



كل شيء على طبيعته  
Made By Nature



وزارة التنمية الإدارية والعمل والشؤون الاجتماعية  
MINISTRY OF ADMINISTRATIVE DEVELOPMENT, LABOUR & SOCIAL AFFAIRS

كتارا  
katara



Issue No 1817 - Thursday 22 April 2021

#أنا ملتزم بالكمامة

العدد 1817 - الخميس 10 رمضان 1442 هـ - 22 أبريل 2021

10 رمضان

مواقيت الصلاة

الخيمة الخضراء تؤكد جدارة الدوحة بلقب عاصمة الثقافة.. مثقفون:

## قطر تلعب دورا أساسيا في نشر الثقافة الإسلامية

### بلدنا تخطط لإنشاء

### مصنع لمعالجة وإنتاج

### الحليب المبخر

وافق مجلس إدارة شركة بلدنا ش.م.ع على خطط لإنشاء مصنع لمعالجة وإنتاج الحليب المبخر بالإضافة إلى توسيع المرافق الحالية لمنشأة تصنيع الزبدة في دولة قطر. قامت الإدارة جنبا إلى جنب مع مجلس الإدارة بتقييم جدوى المشروع وأفاق العوائد المحتملة وقررا المضي قدما في الاستفادة من فرصة النمو هذه. تهيمن حالياً العلامات التجارية المستوردة على كلا المنتجين في دولة قطر. تعتبر بلدنا أن هذه فرصة ممتازة لطرح منتجاتها في السوق لتصبح رائدة في كلا القطاعين خلال فترة سنة واحدة بعد الانتهاء من أعمال جميع المرافق. من خلال الاستفادة من فهمها العميق لاتجاهات السوق، وتفضيلات المستهلكين وسلوكهم، فضلاً عن تجربة تقديم منتجات جديدة منتجة محلياً، فإن الإدارة واثقة من إنشاء خطوط إنتاج جديدة ذات قيم تراكمية.

يقدر حجم سوق الحليب المبخر في دولة قطر بحوالي 17 مليون لتر سنوياً، بينما يقدر حجم سوق الزبدة السنوي بحوالي 2 مليون كيلو جرام. من المتوقع أن يتم الانتهاء من أعمال تجهيز وإنشاء منشأة إنتاج الحليب المبخر في غضون 12 إلى 16 شهرا، بينما من المتوقع أن تتطلب منشأة معالجة الزبدة من 7 إلى 8 أشهر.

08

### تعزيز ثقافة تطوير

### الأعمال والتمكين الأسري

تختص إدارة شؤون الأسرة بوزارة التنمية الإدارية والعمل والشؤون الاجتماعية بتقديم الدعم لكافة شرائح المجتمع، وتطوير أساليب التنمية لرعاية وتأهيل ذوي الإعاقة وكبار السن، وتعزيز التنمية والإرشاد لرعاية الطفل والتماسك الأسري والتمكين الأسري في المشاريع الصغيرة وتعزيز ثقافة تطوير الأعمال.

وفيما يتعلق بدعم وتنمية الأسر المنتجة، فبناءً على قرار وزير التنمية الإدارية والعمل والشؤون الاجتماعية رقم (11) لسنة 2020، مادة (76) بتعيين اختصاصات قسم الأسر المنتجة بإدارة شؤون الأسرة، على النحو التالي: 1- تنفيذ برامج تدريبية لتطوير المهارات الفنية والحرفية وإدارة المشاريع، بهدف تنمية الأسر المنتجة، بالتنسيق مع الجهات المختصة.

12

## فوائد الماء للجسم في رمضان



يخلص الجسم من السموم



ينظم درجة حرارة الجسم



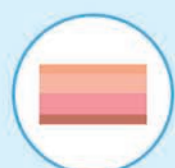
يدعم القلب ويحميه



يسهل الهضم ويمنع الإمساك



يساعد في نقل الأكسجين للخلايا



يجمل البشرة ويجعلها أكثر نضارة



يساعد على حرق الدهون



يقلل من الإرهاق البدني



المصدر: تقارير - لوسيل

By:Noureldin Medhat

www.lusailnews.net

## كورونا تنعش مبيعات الأواني المنزلية المستخدمة لمرة واحدة

ربات البيوت لمعرفتهن بما يردن شراءه، في حين ترى البعض منهن أن هناك متعة للتسوق خلال الشهر الفضيل لشراء تلك المستلزمات خاصة في ظل العروض التي توفرها المجمعات التجارية والتي قد لا تجدها في شهور العام الأخرى. وأضافن أنهن يقمن بشراء الأواني المنزلية ذات الاستخدام لمرة واحدة بكثرة منذ انتشار فيروس كورونا، حفاظا على صحة العائلات من نقل العدوى وكذلك للتخفيف من كمية اللوازم التي تحتاج إلى الغسل من أجل التفرغ للعبادة.

11-10

كثرة العروض التجارية المغرية التي تطرحها المجمعات التجارية والتي وصلت إلى 40% على بعض المنتجات. وبحسب ربات بيوت فإن شراء الأواني المنزلية وبقيّة مستلزمات رمضان يعتبر نوعا من الاحتفاء بقدوم الشهر الفضيل، إضافة إلى حاجتهن لتلبية بعض احتياجاتهن من بعض تلك الأواني لا سيما التي لها علاقة بالشهر الكريم.

وخلال حديثهن لـ «لوسيل» أكدن أنهن اعتدن على شراء مستلزمات المنزل من أدوات الطبخ والمنظفات والكهربائيات باعتبارها من مهام

بشكل كبير وملفت للنظر، ولعل أكثر الطلب يكون على الأواني المنزلية بكافة أنواعها والكهربائيات والمنظفات عموما.

خلال جولة ميدانية قامت بها «لوسيل» خلال الأيام الماضية في عدد من المجمعات التجارية رصدنا إقبالا كبيرا على شراء تلك المستلزمات وتحديدًا مستلزمات المطبخ التي تستخدم لمرة واحدة مثل أكواب الشاي والقهوة والأطباق وحتى الطناجر، ولعل ما زاد الطلب عليها الظروف الراهنة التي تفرضها الجائحة وتجنبنا لنقل العدوى بين الأفراد، ويدعم ذلك

وسام السعادية

حركة شرائية نشطة تشهدها المجمعات التجارية الكبرى والمولات قبيل وخلال شهر رمضان المبارك في كل عام لتأمين احتياجات ومستلزمات الشهر الفضيل لما له من خصوصية عن بقية شهور العام.

