

انتعاشة استثنائية لليورصة خلال رمضان

08
09

«الهلل الأحمر»: 3 خيم لاستقبال 30 ألف صائم

كعادة الهلال الأحمر السنوية منذ 16 عاماً، ينفذ مشروع إفطار صائم داخل قطر وخارجها، حيث أعلن نايف فيصل المهدي مدير الشؤون الإدارية والمالية بالهلل الأحمر القطري أنهم تمكنوا هذا العام بالتعاون مع الشركاء من إقامة 3 خيام، الأولى في بن عمران وتسع 250 صائماً، والثانية في العزيزية ولها نفس السعة، والثالثة في الثمامة وتسع من 500 إلى 600 صائم، ويصل عدد الوجبات التي يتم توزيعها يومياً إلى 1000 وجبة مطابقة للشروط، بتكلفة إجمالية قدرها مليون ريال قطري على مدار الشهر الفضيل. ويعيداً عن الخيام، هناك مشاريع أخرى لإفطار الصائم منها «إفطار المودة»، الذي تقوم فكرته على تقديم وجبات خفيفة على العاملين أثناء تواجدهم في أماكن عملهم، كنوع من إبداء الامتنان والعرفان لهم على أدائهم لعملهم في وقت الإفطار

04

في ندوة «الإعلام الزراعي» بكتارا الحصار ساهم في إطلاق نهضة زراعية في الدولة

تحت عنوان «الإعلام الزراعي وثقافة الزراعة المستدامة» نظمت مبادرة مروج قطر الزراعية برئاسة د لطيفة النعيمي الأستاذة الجامعية ندوة رمضانية استضافتها مؤسسة كتارا مساء الأحد الماضي بحضور نخبة من المسؤولين والخبراء واصحاب المزارع. تحدثت د لطيفة النعيمي عن دور برنامج مروج قطر الزراعية في التوعية بأهمية الزراعة وتبني البرنامج لعدد من المبادرات من بينها «الزراعة المنزلية، والصوب الذكية، وإنشاء قرية زراعية بتكنولوجيات حديثة، ودعت د لطيفة النعيمي الدولة الى دعم المزارع وشراء المنتجات من اصحابها لتشجيعهم على مواصلة الانتاج. ونوهت بأن الحصار ساهم في إطلاق نهضة زراعية في الدولة وبت المواطنين يزرعون في كل مكان.

06

انطلاق فعاليات «صيف قطر 5» في 14 يونيو

يدشن مهرجان صيف قطر، والذي يقام تحت شعار «لون صيفك» نسخته الخامسة التي تنطلق في 14 يونيو وتستمر حتى 31 أغسطس، بباقة متنوعة من الفعاليات والأنشطة الترفيهية والعروض المميزة، وذلك للاحتفال بعيد الفطر المبارك خلال الأسبوع الأول من المهرجان الذي يعد الأطول مدة ضمن رزمة المهرجانات السنوية. وعلمت مشاعل شهبيك، مدير المهرجانات والفعاليات السياحية في الهيئة العامة للسياحة، قائلة: «لقد استطاع مهرجان صيف قطر أن يرسخ مكانته على مدى السنوات الماضية حتى أصبح مرادفاً للفعاليات الترفيهية التي تلبي تطلعات جميع أفراد الأسرة، وموسماً لعروض الضيافة والتسوق الجذابة بما يضيف أجواءً من البهجة والمرح على فصل الصيف. وفي نسخته الخامسة يسرنا للغاية أن نضيف فعاليات خاصة من أجل عشاق الرياضة وكرة القدم حتى يتسنى لهم الاستمتاع ببطولة كأس العالم لكرة القدم المرتقبة.

12

ملحق يومي تصدره لوسيل بمناسبة

مهرجان صيف قطر

زكاة الفطر

مقدارها صاع من قوت البلد الذي يأكله الناس وقد ثبت في حديث ابن عمر رضي الله عنهما قال: فرض رسول الله صلى الله عليه وسلم زكاة الفطر من رمضان صاعاً من تمر أو صاعاً من شعير.

الزكاة من النماء والزيادة وسميت بذلك لأنها تثمر المال وقيل النماء والتطهير لأنها تثمر المال وتنميته وقيل النماء والتطهير لأنها تنمي المال وتطهره.

الحكمة من وجوبها

- تطهير للوائهم من الرّفث واللغو، ورفع للخلل في الصور، إغناء للفقراء عن السؤال في يوم العيد، فصدقة الفطر تدخل الفرح والسرور في قلوبهم، وبذلك يكون العيد فرحة للجميع.
- مواساة للمسلمين، فقرائهم، وأغنيائهم، وبذلك يتفرغ الجميع للعبادة في ذلك اليوم.
- نيل الأجر والثواب العظيم الذي وعد الله به عباده عند أدائها لمستحقيها في الوقت المحدد، وذلك لقول الرسول صلى الله عليه وسلم: (... فمن أداها قبل الصلاة فهي زكاة مقبولة، ومن أداها بعد الصلاة فهي صدقة من الصدقات) [حسن: صحيح ابن ماجه].
- زكاة للجسد، حيث يبقيه الله عاماً من الأعوام، وينعم عليه بالبقاء، ومن أجل ذلك استوى في مقدارها الذكر والأنثى، والكبير والصغير، والفقير والغني، والحر والعبد، ففرض الله على كل واحد منهم مقدار صاع.
- شكر لله بأن أنعم على المسلم إتمام شهر رمضان.

يبدأ إخراج الزكاة قبل العيد بيوم أو يومين وينتهي بصلاة العيد

الأصل في وجوبها عموم الكتاب وصريح السنة والإجماع

15
ريالا مقدار زكاة الفطر التي حددها صندوق الزكاة

المصدر: لوسيل
By: Noureldin Medhat

«معلوماتية» تجمع موظفيها بحفل السحور السنوي

هو حدث تحرص إدارة معلوماتية على تنظيمه ويهدف الى تعزيز العلاقة بين الموظفين وروح الفريق من خلال مشاركتهم الاجواء الرمضانية المباركة. هذا وقد شهدت فعالية هذا العام توزيع جوائز على الحضور.

نظمت شركة معلوماتية، الشركة الرائدة في تقديم حلول وخدمات تكنولوجيا المعلومات تجمعها السنوي في حفل السحور لموظفيها والذي أقيم بفندق جراند حياة الدوحة الاربعاء الماضي. حفل السحور السنوي لمعلوماتية



الشرقي يؤكد على تعزيز الروابط بين الإدارة والموظفين

غرفة قطر تقيم غبقة رمضانية لموظفيها

والتعاون فيما بينهم لصالح بيئة العمل، معربا عن أمله في مزيد من النجاح للغرفة في الفترة المقبلة وأن يقوم كل موظف بدوره على أكمل وجه، بما يسهم في تعزيز دور الغرفة في مجتمع الأعمال ويحقق أهدافها المنشودة من تمثيل القطاع الخاص وتسهيل مصالحه وإبراز دوره في التنمية وفي الاقتصاد الوطني.

حرصت الغرفة على إقامة الغبقة السنوية لإحياء التقاليد الرمضانية وتعزيز وتحسين الروابط بين موظفي الغرفة، وحثهم على التعاون وتحقيق الألفة والتواصل بين الإدارة والموظفين خلال الشهر الكريم، بما يسهم في خلق بيئة عمل سليمة. كما توجه الشرقي بالشكر لموظفي الغرفة على تفانيهم في العمل

أقامت غرفة قطر غبقتها السنوية لموظفيها وعائلاتهم وذلك بالخيمة الرمضانية المقامة بفندق سانت ريجيس، بمناسبة شهر رمضان المبارك، بحضور سعادة صالح بن حمد الشرقي المدير العام. ورحب الشرقي بالموظفين وعائلاتهم لحرصهم على الحضور، مؤكداً



مركز قطر للمال يطلق فيلماً اجتماعياً قطرياً خلال غبقة السنوية

القطري). وتابعت بالقول: «نحن نعمل، على مدار العام، للاستفادة من الفرص التي تساعد على إحداث تغيير إيجابي، وتقديم الدعم للمجتمع المحلي. فتنمية الإنسان، والإندماج، والقدرة على الوصول، والتمكين، كلها عناصر أساسية تتصدر جهود المسؤولية الاجتماعية للشركات لدينا». ويحرص برنامج المسؤولية الاجتماعية لمركز قطر للمال «متحدون للخير» على تأكيد التزامه بالحفاظ على مسؤولياته الأخلاقية والاجتماعية والبيئية. وتمثل إحدى الركائز الأساسية لبرنامج المسؤولية الاجتماعية للمركز في جهود تنمية المجتمع التي تستدعي التركيز على إشراك جميع أفراد المجتمع، أما الركيزة الثانية من برنامج المسؤولية الاجتماعية لمركز قطر للمال فتتخصص بالتعليم والشباب، سعياً لتنشئة جيل جديد من القادة للمستقبل.

