



كل شجرة على طبيعتها
Made By Nature



@lusailnews

العشاء
7:35المغرب
6:05العصر
3:01الظهر
11:32الشروق
5:02الفجر
3:41مواقيت
الصلاة

www.lusailnews.net



lusailnews

الخياط: 3 آلاف منفذ تجزئة في الدولة تمولها منتجات بلدنا

628.5 طن من الألبان تطرح بالأسواق يوميا

7-6 التفاصيل

عينك على



02 التفاصيل

مسابقات حديقة القرآن
النباتية تستكشف حلولاً
للتحديات المحلية

رمضان.. التزام
بالإجراءات في معظم
الدول الإسلامية

02 التفاصيل



05 التفاصيل

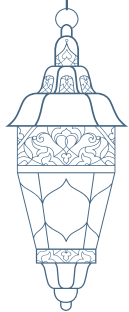
كيف انتصر الصحابة
على الطاعون والوباء؟



09 التفاصيل

تخفيف الوزن
في رمضان أثناء
الحجر المنزلي

#لأجل_قطر_كلنا_في_البيت



تقوية المناعة في رمضان مع تفشي وباء «كوفيد 19»

أكثر من تناول الخضروات
والفاكهة الغنية بالماء
والفيتامينات



اغسل يديك جيدا قبل
الأكل وبعده لمدة 20
ثانية في كل مرة



اشرب 8 إلى 10 أكواب
من الماء يوميا بين
الإفطار والسحور



تناول أغذية متوازنة
تحتوي على فيتامينات
وبروتين ونشويات



تجنب تناول الدهون
المشبعة وخاصة
الصناعية



قلل من الكافيين
كالشاي والقهوة
وغيرهما



قلل من تناول
العصائر الجاهزة
المحلاة



اقلع عن التدخين
العادي والإلكتروني
نهائيا



تجنب تناول
المشروبات الغازية
بأنواعها



مارس بعض
الرياضات المنزلية
البسيطة



استخدم الملح
المعالج باليود بدل
العادي



أكثر من تناول التمور
فهي تمد الجسم
بالطاقة

المصدر: لوسيل

By: Noureldin Medhat

www.lusailnews.net

متطوعو الهلال الأحمر يتولون تنظيم دخول المتسوقين لفروع الميرة



الزبائن ومدى التزامهم بارتداء الكمامات والقفازات ومتابعة عمليات تعقيم سيارات التسوق، ولفت انتباه «رمضائيات» التي تابعت تنفيذ تطبيق تلك الإجراءات الجديدة أنه على الرغم من هذا التشدد والصرامة في تطبيقها إلا أن فروع الميرة شهدت أمس اكتظاظا بالجمهور.

بدأت شركة الميرة الغذائية أمس تطبيق حزمة جديدة من الإجراءات الاحترازية تحت إشراف أعداد من المتطوعين التابعين للهلال الأحمر القطري، والذين يتولون تنظيم عمليات دخول الزبائن إلى فروع الميرة للتسوق، حيث اصطف الجمهور طوابير طويلة أمام عدد من الفروع انتظارا أن يحل عليهم الدور للدخول، وحرصت العناصر الأمنية التابعة للشركة على تفقد



04 التفاصيل

بمشاركة أكثر من 300 طالب ومعلم

مسابقات حديقة القرآن النباتية تستكثف حلولاً للتحديات المحلية



شارك أكثر من 300 طالب ومعلم في مسابقتي «باحث النبات اليافع» و«الأمن الغذائي» اللتين نظمتهم حديقة القرآن النباتية خلال العام 2019 - 2020، واختتمتا مؤخرا، بهدف مساعدة الطلاب على استكشاف الحلول لعدد من التحديات الملحة في دولة قطر.

وأوضحت فاطمة صالح الخليفي، مدير حديقة القرآن النباتية، قائلة: «تهدف حديقة القرآن النباتية من خلال برامجها التعليمية ومسابقاتها البحثية إلى دعم الطلاب والشباب في قطر وتشجيعهم على البحث عن حلول عملية من خلال البحوث العلمية لمواجهة تحديات الأمن الغذائي والتحديات البيئية الأخرى التي تواجه بلدنا قطر في ظل الظروف المناخية الحالية. أقدم خالص تهنئي للطلاب والطالبات النابغين، فجهودهم وأبحاثهم ستسهم بالتأكيد في دعم التزام قطر بتحقيق الأهداف العالمية للتنمية المستدامة».

وقالت الطالبة جوهرة عادل من مدرسة رفيدة بنت كعب الإعدادية للبنات: «كان موضوع بحثنا هو تصميم نموذج لتلقيح المياه باستخدام نبات المورينجا اولىفيرا، وقد استمتعت بالمشاركة في هذا المسابقة، واتمنى أن تكون هناك مسابقات أخرى مماثلة في المستقبل».

بينما قال جبر محمد الدوسري من مدرسة الدوحة الثانوية للبنين: «أعتقد أن هذه المسابقة ممتازة في فكرتها ومضمونها، وقد اكتسبت من خلالها

روح الثقة والقدرة على التواصل مع لجنة التحكيم والتعبير عن فكرة البحث وتوصيلها لهم».

شهدت النسخة الرابعة من مسابقة «باحث النبات اليافع» التي نظمتها حديقة القرآن النباتية بالتعاون مع قسم البحث العلمي بإدارة المناهج في وزارة التعليم والتعليم العالي، مشاركة أكثر من 150 طالبا ومعلما من نحو 40 مدرسة. وقدمت لجنة تحكيم علمية المصنقات البحثية للطلاب أثناء المعرض البحثي الذي أقيم في فبراير الماضي، وتعتزم حديقة القرآن النباتية نشر ملخصات أفضل البحوث المشاركة في كتاب تذكاري مستقبلي.

وفي مسابقة «باحث النبات اليافع» لهذا العام، فازت المشاريع البحثية

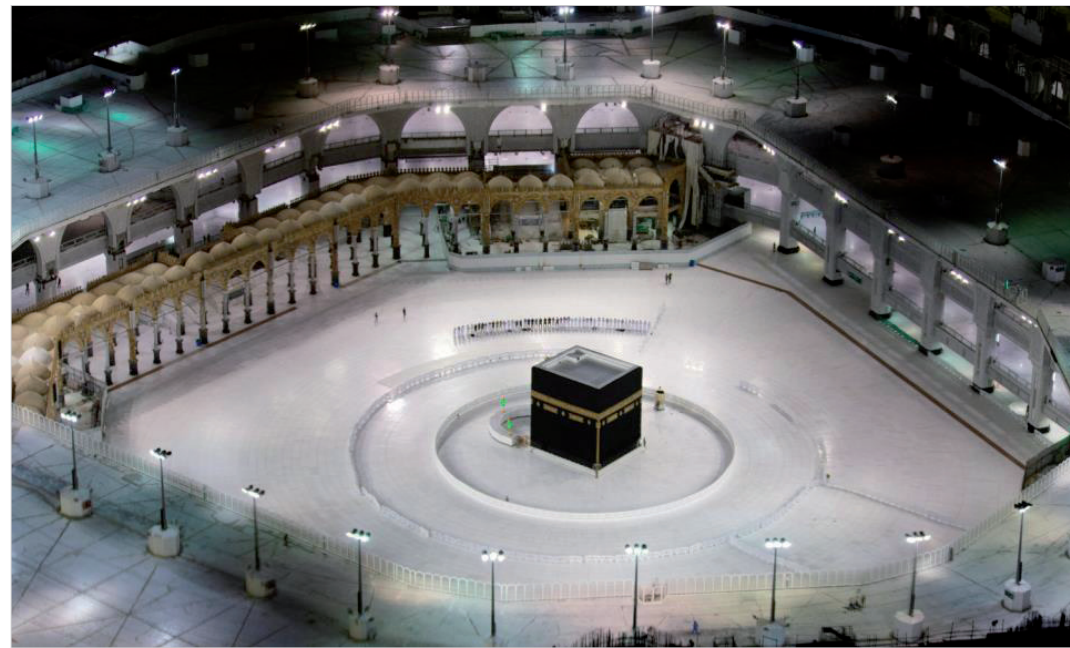
المقدمة من طالبات مدرسة رفيدة بنت كعب الإعدادية للبنات بالمركزين الأول والثالث، بينما جاءت مدرسة زينب الإعدادية للبنات في المركز الثاني، وحازت مدرسة الدوحة الثانوية للبنين على المركز الثالث.

من ناحية أخرى، شارك 140 طالبا من 24 مدرسة في مسابقة «الأمن الغذائي» التي تشجع على الممارسات الزراعية الحديثة التي تجعل الاستثمارات في هذا القطاع مجدية، حيث فازت مدرسة قطر للعلوم المصرفية وإدارة الأعمال الثانوية للبنات بالمركز الأول بينما حصلت مدرسة الشحانية الثانوية للبنات على المركز الثاني وجاءت مدرسة دخان الثانوية للبنات في المركز الثالث.



لحظة نادرة في تاريخ الإسلام الممتد إلى 1400 عام

رمضان.. التزام بالإجراءات في معظم الدول الإسلامية



التدابير الاحترازية لصلاة الجماعة والتراويح في رمضان (رويترز)



في تقريره بصحيفة نيويورك تايمز حول بداية رمضان في العالم الإسلامي أمس مع تفشي وباء كورونا، كتب ديكلان والش أن الأماكن المقدسة في الإسلام باتت مهجورة بشكل ملحوظ مع بدء الشهر المبارك، لكن المسلمين في بعض الأماكن كانوا يقاومون الإغلاقات الشاملة بطرق يمكن أن تنشر الفيروس.

واعتبر الكاتب هذا التوقيت لحظة نادرة في تاريخ الإسلام الممتد إلى 1400 عام، ومعلما واقعا آخر في مسيرة فيروس كورونا.

فقد خيم الصمت على الكعبة المشرفة يوم الجمعة، مع أول أيام رمضان، حيث ألقى الفيروس بظلال كثيفة على شهر الصيام، والصلاة والتواصل الاجتماعي الذي هو ركن أساسي من أركان الإيمان لـ 1.8 مليار مسلم منتشرين في أنحاء العالم.

وكان إغلاق المسجد الحرام بمكة المكرمة والمسجد النبوي بالمدينة المنورة من بين عشرات آلاف الأماكن في العالم الإسلامي التي منعت فيها صلاة الجماعة، وقيدت التجمعات العائلية، مما جعل المصلين يشعرون بأن رمضان هذا العام لا مثيل له.

ومع ذلك، تحدى علماء الدين والمصلون في بعض البلدان القيود أو ضعفوا على حكوماتهم لتخفيف أوامرها مما أثار مخاوف من أن رمضان هذا العام قد يؤدي إلى زيادة عدد الإصابات بالمرض. فرغم إلغاء صلاة الجماعة بعاصمة إندونيسيا، أكثر دول العالم من حيث عدد المسلمين،

نادي قطر يطلق المسابقة الرمضانية «آية في سورة»

أعلنت اللجنة الثقافية بنادي قطر الرياضي عن انطلاق المسابقة الرمضانية «آية في سورة» المتمثلة في تقديم الحل اليومي لنص المسابقة بكتابة اسم السورة وعدد آياتها وذكر السورة مكية أو مدنية وذلك طوال شهر رمضان المبارك.

ويمكن للمشاركين في المسابقة الاطلاع على نصوصها عبر الرابط الإلكتروني: <https://forms.gle/YEVHXs4crTdtFhtQ7>

وقال رئيس اللجنة الثقافية السيد محمد سلطان فخرو إنه سوف يتم الإعلان عن نتيجة الفائزين بشهر شوال إن شاء الله ويتم تكريم أفضل (20) بجوائز قيمة. مشددا على أن المسابقة تندرج ضمن برامج وأنشطة اللجنة الثقافية وتحت إشراف إدارة الشؤون الشبابية بوزارة الثقافة والرياضة.

