



@lusailnews

العشاء
7:39المغرب
6:09العصر
2:59الظهر
11:31الشروق
4:56الفجر
3:33مواقيت
الصلاة

www.lusailnews.net



lusailnews

مع اجتياح وباء «كورونا» وزيادة الحاجة.. علماء وفقهاء:

تقديم زكاة المال قبل وقتها مستحب

7-6 التفاصيل

عينك على

التفاصيل
02

إقبال كبير على المشاركة
في منافسات فئة حُسن
الصوت «أجمل تلاوة»

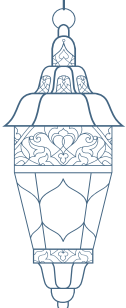
التفاصيل
02

جامع الإمام يشهد صلاة
العشاء والتراويح بأصوات
ثلة من الأئمة القطريين

التفاصيل
09

قدمها خبراء بمعهد قطر
رؤية من «بحوث الطب
الحيوي» حول كورونا
والسرطان والسكري

#لأجل_قطر_كلنا_في_البيت



فضائل شهر رمضان 2

الانضباط

حفظ اللسان والجوارح
فألفه، فهو سبحانه لا
يعذبنا بالصيام أو القيام،
بل يعودنا إذا أمسكنا عن
الحلال في نهار رمضان

التربية

الصوم يربي النفس على
الأخلاق، ففي الحديث: «من
لم يدع قول الزور والعمل
به، فليس لله حاجة في أن
يدع طعامه وشرابه»

الصبر

تعويد النفس على الفضائل
والصيام يجمع أنواع الصبر
الثلاثة، صبر على طاعة الله،
وعن معصية الله، وعلى
الجوع والعطش

الجود والكرم

«فقد كان النبي ﷺ أجود
الناس وكان أجود ما
يكون في رمضان، وقال
صلى الله عليه وسلم: «أفضل
الصدقة في رمضان»

شهر التقوى

هي ثمرة الصيام، وهدفه
الأسمي، ففي الآية: «كتب
عليكم الصيام كما كتب
على الذين من قبلكم
لعلكم تتقون»
البقرة: 183»

إخلاص النية

«لا يصوم عبد يوماً
في سبيل الله؛ إلا باعد الله
بذلك اليوم النار عن وجهه
سبعين خريفاً»
رواه الجماعة
إلا أبادود.

شهر الدعاء

قال ﷺ: «للصائم عند فطره
دعوة لا ترد» صحيح ابن ماجه،
وكان ﷺ عند إفطاره يقول:
«ذهب الظم وأبتلت العروق»
وثبت الأجر إن شاء الله.

شهر الاعتكاف

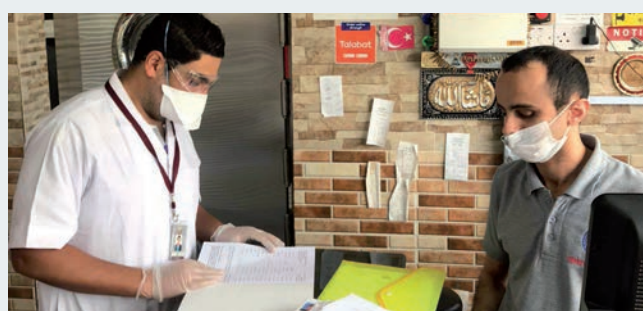
كان ﷺ يعتكف في كل
رمضان 10 أيام، فلما كان
العام الذي قبض فيه
اعتكف 20 يوماً.. رواه
البخاري.

شهر الإطعام

يقول تعالى: «ويطعمون
الطعام على حبه مسكيناً
ويتيمماً وأسيراً»
الإنسان: 7»
وقال النبي ﷺ: «من فطر
صائماً كان له مثل أجره»

المصدر: لوسيل
By: Noureldin Medhat
www.lusailnews.net

2363 جولة تفتيشية على المؤسسات الغذائية بلدية الدوحة خلال أبريل



نقاط التمرکز بالمنطقة الصناعية خلال أبريل
الماضي بالتفتيش وفحص ما يقارب 15 ألف
سيارة نقل مواد غذائية، حيث تمت مخالفة
(2) سيارة لعدم الالتزام بالاشتراطات الصحية
المطلوبة أثناء نقل المواد الغذائية، وتم إتلاف المواد
الغذائية المضبوطة على الفور.

التفاصيل
02

المركز خلال الشهر الماضي بفحص 112 ألفاً
و844 ذبحة، وتم إتلاف 1330 ذبحة كاملة
غير صالحة للاستهلاك الآدمي وكذلك الإتلاف
الجزئي لـ 3065 كيلو جراماً من اللحوم.
كما قام أطباء القسم العاملون بفرضة الكورنيش
بفحص 37 ألفاً و525 كيلو جراماً من الأسماك
وإتلاف 81 كيلو جراماً غير صالحة للاستهلاك
الآدمي. كما قام مفتشو القسم العاملون على

نفذت بلدية الدوحة ممثلة بقسم الرقابة الصحية
التابع لإدارة الرقابة البلدية خلال أبريل الماضي
2363 جولة تفتيشية على المؤسسات الغذائية
بمختلف مناطق الدوحة، أسفرت عن تحرير
80 محضر ضبط مخالفة وإغلاق 33 مؤسسة
غذائية مخالفة بقرارات إدارية لمدد من 5 أيام إلى
30 يوماً.
وقام الأطباء البيطريون العاملون بالمقصب الآلي

ضمن فئات فرع «رتل وأرسل» بمسابقة الشيخ جاسم للقرآن الكريم

إقبال كبير على المتشاركة في منافسات فئة حسن الصوت «أجمل تلاوة»

بينما اختتمت يوم السبت 9 رمضان منافسات المرحلة الأخيرة في فئة البراعم عبر تطبيق (Whatsapp)، حيث خصصت اللجنة المنظمة للمسابقة المرحلة الأخيرة لترتيب المراكز العشرة الأولى بين الفائزين من المواطنين وكذلك العشرة الأوائل من المقيمين، وتحتسب النتيجة النهائية بمتوسط درجة المرحلة.

المشاركة بالبت المرئي المباشر عبر تطبيق مايكروسوفت تيمز

3 فائزين يومياً من أصحاب الأصوات النديّة (أجمل تلاوة) قرآنية

إعلان أسماء الفائزين عبر مواقع الوزارة المختلفة



خلال البث المرئي المباشر عبر تطبيق (مايكروسوفت تيمز Microsoft Teams) أمس الأحد 10 رمضان، وتحتسب اللجنة النتيجة النهائية بمتوسط درجة المرحلة، (الأولى والأخيرة)، حيث يتم اختيار (5) فائزين من المواطنين و(5) فائزين من المقيمين.

فئات المجتمع من المواطنين والمقيمين (ذكوراً وإناثاً)، وهي: (فئة البراعم من عمر 6 – 12 سنة، فئة القراءات القرآنية التي تضم رواية حفص والروايات القرآنية الأخرى لمن تجاوز 12 سنة، فئة حسن الصوت).

حيث اختتمت منافسات المرحلة الأخيرة في فئة القراءات القرآنية من

وتتواصل منافسات فئة حسن الصوت بمسابقة «رتل وأرسل» القرآنية حتى يوم 15 رمضان، ضمن فروع مسابقة الشيخ جاسم بن محمد بن ثاني للقرآن الكريم بوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية. تجدر الإشارة إلى أن فرع «رتل وأرسل» يضم ثلاث فئات تتيح مشاركة جميع



تشهد منافسات فئة حسن الصوت (أجمل تلاوة) في المسابقة القرآنية «رتل وأرسل»، إقبالاً على المشاركة من المواطنين والمقيمين فئة الشباب (ذكوراً وإناثاً) للأعمار من 13 إلى 25 سنة، حيث تقبل اللجنة المنظمة للمسابقة أول (20) مشاركاً الساعة الـ 4 عصراً عبر رسالة «طلب مشاركة» إلى رقم الواتساب المعتمد (66741115). وبينت اللجنة المنظمة للمسابقة أنها ستقوم بعد ذلك بالتواصل مع المتسابقين العشرين الذين بادروا بالتواصل أولاً لطلب المشاركة، حيث تكون المشاركة من خلال البث المرئي المباشر عبر تطبيق مايكروسوفت تيمز Microsoft Teams الساعة التاسعة مساءً، ولا تزيد المشاركة عن (60) ثانية، ويتم اختيار الآيات من قبل المتسابق، ولا تلزم الإناث بفتح الكاميرا أثناء المشاركة، ولا يحق للأئمة والمؤذنين والمحفظين والعاملين في مجال القرآن الكريم المشاركة. وتختار اللجنة (3) فائزين يومياً حسب الأعلى درجة ليفوز كل منهم بمبلغ 500 ريال، حيث يُطالبون بإرسال صورة من جواز السفر أو البطاقة ليتم التحقق من الشخصية، ومن ثم يتم الإعلان عن أسماء الفائزين عبر مواقع الوزارة المختلفة.