استراتيجيتنا للمسؤولية الاجتماعية المؤسسية والاستثمار الاجتماعي، التي تحمل شعار «متحدون للخير». وكان المركز قد كشف عن مجموعة من المبادرات الرمضانية التي تحتفي بالشهر الفضيل، والتي تندرج جميعها تحت عنوان «الطريق نحو الإنسانية»، والتي تجمع عدداً من المبادرات المجتمعية المتنوعة. وعن ذلك تعلق ساره الدوراني، الرئيس التنفيذي بالإدارة للتسويق والاتصال المؤسسي بهيئة مركز قطر للمال، بالقول: «استقبلنا شهر رمضان المبارك بإطلاق استراتيجيتنا للمسؤولية الاجتماعية المؤسسية والاستثمار الاجتماعي. وضمن هذه الاستراتيجية أعلننا عن عدد من ورش العمل التي تتضمنها مبادرة «عائلة واحدة»، والتي تهدف إلى بث الشعور الأسري وخلق شعور أكبر بالاتحاد من خلال العمل الوثيق مع مختلف فئات المجتمع



متحدثون من مركز قطر للمال خلال الحفل

من إيماننا الراسخ بأن الشباب يمثلون اللبنة الأساسية لمجتمعنا، والأمل لدولتنا وازدهارها في المستقبل. هذا الإيمان قادنا إلى تنفيذ هذا الفيلم الذي يعكس التزامنا تجاه صناعات الأفلام القطريين، وتوفير المنصة المناسبة لهم لإلقاء الضوء على القضايا الإنسانية، التي تتناول جوانب هامة من مجتمعنا، وتسعى إلى قيادة التغيير في الضمير المجتمعي. وكل ذلك يندرج تحت إطار

للمال لهذا الفيلم في إطار الجهود التي يبذلها في سبيل دعم صناعات الأفلام وأصحاب المواهب المحلية، وتقديم المنصة المناسبة لهم لمشاركة القصص الإنسانية التي تلمس جوانب مهمة ومختلفة من المجتمع. تحدثت خلال السحور يوسف محمد الجيدة، الرئيس التنفيذي لهيئة مركز قطر للمال، حيث اعتبر أن «التزام مركز قطر للمال تجاه تطوير الشباب ينبع

نظم مركز قطر للمال حفل السحور السنوي الذي يقيمه كل عام خلال شهر رمضان المبارك، بحضور ممثلي الشركات المرخصة من قبل المركز، ووسائل الإعلام وعدد من الشخصيات الرفيعة في الدولة. خلال الأمسية، أطلق مركز قطر للمال العرض الأول للفيلم القصير المنتظر «أيس كريم»، الذي حظي بدعم تمويلي من مركز قطر للمال، وتولت إخراجته المخرجة القطرية الجوهرية آل ثاني، التي درست اختصاص صناعة الإعلام والتكنولوجيا في جامعة نورثويسترن في قطر. يسرد الفيلم قصة إنسانية مؤثرة عن الحياة اليومية لأسرة قطرية، مع التركيز على موضوع الاندماج، وحقيقة أننا جميعاً لا نختلف كثيراً عن بعضنا البعض. ويأتي دعم مركز قطر

الفرقان للحج والعمرة تقيم إفطاراً جماعياً للإداريين والمنتسبين لحملة

نعمة أداء مناسك الحج والعمرة لأهل قطر والمقيمين على أرضها في أقرب وقت. وأكد نائب رئيس مجلس إدارة حملة الفرقان ثقته في مسؤولي الحملة ورؤساء اللجان وجميع الإداريين الذين ساهموا بجهودهم وإبداعاتهم في خدمة حجاج بيت الله الحرام على مدى سنوات طويلة، وعملوا بكل طاقاتهم لتوفير أرقى الخدمات والتيسير على الحجاج كل عضو في موقعه والعمل المكلف به، في إطار الفريق المتكامل الذي جعل حملة الفرقان بحمد الله في مصاف أرقى حملات الحج والعمرة محلياً بل وإقليمياً. من جهته قال عيسى الجابر الرئيس التنفيذي لحملة الفرقان إن إدارة الحملة تبادر كل عام لتنظيم إفطار جماعي للإداريين بمناسبة شهر رمضان، بهدف تجديد التواصل وتعزيز المودة والإخاء وتبادل اللقاء الأخوي بين العاملين بالحملة كل في مجاله رافعين شعار «العمل بروح الفريق الواحد»، لافتاً إلى أن الجميع يدعو الله في شهر القرآن أن يعيد الأمور إلى صوابها وأن يتمكن أهل قطر من أداء الحج والعمرة بسهولة ويسر دون عقبات أو مخاطر، فهذا حق شرعه الله لهم كبقية مسلمي دول العالم.

والتأكيد على العمل بروح الفريق الواحد لكل فرد ينتسب للحملة، والاجتماع على الإفطار في شهر رمضان مع موظفي مجموعة الأمراء. حضر الحفل الدكتور محمد جوهر المحمد رئيس مجلس إدارة حملة الفرقان، والسيد بلال السويدي نائب رئيس مجلس الإدارة، والسيد عيسى حسن الجابر المدير التنفيذي للحملة، وبعض أعضاء مجلس الإدارة، وعدد كبير رؤساء اللجان والإداريين العاملين بلجان الحملة المختلفة الثقافية والإعلامية والمطار والمواصلات والتغذية والعلاقات العامة. وفي كلمة له أعرب بلال السويدي عن شكره وتقديره للحضور على تلبية الدعوة متمنياً لهم دوام النجاح والتوفيق في حياتهم العملية، مؤكداً أن هذه اللقاءات تأتي إيماناً من إدارة الحملة بأهمية التواصل البناء وتقديراً لكل فرد ينتسب للحملة وبذل جهده طوال سنوات عديدة لراحة حجاج بيت الله الحرام في مواسم الحج السابقة، وامتناداً لسياسة الحملة في تعزيز روح الفريق الواحد بين جميع الإداريين والمسؤولين لتوطيد التواصل وتعزيز أواصر الأخوة خاصة ونحن في شهر الخير والرحمات، سائلاً الله أن يعيد

أقامت حملة الفرقان للحج والعمرة حفل إفطار جماعي لإداري الحملة ومنتسبيها، في ظل استمرار العراقيل التي تفرضها السلطات السعودية لمنع القطريين والمقيمين من أداء فريضة الحج والعمرة للموسم الثاني على التوالي. ويأتي الإفطار الجماعي لمنتسبي حملة الفرقان في لافتة طيبة لتحقيق مزيد من الألفة والترابط بين أعضاء الفريق الإداري للحملة من رؤساء اللجان والإداريين ومسؤولي الحملة، الذين يعملون على مدى أكثر من عقدين من الزمان بروح الفريق الواحد في إطار الحرص على تحقيق التميز والرقي على مستوى حملات قطر والخليج، وهو ما يشيد به حجاج أهل قطر ومعتمريها ممن سافروا للحج أو للعمرة برفقة الحملة. أقيم الإفطار الجماعي لإداري ومسؤولي حملة الفرقان وموظفي شركات مجموعة الأمراء للعقارات والتجارة: الفرقان للسفر والسياحة، أجواء للسفر والسياحة، فونيكس لتأجير السيارات والخدمات، عبر المحيطات للملاحة، سادن لجلب الأيدي العاملة، وذلك في فندق رتاج الريان، حيث دأبت إدارة الحملة إقامة هذا الإفطار الجماعي كل عام في بادرة هادفة يملؤها الحب والتقدير وتعزيز الترابط

القصة القصيرة

مسابقة دار كتارا للنشر
رمضان 2018

شروط الاشتراك:

- * للمشاركة حرية اختيار موضوع القصة.
- * المجال مفتوح لجميع القطريين والمقيمين في دولة قطر ولجميع الأعمار.
- * أن يكتب الموضوع بلغة عربية سليمة، مع مراعاة القواعد والابتعاد عن اللهجات المحلية، مع عدم الاستهانة بالتشكيل.
- * ألا يقل عدد الكلمات عن 4,000 كلمة، وألا يزيد عن 7,000 كلمة.

الجائزة الثالثة
3.000 ر.ق.

الجائزة الثانية
5.000 ر.ق.

الجائزة الأولى
7.000 ر.ق.

آخر مهلة لتسليم المشاركات هو 15 يونيو 2018

يرجى إرسال المشاركات عبر البريد الإلكتروني:
prize@kataraph.com

مرفقات:

- * نسخة عن البطاقة الشخصية القطرية.
- * رقم الهاتف.

كتارا
Kataraph
Dar Kataraph للنشر
Kataraph Publishing House

في إطار برنامج المسؤولية الاجتماعية للشركات

أنشطة مجتمعية للبنك التجاري خلال رمضان

«بلدنا» توزع منتجاتها بمناسبة مرور عام على الحصار

وزعت شركة بلدنا منتجات الحليب الطازج واللبن وقت الإفطار للجمهور في كورنيش الدوحة، وحملت شاحنات شركة بلدنا وزجاجات منتجاتها -المصنوعة بفخر في قطر- شعار «قطر أقوى». وقالت الشركة في بيان وزعته أمس أن تلك المبادرة تجيء كنوع من تقديم الشكر لجميع المواطنين والمقيمين على تضافر جهودهم وتضامنهم لجعل «قطر أقوى»، وذلك تزامناً مع مرور سنة على الحصار الجائر وتعزيزاً لروح المشاركة والعطاء في شهر رمضان الفضيل. وفي ذات السياق طرحت بلدنا لأول مرة بالإسواق كميات كبيرة من عبوات الزبادي الصغيرة قليلة الدسم بسعر ريال للعبوة، وذلك بعد شهرين من طرحها عبوة زنة كيلو جرام بسعر 5 ريالات للعبوة، إلى جانب عروضها من الحليب الطازج التي لا تتعدى 6 ريالات للتر الواحد. إضافة إلى منتجات الألبان ومشتقات الحليب الأخرى. وأعلنت شركة بلدنا مطلع رمضان أنها وفرت كميات الحليب الطازجة اليومية التي تحتاجها الأسواق بالتعاون مع شركات محلية أخرى وتصل إلى 140 طناً، وتنتج الشركة الآن 67 منتجاً. وتضم شركة بلدنا قطعاً من الإقار وصل خلال الأيام الماضية إلى 10 آلاف بقرة فريزيان في أعقاب ورود شحنة ثالثة بحرا تصل لأكثر من 3 آلاف رأس، ومن المتوقع وصول شحنة أخرى في الربع الأخير من العام الجاري. وشركة بلدنا قامت ببناء حظائر مكيفة لاستيعاب الأبقار وتستخدم صالوناً دواراً من 100 وحدة يمكن أن يحصل على حليب 750 بقرة في الساعة. وشركة بلدنا تعد إحدى الشركات التابعة لشركة باور إنترناشيونال القابضة، وهي شركة مملوكة قطرياً. وحسب ما أعلنه مسؤولون بالشركة تستثمر بلدنا نحو 800 مليون دولار في أنشطتها الراهنة، وقد وصلت إلى نسبة 80% من تلك الاستثمارات. وأوشكت توسعة الشركة الجديدة التي ستضم استيعاب 20 ألف رأس من البقر على الإنتهاء، ومن المتوقع أن تصدر الشركة منتجاتها إلى الخارج بعد تحقيق الاكتفاء الذاتي من منتجات الألبان في قطر.



كما احتفل البنك التجاري بمناسبة ليلة «القرنقعو» التراثية في 14 رمضان في أفرعه في المجمعات التجارية وتم توزيع هدايا القرنقعو التقليدية من حلويات ومكسرات على الأطفال، في أجواء تراثية مفعمة بالبهجة والسعادة، ليعمّ الفرح كافة فئات المجتمع، وقام متطوعون من البنك بزيارة لأجنحة الأطفال في مستشفى الوكرة ومستشفى حمد الطبي لمشاركتهم الفرحة والبهجة في القرنقعو.