وبين أن إقامة المسابقة سنوياً تهدف إلى المساهمة في الارتقاء بالثقافة الدينية لدى الشباب وأنه تم تشكيل لجنة المسابقة الرمضانية برئاسة الدكتور أحمد مصطفى سالم مشرف عام اللجنة الثقافية وعلي الغواص المري منسق اللجنة الثقافية وعبد الله عبد الرحمن فخرو مسؤول الأنشطة والفعاليات الشبابية لتقييم المشاركات الخاصة للمسابقة وإعلان نتيجة الفائزين خلال شهر شوال المقبل.

كانت المساجد مكتظة في «أشبه» ذات الحكم الذاتي حيث أفتى علماء الإقليم بإمكانية مواصلة الصلاة، وحضر صلاة الجمعة بمسجد بيت الرحمن الكبير نحو عشرة آلاف شخص، كما ذكرت وسائل الإعلام المحلية.

وقال البعض إنهم يضعون سلامتهم بين يدي الله، حتى عندما كانوا يضعون الكمادات. وقال أحد المصلين ويدعى توفيق كيلانا وهو يرتدي كمامته «الله هو الذي يقرر ساعة أجلنا، ولكننا سنأخذ حذرنا».

وفي باكستان حيث بدأ رمضان أمس السبت، رضخ رئيس الوزراء عمران خان للضغط من علماء الدين لإبقاء المساجد مفتوحة لكنه نصح المصلين بمراعاة قواعد التباعد الاجتماعي. لكن مقاطعة السند الجنوبية التي تسيطر عليها المعارضة أعلنت حظر صلاة الجماعة خلال شهر رمضان.

وعلق الكاتب في نيويورك تايمز بأن القيود المفروضة على شهر رمضان بالنسبة للعديد من المسلمين يمكن أن تكون مؤلمة للغاية، وقد بدت بالفعل علامات التوتر.

ففي مصر، خرج عشرات المواطنين في الإسكندرية مساء الخميس حاملين نموذجا للكعبة على أكتافهم في تحد لحظر التجمعات العامة، ولكن سرعان ما اعتقلت الشرطة منظمي الاحتجاج.

وتقول الصحيفة إن المناسبات الإسلامية وفرت بالفعل وقودا لانتشار المرض، أما ماليزيا، وهي إحدى الدول الأكثر تضررا من الوباء جنوب شرق آسيا، فقد منعت الناس يوم الخميس من

العودة إلى مسقط رأسهم في رمضان، ومددت فترة الإغلاق الشامل لمدة أسبوعين آخرين.

وفي جميع أنحاء العالم الإسلامي كان لكل دولة نهجها الخاص مع بداية الشهر المبارك. فقد سمحت بنغلاديش بصلاة التراويح ولكنها قصرتها على 12 شخصا في كل مسجد. وفي سنغافورة وبروناي حظرت المبارزات الرمضانية التي تباع المنتجات الاحتفالية. وعودة إلى الديار المصرية، أمر شيخ الجامع الأزهر المسلمين بتأدية صلواتهم بالمنزل والتزم معظمهم بذلك أمس الأول الجمعة. ولكن حي الزمالك القاهري شهد تجمع الرجال في شارع مزدحم لتأدية الصلاة، وهي علامة أخرى على أن العديد يتحدون القيود بالفعل، ومع ذلك لم تتدخل الشرطة.

تسبب عليها المعارضة أعلنت حظر صلاة الجماعة خلال شهر رمضان.

وعلق الكاتب في نيويورك تايمز بأن القيود المفروضة على شهر رمضان بالنسبة للعديد من المسلمين يمكن أن تكون مؤلمة للغاية، وقد بدت بالفعل علامات التوتر.

ففي مصر، خرج عشرات المواطنين في الإسكندرية مساء الخميس حاملين نموذجا للكعبة على أكتافهم في تحد لحظر التجمعات العامة، ولكن سرعان ما اعتقلت الشرطة منظمي الاحتجاج.

وتقول الصحيفة إن المناسبات الإسلامية وفرت بالفعل وقودا لانتشار المرض، أما ماليزيا، وهي إحدى الدول الأكثر تضررا من الوباء جنوب شرق آسيا، فقد منعت الناس يوم الخميس من

العودة إلى مسقط رأسهم في رمضان، ومددت فترة الإغلاق الشامل لمدة أسبوعين آخرين.

وفي جميع أنحاء العالم الإسلامي كان لكل دولة نهجها الخاص مع بداية الشهر المبارك. فقد سمحت بنغلاديش بصلاة التراويح ولكنها قصرتها على 12 شخصا في كل مسجد. وفي سنغافورة وبروناي حظرت المبارزات الرمضانية التي تباع المنتجات الاحتفالية. وعودة إلى الديار المصرية، أمر شيخ الجامع الأزهر المسلمين بتأدية صلواتهم بالمنزل والتزم معظمهم بذلك أمس الأول الجمعة. ولكن حي الزمالك القاهري شهد تجمع الرجال في شارع مزدحم لتأدية الصلاة، وهي علامة أخرى على أن العديد يتحدون القيود بالفعل، ومع ذلك لم تتدخل الشرطة.

بلدنا
BALADNA

كل شجرة علمت طبيعته
Made By Nature

جبنة موزاريلا
Mozzarella Cheese

From FRESH PASTEURIZED MILK

450g

شجيرة Shredded

بلدنا
BALADNA

كل شجرة علمت طبيعته
Made By Nature

f /baladnadoha i baladnaco t @baladnaco

شركة بلدنا للصناعات الغذائية ذ.م.م | طريق الشمال مخرج ٤٤ - أم الحوايا - قطر
Baladna Food Industries Co. W.L.L. | Shamal Road - Exit 44 - Um Al Hawaya, Qatar
T +974 4035 8888 | CustomerCare@baladna.com | www.baladna.com

Scan me

في اليوم الأول لتطبيق حزمة الإجراءات الاحترازية الجديدة

متطوعو الهلال الأحمر يتولون تنظيم دخول المتسوقين «الميرة»



صلاح بدوي

بدأت شركة الميرة الغذائية أمس تطبيق حزمة جديدة من الإجراءات الاحترازية تحت إشراف أعداد من المتطوعين التابعين للهلال الأحمر القطري، والذين يتولون تنظيم عمليات دخول الزبائن إلى فروع الميرة للتسوق، حيث اصطف الجمهور طوابير طويلة أمام عدد من الفروع انتظاراً أن يحل عليهم الدور للدخول، وحرصت العناصر الأمنية التابعة للشركة على تفقد الزبائن ومدى التزامهم بارتداء الكمامات والقفازات ومتابعة عمليات تعقيم سيارات التسوق، ولفت انتباه «مضانيات» التي تابعت تنفيذ تطبيق تلك الإجراءات الجديدة أنه على الرغم من هذا التشدد والصرامة في تطبيقها إلا أن فروع الميرة شهدت أمس اكتظاظ بالجمهور.

يقول المواطن حسن بن إبراهيم: «إن الجمهور للأسف لا يلتزم بالإجراءات الاحترازية كما ينبغي وهذا الاكتظاظ بالجمهور يشكل خطورة على الناس التي تستهين بالإجراءات المتبعة».

وقال رفيق علي - مقيم - للأسف: «عدم الوعي منتشر بين المقيمين بشكل أكبر وارتفاع معدلات الإصابة بكورونا مع مرور الأيام خطر يؤكد أن كل منا معرض للإصابة إن لم يلتزم الجميع بالإجراءات الاحترازية».

وطالبت المواطنة فاطمة بنت محمود بضرورة «تدخل أكثر صرامة من قبل السلطات لتنظيم عمليات شراء المواد الغذائية من الميرة ومن المجمعات الغذائية ككل، لكون أن تلك المجمعات قد تكون بؤرة عدوى في ظل هذا الزحام مشيرة إلى أنه على الرغم من تواجد المتطوعين ومحاولاتهم للحد من الزحام إلا أنه مستمر ويتواصل».



وحظرت شركة الميرة أمس دخول الأطفال تحت 12 عاماً إليها، وألزمت الأسرة بأن تختار قسراً للدخول للتسوق منها، وفرضت على جميع الزبائن ارتداء الكمامات.

وحول الثغرات التي لا تزال مستمرة أكد محمود عبد العاطي - مقيم: لابد أن يتم تغليف الخضار والفاكهة والمواد الغذائية حتى لا تكون مصدراً لنقل العدوى حيث بدأت الميرة تغليفها لبعض الوقت ثم توقفت.

وقال أحد مسؤولي الأمن إنه لا يفهم أسباب تكالب الناس على شراء المواد الغذائية وبكميات كبيرة على الرغم من توفر السلع بشكل يكفي الجميع ويفيض وبأسعار مناسبة داعياً وسائل الإعلام والاتصال إلى توعية الجمهور بأن يشتري كل زبون على قدر احتياجاته ولا داعي للتخزين حتى لا يتسبب ذلك في أزمات.

ارتداء الكمامات والقفازات
شروط من شروط التسوق
في المجمعات التجارية

المشاركة عبر تطبيق الواتساب ومايكروسوفت تيمز

اليوم.. انطلاق مسابقة «رتل وأرسل» فئتي البراعم والقراءات القرآنية

مسابقات مضانيات
قرآن الكريم

الفترة: 12 - 18
من 17:00 مساءً إلى 18:00 مساءً
66581114

المرحلة الأولى: 3 - 7 رمضان 1441 هـ

المرحلة الثانية: 8 - 10 رمضان 1441 هـ

المرحلة الثالثة: 11 - 13 رمضان 1441 هـ

المرحلة الرابعة: 14 - 16 رمضان 1441 هـ

المرحلة الخامسة: 17 - 19 رمضان 1441 هـ

المرحلة السادسة: 20 - 22 رمضان 1441 هـ

المرحلة السابعة: 23 - 25 رمضان 1441 هـ

المرحلة الثامنة: 26 - 28 رمضان 1441 هـ

المرحلة التاسعة: 29 - 31 رمضان 1441 هـ

المرحلة العاشرة: 1 - 3 يونيو 1441 هـ

المرحلة الحادية عشرة: 4 - 6 يونيو 1441 هـ

المرحلة الثانية عشرة: 7 - 9 يونيو 1441 هـ

المرحلة الثالثة عشرة: 10 - 12 يونيو 1441 هـ

المرحلة الرابعة عشرة: 13 - 15 يونيو 1441 هـ

المرحلة الخامسة عشرة: 16 - 18 يونيو 1441 هـ

المرحلة السادسة عشرة: 19 - 21 يونيو 1441 هـ

المرحلة السابعة عشرة: 22 - 24 يونيو 1441 هـ

المرحلة الثامنة عشرة: 25 - 27 يونيو 1441 هـ

المرحلة التاسعة عشرة: 28 - 30 يونيو 1441 هـ

المرحلة العشرون: 1 - 3 يوليو 1441 هـ

المرحلة الحادية والعشرون: 4 - 6 يوليو 1441 هـ

المرحلة الثانية والعشرون: 7 - 9 يوليو 1441 هـ

المرحلة الثالثة والعشرون: 10 - 12 يوليو 1441 هـ

المرحلة الرابعة والعشرون: 13 - 15 يوليو 1441 هـ

المرحلة الخامسة والعشرون: 16 - 18 يوليو 1441 هـ

المرحلة السادسة والعشرون: 19 - 21 يوليو 1441 هـ

المرحلة السابعة والعشرون: 22 - 24 يوليو 1441 هـ

المرحلة الثامنة والعشرون: 25 - 27 يوليو 1441 هـ

المرحلة التاسعة والعشرون: 28 - 30 يوليو 1441 هـ

المرحلة الثلاثون: 31 يوليو 1441 هـ



تبدأ اليوم الأحد منافسات المسابقة القرآنية «رتل وأرسل» في نسختها الثانية، ضمن فروع مسابقة الشيخ جاسم بن محمد بن ثاني للقرآن الكريم بوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية، حيث تكون المشاركة أونلاين عبر تطبيق (واتساب وWhatsapp) ومايكروسوفت تيمز (Microsoft Teams).

