2 ريال

صحيفة القيادة والريادة

لوسيل
LUSAIL

رئيس مجلس الإدارة
الدكتور خالد بن ثاني بن عبدالله آل ثاني

رئيس التحرير
محمد حجي

العدد 2519 - السبت 3 رمضان 1444 هـ . 25 مارس 2023

www.lusailnews.net lusail@lusailnews.qa

Issue No 2519 - Saturday 25 March 2023

تصفح
يومياً
جريدة «لوسيل»
بصيغة
PDF
عبر الموقع الإلكتروني
www.lusailnews.net

قائمة «التجارة» للأسعار المخفضة ساعدت في زيادة الحركة التجارية داخل الأسواق

ثبات أسعار السلع الأساسية خلال أول أيام رمضان



03

50 % زيادة استهلاك التمور والمكسرات خلال رمضان
05

«الأوقاف» ترعى مسابقة «تيجان النور» بقناة ج للأطفال
02

الأمم المتحدة تتهم أوكرانيا وروسيا بإعدام أسرى حرب
08



العنابي يواجه تايلاند مساء اليوم في البطولة الآسيوية تحت 23 عاماً
10

ساحات المنتج الزراعي تواصل عملها خلال رمضان
02

«البيئة» تعلن انتهاء فترة التخييم مطلع أبريل
02

انطلاق منافسات النسخة الـ 21 من بطولة الوجبة الرمضانية لكرة القدم اليوم
10

الأزياء النسائية التقليدية.. عادة تتشبث بها المرأة القطرية في رمضان

الدوحة – قنا

تتميز الملابس التقليدية في الخليج العربي بالعديد من التفاصيل، فهي جزء لا يتجزأ من ثقافة الأمة، وإرث من موروثات الأجيال السابقة، التي تتوافق مع الأعراف والتقاليد وعادات المجتمع العربي الأصيل، وتعتبر الأزياء النسائية التقليدية امتداداً للباس العربي في شبه الجزيرة العربية، وتظهر هذه الأزياء في المناسبات والأعياد والاحتفالات الثقافية والتراثية للتعبير عن اللباس التقليدي.

ومع دخول شهر رمضان المبارك، تحرص المرأة القطرية على أن تعيش روحانيات الشهر الكريم داخل بيتها، وتبدأ بانتقاء لباسها التقليدي بعناية فائقة، من أجل التجمل به في هذا الشهر الفضيل، وبذلك تغرس في بناتها التمسك باللباس التقليدي، ويبقى إرثاً متوارثاً أجيالا بعد أجيال. وتحرص المرأة القطرية دائماً على الظهور بالثياب الفاخرة المرصعة بالفصوص والزينة والزخارف والألوان المبهجة الفريدة من نوعها، والتي تمثل قيمها الدينية وعاداتها المجتمعية، فضلاً عن أن تلك الثياب تتميز جميعها بإحياء الموروث والعادات والتقاليد الخاصة بالتراث القطري.



ومن الجهات التي تعنى بالأزياء، وخصوصاً النسائية، مركز M7 التابع لمتاحف قطر، وفي هذا الصدد، قالت السيدة مها غانم السليطي مديرة مركز مشيرب (M7) التابع لمتاحف قطر في تصريح خاص لوكالة الأنباء القطرية "قنا": إن الزي يخبر عن ثقافة وتراث الذي يرتديه. وأوضحت أن دور المركز يتمثل في تعزيز القيم التراثية لدى مجتمعنا القطري، مؤكدة حرص المركز الدائم على أهمية التراث الشعبي ودوره في تشكيل ذاكرة ووجدان الأمة، مشددة في الوقت نفسه، على أن الأزياء المحلية تعد جزءاً لا يتجزأ من هذا التراث والإرث الشعبي.

وأضافت: من هذا المنطلق نحرص في مركز M7 على إقامة ورش العمل المتخصصة والعامة التي تسلط الضوء على الأزياء المحلية ودورها في الحفاظ على هوية وثقافة الأمة، وفي الوقت نفسه نعمل جاهدين على إضافة لمسات عصرية إلى الأزياء المحلية، من أجل إبراز جمالها، وتشجيع الأجيال الشابة على مواصلة الإقبال عليها، بالإضافة إلى صقل مهارات الشباب ونشر روح الابتكار بينهم.

مدير إدارة الأمن الغذائي بـ«البلدية»:

ساحات المنتج الزراعي تواصل عملها خلال رمضان

الدوحة – قنا

مع بداية شهر رمضان المبارك، تشهد الأسواق المحلية إقبالًا كبيرًا من المواطنين والمقيمين على شراء السلع والمنتجات الغذائية ومستلزمات الشهر الفضيل، وسط تنوع أصبح واضحا في السوق المحلي، مما يتيح للمستهلك الاختيار بين السلع من حيث الأسعار والجودة واختيار ما يناسبه منها. ومن بين هذه السلع الغذائية التي يقبل عليها المواطنون والمقيمون، المنتجات الزراعية، والتي يرتفع معدل استهلاكها خلال المواسم والأعياد، هذا الارتفاع الذي وازاه زيادة في الإنتاج الوطني من الخضراوات خلال السنوات القليلة الماضية بحسب الأرقام الصادرة عن الجهات المعنية.

وفي هذا السياق قال الدكتور مسعود جار الله المري مدير إدارة الأمن الغذائي بوزارة البلدية في تصريح لوكالة الأنباء القطرية «قنا»: إن الإنتاج الزراعي بدولة قطر يغطي معظم احتياجات السوق المحلي من بعض الأصناف الرئيسية من الخضراوات مثل الخيار والطماطم، ويصل الإنتاج الزراعي إلى ذروته خلال شهري مارس وأبريل والذي يصادف شهر رمضان في هذا العام، وعليه فإن الخضراوات المحلية سوف تتواجد في الأسواق المحلية بكثرة خلال الشهر الفضيل لتغطية معظم الطلب المحلي.

وأضاف مدير إدارة الأمن الغذائي إن شهر رمضان المبارك يشهد في العادة زيادة في حجم استهلاك الخضراوات مقارنة بباقي الفترات من العام، كما يتزايد الطلب المحلي على بعض الأصناف من الخضراوات المزروعة بالخضراوات في العروات الزراعية التي تنتج في شهر رمضان للمساهمة في تغطية احتياجات المستهلكين من الخضراوات خلال هذه الفترة من السنة.

وفي هذا الصدد أشار الدكتور مسعود جار الله المري إلى أن القطاع الزراعي القطري قفز قفزة كبيرة في سبيله لتحقيق الأمن الغذائي، فقد زاد إنتاج الخضراوات من 55 ألف طن في عام 2017 ليصل في عام 2022 إلى حوالي 97 ألف طن، أي بزيادة بنسبة 76 بالمائة. وأوضح أنه في سبيل دعم المزارع القطرية المنتجة في تسويق منتجاتها بصفة مباشرة وضمان حصول المستهلكين على احتياجاتهم من الخضراوات المحلية الطازجة فإن ساحات المنتج الزراعي سوف تواصل عملها خلال شهر رمضان المبارك، علماً أن ساحات المنتج الزراعي القطري تعتبر واحدة من أهم البرامج التسويقية التي قام القطاع الزراعي بوزارة البلدية بطرحها خلال السنوات الأخيرة.

فقد قامت الوزارة بافتتاح 5 ساحات للمنتج الزراعي القطري في مناطق المزروعة والخور والذخيرة والوكرة والشمال والشيحانية وتقوم فكرة الساحات على إتاحة الفرصة للمنتج الزراعي القطري لتسويق إنتاجه بنفسه دون وسيط، وهو ما يساهم في تقليل التكاليف التسويقية إلى أقل حد ممكن وكذلك تقليل الفاقد من الخضراوات. وتشير التقارير إلى أن إنتاج دولة قطر من بعض الخضراوات يفوق معدلات الاستهلاك المحلي، بالإضافة إلى أن السوق المحلية تحتاج ما يقارب من ألفي طن من الخيار، ونحو 5 - 6 آلاف طن من الطماطم شهريا، ويتم تأمين هذه الاحتياجات من خلال المزارع القطرية في المواسم الزراعية.

ويشهد الطلب خلال شهر رمضان ارتفاعا من قبل المنافذ والمحال التجارية على الخضراوات المحلية، حيث أصبحت تعتمد كليا عليها، خصوصا خلال فصل الشتاء، وبنسبة 100 بالمائة، إذ باتت تغطي هذه المنتجات الطلب الاستهلاكي بالكامل.

يذكر أن استراتيجية قطر الوطنية للأمن الغذائي 2018-2023، والتي تدخل عامها الأخير، ركزت على أربع ركائز رئيسية هي التجارة الدولية والخدمات اللوجستية، والاكتفاء الذاتي المحلي، والاحتياطيات الاستراتيجية، والعوامل التمكينية: الأسواق المحلية.

وتعمل وزارة البلدية حاليا على إعداد الخطة الاستراتيجية للأمن الغذائي للقطاع الزراعي حتى عام 2030، والتي ستشمل الأهداف ومجالات التطوير والمبادرات ومخرجاتها وستتم مشاركتها مع القطاع الخاص.

بالإضافة إلى ذلك تعمل الوزارة على إطلاق مبادرة تطوير الخدمات الزراعية وتنفيذ مشاريع التحول الرقمي في القطاع والرقمنة الزراعية ومجتمع المزارعين الرقمي، التي من شأنها رفع الكفاءة ودعم اتخاذ القرار لهذا القطاع الحيوي حاليا من الدولة.



«البيئة» تعلن انتهاء فترة التخييم مطلع أبريل

الدوحة – لوسيل

أعلنت وزارة البيئة والتغير المناخي عن انتهاء موسم التخييم للسنة الحالية في جميع المناطق البرية والبحرية في قطر بتاريخ الأول من أبريل، باستثناء منطقتيّ سيلين والعديد، والذي تقرّر تمديد فترة التخييم فيهما حتى تاريخ 20 مايو القادم.