إغلاق 33 مؤسسة مخالفة بالدوحة

2363 جولة تفتيشية على المؤسسات الغذائية ببلدية الدوحة خلال أبريل

نفذت بلدية الدوحة ممثلة بقسم الرقابة الصحية التابع لإدارة الرقابة البلدية خلال أبريل الماضي 2363 جولة تفتيشية على المؤسسات الغذائية بمختلف مناطق الدوحة، أسفرت عن تحرير 80 محضر ضبط مخالفة وإغلاق 33 مؤسسة غذائية مخالفة بقرارات إدارية لمدد 5 أيام إلى 30 يوماً. وقام الأطباء البيطريون العاملون بالمقصب الآلي المركزي خلال الشهر الماضي بفحص 112 ألفاً و844 ذبحة، وتم إتلاف 1330 ذبحة كاملة غير صالحة للاستهلاك الآدمي وكذلك الإتلاف الجزئي لـ 3065 كيلو جراماً من اللحوم. كما قام أطباء القسم العاملون بفرضة الكورنيش بفحص 37 ألفاً و525 كيلو جراماً من الأسماك وإتلاف 81 كيلو جراماً غير صالحة للاستهلاك الآدمي.

كما قام مفتشو القسم العاملون على نقاط التمرکز بالمنطقة الصناعية خلال أبريل الماضي بالتفتيش وفحص ما يقارب 15 ألف سيارة نقل مواد غذائية، حيث تمت مخالفة (2) سيارة لعدم الالتزام بالاشتراطات الصحية المطلوبة أثناء نقل المواد الغذائية، وتم إتلاف المواد الغذائية المضبوطة على الفور. وكان قسم الرقابة الصحية برئاسة السيدة نجلاء عبدالرحمن الهيل قد وضع خطة عمل تضمنت تكثيف الحملات التفتيشية على المؤسسات الغذائية خلال شهر رمضان المبارك، والتأكد من التزام كافة المؤسسات بتطبيق الاشتراطات الصحية المطلوبة. كما يقوم مفتشو القسم بالمشاركة مع كل من وزارتي الداخلية والتجارة في حملات مشتركة على المنشآت الغذائية بمختلف مناطق الدوحة.

وفي ذات السياق ضبّطت بلدية الشيجانية ممثلة بإدارة الرقابة البلدية مساء السبت، (سوبرماركت) لبيع وتداول المواد الغذائية بدون ترخيص داخل مجمع عزب أبو نخلة، كما تم ضبط مواد غذائية تم تخزينها في ظروف غير صحية بالمخالفة لقانون تنظيم مراقبة الأغذية الآدمية.

وقد تم اتخاذ الإجراءات القانونية حيال المخالفين، وإتلاف المواد الغذائية غير الصالحة للاستهلاك الآدمي. تأتي هذه الجهود في إطار الحملات التفتيشية المستمرة التي تقوم بها بلدية الشيجانية على مجمعات العزب، لرصد وضبط أي مخالفات لشروط التعاقد، واتخاذ الإجراءات القانونية حيالها.



يشهد جامع الإمام محمد بن عبد الوهاب إقامة صلاة العشاء والتراويح بأصوات ثلثة من الأئمة القطريين منذ بداية شهر رمضان المبارك لهذا العام 1441هـ، بحضور أربعة من موظفي الجامع، مع مراعاة الاحترازاات الصحية المقررة من وزارة الصحة العامة. وتُنقل الصلوات للجمهور عبر قنوات التلفزيون، مع التأكيد على أنه لا يجوز الاقتداء بالإمام في الصلاة المنقولة عبر وسائل الإعلام.

ويصحب جامع الإمام محمد بن عبد الوهاب بأصوات ندية لثثة من الشباب القطريين في صلاة العشاء والتراويح، حيث اعتمدت الوزارة عدداً من الأئمة القطريين للصلوة بالجامع، ويتناوب كل يوم ثلاثة من الأئمة القطريين في صلاتي العشاء والتراويح، منهم: الشيخ/ مال الله عبدالرحمن الجابر، الشيخ/ تركي عبيد المري، الشيخ/ محمد القحطاني، الشيخ/ يوسف أحمد عاشير، الشيخ/ محمد يحيى طاهر، الشيخ/ محمد الغياثين، بالإضافة إلى كوكبة أخرى من الأئمة القطريين خلال الأيام القادمة من الشهر الفضيل. وقد اعتمدت وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية هذا الإجراء لبث الطمأنينة في المجتمع، حيث

استثنت الوزارة جامع الإمام من قرار استمرار إغلاق المساجد وإيقاف صلوات الجماعة بفروضها الخمسة وصلاة الجمعة إلى حين توفر شرط الأمان والطمأنينة للمصلين، مع استمرار رفع الأذان للصلوة في جميع المساجد.

وقد دأب القراء القطريون منذ سنوات على إحياء ليالي شهر رمضان المبارك بإقامة صلاة العشاء والتراويح وكذلك صلاة القيام في جامع الإمام محمد بن عبد الوهاب وعشرات المساجد بدولة قطر العامرة، في إطار إستراتيجية وزارة الأوقاف والشؤون



الإسلامية لاستقطاب الأئمة القطريين كصوت للحكمة والموعظة الحسنة وتفعيل دورهم المجتمعي تجسيدا لرؤية القيادة الحكيمة في البلاد. وتجسد العناية بالقراء والأئمة والوعاظ والخطباء القطريين رسالة وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية في خدمة القرآن الكريم وتكريم أهله، ويجسد حرص القيادة الرشيدة على العناية بالشباب القطري والارتقاء بأدائه لاعتلاء منابر الحق كصوت للحكمة والموعظة الحسنة وتفعيل دورهم المجتمعي كدعاة للحق والخير والسلام.

«لولو هايبر ماركت» تدعم حملة قطر الخيرية الرمضانية

والتعاون بين مختلف فئات المجتمع»، منوها بأن تقديم مثل هذا الدعم سيستمر أيضاً في المستقبل في مواسم مختلفة لصالح الشرائح الأكثر ضعفاً في المجتمع. والجدير بالذكر أن قطر الخيرية تسلمت تبرعا بقيمة 250,000 ريال من مجموعة اللولو هايبر ماركت - قطر رمضان الماضي، مساهمة منها في تنفيذ مشاريع قطر الخيرية. وكانت قطر الخيرية قد وقعت في السابق العديد من اتفاقيات التعاون مع لولو هايبر ماركت - قطر. الأول يتيح للعملاء التبرع بكسور الريال والدراهم عند دفع فواتير الشراء في العديد من منافذ لولو هايبر ماركت، وذلك لدعم المشاريع الخيرية داخل وخارج قطر، فيما يروج الاتفاق الثاني لبطاقات الخير من خلال منافذ اللولو للترويج للأعمال الخيرية بين المتسوقين، بينما تتضمن الاتفاقية الثالثة تعاوناً لحملة «تسوق وتبرع».

وفي وقت يواجه فيه العالم كله تهديداً خطيراً للبشرية بسبب انتشار فيروس كورونا، مشيراً إلى أن هذا الدعم سيمكن قطر الخيرية من مساعدة الفئات الأكثر هشاشة مثل الأسر ذات الدخل المحدود والعمال وغيرهم. وأضاف أن قطر الخيرية تحرص دائماً على التعاون مع مختلف مؤسسات القطاعين العام والخاص للوصول إلى أكبر عدد من المستفيدين في قطر وفي جميع أنحاء العالم، داعياً الشركات والمؤسسات الأخرى إلى دعم حملة قطر الخيرية الرمضانية «بالخير اطمئن». وبدوره قال السيد محمد الطاف مدير مجموعة اللولو العالمية قطر: «يأتي هذا الدعم من لولو هايبر ماركت قطر في إطار مسؤوليتها المجتمعية للشركات، حيث إننا نطمح أن نلعب دوراً مهماً في تنفيذ برامج المسؤولية الاجتماعية بالتعاون مع قطر الخيرية، وذلك بناءً على قيم وتقاليد المجتمع القطري المتمثلة في التضامن