وأوضحت اللجنة المنظمة للمسابقة أن اليوم الأحد الثالث من شهر رمضان المبارك لعام 1441هـ تبدأ منافسات فرع «رتل وأرسل» في فئتي البراعم والقراءات القرآنية، وتتبع المسابقة المشاركة للمواطنين والمقيمين (ذكوراً وإناثاً) وفق الشروط المذكورة.

وبينت اللجنة أن وقت استقبال المشاركات في فئتي البراعم والقراءات القرآنية، سيكون من الساعة 9 صباحاً إلى الساعة 8 مساءً، ويتاح للمتسابقين اختيار الآيات التي ستتم المشاركة بها من أي موضع من القرآن الكريم، وتكون المشاركة بالتسجيل الفوري خالية من المؤثرات الصوتية، وأشارت اللجنة أن فرع «رتل وأرسل» يضم كذلك فئة ثالثة وهي: (فئة حسن الصوت «أجمل تلاوة») والتي تبدأ المشاركة في يوم الثلاثاء بمشيئة الله، لتتيح بذلك مشاركة جميع فئات المجتمع في هذه المسابقة القرآنية.

وخصصت اللجنة المنظمة للمسابقة جوائز مالية قيمة للفائزين من المواطنين والمقيمين، في كل من الفئات الثلاث، تصل قيمتها الإجمالية لـ 140 ألف ريال.

(فئة البراعم): تكون المشاركة (عبر تطبيق الواتساب على الهاتف: 66581114) وتستهدف المواطنين والمقيمين (ذكوراً



تستمر طيلة أيام شهر رمضان المبارك «عين الله ترعاكم» عبر منصات التواصل الاجتماعي

والصحي والنفسي بهدف توعية كبير السن والقائم على رعايته بجميع هذه الجوانب.. كما تتضمن الحملة مسابقة تفاعلية توعوية للجمهور عبر مواقع التواصل الاجتماعي عبارة عن أسئلة وأجوبة عن مركز «إحسان» ومهارات التعامل مع كبار السن.

وتستمر الحملة طيلة أيام شهر رمضان المبارك، وتحت من خلالها الجمهور على مهارات التعامل مع كبار السن بالنسبة للقائمين على رعايتهم وتوعي المسنين أنفسهم في مختلف جوانب الحياة التي تهمهم.

كما يقوم مركز «إحسان» بتجهيز عدد من الأنشطة الخاصة بموظفيه ومن ضمنها نشاط «جمعنا خير»، وذلك من خلال حث الموظفين والعاملين في المركز على إعداد وتصوير مقاطع فيديو لأنشطتهم الاجتماعية والعائلية وكيفية تطبيقهم للإجراءات الاحترازية أو من خلال تقديمهم لنصائح عامة، وسيتم استقبال مشاركات موظفيه عبر إيميل مخصص للنشاط يوميا.



أطلق مركز تمكين ورعاية كبار السن «إحسان»، أحد المراكز المنضوية تحت مظلة المؤسسة القطرية للعمل الاجتماعي، أمس الأول حملته التوعوية للجمهور خلال شهر رمضان المبارك بعنوان «عين الله ترعاكم» عبر منصات التواصل الاجتماعي الخاصة بالمركز.

وأوضح المركز، أن الحملة تهدف إلى إيصال رسالة وقيم مركز «إحسان» لأكبر شريحة مجتمعية خلال شهر رمضان المبارك، لافتاً إلى أن الحملة تتضمن فيديوهات من تقديم كبار السن أنفسهم في مواضيع مختلفة بهدف تمكينهم وتشجيعهم على ممارسة مهاراتهم، فضلاً عن إعداد مجموعة من الخواطر التوعوية المتنوعة التي سيقدّمها متخصصون في الجانب الاجتماعي والديني

رمضان، حيث يحصل الفائزون العشرة الأوائل من المواطنين وكذلك يحصل الفائزون العشرة الأوائل من المقيمين على جوائز مالية قيمة.

(فئة القراءات القرآنية): وتضم رواية حفص والروايات القرآنية الأخرى، عبر تطبيق الواتساب على الهاتف: 55592080 (للمرحلة الأولى)، وعبر تطبيق مايكروسوفت تيمز للمرحلة الأخيرة، وتستهدف المواطنين والمقيمين (ذكوراً وإناثاً) لمن تجاوز 12 سنة، وتكون (90) ثانية، يبدأ باسم المتسابق والعمر المسابقة يطالبون بمقطع فيديو جديد، وذلك في موعد أقصاه 8 رمضان.

المرحلة الأخيرة: تقام يوم 9 رمضان، وتخصص لترتيب المراكز بين الفائزين، وتحسب النتيجة النهائية بمتوسط درجة المرشحين.

ويتم الإعلان عن الفائزين يوم 10

وإناثاً) من عمر 6 - 12 سنة، وتكون المشاركة بمقطع فيديو واحد لا يتجاوز (60) ثانية، يبدأ باسم المتسابق والعمر ورقم الهاتف قبل القراءة، وفي حال إرسال أكثر من مقطع سيتم اعتماد المقطع الأول.

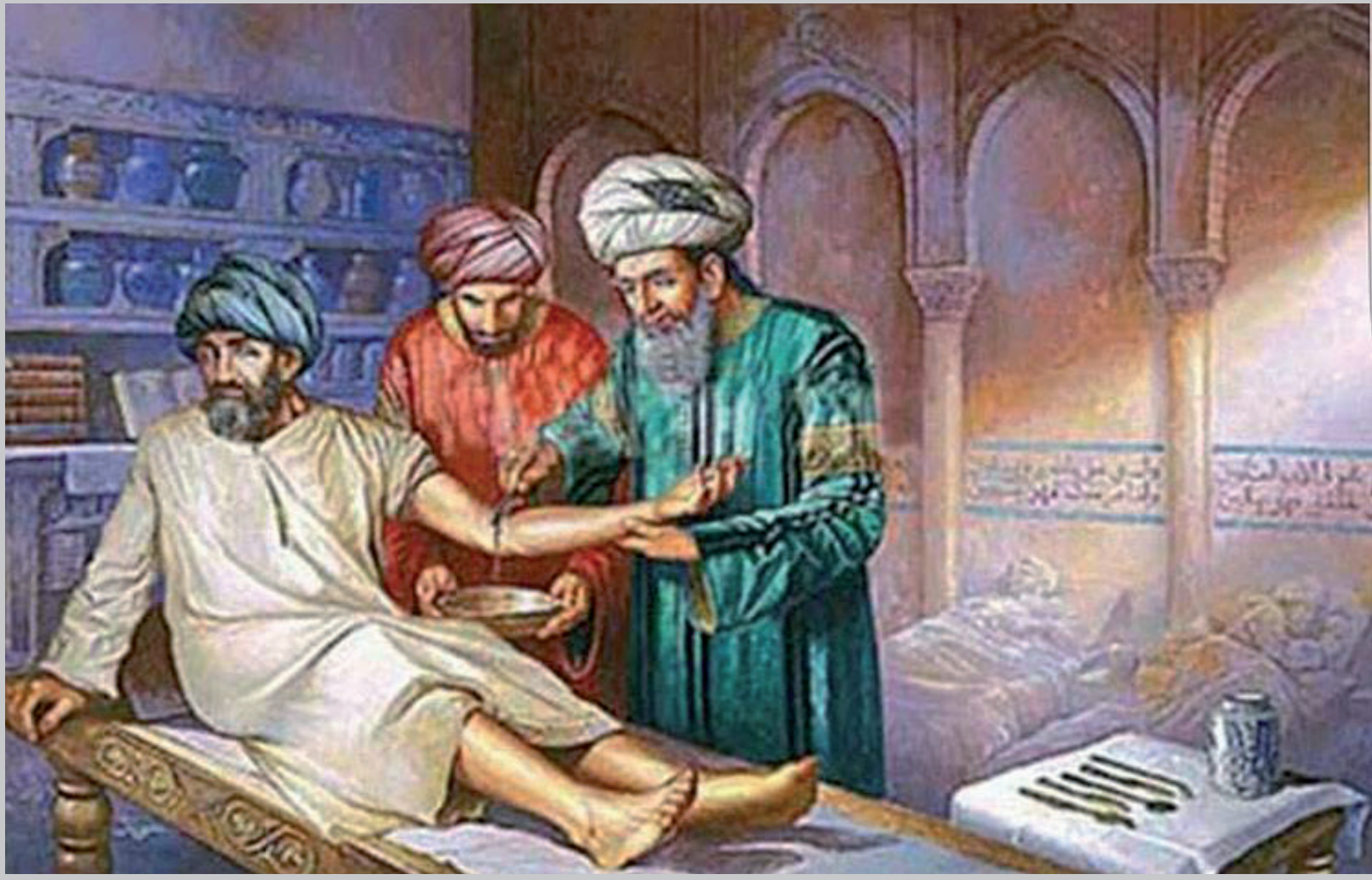
وتنقسم فئة البراعم إلى مرحلتين: المرحلة الأولى: تقام خلال الفترة من 3 - 7 رمضان، وتختار اللجنة خلالها (10) مشاركين من المواطنين، و(10) مشاركين من المقيمين، ويطلب المشاركون بإرسال صورة من جواز السفر أو البطاقة التي تتحقق من الشخصية، وبعد التحقق من شخصيات الفائزين وموافقها لشروط المسابقة يطالبون بمقطع فيديو جديد، وذلك في موعد أقصاه 8 رمضان.

المرحلة الأخيرة: تقام يوم 9 رمضان، وتخصص لترتيب المراكز بين الفائزين، وتحسب النتيجة النهائية بمتوسط درجة المرشحين.

ويتم الإعلان عن الفائزين يوم 10

السنة النبوية أول ما وضعت قواعد الحجر الصحي

كيف انتصر الصحابة على الطاعون والوباء؟



السنة النبوية أول ما وضعت قواعد الحجر الصحي عندما انتشر الطاعون، عندما طالب الرسول صلى الله عليه وسلم الناس بأن يلزموا بيوتهم حال تفشي الطاعون وقال صلى الله عليه وسلم إذا سمعتم الطاعون بأرض فلا تدخلوها، وإذا وقع بأرض وأنتم فيها فلا تخرجوا منها»، وقال أيضاً: الفار من الطاعون كالفار من الزحف، والصابر فيه كالصابر في الزحف.

طاعون عمواس أودى بحياة 30 ألف مسلم والذي كان كارثة حقيقية أراد خليفة المسلمين وقتها سيدنا عمر بن الخطاب زيارة الشام، والتقى مجموعة من الأمراء على حدود الحجاز والشام، وأخبروه بانتشار المرض بها، تشاور مع من معه، وأثر عدم دخولها.

في حين رفض الصحابي الجليل أبو عبيدة بن الجراح الخروج من الشام، وقد كان والياً عليها، عملاً بما جاء في حديث الرسول بعدم الخروج من أرض الطاعون، واعتقاداً أن في ذلك فراغاً من قدر الله، وقال حينها مقولته الشهيرة: «إني في جند المسلمين، ولا أجد بنفسي رغبة عنهم».