يذكر وزارة البيئة والتغيّر المناخي ممثلة بقطاع شؤون الحماية والمحميات الطبيعية نظمت خلال الفترة الماضية العديد من حملات التفتيش على المخيمات الشتوية المؤقتة، وأسفرت الحملة عن ضبط وإزالة العديد من الخيام التي أقيمت بدون تصريح في المحميات وفي مناطق مختلفة في الدولة، ويعد إقامة مخيم شتوي دون تصريح من الجهات المعنية بالوزارة مخالفة للقانون رقم 10 لسنة 1987 بشأن أملاك الدولة العامة والخاصة.

وتنص اشتراطات موسم التخييم على انه يجب على المصرح له طباعة التصريح بحجم لا يقل عن (A4) ومن ثم تغليفه ووضعه في مكان ظاهر في المخيم يُسهل على مفتشي الوزارة الاطلاع عليه، وعلى المصرح له السماح لمفتشي الجهة المختصة بإجراء التفتيش على المخيم متى ما طُلب منه ذلك للتأكد من الالتزام من الشروط وضوابط التصريح، وفي حالة عدم السماح بالتفتيش يحق للجهة المختصة سحب التصريح.

كما يجب على المصرح له الالتزام بأحكام القوانين والقرارات الوزارية ذات الصلة، وعلى وجه الخصوص المتعلقة بحماية البيئة. ويتعين على المصرح له البدء في إنشاء المخيم خلال ثلاثين يوماً من تاريخ الحصول على تصريح التخييم. والتصريح شخصي، ولا يجوز تأجير الموقع أو التنازل عنه، كما يحظر استخدامه في غير النشاط المصرح له، أو استخدام مواد ضارة بالبيئة داخله.

كما يجب على المصرح له المحافظة على النظافة العامة، وعدم الإضرار بالبيئة البرية أو البحرية، وأن يكون المخيم مأهولا وغير مهمل. ويجب على المصرح له الابتعاد عن المنشآت الحكومية والخدمية وأنابيب النفط والغاز بمسافة لا تقل عن (500) متر أو حسب ما تراه الجهة المختصة مناسباً. ويعتبر المصرح له مسؤولا مسؤولية كاملة عن المخيم وعن سلامة الأرواح والممتلكات الموجودة داخل الموقع، ويجب عليه توفير حارس خاص للمخيم، ولا يحق له الرجوع إلى الوزارة في حال فقدان أي متعلقات داخل المخيم. ويجب على المصرح له إخلاء الموقع وتسليمه في حال انتهاء التصريح بالحالة التي كانت عليه خلال 48 ساعة.





«الأوقاف» ترعى مسابقة «تيجان النور» بقناة ج للأطفال

الدوحة – لوسيل

أعلنت الإدارة العامة للأوقاف بوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية عن رعايتها لمسابقة تيجان النور العالمية لتلاوة القرآن الكريم بقناة جيم للأطفال، بهدف تحفيز النشء على تعلم كتاب الله تعالى، خلال شهر رمضان شهر القرآن، بدعم ورعاية من المصرف الوقفي لخدمة القرآن والسنة وذلك في إطار ترجمة شروط الواقفين الكرام إلى واقع عملي يستفيد منه النشء.

جاء ذلك في مؤتمر صحفي عقدته الادارة، وقال الدكتور الشيخ خالد بن محمد بن غانم آل ثاني مدير عام الإدارة العامة للأوقاف إن الإدارة العامة للأوقاف ومن خلال المصرف الوقفي لخدمة القرآن والسنة تسعى إلى خدمة القرآن بمسلكين، الأول: تعليمي، والآخر: تحفيزي.

وأوضح انه من خلال المسلك التعليمي يتم دعم مراكز ودور القرآن الكريم المنتشرة في ربوع بلادنا الحبيبة قطر، وكذلك التعليم عن بعد، وإقامة الدورات المختلفة، وتوفير المصحف الشريف، والكتب المعينة على تعلم كتاب الله تعالى، وغيرها من الوسائل التعليمية.

وحول المسلك التحفيزي قال إنه يحدث من خلال المسابقات المتنوعة، ومنها مسابقة تيجان النور للأطفال، التي هي من المسابقات الرائدة، التي تحفز النشء على تعلم كتاب الله تعالى، وختم كلمته بالتوجه بالشكر للقائمين عليها.

ومن ناحيته توجه السيد طلال الأنصاري رئيس الإنتاج الخارجي بقناة ج بشكره وتقديره إلى الإدارة العامة للأوقاف لرعايتها الموسم الجديد لمسابقة تيجان النور، وعلى هذا الدعم والرعاية المستمرة، وأوضح أن المسابقة هذا العام ستكون حضورياً بخلاف العام الماضي؛ حيث أقيمت المسابقة عن بعد بسبب الجائحة، وستبث على مدار الشهر الفضيل بإذن الله تعالى.

وخلص للقول إن العمل الوقفي شراكة مجتمعية وصدقة جارية، يثقل بها العبد ميزانه في حياته وبعد مماته، كما قال النبي. صلى الله عليه وسلم .: (إذا مات الإنسان انقطع عنه عمله إلا من ثلاثة: إلا من صدقة جارية، أو علم ينتفع به، أو ولد صالح يدعو له). ودعت الإدارة العامة للأوقاف أهل الخير الراغبين في أن يكون لهم وقف ريعه على أحد المصارف الوقفية، ويكون لهم صدقة جارية وأجراً محتسباً إلى يوم القيامة أن يبادروا بالوقف عبر طرق الوقف المختلفة:

الوقف أون لاين باستخدام البطاقة البنكية من خلال موقع الإدارة العامة للأوقاف:

awqaf.gov.qa/atm

خدمة عطاء عبر الجوال على الرابط:

awqaf.gov.qa/sms

التحصيل السريع على الرقم: 55199996 و 55199990 الخط الساخن: 66011160





قائمة «التجارة» للأسعار المخفضة ساعدت في زيادة الحركة التجارية داخل الأسواق

ثبات أسعار السلع الأساسية خلال أول أيام رمضان



الدوحة – لوسيل

انتعشت حركة البيع بالأسواق والمجمعات التجارية خلال أول أيام الشهر الكريم، حيث زاد إقبال المواطنين على مختلف الأسواق والمحال التجارية لشراء المستلزمات الرمضانية من مواد غذائية وسلع متنوعة، واستعدت مراكز التسوق والمجمعات والمحال التجارية بعروض متنوعة لاستقبال الشهر الفضيل، حيث حرصت جميعها على عرض المواد الغذائية والمستلزمات الخاصة بشهر رمضان المبارك وتنظيم العروض والتخفيضات على السلع والمنتجات التي يحرص المواطنون على شرائها لتنظيم العزائم والولائم الرمضانية العامرة التي تجمع الأهل والأصدقاء وتزخر بأصناف متنوعة من الأطعمة والحلويات والمشروبات.

وشهدت الأسواق المحلية ارتفاعا كبيرا للطلب على السلع الغذائية الأساسية ومستلزمات الشهر الفضيل، مع ملاحظة ثبات الأسعار على مختلف السلع، بل هناك بعض السلع التي شهدت انخافاضا ملموسا، بعد إعلان وزارة التجارة والصناعة عن قائمة الأسعار المخفضة مطلع الأسبوع الماضي، وهو الأمر الذي ساعد في زيادة ملموسة في الحركة التجارية داخل الأسواق المحلية على السلع التي تم تخفيضها، بالإضافة إلى قيام المجمعات التجارية بالترويج لحملات من التخفيضات والتنزيلات شملت كافة مستلزمات الاسرة خلال الشهر الفضيل.

وأعلنت وزارة التجارة والصناعة عن قائمة من السلع المخفضة مطلع الأسبوع الماضي بتخفيض أكثر من 900 سلعة غذائية واستهلاكية بنسب تتراوح ما بين 10% إلى 20% تباع في المراكز التجارية التابعة لـ 20 مجمعا تجاريا بمختلف أنحاء الدولة.

وطرحت المجمعات التجارية الكبرى عروضا ترويجية للسلع والمواد الغذائية وغير الغذائية مع قرب حلول شهر رمضان، وشملت العروض الترويجية التي ستمدد خلال شهر رمضان المبارك السلع والمنتجات الأساسية التي تحتاجها الأسرة خلال الشهر الفضيل بأسعار تفضيلية وتشجيعية وسط تنوع ملحوظ في البضائع ودول المنشأ. وقدر تجار ومسؤولون بالمجمعات التجارية ارتفاع مبيعات السلع الغذائية والاستهلاكية التي يكثر عليها الطلب خلال الشهر الفضيل الى نحو 20%، لافتين إلى أن الحركة ستشهد تزايدا كبيرا خلال اليومين المقبلين لتفوق نسبة المبيعات الطبيعية بنسبة تصل إلى 100%.

وتوقع تجار استمرار ارتفاع معدلات الطلب على المواد الغذائية خلال الأيام الأولى من الشهر الفضيل نتيجة للعروض التي تقدمها المجمعات والمنافسة الشديدة في السوق المحلي ما يدفع المستهلكين إلى زيادة الشراء وتخزين البضائع، إلا أنهم أكدوا أن الطلب على تلك المواد الغذائية ينخفض تدريجيا خلال الأسبوع الأول من الشهر.

وبدأت المجمعات التجارية ببيع السلع المخفضة ضمن مبادرة وزارة التجارة والصناعة للسلع الاستهلاكية المخفضة لشهر رمضان المبارك ولمدة شهر ونصف الشهر. وزاد عدد السلع الاستهلاكية ضمن مبادرة السلع المخفضة للعام لنحو 913 سلعة غذائية واستهلاكية مقارنة بنحو 800 سلعة ومنتج خلال شهر رمضان من العام الماضي، وتتميز السلع الموجودة في القائمة بأنها من السلع التي يكثر الطلب عليها خلال الشهر الفضيل.

وتتراوح نسب تخفيض أسعار السلع ما بين 10% إلى 20% تباع في المراكز التجارية التابعة لـ 20 مجمعا تجاريا بمختلف أنحاء الدولة، ودون تحديد كميات الشراء أمام المستهلكين.