وقال جوزيف ابراهام الرئيس التنفيذي لمجموعة البنك التجاري: «يهدف البنك إلى مشاركة ودعم المجتمع القطري طيلة العام، وفي رمضان نركز في أنشطتنا ومبادراتنا على تعزيز روح التطوع والتعاون والعطاء لتحقيق التكافل الاجتماعي وذلك في إطار اهتمام البنك بالنشاطات الاجتماعية والإنسانية وتعبيراً عن روح المشاركة والتواصل مع كافة شرائح المجتمع خلال هذا الشهر الفضيل».

مضانيات

أعلن البنك التجاري عن مجموعة من الأنشطة الخاصة بشهر رمضان والتي تأتي في إطار برنامج المسؤولية الاجتماعية للشركات الخاص بالبنك.

من المبادرات الإنسانية والاجتماعية الرئيسية في رمضان هذا العام، قام عدد من موظفي البنك بالتطوع لتوزيع الماء والتبر على العامة قبل وقت الإفطار وذلك في أيام السبت خلال شهر رمضان في مناطق مختلفة من المدينة، كما قاموا بتوزيع مؤن غذائية على العديد من الأسر المتعففة في مساكنهم، وتم بالتعاون مع فندق سانت ريجيس توزيع وجبات إفطار على سائقي سيارات الأجرة قبل موعد الإفطار كمبادرة إنسانية واجتماعية.

أمّا عبر وسائل التواصل الاجتماعي، فقد أطلق البنك التجاري مبادرة #انشر_طبتك لتشجيع أفراد المجتمع على تسجيل المبادرات التي يقومون بها خلال الشهر الفضيل والتي تعكس التكافل الاجتماعي والعمل الخيري والتطوعي، ويهدف البنك من خلال هذه المبادرة إلى نشر القيم الأخلاقية التي يتحلى بها المجتمع القطري.

والتقى جميع موظفي البنك التجاري وعائلاتهم في السحور السنوي الذي أقامه البنك بمناسبة شهر رمضان في فندق ومنتجع ويستن الدوحة بحضور الرئيس التنفيذي للمجموعة وفريق الإدارة التنفيذية، في أجواء عائلية بهيجة. ويقدم البنك التجاري السحور السنوي لموظفيه بهدف تعزيز الروابط الأسرية والحث على التقارب والمودة بين الموظفين، مما يجسد ثقافة الفريق الواحد والبنك الواحد. وتم خلال السحور عرض فيلم قصير يُبرز القيم الأخلاقية في المجتمع القطري وطرق العطاء المختلفة عبر السنين، وتضمن الفيلم عدداً من المساهمات التي تهدف إلى تعزيز العمل التطوعي والتعاون لمساعدة المحتاجين من مختلف الفئات.

«أسباير» تتشارك الفرح بالنتهر الكريم

مضانيات

قام وفد من موظفي مؤسسة أسباير زون بتنفيذ سلسلة من الزيارات الرمضانية لمركز تمكين ورعاية كبار السن «إحسان» ضمن برنامج المؤسسة السنوي للمسؤولية الاجتماعية والذي يهدف لتعزيز روح التكافل بين أبناء المجتمع وتكريس قيم المسؤولية والتكاتف التي تتبناها المؤسسة.

وكانت المحطة الأولى لسلسلة الزيارات الرمضانية لمركز تمكين ورعاية كبار السن «إحسان»، حيث قام مجموعة من المتطوعين من موظفي المؤسسة وأعضائها أكاديمية أسباير، وأسباير لوجستكس، وسبيتار بالاحتفال بليلة الفرح مع نزلاء المركز وتشاركوا فرحة الشهر الكريم مع من أفنوا أعمارهم في خدمة المجتمع.

وخلال الزيارة أحيا موظفو مؤسسة أسباير زون الاحتفال بالتقاليد التراثية لتلك الليلة بتوزيع الهدايا القيمة المقدمة من مؤسسة أسباير زون بالشراكة مع «داماس» على النزلاء، واستمتعوا بالتواجد بينهم في تلك الليلة كعائلة واحدة.

من جهته قال السيد ناصر عبد الله الهاجري، مدير الاتصال والعلاقات العامة في مؤسسة



عائلة مؤسسة أسباير زون تتشارك الفرح بالشهر الكريم مع نزلاء إحسان

دعوتنا
نرسم
البسمة
على
ذكرياتكم*
سحر الشرق في رمضان



احتفل بشهر رمضان المبارك بفندق ومنتجع فريج شرق بقاغي الدشة والسنيوك في حيمة «سحر الشرق» واستمتع بوفيه فاخر يضم أشهر الأطباق القطرية التقليدية والمأكولات الدولية مع أجواء رمضان عريبة ساحرة.

الإفطار - ٢٠هـ ر.ق. للشخص الواحد
من وقت أذان المغرب حتى الساعة ٨:٠٠ مساءً
السحور - ١٨٠ ر.ق. للشخص الواحد
من الساعة ٩:٣٠ مساءً حتى الساعة ١٠:٠٠ صباحاً
خصومات تصل إلى ٣٠٪ للمجموعات ابتداءً من ٥٠ شخص وأكثر



للحجز والاستعلام، يرجى الاتصال على الرقم ٤٤٢٥٦٦٦٦ أو التواصل عبر البريد الإلكتروني dining.sharq@ritzcarlton.com

المهندي: المناطق تم اختيارها بناء على دراسة لتواجد المحتاجين.. «الهِلال الأحمر»:

3 خيم لاستقبال 30 ألف صائم على مدار الشهر الفضيل



مضانيات

كعادة الهلال الأحمر السنوية منذ 16 عاماً، ينفذ مشروع إفطار صائم داخل قطر وخارجها، حيث أعلن نايف فيصل المهندي مدير الشؤون الإدارية والمالية بالهلال الأحمر القطري أنهم تمكنوا هذا العام بالتعاون مع الشركاء من إقامة 3 خيام، الأولى في بن عمران وتسع 250 صائماً، والثانية في العزيزية ولها نفس السعة، والثالثة في الثمامة وتسع من 500 إلى 600 صائم، ويصل عدد الوجبات التي يتم توزيعها يومياً إلى 1000 وجبة مطابقة للشروط، بتكلفة إجمالية قدرها مليون ريال قطري على مدار الشهر الفضيل.

وبعيداً عن الخيام، هناك مشاريع أخرى لإفطار الصائم منها «إفطار المودة»، الذي تقوم فكرته على تقديم وجبات خفيفة على العاملين أثناء تواجدهم في أماكن عملهم، كنوع من إبداء الامتنان والعرفان لهم على أدائهم لعملهم في وقت الإفطار وأضاف: «لدينا كذلك مشروع لتوزيع وجبات إفطار على العمال في المنطقة الصناعية، ويقوم على تنفيذ هذا المشروع قسم المتطوعين بالهلال الأحمر القطري. وهناك مشروع الغبقة المخصصة لكبار السن في مؤسسة إحسان كوسيلة لتعبير لهم بها عن أننا لم ننسهم وأنها ندعمهم ونحتفل معهم بشهر رمضان كل عام. وبالإضافة إلى ذلك، يوجد لدينا صندوق السعادة، وتتخلص فكرته في توزيع الهدايا على الأطفال في أواخر شهر رمضان».

وامتداداً لنجاح الهلال الأحمر القطري على الصعيد الداخلي، فإنه ينفذ أيضاً مشاريع إفطار الصائم على نطاق أوسع في العديد من الدول التي يصل عددها إلى 15 دولة لفائدة 36,000 صائم، بموازنة إجمالية في حدود 12 مليون ريال قطري.

ورداً على سؤال حول انطباع الصائمين عن مستوى التنظيم وجودة الخدمة، أكد المهندي حرص الهلال الأحمر القطري أثناء إدارة الخيام وتنظيم الضيوف وتوزيع الوجبات على عدم التركيز على تقديم الطعام فحسب، بل يكون

■ مشاريع إفطار الصائم تنفذ في 15 دولة

الحرص على أن تكون الوجبات بجودة عالية وأن تقدم بطريقة تكفل لمرتادي الخيام الكرامة والشعور بأنهم جزء من المجتمع وأن المجتمع لا ينساهم في مثل هذه المناسبات الطيبة.

وأثنى المستفيدون على الجهد المبذول من القائمين على الخيام، وحرصهم على الرقي في التعامل معهم، والتأكد من أن الوجبات طازجة والمشروبات باردة، وإعطائهم الحرية في اختيار المكان الذي يريدون الجلوس فيه، مما يشجع جواً من المحبة والمودة. ويستكمل هذا الجانب بتقديم بعض النصائح والمعلومات الثقافية والصحية والدينية التي تفيدهم في حياتهم. وختم المهندي بقوله: «تم اختيار المناطق التي أقيمت فيها الخيام بناء على دراسة لمناطق تواجد المحتاجين ورغبات السادة المتبرعين، والملاحظ



هذا العام والحمد لله أن خيام إفطار الصائم منتشرة في جميع أنحاء البلاد، مما يعكس إقبال المتبرعين على دعم هذه المشاريع حتى غطت جميع المناطق الصالحة لإقامة الخيام بها».

المناطق الخارجية تستقبل القوافل الدعوية لأوقاف



استقبلت 13 منطقة خارج مدينة الدوحة خلال شهر رمضان هذا العام دعاة وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية ضمن برنامج «القوافل الدعوية» الذي تنظمه إدارة الدعوة والإرشاد الديني، حيث تحرص الوزارة على تكثيف برنامج القوافل خلال الشهر المبارك لتعزيز التواصل الفعال بين الدعوة والأهالي في المناطق خارج العاصمة الدوحة، ولما لهذا الشهر من روحانيات تساهم في حرص الجمهور على حضور مجالس العلم ومخالطة العلماء والدعاة. ويأتي هذا البرنامج ضمن البرامج الدعوية لإدارة الدعوة في مناطق الدولة، حيث تسير «الإدارة قوافل الخير الدعوية لتجوب ربوع الوطن برسالتها الدعوية والتنويرية «الوسطية» التي تتبناها في دعوة الناس إلى الله تعالى.