الملفت للنظر خلال زيارتك لتلك المجمعات الازدحام الشديد في الأقسام التي تشمل الأواني المنزلية والمنظفات تحديدا، حيث تعج بأعداد كبيرة من ربات البيوت اللاتي يقمن بالتسوق



في إطار مشاريعها التوسعية.. بلدنا:

## مصنع جديد للحليب المبخر وخطوط لإنتاج الزبدة

تجهيز وإنشاء منشأة إنتاج الحليب المبخر في غضون 12 إلى 16 شهرا، بينما من المتوقع أن تتطلب منشأة معالجة الزبدة من 7 إلى 8 أشهر. بالإضافة إلى تقديرات الإيرادات القوية المتوقعة ومساهمة الأرباح الصافية، يسر الإدارة أن توفر لعملائها وجميع المقيمين في دولة قطر الفرصة لشراء سلع منتجة محلياً ذات جودة عالية في هذه القطاعات، مما يساهم أيضاً بشكل أكبر في الاكتفاء الذاتي وبرنامج دولة قطر للأمن الغذائي. لا يزال التركيز الإستراتيجي لبلدنا على خلق قيمة للمساهمين والمزيد من تعزيز الأمن الغذائي والاكتفاء الذاتي في دولة قطر من خلال تقديم منتجات فائقة الجودة، وتوسيع محفظة المنتجات، والتركيز على مكاسب الكفاءة عبر سلسلة القيمة بأكملها.



سنوياً، بينما يقدر حجم سوق الزبدة السنوي بحوالي 2 مليون كيلو جرام. من المتوقع أن يتم الانتهاء من أعمال

خطوط إنتاج جديدة ذات قيم تراكمية. يقدر حجم سوق الحليب المبخر في دولة قطر بحوالي 17 مليون لتر

المستهلكين وسلوكهم، فضلاً عن تجربة تقديم منتجات جديدة منتجة محلياً، فإن الإدارة واثقة من إنشاء

صلاح يديوي

وافق مجلس إدارة شركة بلدنا ش.م.ع على خطط لإنشاء مصنع لمعالجة وإنتاج الحليب المبخر بالإضافة إلى توسيع المرافق الحالية لمنشأة تصنيع الزبدة في دولة قطر. قامت الإدارة جنباً إلى جنب مع مجلس الإدارة بتقييم جدوى المشروع وأفاق العوائد المحتملة وقررا المضي قدماً في الاستفادة من فرصة النمو هذه. تهيمن حالياً العلامات التجارية المستوردة على كلا المنتجين في دولة قطر. تعتبر بلدنا أن هذه فرصة ممتازة لطرح منتجاتها في السوق لتصبح رائدة في كلا القطاعين خلال فترة سنة واحدة بعد الانتهاء من أعمال جميع المرافق.

من خلال الاستفادة من فهمها العميق لاتجاهات السوق، وتفضيلات

## المرور تنظم فعاليات وأنشطة توعوية بالثقافة المرورية



الدوحة - لوسيل

نظمت إدارة التوعية المرورية بالإدارة العامة للمرور خلال الأسبوع الأول من شهر رمضان المبارك عدداً من الفعاليات والأنشطة التوعوية، وذلك في إطار خطتها التشغيلية السنوية الهادفة إلى نشر الثقافة المرورية بين كافة فئات المجتمع.

وتضمن الأسبوع الأول محاضرات توعوية للجاليات، ومسابقة مرورية على حسابات الإدارة العامة للمرور على وسائل التواصل الاجتماعي، إلى جانب برنامج توعوي للأطفال تم بثه بالتعاون مع قناة الريان بهدف تعزيز السلامة المرورية لدى النشء، بالإضافة إلى محاضرة دينية لمرتب الإدارة (العنصر الرجالي).

وبدأت إدارة التوعية المرورية محاضرتها الرمضانية التي تستهدف الجاليات، بمحاضرة موجهة للجالية الهندية عبر تقنية الاتصال المرئي، نظراً للإجراءات والتدابير الاحترازية للحد من انتشار فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19). وركزت المحاضرة على المواد (60) و(61) و(62) من قانون المرور الخاصة بالمشاة. وقد تم تعريف المشاركين بمخاطر العبور العشوائي للطريق، والإرشادات الواجب اتباعها لتجنب حوادث الدهس. كما تطرقت المحاضرة للمخالفات المرورية للمشاة، وأنواعها، وما يترتب عليها. وتم

التأكيد خلال المحاضرة على ضرورة احترام قانون وأداب المرور، والابتعاد عن السلوكيات المرورية الخاطئة التي تتسبب في كثير من الحوادث المرورية، كما تناولت المحاضرة المخالفات الأكثر شيوعاً التي يقع فيها قائدو المركبات خلال الشهر الفضيل، وإرشادات القيادة الآمنة خلال فترتي ما قبل الإفطار والإمساك.

وطرحت الإدارة على حسابات المرور بمواقع التواصل الاجتماعي عدداً من الأسئلة المرورية ضمن مسابقتها الرمضانية اليومية، التي تهدف إلى رفع مستوى الثقافة العامة حول المواضيع المرورية المختلفة، وقد تم خلال الأيام الماضية الإعلان عن الإجابات الصحيحة وأسماء الفائزين.

وبدأت الإدارة بالتعاون مع قناة الريان تقديم برنامج توعوي للنشء، يشتمل على عدد من الفقرات التفاعلية والترفيهية، والمسابقات، والأسئلة المرورية، التي تهدف جميعها إلى حث النشء على اتباع إرشادات واشتراطات السلامة على الطريق.