للعام الثالث على التوالي، أعلنت لولو هايبر ماركت قطر عن دعمها لحملة قطر الخيرية الرمضانية «بالخير اطمئن» في إطار مبادراتها المجتمعية «تسوق وتبرع». ويأتي هذا الدعم وفقاً لاتفاقية التعاون والشراكة السابقة التي وقعتها قطر الخيرية مع لولو هايبر ماركت قطر، والتي تسمح للطرفين بتبادل الخبرات والتعاون والتنسيق في تنفيذ البرامج والمشاريع التي ستكون ذات فائدة مشتركة لصالح المجتمع. ووفقاً للدعم المعلن عنه لهذا العام، تعرض لولو هايبر ماركت أكثر من 700 منتج للتسوق في إطار مبادرة «تسوق وتبرع» لدعم حملة قطر الخيرية في الشهر الفضيل، حيث يتم التبرع بجزء معين من الأرباح المكتسبة من بيع هذه المنتجات. وقد أعرب السيد علي الغريب مدير إدارة تنمية الموارد بقطر الخيرية عن سعادته بهذا الدعم الذي أعلنت عنه لولو هايبر ماركت، خاصة في شهر رمضان المبارك،



f /baladnadoha baladnaco @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



استعرض «الأربعون الإدارية» بملتقى المؤلفين.. الشيخ إبراهيم السادة:

الأحاديث تتشكل نبراسا للموظفين للسير في درب النجاح



والتحقيق للأهداف المخطط لها لفترة زمنية معينة، لافتاً إلى أن الإدارة ذات الكفاءة العالية تؤدي إلى تشغيل اقتصاد قوي لموارد المجتمع والدولة بما يحقق النمو والتوسع، والذي يؤدي بدوره إلى رفع مستويات الدخل والمعيشة لأفراد المجتمع، ويشير الكاتب إلى أن ذلك لا يتأتى بدون الأخذ بعين الاعتبار بالاهتمام بعصب ذلك كله، ألا وهو الموظف الذي لا تستقيم لبنات العمل إلا به، مؤكداً أنه بصلاحه يصلح العمل الإداري وتدور عجلة الإنتاج.

التي يجب أن يتحلى بها العمال والموظفون المتميزون، مثل ترك الفحش، وترك النقاش العقيم وكثرة الكلام والجدال والمراء، فضلاً عن الصفات التي يجب أن يحافظ عليها كل موظف مثل: حسن المظهر، الهدوء، والتبسم في وجه الزملاء، والتعاون مع الآخرين.

تخطيط للموارد

ويعرف الكتاب الإدارة بأنها تخطيط للموارد، وتنظيم ومراقبة ومتابعة لتشغيلها بأعلى كفاءة بالطرق والأساليب الحديثة والمتطورة،

خلالها، وتحدث السادة عن أهمية استغلال الوقت، وضرورة التبسم في وجه من حوله، حيث تفتح البسمة القلوب وتسهل التعامل، بالإضافة إلى الأحاديث التي تحت على الصفات الحميدة مثل انتقاء طيب الكلام، كما استطرد الكاتب في سرد الأحاديث النبوية التي تتحدث عن الإخلاص والأمانة والصدق في العمل وإتقانه، والسهولة في المعاملة، والعفة في كسب المال، والحرص على الوقت، والذهاب مبكراً إلى العمل، والشعور بالمسؤولية، مستعرضاً الأحاديث الشريفة في المعاملات والسلوكيات والقيم الفاضلة



■ الشيخ عبدالله السادة

الإخلاص والأمانة
والصدق في العمل
وإتقانه والمال الحلال
جواهر المعاملات
الاسلامية

عليها، حيث تكون تلك النية هي خير استهلال للتطبيق الفعلي للأخلاقيات التي دعا إليها رسولنا الكريم، ثم انتقل إلى بعض الصفات التي اشترط وجودها في الموظف من أجل تقديم عمله على النحو السليم والمؤدي إلى النجاح، ومن ضمن ما أورده مدلولاً عليه بالأحاديث الأربعين، الإتيان في العمل الذي يجب توافره في الموظف الناجح، مع ضرورة تحليه بالوازع الديني في التعامل مع المواطنين، وكذلك الإحسان، شارحاً كيف يحسن الموظف في كل تعاملاته مع من حوله، حتى مع الأدوات التي يعمل من استثمار الوقت



ضمن فعاليات الملتقى القطري للمؤلفين المقدمة عن بعد وعبر قناة الملتقى على اليوتيوب، قدم الدكتور عبد الله إبراهيم السادة قراءة تأملية في كتابه «الأربعون الإدارية» سارداً أهم عناصره مستعرضاً الأحاديث النبوية التي من شأنها تحقيق النجاح الباهر في الإدارة إذا ما اتبعها المسلمون، مبيناً أن الأحاديث بشكل عام تعد من أهم مصادر التلقي في التشريع، وأنها التطبيق العملي للقرآن، وفي هذا السياق حث المسلمون على المساهمة بنشرها حتى تعم الفائدة على الأمة، وطلب من الموظفين الاقتداء بسنة رسول الله في التعامل وتنفيذ ما جاء من الأحاديث في جانب الإدارة.

النية الصالحة للموظف

في بداية الجلسة أوضح الشيخ عبد الله السادة أن كتاب «الأربعون الإدارية» الذي يعرضه من خلال الحلقة هو عبارة عن أربعين حديثاً من أحاديث النبي صلى الله عليه وسلم، تتعلق بالإدارة، لتشكل نبراساً للموظفين الذين يريدون السير في درب النجاح، مؤكداً أنه من أجل علو همتهم عليهم بالإصرار والإلحاح حتى تكمل أعمالهم بالفوز والنجاح، ثم قام بسرد تلك الأحاديث، مقدماً بعض التفسيرات ومستحضراً بعض الأمثلة التي توضح أهمية تطبيقها في حياتنا العملية والإدارية، وفي طريقه لذلك قام باستعراض السلسلة من بدايتها، مشيراً إلى أن الأمر يجب أن يبدأ من النية الصالحة للموظف والتي تؤثر

وجبات إفطار وسحور للضيوف المقيمين خلال رمضان

«هيلتون اللؤلؤة» يطلق عروض الإقامة والمأكولات الرمضانية



في بداية وجبة الفطور. وتتضمن خيارات الوجبات الرئيسية تشكيلة من أطباق اللحوم والسّمك، من بينها طبق لحم الضأن المشوي التقليدي وفطائر ماليزيا الشرقية والساتيه وأطباق الكاري الصحية والغنية بالنكهات إلى جانب تشكيلة من أشهى الحلويات الرمضانية بعد الفطور كحلوى أم علي، بالإضافة إلى أنواع عديدة من الفواكه.

وتشتمل قوائم السحور على مقبلات ساخنة وباردة وأطباق تقليدية وأطباق خاصة من البيض، تُقدم كلها مع العصائر والمياه. يتم احتساب الأسعار لوحدة الاستديو المريحة ذات الأجواء العائلية والأجنحة المؤلفة من غرفة أو غرفتين نوم والتي تضم جميعها شرفات وطاولات طعام ومساحات للراحة، بناءً على الإشغال المزدوج. وتتراوح أسعار الغرف مع وجبة إفطار بين 655 و1,505 ريال قطري، وأسعار الغرف مع وجبة سحور بين 575 و1,425 ريال قطري. فيما تتراوح أسعار الغرف مع وجبة الإفطار والسحور بين 775 و1,625 ريال قطري.

وتمنح هذه الباقات الفرصة للضيوف لأخذ استراحة خلال الشهر الكريم، وتقدم لهم أطباقاً عالية الجودة لتمنحهم كل ما يحتاجونه في المنزل ضمن أجواء ومعايير فندق هيلتون العالمية المميزة.

كشف فندق هيلتون الدوحة ذا بيرل ريزيدنس عن مجموعة من عروض الإقامة والمأكولات لضيوفه في شهر رمضان المبارك لهذا العام، والتي تضم خدمة الإفطار والسحور داخل الغرف.

وتقدم باقات الإقامة خيارات تتراوح بين غرف مع وجبة السحور أو غرف مع وجبة الإفطار أو غرف تتيح لضيوفها الاحتفاء بالوجبتين وسط أجواء رمضان مميزة. وتتيح هذه الباقات الفرصة للضيوف لأخذ عطلة خارج منازلهم خلال الشهر الفضيل، لقضاء أجمل اللحظات مع عائلاتهم والاستمتاع بوجبات الإفطار والسحور مع المحافظة على إجراءات الأمان والتباعد الاجتماعي خلال هذه الأوقات الاستثنائية. ويتم تحضير هذه الوجبات الرمضانية بمهارة عالية على يد الشيف الفرنسي تيبو بوبلار، الذي يستوحى إبداعاته من المطبخ الماليزي، والشيف اللبناني الشهير جو برزا.