وتشمل قائمة السلع الاستهلاكية المخفضة، جميع السلع الأساسية التي يحتاجها المستهلك خلال الشهر الفضيل مثل الطحين، والسكر، والأرز، والمعكرونة، والدجاج، والزيت، والحليب وغيرها من السلع الغذائية، بالإضافة إلى السلع غير الغذائية مثل المناديل الورقية، وورق القصدير (الألومنيوم)، والمنظفات بأنواعها، ومساحيق الغسل وغيرها من السلع ذات الأهمية النسبية للمستهلك والتي يكثر استهلاكها خلال الشهر المبارك.

وتأتي هذه المبادرة السنوية في إطار حرص الوزارة على توفير احتياجات المواطنين والمقيمين من السلع الاستهلاكية بأسعار مخفضة خلال الشهر الفضيل حيث يزداد الإنفاق على شراء السلع الغذائية.

وتشكل مبادرة السلع المخفضة من وزارة التجارة والصناعة أحد العوامل الأساسية التي تساهم بشكل مباشر في ضبط إيقاع الأسواق المحلية وتقديم أفضل الخدمات والسلع والمنتجات للمستهلكين خلال الشهر الفضيل، بالإضافة إلى دورها في تحقيق وفرة السلع والمنتجات والبضائع الرمضانية في الأسواق.

الأزياء النسائية التقليدية..
عادة تتشبث بها المرأة القطرية في رمضان

الدوحة – قنا

تتميز الملابس التقليدية في الخليج العربي بالعديد من التفاصيل، فهي جزء لا يتجزأ من ثقافة الأمة، وإرث من موروثات الأجيال السابقة، التي تتوافق مع الأعراف والتقاليد وعادات المجتمع العربي الأصيل، وتعتبر الأزياء النسائية التقليدية امتدادًا للباس العربي في شبه الجزيرة العربية، وتظهر هذه الأزياء في المناسبات والأعياد والاحتفالات الثقافية والتراثية للتعبير عن اللباس التقليدي.

ومع دخول شهر رمضان المبارك، تحرص المرأة القطرية على أن تعيش روحانيات الشهر الكريم داخل بيتها، وتبدأ بانتقاء لباسها التقليدي بعناية فائقة، من أجل التجمل به في هذا الشهر الفضيل، وبذلك تغرس في بناتها التمسك باللباس التقليدي ويبقى إرثا متوارثا أجيالا بعد أجيال. وتحرص المرأة القطرية دائمًا على الظهور بالثياب الفاخرة المرصعة بالفصوص والزينة والزخارف والألوان المبهجة الفريدة من نوعها، والتي تمثل قيمها الدينية وعاداتها المجتمعية، فضلًا عن أن تلك الثياب تتميز جميعها بإحياء الموروث والعادات والتقاليد الخاصة بالتراث القطري.

ومن الجهات التي تعنى بالأزياء، وخصوصا النسائية، مركز M7 التابع لمتاحف قطر، وفي هذا الصدد، قالت السيدة مها غانم السليطي مديرة مركز مشيرب (M7) التابع لمتاحف قطر في تصريح خاص لوكالة الأنباء القطرية /قنا/ إن الزي، يخبر عن ثقافة وتراث الذي يرتديه. وأوضحت أن دور المركز يتمثل في تعزيز القيم التراثية لدى مجتمعنا القطري، مؤكدة حرص المركز الدائم على أهمية التراث الشعبي ودوره في تشكيل ذاكرة ووجدان الأمة، مشددة في الوقت نفسه، على أن الأزياء المحلية تعد جزءاً لا يتجزأ من هذا التراث والإرث الشعبي.

وأضافت: من هذا المنطلق نحرص في مركز M7 على إقامة ورش العمل المتخصصة والعامة التي تسلط الضوء على الأزياء المحلية ودورها في الحفاظ على هوية وثقافة الأمة، وفي الوقت نفسه نعمل جاهدين على إضافة لمسات عصرية إلى الأزياء المحلية، من أجل إبراز جمالها، وتشجيع الأجيال الشابة على مواصلة الإقبال عليها، بالإضافة إلى صقل مهارات الشباب ونشر روح الابتكار بينهم. ولفتت مها السليطي، إلى أن استضافة قطر لنهائيات كأس العالم FIFA قطر 2022، كانت مناسبة لإبراز الثقافة القطرية للعالم، حيث إن السياح والزائرين والمشجعين الأجانب تقبلوا اللباس القطري بشكل إيجابي، وهو أمر يدعو للفخر.. وتابعت: «رأينا في هذه المناسبة، بدل أن نغير لباسنا من أجل العالم، أن العالم هو الذي غير لباسه من أجلنا.. ولاحظنا أن عددا من دور الأزياء العالمية بدأت تقتبس من ثقافتنا وتراثنا في تصاميمها».

بدورها، قالت الفنانة والمصممة القطرية تماضر السلطان في تصريح خاص لوكالة الأنباء القطرية /قنا/، إن الأزياء ترتبط بشكل وطيد بالثقافة، مشيرة إلى أنها قامت بالمشاركة في العديد من المعارض المحلية التي تدار من قبل جهات مختلفة في الدولة، وكانت في الغالب تعرض تصاميم منها ما تواكب الثقافة القطرية ومنها ما تواكب الأزياء العصرية. وعن السبيل لإحياء الأزياء التراثية النسائية والتي نراها في الأعراس والمناسبات مثل رمضان، قالت تماضر: في اعتقادي أننا لا نحتاج لإحياء هذه الأزياء التراثية لأنها ما زالت موجودة ولم تندثر، فهي تتجدد وتزدهر في كل مرة تقوم أمهاتنا وجداتنا بارتدائها في المناسبات والأعياد القطرية.

وأوضحت الفنانة والمصممة القطرية أن بعض عروض الأزياء العالمية التي يتم تنظيمها في البلد، ساعد في ازدهار وإعادة إحياء هذه الأزياء التراثية، مشيرة إلى أن الفترة الأخيرة، شهدت الإقبال الهائل من قبل الجماهير من كل أنحاء العالم لارتداء الأزياء التراثية مثل الغترة والعقال والنقاب والبخنق، إضافة إلى تخضيب النساء أيديهن بالحناء.

وختمت حديثها بالقول: إن الفتيات القطريات والنساء يقمن بشكل عام بارتداء هذه الأزياء التراثية في شهر رمضان، وفي مختلف المناسبات، فمن وجهة نظرها إنها ما زالت حية ولم تمت.

وتشتهر الملابس النسائية القطرية بتصاميمها الفريدة، إذ يستطيع المتتبع أن يميزها عن غيرها من التصاميم، حيث تميز بوجود الكثير من النقشات الذهبية الفاخرة التي تبرز الطابع الشعبي القطري، سواء في البخنق الذي يعد أهم مكونات الزي النسائي الشعبي القطري، وغالبا ما ترتديه الفتيات الصغيرات سواء في ليلة / النافلة/ أو /القرنقعوه/. ويتميز البخنق بوجوده باللون الأسود الداكن، ووجود بعض التطريزات ذات اللون الذهبي اللامع أو الفضي، حيث يمكن أن ترتديه الفتاة مستخدمة دراعة مطرزة، كما أن المرأة القطرية لا تستغني عن ثوب النشل في المناسبات الدينية، ومن بينها شهر رمضان الفضيل، وذلك نظرا لما تتميز به أثواب النشل بوسعها مما يساعد في حرية حركة المرأة عند قيامها بمهامها في البيت.

وتصمم أثواب النشل عادة من الأقمشة الحريرية بأنواعها، كما أن بعض النساء يفضلن ارتداء أثواب النشل ذات الألوان الزاهية على سبيل المثال: الأحمر والأزرق واللون الأخضر والبنفسجي، ويظل اللون الأسود في أثواب النشل هو الأكثر تألقاً. وذلك لتمتعه بجاذبية خاصة، كما أنه اللون المفضل بين كثير من النساء. ومن الأزياء التراثية النسائية التي لا تستغني عنها المرأة القطرية، العباءة، التي تحتوي على شيلة خفيفة مطرزة بأشكال مختلفة ومتنوعة من الخرز، وترتدي الأمهات الزي الشعبي القطري بشكل كامل مع ثوب النشل والدراعة.

أطباء استشاريون من مؤسسة حمد الطبية:

صيام مرضى السكري والقلب والكلى يعتمد على تقييم الطبيب

الدوحة – قنا

مع بداية شهر رمضان الكريم تتوارد لدى أصحاب الأمراض المزمنة مثل «السكري والكلى والقلب»، العديد من الأسئلة عن مدى قدرتهم على الصيام، حيث يؤكد أطباء استشاريون من مؤسسة حمد الطبية أن تحديد ملاءمة المريض للصوم أو الإفطار يعتمد على تقييم حالة المريض الصحية من جانب الطبيب المعالج.

وفي هذا الإطار، ينصح البروفيسور عبد البديع أبو سمرة الرئيس التنفيذي للجودة بمؤسسة حمد الطبية ونائب الرئيس الطبي مرضى السكري، بضرورة استشارة الطبيب المعالج قبل البدء في الصيام من أجل ضبط مستوى السكر في الدم وتجنبا لحدوث أي مضاعفات أثناء فترة الصوم، حيث يعتمد قرار الطبيب المعالج بالصوم من عدمه وفقا لطبيعة حالة مريض السكري.

وقال البروفيسور أبو سمرة، لوكالة الأنباء القطرية /قنا/، إن مرضى السكري من النوع الأول المعتمد علاجهم على الأنسولين وكذلك النساء الحوامل المصابات بالسكري ننصحهم بعدم الصيام تجنبا لحدوث مضاعفات خطيرة، أما مرضى النوع الثاني من السكري الذين ليست لديهم مضاعفات بالقلب ومضاعفات بالكلى فبإمكانهم الصيام مع اتخاذ بعض الاحتياطات، منها مراجعة الطبيب المعالج قبل بداية شهر رمضان بوقت كاف لتنظيم معدلات السكر بالدم ومراجعة جرعات الدواء وتنظيم أوقاتها بما يتناسب مع ساعات الصيام، كما يفضل تأخير وجبة السحور قدر الإمكان، والإكثار من شرب الماء بين وجبتي السحور والإفطار لتجنب الإصابة بالجفاف.