وبعد انصراف عمر، رضي الله عنه، حصل الطاعون الجارف، وكانت شدته بالشام، فهلك به خلق كثير، ولم يرتفع عنهم الوباء إلا بعد أن وليهم عمرو بن العاص، فخطب الناس، كما يذكر د. علي محمد الصلابي، وقال لهم: «أنها الناس إن هذا الوباء إذا وقع إنما يشتعل اشتعال النار، فتجنبوا منه في الجبال، فخرج، وخرج الناس، فتفرقوا حتى رفعه الله عنهم، فبلغ عمر ما فعله عمرو، فما كرهه».

تعامل عمر مع الطاعون

وهناك رواية تقول إن عمر بن الخطاب كتب إلى عمرو بن العاص بالتوجه بسكان المدن إلى الجبال، فالطاعون لا ينتشر عند أهل الجبال؛ عندها اختفى الوباء بهذه الحيلة.

ويكشف مؤرخون أن تعامل عمر بن الخطاب مع ذلك البلاء كان في منتهى الحذر، حيث لم يدخل هو ومن معه إلى الشام، كما حاول إخراج المعافين من أرض الوباء، فضلاً عن قيامه بتحمل المسؤولية كاملة بعد انجلاء هذا الوباء، فرحل إلى الشام وأشرف على حل المشكلات وتصريف تبعات هذه الأزمة.

أودى هذا المرض الخبيث بحياة الكثير من الناس، فهلك منهم: أبو عبيدة بن الجراح، ومعاذ بن جبل، ويزيد بن أبي سفيان، والحارث بن هشام، وسهيل بن عمرو، وعتبة بن سهيل، وأشرف الناس.

إدارة الأزمات في عهد سيدنا عمر بن الخطاب

في العام الثامن عشر من الهجرة وقع شيء فظيع مروغ، وهو ما تذكره المصادر باسم (طاعون عمواس) وقد سمي بطاعون عمواس نسبة إلى بلدة صغيرة، يقال لها: عمواس، وهي: بين القدس، والرملة؛ لأنها كانت أول ما نجم الداء بها، ثم انتشر في الشام منها، فنسب إليها، وأفضل من ذكر صفة هذا الداء على حسب علمي القاصر ابن حجر حيث قال بعد أن ذكر الأقوال في الطاعون: فهذا ما بلغنا من كلام أهل اللغة، وأهل الفقه، والأطباء في تعريفه، والحاصل: أن حقيقته ورم يشأ عن هيجان الدم، أو انصباب الدم إلى عضو فيفسده، وأن غير ذلك من

تأوله، والذين تأولوا النهي أباحوا خروج من وقع في أرضه الطاعون، وقد مرر علينا حرص الفاروق على إخراج أبي عبيدة من الأرض التي وقع فيها الطاعون إلا أن أبا عبيدة اعتذر. رضي الله عنه كما أن الفاروق طلب من أبي عبيدة أن يرتحل بالمسلمين من الأرض الغمقة التي تكثر فيها المياه، والمستنقعات إلى أرض نزهة عالية، ففعل أبو عبيدة، وكانت كتابة عمر إلى أبي عبيدة بعد أن التقيا في سزغ، وسمعا حديث عبد الرحمن بن عوف بالنهي عن الخروج، والقدوم إلى أرض الوباء، ورجع عمر إلى المدينة، ويظهر: أن الوباء كان في بدايته، ولم يكن قد استشرى، واشتعل لهيبه، فلما رجع عمر إلى المدينة؛ وصلته أخباراً بكثرة الموت في هذا الطاعون.

ومفهوم عمر رضي الله عنه بجواز الخروج من أرض الطاعون نقل أيضاً عن بعض الصحابة؛ الذين عاصروا أبا عبيدة في الشام، وعاشوا محنة المرض، كعمرو بن العاص، وأبي موسى الأشعري رضي الله عنهم. والخلاف جار في مسألة الخروج من أرض الطاعون، لا في الدخول إلى أرض الطاعون؛ فبعضهم أباح الخروج على ألا يكون الخروج فراراً من قدر الله، والاعتقاد بأن فراره هو الذي سلمه من الموت، أما من خرج لحاجة متمحصة، فهو جائز، ومن خرج للتداوي فهو جائز، فإن ترك الأرض الوبئة، والرحيل إلى الأرض النزهة مندوب إليه، ومطلوب.

وأما تحليل أبي عبيدة رضي الله عنه بقاءه واعتذاره للفاروق عن الخروج، فراجع إلى أسباب صحته، واجتماعية، وسياسية، وقبائلية ينظمها الدين في نظامه، وتعد مثالاً أعلى للقيادة الأمينة، وأبو عبيدة أمين هذه الأمة، حيث قال معللاً سبب ثباته: «إني في جند المسلمين، ولا أجد بنفسي رغبة عنهم. وقد أصاب بعض العلماء المفصل عندما ذكر في حكمة النهي عن الخروج فراراً من الطاعون: أن الناس لو تواردوا على الخروج، لصار من عجز عنه بالمرض المذكور أو غيره. ضائع المصلحة، لفقد من يتعهده حياة وميتاً، ولو أنه شرع الخروج، فخرج الأقوياء؛ لكان في ذلك كسر قلوب الضعفاء. وقد قالوا: إن حكمة الوعيد من الفرار من الرُحف؛ لما فيه من كسر قلب من لم يفر، وإدخال الرُعب فيه بخذلانه».

فجمع الناس، واستشارهم فيما جد من أمور، وعزم على أن يطوف على المسلمين في بلدانهم، لينظم لهم أمورهم، واستقر رأي عمر بعد تبادل وجهات النظر مع مجلس الشورى أن يبدأ بالشام، فقد قال: إن موريت أهل الشام قد ضاعت، فأبدأ بالشام فأقسم الموارد، وأقيم لهم ما في نفسي، ثم أرجع فأتقلب في البلاد، وأبدي لهم أمري، فسار عن المدينة واستخلف علي بن أبي طالب رضي الله عنه فلما قدم الشام، قسم الأرزاق، وسمي الشواتي، والصوائف، وسد فروج الشام، ومسالحها، وولى الولاة، فعين عبد الله بن قيس على السواحل من كل كورة، واستعمل معاوية على دمشق، ورتب أمور الجند، والقادة والناس، وورث الأحياء من الأموات.

ولما حضرت الصلاة قال له الناس: لو أمرت بلالاً فأذن: فأمره، فأذن فما بقي أحد أدرك النبي (صلى الله عليه وسلم) وبلال يؤذن إلا وبكى، حتى بل لحيته، وعمر أشدهم بكاءً، وبكى من لم يدركه بيكائهم، ولذكرهم رسول الله (صلى الله عليه وسلم)، وقيل أن يرجع إلى المدينة خطب في الناس: ألا وإني قد وليت عليكم، وقضيت الذي علي في الذي ولاني الله من أمركم إن شاء الله، فبسطننا بينكم فينكم ومنازلكم، ومغازيكم، وأبلغناكم ما لدينا، فجنّدنا لكم الجنود، وهيأتنا لكم الفروج، وبؤنا لكم، ووسعنا عليكم ما بلغ فينكم، وما قلتكم عليه من شامكم، وسمينا لكم أطعماتكم، وأمرنا لكم بأعطياتكم وأرزاقكم، ومغانمكم، فمن علم شيئاً ينغي العمل به، فليعلمنا؛ نعمل به إن شاء الله، ولا قوة إلا بالله. وكانت هذه الخطبة قبل الصلاة المذكورة.

حكم الدخول والخروج في الأرض التي نزل بها الطاعون

قال رسول الله (صلى الله عليه وسلم): «إذا سمعتم به بأرض؛ فلا تقدموا عليه، وإذا وقع بأرض؛ وأنتم بها؛ فلا تخرجوا فراراً منه»، وقد اختلف الصحابة في مفهوم النهي عن الخروج، والدخول، فمنهم من عمل به على ظاهره، ومنهم من

الأمراض العائمة الناشئة عن فساد الهواء يسمى طاعوناً بطريق المجاز، لاشتراكهما في عموم المرض به، أو كثرة الموت. والغرض من هذا التفريق بين الوباء والطاعون التذليل على صحة الحديث النبوي الذي يخبر: أن الطاعون لا يدخل المدينة النبوية، أما الوباء؛ فقد يدخلها، وقد دخلها في القرون التي خلت. وكان حصول الطاعون في ذلك الوقت بعد المعارك الطاحنة بين المسلمين، والروم، وكثرة القتلى، وتعفن الجو، وفساده بتلك الجثث أمراً طبيعياً، قدره الله لحكمة أرادها.

رجوع عمر من سزغ على حدود الحجاز والشام

في سنة 17هـ أراد عمر رضي الله عنه أن يزور الشام للمرة الثانية، فخرج إليها، ومعه المهاجرون، والانصار حتى نزل سزغ على حدود الحجاز والشام، فلقيه أمراء الأحناف، فأخبروه: أن الأرض سقيمة، وكان الطاعون بالشام، فشاور عمر رضي الله عنه واستقر رأيه على الرجوع. وبعد انصراف عمر رضي الله عنه حصل الطاعون الجارف المعروف بطاعون عمواس وكانت شدته بالشام، فهلك به خلق كثير، منهم: أبو عبيدة بن الجراح، وهو أمير الناس، ومعاذ بن جبل، ويزيد بن أبي سفيان، والحارث بن هشام، وقيل: استشهد باليرموك، وسهيل بن عمرو، وعتبة بن سهيل، وأشرف الناس، ولم يرتفع عنهم الوباء إلا بعد أن وليهم عمرو بن العاص، فخطب الناس، وقال لهم: إنما يشتعل اشتعال النار، فتجنبوا منه في الجبال، فخرج، وخرج الناس، فتفرقوا حتى رفعه الله عنهم، فبلغ عمر ما فعله عمرو، فما كرهه.

خروج الفاروق إلى الشام وترتيبه للأمور

تأثر الفاروق وحزن حزناً عظيماً لموت قاداته العظام، وجنوده البواسل بسبب الطاعون في الشام، وجاءته رسائل الأمراء من الشام تتساءل عن الميراث الذي تركه الأموات خلفهم، وعن أمور عديدة،



مفهوم عمر رضي الله عنه بجواز الخروج من أرض الطاعون نقل أيضاً عن بعض الصحابة؛ الذين عاصروا أبا عبيدة في الشام، وعاشوا محنة المرض، كعمرو بن العاص، وأبي موسى الأشعري رضي الله عنهم. والخلاف جار في مسألة الخروج من أرض الطاعون، لا في الدخول إلى أرض الطاعون، فبعضهم أباح الخروج على ألا يكون الخروج فراراً من قدر الله، والاعتقاد بأن فراره هو الذي سلمه من الموت، أما من خرج لحاجة متمحصة، فهو جائز، ومن خرج للتداوي فهو جائز، فإن ترك الأرض الوبئة، والرحيل إلى الأرض النزهة مندوب إليه، ومطلوب.



منتجات قطرية 100% .. مصادر:

628.5 طن من الحليب ومشتقاته تطرح بالأسواق يوميا في رمضان



ملف
صلاح بدوي

كشفت سجلات رسمية وتجارية أن المنتجين القطريين يطرحون يوميا في الأسواق بشهر رمضان متوسط 628.5 طن من الحليب ومشتقاته تتضمن أكثر من 120 نوعا وصنفا من الحليب الطازج ومشتقاته، من بين تلك الكميات 172 طن حليب طازج تكفي الاحتياجات المحلية، ويكشف تقرير رسمي لإدارة الأمن الغذائي أن دولة قطر أنتجت 230 ألف طن من الحليب ومشتقاته في عام 2019 بنسبة نمو سنوي تصل إلى 20% وهي نسبة نمو مرتفعة جعلت الدولة تتبوأ المرتبة 13 عالميا على مؤشر الأمن الغذائي.