وينطلق فريق الدعوة بالقوافل الدعوية إلى هذه المناطق الخارجية (خارج مدينة الدوحة) لقضاء يوم دعوي بهدف التوجيه والإرشاد، ويشتمل كذلك توزيع بعض المواد الدعوية؛ الأمر الذي يوثق غرى المودة والمحبة، ويحبي

■ إحدى القوافل الدعوية

مُبَدَّلُكُمْ لَكُمْ



في ندوة «الإعلام الزراعي وثقافة الزراعة المستدامة» الرمضانية.. المري:

مسارات متقدمة تدرس الآن لحماية المنتج الزراعي والغذائي



■ مسعود المري يتحدث بالندوة وإلى جواره كل من الدكتورة لطيفة النعيمي وبثينة عبد الجليل

صلاح بديوي

تحت عنوان «الإعلام الزراعي وثقافة الزراعة المستدامة» نظمت مبادرة مروج قطر الزراعية برئاسة د لطيفة النعيمي الأستاذة الجامعية ندوة رمضانية استضافتها مؤسسة كتارا مساء الأحد الماضي بحضور نخبة من المسؤولين والخبراء واصحاب المزارع، تم خلالها مناقشة 3 محاور أهمها دور القطاع الحكومي في دعم الإنتاج الزراعي بالدولة، ودور الشركات في تطوير القطاع الزراعي. وكشف خبراء ومسؤولون واصحاب مزارع جانباً من جهود الدولة والمستثمرين واصحاب المزارع لتحقيق الإكتفاء الذاتي من الخضروات والأغذية. قدمت الندوة الإعلامية بثينة عبد الجليل وشارك فيها كل من: د. لطيفة النعيمي «رئيس مبادرة مروج قطر الزراعية»، ود سيف بن علي الحجري المفوض الأممي لشؤون المسؤولية الاجتماعية للأمم المتحدة ورئيس برنامج اصدقاء الطبيعة، ود. علي حسن دبا الأستاذ بجامعة قطر. ومسعود جبار الله المري مدير ادارة الشؤون الزراعية، واثنين من اصحاب المزارع، وحضرها حشد من المهتمين بالزراعة ونتاج الغذاء.

بلانت فاكثوري

في بداية الندوة تحدث د لطيفة النعيمي عن دور برنامج مروج قطر الزراعية في التوعية بأهمية الزراعة وتبني البرنامج لعدد من المبادرات من بينها «الزراعة المنزلية، والصوب الذكية، وإنشاء قرية زراعية بتكنولوجيات حديثة، ودعت د لطيفة النعيمي الدولة الى دعم المزارع وشراء المنتجات من اصحابها لتشجيعهم على مواصلة الإنتاج. ونوهت بان الحصار ساهم في إطلاق نهضة زراعية في الدولة ويات المواطنون يزرعون في كل مكان، كما افاضت الدكتور لطيفة النعيمي في التحدث عن دور الاعلام الزراعي في عمليات التوعية والارشاد وحث المستثمرين ورجال الاعمال على تطوير المشروعات الزراعية لتحقيق الإكتفاء الذاتي للدولة من الغذاء. وكشف مسعود جبار الله المري مدير إدارة شؤون البحوث الزراعية في وزارة البلدية والبيئة لـ «مضانيات» عن أحدث برامج البحوث الزراعية في وزارة البلدية والبيئة، وأوضح أن طاقم من الباحثين في الإدارة يستعد الآن في إجراء تجارب على تقنيات جديدة في الزراعة سوف تغير وجه الحياة الزراعية في الدولة بمجالات إنتاج الخضروات وتساهم في دعم الإكتفاء الذاتي في انواع مختلفة منها وخصوصاً الورقيات حال الإنتهاء من إختبارها واعتمادها، وتعرف تلك التقنيات باسم « بلانت فاكثوري» أي معمل النباتات، وهي عبارة عن أنواع زراعات حديثة تتم عبر بيوت مغلقة وتعتمد على الإضاءة، مؤكداً ان مناقصة طرحت من اجل تصميم «بلانت فاكثوري» لغرض التجريب.

هذا وفي الأونة الأخيرة نجح علماء باليابان في إنتاج 100 ألف خسة في اليوم الواحد من خلال استخدام تقنية «إل، إي، دي» في إحدى أكبر المزارع المغلقة في العالم. ويسعى العلماء من خلال هذه التقنية إلى مواجهة أزمة الغذاء في العالم والكوارث الطبيعية التي تؤثر على المحاصيل الزراعية. وقال الباحث الفسيولوجي شيجيهارو شيمامورا، المسؤول عن هذه التجربة: «أعلم كيفية زراعة خضراوات جيدة بصورة فسيولوجية، وحين الوقت الآن لأدمج معرفتي بالتكنولوجيا الحديثة» وتم تجهيز الغرف، التي يمكن التحكم بدرجة حرارتها، بمصابيح «أل إي، دي» صغيرة تبعث الضوء بأمواع طويلة مناسبة لنمو النباتات، حيث احتوت المزرعة المغلقة على 17500 مصباح «أل إي، دي» تم تركيبها على 18 رف تصل إلى 15 مستوى، وتسرح هذه المصابيح بالتحكم بدرجة حرارة الغرفة والرطوبة والمياه اللازمة للرعي، ما

يسمح بتقليل الحاجة للمياه إلى 1 % من الكمية المستخدمة في أساليب الزراعة العادية. كما أن هذه الطريقة تسمح بزراعة كميات من الخس أكبر بمرتين ونصف المرة من الطريقة التقليدية.

برامج بحثية

وكشف مسعود جبار الله المري «عن إجراءات قادمة تخطط لها الجهات المعنية في الدولة الآن، تلك الإجراءات أخذت مسارات متقدمة كما يقول تستهدف حماية اصحاب المزارع والمنتج الوطني، وهي إجراءات تحت الدراسة الآن». ووصف تلك الإجراءات بأنها تعكس «إهتمامات الدولة بقضية تحقيق الإكتفاء الذاتي من الغذاء والدور المهم لشركات مزارع القطاع الخاص في هذا الأمر». ومن البرامج المهمة التي أراح المري النقاب عنها تتعلق «بوضع خارطة

لكون ان مستلزمات الإنتاج غالية جداً، وأكدت على أهمية دور الارشاد الزراعي في توعية اصحاب المزارع لان الهدف الوصول للإكتفاء الذاتي».

أهمية البحوث

وأكد د. سيف بن علي الحجري المفوض الأممي لشؤون المسؤولية الاجتماعية للأمم المتحدة ان الحصار جعل الدولة تسارع بتنفيذ استراتيجية طويلة المدى لتحقيق الإكتفاء من الغذاء كانت قد وضعتها ضمن رؤية 2030، وأفاض د الحجري في التحدث عن مشاكل الزراعة وتحدياتها في الدولة، ودور التكنولوجيا والإبتكارات الحديثة في التغلب عليها. وشدد على ضرورة اعتماد اصحاب المزارع وخطة الأمن الغذائي على ابحاث علمية وتحليلات للارقام وارشاد المزارعين عن نوعية المحاصيل التي يزرعونها ويوجد نقص في الاسواق بها، وتلك البحوث وعملية الارشاد الزراعي تؤدي الى تنوير المزارعين وتحسينهم من اية خسائر، وتعرفهم بانواع التكنولوجيا الحديثة. ودعا د. سيف بن علي الحجري الى حماية المنتج الوطني، والى وجود دور لوسائل الاعلام وشبكات التواصل والمساجد والمدارس في دعوة المواطنين وتوعيتهم بأهمية الزراعة والغذاء. وكان المهندس عبدالرحمن السيد نائب رئيس مؤسسة كتارا تحدث في بداية الندوة واستعرض دور كتارا في احتضان مناسبات ومهرجانات تتعلق بالزراعة والغذاء، وكشف عن تأسيس ملتقى للمزارعين يمارس نشاطه من خلال كتارا، وتحدث عن دعم المؤسسة لمبادرة مروج قطر. ووصف د. حسن على دبا المستشار الاعلامي والاستاذ بكلية المجتمع «أهمية الاعلام من أهمية الزراعة التي هي الحياة». وشدد على أهمية الاعلام في ابراز الدور الذي تلعبه ادارات الارشاد الزراعي والتعريف بالتكنولوجيا والزراعة الحديثة والتوعية بأهمية الزراعة.

تحقيق الاكتفاء

وقال ناصر حسن الجابر المسؤول عن شركة ناس للاستشارات الزراعية والبحوث المحمية ان الهدف الاساسي الذي تسعى اليه المزارع في قطر الان هو تحقيق الإكتفاء الذاتي للبلاد، واشاد بالمنتج القطري من حيث الجودة ونوعية الإنتاج وفورته التي جعلته في موسمته يغطي نسبة كبيرة من إحتياجات الاسواق. وأوضح بان البيت الذكي للزراعة يمكن يزرع بالمنزل ويوفر إحتياجات البيت شهريا من كافة منتجات الخضار، وشدد خميس بن احمد على ان لوسائل الاعلام «دور كبير بتغيير ثقافة المجتمع ليدرك أهمية الزراعة، وان يقتنع اهل الاختصاص بأهمية الزراعة».

لأنواع الأمراض التي تصيب المزارع القطرية، والآن الباحثون يحددون سبل مكافحة البيولوجية لتلك الأمراض التي تصيب النباتات». وأشار الى دور ادارة البحوث الزراعية في «اختبار البذور والشتلات قبيل ان يستعملها اصحاب المزارع بحيث يتم اختيار افضل انواع البذور ومستلزمات الإنتاج لهم». وفي ذات السياق أوضح مسعود جبار الله المري ان وزارة البلدية والبيئة» تتجه لتسليم اصحاب المزارع مستلزمات إنتاج تتمثل في شتلات بدلا من البذور التي تحتمل الانبات من عدمه واصابتها بالأمراض، لكن الشتلات مقاومة للأمراض وصفاتها الوراثية منتقاة ومختبرة بحيث تكون جاهزة للإثمار». ونوه بان توجه الوزارة الان ينصب على زراعة محاصيل تناسب بيئة قطر.