ومن أجل صيام آمن لمرضى السكري، يؤكد البروفيسور أبو سمرة على ضرورة الحفاظ على نسبة السكر ضمن المعدل الآمن للشخص المريض من 80- 180 مجم/دسل بعد الإفطار، والالتزام بتناول وجبتي السحور والإفطار، وتأخير السحور قدر المستطاع مع تناول أكبر قدر من المياه بين وجبتي الإفطار والسحور لحماية الكليتين من التعرض للجفاف وضعف الأداء، ويجب أيضا التقليل من تناول المنبهات كالشاي والقهوة والمشروبات الغازية نظرا لاحتوائها على مادة الكافيين المدرة للبول مما يعرض الصائم لفقدان كميات كبيرة من السوائل، بالإضافة إلى تأجيل ممارسة الرياضة لما بعد الإفطار تجنبا لحدوث نوبات انخفاض السكر بالدم، كما أن الذهاب إلى المسجد يعد جزءا من النشاط البدني والرياضي المسموح يوميا للمرضى خلال شهر رمضان.

ومن الضروري التأكد من فحص نسبة السكر في الدم عدة مرات في اليوم خاصة في الأيام الأولى من الصيام، وكذلك في أي وقت يشعر فيه المريض بانخفاض معدل السكر في الدم، مع تجنب النوم في الساعات الأخيرة من الصيام، كما يفضل مراجعة الطبيب أو مثقف السكري عدة مرات خلال شهر رمضان لإجراء التعديلات الضرورية في أدوية السكرى أو أي أدوية أخرى يتناولها المريض.

أما مرضى الكلى، فيصنف الدكتور حسن المالكي استشاري أول ورئيس قسم أمراض الكلى بمؤسسة حمد الطبية، مرضى الكلى الذين يرغبون في صيام رمضان إلى ثلاثة أقسام بحسب درجة المرض حرصا على سلامتهم من حدوث مضاعفات.

ويقول الدكتور المالكي، في تصريح مماثل لوكالة الأنباء القطرية /قنا/، إنه بالنسبة لمرضى القصور الكلوي الحاد تكون حالتهم الصحية حرجة، وهم ممنوعون من الصيام إلى أن تتحسن حالة الكلى وتعود إلى وضعها الطبيعي، أما مرضى الكلى المزمن فتختلف مراحل اعتلال الكلى لديهم، وينصح المصابين بمرض الكلى من الدرجة الثالثة فما فوق بعدم الصيام، وذلك لأن الكلى في هذه المرحلة تكون غير قادرة على الاحتفاظ بسوائل الجسم، مما قد يتسبب في قصور حاد في وظائفها، وقد يؤدي ذلك إلى تلف الكلى بصورة كبيرة، وكذلك فالصيام لمدة طويلة ينقص سوائل الجسم بصورة كبيرة، ويجب على المرضى الرجوع للطبيب المعالج لمعرفة مدى إصابة الكلى وتأثير الصيام عليها.

أما مرضى الغسل الكلوي، فيوضح أن مرضى الغسل الدموي يقومون بغسل الدم ثلاثة أيام في الأسبوع، وبالتالي فيمكنهم الصيام في باقي الأيام، حيث إن عملية الغسل يصاحبها إعطاء محاليل عن طريق الوريد مما يفسد الصيام.. أما عن مرضى الغسل البريتوني (غسل البطن) التي يقوم بها المريض بنفسه في المنزل فلا يمكنهم الصيام لوجود مواد مغذية بسوائل الغسل.

وينصح مرضى زراعة الكلى بعدم الصوم وذلك لتأثير قلة السوائل على الكلى المزروعة وضرورة أخذ الأدوية بصورة منتظمة وفي أوقات محددة، وكذلك فإن أكثر مرضى الزراعة مصابون بمرض السكري، وهذا يزيد من خطورة الصيام على المريض، لذا يجب عليه استشارة طبيبه المعالج بصورة مستمرة.

وبخصوص قدرة مرضى القلب على الصيام، فيؤكد الدكتور عمار سلام استشاري أول ورئيس قسم أمراض القلب بمستشفى الخور، وأستاذ مشارك في الطب السريري بكلية الطب في جامعة قطر، أن نسبة الإصابة بأمراض القلب المختلفة مثل الأزمة القلبية (الجلطة)، والفشل القلبي، وعدم انتظام القلب (الارتجاف الأذيني) تنخفض في شهر رمضان، كما تقل نسبة الفشل القلبي والارتجاف الأذيني الناتجة عن قصور الشريان التاجي، كما أن صيام رمضان يؤدي أيضا إلى زيادة نسبة الكوليسترول النافع بنسبة تتراوح بين 30- 40 بالمائة، مما يؤدي بدوره إلى حماية شرايين القلب من ترسبات الكوليسترول الضار.

وقال الدكتور عمار سلام، لوكالة الأنباء القطرية /قنا/، إنه يجب استشارة الطبيب المعالج قبل عدة أسابيع من بدء الصيام وخاصة لمرضى القصور الحاد في الشرايين لضبط مواعيد تناول الدواء وتلقي التعليمات اللازمة لتجنب حدوث أي أعراض مثل الإحساس بالصداع خلال الصيام، وذلك بالتقليل من تناول الشاي والقهوة والمشروبات الأخرى التي تحتوى على الكافيين قبل الصيام بخمسة أيام، وكذلك يمكن تجنب الإصابة بالحموضة وحرقان المعدة بعدم الإفراط في تناول الأطعمة خاصة التي تحتوى على سكريات عالية ومواد دهنية أثناء شهر رمضان.

وبالنسبة لتناول مرضى القلب للدواء خلال رمضان يشير الدكتور عمار سلام إلى إمكانية تناول المريض للدواء مرة عند الإفطار ومرة أخرى عند السحور، وبالنسبة للمرضى الذين يتناولون دواءهم ثلاث مرات يوميا فعليهم مراجعة الطبيب المختص لاستبداله بدواء طويل المفعول يؤخذ مرة أو مرتين يوميا.



10 نصائح للوقاية من الصداع أثناء الصيام

الدوحة – قنا

يشكل الصداع عارضاً أولياً لدى العديد من الصائمين، خاصة خلال الأيام الأولى من شهر رمضان المبارك، نتيجة التغيير السريع الذي يحدث في العادات الغذائية والتخفيف من استهلاك السوائل، وتغيير عادات النوم، التي تتمثل في السهر لساعات طويلة، وعدم الحصول على القدر الكافي من النوم أثناء الليل. ويقول الدكتور يوسف الطبيب استشاري أول طب الطوارئ بمؤسسة حمد الطبية في تصريح خاص لوكالة الأنباء القطرية /قنا/: إن البعض قد يصابون بالصداع قبل الإفطار، والبعض الآخر بعده، ويختلف من شخص إلى آخر، حيث يشتمل على نوعين، هما: الصداع الرئيسي، والصداع الثانوي.

وأضاف الطبيب إنه غالبا ما يحدث الصداع عند الشعور بألم في الرأس قبل الإفطار، وذلك بسبب نقص نسبة الجلوكوز في الدم، وانخفاض مستواه عن المعدلات الطبيعية إذ يعد الجلوكوز مصدرا مهما من مصادر الطاقة في الجسم، ويعد الطعام مصدره الأساسي، فبعد تناول الطعام ودخوله عملية الهضم والتمثيل الغذائي، يتحول إلى صورة سكر بسيط، يعرف باسم الجلوكوز في مجرى الدم، وينتقل إلى خلايا الجسم لاستخدامه من قبل الأجهزة المختلفة فيه، لإجراء العمليات الحيوية المختلفة.

وقد يشعر البعض بالصداع بعد تناول وجبة الإفطار، ويحدث ذلك غالبا نتيجة عسر الهضم وامتلاء المعدة، بما يزيد على حاجتها من الطعام والشراب، الأمر الذي يؤدي إلى الضغط على الحجاب الحاجز، وبالتالي يعوق ميكانيكية التنفس، فيجعل الصائم يشعر بضيق في التنفس والإعياء والصداع. ويقدم الدكتور يوسف الطيب 10 نصائح للصائمين لتجنب الشعور بالصداع خلال الشهر الكريم، أهمها تأخير السحور، وتناول وجبة سحور صحية ومتكاملة تمد الجسم بالطاقة طوال فترة الصيام، ويفضل أن تكون من الأطعمة بطيئة الهضم، مثل: الحبوب، والبقوليات، والخضراوات، والفاكهة، وتنظيم ساعات النوم في رمضان، وتجنب السهر، والحرص على أخذ قيلولة خلال ساعات النهار، واستهلاك كمية كبيرة من السوائل، أي بحدود ثلاثة لترات من السوائل موزعة على فترات من الإفطار إلى السحور.

كما ينصح بالحفاظ على نسبة السكر في الدم ضمن المعدل الطبيعي من خلال تناول الطعام الغني بالسكريات والنشويات بكميات معتدلة خلال وجبتي السحور والإفطار، وتناول وجبة إفطار صحية ومتكاملة لضمان حصول الجسم على ما يحتاجه من فيتامينات وأملاح ومعادن، دون المبالغة في الأكل حتى الشعور بالتخمة، والبقاء في الأماكن الباردة خلال ساعات النهار الحارة، ومحاولة تجنب التواجد تحت أشعة الشمس أو في الأجواء الحارة قدر الإمكان، وتجنب الأعمال الشاقة وتأجيلها لما بعد الإفطار، لتجنب التعرق وللحفاظ على رطوبة الجسم، وبالتالي الوقاية من الصداع في نهار رمضان ومن العطش والجفاف.

ويؤكد استشاري أول طب الطوارئ بمؤسسة حمد الطبية على أهمية الابتعاد عن شرب المنبهات التي تحتوي على الكافيين، وتنظيم مواعيد جرعات الأدوية الطبية، خاصة لذوي الأمراض المزمنة، ومرضى الضغط المرتفع، والابتعاد عن مصادر القلق والتوتر، وتقليل أوقات التعرض للشاشات الإلكترونية.