اختفاء ذاتي

وخلال جولة لـ«مضانيات» في الأسواق لفت انتباه الصحيفة أن المنتج القطري من الحليب ومشتقاته فرض وجوده في الأسواق بدون منافس، لاسيما بمجالات الحليب والزبادي والروب واللبنة التي يوجد منها أكثر من 40 نوعا وصنفا عادية كاملة الدسم وقليلة الدسم ومنزوعة أو بطعم الفواكه والشوكولاتة، إضافة إلى الزبادي اليوناني والذي باتت شركات قطرية تنتجه.

ومن ناحية الحليب الطازج يتوفر منه أكثر من 30 نوعا تتضمن حليبيا كامل الدسم وآخر منزوع أو قليل الدسم، والحليب المطعم بالفيتامينات، والحليب الخالي من اللاكتوز، والحليب طويل الأمد، والأجبان بمختلف أنواعها. هذا إضافة إلى الأنواع الأخرى من منتجات الألبان.

عرض مميزة

ولفت انتباه «مضانيات» أنه مع قدوم شهر رمضان الفضيل فإن الشركات القطرية والمزارع لم تعد تركز على طرح منتجات ترضي من خلالها أذواق شرائح المستهلكين فحسب إنما باتت تتنافس على مستويات الجودة وكل منها يرغب في الحصول على أكبر حصة من حصص السوق، ولذلك تطرح العديد من العروض والتي تحفز من خلالها الجمهور على الشراء، وفي النهاية فإن الجودة هي التي تفرض نفسها. ووصل متوسط العروض إلى أكثر من 20 عرضا في اليوم للقطر الفضيل تتعلق بالألبان والعصائر.

وحرصت الجهات المعنية في الدولة على ترك هامش بالأسواق للمنتجات الأجنبية من الألبان في محاولة منها لرضاء أذواق الزبائن الذين يفضلون أنواعا معينة من الألبان وخصوصا الأجبان والزبدة والسمن. والملفت للانتباه أن غالبية المنتجين للألبان والتجارت باتوا يوفرّون خدمة توصيل الحليب ومشتقاته إلى المنازل من خلال مواقع جميع الجمعيات المفضلة لدى المستهلكين مثل لولو هايبر ماركت وكافور.

الحصة السوقية

وحول منتجات شركة بلدنا للصناعات الغذائية خلال شهر رمضان، كشف السيد محمد معزز الخياط رئيس مجلس إدارة شركة بلدنا للصناعات الغذائية عن تحقيق قفزات تنموية كبيرة منذ نهاية العام الماضي، نتج عنها تمتع الشركة بحصة تسويقية كبيرة في أسواق التجزئة المحلية، وبتأت الشركة تطرح الآن ما يقرب من 175 صنفا من منتجات الحليب والألبان والعصائر، وتصدر فواض الإنتاج للعديد من الدول.

وفي ذات السياق نوه إلى أن بلدنا للصناعات الغذائية «تتمتع بحصة كبيرة في قطاع التجزئة في قطر فيما يتعلق بمنتجاتها الرئيسية الأ وهو حليب البقر الطازج، ويتبع ذلك إطلاق منتجات أخرى».

وأوضح السيد معزز الخياط أن منتجات الشركة باتت محط اهتمام كافة السلاسل إلى جانب الجمهور وأشار إلى «تمويل منتجات الشركة لنحو 3 آلاف منفذ تجزئة في الدولة، وذلك في ظل توسيع الشركة لنطاق عمليات توزيع منتجاتها خصوصا في سلاسل مطاعم الوجبات السريعة والمستشفيات والمدارس والمؤسسات المستهدفة للأغذية».

أكد السيد معزز الخياط «أن 60% من احتياجات الشركة من المواد الخام تصنع داخل مصنعها، بينما 40% من تلك المواد يتم استيرادها» وأشار إلى أن الميزات التنافسية لشركة بلدنا تستند إلى التكامل من المزارع إلى الإنتاج، حيث تصنع الحلب الدوارة لإستخدامه في تصنيع مجموعة واسعة من منتجات الألبان من الألبان، وتضم مزرعة بلدنا مصصا لتعبئة الحليب وإنتاج مشتقات الحليب من الألبان والأجبان وبعض أنواع الحلويات (أرز بالحليب، الكاسترد، مهلبية) ويشتمل خط إنتاج بلدنا سريع النمو على «اللبنة والزبادي والحليب طويل الأجل والجبن واللبنة والكريما الطازجة والحلويات والسمن، ومنتجات غير الألبان، وهي العصائر واللحوم».

أنواع المنتجات

وتشير سجلات الشركة إلى أنها تطرح بالأسواق 8 أنواع من الحليب كامل وقليل ومنزوع الدسم، كما تنتج أنواعا من حليب إبقار طازج، فيتامين 3، فيتامين أ، فيتامين ي، فيتامين ب، فيتامين د2، إلى جانب عيوب حليب بالتمر والفراولة والشوكولاتة والمانجو، فضلا عن أنواع من لبن العيران المفضل بالصيام وخال من المنتجات التي تتجلى بوضوح الآن في الأسواق. وتشتمل مخفظة علامة عوافي على حليب طويل الأجل المعالج بالحرارة العالية عيوب 1 لتر مصنوع من حليب الإبقار 100% كامل الدسم وقليل الدسم، وكان أهم منتجاتها الحليب الخالي من البروتين والصوديوم والكالسيوم

اللاكتوز حيث يباع اللتر منه بـ 7 ريال فقط، وهو ما جعل الشركات التي تحاول منافسة بلدنا تخفض أسعارها من هذا النوع.

أنظمة طلب حديثة

وخلال جولة لـ«مضانيات» بالمزارع لفت انتباه الصحيفة أنه يتم إنتاج حليب مزرعة بلدنا الطازج من إبقار هولشتاين، وتصنف تلك الإبقار بأنها الأفضل في إنتاج الألبان في العالم. وتمتلك بلدنا منها قطيعا يصل عدده إلى 20 ألف رأس، وتمتد مساحة مزارعها على مساحة 2.4 مليون متر مربع وبقدرة استيعابية لتربية 24 ألف رأس من الإبقار في بيئة مريحة وملائمة مُعزّن الإبقار من الوصول إلى إنتاج الحد الأعلى من الحليب. ورسدت الصحيفة أن الإبقار يتم حلبها يوميا باستخدام أحدث أنظمة الحلب الدوارة لإستخدامه في تصنيع مجموعة واسعة من منتجات الألبان من الألبان، وتضم مزرعة بلدنا مصصا لتعبئة الحليب وإنتاج مشتقات الحليب من الألبان والأجبان وبعض أنواع الحلويات (أرز بالحليب، الكاسترد، مهلبية) ويشتمل خط إنتاج بلدنا سريع النمو على «اللبنة والزبادي والحليب طويل الأجل والجبن واللبنة والكريما الطازجة والحلويات والسمن، ومنتجات غير الألبان، وهي العصائر واللحوم».

الأرقام
230 ألف طن من الحليب ومشتقاته أنتجت في عام 2019 بنمو سنوي 20%

175 صنفا من منتجات الحليب والألبان والعصائر لتنتجها شركة بلدنا

60% من احتياجات شركة بلدنا من المواد الخام تصنع داخل مصنعها

120 نوعا وصنفا من المنتجات المحلية

وفيتامين أ وفيتامين د3، وتستخدم بلدنا خط إنتاج متطورا لتقديم للأسواق المحلية 80 طناً يوميا من الحليب طويل الأجل المعالج بالحرارة العالية والمتوفر بنكهات متعددة بما في ذلك الشوكولاتة والفراولة والمانجو، والموز والفانيليا والحليب الخالي من اللاكتوز.

أجبان وطويات وعصائر

وتطرح بلدنا مجموعة متنوعة من الأجبان العربية الأصيلة التي تشمل جبنة عكاوي وحلومي ومجدولة وشلسله ونابلسي، إلى جانب 8 أنواع أخرى من الأجبان وهي موازريلا ميشورة، فينا الفاخرة، حلوم، نابلسي، عكاوي، فيتا، مجدولة، مشكلة وتطرح إنتاج اللبنة من حليب المزرعة الطازج وتشتمل لبنة كرات ولبنة قليلة الدسم ولبنة كاملة الدسم، ولبنة تركية، كما تطرح 9 أنواع من اللبنة كرات طازجة مع حبة البركة أو الرغز أو الشعاع، كرات جرشية فلفل احمر، لبنة تركية طازجة قليلة الدسم وتنتج 4 أصناف من الكريما: «الرائحة، الطازجة، الخفق، الطهي والقشطرة الرائحة، القشطرة» وتنتج بلدنا مجموعة من الحلويات الشرقية الأصلية والمميزة مثل المهلبية والأرز بالحليب والكاستر الشوكولاتة والفانيليا، كما تنتج السمن الحيواني من حليب المزرعة الطازج ويتم استخدامه في العديد من الوجبات اللذيذة والحلويات الأصلية.

وتطرح بلدنا 14 نوعا من العصائر الطبيعية 100%، دون سكر مضاف، وبنكهات عديدة ومتنوعة تشمل البرتقال والتفاح والأناناس والفواكه المشكلة والفواكه الاستوائية وكوتنل الرمان والخوخ والتفاح والليمون والليمون والنعناع والكوي والليمون والجوافة وضخت استثمارات في خط العصائر طويلة الأمد، وتسمى بلدنا إلى إنتاج 17 ألف عبوة بسعة 180 مل، و12 ألف عبوة بسعة 1.5 لتر.

دعم شركات الحليب

ومن جانبها تحرص الدولة على دعم شركات الحليب ومشتقاته من منطلق حرصها على استمرار الاكتفاء الذي تحقق تشير وثيقة رسمية أن الجهات المسؤولة عملت على «تحديد سقف الإنتاج المحلي للدواجن والألبان

وإعادة توجيه فائض الإنتاج إلى أغراض أخرى، وذلك من خلال تعليق مناقصات المشاريع الجديدة، وتحويل قرارات الإنتاج الإضافية نحو مشتقات الألبان أو الدواجن المجمدة أو البيض. بيد أن الدولة حرصت على أن يشمل إنتاج الألبان أنواعا أخرى خلاف الإبقار ولاسيما البان الإبل. وفي ذات السياق يقول السيد مسعود جبار الله المري مدير إدارة الأمن الغذائي بوزارة البلدية والبيئة إنه تم طرح عدد (2) مشروعات لإنتاج البان الإبل، وتقدمت شركات بعطاءات لهذا الغرض يجري البت فيها.

وتطرح عدة مزارع خاصة صغيرة منتجاتها من الألبان في الأسواق من بينها الريم للالبان، والقمة الزراعية، وترتفع مبيعاتها في رمضان حيث تطلب المنتجات عبر التليفونات بيد أن أسعارها مرتفعة. وقال مالك إحدى شركات الألبان إنه سيبدأ خلال أيام طرح عيوب من البان الماعز في الأسواق، وهذا يشير إلى أن الصناعات الصغيرة تركبة طازجة قليلة الدسم تغزو الأسواق أصناف من الكريما: «الرائحة، الطازجة، الخفق، الطهي والقشطرة الرائحة، القشطرة» وتنتج بلدنا مجموعة من الحلويات الشرقية الأصلية والمميزة مثل المهلبية والأرز بالحليب والكاستر الشوكولاتة والفانيليا، كما تنتج السمن الحيواني من حليب المزرعة الطازج ويتم استخدامه في العديد من الوجبات اللذيذة والحلويات الأصلية.