ويتيح الفندق لضيوفه فرصة الاختيار من بين 7 قوائم لوجبات الإفطار و3 لوجبات السحور، تتضمن أطباقاً رمضانية تقليدية مفضلة بلسمات إبداعية. كما يقدم الفندق لرواده عصائر موسمية وشوربات خفيفة ومقبلات باردة وساخنه والعديد من السلطات



يشارك المجتمع احتفالاته بشهر رمضان

«قطر مول» ينظم مسابقة هادفة وحملة توعية صحية

بتقديم مختلف أشكال الدعم التي تعود عليهم بالفائدة. كما تشهد صفحات التواصل الاجتماعي لقطر مول نصائح وإرشادات صحية ووصفات لأطباق مميزة، كما سنقدم مسابقة هادفة ثرية بالمعلومات. ويعدّ هذا الأمر لفئة بسيطة من قطر مول للتعبير عن اهتمامه بالمجتمع وتعزيز القيم الاجتماعية في الشهر الفضيل.

ويواصل قطر مول تقديم مبادرات تلبي حاجات ومتطلبات المجتمع خصوصاً في الأوقات الصعبة بهدف التغلب على التحديات التي يفرضها فيروس كورونا.

وتجدر الإشارة إلى أن قطر مول دعم مؤخراً خدمة «إبق آمناً وتسوق من المنزل» والتي تتيح للعملاء طلب منتجاتهم المفضلة من متاجر عديدة في قطر مول لتصلهم إلى منازلهم.

الصحيحة فرصة الفوز بإفطار مميز يتم توصيله إلى منزل الفائز. وبالإضافة إلى المسابقة، يعزز قطر مول ثقافة نمط الحياة الصحي طيلة أيام الصوم من خلال نشر معلومات مفيدة ونصائح يومية حول كيفية المحافظة على الصحة والرشاقة في رمضان، كما يقدم وصفات طعام مميزة من مختلف المطابخ العالمية إلى جانب معلومات أخرى حول أوقات الإفطار والإمساك والصلاة.

وبهذه المناسبة، قال خالد سام حسن الرئيس التنفيذي لقطر مول: «بالنظر إلى الوضع الحالي، فقد سعينا إلى اعتماد وسائل مبتكرة للتواصل مع مجتمعنا المحلي طيلة شهر رمضان المبارك. ومن خلال قنوات التواصل الاجتماعي، يسعدنا أن ننتهز الفرصة للاحتفال مع الجميع في قطر بالشهر الفضيل ونؤكد التزامنا



احتفاءً بشهر رمضان المبارك وتأكيداً على التزامه بمشاركة المجتمع المحلي مختلف مناسباته، أطلق قطر مول حملة شاملة تهدف إلى التفاعل مع المجتمع وتزويد الأفراد بمعلومات قيمة بالإضافة إلى مسابقة تروي شغفه للمعرفة.

ومن خلال مسابقة يومية على منصات التواصل الاجتماعي تقام طيلة الشهر الفضيل، يعزز قطر مول روحانيات الشهر المبارك بأسئلة هادفة عن رمضان والتاريخ الإسلامي تخري المعلومات العامة وترفع من مستوى الثقافة. وتستهدف المسابقة مختلف الأعمار والفئات وتوفر للمشاركين من ذوي الإجابات

من هنا وهناك

طهران - أ ف ب

أعلن الرئيس الإيراني حسن روحاني أمس الأحد أن المساجد المغلقة منذ منتصف مارس لاحتواء وباء كوفيد-19، ستفتح اعتباراً من اليوم الإثنين في 30 بالمئة من المناطق، فيما سجلت البلاد تراجعاً في عدد الوفيات جراء الفيروس.

وقال المتحدث باسم وزارة الصحة كيانوش جهانپور إن 47 شخصاً توفوا جراء الفيروس خلال الساعات الـ 24 الماضية وهو أقل عدد يومي للوفيات منذ 55 يوماً.

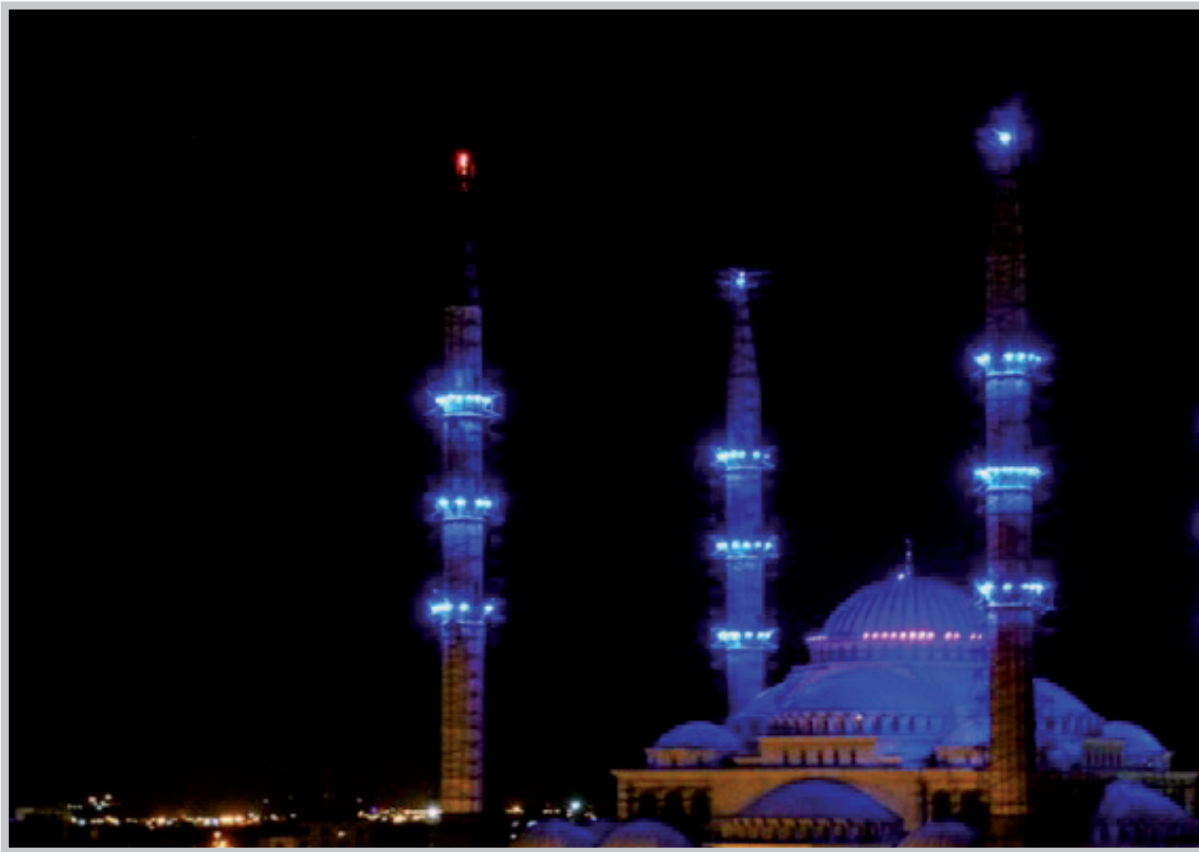
وأعرب عن أمله في مؤتمر صحفي أن «يستمر هذا المنحى في الأيام المقبلة».

جاءت تصريحات المسؤول الطبي البارز بعد كلمة للرئيس روحاني أعلن فيها إعادة فتح المساجد في أجزاء كبيرة من البلاد.

وقال في كلمة خلال اجتماع للجنة مكافحة الوباء بثها التلفزيون الرسمي «قررنا فتح المساجد في 132 منطقة منخفضة الخطورة (على صعيد انتشار فيروس كورونا المستجد) اعتباراً من اليوم، واستئناف صلوات الجمعة، مع احترام المعايير الصحية». والمنطقة، أو المقاطعة (شهرستان بالفارسية)، تتفرع من المحافظة وفق التقسيم الإداري في إيران حيث ثمة 434 مقاطعة ضمن 31 محافظة.

وقال روحاني إن «احترام التباعد الاجتماعي أهم من المشاركة في الصلاة الجماعية».

وأشار الرئيس إلى أن الإسلام يعتبر



وسط أكبر وأسوأ تفش لكوفيد-19 في الشرق الأوسط.

وقال روحاني إن المقاطعات المعنية «منخفضة المخاطر».

بدوره، يدرس فريق العمل الخاص بالفيروس إعادة فتح المدارس بحلول

16 مايو لمدة شهر قبل العطلة الصيفية. وسجلت الجمهورية الإسلامية 6203

وفيات، حسب الأرقام الرسمية، من أصل 97424 إصابة بكوفيد-19 منذ

16 فبراير حين أعلنت السلطات أولى

الوفيات.

وقال جهانپور إن البلاد سجلت 976 إصابة جديدة في الساعات الـ 24 الأخيرة.