تنافس المنتجين

وفي معرض تقديمها لفقرات الندوة شددت الإعلامية بثينة عبد الجليل على أن «الحصار أحدث صحة بالمجتمع وغيره، ويات متوجبا على كل مستثمر وإقتصادي أن يكون له دور واضح، وترتب على ذلك توجه الجميع للإستثمار بمجالات التنمية الزراعية والصناعية بهدف سد الفجوات وتحقيق إكتفاء ذاتي محلي من الأغذية والسلع تستغني من خلاله الدولة عن الإستيراد من الخارج». واستشهدت بثينة عبد الجليل بعمليات التنمية التي تحدث في مجال الأمن الغذائي والزراعي من إنتاج يشكّل بدلا للمنتجات التي كانت تستوردها الدولة من قبل، وقالت«تفوق المنتج المحلي من حيث الجودة على المنتجات المستوردة بشهادة الجميع». وأضافت«على سبيل المثال تفوقت المنتجات الزراعية القطرية من الخضروات على مثيلتها المستوردة في شكل العبوة في النظافة وفي الوزن في مستوي الجودة» وأوضحت بثينة عبد الجليل أن الزراعة القطرية «اصبحت تستخدم المقاومة البيولوجية، وهو ما يحافظ على الصحة العامة». ونوهت الى ان «الرقابة في قطر من اشد انواع الرقابة في العالم، ومن هنا بات المنتج الوطني محل ثقة كل من المواطنو المقيم على حد سواء ويات جمهور المستهلكين يتجه مباشرة في المجمعات ومراكز التسوق نحو شراء المنتج الوطني، مما خلق حالة من الإهتمام». وأشادت بثينة عبد الجليل الى ان «اصحاب المزارع توجهوا بقوة نحو التوسع بمجالات الزراعة والأمن الغذائي عبر المشاركة الفعالة». وطالبت بثينة عبد الجليل ضمن فقرات الندوة المسؤولين وصناع القرار «بتوفير الحماية للمنتج الوطني لان السعر يشكل دعم كبير للمنتج ويحكم توجهات المنتجين ويحميهم من الإغراق بمنتجات اقل سعرا، كما دعت لتوفير المزيد من الدعم لمستلزمات الإنتاج



■ د. لطيفة النعيمي



■ د سيف بن علي الحجري



■ مسعود جبار الله المري



■ بثينة عبد الجليل



■ د. علي حسن دبا



أنشطة رمضانية للأطفال

إزدان مول الوكرة

ورشة عمل للفوانيس • إعداد سجادة الصلاة • إعداد بطاقات معايدة

شاركونا في رمضان في أنشطة مليئة بالمرح تقام في عطلات نهاية الأسبوع لجميع أفراد الأسرة.
كل خميس وجمعة وسبت من الساعة 9 مساءً حتى 12:00 منتصف الليل
بانتظاركم عند البوابة رقم (١) بإزدان مول الوكرة.

نشاط استثنائي خلال التداولات في الشهر الكريم.. متداولون:

ترقية الأسهم بالمؤشرات العالمية تعيد الانتعاش للتداولات الرمضانية



محمد السقا

عادة ما تشهد التداولات بأسواق المال خلال شهر رمضان خفوتاً وتراجعاً على صعيد القيم والأحجام، ولكن شهر رمضان من العام الجاري شهد انتعاشاً استثنائياً على صعيد قيم وأحجام التداول، والتي بلغت نحو 10 مليارات ريال خلال 15 جلسة تداول رمضان على نحو 175 مليون سهم وتنفيد نحو 85 ألف صفقة. «رمضانيات» استطلع آراء عدد من المتداولين داخل قاعة التداول بمقر البورصة، وأكدوا أن التداولات خلال شهر رمضان من هذا العام تنقسم بارتفاع حجم التداولات، بينما أشاروا إلى أن طوقس التداول بالنسبة لهم لازالت كما هي مقارنة بما قبل شهر رمضان خاصة وأن وقت جلسة التداول ثابت خلال الشهر مقارنة بالشهور الأخرى.

يقول المستثمر ناصر سالم النعيمي إنه خلال السنوات الماضية كان توقيت شهر رمضان يأتي بعيداً عن الترقبات الخاصة بالأسهم أو الأحداث التي تؤثر بشكل استثنائي على طبيعة التداولات وأحجامها، ولكن خلال شهر رمضان الجاري تم الإعلان عن ترقية الأسهم القطرية على مؤشر msci وتبعها الترقية الأخرى المتعلقة بالأسهم المدرجة على مؤشر fse، مشيراً إلى أن تلك الترقية ظهرت بشكل كبير على التداولات التي تخطت في أكثر من جلسة حاجز النصف مليار ريال ووصلت إلى أن تخطت 3,5 مليار ريال خلال آخر جلسة من شهر مايو الماضي. ويتحدث المستثمر محمد سالم

الدريوش عن أن بركات الشهر الكريم

حلّت خلال هذا العام على البورصة، فبعد أن كان متوسط التداول عادة خلال شهر رمضان من الأعوام الماضية لا يتخطى 150-200 مليون ريال في الجلسة الواحدة، ونجد أنه يتخطى في حدود 500-600 مليون ريال في الجلسة، وهو ما دفعهم إلى تركيز التداولات مرة أخرى خلال الشهر وإعادة الانتعاش والانتباه إلى العديد من المتداولين.

أما المستثمر راشد السعدي فيؤكد أن الأمر المهم الآخر بالإضافة إلى ارتفاع حجم التداولات هو الأداء الإيجابي على صعيد المؤشر العام، وحالياً المؤشر يتخذ اتجاهًا صاعداً، وهو ما يدعم إقبال العديد من المستثمرين على التداول خلال الشهر الكريم، ويعتقدون أن يتخذ شهر رمضان اجازة عادة من التداول.

ويستطلع «رمضانيات» آراء المتداولين في قاعة التداول بالبورصة حول الطوقس الخاصة بهم طوال الشهر، ويتحدث سالم النعيمي عن أن الطوقس لا تتغير كثيراً في الصباح مع الوصول في حدود الساعة التاسعة صباحاً إلى مقر قاعة التداول ومن ثم متابعة السوق وتنفيذ الأوامر الخاصة بشراء وبيع الأسهم، ومتابعة تحركات الأسهم خاصة من قبل المؤسسات الأجنبية التي تصاعد نشاطها بشكل كبير خلال الشهر الجاري.

ويؤكد محمد سالم الدريوش أنهم كعادتهم يبدؤون التواجد في الصباح حتى موعد صلاة الظهر ويصلون جماعة في مسجد القاعة كما هي عادتهم طوال



تداولات رمضان نشطة في بورصة قطر



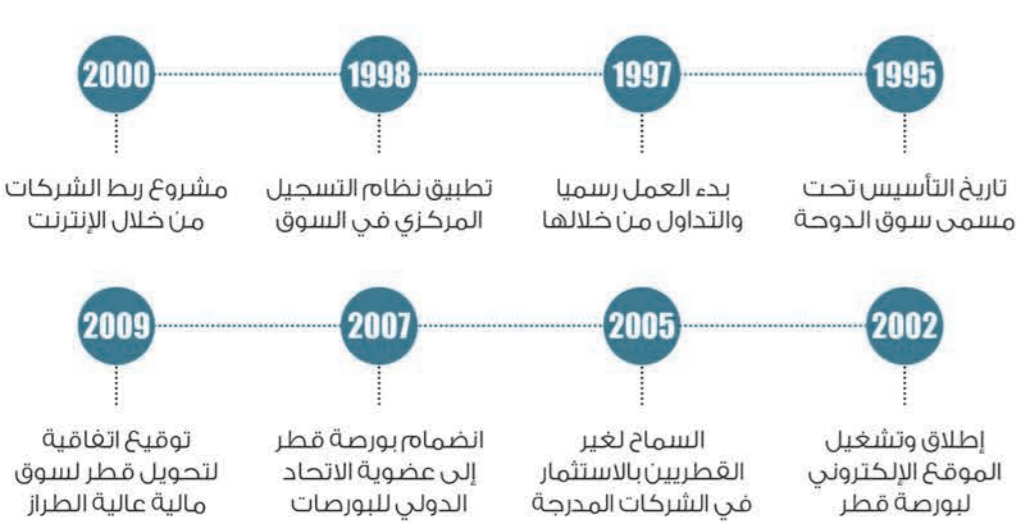
ملخص تداولات البورصة خلال 15 جلسة تداول



صناديق المؤشرات



محطات زمنية للبورصة القطرية



10 مليارات ريال تداولات البورصة في 15 جلسة بالشهر الكريم

بلغ إجمالي قيم التداولات خلال الفترة من 17 مايو الماضي إلى 5 يونيو الجاري وجميعها خلال شهر رمضان المبارك، نحو 10 مليارات ريال على 175 مليون سهم وتنفيذ 85 ألف صفقة، وسط نشاط ملحوظ على صعيد قيم التداولات وأحجامها وعدد الصفقات المنفذة بدعم من ترقية الأسهم القطرية على مؤشر MSCI و FTSE. وكانت البورصة قد سجلت خلال جلسة 31 مايو الماضي أعلى مستوى منذ جلسة 28 مايو 2014، بعد أن بلغت 3.51 مليار ريال، بدعم من تنفيذ المراجعة نصف السنوية لمؤشر MSCI. وتشير بيانات «رمضانيات» إلى أن المؤسسات الأجنبية قامت خلال الجلسات الماضية من شهر رمضان المبارك ببيع أكثر من 2 مليار ريال على هيئة صافي شراء مسجل خلال نحو 15 جلسة تداول. ويذكر أنه وفقاً لمسح خاص قام به «رمضانيات» على مدار نحو 250 جلسة تداول خلال

القوية مقارنة بالأسواق المجاورة والأسواق الناشئة حول العالم، وهي ارتفاع نسبة العائد الاستثماري الذي يمكن حسابه عبر قسمة قيمة التوزيعات النقدية التي أقرتها الشركات في 2017. ويضيف سالم النعيمي أن رفع نسب تملك الأجانب إلى 49% في عدد من الأسهم المدرجة وخاصة شركات «قطر للبتترول» تسبب في تقديم دفعة أخرى إيجابية للسوق، وهي التي تتمثل في جذب مزيد من المؤسسات «الخاملة» التي تتبع عادة المؤشرات العالمية المدرجة بها بورصة قطر مثل MSCI وفوتسي، والتي عادة ما تنفذ عملياتها على الأسهم تبعاً للوزن النسبي لكل سهم والسوق بشكل عام، وهو ما يتوقع أن يرتفع خلال الفترة المقبلة، كما يتوقع أن يؤدي ارتفاع أسعار النفط إلى مزيد من الدفع بقوة نحو دعم المؤشرات التشغيلية للأسهم القطرية، لأنه على الرغم من تخطي أسعار النفط من مستوى 75 دولاراً للبرميل وهو أعلى مستوى لها منذ 4 سنوات، إلا أن مؤشر بورصة قطر لم يتعاطف فنياً معها حتى الآن، ولم يسجل معال الارتباط مع تلك القفزة الكبيرة في أسعار النفط القيمة المرتفعة المعتادة، ولذلك يرجح المتابعون للسوق أن تشهد الفترة المقبلة مزيداً من الارتباط بين أداء المؤشر وبين أسعار النفط التي يتوقع أن يكون انعكاسها ملموساً على نتائج الشركات خلال نتائج الربع الثاني والثالث من العام الجاري.