السلعرات الضرورية

وتشير دراسة لمنظمة الأغذية والزراعة العالمية: يحتوي الكوب الواحد من الحليب الطازج كامل الدسم على 149 سعرة حرارية، والحليب قليل الدسم 105 سعرات حرارية، والحليب خالي الدسم، 91 سعرة حرارية. وحول فوائد الزبادي في رمضان يقول علماء التغذية: إن تناول الزبادي له الكثير من الفوائد من بينها أنه يؤثر بشكل مباشر على وظائف الجسم مثل الهضم والمناعة، ويستفيد الجسم من البروتين الحيواني الموجود باللبنة والكالسيوم وفيتامين «ب» واليوتاسيوم والمغنسيوم، وأن تناول الزبادي يساعد على التخلص من مشكلة تراكم الدهون في منطقة البطن، ويخفض الكوليسترول وضغط الدم، وذلك لأن الزبادي يقوي العضلات ويساعد على تحفيز الجسم لحرق الدهون وعدم تكون كميات جديدة منه، ويؤخر أعراض الشيخوخة، ويساعد على إدرار البول ويكافح الحصى في المثانة والكلى ويذيب الرمال، ومفيد لحالات تصلب الشرايين والوهن.

الحليب

628.5 طن من الحليب ومشتقاته تطرح يوميا



230 ألف طن من الحليب ومشتقاته الإنتاج سنويا في عام 2019

12 ألف طن حليب طازج تمثل 6% من الكميات المنتجة فائضة

172 طن حليب طازج تكفي الاحتياجات المحلية

120 نوعا وصنفا من الحليب الطازج ومشتقاته

20 عرضا من الألبان والعصائر يوميا

20% معدلات النمو بالانتاج 2019

175 صنفا من منتجات الحليب والألبان والعصائر تنتجها بلدنا

20 ألف رأس إبقار مزرعة بلدنا



2 مشروع لحليب الإبل تحت الإنشاء

2 ألف رأس إبقار فرزبان بمزرعة غدیر

3 آلاف منفذ تجزئة بالدولة تمويل بلدنا

149 سعرة حرارية كوب الحليب كامل الدسم

105 سعرات حرارية كوب الحليب قليل الدسم

91 سعرة حرارية كوب الحليب خالي الدسم

135 سعرة حرارية الزبادي اليوناني

44 سعرة حرارية منزوعة الدسم

100 جرام علبنة الزبادي 68 سعرة حرارية

57 سعرة حرارية قليلة الدسم

فيتامين «أ»

مضاد للالتهابات



فيتامين أ ويعرف بفيتامين A من الفيتامينات التي تلعب دوراً مهماً في الرؤية، نمو العظم، والصحة الإنجابية، الانقسام الخلوي، والتفاضل الخلوي الذي تصبح بواسطته خلية جزءاً من الدماغ، أو عضلة، أو الرئتين، ويساعد فيتامين أ على تنظيم نظام المناعة، الذي يساعد على منع أو صد الإصابات وذلك بإنتاج خلايا الدم البيضاء التي تحطم البكتيريا والفيروسات الضارة. أيضاً تساعد الخلايا اللمفية، وهي نوع من خلايا الدم البيضاء، على محاربة الالتهابات بكفاءة أفضل.



يقوي العظام
والأسنان



يقوي جهاز
المناعة



يعزز الصحة
الإنجابية



يمنع بعض
السرطانات



يحسن رؤية
العين



يحسن
البشرة

أفضل مصادر فيتامين «أ»

لكل 100 جرام / ملليجرام



417

البروكلي



1715

صفار البيض



5703

اليقطين



556

الجبن الأصفر



2414

المشمش المجفف



6693

الكرنب



703

الحليب



2600

الشمام



11193

الجزر

بعض أعراض نقص فيتامين «أ»

- جفاف الجلد والعيون
- ضعف في المناعة
- اضطرابات في الكبد
- العقم ومشاكل الحمل
- تأخر النمو
- التهابات الحلق والصدر

علاج نقص فيتامين «أ»

من الدرجة البسيطة يكون تناول الأغذية الغنية به، أما من الدرجة الشديدة يكون علاجه بتناول مكملات فيتامين أ بشكل يومي، بدءاً بـ 60000 وحدة من نوع من مكملات فيتامين أ مرة واحدة يومياً لمدة يومين، يليها تناول 4500 وحدة مرة واحدة في اليوم، أو حسب وصف طبيبك الخاص للجرعة التي يحتاجها جسمك.

عند النساء الحوامل أو المرضعات يوصي الأطباء ألا تزيد الجرعات العلاجية عن 10000 وحدة، لتجنب أي ضرر محتمل على الجنين أو الرضيع، وينطبق ذلك على الجرعات الوقائية أيضاً



مع انتشار فيروس كورونا المستجد

تخفيف الوزن في رمضان أثناء الحجر المنزلي



مع حلول شهر رمضان المبارك، وبسبب الظروف الاستثنائية التي نعيش فيها مع انتشار فيروس كورونا المستجد، ومع فرض الحجر المنزلي والجلوس في البيت، ومع قلة الحركة يأتي هنا السؤال عن كيفية تخفيف الوزن في رمضان أثناء الحجر المنزلي.

أهمية الحجر المنزلي

يقصد بالحجر المنزلي البقاء في المنزل دون الخروج والاختلاط بالآخرين، تجنباً لنشر عدوى فيروس كورونا المستجد الذي ينتقل بسهولة من شخص إلى آخر عند المخالطة والاقتراب، أو بسبب لمس الأسطح الملوثة، وتتراوح فترة الحجر المنزلي بين الـ 7 أيام والـ 14 يوماً، خاصة في حال الاشتباه في ظهور الأعراض، لعدم الاختلاط بالآخرين وعدم نقل العدوى لهم. الكثير من دول العالم الآن تفرض الحجر المنزلي وحظر التجوال إما بشكل جزئي أو كامل لمدة أطول من 14 يوماً، وذلك لتقليل فرص الإصابة بالفيروس إلى أقل حد ممكن.

تخفيف الوزن في رمضان

يتوافق رمضان هذا العام مع استمرار الحجر المنزلي، ومع طول فترة المحو في المنزل ومنع النزول إلى الصالات الرياضية أو الشارع للحركة بعد أوقات الإفطار، قد يسبب ذلك اكتساب المزيد من الوزن خاصة في حال عدم الاهتمام بنوع الطعام الذي نتناوله، فماذا يجب أن نعمل من أجل تجنب زيادة الوزن في رمضان؟

تناول السحور الصحي: تناول السحور الصحي والسليم، سيوفر لك الطاقة طوال فترة الصيام، لذلك اهتم بتناول أطعمة مشبعة لا تحتوي على سعرات حرارية كبيرة، يمكنك إدراج الخضروات والفواكه والحمص، فكلها من الكربوهيدرات المعقدة التي تساعد على إمدادك بالطاقة، أيضاً يمكنك إضافة منتجات الألبان قليلة الدسم مثل اللبن، الإفطار الصحي: ابدأ إفطارك بتناول 3 تمرات، فهي فاكهة لذيذة غنية بالألياف، اجعل إفطارك يشمل الخضروات والحبوب الكاملة واللحوم الخالية من الدهون. تجنب الأطعمة المقلية والدهون والسكريات، تناول طعامك ببطء حتى تشعر بالشبع دون تناول كميات كبيرة من الطعام. ممارسة الرياضة: صحيح أن الحظر يمنع الخروج من المنزل، وهو ما قد يمثل مشكلة خاصة لأولئك الذين

أطعمة يجب الابتعاد عنها في رمضان

الصيام في رمضان ● الأطعمة التي تحوي كميات عالية من الملح، مثال المخللات، ومرد ذلك إلى احتمال تسببها بجفاف الجسم من خلال قدرتها على امتصاص السوائل التي تدخل إليه بكميات محدودة طوال فترة الصيام. ● الأطعمة التي تنطوي على كميات كبيرة من السكر، بوصفها مصدراً غنياً بالسعرات الحرارية لكن فقيراً بالقيم الغذائية. فصحح أن هذه الأطباق تمد الجسم بالطاقة الفورية، ولكن هذه الطاقة لا تدوم طويلاً وقد تخور في أي لحظة. ● الأطعمة التي تحتوي على الشوكولاتة أو أي مصدر آخر للكافيين المدر للبول، فكثر هذه المادة في الجسم قد تُفقد السوائل والأملاح والمعادن القيمة التي يحتاج إليها خلال النهار.

ينصح الأطباء الصائم في رمضان بالاعتناء بنظامه الغذائي أكثر من الأيام العادية، حيث إن اختلال النظام الغذائي خلال شهر رمضان المبارك واقتصاره على وجبتي الإفطار والسحور، قد يشعر الجسم بشيء من الانزعاج، تزيد حدته إذا ما تناول الصائم أنواعاً محددة من الأطباق والحلويات. لذا ينصح بتجنب بعض الأطعمة والابتعاد عنها خلال الشهر الفضيل منها: ● المقلبات والأطعمة المدهنة على غرار البطاطس المقلية والسنبوسك، لاحتوائها على نسبة عالية جداً من السعرات الحرارية وخلوها من المواد الغذائية. فتناولها بكثرة قد يتسبب باختلال توازن النظام الغذائي، ويزيد بالتالي من وطأة التعب والإرهاق الناتجين عن

يهتمون بممارسة الرياضة دائماً، يمكنك ممارسة الرياضة في المنزل، لذلك اهتم باختيار تمارين تستهدف مناطق مختلفة من الجسم، خلال 20 دقيقة ستكون قمت بتمرين جسمك بالكامل، تعرف على الأوقات المناسبة لممارسة الرياضة قبل أم بعد الإفطار.

نصائح أثناء الحجر المنزلي

منظمة الصحة العالمية تقدم لك مجموعة من النصائح المهمة التي يجب اتباعها خلال فترة الحجر المنزلي، من أجل خيارات صحية أفضل عند تناول طعامك، لذلك من هذه النصائح: خذ احتياجاتك فقط عند الشراء: شراء أكثر مما تحتاج أو التخزين كلها سلوكيات خاطئة تسبب ارتفاع الأسعار للمسلع الأساسية وعدم التوزيع العادل بين الناس. استخدم المنتجات الطازجة القابلة للتلف أولاً أو تلك التي لها تاريخ صلاحية انتهاء قريب. قم بتحضير الأطعمة الصحية وتجنب شراء الوجبات المعدة في الخارج دون ضمان مستوى النظافة المقدم، وتجنب الوجبات السريعة التي تسبب زيادة الوزن خاصة بعد فترات الصيام الطويلة. انتبه إلى مقدار ما تتناوله من أطعمة. انتبه إلى مقدار الملح والسكر في الطعام الذي تتناوله خاصة في الأطعمة المعلبة. اختر طرق طهي الأطعمة الصحية كالشوي والطهي البخار بدلاً من القلي. في حال لزم الأمر استخدم كميات قليلة من الزيوت غير المشبعة مثل زيت الزيتون أو عباد الشمس، اشرب المياه بدلاً من المشروبات السكرية المحلاة.



المختصر المفيد

تناول السحور الصحي والسليم، سيوفر لك الطاقة طوال فترة الصيام، لذلك اهتم بتناول أطعمة مشبعة لا تحتوي على سعرات حرارية كبيرة، يمكنك إدراج الخضروات والفواكه والحمص، فكلها من الكربوهيدرات المعقدة التي تساعد على إمدادك بالطاقة، أيضاً يمكنك إضافة منتجات الألبان قليلة الدسم مثل اللبن



تغيير مواعيد تناول الدواء خلال شهر رمضان

قبل تدهور حالته إلى الأسوأ. ومن الأخطاء الشائعة أيضاً أثناء الصيام قيام بعض المرضى الذين يعتمد علاجهم على حقن الإنسولين بالامتناع عن تناولها ظناً منهم بعدم احتياجهم لها لعدم تناولهم الطعام، مما يؤدي إلى إصابتهم بالحمض الكيتوني وهو حالة خطيرة تستوجب العلاج بالمستشفى، حيث ترتفع نسبة السكر في الدم إلى درجات عالية وأعراضها عطش شديد، غثيان وقيء، جفاف شديد، آلام بالبطن، غصة حارقة خلف الصدر وانبعاث رائحة من الفم تشبه رائحة الأسيتون أو الكحول وتصبح رائحة البول مثل رائحة التفاح الفاسد، ثم يحدث هبوط للضغط وتشوش في الرؤية وضعف الحركة.