كما تم خلال الأسبوع الأول عقد محاضرة دينية بالتعاون مع وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية لمرتب الإدارة (العنصر الرجالي) قدمها الداعية محمد الحمادي عبر تقنية الاتصال المرئي، وتناول فيها فضائل شهر رمضان المبارك، واعتنام هذه الأيام للعبادة، والابتعاد عن المعاصي، والحرص على الإكثار من الأعمال الصالحة.

## المدارس ورياض الأطفال الخاصة تحتفي بـرمضان

التربية الإسلامية. وينتھز معلمو هذه المادة مناسبة الشهر الفضيل بالتركيز أكثر على الموضوعات المتعلقة به. ودشنت الأكاديمية الأمريكية بالدوحة عبر رابطة الأمهات العربيات احتفالها بشهر الصيام من خلال حملة تعليمية عبر النت تحت عنوان «فوازير رمضان» وتضم مسابقات وألغازاً أسبوعية ومعلومات متنوعة عن ماهية رمضان والعبادات والتقاليد الثقافية والمحلية فيه. وتستخدم المدرسة، التي تضم طلبة يمثلون أكثر من 80 جنسية، منصاتها الرقمية على مواقع التواصل الاجتماعي كالفيس بوك وتويتر والإنستغرام في مسابقاتها التي تشهد تفاعلاً طيباً من الطلاب وأولياء الأمور.

وألهمت مدرسة الخور الدولية الخاصة طلابها الصغار الاحتفاء بشهر رمضان المبارك بأعمال فنية متنوعة شملت رسومات وتصميم بطاقات مختلفة. ونشرت المدرسة إنتاج أطفالها الفني على حسابها الرسمي للتواصل الاجتماعي «الفيسبوك». أما مدرسة شيربورن قطر فأعلنت عن إطلاق مسابقتها السنوية في تلاوة القرآن الكريم للعام الثاني على التوالي. وفي كل أسبوع يتم اختيار

سورة معينة من الذكر الحكيم ويقوم الطلاب بتلاوتها وإرسال تسجيل صوتي أو فيديو المشرف على المسابقة لتحديد الفائزين لاحقاً. وفي الأسبوع الأول تم اختيار سورة «الرحمن».

وتطلق أكاديمية الأرقم الخاصة سنوياً «فعاليات الأرقم الرمضانية»، وضمن فعاليات الموجهة لأولياء الأمور والكادر التربوي، نظمت الأكاديمية الأسبوع الماضي محاضرة افتراضية بعنوان «أسس التربية السليمة للأبناء في الإسلام» قدمها الدكتور محمد راتب النابلسي. واستعرض الدكتور في محاضراته عبر تطبيق زووم، أهم القواعد الأساسية في تربية الأبناء من خلال سرد القصص، والنصح بالمعروف، والبعد عن التعنيف، وتقديم القدوة، ومرافقة الأبناء وقضاء أوقات نوعية معهم، والرقابة المستمرة لاستخدامهم الأجهزة الحديثة ومواقع التواصل. كما أكد على أهمية تعليمهم أسس اختيار الصحة الصالحة. وتطرق في ختام المحاضرة، التي أتيح للحضور المشاركة فيها عبر طرح أسئلتهم واستفساراتهم، إلى كيفية تفعيل الحقيقي للشراكة بين المدرسة وأولياء الأمور.

د. تغريد طه:

## الصوم راحة للجهاز الهضمي وتقوية للمناعة ومحفز للطاقة



د. تغريد طه

لوسيل

الصيام هو الركن الرابع من أركان الإسلام والذي لا يكتمل إسلام الفرد إلا به، والله تعالى لم يفرض على العبد فريضة إلا وكان بها الكثير من الخير على المسلم وعلى المجتمع بشكل عام، والصيام موجود في كل الأديان السماوية وكل هذه الأديان تحبذ وتحت عليه لأن في الصيام تعزيزاً للإيمان، إلا أن نوعية الصيام تختلف من دين إلى دين إلا أن الصوم يهب الإنسان السكينة والهدوء والخشوع والتغلب على الميزات والاتجاه إلى الله.

وتقول الدكتورة تغريد طه الأخصائي النفسي بمركز روضة الخيل الصحي بمؤسسة الرعاية الصحية الأولية إن للصوم فوائد كثيرة تنعكس على صحة الإنسان من الناحية النفسية والبدنية والصوم يرتقي بالإنسان إلى السمو الروحي ويجعله ذا بصيرة نافذة ويظهر النفس من الأثام، وفي كل يوم يكتشف العلم والطب أموراً صحية جديدة نفسية وجسدية تنتج عن الصوم.

ومن أهم تلك الفوائد للصيام من الناحية الصحية هي زيادة قوة جهاز المناعة في الجسم فعندما يمتنع الشخص عن تناول الطعام لفترات طويلة فإن ذلك يؤدي إلى التخفيف من الضغط الواقع على أجهزة الجسم وبالتالي السماح لجهاز المناعة بالعمل بصورة أفضل وبكفاءة أعلى كما يساعد الصيام المصابين بالسمنة والوزن الزائد على التخلص من هذه الدهون الضارة، كما أن الصيام يساعد على إراحة الجهاز الهضمي حيث يأخذ الجهاز الهضمي راحة خلال فترة النهار من عبء تراكم الطعام فيه ويساعد أيضاً على تنظيم السكر في الدم ويخفض ضغط الدم المرتفع وذلك من خلال خفض مستويات الأدرينالين في الجسم والوقاية من الإصابة بتصلب الشرايين، كما أن الصوم يعطي طاقة أكبر للجسم حيث إن الجسم يستهلك طاقة كبيرة

في عمليات هضم الأطعمة التي نتناولها وفي حالة الصيام سيتم توفير هذه الطاقة وبالتالي يشعر الإنسان بالارتياح والطاقة.

