماس"، وهو اختصار لكلمة "حفلة تنكرية"، في إشارة إلى تقاليد المهرجان العريقة. وبينما يتشارك فينسينت ماس عناصره مع كرنفالات أخرى في منطقة البحر الكاريبي، فإنه يتميز بمزيجه الفريد من المقاومة والروحانية ورواية القصص.



Newsletter

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

تعود أصول الكرنفال إلى أقدم التعبيرات الثقافية في الجزيرة، والتي شكلتها تقاليد كاليناغو الأصلية، والإرث الأفرو كاريبي للشعوب المستعبدة، والبصمة الاستعمارية الأوروبية - وخاصة من الحكم البريطاني والفرنسي. وقد خلق هذا التقارب احتفالًا احتفاليًا وسياسيًا شرسًا.

في جوهره، يُعد فينسي ماس فعلًا ثقافيًا للمقاومة. فقد كان بمثابة منصة لأجيال من سكان فينسينت لاستعادة المساحة، والتعبير عن المعارضة، وتأكيد الهوية. ومن أيام العبودية إلى حقبة ما بعد الاستقلال، كان الكرنفال مساحة لا يتم فيها الاحتفال بحرية التعبير فحسب، بل والدفاع عنها أيضًا.

تتميز احتفالات هذا العام، التي تستمر من 27 يونيو إلى 8 يوليو، بمجموعة مبهرة من الأحداث: جوفيرت، احتفالات الشوارع قبل الفجر؛ ومسابقات كاليبس وسوكا مونارك؛ ومهرجان جونيور بان؛ وموكب فرق ماردي غرا الموسيقية الكبير، حيث تُشعل الأزياء المتقنة والعروض الراقصة المصممة خصيصًا الشوارع حماسًا.

ولكن وراء هذا المشهد الباهر، يُعد الكرنفال فصلًا دراسيًا حيًا. من خلال كلمات الكاليبسو والكلمة المنطوقة والرقص، يشارك المؤدون - صغارًا وكبارًا - آرائهم حول المجتمع والعدالة والتحرر. هذه العروض ليست مجرد ترفيه؛ إنها تاريخ شفوي، يتم تناقله وإعادة تخيله مع كل جيل.

Newsletter

GREEN ZONE FOUNDATION

telesur

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

يتميز الحضور ذو الأصول الأفريقية بقوة خاصة. من إيقاعات الفولاذ إلى رمزية تصميم الأزياء، فإن الجذور الأفريقية لفينسي ماس لا لبس فيها. يتم الاحتفال بها ليس كآثار من الماضي، ولكن كخيوط حيوية في النسيج الثقافي للأمة.

مع استمرار مؤسسة تطوير الكرنفال (CDC) في الارتقاء بمكانة المهرجان، هناك تركيز متجدد على النقل بين الأجيال. يسلط شعار هذا العام، "أصوات شابة، أجواء قوية"، الضوء على دور الشباب في المضي قدمًا في إرث المقاومة والإبداع. في منطقةٍ تُصارع تهديداتٍ مناخية، وضغوطًا اقتصادية، وتجانسًا ثقافيًا، يبقى فينسي ماس منارةً للصمود. إنه تذكيرٌ بأن الفرح، حين يتجذر في الذاكرة والنضال، يُصبح فعلًا ثوريًا.

مصدر الخبر: قناة تيليسور

تاريخ الخبر: 2 يوليو 2025

Newsletter

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

كاليبسو: نبض المقاومة والإيقاع في الثقافة الأفرو-كاريبية

يُقال تاريخيًا إن هذا الإيقاع نشأ عندما بدأ الراقصون في قاعات رقص هافانا بتمييز ثلاث خطوات مميزة على إيقاع الموسيقى، مُنتجين بذلك الصوت المميز الذي منح هذا النوع اسمه: تشا تشا تشا. اختلف هذا الرقص عن الحركات المتقطعة في رقصة المامبو، مما سمح للراقصين باتباع الإيقاع براحة أكبر. ترسخت جذور هذا النوع الفني مع تسجيل أغنية "لا إنغانيادورا" عام ١٩٥٣، والتي تُعتبر أول مقطوعة تشا تشا تشا بشكل رسمي، بعدها حققت الأغنية نجاحًا باهرًا وبوتيرة سريعة، وشكلت بداية موجة شعبية امتدت إلى ما وراء الجزيرة.