شعر بهذه الأعراض حتى لا يتعرض لغيوبية نقص السكر على أن يتناول عصير أو أي سائل محلى بالسكر مع وجبة غنية بالنشويات ثم يخبر طبيبه المعالج بما حدث. وقد يتعرض المريض أيضاً إلى الارتفاع الشديد في مستوى السكر بالدم إذا أهمل العلاج مع الإفراط في تناول السكريات والنشويات أثناء الإفطار أو السحور وتظهر لديه أعراض العطش الشديد، كثرة التبول، جفاف الحلق، القيء، الآم البطن ثم الشعور الشديد بالتعب والإنهاك وقد يؤدي إلى غيبوبة ارتفاع السكر بالدم. ولذا فعلى من يشعر بمثل هذه الأعراض أن يشرب الماء فوراً، ويتناول دواء السكري ثم يتوجه إلى المستشفى فوراً للبدء في تلقي العلاج

لا توجد مشكلة معها أثناء الصيام مع ضرورة أن يتجنب المريض تناول الأطعمة المملحة والمخللات مع الحرص على تناول كمية سوائل كافية. وبالنسبة لمرض السكري وأدويته، فيجب على المرضى مراجعة الطبيب أولاً، للتأكد من قدرتهم على الصيام من عدمه، مع الإشارة إلى حساسية مرضى السكر للصيام خاصة مع التغيير العشوائي لمواعيد الأدوية فقد يتعرض المريض إلى نقص السكر في الدم أو ارتفاعه. وإذا ظهرت على المريض أعراض انخفاض نسبة السكر بالدم مثل الجوع الشديد، الشعور بالتعب، الدوار والصداع، تعرق شديد، رعشة باليدين، سرعة نبضات القلب والميل لفقدان الوعي، فعلى المريض الإفطار فوراً إذا

مرة واحدة أو مرتين باليوم، لن يؤدي ذلك إلى فقدان مفعولها فحسب، ولكن قد ينتج عنه ظهور جراثيم مقاومة للدواء. وبالنسبة لأدوية الصرع، فبعض الأدوية يمكن تناولها مرة واحدة في اليوم لأنها أدوية طويلة المفعول، وبقية الأدوية يمكن أخذها مرتين في اليوم، فيستطيع المريض أن يتناول جرعة الأدوية إما مرة واحدة بعد المغرب أو مرتين بعد السحور وبعد الإفطار حسب نوع الدواء المعالج للصرع الخاص بكل مريض، وإذا أصيب المريض بنوبة صرع أثناء الصيام فعليه الإفطار فوراً، وعلى المريض قبل ذلك مراجعة الطبيب لإعادة تنظيم العلاج وأخذ قرار الصيام. أما أدوية ارتفاع ضغط الدم فأغلبها يتم تناوله مرة أو مرتين يومياً وبالتالي

تختلف المواعيد التي يجب أن يؤخذ فيها الدواء وفقاً لنوع وطبيعة الدواء المستخدم، فيجهد الكثير من المرضى أن يغيروا مواعيد تناول أدويتهم من تلقاء أنفسهم قد يؤدي إلى فقدان الفائدة المرجوة، والتسبب بمضاعفات خطيرة، لذلك تجب استشارة الطبيب قبل تغيير موعد الدواء في شهر رمضان. يرتبط تأثير الدواء وفعاليته بموعد تناوله في اليوم وفقاً لخواصه الفيزيائية والكيميائية وسرعة امتصاص الجسم له، فالأدوية التي تؤخذ كل 4-6 ساعات تفقد مفعولها إذا تم تغييرها إلى مرتين أو ثلاث مرات وقد تسبب مضاعفات خطيرة. ومثال على ذلك المضادات الحيوية التي تُعطى كل 6 ساعات فإذا تم تقليل جرعة تناولها إلى

عين على السوق



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



قائمة السلع المخفضة

تشمل القائمة أكثر من 500 سلعة مخفضة بالتنسيق مع المجمعات الاستهلاكية الكبرى وتأتي المبادرة لحرص الوزارة على تلبية حاجة المواطنين والمقيمين من السلع الاستهلاكية خلال رمضان

سعر QR	كمية	السلعة	سعر QR	كمية	السلعة
18	800GM	حليب غدير بودرة	6.25	395GM	نستله حليب مكثف
10	2LTR	دندي لبن طازج	5.5	75GM	جالكسي بالحليب
8	1.7LTR	لبن طازج غدير كامل الدسم	5	397GM	أبوقوس حليب مكثف
1.25	200ML	لبن طازج غدير	66	2.5KG	أنكور حليب بودرة
7	2LTR	دندي لبن عيران	71.75	2.5KG	نيدو حليب بودرة
10	12X225ML	روعة عيران	56	2.5KG	أبوقوس حليب بودرة
5	1LTR	روعة لبن طازج	6	1LTR	دندي لبن من حليب إيفار معاد تكوينه
9	2LTR	عواقي شراب لبن كامل الدسم	40	2KG	حليب غدير بودرة

الفاكهة

	
5.5	6.5
موز	تفاح
	
4	6
يوسفي	برتقال
	
12	5.5
عنب	كمثرى
	
7.5	2.75
كيوي	بطيخ
	
8.5	7.75
برقوق	أفوكادو



الخضروات

	
2.5	3.5
طماطم	خيار
	
5	4.5
الليمون	كوسة
	
3.5	2
خس	بادنجان
	
2.5	7
ملفوف	فلفل حلو
	
4.5	2
بصل	بطاطس



كجم / ريال	الأسماك
13	صافي وسط 31
17	سكن وسط 22
18	جد وسط 25
21	ربيب وسط 6
68	أم الربيان كبير 23

كجم / ريال	اللحوم والدواجن
20	كعند وسط 20
45	سمان كبير 45
20	هامور صغير 20
14	شعري وسط 14
12	زبيدي وسط 12
30	لحم مفروم بقري 30
45	لحم بقري محلي 45
34	لحم ضأن سوداني 34
17.5	لحم غنم أسترالي 17.5
24	لحم بقري باكستاني مبرد 24

تحكي قصص إبداع فريد

50 ألف قطعة فنية إسلامية بمتحف برغامون في برلين



يعتبر متحف الفن الإسلامي في متحف برغامون في برلين، أكبر مؤسسة فريدة من نوعها في ألمانيا، حيث يمتلك المتحف واحدة من أكبر مقتنيات الفن الإسلامي في العالم، ويضم نحو 50 ألف قطعة فنية من تراث الحضارة الإسلامية.

رغم وقع الضجيج الذي تعيش فيه شوارع برلين في كافة فصول السنة، إلا أن ذلك لم يمنع بعض مناطقها من الاستمتاع بالهدوء الذي ظلت تحافظ عليه، رغم مرور مئات الزوار، في مناطقها كافة، والتي تمثل جزيرة المتاحف أبرزها، ويتقدمها متحف الفن الإسلامي، والذي يقع قبالة بيت المستشار الألمانية أنجيلا ميركل. وبشكل في طبيعة محتوياته وقيمه الحضارية، محور اهتمام فريد من قبل مختلف الجهات والهيئات.

كغيره من المتاحف التي تنتشر في المنطقة ذاتها، تشهد بوابات متحف الفن الإسلامي ازدياداً كبيراً من طلبة المدارس والجامعات وعشاق التاريخ والباحثين عن المعرفة، وما إن تلج من بوابة المتحف، حتى تشعر بمدى أهمية المكان الذي يلفه هدوء لافت رغم أن عدد زواره سنوياً يفوق 330 ألف زائر، 60 في المائة منهم من القادمين من خارج ألمانيا، خاصة من السياح العرب.

محرابان للصلاة

يقتني متحف الفن الإسلامي، مكتشفات أثرية مهمة من عاصمة الخلافة الإسلامية، ضمن سامراء في العراق، والتي تدل على أهمية سامراء في التجارة العالمية في القرن التاسع، كما يحتوي المتحف على نموذج لبوابة عشتار في بابل، وتضم مجموعة من القطع الأصلية، مثل قبة مسجد مدينة قرطبة الأندلسية.

ويوجد فيه محرابان للصلاة، أحدهما من كاشان في إيران، والآخر من قونية في تركيا، وهما يعودان إلى القرن الثالث عشر، فضلاً عن ذلك يضم المتحف غرفة استقبال تعود إلى أسرة مسيحية عاشت في مدينة حلب السورية في القرن السابع عشر، وهي منحوتة من خشب الصنوبر والسيراميك، ومزخرفة برسومات دقيقة ومتقنة، ويبلغ طول الغرفة 24 متراً، ولها 24 باباً خشبياً. وزينت جدرانها وواجهتها الرئيسية بنقوش وزخارف شملت آيات قرآنية وأحاديث نبوية وقصائد من الشعر العربي القديم، وتبع أهمية هذه القطعة الفنية التي وضعت في داخل غرفة زجاجية مغلقة، من كونها تمثل أقدم نموذج تم إنقاذه من الفترة العثمانية.

قصر «المشتى»

يكتشف زائر هذا المتحف، طيفاً واسعاً من الإنتاج الثقافي لحضارات الشرق الأوسط، بدءاً من الزخرفة المعمارية، والفنون والأعمال الرفيعة، ووصولاً إلى المجوهرات والمخطوطات النادرة في فنها وخطوطها وزخرفتها، إلى جانب قطع أخرى توثق تطور الحضارة الإسلامية في منطقة المشرق العربي وكذلك أوروبا. فالآثار المعمارية وهي التي أحد أهم المعالم المميزة للمتحف تظهر مفاهيم العمارة والفضاء المكاني للبيئة في الثقافة الإسلامية.

حيث يمتلك المتحف واجهة ضخمة من قصر الخلافة المعروف باسم «المشتى» من الأردن، والذي يعد واحداً من أجمل إبداعات الفن الإسلامي التي يعود بناؤها إلى منتصف القرن الثامن. وتكمن مفاجأة هذه الواجهة في أنها كانت عبارة عن هدية شخصية من آخر السلاطين العثمانيين، السلطان عبد الحميد، للقيصر الألماني فيلهام



الثاني. وقد شكلت هذه الهدية نواة أحد أهم متاحف الفن الإسلامي في أوروبا. ويبلغ عرضها 33 متراً، بارتفاع 5 أمتار، فيما يبلغ طول واجهتها الجانبية 144 متراً، ونقلت حينها عن طريق سكة حديد برلين بغداد التاريخية. وعلى الرغم من صعوبة تصنيف بوابة قصر المشتى ضمن مرحلة تاريخية محددة، إلا أن المؤرخين يرجحون عودتها إلى العصر الأموي، وتحديدًا مرحلة حكم الخليفة الوليد الثاني، في منتصف القرن الثامن، وتحمل الواجهة مجسمات لعصافير وحيوانات برية، وأخرى أسطورية وطيور جارحة.

السجاد الشرقي

للسجاد الشرقي مكانة رفيعة في المتحف، حيث يضم مجموعة من القطع النادرة، ويعود وجود أول هذه القطع إلى فون فوده، مؤسس قسم الفن الإسلامي في متحف برغامون في العام 1904، والذي تبرع آنذاك بـ 26 سجادة شرقية تاريخية.

وعلى ضوءها أسس أول قسم للدراسات والأبحاث الخاصة بالسجاد في المتحف الذي بات اليوم يمتلك واحدة من أشهر مجموعات السجاد الشرقي في العالم. وزائر المتحف يمكنه أن يستشف التأثيرات المتبادلة بين الفنون الأوروبية والإسلامية، وفيه اعتراف واضح بمآثر وأفضال الرواد الأوائل من الفنانين المسلمين على الفنون الأوروبية، قديماً وحديثاً، ووجود متحف الفن الإسلامي في برلين أدى إلى انتشار أقسام الاستشراق والدراسات الإسلامية في الجامعات الألمانية والأوروبية.