42.5 ألف طن الاستهلاك سنوياً

50 % زيادة استهلاك التمور والمكسرات خلال رمضان



■ يوسف الخليفي



صلاح بديوي

يتزايد معدل الإقبال على التمور والمكسرات وعسل النحل خلال شهر رمضان بنسبة 50 % مقارنة بمعدلات الاستهلاك الطبيعية عدا الشهر الفضيل. ويقدر استهلاك قطر من التمور خلال شهر رمضان بما لا يقل عن 4500 طن، بمعدل ارتفاع في الاستهلاك. ويقول السيد يوسف بن خالد الخليفي: «إن العدد الكلي لأشجار النخيل يصل إلى 711 ألفا و866 شجرة وعدد المزارع التي تنشط بزراعة النخيل وإنتاج التمور 1016 وتوجد عشرات الأصناف من التمور في مزارع قطر ونسبة الاكتفاء الذاتي من التمور 80%، وتقدر أشجار النخيل بالنسبة للأراضي المزروعة 21% وتصل الكميات التي يتم إنتاجها من التمور إلى 28 ألفا و717 طنا والمساحة الكلية المزروعة بالتمور 2 مليون و599 ألف متر، ويتم استيراد ما يقرب من 6 آلاف طن من التمور».

ووفق سجلات تجارية يبلغ الاستهلاك السنوي للدولة من عسل النحل 2,5 ألف طن، تنتج منها المزارع القطرية 15% محليًا، إضافة إلى استيراد معظم أدوات ومواد ومستلزمات تربية النحل الحديثة، فيما تشير إحصاءات وزارة البلدية ومستثمرين بمجالات النحل إلى أن أعداد طوائف النحل في قطر تصل إلى 3 آلاف خلية نحل تضمها 110 مزارع، وأن أعداد المتخصصين بالنحل تتجاوز 250 نحالا.

ويقول المهندس محمد إبراهيم عطية المشرف على منحل مزرعة عدن إن الإنتاج السنوي للعسل يتحدد من خلال العديد من المعايير والمقاييس ونلتزم بالإجراءات والشروط من وزارة البلدية والبيئة، مشيرًا إلى أن المستهلك القطري بات يثق في العسل المنتج محليا ويقبل عليه بعد أن أسهمت المهرجانات التي أقامتها وزارة البلدية في التعريف بجودة المنتج المحلي من العسل، وثمة أنواع متعددة من العسل من السدر والسمر، وإن كانت الكميات المنتجة لا تكفي الطلب المحلي، حيث لا غنى عن الاستيراد الخارجي، فاليمن تحتل المرتبة الأولى في تصديرها للعسل لقطر، إضافة للعسل الإسباني والألماني وأنواع أخرى.

ويقول التاجر محمود صلاح إن الأسواق القطرية تستهلك سنويا ما يقرب من 5 آلاف طن من المكسرات بأنواعها المختلفة هذا بخلاف المكسرات المستخدمة في العديد من الصناعات وفي رمضان ثمة إقبال هائل على شراء المكسرات بكافة أنواعها نظرا لفوائدها للصائمين.

فوائد جمة للمكسرات

وينصح أخصائيو التغذية دوما بتناول المكسرات خلال رمضان وتعتبر من أشهر المأكولات والوجبات الخفيفة الصحية، التي، فهي مصدر ممتاز للألياف، والدهون الصحية، والبروتينات النباتية، ومضادات الأكسدة، والعديد من العناصر الغذائية المهمة والمفيدة الأخرى، كما أن المكسرات لذيذة الطعم ومن السهل الحصول عليها.

هنالك العديد من أنواع المكسرات مثل اللوز، والجوز، والكاجو، والبندق، والصنوبر، والفستق الحلبي التي يمكن استهلاكها محمصة أو مدخنة أو دون إضافات مكسرات نية، مشكلة من عدة أنواع أو من نوع واحد فقط، وإضافة الفواكه المجففة معها تزيد المكسرات الصحية والمكسرات النية فائدة.

ووفق خبراء التغذية: يحتوي كل 100 جرام من الفول السوداني على 567 سعرة حرارية، ويساهم في إنقاص الوزن ومنع تشكل حصى المرارة، ويحتوي اللوز على 579 سعرة حرارية ويزود الجسم بفيتامين ه وينظم مستويات السكر في الدم، ويحتوي الفستق الحلي على 560 سعرة حرارية ويعزز البكتيريا النافعة في الامعاء ويوسع الاوعية الدموية، والكاجو 553 سعرة حرارية ومن فوائده الحفاظ على صحة العظام وتعزيز صحة القلب، والجوز 654 سعرة حرارية تزويد الجسم بأحماض أوميغا-3 الدهنية: مكسرات الجوز مصدر ممتاز للأوميغا-3 الذي يملك دوراً مهماً جداً في الوقاية من أمراض القلب والحفاظ على صحة الدماغ ويعزز وظيفة الدماغ ويرفع مستويات الخصوبة عند الرجال».

ويشير الخبراء الى الزبيب ليس من أنواع المكسرات هو عنب مجفف متعدد الاستعمالات يملك نفس محتوى العنب الغذائي، إلا أن الزبيب يحتوي على تركيز أكبر من العناصر الغذائية، ولأنه يحتوي على تركيز أكبر من السكر يجب تناوله بكميات معتدلة، تتم إضافته إلى خلطات المكسرات الصحية لإضافة قيمة غذائية وألياف إليها. يحتوي 100 غرام منع على 296 سعرة حرارية ويزود الجسم بالطاقة ويقي من الامساك، ويحتوي الصنوبر على 673 سعرة حرارية ويمنع الاكسدة ويعزز صحة النظر حرارية.

ويقول الخبراء: «إن المكسرات الصحية هي المكسرات النية التي لم تتم معالجتها بالحرارة أو إضافة مواد مثل الملح والمنكهات إليها وبالتالي تحتفظ بمعظم فوائدها التي يمكن أن تخسر بعضها إذا تعرضت للحرارة. يفضل غالبية الناس المكسرات المشكلة المحمصة أو المملحة أو المدخنة على المكسرات النية بسبب طعمها القريب من الوجبات الخفيفة الأخرى ولا بأس في تناولها باعتدال ولكن الإكثار من تناولها يمكن أن يرفع من مستويات الأملاح في الدم ويؤثر على الضغط ووظائف الجسم الأخرى».

أهمية تناول العصائر في رمضان

وفيما يتعلق بالعصائر في رمضان وفقا لدراسات، ارتبط تناول كل كوب واحد (240 مليلترا) يوميا من عصير الفاكهة بزيادة في الوزن من 0,2 كيلوغرام إلى 0,3 كيلوغرام على مدى 4 سنوات. والمشروبات الغازية والعصائر المصنعة أيضا مضرة بالصحة، وهي لا تزود جسمك سوى بالسعرات الحرارية.

ويقول الدكتور مختار فاتح بي ديلي، أخصائي أمراض الأطفال في مستشفى ميديكال بارك جامعة أزمير للاقتصاد، الذي قدم -عبر وكالة الأناضول- نصائح طبية تتعلق بالعصائر والمشروبات الصديقة للصائمين في رمضان.

واستهل بي ديلي كلامه بالقول «في شهر رمضان المبارك يجب على الصائم تناول أحد المشروبات الخفيفة بداية، وعبرها تتنبه المعدة قبل تناول وجبة الإفطار الرئيسة بعد يوم طويل من الصيام».

وأضاف «تتميز بعض المشروبات بكونها تحمل فوائد صحية كثيرة للصائم، وتعوض ما خسره، وكذلك تساعد على عمل الجهاز الهضمي بشكل سليم، فيما تسبب مشروبات أخرى مشكلات في الهضم أو ترفع نسبة السكر».

شراب الحليب والتمر، وهو منقوع التمر في الماء أو الحليب أو اللبن، من المشروبات الشهية الغنية سهل المضغ قليل السكر. شراب قمر الدين (المشمش) هو عبارة عن ثمار المشمش المجففة، غني بالفيتامينات، ويعتبر مبردا ومنعشا، يفيد في تنظيم عمل الأمعاء، ومصدر للألياف. شراب الخشاف، هو عصير مصنوع من نقع مجموعة من الفواكه المجففة من «المشمش، البرقوق المجفف، التين المجفف، الزبيب، جوز الهند، والتمر».

واستطرد: «إلى جانب شراب عرق السوس، ويحضر عبر نقع جذور عرق السوس في الماء، ويعتبر من المشروبات التي تناسب مرضى قرحة المعدة، كما يساعد على تقليل أعراض حموضة المعدة، وكذلك هو فاتح للشهية؛ لكن يجب تناوله بحذر بالنسبة لمرضى ضغط الدم المرتفع. شراب التمر الهندي من المشروبات المشهورة في رمضان، ويحتوي على البوتاسيوم، وسكر العنب. شراب الكركديه من أفضل المشروبات لمتبعي الأنظمة الغذائية أو الريجيم؛ لأنه قليل السعرات الحرارية وغني بفيتامين سي، ويتم تناوله باردا أو ساخنا. شراب الخروب أو (الخرنوب) أحد أهم العصائر في رمضان، لذيذ ومنعش ومدر للبول».

وأخيرا: «مشروبات على السحور لمقاومة العطش في النهار، ومنها شاي الزنجبيل الدافئ، يساعد على الشعور بالشبع لفترات أطول، وكذلك ماء جوز الهند الطازج، والعيران (لبن)، والمشروبات العشبية الدافئة كالبابونج، اليانسون، النعناع، الشاي الأخضر».

التمور بركة في الإفطار

وحول الإفطار بالتمور قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «إذا أفطر أحدكم فليفطر على تمر فإنه بركة فإن لم يجد فالماء فإنه طهور».

وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يُفطر قبل أن يصلي على رطبات، فإن لم تكن رطبات فتميرات، فإن لم تكن تميرات حسا حسوات من الماء، ويعتبر الإفطار على التمر والماء من أهم العادات الصحية الغذائية في رمضان، إذ من المهم ترطيب الجسم وتزويده بالماء بعد ساعات الصيام الطويلة، أما التمر فيعتبر مصدراً سريعاً للطاقة للصائم. يحتوي التمر الطازج على نسب فعالة من المعادن، والألياف، والسكر، والفيتامينات، لذلك يعتبر التمر والماء الخيار الأمثل لقطع مدة الصيام والتمهيد لبدء وجبة إفطار صحية. تعرف في هذا المقال على فوائد التمر والماء للصائم، وأهمية الإفطار على التمر والماء في شهر رمضان.