وأما على المستوى النفسي تقول الدكتورة تغريد طه إن للصيام تأثيراً كبيراً على النفس ومن أهمها هي زيادة قدرة الشخص على التحكم في الانفعالات والتحكم بالذات وضبط النفس والتحكم بالشهوات والرغبات كما أن الصوم يعمل على تنمية قيم التسامح والكرم والعطاء وعمل الخير والمحبة ويساعد أيضاً مرضى الإدمان عن خفض مستويات الإدمان لديهم خلال فترات الصيام من خلال تقليل أو النيكوتين، وكما أن الصيام يعود النفس البشرية على الصبر وتحمل المصاعب ومشقات الحياة فيكتسب الفرد بهذه العبادة مهارات تحمل الضغوط والتعامل بفاعلية مع حل المشكلات وتهذبة النفس وتخفيف مشاعر الغضب والتوتر والاكتراب من خلال أداء العبادات وقيام الليل فيشعر الصائمون براحة بال لأن الصيام يعمل على تقوية جهاز المناعة ضد الضغوط النفسية، ومن ثم يخرج الفرد من صيام رمضان بمكاسب عدة أهمها الراحة التامة للجسد والشعور بالتسامح مع الآخر لأن قراءة القرآن وصلاة التراويح في جماعة تؤدي لانبعث طاقة إيجابية هائلة تساعد الفرد على تقوية المشاركة الاجتماعية مع الآخرين، وضبط النفس والبعد عن المعاصي.



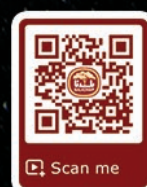
رمضان  
مبارك

قليل يحضر



f /baladnadoha    baladnacó    @baladnaco

شركة بلدنا للصناعات الغذائية م.م. | طريق الشمال مخرج ٤٤ - أم الحواري - 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









تقوم إدارة شؤون الأسرة بتوجيه جهود المؤسسات المعنية بالمرأة والأسرة، بهدف إنشاء مشروعات تنموية لتمكين الأفراد والأسر اقتصادياً، وتشجيعهم للاعتماد على النفس. كما تعمل على تطوير وتنفيذ مشروعات دعم وتنمية الأسر المنتجة من خلال التدريب وتوفير الخدمات المساعدة، وتوفير مجالات لتسويق منتجات برامج الأسر المنتجة.

هذه الصفحة تصدرها جريدة «لوسيل» بالتعاون مع وزارة التنمية الإدارية والعمل والشؤون الاجتماعية متمثلة في إدارة شؤون الأسرة.

ضمن تقديم الدعم لكافة شرائح المجتمع.. إدارة شؤون الأسرة:

## تعزيز ثقافة تطوير الأعمال والتمكين الأسري

والعودة مرة أخرى لتقييم المنتج.

الدعم المقدم للأسر

- طرح محاضرات توعوية في مجال ريادة الأعمال.
- طرح ورش ودورات تخصصية في مجال الأسر المنتجة.
- منح فرص للمشاركة في المعارض التي تقام في الدولة.
- المشاركة في الجائزة التشجيعية والمعرض المصاحب لها.
- منح منافذ للبيع بهدف التمكين الاقتصادي والنهوض بالمشروع وتطويره.
- حصول الأسر المنتجة على خصم في المعارض التجارية التي تقيمها الشركات الخاصة.

في سوق العمل، بالإضافة لعقد دورات تخصصية بين الحين والآخر لضمان تطوير المنتج، كما تسعى الوزارة لفتح فرص التسويق المختلفة سواء عن طريق المشاركة في المعارض او فتح منافذ بيع ثابتة للأسر.

التسجيل في الأسر المنتجة

يتم التسجيل في الأسر المنتجة عن طريق الحضور لمبنى الوزارة وتقوم الأسرة بتعبئة نموذج تسجيل أسرة جديدة ويحوي هذا النموذج كل الأسئلة المتعلقة بالأسرة ومشروعها، ويرفق مع الطلب الرخصة المنزلية وأوراق القومسيون الطبي الخاصة بالأسر التي تعد الأغذية، وتحضر الأسرة عينة من المنتج ليتم تقييمه عبر نموذج تقييم منتج، بهدف اعتماد المنتج المقدم أو تقديم الملاحظات ليتم تطويره

تنمية الأسر المنتجة، بالتنسيق مع الجهات المختصة. 2- إقامة معارض بيع منتجات مشاريع الأسر المنتجة، بالتنسيق مع الجهات المختصة. 3- العمل على توفير مجالات لتسويق منتجات الأسر المنتجة عن طريق وسائل التواصل والإعلام المختلفة، بالتنسيق مع الوحدات الإدارية المختصة. 4- التنسيق مع المؤسسات العاملة في مجال والأسرة، بهدف إنشاء مشروعات تنموية لتمكين الأفراد والأسر اقتصادياً. 5- إعداد وتطوير قاعدة متكاملة من البيانات والمعلومات المتعلقة بالأسر المنتجة. كما تحرص الوزارة على أن يكون العمل منظماً مع الأسر المنتجة بهدف الوصول لمنتج محلي تنافسي وذلك عن طريق التحديث المستمر لقاعدة بيانات الأسر المنتجة للتأكد من استمرار صاحب المشروع

الدوحة - لوسيل

تختص إدارة شؤون الأسرة بوزارة التنمية الإدارية والعمل والشؤون الاجتماعية بتقديم الدعم لكافة شرائح المجتمع، وتطوير أساليب التنمية لرعاية وتأهيل ذوي الإعاقة وكبار السن، وتعزيز التنمية والإرشاد لرعاية الطفل والتماسك الأسري والتمكين الأسري في المشاريع الصغيرة وتعزيز ثقافة تطوير الأعمال.

وفيما يتعلق بدعم وتنمية الأسر المنتجة، فبناءً على قرار وزير التنمية الإدارية والعمل والشؤون الاجتماعية رقم (11) لسنة 2020، مادة (76) بتعيين اختصاصات قسم الأسر المنتجة بإدارة شؤون الأسرة، على النحو التالي: 1- تنفيذ برامج تدريبية لتطوير المهارات الفنية والحرفية وإدارة المشاريع، بهدف

استعدادات مكثفة وأصناف جديدة تناسب موائد رمضان.. آمال الهيدوس:

## 30 صنفاً من البهارات وإقبال خليجي على منتجات «زاد الطيبين»

يستبعد كثيرون بداية مشروعاتهم الخاصة بداية متواضعة، لكن إيمانها بأن الخطوات الصغيرة تقود إلى نجاحات كبيرة دفعها لتبدأ إنتاجها المنزلي برأس مال متواضع.