وأوضح أن 2690 مصاباً بالفيروس لا يزالون في حالة حرجية.

ويشك خبراء ومسؤولون في الداخل والخارج بالأرقام الرسمية، ويعتبرون أنها أقل من تلك الفعلية.

وذكر روحاني أن نقل المرضى للمستشفيات بسبب إصابات محتملة

رغم إجراءات العزل

عودة حلوى رمضان وفتح بعض المقاهي في ليبيا

الحالية لجائحة كورونا لم يقاوم أصحاب المشاريع الصغيرة بدأ أصحاب المقاهي لأن المسؤولين في الحكومة تجاهلوا تماماً أصحاب المشاريع الصغيرة بدأت الحلاقين وأصحاب المقاهي لم يقوموا بتعويضهم بمنح يعني هم أقفلوا لمدة أشهر ولهذا نتج عنه فتح المقاهي بأسلوب عشوائي لكن بعض المقاهي استطاعت أن تقوم بإجراءات السلامة مثل إزالة الكراسي الداخلية تحتفظ بمسافة الأمان ولكن الحكومة لم تلتزم بتعويض أصحاب المقاهي.

وقال يوسف شاكعة وهو زبون آخر «من العادات الرمضانية أن الحلويات تكون من الحاجات الأساسية في رمضان وبسبب أزمة كورونا توقعتنا أن تكون المحلات مغلقة ولكن الحمد لله رجعت الحلويات وهذا شيء جيد من أجل أن تشتري الناس وتحلي السفارة في رمضان وتأخذ حلويات وتستمتع بإفطار جيد».

ومصراثة فلا يسمح في أوقات النهار سوى بشراء الخبز والطعام.

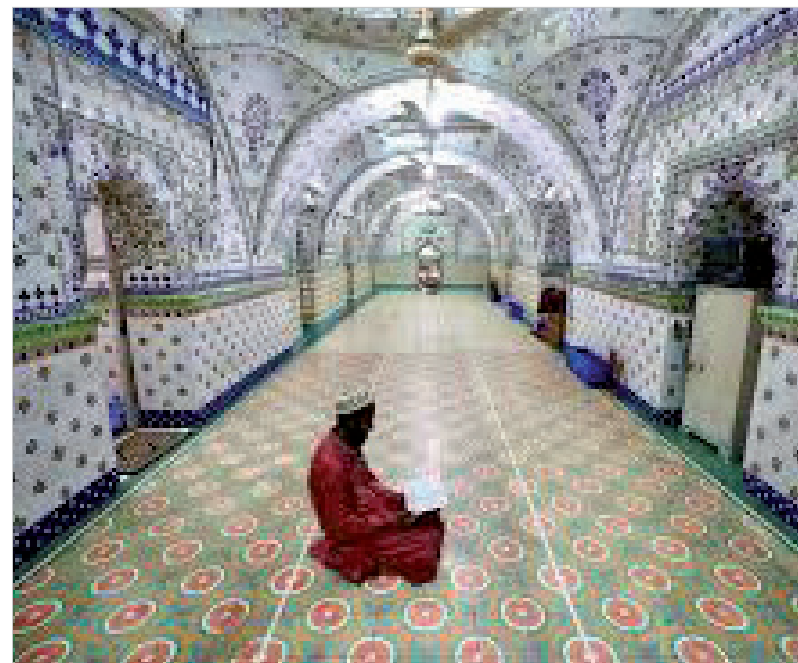
ويقول رياض المدني صاحب متجر «اضطررنا للإقفال حوالي لمدة شهر بسبب جائحة كورونا والمحـل مسؤول عن موظفين يشتغلوا فيه حوالي 25 موظفا لديهم عائلات ولديهم التزامات كما هو معروف موسم رمضان طبعاً فيه إقبال على الحلويات وخاصة الحلويات الشرقية التي يمتاز بها حلويات موزرت والناس في إقبال عليها فاضطررنا إلى افتتاح المحل وقمنا باتخاذ عدة إجراءات وقائية من تعقيم المحل واتخاذ إجراءات وقائية للعاملين من لبس القفازات والكمامات».

وقال سفيان قصيبات أحد زبائن مقهى في مصراثة «لم تقاوم الناس في ظل هذه الأجواء الرمضانية العادات اليومية والتقاليد المتبعة في ليالي رمضان، خروج للشوارع والمقاهي ولكن في ظل هذه الأزمة

رويترز

ظلت العديد من المتاجر مغلقة والشوارع مهجورة وسط إجراءات العزل العام وحظر التجول الذي فرضته الحكومة، لكن بعض المتاجر والمقاهي فتحت أبوابها في بعض أجزاء ليبيا في محاولة للإبقاء على عادات شهر رمضان رغم المخاوف من تفشي فيروس كورونا المستجد. وبالنسبة للعديد من الليبيين يعد شراء الحلوى والتجمع في المقاهي أو في الأحياء بعد الإفطار في شهر رمضان من العادات الراسخة التي يتمسكون بها بشدة في شهر الصيام.

ولمكافحة تفشي الفيروس فرضت حكومة الوفاق المعترف بها دولياً حظر تجول على مدار 24 ساعة في محاولة لتخفيف الضغوط على النظام الصحي في المناطق التي تسيطر عليها ومنها طرابلس



كورونا سبب هجرة المصلين للمساجد في آسيا

رويترز

فيضان مدينة، وهو من أكبر مساجد المدينة، لمنع المصلين من التجمع، ولم يؤد أحد صلاة التراويح.

وسجلت باكستان أكثر من 11 ألف حالة إصابة بفيروس كورونا بينها 237 حالة وفاة.

وفي الهند، أدى خمسة مصلين فقط صلاة العشاء في أول أيام شهر رمضان في المسجد الجامع، وهو مسجد مهيب في نيودلهي، بعد انسحاب صوت الأذان إلى ساحته الخالية.

أما في العام الماضي، فكان عدد المصلين كبيراً جداً حتى أنهم ملأوا الشرفة الأمامية المزخرفة للمسجد المشيد بالطوب الأحمر والذي يعود بناؤه إلى القرن السابع عشر.

وسجلت الهند 26496 إصابة بالفيروس و824 حالة وفاة.

ويحذر خبراء الصحة من أن الانتشار السريع لفيروس كورونا في المناطق الفقيرة ذات الكثافة السكانية العالية في جنوب آسيا، حيث يعيش خمس سكان العالم، قد يطغى سريعا على إمكانيات أنظمة الصحة العامة الضعيفة.

يعيش المسلمون في أنحاء قارة آسيا شهر رمضان لم يشهدوا مثله من قبل، إذ باتت المساجد التي تمتلئ عادة بالمصلين مهجورة أو حتى مغلقة في بعض الأماكن في ظل الإجراءات التي تفرضها الحكومات لكبح انتشار فيروس كورونا المستجد.

في مسجد الاستقلال بإندونيسيا، وهو أكبر مسجد في جنوب شرق آسيا، يتردد صدى أذان المغرب في أرجاء المسجد الخالي مع رسالة تطلب من الناس الصلاة في منازلهم، في تناقض صارخ مع احتشاد الآلاف فيه العام الماضي للصلاة.

وسجلت إندونيسيا، التي يعيش فيها أكبر عدد من المسلمين في العالم، 8882 حالة إصابة مؤكدة بالفيروس وما لا يقل عن 743 حالة وفاة.

وفي داكا عاصمة بنغلادش، أغلقت أبواب مسجد رئيس البلدية محمد حنيف جامع.

وفي مدينة كراتشي الباكستانية قامت الشرطة بدوريات خارج مسجد



■ محلات الحلوى الليبية فتحت أبوابها.. أرشيفية

فيتامين «ب1»

يساهم في إنتاج الطاقة

يُعرف بالثيامين وهو أحد فيتامينات ب الذائبة في الماء، والتي تُساعد الجسم على أداء العديد من وظائفه، مثل: التفاعلات الكيميائية، ويساهم في عملية إنتاج الطاقة من الكربوهيدرات الذي يُمثل أحد المواد الغذائية الرئيسية للدماغ والجهاز العصبي، ويدخل في عملية التوصيل العصبي، وانقباض العضلات، والتمثيل الغذائي لأحد الأحماض الكيتونية؛ وهو حمض البيروفيك كما يُعد من الفيتامينات الضرورية لنمو وتطور وعمل خلايا الجسم.