سالم النعيمي

حيث ينتظر أن تشهد الفترة المقبلة وفقاً لتصريحات المسؤولين إدراج 4 شركات على الأقل خلال 2018. وتمكنت الشركات المدرجة من تحقيق أداء قوي على صعيد الأرباح، حيث ارتفعت مجموعة من المحفزات القوية التي تسببت في موجة الشراء الاستثنائية خلال الربع الأول من 2018، بعد أن بلغ إجمالي صافي أرباحها 10,95 مليار ريال مقارنة بنحو 10,64 مليار ريال خلال الربع الأول من العام الماضي، وعزز أداء الشركات المدرجة خلال الثلاثة أشهر الأولى من العام الجاري، نتائج شركات قطاعات البنوك والصناعة والخدمات والنقل التي سجلت نمواً قوياً، بينما تراجعت أرباح الشركات المدرجة ضمن قطاع العقارات والتأمين والاتصالات، كما يظهر عدة محفزات قوية التي ينتظر أن يظهر تأثيرها خلال بقية شهور العام، أبرزها الإجازات الجديدة المتوقعة



راشد السعدي

إعلان نتائج العام الماضي ونتائج أرباح الربع الأول من العام الجاري بعد أن تمكنت الشركات المدرجة من تحقيق أداء قوي على صعيد الأرباح، حيث ارتفعت مجموعة من المحفزات القوية التي تسببت في موجة الشراء الاستثنائية خلال الربع الأول من 2018، بعد أن بلغ إجمالي صافي أرباحها 10,95 مليار ريال مقارنة بنحو 10,64 مليار ريال خلال الربع الأول من العام الماضي، وعزز أداء الشركات المدرجة خلال الثلاثة أشهر الأولى من العام الجاري، نتائج شركات قطاعات البنوك والصناعة والخدمات والنقل التي سجلت نمواً قوياً، بينما تراجعت أرباح الشركات المدرجة ضمن قطاع العقارات والتأمين والاتصالات، كما يظهر عدة محفزات قوية التي ينتظر أن يظهر تأثيرها خلال بقية شهور العام، أبرزها الإجازات الجديدة المتوقعة



محمد سالم الدريوش

بينما يكون الحديث حول البورصة الاقتصاد بوجه عام خلال المجالس بعد صلاة العشاء، وتصفح الصحف والمواقع الإلكترونية، وغيرها من السوالف الاقتصادية كما يقول الدريوش. ويلتقط طرف الحديث المستثمر راشد السعدي الذي يقول أنه لا زال مؤمناً بأن بركات الشهر الكريم حلّت هذا العام على البورصة القطرية، والافتتحتها جاءت خلال مرور عام من الحصار الجائر على دولة قطر، وسط ارتفاع قوي على صعيد المؤشرات والسيولة وأحجام التداول وعدد الصفقات المنفذة، وكذلك على صعيد إقبال المستثمرين من الخارج على شراء الأسهم القطرية وهو ما يعد شهادة ثقة للاقتصاد القطري والأسهم القطرية المدرجة ضمن البورصة. ويضيف بشائر الخير هلت منذ بدء

«بورصة قطر» واجهة الاقتصاد الوطني

وتمثل الاتفاقية مع بورصة NYSE Euronext بداية مرحلة جديدة بالنسبة لبورصة قطر، وقد ساعدت هذه الشراكة على جعل بورصة قطر سوقاً من الطراز العالمي وتعزيز مركز الدوحة لتكون مركزاً مالياً إقليمياً حيث يجري العمل على استحداث منتجات جديدة ليتم تداولها في البورصة وتعزيز الإمكانات التكنولوجية وتسهيل إمكانية دخول المستثمرين والجهات المصدرة إليها. وتخضع بورصة قطر لائحة هيئة قطر للأسواق المالية، وهيئة قطر للأسواق المالية هي هيئة رقابية مستقلة تختص بالإشراف على سوق رأس المال

المهم في الشرق الأوسط. كما أعيدت تسمية السوق لتأخذ اسم بورصة قطر بعد توقيع اتفاقية ويتمحور الهدف الأساسي للبورصة في دعم الاقتصاد القطري من خلال تزويد المستثمرين بمنتجات وخدمات عالية الجودة، وتوقيع اتفاقية مع بورصة NYSE Euronext من أجل تشجيع شركة استراتيجيات بهدف تحويل سوق الدوحة للأسواق المالية إلى بورصة دولية وفقاً لأعلى المستويات، كما وفرت هذه الشراكة فرصاً قيمة لبورصة Euronext NYSE في إثبات وجودها

تأسست سوق الدوحة للأوراق المالية عام 1995 وبدأت عملها رسمياً في عام 1997 ومنذ ذلك الوقت تطورت البورصة لتصبح واحدة من أهم أسواق الأسهم في منطقة الخليج. وفي يونيو 2009، قامت شركة قطر القابضة، وهي الذراع الاستثماري لجهاز قطر للاستثمار، بتوقيع اتفاقية مع بورصة NYSE Euronext من أجل تشجيع شركة استراتيجيات بهدف تحويل سوق الدوحة للأسواق المالية إلى بورصة دولية وفقاً لأعلى المستويات، كما وفرت هذه الشراكة فرصاً قيمة لبورصة Euronext NYSE في إثبات وجودها



البقدونس

الفوائد والأضرار

أسماء البقدونس في العالم العربي

البقدونس	المعدنوس	كرفس	ماتت
في بلاد الشام	في الجزائر وليبيا والمغرب العربي	في العراق	في مصر قديماً

البقدونس يسهل عملية هضم أطباق الطعام التي نتناولها يومياً، إضافة لدعمه لصحة القلب والدم بسبب احتوائه على فيتامينات ومعادن هامة يمتلك البقدونس الكثير من العناصر الغذائية التي تجعله من أكثر الأعشاب أهمية واستخداماً في المطبخ العربي حتى أنه يستعمل كمادة رئيسية في بعض الأكلات الشعبية كـ «التبولة» في بلاد الشام. ولكن ما هي الحقائق الغذائية خلف كل هذه الشهرة للبقدونس؟



كمية المادة الغذائية في 100 جرام من البقدونس

المادة الغذائية		البروتين	الدهن	الكربوهيدرات	الحريرات
فيتامين A	8425	3	0.5	6.3	36
فيتامين C	133	جرام	جرام	جرام	حريرة
فيتامين E	0.7	وحدة دولية			
فيتامين B6	0.1	ميكروجرام			
الكالسيوم	138	ميكروجرام			
الحديد	6.2	ميكروجرام			
المغنيزيوم	50	ميكروجرام			
الفوسفور	58	ميكروجرام			
البوتاسيوم	554	ميكروجرام			
الصدويوم	56	ميكروجرام			
الزنك	1.1	ميكروجرام			
النحاس	0.1	ميكروجرام			
المنغنيز	0.2	ميكروجرام			
السيلينيوم	0.1	ميكروجرام			
الماء	87.7	جرام			

فوائد البقدونس للصحة

عملية الهضم

يعتبر من أكثر النباتات فائدة للأشخاص الذين يعانون من سوء الهضم أو فقدان الشهية

مرض السكري

الميسترین لها آثار جيدة لمنع وتخفيف مرض السكري، وذلك لأنها تخفف من معدلات السكر في الدم

العظام

يحتوي على فيتامين K الذي يحسن من امتصاص الكالسيوم ويحافظ على صحة العظام

سرطان الثدي

يحتوي على مادة أبيغنين والتي تساهم في خفض حجم الورم السرطاني في سرطان الثدي

سرطان الجلد

يحتوي على الميرستين وهي من المواد المضادة للأكسدة حيث تساهم في الوقاية من سرطان الجلد

أضرار الإكثار من تناول البقدونس

الذين يعانون من أمراض الكلى يجب عدم تناول شاي البقدونس حيث يؤدي لتشكيل الحصى في الكلى

تؤدي المبالغة في شرب شاي البقدونس عند الحوامل إلى النزيف الرحمي وبالتالي الإجهاض في بعض الحالات.

يسبب البقدونس لبعض الأشخاص الذين لديهم تحسس من بعض مكوناته طفحاً جلدياً.

عند الحمل والإرضاع ينصح بعدم تناول كميات كبيرة من البقدونس من أوراق وجذور وبذور والزيت أيضاً.