وكما تتدفق القطرات الصغيرة باستمرار لتفتت الصخور الضخمة، نجحت في تطوير مشروعها من بعض الأكلات الشعبية إلى إنتاج جميع أنواع البهارات وتوزيعها في جميع فروع الميرة والجلف مول والحياة بلازا.

مصطفى شاهين

تطورت أيضاً صناعة البهارات لتنتج في إنتاج 30 صنفاً منها مقارنة بـ 8 فقط كانت تنتجها في البداية. خمس سنوات فقط لم تكن كافية لتطوير هذا المشروع المنزلي، لكن شعاع الأمل في آخر النفق المعتم دفع آمال محمد الهيدوس إلى التغلب على عتمة التحديات وأعباء الحياه التي تثقل أي سيدة لديها أسرة ومشاعل كثيرة تعيقها عن الاستمرار والمثابرة وتحقيق التوازن بين طموحها من ناحية وحقوق أسرته عليها كالرعاية والاهتمام من ناحية أخرى. فيما كان لدعم أسرته أيضاً الأثر الأكبر على تطور مشروعها وتزايد أصناف المنتجات المصنوعة.

تحدثت مؤسسة مشروع «زاد الطيبين» لأكالات الشعبية والبهارات» آمال محمد عبد الله الهيدوس لـ «لوسيل» عن الفرص والتحديات، كالدعم المقدم من إدارة شؤون الأسر المنتجة بوزارة التنمية الإدارية والعمل والشؤون الاجتماعية.

وشاركت الهيدوس في عدة معارض أهمها «صنع في قطر» والذي نظم في مسقط، والذي عكس الإقبال الخليجي على المنتجات و«صنع في قطر» الذي نظم في الدوحة، ومعرض «منتجات منازلنا»، ومعرض كتارا، ومعرض «حلال قطر».

أطباق رمضان

واستعدت الهيدوس لتقديم وجبات جديدة كالسمبوسة ورق العنب وبعض الحلويات الجاهزة كالخنفروش ومعمول التمر. كما أدخلت أنواعا جديدة من البهارات كالماجي والدقوس القطري والمخللات. وتوفر أيضاً الأكالات الشعبية كالهريس، المضروبة والمرقوق وجميع الطبخات الخليجية، المجبوس والمندي.

وجبات الإفطار

وفيما يتعلق بتسويق منتجاتها أكدت أنها على استعداد لتوفير أعداد كبيرة من الوجبات تصل إلى 500 وجبة إفطار يومية، معبرة عن أملها في أن تتيح قطر الخبرة لها المساهمة في توفير عدد من الوجبات اليومية في إطار برنامج «من البيت للبيت» حيث أعلنت سابقاً إشراك الأسر المنتجة سعياً منها للمساهمة في التنمية المجتمعية في توفير وجبات الإفطار للصائمين وتعاقدت قطر الخيرية سابقاً مع أسر قطرية منتجة لعمل إفطارات لأسرة من ذوي الدخل المحدود ضمن مشروع من «البيت للبيت».



الأرقام  
5  
معارض شارك  
فيها المشروع  
500  
وجبة إفطار  
يوميّاً الطاقة الإنتاجية



مستعدون  
لتغطية طلبات  
إفطار قطر  
الخيرية ضمن  
برنامج «البيت  
للبيت»

أكلة وصورة



خنفروش الطيبين

خنفروش الطيبين هي أكلة شعبية قديمة محببة لدى الجميع، عليها إقبال كبير جعلها من أكثر الأطباق المشهورة في دول الخليج. زاد الطيبين قامت بخلط جميع مكوناتها في علبه واحدة، مما جعل الأكلة أكثر سهولة. ما عليك إلا وضع البيض والحليب عليها وتركها لمدة ربع ساعة ثم تقليبها في الزيت. تتميز الأكلة الشعبية برائحة الهيل والزعفران.



العصيدة

مكوناتها تم تجميعها في علبه واحدة حتى يسهل عملها. وتم التوريد للجمعيات حتى يتعرف الجيل الجديد على الأكالات الشعبية. طريقتها هي تحمير الخلطة في الزيت حتى نصل إلى اللون البني ثم نضع عليها الماء المضاف إليه الهيل والزعفران والزنجبيل والدارسين والسكر، ثم نضيفه بالتدريج على الخلطة حتى نصل للسلك المطلوب ثم نضع عليه البيض.



الخيمة الخضراء تؤكد جدارة الدوحة بلقب عاصمة الثقافة الإسلامية.. مثقفون وكتاب:

## قطر تلعب دورا أساسيا في نشر الثقافة الإسلامية



■ جانب من فعاليات الخيمة الخضراء

صلاح بديوي

تحت عنوان الدوحة عاصمة للثقافة الإسلامية دارت فعالية برنامج الخيمة الخضراء الرمضانية الرابعة أمس برئاسة الدكتور سيف بن علي الحجري حول 5 مجالات ثقافية وهي: دور دولة قطر في خدمة ونشر الثقافة الإسلامية، وأهمية إنعاش وتخليد الأجداد الثقافية والحضارية، وإبراز المضامين الثقافية والقيم الإنسانية للحضارة الإسلامية، وأثر الحضارة الإسلامية على النهضة العلمية في العالم، وتعزيز الحوار بين الثقافات والحضارات وإشاعة قيم التعايش والتفاهم بين الشعوب.

وشاركت بالمناقشات نخبة منتقاة من المهتمين بالمجالات الثقافية وأبرزهم البروفيسور عبد العزيز برغوث، والسيدة مريم ياسين الحمادي، والدكتور عكاشة الدالي، والسيد فالح الهاجري، والسيدة نهى الرمييسي، ود. يحيى الأغا، ود. أحمد الكندي، ود. أحمد ولد أباه، ود. محمد حلمي، والسيد محمد إبراهيم السادة، ومحمد العبري، والسيدة فداء اليعقوبي، ود. محمد الأمين بن ناصر، ود. نبيل درويش، والسيدة هاشمية الموسوي، وصالح غريب.