يحسن أداء العضلات



يقلل من تدفق الطمث



يدعم صحة الكبد



يحافظ على الجلد



يحسن وظيفة الدماغ والذاكرة



يدعم صحة الجهاز العصبي

أفضل مصادر فيتامين «ب1» لكل 100 جرام / «مليجرام»



بعض أعراض نقص فيتامين «ب1»

- الإمساك وفقدان الشهية
- ضعف عام في العضلات
- ألم وتشنج في الأطراف
- الاكتئاب
- مشاكل في الذاكرة
- ضيق في التنفس



علاج نقص فيتامين «ب1»

يمكن علاجه من خلال إتباع نظام غذائي يشمل تناول الأطعمة التي تحتوي على ذلك النوع من الفيتامين بشكل منتظم مثل اللحوم و الحبوب والخضروات والفواكه أو من خلال المكملات التي يصفها الطبيب.

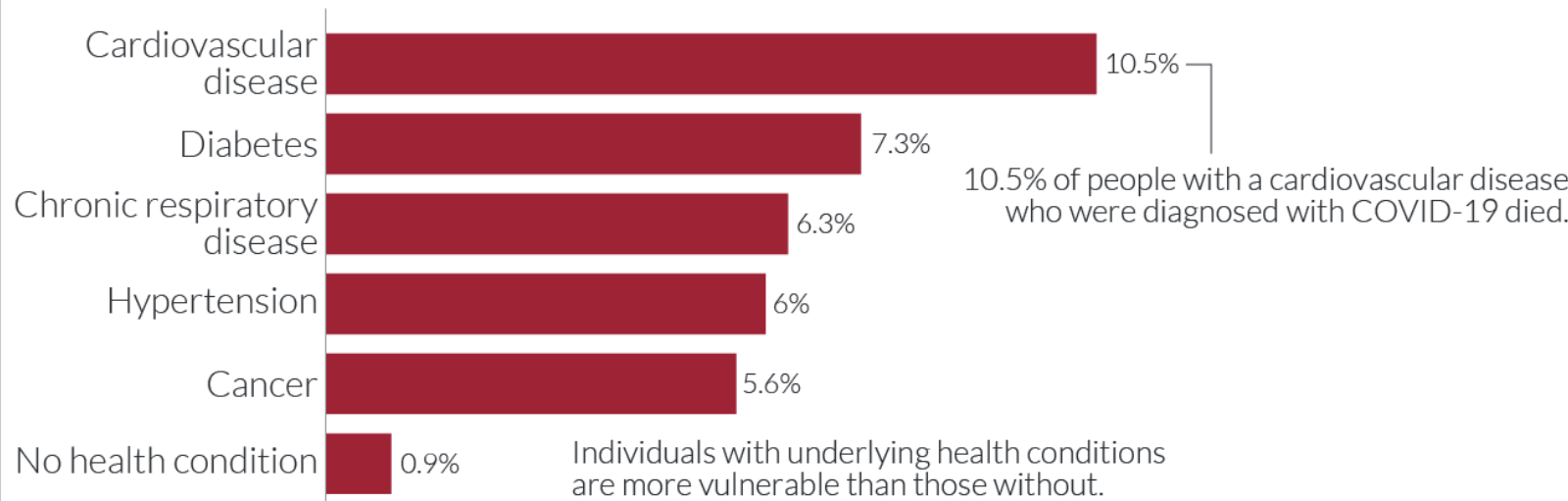
قدمها خبراء بمعهد قطر

رؤية من «بحوث الطب الحيوي» حول كورونا والسرطان والسكري

Coronavirus: early-stage case fatality rates by underlying health condition in China

Case fatality rate (CFR) is calculated by dividing the total number of deaths from a disease by the number of confirmed cases. Data is based on early-stage analysis of the COVID-19 outbreak in China in the period up to February 11, 2020.

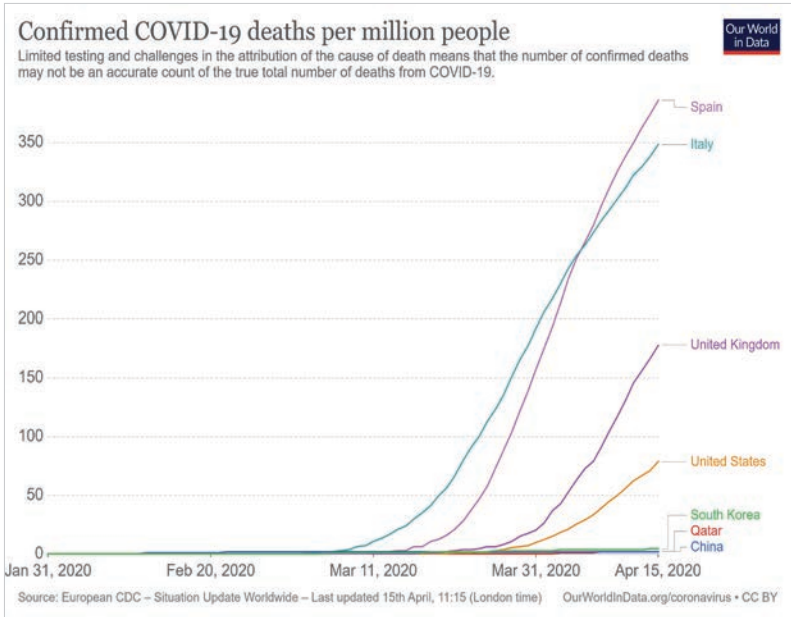
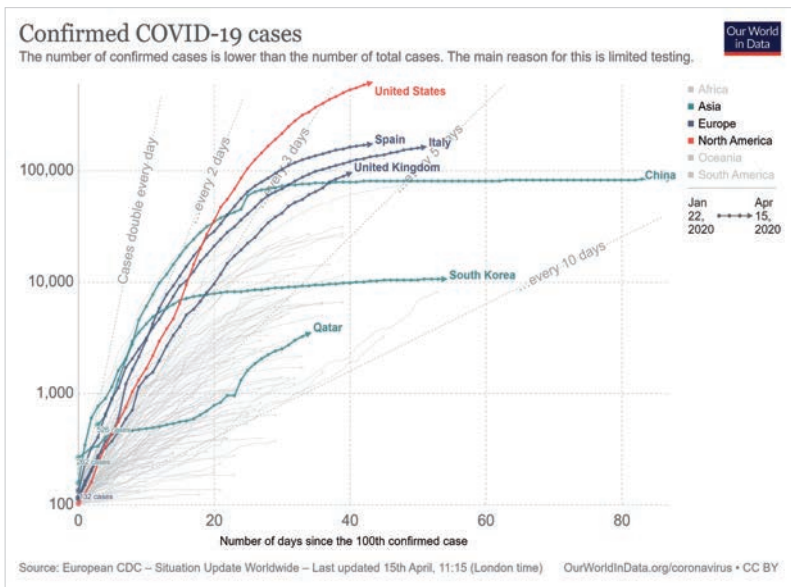
Our World
in Data



Data source: Novel Coronavirus Pneumonia Emergency Response Epidemiology Team. Vital surveillances: the epidemiological characteristics of an outbreak of 2019 novel coronavirus diseases (COVID-19)—China, 2020. China CDC Weekly.

OurWorldinData.org – Research and data to make progress against the world's largest problems.

Licensed under CC-BY by the authors.



العلاجات تؤثر على خلايا الجسم المختلفة، بما في ذلك الخلايا المناعية. ونتيجة لضعف الاستجابة المناعية، من المرجح أن يواجه مرضى السرطان صعوبة أكبر في مواجهة الفيروس، وهم معرضون لخطر الإصابة بأعراض أكثر خطورة قد تكون قاتلة في نهاية المطاف. وفي الواقع، أبرزت البيانات الأخيرة التي نشرتها البعثة المشتركة بين منظمة الصحة العالمية والصين بشأن فيروس (كوفيد-19) حدوث أعلى معدل للوفاة لدى المرضى الذين تزيد أعمارهم عن 80 عامًا. ومن وجهة النظر المتعلقة بالأمراض، جاء معدل الوفاة من جراء الإصابة بمرض (كوفيد-19) لدى مرضى السرطان في المرتبة الخامسة والسكري، وارتفاع ضغط الدم، وأمراض الجهاز التنفسي المزمنة. وأخيرًا، وحّد مجتمع الرعاية الصحية والبحث العلمي في جميع أنحاء العالم صفوفهم وقطعوا خطوات كبيرة على طريق فهم فيروس (كوفيد-19)، وتطوير أدوية ولقاح لمواجهة الفيروس. ويساهم التنفيذ العالمي لتدابير الصحة والسلامة الوقائية، إلى جانب الجهود الكبرى المبذولة في مجال العلوم الصحية والحيوية، في ظهور نظرة متفائلة بأنه يمكن السيطرة على هذه الجائحة، والتوصل إلى وسائل لعلاج المرض في أقرب وقت ممكن.

الذين ألغوا زياراتهم الاعتيادية لعيادات مرض السكري خلال فترة انتشار هذه الجائحة.