Newsletter

GREEN ZONE FOUNDATION

telesur

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

كان أداء تشا تشا تشا يُقدم بشكل أساسي من قِبل فرق تشارانجا، وهي فرق موسيقية مكونة من الفلوت والكمان والبيانو والباص والتيمبال والغويرو. وقد منح هذا الشكل الإيقاع صوته المميز، الذي سرعان ما انتشر في جميع أنحاء أمريكا اللاتينية والولايات المتحدة وأوروبا. ساهمت فرق أوركسترا مثل أراغون وفاجاردو ونجومها في إثراء ذخيرة الموسيقى الكوبية، وترسيخ فن التشا تشا تشا كواحد من أكثر أشكال التعبير انتشارًا.

ولم يكن تأليف التشا تشا تشا خاليًا من الجدل. فعلى الرغم من أن جورين يُنسب إليه الفضل على نطاق واسع كمبتكر لهذا النوع، إلا أن بعض الباحثين اقترحوا أن الاسم ربما يكون قد نشأ من قاعات الرقص نفسها أو من المروجين الذين ساعدوا في نشر هذا النوع، وليس من موسيقي بعينه. ومع ذلك، فإن مهارة جورين في تأليف مقطوعات لاقت صدى لدى الجمهور وسهلت الرقص هو أمر لا جدال فيه.

وبعيدًا عن الجدل حول أصله، حقق التشا تشا تشا ما لم تحققه إلا قلة من الإيقاعات: جمع الموسيقيين والراقصين من أجيال وثقافات مختلفة. سمح له إيقاعه البسيط، إلى جانب ألحانه الجذابة، بأن يصبح ظاهرة عالمية. ولا يزال التشا تشا تشا اليوم رمزًا للموسيقى الكوبية، ويُذكر على حلبات الرقص والمسارح كواحد من أعظم مساهمات الجزيرة في التراث الموسيقي العالمي.

مصدر الخبر: قناة تيليسور

تاريخ الخبر: 4 يوليو 2025

Newsletter

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

لا غوايرا: التاريخ والطبيعة والإمكانات السياحية على ساحل فنزويلا

تتميز مدينة لا غوايرا، عاصمة الولاية التي تحمل الاسم نفسه، بكونها واحدة من أكثر الوجهات تنوعًا على الساحل الأوسط لفنزويلا. تأسست هذه المدينة الساحلية عام ١٥٨٩ على يد دييغو دي أوسوريو، وتجمع بين إرث تاريخي عريق ومناظر طبيعية خلابة، مما يعزز جاذبيتها في دوائر السياحة الوطنية والدولية.

تقع لا غوايرا بين البحر الكاريبي ومنحدرات منتزه وارايرا ريبانو الوطني (المعروف باسم إل أفيلا)، وتوفر موقعًا جغرافيًا مثاليًا للسياحة الشاطئية والجبلية. يتميز ساحلها بشواطئ شهيرة مثل بلايا إل ياتي، وبلايا غراندي، وكاموري تشيكو، ولوس أنجليس. توفر هذه الشواطئ، برمالها البيضاء ومياهها الصافية، أوضاعاً مثالية للغطس وركوب الأمواج وصيد الأسماك الرياضي. من حيث المعالم الطبيعية، تحظى أماكن مثل كويبرادا دي تاكاجوا وباهيا دي توريامو بشعبية كبيرة بين الزوار الباحثين عن مسارات للمشي لمسافات طويلة أو أماكن لنصب الخيام أو الاتصال المباشر بالمناظر الطبيعية البرية.



Newsletter

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

ولمدينة لا غوايرا تراث تاريخي لا يقل أهمية. تحافظ المدينة على المباني والهياكل التي تعود إلى الحقبة الاستعمارية، بما في ذلك قلعة سان كارلوس، وحصن إل فيجيا، وقصر كازا غيبوزكوانا. كانت هذه المعالم جزءًا من النظام الدفاعي الذي حمى الميناء من هجمات القراصنة، وتعكس القيمة الاستراتيجية التي كانت تتمتع بها لا غوايرا خلال تلك الحقبة. ومن المواقع المميزة الأخرى طريق كامينو دي لوس إسبانيولس، وهو طريق قديم مرصوف بالحصى كان يربط الساحل بكاراكاس، ويجذب اليوم المهتمين بالسير على المسارات التاريخية.

تشمل العروض الثقافية للمدينة متحف أرماندو ريفيرون، الواقع في المنزل السابق للرسام الشهير، وضريح الدكتور كنوش، وهو طبيب ألماني اشتهر بتجاربه في التحنيط في القرن التاسع عشر. بالإضافة إلى ذلك، توفر مساحات الترفيه، مثل ممشى لا غوايرا الخشبي ومنتزه الجنراليسيمو فرانسيسكو دي ميراندا، خياراتٍ للترفيه العائلي والسياحة المحلية. ويكمّل فن الطهي في المنطقة، الذي يركز على أطباق الأسماك والمأكولات البحرية الطازجة، تجربة الزوار. وبفضل موقعها الاستراتيجي، وتنوع معالمها السياحية، وإمكانياتها لتطوير السياحة البيئية، ورياضات المغامرة، والأنشطة الثقافية، تُعدّ لا غوايرا وجهةً رئيسيةً ضمن عروض السياحة في فنزويلا.