أكد عدد من الأكاديميين وأصحاب الرأي والمفكرين والفنانين والشعراء المشاركين في «الخيمة الخضراء» على جدارة الدوحة لأن تكون عاصمة للثقافة الإسلامية نظرا لجهودها الكبيرة في تفعيل دور المشهد الثقافي وأبوابها البيضاء الممتدة لكل المجتمعات المحتاجة وتدخالها لتعزيز الأمن وتحقيق السلام في كل ربوع المعمورة.

وتحدث المشاركون في ندوة «الخيمة الخضراء» التابعة لبرنامج «لكل ربيع زهرة» عن دور دولة قطر في خدمة ونشر الثقافة الإسلامية وأهمية إنعاش وتخليد الأجداد الثقافية وإبراز المضامين والقيم الإنسانية للحضارة الإسلامية وكذلك أثر الحضارة الإسلامية على النهضة العلمية في العالم وتعزيز الحوار بين الثقافات، وإشاعة قيم التعايش والتفاهم بين الشعوب.

وأوضح الدكتور سيف بن علي الحجري رئيس برنامج «لكل ربيع زهرة» أن المنظمة الإسلامية للتربية والعلوم والثقافة «الإيسيسكو» وضعت برنامج عاصمة الثقافة الإسلامية منذ 2005 بأن تُمنح سنويا إلى ثلاث مدن إسلامية، بواقع مدينة عن كل من المناطق الإسلامية، حيث وقع الاختيار في 2021 على الدوحة/ قطر عن العالم العربي، وبانجول/ غامبيا عن إفريقيا، وإسلام آباد/ باكستان عن آسيا حيث تمتد الاحتفالات على مدار العام.

### نشر الثقافة الإسلامية

وأكد الدكتور الحجري أن برنامج الدوحة كعاصمة للثقافة الإسلامية يهدف إلى نشر الثقافة الإسلامية وتجديد مضامينها، وإبراز المضامين الثقافية والقيم الإنسانية للحضارة الإسلامية، وتعزيز الحوار بين الثقافات والحضارات وإشاعة قيم التعايش والتفاهم.

أكد الدكتور سيف بن علي الحجري تنظيم الدولة لـ 70 فعالية، شعارها ثقافتنا نور لتحقيق 5 أهداف وهي: التشجيع على الإبداع والابتكار، وتعزيز الموروث الثقافي الإسلامي، والترويج للقيم الإسلامية القائمة على العلم والكرامة الإنسانية، والتركيز على التنوع الثقافي كقيمة مضافة للدول الإسلامية وللثقافة الإسلامية عامة، التعريف بالتجربة الثقافية لدولة قطر وجهودها لتعزيز الثقافة الإسلامية.

وبين أن اهتمام دولة قطر بالثقافة بدأ منذ نشأتها بتشجيع العلماء والكتاب والمثقفين، وإقامة الندوات والمؤتمرات، والاستثمار في التعليم العام والجامعي، والعناية بالجامعات والمدارس والمتاحف وإنشاء الساحات الثقافية والحي الثقافي والصالونات والمنتديات والمراكز الثقافية

العامّة والخاصة والمجتمعية، إضافة لإسهاماتها الثقافية على المستويين الإقليمي والدولي، مشيرا إلى أن الدوحة تعد لإقامة أكثر من 500 فعالية خلال العام الجاري، تحت شعار «ثقافتنا نور» سعيا إلى التشجيع على الإبداع والابتكار، وتعزيز الموروث الثقافي الإسلامي، والترويج للقيم الإسلامية القائمة على العلم والكرامة الإنسانية، والتركيز على التنوع الثقافي كقيمة مضافة للدول الإسلامية وللثقافة الإسلامية عامة، وكذلك التعريف بالتجربة الثقافية لدولة قطر وجهودها لتعزيز الثقافة الإسلامية.

وفي الإطار ذاته، تحدثت الشاعرة هاشمية موسوي من سلطنة عمان عن جدارة الدوحة بأن تكون عاصمة الثقافة الإسلامية نظرا لجهودها في تعزيز التنوع الثقافي وتفعيل دور المشهد الثقافي من خلال دعم الفعاليات وتنظيمها لجميع المقيمين على أراضيها، مشيرة إلى أن الثقافة في قطر ليست أدبيات نظرية لحضارة من الحضارات أو أمة من الأمم بل هي واقع يعاش ونظام وطريقة تفكير وسلوك يمارس في الحياة اليومية.

وأكدت سعي دولة قطر الدائم لنشر الثقافة الإسلامية بمد يد العون للمجتمعات المحتاجة خارج حدودها وأبوابها البيضاء لمختلف الأجناس والأعراق وسعيها لنشر السلام والأمن ونزع فتيل الحرب وإصلاح ذات البين وفض الخصومات في مختلف دول العالم إضافة إلى مساهماتها المحلية والإقليمية إنسانيا واجتماعيا وثقافيا وجهود مؤسساتها البحثية والثقافية والعلمية.

### تعزيز التواجد الثقافي

وقالت السيدة مريم بنت ياسين الحمادي مدير الملتقى القطري للمؤلفين: حرصت دولة قطر على التنوع الثقافي الموجود بين الأمم، وعندما نتحدث عن الثقافة العربية الإسلامية لما تمثله من أهمية، فإننا نشدد على ضرورة أن يكون هناك نوع من التلاقح والتمازج بين الحضارات من خلال التنوع الثقافي الموجود في

قطر عبر المتاحف والمكتبات والجامعات والمراكز العلمية والثقافية.

واستطردت مريم الحمادي قائلة: وأكثر مشكلة تعاني منها المجتمعات هي نظرها على بعضها، والفعاليات بهذا العام ستغطي جميع المجالات والأجهزة الثقافية، ولدينا هدف نشدد عليه وهو تعزيز التراث العربي الإسلامي، وأصبح هناك دور كبير متوقع من القائمين على مجال الثقافة لإحداث تغييرات ثقافية وانتشار الثقافة العربية الإسلامية من الدوحة للعالم. واستعرض الدكتور عكاشة الدالي بإسهاب إسهام علماء الحضارة الإسلامية في العالم الغربي. وقال: نحن محظوظون في العالم العربي لأننا نشأنا في أقدم الحضارات، ونزلت علينا كل الديانات، وأن اليونانيين تعلموا العلوم من الحضارات العربية القديمة، والقوانين الأوروبية التي تنسب للرومان ترجع للمنطقة العربية.