عام بعد عام قطر للأمام

#معا لدعم المنتجات الوطنية
#MadeInQatar



جورمية دجاج كيدي ناجتس
٤٠٠x٢ جم
Gourmet Kiddy Nuggets
2 x 400g
ريال **17.25**
QR



جورمية كباب بقرى ٤٠٠x٢ جم
Gourmet Beef Kabab
2 x 400g
ريال **19.50**
QR



جورمية دجاج تندر
٤٠٠x٢ جم + ١ مجاناً
Gourmet Chicken Tenders
2 x 400g + 1 FREE
ريال **25.75**
QR



دندي فواكه زيادي متنوعة ١١٠ جم
Dandy Fruit Yoghurt
110gm (Assorted) 1 Pc
ريال **1.50**
QR



بلدنا زيادي بقرى ٥ x ١٧٠ ج + ١ مجاناً
Baladna Fresh Yoghurt
5 x 170g + 1 FREE
ريال **5.75**
QR



بلدنا ارز بالطيب ٤ x ١٧٠ جم
Baladna Rice Pudding
4 x 170g
ريال **19.25**
QR



دندي بون بون متنوع ٢٣٨ مل
Dandy Bonbon Ice Cream
238ml (Assorted) 1 Pc
ريال **9.50**
QR



بريك تايم عصير متنوع
كرتون ١٨ x ٢٠٠ مل
Break Time Juice
18 x 200ml (Assorted)
ريال **19.50**
QR



مياه الريان ٣٠ x ٣٣٠ مل
Rayyan Mineral Water
30 x 330ml
ريال **13.50**
QR



كيو بيك كيك صغير ٣ حزم
Qbake Mini Muffin 3 Packs

ريال **9.75**
QR



مونا ساي شيبس ٢٥ x ١٦ جم
Munah Say Chips Mix
25 x 16g (Assorted)

ريال **10**
QR

باحترافات مميزة تستمر حتى 31 أغسطس

انطلاق فعاليات «صيف قطر 5» في 14 يونيو

الجليد وألعاب الركوب وألعاب المهارات وألعاب الفيديو، بالإضافة إلى العروض الترفيهية الحية. وسوف تتيح المدينة لروادها أيضاً فرصة مواكبة أجواء الإثارة المصاحبة لبطولة كأس العالم وذلك أثناء تناولهم الطعام والشراب أو قيامهم بالتسوق عبر بعض المتاجر. وتفتح المدينة أبوابها يومياً من الساعة 2 ظهراً وحتى 11 مساءً. ويبلغ ثمن تذكرة الدخول للفرد الواحد 15 ريالاً، فيما تبلغ قيمة التذكرة التي تسمح لحاملها بالدخول على مدار اليوم 150 ريالاً، أما أسعار الألعاب فستتراوح ما بين 10 ريالاً إلى 35 ريالاً.

تسوق واربح

تقدم مراكز التسوق الـ 11 المشاركة في المهرجان عروضاً ترويجية خاصة وخصومات تصل حتى 50%، وفي مقابل كل 200 ريال قطري يتم إنفاقها في أي من مراكز التسوق المشاركة في مهرجان صيف قطر، سيحق للمتسوقين دخول ثلاثة سحبيات تتاح لهم خلالها فرصة الفوز بإحدى الجوائز من بين 27 جائزة نقدية مقيمة تبلغ قيمتها الإجمالية مليوني ريال أو الفوز بسيارة لامبورجيني هوراكان (موديل 2018). خلال مدة مهرجان صيف قطر، تقدم نحو 50 فندقاً من فئة الـ 5 نجوم والـ 4 نجوم باقة العروض والتخفيضات على وجبة الضحى والدخول إلى الشاطئ وحمامات السباحة والإقامة والاستفادة من الخدمات التي تقدمها الأندية الصحية، وللتعرف على العروض التي يقدمها كل فندق، يمكن للراغبين زيارة الموقع الخاص بالمهرجان: qatarsummerfestival.qa



■ جانب من فعاليات مهرجان صيف 2017

القطرية (20 دقيقة) خلال أيام العيد. وتشمل مراكز التسوق المشاركة في المهرجان مول الخور، ومول المرقاب، ومول بي سكوير، ودوحة فستيفال سيتي، ومول الخليج، وحياء بلازا، ومول لاندمارك، وقطر مول. ويقدم لاجونا مول فعاليات خاصة بكأس العالم، بما يتيح لمرتادي المركز مشاهدة مباريات البطولة مباشرة.

تعود المدينة الترفيهية التي تعد الوجهة المفضلة للعائلات لتفتح أبوابها للجمهور في اليوم الأول من عيد الفطر، وتضم المدينة الترفيهية المقامة على مساحة واسعة من مركز الدوحة للمعارض والمؤتمرات، العديد من الأقسام مثل أكبر قلعة منفوخة في العالم وملعب مصغر للجولف وحلبة تزلج على

أكثر من 40 منفذاً توفر العديد من خيارات الأطعمة والمشروبات. تقدم مراكز التسوق المشاركة في مهرجان صيف قطر ابتداءً من اليوم الأول للعيد وحتى اليوم الخامس، مجموعة من العروض الترفيهية لمرتاديهما من المتسوقين والعائلات، وبالإضافة إلى ذلك، فسوف تقام العروض التالية ثلاث مرات يومياً بالتناوب بين مراكز التسوق المشاركة في المهرجان:

دببة «فلافي بيرز» (20 دقيقة)، وعلاء الدين والجني (25 دقيقة)، وعرض الجميلة والوحش (30 دقيقة)، ومدغشقر: مغامرة موسيقية (45 دقيقة)، وأميرات ديزني (45 دقيقة). ولإضفاء نكهة محلية من التراث القطري، فسوف تستضيف مراكز التسوق العرضة

والإرث ووزارة الثقافة والرياضة، وذلك لإقامة منطقة للمشجعين في صالة علي بن حمد العطية، والتي سوف تتواصل فعالياتها وأنشطتها من الخميس 14 يونيو حتى ختام مباريات كأس العالم الموافق الأحد 15 يوليو.

وسيكون الدخول إلى منطقة المشجعين مجاناً، بما يتيح الفرصة لسكان قطر وزوارها من عشاق كرة القدم لمواكبة الإثارة التي تصاحب البطولة الأكثر متابعة حول العالم ويخلق أجواء رائعة تحاكي أجواء كأس العالم.

وبالإضافة إلى عرض جميع المباريات مباشرة داخل منطقة المشجعين، فسوف تقدم المنطقة لمرتاديهما مجموعة متنوعة من العروض والفقرات الموسيقية الحية والأنشطة الترفيهية والألعاب، وكذلك

مضانيات

يدشن مهرجان صيف قطر، والذي يقام تحت شعار «لؤلؤ صيفك» نسخته الخامسة التي تنطلق في 14 يونيو وتستمر حتى 31 أغسطس، بباقة متنوعة من الفعاليات والأنشطة الترفيهية والعروض المميزة، وذلك للاحتفال بعيد الفطر المبارك خلال الأسبوع الأول من المهرجان الذي يعد الأطول مدة ضمن رزنامة المهرجانات السنوية.

وعلمت مشاعر شهيدك، مدير المهرجانات والفعاليات السياحية في الهيئة العامة للسياحة، قائلة: «لقد استطاع مهرجان صيف قطر أن يرسخ مكانته على مدى السنوات الماضية حتى أصبح مرادفاً للفعاليات الترفيهية التي تلبي تطلعات جميع أفراد الأسرة، وموسماً لعروض الضيافة والتسوق الجذابة بما يضيف أجواءً من البهجة والمرح على فصل الصيف. وفي نسخته الخامسة يسرنا للغاية أن نضيف فعاليات خاصة من أجل عشاق الرياضة وكرة القدم حتى يتسنى لهم الاستمتاع ببطولة كأس العالم لكرة القدم المرتقبة، ويشكل المهرجان الذي ينطلق هذا العام مع عيد الفطر وحتى نهاية أغسطس، جزءاً أساسياً من جهودنا لتنشيط القطاع السياحي عبر تنوع العروض السياحية التي توفرها قطر وتنوع أسواقها السياحية المصدرة».

منطقة للمشجعين

نظراً لتزامن نسخة هذا العام من المهرجان مع بطولة كأس العالم 2018 لكرة القدم في روسيا، فقد أبرم مهرجان صيف قطر شراكة مع كل من اللجنة العليا للمشاريع

مجموعة جديدة من المشاريع في «دكان» بداية الرمضاني

النسائية والرجالية، وإكسسوارات الهواتف النقالة، والاكسسوارات المنزلية، بالإضافة إلى المشاريع الصحية.

في هذه المناسبة قالت السيدة ريم السويدي، مدير عام مركز بداية لريادة الأعمال والتطوير المهني: «نهدف من خلال «دكان» بداية دعم المشاريع المحلية الصغيرة والمتوسطة، عن طريق عرض المنتجات الخاصة بهم بطريقة مبتكرة ومختلفة، بهدف استقطاب الزوار وتعريفهم بتلك المنتجات. كما تتغير تلك المشاريع كل أسبوعين من أجل إتاحة الفرصة أمام أكبر عدد من رواد الأعمال للمشاركة والتعريف بمشاريعهم».

وأضافت: «أتاح «دكان» بداية الفرصة لظهور مشاريع وأفكار جديدة من شأنها أن ترفد السوق المحلي بمنتجات وطنية، كما يوجد بالدكان بجانب كل مشروع نبذة تعريفية عن نشاطهم، ومنتجاتهم بالإضافة إلى تواجد عدد من الشباب المتطوعين للعمل في الدكان، والذين يتم اختيارهم بعناية من قبل إدارة المركز».

مضانيات

انضمت مؤخراً مجموعة جديدة من المشاريع الصغيرة والناشئة لـ «دكان» بداية الرمضاني، المبادرة التي تم إطلاقها بالتعاون مع «كتارا» العام الماضي ولاقت استحساناً وقبولاً من زوار القرية الثقافية خلال الشهر الفضيل.