مصدر الخبر: قناة تيليسور
تاريخ الخبر: 30 يونيو 2025

Newsletter

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

كاليبسو: نبض المقاومة والإيقاع في الثقافة الأفرو-كاريبية

أكثر من مجرد موسيقى احتفالية، يعتبر الكاليبسو شاهدًا حيًا على إبداع ومقاومة وذاكرة ذوي الأصول الأفريقية. بجذوره في الماضي الاستعماري لمنطقة البحر الكاريبي، تطور هذا النوع الموسيقي - الذي شكّلته الإيقاعات الأفريقية وتداخلت فيه الأبعاد السياسية - ليصبح صوتًا للمجتمعات التي طال إسكاتها.

نشأ الكاليبسو في ترينيداد وتوباغو، وأصبح أداة للتواصل بين الشعوب الأفريقية المستعبدة، ووسيلة لتجاوز الحواجز اللغوية التي فرضها آسروهم، واستخدم لاحقًا للتنديد بالقمع من خلال كلمات مشفرة. مع مرور الوقت، امتد هذا النوع الموسيقي إلى ما وراء الحدود، مما أدى إلى ظهور أنواع مختلفة منه في فنزويلا (إل كالاو)، وكولومبيا (سان أندريس)، وكوستاريكا (ليمون).



Newsletter

GREEN ZONE FOUNDATION

telesur

إطلالة على أمريكا اللاتينية

7 تَمُّوز 2025

نشرة اسبوعية بأخبار أمريكا اللاتينية والكاريبي
مشروع إعلامي بين غرين زون فاونديشان وتيليسور

تتمثل جوهر آلاته الموسيقية في الطبول الفولاذية، التي تعد رمزًا للصمود. وقد وُلدت هذه الآلات من رحم الضرورة عندما صنع المستعبدون آلاتهم من براميل النفط، محولين بذلك ما استُخرج في زمن الاستعمار إلى أدوات للتعبير الثقافي.

مع نمو هذا النوع الموسيقي، اتسع نطاقه الموسيقي. تضم فرق الكاليبسو الحديثة الغيتار الإسباني، والأبواق، والساكسفون، والبونغو، والماراكاس، مع الحفاظ على نبض الإيقاع الأفريقي.

تقول المؤرخة الثقافية لويثا مورينو: "تكمن روح الكاليبسو في قصصها. كل بيت يحمل شهادة - من مباهج الحياة اليومية إلى انتقادات لاذعة للاستغلال وعدم المساواة".
يتجاوز تأثير الكاليبسو حدود الموسيقى. فقد ساهم في تشكيل خطط الهوية الوطنية في جميع أنحاء منطقة البحر الكاريبي وأمريكا اللاتينية، حيث أصبحت الكرنفالات ومهرجانات الشوارع مسارح للاحتفال والاحتجاج.

وكما أفادت قناة تيليسور من إل كاياو في فنزويلا، فإن الكاليبسو هناك هو أكثر من مجرد أداء - إنه طقس للذاكرة والمقاومة، تُحافظ عليه المجتمعات ذات الأصول الأفريقية التي استخرج أسلافها الذهب في ظروف قاسية، لكنهم تركوا وراءهم إرثًا موسيقيًا لا يقل بريقًا.

وبعيدًا عن الثقافة، يصل الكاليبسو أيضًا إلى العلم والأسطورة. استعارت ناسا والمركز الوطني للدراسات الفضائية الاسم لتسمية قمرهما الصناعي "كاليبسو"، الذي أُطلق لدراسة الغلاف الجوي للأرض - ربما إشارةً إلى اتساع نطاق اسمٍ متجذر في التاريخ الشفوي.

في الأساطير اليونانية، كانت كاليبسو الحورية التي وهبت المأوى والحب لأوديسيوس الغارق في جزيرة أوجيجيا، قبل أن تُجبره الآلهة على تركه. يُبرز هذا التناغم الأسطوري كيفية هجرة الأسماء والقصص، مُحاكيًا رحلة كاليبسو نفسها - من سواحل الجزر إلى وعي العالم.

مصدر الخبر: قناة تيليسور

تاريخ الخبر: 3 يوليو 2025