واستطرد قائلا: الإسلام له إسهامات كبيرة في علم الآثار، والمسلمون أول من كتبوا كتابات علمية رصينة في علم الآثار منذ القرن التاسع، وهؤلاء العلماء وضعوا أسس علم الآثار، وأسماء الأجرام السماوية ترجع في أصولها إلى اللغة المصرية القديمة وبعضها دخل المنطقة العربية، وفي مجال الزراعة وعلماء البيئة برج العلماء المسلمون وكانت لهم مؤلفات فيها ودور بارز في التحدث عنها، ونحن محظوظون في الدوحة لأن الجامعات القطرية باتت تشع بالمعرفة على العالم كله.

### نشر الثقافة الإسلامية

وقال الإعلامي فالح سيف الهاجري الخبير بوزارة الثقافة: يوجد دور بارز لدولة قطر في نشر الثقافة الإسلامية، وهو دور أساسي وكبير وجبار وكل عام كانت هناك فعاليات وندوات ومؤتمرات ثقافية في الدوحة تحمل في طياتها فعاليات إسلامية وعربية ودولية، ونتمنى تعاوننا وتفاعلا مع الدول العربية والإسلامية.

واستطرد قائلا: الثقافة تمثل لنا شريان حياة وهي السبيل الوحيد للمحافظة

على حضارتنا، وستكون هذه السنة نقلة نوعية وحافزة ويتوجب إيلاء الترجمة دورا أكبر وخدمت دولة قطر الثقافة الإسلامية. ثم استفاض الهاجري في الحديث عن مجلة الدوحة التي سبق وترأس تحريرها وقال: مجلة الدوحة الثقافية كانت مصدر إشعاع، وتلك المطبوعات تساهم في نشر الثقافة وهي أصبحت مرجعا مهما.

واستهل الشاعر محمد العبري من سلطنة عمان مشاركته بأبيات شعر بدأها قائلا: مَدُّوا إِلَيْكَ شِغَافَ الْقَلْبِ فَاقتدروا... فكنّت عاصمة للنُّور يا قطرُ.

وأوضح أن الالتفاف الى مسألة أثر الحضارة الإسلامية على الحضارات العالمية يبعث الهمّة في نفوس الأجيال وهو دافع أسمى وغاية قصوى، وشهد علماء أوروبيون بذلك للمسلمين واعترفوا بمآثر العرب والمسلمين وحضارتهم ودورها في النهضة الأوروبية، لاسيما في القرون الوسطى حيث مدّونا أوروبا وبرع العربي في كل المجالات والفنون ولو لم يظهر المسلمون لتأخرت حضارة أوروبا عدة قرون.

### الحوار بين الثقافات

وأكد د. يحيى الأغا: الثقافة القطرية تستند على معايير وقيم إسلامية من أجل بناء جيل يفكر ليبنّي وطنه ويساهم بالحضارة الإنسانية وضولا للتميز والتفكير بعيد عن الانزواجية.

وأشار إلى أن الدوحة واحة فكرية تهدف لبناء الإنسان ونشر الثقافة عربيا وعالميا من خلال منابر ومراكز ومتاحف ومن خلال كتارا تبعت برسائل للعالم والدوحة رائدة بعلوم الفلك من خلال النادي العلمي إضافة إلى جانب الجامعات والمختبرات البحثية التي تساهم في تشكيل البنى القطرية.

وقال د. أحمد ولد أباه: الدوحة كانت دوما عاصمة للثقافة كل المؤسسات التي تحتضنها وكل الفعاليات التي تنظمها ذات طابع ثقافي وفكري إضافة للبرامج الدولية التي ترعاها قطر ومن ثم ليس غريبا على الدوحة أن تتسمّى بذلك وهي تتصف باحتضان الثقافة دوما.

معايير توافرت  
بقطر لتكون  
منارة ثقافية  
إسلامية بارزة

د. سيف الحجري:  
اهتمام قطر  
بالثقافة بدأ  
منذ نشأتها  
في 5 مجالات

هاشمية  
الموسوي:  
الدوحة حريصة  
على نشر الثقافة  
الإسلامية  
للمجتمعات

مريم الحمادي:  
هدفنا من خلال  
فعالياتنا تعزيز  
التراث العربي  
الإسلامي

د. عكاشة الدالي:  
المسلمون أول  
من كتبوا كتابات  
علمية رصينة في  
علم الآثار

فالح الهاجري:  
الثقافة تمثل  
لنا شريان حياة  
والسبيل الوحيد  
للمحافظة على  
حضارتنا

■ مريم الحمادي

■ فالح الهاجري

■ د. سيف الحجري



## خواطر رمضان

### 5 الصوم ينهي عن 5 فعل المحرمات

أما النفوس المتطرفة الغاوية فإنها تتناقل هذا الصوم، وتتمنى انقطاعه، وانتفاء أيامه لذلك ترى الفرق الكبير بين المؤمن وغيره، المؤمن حقاً هو الذي يتمنى بقاء هذا الشهر، وأن تطول أيامه، كما رُوي في الحديث: «لو تعلم أمتي ما في رمضان لتمنت أن تكون السنة كلها رمضان» (أخرجه ابن خزيمة، برقم 1886 وذكره ابن الجوزي في الموضوعات 188,189/2، وفيه جرير بن أيوب البجلي).

فانظر وفرق. هناك قوم من السلف الصالح، ومن أولياء الله وأصفياؤه سنتهم كلها رمضان حتى قال بعضهم: وقد صمت عن لذات دهرى كلها ويوم لقاكم ذاك فطر صيامي وكان بعضهم يصوم، ويكثر من الصوم، ولا يفطر إلا مع المساكين، وإذا منعه أهله أن يفطر مع المساكين لم يتعش تلك الليلة.

وكان بعضهم يطعم أصحابه أنواع الأطعمة ويقف يروحهم وهو صائم. فهؤلاء هم الذين يتمنون أن يطول وقت الصوم، وما يزيدهم رمضان إلا اجتهداً في الطاعة والعبادة عما كانوا عليه في رجب، وفي شعبان وما بعده وفي سائر السنة، فأعمالهم كلها متقاربة.