(كوفيد-19) والسرطان

يعتبر مرضى السرطان من الفئات الأكثر عرضة لخطر الإصابة بأمراض شديدة بفعل عدوى فيروس (كوفيد-19) نتيجة لضعف جهازهم المناعي. ويتسبب الفيروس في حدوث عدوى فيروسية تؤثر في المقام الأول على الرئتين وغالبًا ما يتخلص الجهاز المناعي من المرض لدى الأشخاص الأصحاء دون الحاجة إلى تدخل طبي. ويمثل جهاز المناعة لدينا آلية طبيعية قوية تحمي أجسامنا من المتطفلين الخارجيين مثل الفيروسات والبكتيريا، ويقوم جهاز المناعة بحماية منتظمة للقضاء على الخلايا غير الطبيعية. وتحدث تغيرات تلقائية في خلايانا بانتظام، وهو ما قد يؤدي إلى الإصابة بالسرطان. ومع ذلك، فإن جهاز المناعة الصحي قادر على اكتشاف الخلايا المتغيرة والقضاء عليها قبل ظهور الأورام. وقد بات من المقبول الآن على نطاق واسع أن الأورام تستخدم إستراتيجيات متعددة للهروب من كشف جهاز المناعة لها أو تثبيطها. بالإضافة إلى ذلك، يمكن للعلاج الكيميائي والإشعاعي أن يعزز من ضعف الاستجابة المناعية لأن هذه

عندما يصاب مريض السكري بعدوى فيروسية، قد يكون الأمر صعبًا لأنه يمكن أن يحدث تغييرات في مستويات الجلوكوز في الدم ويؤثر على القدرة على التعامل مع المضاعفات المرتبطة بالمرض. ويتعرض جهاز المناعة للضعف عند الإصابة بمرض السكري، وهو ما يصعب من إمكانية مكافحة الفيروس ويتطلب فترة أطول للتعافي. وفي الواقع، تشير أحدث الأدلة إلى أن مرضى السكري ليس لديهم خطر متزايد للإصابة بمرض (كوفيد-19) مقارنة بالأشخاص الذين لا يعانون من مرض السكري.

ومع ذلك، إذا تعرض مريض السكري للإصابة بمرض (كوفيد-19)، فإنهم يحتاجون إلى دعم مكثف في الوقت المناسب من فريق الرعاية الصحية المختص لمكافحة آثار الإصابة بالفيروس وتحقيق الشفاء الكامل. وأفضل شيء يمكن للمريض فعله هو اتباع إرشادات وزارة الصحة العامة حول كيفية تجنب الإصابة بالفيروس قدر الإمكان. وفي حال حدوث العدوى، قد يحتاج مريض السكري إلى استشارة إضافية من فريق دعم الرعاية الصحية المختص (طبيب المجتمع والممرضين)، وزيادة الاهتمام بالحفاظ على المعدل السليم للسكر في الدم، وتناول السوائل، والحفاظ على درجة حرارة الجسم، وتلقي مزيد من الراحة للتعافي. وهناك قلق من تزايد عدد المرضى

دعت لتجنب المقلبات والحلويات العربية والمشروبات الغازية.. «الرعاية الصحية»:

نصائح حول أهم المكونات الغذائية لصيام صحي سليم

القيمة الغذائية والتي تساعد على زيادة الوزن، تناول كوب من الماء كل ساعة بعد وجبة الإفطار إلى وقت السحور لتعويض الجسم بالسوائل التي فقدتها خلال النهار وتناول وجبة سحور متكاملة والإكثار من الخضروات لاحتوائها على الألياف والتي بدورها ستساعد على الإحساس بالشبع لفترة أطول، وتجنب المشروبات الغازية والوجبات الدسمة المسببة لانتفاخ المعدة والتي تعطي شعورا مزيفا بالشبع، و أضافت بأن الرياضة هي من أهم العوامل التي تكسب الجسم النشاط والحيوية وتحافظ على رشاقته وتقلل من خطر الإصابة بالأمراض مع القيام بالرياضة يوميا ولمدة ثلاثين دقيقة على الأقل، وختمت بعبارة أنت تستطيع وتقبل الله صيامكم وقيامكم.

أهمية التأكد من احتواء البروتينات الغنية بفيتامين ب12 (السماك، اللحم، الدجاج) على القليل من الدهون والإكثار من الخضروات وبالأخص الخضروات ذات اللون الأخضر لاحتوائها على فيتامين ج، كما يجب الحصول على النشويات التي تحتوي على الحبوب الكاملة الغنية بالألياف والتي بدورها تساعد على الإحساس بالشبع لفترة أطول، وتؤكد من تحضير الوجبة بزيت نباتي وتجنب استخدام الزيوت المشبعة كالبزبدة وزيت جوز الهند، والدهون المهدرجة الموجودة في السمنة المصنعة، وأكدت على تقليل اضافته الملح أثناء الطهي واستخدام عصير الليمون والبهارات لإعطاء نكهة للطعام، وتجنب الإكثار من المقالي والحلويات العربية و المشروبات الغازية منعمة

صحية لتجنب الإصابة بالأمراض، كما أوضحت بأن التغيير يبدأ بخطوه وبمجرد وجود عزيمة لدى الصائم، ويستطيع الوصول إلى هدفه من تقليل الوزن، وتنظيم الوجبات، والإكثار من السوائل، وممارسة الرياضة بشكل يومي. ونصحت ببدء وجبة الإفطار بثلاث حبات من الرطب مع ماء بدرجة حرارة الغرفة والابتعاد عن شرب الماء البارد لتجنب مفاجأة المعدة بعد ساعات من الصيام الطويل. والحصول على كوب من الشوربة الغنية بالخضروات كتهيئة لبدء المرحلة الثانية من الإفطار ألا وهي الوجبة الغذائية المتكاملة والتي تحتوي على جميع العناصر الغذائية كالبروتين، والخضروات، والنشويات بالإضافة إلى الحصول على حصة من الفواكه بعد ساعتين من الوجبة، و مدى



■ دعاء محمد

والإقلاع عن العادات الغذائية الغير صحية واستبدالها بأنماط غذائية



تحرص مؤسسة الرعاية الصحية الأولية الى تقديم اهم الارشادات والنصائح التوعوية والصحية بصورة مستمرة، اضافة الى الاسترشاد والعلاج وذلك ضمن منظومتها الصحية لتغيير انماط سلوك الفرد والحد من انتشار الامراض والابوئة ويكون منبثقا من ثقافة المجتمع اعتبارا بأنها تمثل خط الدفاع الاول .

الى ذلك اشارت دعاء محمد اخصائية التغذية العلاجية بمركز الثمامة الصحي بمؤسسة الرعاية الصحية الأولية، إلى أهمية انتهاء شهر رمضان الكريم كفرصة لمراجعة نمط الحياة

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

السلعة	كمية	سعر QR
روعة شراب مانجو	12X225ML	9
داندی عصير البرتقال	200ML	1.25
داندی عصير التفاح	200ML	1.25
داندی عصير رمان	200ML	1.25
داندی عصير برتقال و جزر	200ML	1.25
غدير عصير برتقال طازج	1.75LTR	9
غدير عصير برتقال طازج	200ML	1
غدير عصير ليمون طازج	200ML	1

السلعة	كمية	سعر QR
بلدنا عصير فواكه استوائية	1.5LTR	8
بلدنا عصير التوت المشكل	1.5LTR	8
عوافي عصير برتقال	1LTR	3.5
عوافي عصير تفاح	1LTR	3.5
عوافي عصير التوت المشكل	1LTR	3.5
روعة عصير عنب وتوت	1LTR	5
روعة شراب البرتقال	12X225ML	9
روعة شراب الفواكه	12X225ML	9

الفاكهة

5.5	6.5
موز	تفاح
5.4	22.5
برتقال	تين برشومي
9	7
يوسفي	كمثرى
12.5	7.5
جوافة	كايو
2.5	10
جوز الهند	أفوكادو



الخضروات

2.5	3.5
طماطم	خيار
3.5	4.5
خس	كوسة
5	1
زهرة	جزر
2	3
ملفوف	بصل
2.5	5
بطاطس	بروكلي



الأسماك	كجم / ريال
صافي وسط	31
سكن وسط	22
جد وسط	25
ربيب وسط	6
أم الربيان كبير	23
كنعد وسط	20
سمان كبير	45
هامور صغير	20
شعري وسط	14
زبيدي وسط	12



اللحوم والدواجن	كجم / ريال
لحم مفروم بقرى	30
لحم بقرى محلي	45
لحم ضأن سوداني	34
لحم غنم أسترالي	17.5
لحم بقرى باكستاني مبرد	24
دواجن	30
فيليه دجاج	45
كبد وقوانص	34
الأجنحة	17.5
دجاج مجمد	24