ووفق موقع الطبي: «تعدد فوائد التمر والماء بشكل عام في كل الأوقات وفي رمضان بشكل خاص، ويمكن للأشخاص الأصحاء تناول من ثلاث إلى سبع تمرات يومياً للحصول على فوائد التمر ومكوناته الغذائية من الحديد، ومضادات الأكسدة، والمعادن، والألياف اللازمة لصحة الجسم والحفاظ على حركة جيدة منتظمة للأمعاء. أيضاً، يعتبر شرب كميات كافية من الماء في رمضان ما بين وجبة الإفطار ووجبة السحور أمراً مهماً للحفاظ على رطوبة الجسم والوقاية من الجفاف، وتعزيز عملية الهضم، لذا يوصى بشرب ما يقارب 8 أكواب من الماء». وعلى حسب ما جاء من بعض العلماء أن تمر الخلاصة يحتوي على ما يقارب من 25 إلى 30 سعرا حراريا، بالإضافة إلى أنه يتمتع بكثير من الفوائد الصحية والغذائية، فهو مليء بالمعادن والألياف الطبيعية التي تحارب الأمراض وبالتحديد أمراض السرطان.

وأخيراً أهمية عسل النحل

ويوفِّر عسل النحل 46 سعرةً حراريّةً في وجبةٍ من ملعقة طعامٍ واحدةٍ (15 مل) تعادل 1272 كيلوجول لكل 100 غرام. ويحتوي العسل على المعادن الطّبيعيّة والفيتامينات التي تُساعد على استقلاب الكولسترول غير المرغوب فيه والأحماض الدهنيّة، وبالتّالي منع السُّمنة وتعزيز صحةً أفضل. كما يحتوي على نسبةٍ عاليةٍ من الفيتامينات وهي B6، الثيامين، النياسين، الريبوفلافين، حمض البانتوثنيك وبعض الأحماض الأمينيّة.

تشمل المعادن الموجودة في العسل الكالسيوم والنّحاس والحديد والمغنيسيوم والمنغنيز والفوسفور والبوتاسيوم والصوديوم والزنك. كما يُعدُّ العسل من أغنى المواد الطبيعيّة بالأحماض الفينولية والفلافونويد، التي هي مصدرٌ لمضادات الأكسدة الطّبيعيّة الخالية من الدّهون والكولسترول.

آراء و آراء

■ الآراء الواردة في هذه الصفحة تعبر عن وجهة نظر الكاتب

قراءات



فايبهاف مالو
كاتب رأي
«صحيفة «تايمز أوف إنديا»
الهندية»

الوباء والحرب والاقتصاد العالمي

عندما تقع كارثة على مستوى واسع مثل جائحة فيروس كورونا المستجد «كوفيد - 19»، فإن لديها القدرة على جعل الجنس البشري يركع أمامها. هذه هي قصة الوباء التي تم الإعلان عنه كمسألة ذات اهتمام دولي في 30 يناير 2020، قبل أن يُعلن جائحة في 11 مارس 2022.

لقد استغرق الأمر وقتًا قبل أن نعرف ما كان يحدث وتأثيره الضخم في ذلك الوقت. والآن وصل العالم إلى طريق مسدود وبدأت أسواق الأسهم في الانهيار، وعلى الصعيد العالمي، بدأت أسعار الفائدة في الارتفاع.

ومع ذلك، مع اختبار مرونة الاقتصاد، والإعلان عن نمو الناتج المحلي الإجمالي في معظم البلدان باللون الأحمر، مكنتنا قوة الجماعية من الوقوف على أقدامنا وتولي دفة كوكبنا، وهتف كل فرد لسباقنا الجماعي إلى مرحلة نجونا فيها.

منذ ما يقرب من قرن من الزمان، قضت الانفلونزا الإسبانية التي استمرت من بداية عام 1918 إلى عام 1920، على نسبة أكبر من سكان العالم، بسبب الافتقار إلى الاتصال والنقل والتكنولوجيا الحيوية وكل جزء من التطور الذي حققه الجنس البشري منذ ذلك الحين.

إن عدد الوفيات الناجمة عن الإنفلونزا الإسبانية غير معروف تمامًا، لكنه يبدو أسوأ بكثير مما شهدناه مع فيروس كورونا الحديث في عصرنا. نجح هذا الوباء في القضاء على نسبة أقل من سكان العالم ويظل عدد الوفيات عند حوالي 7 ملايين شخص مع عدد كبير من الوفيات غير المبلغ عنها.

التفاؤل والجماعية والإنسانية؛ 3 ركائز قوية لموقف كهذا تقودنا إلى الانتصار على الموت. عادت الاقتصادات إلى طريقها القوي للتعافي.

في فبراير من العام الماضي، أعلنت روسيا الحرب على أوكرانيا لأسباب جيوسياسية، ومرة أخرى، نرى سببًا يدعو للقلق حيث يلوح خطر الحرب العالمية الثالثة في الأفق.

لفترة طويلة من حياتي خلال العقد ونصف العقد الماضيين، حققت سلامًا مع ما يحدث في الخارج، حيث لا يمكنني التأثير كثيرًا، لكننا جميعًا نتمنى ألا تحدث مثل هذه الأشياء.

تم إغلاق بلد يُدعى أوكرانيا منذ عام، مما أدى إلى انحراف الاهتمام العالمي عن الموضوعات المهمة المتعلقة بصحة وسعادة 8 مليارات شخص يعيشون على هذا الكوكب، والتحول إلى حمام دم حيث لا يعرف الناس ما إذا كان هناك ضوء في نهاية النفق على الإطلاق.

تتدهور أسواق الأسهم مرة أخرى، وهناك اختلال اقتصادي كبير ومشاعر الناس تسير من سيئ إلى أسوأ. ماذا لو كانت هناك بالفعل ضربة نووية؟ ماذا لو تدخل حلف «الناتو» بشكل مباشر ووقعت اشتباكات تسببت في موت الناس أو تجويعهم أو تشريدهم؟.

في النهاية، نحن جميعًا خاسرون كما هو الحال مع ارتفاع معدلات التضخم، وارتفاع أسعار الطاقة، وتقلب مؤشرات الأسهم، وبعد مرور عام، لا توجد بادرة أمل، إنها مجرد مسألة وقت قبل أن تبدأ الأسواق في الانهيار.

يمكن أن يكون ذلك مشكلة كبيرة من وجهة نظر التخلف عن سداد ديون الشركات وأزمة السيولة التي يمكن أن تلي ذلك.

يمكن أن يحدث هذا في جميع أنحاء العالم، ويجب ملاحظة أنه لا يوجد جرس إنذار لإيقاظ أي شخص من هذا، إذا انتقل من سيئ إلى أسوأ.

ترجمة - «لوسيل»

قضية



مارك جوفي
كاتب رأي
«صحيفة «وول ستريت جورنال» الأمريكية»

الاقتصاد العالمي يبلي بلاء حسنا

يُظهر الاقتصاد العالمي نشاطا ملحوظا، حيث تشير استطلاعات الأعمال هذا الأسبوع إلى انتعاش واسع النطاق في النمو على الرغم من ارتفاع تكاليف الاقتراض وارتفاع أسعار الطاقة والغذاء، في إشارة إلى أن البنوك المركزية قد تحتاج إلى وقت أطول مما كان متوقعًا للسيطرة على التضخم.

أظهرت البيانات الواردة من الولايات المتحدة والصين وأوروبا حيوية مفاجئة في اقتصادات هذه المناطق منذ بداية عام 2023، مما أدى إلى إرباك توقعات البنك الدولي والخبراء الاقتصاديين الآخرين بأن الاقتصاد العالمي كان مهيأ لواحد من أضعف سنواته في العقود الأخيرة.

في حين أن هذا أمر واعد بالنسبة للحكومات، إلا أن هذه المرونة قد تقنع محافظي البنوك المركزية بأنهم بحاجة إلى رفع أسعار الفائدة الرئيسية أكثر مما كان متوقعا لتهدئة الأسعار - مما يؤدي بشكل فعال إلى ضخ المزيد من الماء البارد على اقتصاد لا يزال يسير في حالة سخونة شديدة.

وقد يُترجم هذا إلى تباطؤ في النمو في وقت لاحق من العام وحتى عام 2024، والذي كان يُنظر إليه على أنه عام انتعاش.

المؤشر الرئيسي للبنوك المركزية هو سوق العمل، الذي لا يزال ضيقًا في أجزاء كثيرة من العالم.

كان صانعو السياسات يدققون في بيانات سوق العمل بحثًا عن تلميحات عن ارتفاع معدلات البطالة، أو انخفاض ساعات العمل، أو تباطؤ زيادات الأجور - وكل ذلك يمكن أن يساعد في تهدئة الطلب وتخفيف ضغط الأسعار المتصاعد، لكنه يظل بعيد المنال.

واستشهد هنا بـ مادهافي بوكيل، الخبير الاقتصادي في وكالة موديز إنفيستورز سيرفيس والذي قال: لقد رأينا البنوك المركزية ترفع أسعار الفائدة.

وأضاف: «نأمل في أنه ومع زيادة قليلة في الأسعار سيكون ذلك كافياً. إذا لم يكن الأمر كذلك، فيمكننا أن نراهم يرفعون أسعار الفائدة بشكل أكبر «.

جاءت أحدث الدلائل على أن النمو كان أقوى مما كان متوقعًا في مطلع العام في استطلاعات الرأي الأخيرة للمصانع حول العالم من مؤسسة «إس أند بي جلوبال» في فبراير الماضي، والتي أظهرت أول زيادة في إنتاج التصنيع العالمي في سبعة أشهر، مدعومًا بقفزة في الصين بعد أن رفعت السلطات قيودًا صارمة على كوفيد-19.

تشير استطلاعات الرأي المماثلة لمقدمي الخدمات في جميع أنحاء العالم إلى تسارع النمو، بما في ذلك في الصين وأوروبا.