تم البدء باستقبال المشاركين في دكان بداية الرمضاني قبيل الشهر الفضيل، لاتاحة الفرصة أمام أكبر عدد من المشاريع والتي تزخر جميعها بمنتجات عالية الجودة، من أجل استعراض منتجاتهم وتسويقها بشكل فعال خلال شهر رمضان المبارك من الساعة 9 مساءً ولغاية الواحدة فجراً. وشهد «دكان» بداية منذ بداية شهر رمضان المبارك مشاركة عدة مشاريع على اختلاف منتجاتها مثل الملابس للكبار وللصغار وللقرنقوعة والعيد، والعبايات، والملابس الوطنية، وأواني المطبخ، والقرطاسية التي شملت المذكرات والدفاتر والاقلام، والاكسسوارات



اجمع العائلة و الأصدقاء على الإفطار و السحور
خلال شهر رمضان الكريم
مع أشهى الأكلات والحلويات الشرقية بمطعم
الميز بنفندق رتاج الريان بالفندق

<p>رق 120 الحفلات الخارجية</p>	<p>رق 99 سحور للشهر من الساعة 12:30 صباحاً إلى الساعة 2:30 صباحاً</p>	<p>رق 140 إفطار إفطار من الساعة 9:30 مساءً</p>
--	---	--

رمضان
في قطر
Ramadan
in Qatar

RETAJ
فندق الريان
AL RAYYAN HOTEL

66025326
لحجوزات المطعم

66877907
لحجوزات الحفلات الخارجية

www.retaj-hotels.com

عرض شهر رمضان المبارك



شقة مكونة من غرفتين

3,950 رق

رمضان
كريم
RAMADAN
KAREEM

إتصل على 40212121

www.ezdanrealestate.qa

هذا العرض ساري المفعول طوال شهر رمضان فقط

✓ قرى إزدان بالوكرة 21, 22, 24, 28, 30, 31, 37

✓ عقد 12 شهراً



زوم على أسعار السوق



صفحة ترصد أسعار المواد الغذائية والخضروات والفواكه واللحوم والدواجن والأواني المنزلية وكافة السلع التي يكثر عليها الطلب خلال أيام الشهر الفضيل



الخضروات والفواكه

7.5	6	9.5	6.5	6.5	6	2	5.5	2	5
كمثرى	موز	عنب	تفاح	جزر	خيار	بطاطس	كوسة	بصل	طماطم



إقبال على التمور في رمضان

يقول حسن إبراهيم الأصمخ، رئيس قسم النباتات البرية بإدارة البحوث بوزارة البلدية والبيئة: «التمور جزء من ثقافة منطقة الخليج وتقاليدهم الدينية، والرطب زين في رمضان ويفطر أهل الخليج على رطب أو تمرات مع كوب من المياه أو العصير، لذلك يقبلون على شراء التمور بشكل مكثف».

160	عجوة المدينة
87	مبروم المدينة
85	المجهول
44.8	السكري الملكي
43	المبروم
14	الصفعي
27.8	الخلاص
22	خلاص شيوخ عجوة
23.5	زهدي

الأسماك

	60	هامور
	10	شعري
	22	خنعد
	12	كوفر
	15	صافي
	10	جد
	25	زيدي



اللحوم والدواجن

14.5	لحم خروف أسترالي
30	لحم بقر أسترالي
35	لحم ضأن سوداني
29	لحم تيس باكستاني مبرد
35	كبد بقر طازج
20	دواجن
25	فيليه دجاج
22	كبد وقوانص
30	دواجن مفرومة
14	دجاج مجمد مستورد

الأسعار / بالريال لكل كجم

سلع أخرى

2	2	9.5	14.8	13.5	2.5	6
ريال قطعة سمبوسك	لتر زيت الذرة	لتر زيت الزيتون	بيض 30 حبة	سكر أبيض	أرز بسمتي	

ضوابط التجارة في الإسلام

وثاني أهم الضوابط الشرعية هي الطيبات، ويقصد بذلك بأن توجه الأموال نحو المشروعات التي تنتج أو تتعلق بالطيبات وتساعد في تحقيق مقاصد الشريعة الإسلامية، وهي حفظ الدين والنفس والعقل والعرض والمال، ودليل ذلك من القرآن هو قول الله سبحانه وتعالى: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَنْفِقُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا كَسَبْتُمْ وَمِمَّا أَخْرَجْنَا لَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ» (البقرة: 267)، وقوله عز وجل كذلك: «وَيُجَلِّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهُمُ الْخَبَائِثَ» (الأعراف: 157)، ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم في مجال الصدقات: «إن الله طيب لا يقبل إلا طيباً» (رواه مسلم).

أما الضابط الشرعي الثالث هي المحافظة على الأموال، حيث يقوم الاستثمار الإسلامي على دوران المال والمخاطرة، ويجب أن يكون هناك توازن بين نسبة المخاطر والأغراض الاستثمارية الأخرى ومنها الربحية، فلا يجب الدخول في مخاطرة غير مجدية والتي تؤدي إلى هلاك المال، ومن ناحية أخرى يجب اتخاذ التدابير المختلفة للمحافظة على المال من الضياع أو الابتزاز أو أكله بالباطل، ولقد أشار القرآن إلى ذلك بقول الله عز وجل: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُم بَيْنَكُم بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِّنْكُمْ» (النساء: 29).

وأخيراً من أهم الضوابط الشرعية هي الأولويات الإسلامية حيث يلزم عند ترتيب المشروعات الاستثمارية بعد الإجازة الشرعية هو الالتزام بسلم الأولويات الإسلامية وهي الضروريات فالحاجيات فالتحسينات، ولقد ذكر الإمام الشاطبي «أن الضروريات هي الأشياء والمصالح التي لا تستقيم حياة الناس إلا بها، وإلا اختل نظام حياتهم، والحاجيات هي ما يحتاجه الناس للتوسعة والتيسير ورفع المشقة، أما التحسينات فهي الأشياء والأمور التي تسهل الحياة وتحسنها».



البرقوق

تحتوي ثمرتان متوسطتان من البرقوق على 70 سعرة حرارية فقط، ويعتبر البرقوق من الأطعمة المنخفضة في كثافة الطاقة، أي التي تعطي قيمة غذائية كبيرة، وسعرات حرارية قليلة مقارنة بحجمها، هذه الأطعمة تكون مثالية في حالة الرغبة في إنقاص الوزن.

70

سعرة حرارية

أرقام ومعلومات عن القرآن الكريم

في القرآن الكريم «114» سورة وأكثر من ستة آلاف آية- 6236 آية- كل ذلك في «30» جزءاً ينقسم كل منها إلى «4» أجزاء يسمى كل جزء منها بـ «الحزب»، وبذلك يضم القرآن الكريم «120» حزباً.

عدد النقاط في القرآن الكريم «1015030» نقطة- تقريباً- أما حروفه فيبلغ عددها «323670» وتكون بمجموعها «77934» كلمة قرآنية. كل سورة تتكون من جمل أو مقاطع يسمى كل منها آية.



بالنسبة للمسلم الإيطالي أو المسلم المقيم في هذا البلد فإن الشهر الكريم يعتبر مناسبة عظيمة لتقوية الروابط بين المسلمين عامة في هذا البلاد وبين أبناء الأسرة الواحدة؛ حيث إن إفتار الجميع في وقت واحد يتيح إقامة موائد الإفطار العائلية والتي قد تضم الأصدقاء أيضاً، وهذه الخاصية تنتشر في المجتمع الإيطالي المعروف أصلاً بقوة الروابط بين أفراد العائلة الواحدة. وينتظر المسلمون حلول شهر رمضان الكريم من أجل تنمية مشاعرهم الدينية وممارسة العبادات الإسلامية خلال الشهر الفضيل؛ حيث يحضر المسلمون على تناول الأطعمة التي تعدها الأسر في البلاد المسلمة، إلى جانب الحلويات الشرقية التي تشتهر المطابخ الإسلامية وخاصة العربية منها بتقديمها في شهر الصيام.

عادات صيام

لكل دولة من دول العالم عادات في الصيام تختلف عن الأخرى، ومن أبرز الدول التي تمتاز عاداتها في الشهر الفضيل بالغرابة:



إيطاليا

وجبة القدرة الفلسطينية ل 5 أشخاص

المكونات :

لحم مقطع إلى قطع متوسطة الحجم 2000 جم
4 أكواب من الأرز - رشة من الملح
ملعقة كبيرة من الكركم - ملعقة كبيرة من الهيل الحب
ملعقتين من الهيل الطازج المدقوق
6 ملاعق كبيرة من الثوم الطازج المهروس
ملعقة صغيرة من الكمون - 4 أوراق من الغار
4 حبات بصل مفروم - كوبين من الحمص المسلوق
ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود

طريقة التحضير :

نضع نصف الكمية من الزيت في قدر ضغط على نار هادئة، ثم نضيف البصل المفروم إليه، ونتركه على النار حتى ينضج مع مراعاة التقليب من وقت لآخر. نضع قطع اللحم، وورق الغار، وحبوب الهال إلى المزيج، ونقلب المكونات بشكل مستمر حتى تشوح قطع اللحم جيداً. نسكب الماء فوق المكونات، ثم ننكهها بالفلفل الأسود، ونترك الخليط على النار حتى يغلي مع مراعاة ضغط القدر لمدة نصف ساعة حتى يستوي اللحم. نفتح القدر ثم ننكهه المزيج بالملح، ونحرك المكونات جيداً ونحتفظ بالمرقة جانباً. نضع باقي كمية

الزيت في وعاء على نار هادئة، ثم نضيف شرائح البصل إليه، ونقلبها بشكل مستمر حتى تتحمر. نضيف الحمص، والقليل من الملح إلى المزيج، ثم نضيف الكمون، والفلفل الأسود، ونخلط المكونات جيداً، ثم نترك المزيج جانباً. نغسل الأرز، ثم نضيفه جيداً من الماء، ونضيف إليه الثوم، والملح، والكركم، والهال المدقوق، والفلفل الأسود، ونمزج المكونات معاً بشكل جيد. نضع نصف الكمية من الأرز في وعاء آخر للطهي، ثم نضيف خليط الحمص مع البصل الغلي، ثم نضيف باقي كمية الأرز. نسكب مرقة الدجاج فوق المزيج، نصفي



الكلفة
173
ريالاً

أربعة أكواب من مرقة اللحم بوساطة مصفاة طعام، ثم نسكبها فوق الأرز في وعاء الطهي. نضع الأرز على نار متوسطة، ونتركه حتى يغلي، ثم نغلق الوعاء جيداً، ونخفف النار لمنخفضة، ونتركه حتى يستوي الأرز تماماً. نوزع السمّن على وجه مزيج الأرز، ثم نعيد إغلاق الوعاء من جديد حتى ينضج السمّن ويتغلغل في الأرز. نرفع المزيج عن النار، ونسكبه في طبق التقديم، ثم نرتب على وجهه قطع اللحم، ونوزع المكسرات المحمصّة على وجه طبق التقديم، ثم نرش البقدونس المفروم، ثم نقدم القدرة مباشرة على مائدة الطعام.

صحة وعافية



الشيف رائد

فندق أوريكس روتانا



EZDAN HOTEL
WEST BAY TOWERS

دعونا نشجع

يحق للحائز على هذه القسيمة اختيار يومياً
وجبة خفيفة أو حلويات ومشروب ساخن أو
بارد في سبورت كافيه خلال كأس العالم ٢٠١٨



+974 4496 9600
restaurant.reservation@ezdanhotels.qa
سبورت كافيه، فندق إزدان الخليج الغربي