■ عامل يرتدي قناع وجه وقفازات يقوم بتطهير محل حلوى بعد تفشي (كوفيد-19) خلال شهر رمضان المبارك في مصراتة - ليبيا



المصدر: رويترز



■ رجل يمشي في شارع مهجور بالسوق القديم بعد تفشي فيروس كورونا خلال رمضان في ليبيا



■ تناول التمر والقهوة في الإفطار عادة غذائية مشهورة على المائدة الخليجية خلال أيام الشهر الفضيل



■ رجل فلسطيني يقرأ القرآن داخل مسجد خلال أيام رمضان مع تعليق الصلوات بسبب مخاوف من انتشار كورونا - غزة



■ رجل ليبي يحضر الشاي بالقرب من منزله بعد الإفطار خلال شهر رمضان المبارك



■ مواطنون ليبيون في ساحة الشهداء خلال شهر رمضان المبارك في طرابلس - ليبيا



■ الليبيون يجلسون بالقرب من منازلهم بعد الإفطار خلال شهر رمضان المبارك في مصراتة - ليبيا



■ عمال بنك الطعام المصري يملأون الصناديق بالطعام والمساعدات للأسر المحتاجة والأشخاص الذين فقدوا وظائفهم بسبب كورونا

علماء أشهر المسلمين

في الدين الإسلامي

امتاز الدين الإسلامي بكثير من العلماء في شتى المجالات الذين أفادوا الناس وأناروا لهم الطريق ووضحوا لهم ما جهلونه، وسوف نستعرض الآن قائمة بأشهر علماء المسلمين في الدين الإسلامي.

ابن عباس

هو عبد الله بن العباس بن عبد المطلب، ابن عم النبي صلى الله عليه وسلم، ولد قبل وفاة النبي بعشر سنوات، ومما يميز ابن عباس أنه كان ملازماً للنبي صلى الله عليه وسلم، وكان يسعى في طلب العلم من الصحابة رضي الله عنهم وقد لقب بعدة ألقاب منها حبر الأمة، وترجمان القرآن وإمام التفسير.

● كان ابن عباس من أشهر علماء المسلمين في الدين، حيث كان على خلق خاصة مع أهل العلم والعلماء، كما أنه تميز بكثرة بكائه من خشية الله وتدبر آيات القرآن ومعرفة معانيها، كما عُرف ابن العباس بصبره على الابتلاءات، كما أنه كان يحسن إلى الناس، حكيمًا في التعامل معهم، لذا زادت محبته في قلوبهم.

● وقد تلقى ابن عباس العلم عن الصحابة خاصة عمر بن الخطاب وعلي بن أبي طالب وأبي بن كعب، كما دعا له النبي صلى الله عليه وسلم (اللهم فقهه في الدين وعلمه التأويل).

● كما كان ابن عباس سريع الحفظ والفهم، لذا اشتهر بقوة استنتاجه وفهمه للنصوص وكان عمر بن الخطاب يسميه الغواص. توفي ابن عباس في الطائف بعد ما أصابه المرض لمدة ثمانية أيام عام 70 للهجرة.



الزجاج

فيها حلب ودمشق والفسطاط والإسكندرية. وقد أخذت الزخرفة والحفر مكانها بالنسبة للزجاج، شأنها في ذلك شأن بقية المصنوعات، واستعمل الطلاء بالمينا من حمراء وزرقاء وخضراء.

صناعة الزجاج أحد أنواع الفن الإسلامي، وهي صناعة قديمة في سوريا ومصر، وهناك قطع ترجع في تاريخها إلى القرن الثالث الهجري، وقد بلغت صناعة الزجاج قمته في مصر وسوريا في القرن السادس الهجري، وكان من مراكز النشاط



الفن الإسلامي

جاء الإسلام إلى بلاد شهدت حضارات سابقة على مر العصور، فأخذ منها وأعطى، وتكونت بمجيئه حضارة جديدة عُرفت بالحضارة الإسلامية التي تعددت فيها أنواع الفن الإسلامي وقوانينها الاجتماعية، وحيثما وصل الإسلام، وصلت الحضارة الإسلامية بأساسها الفكري والنظري، التي كانت موحدة وتعددت إبداعاتها وتنوعت أشكالها، وكان الفن صيغة الحضارة الأولى، واختلاف أنواع الفن الإسلامي هو الصيغة الحضارية الإبداعية التي تنتسب إلى عقيدة الإسلام فكراً وتطبيقاً.

عدل سيدنا عمر بن الخطاب رضي الله عنه

مجموعة قصص من حياة الصحابي الجليل عمر بن الخطاب رضي الله عنه وأرضاه قصة جميلة تبين عدل وحكمة وصفاء ونقاء عمر بن الخطاب رضي الله عنه وأرضاه نستعرض خلال هذه السطور يومياً إحدى هذه القصص العظيمة لسيدنا عمر بن الخطاب وبعض من فضائله.

القصة السادسة

شاب يتحدث من قبره

كان بالمدينة شاب غض الإهاب أرهقه الزهد يلزم المسجد ليسمع الحديث غضا طريا من أفواه الصحابة رضوان الله عليهم أعجب به عمر بن الخطاب رضي الله عنه . وكان له أب شيخ كبير فإذا صلى العشاء انصرف إليه وكان طريقه على باب امرأة افتتنت به فمر بها ذات يوم فمازالت تغويه حتى تبعها فلما هم أن يدخل البيت خلفها تذكر قول الحق سبحانه وتعالى : «إن الذين اتقوا إذا مسهم طائف من الشيطان تذكروا فإذا هم مبصرون» فخر مغشيا عليه فحمل إلى أبيه. ظل الشاب مغشيا عليه حتى ذهب ثلث الليل ولما فاق سألوه عما حدث فأخبره. فقال له أبوه : يا بني وأى آية قرأت ؟ فقرأ الشاب الآية فخر مغشيا عليه وعندما اجتمع أهله وجيرانه يحركونه وجدوه ميتا فغسلوه وكفنوه ودفنوه ليلا. وفي الصباح رفع الأمر إلى عمر بن الخطاب رضي الله عنه فجاء إلى أبيه فعزاه ثم أتى قبر الشاب وصاح قائلاً: يا فلان : «ولن أخاف مقام ربه جنتان». فأجابته صوت الفتى من القبر: يا عمر قد أعطانها ربي في الجنة مرتين.



الفراولة

القيم لكل 100 جرام

القيمة الغذائية	الفيتامينات	المعادن
طاقة 32 كالوري	فيتامين «ج» 98%	حديد 5%
كربوهيدرات 7.7 جرام	حمض الفوليك 6%	ماغنيسيوم 1%
بروتين 0.67 جرام	فيتامين «ب5» 3.5%	منجنيز 17%
الدهون 0.30 جرام	فيتامين «ب3» 2.5%	كالسيوم 1.6%

أدعية الأنبياء والمرسلين في القرآن الكريم

«ربنا آمنا بما أنزلت
واتبعنا الرسول فاكبتنا
مع الشاهدين»



شرحات اللحم والفول مع اللبن



الطبيب على اللحم ضعي في المقلاة زبدة ثم قلي اللحم ثم ضعي البصل المقلى وضيقي الفول تقلى لمدة خمس دقائق ثم نضيف ماء فوقها حتى تغمر وندها لتغلي لمدة ساعة

طريقة تحضير اللبن

امزجي اللبن في قدر ثم اذيبي النشاء مع قليل من الماء وضعيه فوق اللبن وضعيه على نار هادئة ودعيه يغلي لمدة ربع ساعة مع التحريك المستمر ثم ضيقي الشرحات والبصل والفول على اللبن ودعيه يغلي مدة خمس دقائق حضري طبق العام ضعي الشرحات مع اللبن في الطبق وتقدم مع أرز أبيض

المكونات

- 1 كيلو لحم عجل فيليه
- 3 كيلو فول أخضر صغير
- 2 قطعتين بصل مفروم جوانح
- 2 غ ملح
- 2 غ فلفل أسود
- 2 غ جوزة الطيب
- 1 كيلو ونصف لبن
- 1 ملعقة طعام زبدة
- 300 غ نشاء
- 300 غ زيت نباتي

طريقة التحضيرعمل شرحات اللحم مع الفول

حضري قدر وضعي الزيت حتى يصبح جاهز للقلي ثم ضعي البصل وقله جيدا حتى يصبح لونه ذهبي ثم ارفعيه من القدر ضعي الفلفل الأسود وجوزة

بالهناء والشفاء



يقدمها الشيف

رائد سلمى

فندق

أوريكس روتانا