وقد أثبتت معدلات التضخم أيضًا أنها أكثر ثباتًا مما كان متوقعًا.

في الولايات المتحدة، استقر التضخم، وزاد إنفاق ودخل الأمريكيين في يناير، وفقًا لوزارة التجارة. وقد ارتفع مقياس التضخم المفضل لمجلس الاحتياطي الفيدرالي - مؤشر أسعار نفقات الاستهلاك الشخصي - بنسبة 5,4% في يناير عن العام السابق، في حين قفز إنفاق المستهلكين الأمريكيين بنسبة 1,8% معدلة موسمياً في يناير من ديسمبر، وهي أكبر زيادة في ما يقرب من عامين.

نمت الأجور والرواتب بنسبة 0,9% في يناير، أي أكثر من ضعف سرعة الشهر السابق.

كما بدأت أوروبا هذا العام بانفجار في الطاقة، ويبدو من غير المرجح أن تنزلق إلى الركود المتوقع من قبل الكثيرين عندما ارتفعت أسعار الطاقة في الأشهر التي أعقبت الغزو الروسي لأوكرانيا.

وقد أظهرت البيانات الصادرة مؤخرا أن المعدل الأساسي للتضخم - الذي يستثني النفط والغذاء - وصل إلى مستوى قياسي في فبراير. وقد ساعد انتعاش الصين في تعزيز إنتاج المصانع في أجزاء أخرى من آسيا.

لكن الخبراء الاقتصاديين يتوخون الحذر، ويرجع ذلك جزئيًا إلى عدم اليقين بشأن مدى - ومتى - إعادة فتح الصين في صالح بقية المنطقة.

وفقًا لـ ترينه نجوين، كبيرة الخبراء الاقتصاديين في شركة «ناتيكسيس» Natixis في هونج كونج، فإن التخلص من القيود الصارمة على انتشار الوباء في الصين سيفيد الاستهلاك في الغالب، ومن المحتمل أن يكون ذلك بمثابة نعمة لدول مثل تايلاند التي تحظى بشعبية بين السياح الصينيين.

ومع ذلك، لا تزال الرحلات الجوية الصادرة من الصين محدودة ومن المحتمل ألا يكون التأثير الإيجابي للإنفاق بين السياح الصينيين واضحًا حتى النصف الثاني من هذا العام.

وقالت نجوين: «انتعاش الصين مفيد لنفسها ولقطاعات معينة، لكنه ليس جيدًا للجميع في بقية المنطقة».

هناك أيضًا شكوك حول مدى مرونة النمو في الولايات المتحدة وأوروبا. فقد ارتفعت أسعار الفائدة بالفعل بشكل حاد للغاية وفقًا لمعايير العقود الأخيرة، وقد يستغرق الأمر وقتًا حتى يظهر التأثير الكامل.

ترجمة - «لوسيل»

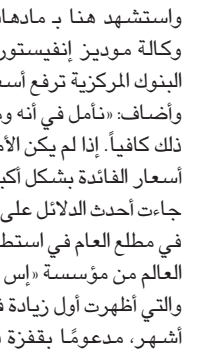
لوسيل
صحيفة القيادة والريادة
مكتب رئيس التحرير
44627575
سكرتير التحرير
44627565
الوحدة الفنية
44627562
إدارة الإعلانات
44627580
44557847
للاشتراك والتوزيع
تليفون وواتس
66766718
للتواصل
E-mail: lusail@lusailnews.qa
www.lusailnews.net
فاكس
44627576

أقـــوال

"لا تفكر في الربح، ولكن من الأفضل أن تصب أولوياتك نحو المحافظة على حسابك من الخسارة"

بول تودور جونز

تحليل



هوايو وانج
كاتب رأي
«موقع «إيست إيجا فورام»»

الصين وتوسيع مبادرة الحزام والطريق

في نهاية 2022، وقعت 150 دولة و32 منظمة دولية أكثر من 200 وثيقة تعاون تتعلق بمشاريع البنية التحتية المشتركة مع الصين في إطار مبادرة الحزام والطريق «بي آر آي».

وقد أشار تقرير عام 2022 من قبل المؤتمر الوطني العشرين للحزب الشيوعي الصيني، إلى أن الصين يجب أن تعزز الانفتاح على العالم والتنمية.

يمكن أن يساعد ترسيخ مبادرة الحزام والطريق في إطار متعدد الأطراف الصين على تحقيق هذه الأهداف. وتعد مبادرة الحزام والطريق خطة طموحة من جانب الصين لبناء بنية تحتية عالمية مع ربط نفسها بالشركاء التجاريين.

ومنذ إطلاقها، كانت هناك ردود أفعال متنوعة عليها من المجتمع الدولي. ورحبت بعض الدول بفرصة تشكيل طرق تجارية جديدة، بينما وصفتها دول أخرى - ولا سيما الولايات المتحدة - بأنها علامة على جهود الصين لقلب النظام العالمي.

كما ظهرت شكوك بشأن المبادرة، وتحديدا فيما يتعلق بالقضايا المتعلقة بالبيئة ومعايير العمل والشفافية والمشتريات الحكومية والمسؤولية الاجتماعية.

وقد بُنيت مبادرة الحزام والطريق إلى حد كبير حول العلاقات الثنائية بين الصين والدول الأخرى. تعد مذكرات التفاهم الثنائية والبيانات المشتركة الداعمة للمبادرة هي الأشكال الرئيسية لاتفاقيات التعاون التي ترتكز عليها مبادرة الحزام والطريق. ومع ذلك، فإن الشروط القانونية في هذه الاتفاقيات ضعيفة نسبيًا. عادة ما تكون فترات الصلاحية المنصوص عليها في مذكرات التفاهم قصيرة ويمكن للموقعين الانسحاب في أي وقت. وإلى حد ما، أصبحت مذكرات التفاهم طريقة محتملة غير مستقرة بالنسبة للصين لتقنين التعاون مع الدول الأخرى. ويبدو أنها مبادرات سياسية أكثر من كونها التزامات حقيقية بالتعاون الاقتصادي والتجاري. ويمكن أن يؤدي التطوير متعدد الأطراف لمبادرة الحزام والطريق إلى زيادة انتشارها العالمي وتمكين المبادرة من لعب دور أكبر كمنصة جديدة للحوكمة العالمية. وأطلقت الصين آلية تعاون متعددة المستويات ومتنوعة لمبادرة الحزام والطريق ودعت الدول إلى المشاركة وضمان تنميتها متعددة الأطراف. سيكون من الصعب للغاية جذب الدعم من بعض اللاعبين الدوليين الرئيسيين لتعزيز وصول مبادرة الحزام والطريق. فالولايات المتحدة وبعض حلفائها الذين يشككون في دبلوماسية «فخ الديون» الصينية سوف يقوضون الفرص المتاحة للصين لتوسيع قوتها الاقتصادية والاستراتيجية والجيوسياسية. ومع ذلك، هناك طرق يمكن للصين من خلالها بناء الثقة وربما تأمين المزيد من التعاون متعدد الأطراف:

أولاً، يمكن إنشاء هياكل دولية ومتعددة الأطراف لصنع القرار لتقوية مبادرة الحزام والطريق وإدارة كيفية توفير البنية التحتية. وإذا تم عرض مسؤولية حقيقية على العديد من الدول وقبولها فيما يعتبر مبادرة صينية، فقد يشمل ذلك إنشاء لجنة توجيهية دولية لمبادرة الحزام والطريق.

يمكن مواءمة اللجنة التوجيهية لمبادرة الحزام والطريق مع المؤسسات المتعددة الأطراف القائمة للحوكمة العالمية والإقليمية مثل مجموعة العشرين ومنتدى التعاون الاقتصادي لآسيا والمحيط الهادئ.

ستعزز الاتفاقات والخطط والآليات والمشاريع المنفذة بشكل مشترك التنمية التسلسلية في مراحل مختلفة من مشاريع الحزام والطريق.

ثانيًا، يمكن لمبادرة الحزام والطريق جذب المنظمات الدولية التابعة لمنظمة الأمم المتحدة للتواصل والمشاركة في مشاريع الحزام والطريق. ويمكن للمبادرة أن تشجع الأمم المتحدة على إنشاء وكالة تعاون لمبادرة الحزام والطريق، مما يتيح المجال كاملاً لتعزيز التأثير العالمي للأمم المتحدة.

ثالثًا، يمكن للصين إشراك المزيد من الدول المتقدمة في تعاون سوق الطرف الثالث لمبادرة الحزام والطريق وتعزيز تعاونها مع الولايات المتحدة وأوروبا في خطط إنشاء البنية التحتية. وقعت الصين اتفاقيات تعاون مع فرنسا واليابان في دول ثالثة ويمكن توسيع هذه الاتفاقيات لتشمل دولًا متقدمة أخرى. وتؤكد اتفاقيات التعاون في السوق مع الأطراف الثالثة على أوجه التكامل.

وتشمل أوجه التكامل هذه القدرة الإنتاجية عالية المستوى في الصين، والتكنولوجيا المتقدمة للبلدان المتقدمة واحتياجات البنية التحتية للبلدان النامية. وسيوفر الجمع بينهما نموذجًا جديدًا للبناء المشترك عالي الجودة لمشاريع مبادرة الحزام والطريق ووسيلة فعالة لتعزيز التعددية.

رابعا، يمكن للصين تحديث البنك الآسيوي للاستثمار في البنية التحتية وتشجيع التعاون بين بنوك التنمية الدولية ومبادرة الحزام والطريق.

إن تحسين وتجديد البنية التحتية التقليدية في البلدان النامية، وبناء البنية التحتية الرقمية وتمكين التحول الأخضر لتحقيق الحياد الكربوني يوفر مجالات تعاون محتملة. ويمكن للإنفاق على البنية التحتية أن يحفز الطلب على الاستثمار ويعزز فرص العمل، على الرغم من وجود فجوات في التمويل.

ترجمة – سمر عبد الرحمن

ضاعف نقاطك على مشترياتك من السوبرماركت.

تسوّق ببطاقة ماستركارد الائتمانية الخاصة بك من أي سوبرماركت واحصل على ضعف نقاط أبشر في رمضان.