أما من لم تصل حقيقة هذا الصوم إلى نفوسهم ولم تتأثر به قلوبهم، ولم يتربوا التربية السليمة، فإنهم يستثقلونه، ويتمنون انقضاءه في أسرع وقت، وأن تنتهي أيامه، ويفرحون بكل يوم يقطعونه منه، فما هكذا الصوم الصحيح بل الصائم المؤمن التقى هو الذي يتمنى بقاء هذه الأيام. فكثير ما نسمع من بعض ضعفاء النفوس أنه يتمنى أن يذهب رمضان، وإذا ما هلّ هلال شوال فرحوا واستبشروا، كأنهم ألقوا عنهم ثقلًا.

ومعلوم أنهم قد فارقوا مواسم الخير، فارقوا الأوقات الشريفة، فارقوا هذه الأيام الغر، وهذه الليالي الرُّهر التي تفتح فيها أبواب الجنان وتغلق فيها أبواب النيران، وتصف فيها الشياطين ومردة الجن، وهي التي بشر الله فيها عباده بالخيرات والمسررات، وما علم هؤلاء الفارغون اللاهون أنهم يستبدلون الذي هو أدنى بالذي هو خير.



رجل يصب عصير الزبيب لعائلته أثناء تناولهم وجبة الإفطار في الموصل

#### السعرات الحرارية

58

سعة لكل 28  
جرام سمك سردين  
معلب بالزيت

104

سعرات لكل 85  
جرام سمك  
تونه معلب بالماء

169

سعة لكل 85  
جرام سمك  
تونه معلب بالزيت

136

سعة لكل 85  
جرام سمك  
مشوي

## وجبات خفيفة تدخل السرور على اليمنيين في رمضان



المفقودة في الجسم أثناء فترة الصيام».

وقال محمد صالح البناء، وهو من سكان صنعاء، «أنا جيت لهاننا من شان الحلويات الصنعانية لأنها أكثر حاجة يعني الشعب اليمني تعجبه في شهر رمضان مثل الشعوبية، البقلاوة، الرواني، فهي أكلة مفضلة في شهر رمضان خاصة بعد العشاء (الإفطار)».

ومن فوائد تلك الحلويات أيضا أنها تجمع الناس حولها ليستمتعوا بطعمها اللذيذ وتناول القهوة معا بعد الإفطار الرمضاني وحتى حلول فجر اليوم الثاني الذي يشرعون فيه في صوم يوم جديد.

يتناولها اليمنيون من رمضان إلى رمضان، ما تحلى وما يحلى رمضان وما يحلى الإفطار إلا فيه السمبوسة».

وقال الفنان اليمني المعروف فؤاد عبد الله الكبسي وهو جالس مع أهله وأصدقائه لتناول الحلويات بعد الإفطار «أصبحت الحلويات يعني في رمضان في صنعاء بالذات، تقريبا في عموم اليمن، لكن في صنعاء بالذات أصبحت من الديكور الرمضاني المهم وأيضا تعتبر من الوجبات الرئيسية لأنه يشتهيها الإنسان بعد الصوم والتعب والإنهاك والعطش لأنها تروي العطش وبعدين أيضا تعوض السكريات

رويترز

يشرق وجه عيسى الشعبي بالفرح لمجرد تفكيره في أنه سيفطر في نهاية يوم الصيام على وجبة سمبوسة المحبوبة في اليمن، وتلمع عيناه ببريق الترقب في أحد الشوارع التي تموج بالمتسوقين في العاصمة صنعاء لشراء أطعمة شهية للإفطار. وقال عيسى الشعبي، وهو من سكان صنعاء، «هذه السمبوسة غذاء جميل وطعمها لذيذ خاصة في هذا الشهر الكريم. ويتنافس الشعب اليمني عليها جميعا خاصة في وقت الإفطار، ترى المحلات التي تباع السمبوسة مزدحمة كثيرة».

ويُبرز رمضان حماس المسلمين في كل مكان لأطعمة معينة تعيها الذاكرة.

والسمبوسة المشحوة بالخضروات أو اللحم معروفة في أنحاء الشرق الأوسط وهي شبيهة بالسمبوسة المعروفة في جنوب آسيا. وهي محبوبة للغاية في اليمن وتوفر فرصة عمل جيدة لأولئك الذين يعرفون كيف يصنعون الأجود منها.

ويوضح الشعبي أن المحلات المتخصصة في عمل السمبوسة ومعروفة بنظافتها وجودة صنعتها ومكوناتها تجد إقبالا منقطع النظير في صنعاء. وقال معاذ عبد العظيم، صاحب محل حلويات وسمبوسة، «هي طقوس وموروث شعبي

## مطبخ «لوسيل»

## المنسف الأردني

- 1,5 كيلو لحمة كتف خاروف
- 1 كيلو أرز مصري
- نصف كيلو جميد كركي
- 100 جرام سمن بلدي
- 5 جرامات مستيكة
- 4 أوراق غار
- 5 جرامات هيل
- 3 جرامات كركم
- 20 جرام ملح
- صنوبر حسب الرغبة للتزين
- بقودونس للتزين

■ نغسل اللحم جيدا ونضعه في حلة الضغط ونضيف إليه البهارات ونتركها حتى تمام النضج

■ ننقع الأرز في الماء المضاف إليه

- الكركم.
- نضع الأرز في حلة ونضيف السمن البلدي ونضيف إليها الماء.
- نضيف إليها الملح ونتركها على النار حتى الغليان، ونهدئ النار عليها حتى تمام النضج.
- نضع اللحم في حلة ونضيف إليها اللبن الجميد، ونتركها على النار قليلا.
- نضع الأرز في طبق كبير ونضيف إليه اللحم ويزين بالبقودونس والصنوبر ويقدم بالهناء والشفاء.

الكمية تكفي 5 : 8 أشخاص

المقادير:

طريقة العمل:



الشيف رائد سلمى

فندق حياة ريجنسي أوريكس الدوحة