كما رفع من وتيرة اهتمام المواطنين الألمان والأوروبيين بشكل عام بالفنون الإسلامية التي نقلت إليهم نمطاً فريداً من الفنون تختلف في خصائصها عما ألفوه. ويعتبر البعض أن متحف الفنون الإسلامية في برلين، يلعب دوراً مهماً في تعميق حوار الحضارات، كونه يمثل قاعدة جيدة لتقوية الروابط الودية بين الغرب والعالم الإسلامي. وأيضاً في زيادة تقبل كل طرف منهما لثقافة وحضارة الطرف الآخر.

كما أنه يتيح الفرصة لزواره المسلمين لرؤية التمثيل الغربي الكبير لفنونهم وحضارتهم وتقريب الفنون الإسلامية للمواطنين الألمان والغربيين. ولعل أكثر ما يميز متحف الفن الإسلامي في برلين، امتلاكه واحدة من أهم المكتبات المتخصصة في علوم الفن والعمارة والآثار الإسلامية، كما يعمل فيه 5 باحثين دائمين.

الحرب العالمية الثانية

رغم إغلاق المتحف في بداية الحرب العالمية الثانية، إلا أن قسماً كبيراً من مقتنياته، خاصة السجاد الشرقي، تعرض للحرق والتدمير بتأثير الهجمات والغارات الأمريكية والبريطانية على برلين، وقد أدى تقسيم الحلفاء لألمانيا بعد هزيمتها في هذه الحرب، إلى تقسيم المتحف أيضاً، إلى قسمين، أحدهما في برلين الغربية والثاني في برلين الشرقية. وأصبح الجزءان بعد توحيدهما وهم جدار برلين في العام 1989.

وبعد سقوط جدار برلين وقيام الوحدة الألمانية استعاد المتحف وحدته، وأعيد افتتاحه بعد تجديده في يونيو 2001، وهو ما ارتقى به إلى مصاف متاحف العالمية، مثل متحف اللوفر الفرنسي والمتحف البريطاني والمتحف الروسي ومتحف المتروبوليتان الأمريكي. يضم متحف الحضارة الإسلامية في برلين، ثروة نادرة من الأعمال والتحف الفنية المتنوعة تمثل بلدان وعصور الحضارة الإسلامية المختلفة، في الفترة الواقعة ما بين القرنين الثامن والتاسع عشر للميلاد. وتضم المقتنيات، مصاحف نادرة كتبت بخطوط تمثل جميع مدارس الخط العربي، ومجموعة تاريخية كبيرة من السجاد الشرقي القديم، وعدة أعمال فنية عمرها مئات السنين مصنوعة من الخشب والسيراميك والمعادن.

فنية عمرها مئات السنين مصنوعة من الخشب والسيراميك والمعادن.

ترميم وحفظ

لا يقتصر متحف الفن الإسلامي في برلين على أعمال حفظ المقتنيات فقط، وإنما يقوم أيضاً بأعمال الترميم والبحث والدراسة للذاكرة الثقافية للمجتمعات الإسلامية والتواصل معها، والتي تتناول في مجملها الحضارة الإسلامية الواقعة بين حوض البحر المتوسط والمحيط الهادئ، وتشمل منتجاتها الثقافية والفنية، بدءاً من أواخر العصر القديم وحتى العصور الحديثة، ويقوم المتحف أيضاً، وبشكل دوري، بإقامة مجموعة من ورش العمل التي ينظمها في مجالات الحفظ والترميم، وهي تحظى بسمة دولية جيدة.

يضم متحف الحضارة الإسلامية في برلين، ثروة نادرة من الأعمال والتحف الفنية المتنوعة تمثل بلدان وعصور الحضارة الإسلامية المختلفة، في الفترة الواقعة ما بين القرنين الثامن والتاسع عشر للميلاد. وتضم المقتنيات، مصاحف نادرة كتبت بخطوط تمثل جميع مدارس الخط العربي، ومجموعة تاريخية كبيرة من السجاد الشرقي القديم، وعدة أعمال فنية عمرها مئات السنين مصنوعة من الخشب والسيراميك والمعادن.



صور مشرقة من حياة شباب الصحابة

نستعرض يوميا احدي الصور المشرقة لشباب الصحابة رضي الله عنهم وأرضاهم تبين كيف كان النبي صلى الله عليه وسلم وصحابته الكرام رضي الله عنهم ينظرون إلى الشباب وكيف كانوا يتعاملون معهم !! مما اخرج للامة في ذلك الزمان شبابا ضربوا اروع الصور المشرقة التي تأخذ بالعقول وتبهر الابواب. فلعله يكون في عرض هذه النماذج الرائعة سبيلا إلى الخروج من الواقع المؤلم الذي نعيشه اليوم، وسببا لنا ولشبابنا في التآسي والافتداء بذلك الجيل الذي لن يتكرر.

الصورة الثالثة

وهذا ابن عباس رضي الله عنه حبر الأمة كما في صحيح الترمذي بسند صحيح يسمع من النبي صلى الله عليه وسلم وصيته المشهورة وهو غلام صغير وكان رديف النبي صلى الله عليه وسلم على حمار يقال له «عفير» فقال له النبي صلى الله عليه وسلم (يا غلام إني أعلمك كلمات احفظ الله يحفظك احفظ الله تجده تجاهك إذا سألت فاسأل الله وإذا استعنت فاستعن بالله واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك رفعت الأقاليم وجفت الصحف قال الترمذي هذا حديث حسن صحيح 2516 وقال الشيخ الألباني : (صحيح) انظر صحيح الجامع للألباني حديث رقم : 7957 فأخذت هذه الكلمات من ابن عباس رضي الله عنه كل مأخذ ..

لماذا؟ لسببين: السبب الأول أنه شعر أن له قيمة في هذا الوجود وأنه ليس على هامش الحياة ولذلك خاطبه النبي صلى الله عليه وسلم بهذا الأسلوب الرفيع الذي يبني في نفس كل من سمعه ووعاه عقيدة راسخة لا تزحزحها الجبال ومحبة عظيمة لله الواحد الأحد تملأ القلوب هيبه وإجلالاً. فأنمر ذلك أن كان ابن عباس حبر الأمة وعالمها رضي الله عنه .

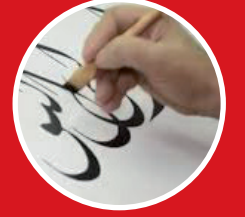
السبب الثاني: أنه رضي الله عنه صاحب عقل راجح فحينما سمع هذا الكلام العجيب أخذ به مأخذ الجد ووقر في قلبه .

وَسِعَ رَبِّي كُلَّ شَيْءٍ عِلْمًا

خط النسخ

اليوم لدى الكثير من الدول العربية حيث نجده مُستخدماً في الكتب والمصاحف والصحف وغيرهم، ولذلك تم إطلاق اسم (الخط العامي) على خط النسخ نظراً لقدرة كافة الأشخاص على استخدامه بسهولة .

يُعتبر خط النسخ أيضاً من أهم الخطوط العربية وأقدمها وقد تم استخدامه في كتابة القرآن الكريم وطباعة المصحف الشريف نظراً إلى أن حجم الحروف به يكون كبيراً وواضحاً وتسهل قراءته، ويعتبر خط النسخ هو الأكثر استخداماً



الخط العربي وأشكاله

اللغة العربية واحدة من أهم وأقدم اللغات على مستوى العالم، وهي لغة القرآن الكريم ولغة سيد المرسلين صلوات الله وسلامه عليه، كما تعتبر اللغة العربية بحراً زاخراً من المعاني والمفردات والمصطلحات الجامعة، فضلاً عن أنه يوجد عدد كبير جداً من أنواع وأشكال الخطوط العربية

نستعرض من خلال هذه الزاوية يوميا أحد خطوط الخط العربي والتي تصل إلى 9 أنواع مختلفة كل منها ذات شكل وبناء مختلف.

أشهر علماء المسلمين في الطب



ابن النفيس

يعد ابن النفيس أحد أشهر العلماء المسلمين في الطب هو أبو الحسن علاء الدين علي بن أبي الحزم، والمعروف باسم ابن النفيس، ولد في دمشق عام 607، لكنه عاش في القاهرة ومات بها. أول من اكتشف الدورة الدموية في جسم الإنسان هو ابن النفيس، كما أنه قال إن الدم من الممكن أن ينتقل من البطين الأيمن إلى البطين الأيسر من القلب عن طريق الرئتين، وكما أشرنا سابقاً أن ابن النفيس ولد في دمشق ولكنه عاش في مصر أيضاً تولى إدارة مستشفى الناصري بالقاهرة، كما أنه قام بشرح مجموعة متنوعة من الكتب الطبية لابن سينا، وحنين بن إسحاق. توفي ابن النفيس في القاهرة عام 687 ميلادية عن عمر يناهز ثمانين عاماً، إلا أنه قبل وفاته وهب البيمارستان الناصري الذي قضى معظم حياته فيه.



البرتقال

القيم لكل 100 جرام

المعادن	الفيتامينات	القيمة الغذائية
حديد 1%	فيتامين «ج» 81%	طاقة 49 كالوري
ماغنيسيوم 2.5%	حمض الفوليك 10%	كربوهيدرات 11.9 جرام
كالمسيوم 4%	فيتامين «ب1» 7.5%	بروتين 0.95 جرام
نحاس 4%	فيتامين «أ» 8%	دهون 0.30 جرام

أدعية الأنبياء والمرسلين في القرآن الكريم
«ربنا أفرغ علينا صبرا وثبت
أقدامنا وانصرنا على القوم
الكافرين»



الكبة الصاجية



2غ سبع بهارات
3 غ زيت زيتون
1 غ كمون
حضري القدر وضعي زيت الزيتون حتى يسخن ثم قومي بطهي البصل بشكل جيد ثم ضيفي اللحم عليه وقومي بتحريكها بملعقة خشب ثم ضيفي جميع البهارات مع الملح والفلفل و الكمون عند استواء اللحم وضهور اللون البني تكون الحشوة قد أصبحت جاهزة دعيها حتى تبرد لمدة 15 دقيقة المرحلة النهائية لتحضير الكبة الصاجية
شكلي عجينة الكبة كما ترغبين ثم اشويها بالفرن لمدة 15 دقيقة بعد ذلك ضعها على الفحم لمدة 5 دقائق مع التقليب
تقدم مع صلصة الطحينة وصلصة الرمان والخضار المشوية

طريقة تحضير حشوة الكبة
300 غ لحم عجل أو غنم مفروم
100 غ بصل مفروم
2 غ ملح

ثم ضعهم في ماكينة الكبة وقومي بطحنهم عدة مرات حتى يصبح عجينة ناعمة ومتماسكة و قومي بدعكها باليد بشكل جيد

المكونات

300غ من اللحم العجل المفروم ويمكن استخدام لحم غنم أو ممكن وضع نصف الكمية من كل نوع
500 غ برغل
3 غ ملح
2 غ فلفل أسود
3 غ سبع بهارات
2 غ قرفة ناعمة
2 غ كمون ناعم
150 غ بصل مقطع
صنوبر محمص
10 غ زيت زيتون

طريقة عمل عجينة الكبة

انقي البرغل بالماء البارد مدة 30 دقيقة ثم قومي بتصفيته وعصره جيدا حتى يخرج كل الماء منه بعد ذلك أضيفي اللحم والبهارات والبصل والملح والزيت

بالهناء والشفاء



يقدمها الشيف
رائد سلمى

فندق

أوريكس روتانا