- الحد الأدنى للعملية الشرائية: 1,000 ريال
- الحد الأقصى للنقاط: 25,000 نقطة لكل عميل

يسري العرض من 21 مارس حتى 20 أبريل.

تطبّق الشروط والأحكام.

رمضان كريم





وزارة التجارة والصناعة
Ministry of Commerce and Industry
تسوّق بثقة
لتقديم الشكاوى والاقتراحات
16001
رقم الترخيص ١٨٢٤/٢٠٢٣

لمزيد من التفاصيل:
www.qib.com.qa/ar-ramadanoffer

QIB المصرف



كوريا الشمالية تؤكّد اختبار غواصة قادرة على شن هجوم نووي

سيول – أ ف ب:

أكّدت كوريا الشمالية أمس أنها اختبرت هذا الأسبوع غواصة قادرة على شن هجوم نووي يمكنه «التسبب بتسونامي إشعاعي واسع النطاق» عبر انفجار تحت المياه، فيما ألقت باللوم في تدهور الأمن الإقليمي على التدريبات العسكرية المشتركة للولايات المتحدة وكوريا الجنوبية. وذكرت وكالة الأنباء الرسمية الكورية الشمالية أمس أن الجيش الكوري الشمالي نشر واختبر خلال تدريبات استمرت من الثلاثاء إلى الخميس قبالة مقاطعة هامغيونغ الجنوبية منظومة أسلحة جديدة مهمتها «التسبب بتسونامي إشعاعي واسع النطاق» عبر انفجار تحت المياه لتدمير سفن وموانئ معادية.

وأشارت إلى أن هذه الغواصة «يمكن نشرها على أي ساحل أو ميناء وسحبها بواسطة سفينة سطحية». وأوضحت الوكالة أن «السلاح السري» وُضِع الثلاثاء في المياه قبالة مقاطعة هامغيونغ الجنوبية وفَجّر الخميس رأسا حربيا تجريبيا. وقد «وجّه» الزعيم الكوري الشمالي كيم جونغ أون هذه التدريبات وقال إنها يجب أن تكون بمثابة تحذير للولايات المتحدة وكوريا الجنوبية من أجل «إدراك القدرة غير المحدودة لجمهورية كوريا الديموقراطية الشعبية على الردع...»، مستخدما الاسم الرسمي لكوريا الشمالية.

وقالت الوكالة إن كيم «أعرب عن رغبته في جعل الإمبرياليين الأميركيين والنظام الدمية في كوريا الجنوبية يغرقون في اليأس». وأطلقت كوريا الشمالية صواريخ كروز عدة الأربعاء حسب الجيش الكوري الجنوبي الذي يجري حاليا تدريبات مشتركة واسعة النطاق مع الولايات المتحدة. ومع ذلك، شكك المحلّلون في تأكيدات كوريا الشمالية. وقال البروفسور ليف-إيريك إيزلي من جامعة إيوا في سيول، إن فكرة امتلاك بيونغ يانغ «مسيّرة قادرة على حمل أسلحة نووية يجب أن تقابل بالتشكيك».

وأضاف «تأكيدات بيونغ يانغ بشأن منظومة أسلحة جديدة أمر مختلف عن إثبات موثوق لقدراتها». وفي تغريدة، لم يستبعد المحلل الأميركي أنكيت باندا أن يكون الاختبار «محاولة خداع/عملية نفسية». لكن رغم كل شيء، فإن هذه التأكيدات «صادمة» كما صرّح شيونغ سيونغ-تشانغ من معهد سيجونغ لوكالة فرانس برس. وإذا كان ذلك صحيحا، سيكون من الصعب معرفة كيف سترد سيول «على مثل هذا السلاح الجديد لكوريا الشمالية الذي (كما تقول) يمكنه تدمير الموانئ الرئيسية العاملة في الجنوب تماما».

وقد تكون روسيا أيضا طوّرت سلاحا مشابها -- طوربيدات بوسايدون ذات القدرات النووية -- لكن إتقان التكنولوجيا المعقدة المطلوبة لهذه الأسلحة، ما زال بعيدا عن متناول كوريا الشمالية، وفق محلّلين. وقال أستاذ الدراسات العسكرية في جامعة سانجي تشوي غي-إيل لوكالة فرانس برس «بالنسبة إلى الغواصة التي لا يمكن رصدها، تتطلب تكنولوجيا متقدمة مثل مستشعرات التحكم ورادارا». بعد عام شهد عددا قياسيا من تجارب الأسلحة والتهديدات النووية المتزايدة من بيونغ يانغ، عزّزت سيول وواشنطن التعاون الدفاعي وأجرتا أكبر مناورات عسكرية مشتركة في خمس سنوات من 13 إلى 23 مارس 2023.

وتعتبر كوريا الشمالية هذه المناورات بمثابة تدريبات على غزو لأراضيها وحذرت مرارا من أنها ستتخذ إجراءات «ساحقة» ردا على ذلك. ووصفت وكالة الأنباء الكورية الشمالية الجمعة المناورات المشتركة بين الولايات المتحدة وكوريا الجنوبية والتي أطلق عليها «فريدوم شيلد» (درع الحرية) بأنها مناورة تهدف إلى «احتلال» كوريا الشمالية. وذكرت الوكالة أن تدريبات «الهجوم النووي تحت المياه» التي أجرتها بيونغ يانغ كانت «بهدف تحذير العدو من أزمة نووية حقيقية». وأشار كيم جونغ أون أيضا إلى أن القدرات النووية لكوريا الشمالية «تتعزز بوتيرة أسرع» وفقا لوكالة الأنباء.

في العام 2022، قالت كوريا الشمالية إن وضعها كقوة نووية «لا رجعة فيه» وأجرت عددا قياسيا من التجارب البالستية، في انتهاكٍ لقرارات الأمم المتحدة. ودعا الزعيم الكوري الشمالي أخيرا إلى زيادة هائلة في إنتاج البلاد من الأسلحة، بما في ذلك أسلحة نووية تكتيكية.

من جهتها، أكدت واشنطن مرارا التزامها «الثابت» الدفاع عن كوريا الجنوبية، عبر استخدام «النطاق الكامل لقدراتها العسكرية، بما في ذلك النووية» وسعت أخيرا إلى طمأنة سيول بشأن قدراتها الرادعة الموسّعة مع حلفائها. ويأتي ذلك فيما تسعى كوريا الجنوبية إلى طمأنة الرأي العام القلق إلى حدّ ما بشأن الالتزامات الأميركية في ما يتعلّق بما يُسمّى الردع الموسّع الذي يمكن أن يمنع الهجمات ضدّ الحلفاء، بفضل الوسائل العسكرية الأميركية بما في ذلك الأسلحة النووية.

في إطار سعيه لتجديد العلاقات مع الحلفاء

لولا يتوّجه إلى الصين الأسبوع المقبل

برازيليا – أ ف ب:

يلتقي الرئيس البرازيلي اليساري لويس إيناسيو لولا دا سيلفا الرئيس الصيني شي جينبينغ الأسبوع المقبل في بكين آملا في تعزيز التجارة ومناقشة الوساطة الدولية لتسوية النزاع في أوكرانيا واستعادة دور بلاده في الجيوسياسة العالمية. وكان من المقرر بالأساس أن يغادر لولا (77 عاما) السبت غير أن الزيارة أرجئت إلى الأحد بسبب إصابته بـ«التهاب رئوي طفيف» على ما أعلنت الرئاسة البرازيلية صباح أمس.

وبعد فترة من العزلة تحت حكم سلفه اليميني المتطرف جايير بولسونارو، يحاول لولا بلا هوادة تجديد العلاقات مع الحلفاء. وفي ثلاثة أشهر من توليه منصبه، زار لولا الأرجنتين والولايات المتحدة، فيما تعد الرحلة التي تستغرق ستة أيام إلى الصين، أكبر شريك تجاري للبرازيل، مفتاحا لطموحاته. وأوضح إيفاندرو مينيزيس دي كارفالو الخبير في الشؤون الصينية في مؤسسة جيتوليو فارغاس لوكالة فرانس برس أن زيارة لولا التي تستمر حتى 31 مارس «هي إشارة واضحة جدا على رغبته في حوار ثنائي رفيع المستوى وتعميق هذه العلاقة».

ويقول محلّلون إن آمال الصين كبيرة أيضا، فيما يرى المسؤولون في بكين أن البرازيل هي ركيزة أساسية في خططهم الاستراتيجية والاقتصادية. وستكون أوكرانيا موضوعا رئيسيا على جدول أعمال الزيارة التي تبدأ رسميا الثلاثاء، في حين يأمل لولا في الترويج لاقتراحه بالتوسط في محادثات لإنهاء الغزو الروسي. وكان الرئيس الصيني أجرى محادثات مع نظيره الروسي فلاديمير بوتين في موسكو في وقت سابق من هذا الأسبوع حيث قدم نفسه أيضا كوسيط يسعى إلى السلام، إلا أنه لم يحقق أي اختراق واضح.

وانتقد حلفاء أوكرانيا الغربيون مقترح شي ووصفوه بأنه دعم ضمني لغزو موسكو. لكن لولا يعتبر الصين «حليفا مهما» لمبادرته الخاصة المتمثلة في إنشاء مجموعة من الدول تسعى إلى اتفاق سلام تفاوضي، على ما أوضحت الحكومة في برازيليا في بيان. ويعتزم لولا الذي ترأس البلاد مرتين قبل أن ينتخب لولاية ثالثة أواخر العام الماضي، تقديم البرازيل كوسيط، كما فعل أثناء ولايته الثانية خلال المناقشات النووية بين إيران والولايات المتحدة.

لكن رغم ذلك، تلقّت صورته الدبلوماسية ضربة العام الماضي بعد تعرّضه لانتقادات بسبب تصريحاته بأن الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي «مسؤول» عن الحرب بقدر بوتين.

كما أنه رفض الانضمام إلى الدول الغربية في إرسال أسلحة إلى أوكرانيا لمساعدتها في الدفاع عن نفسها.

وستكون التجارة أيضا على رأس جدول الأعمال في بكين، فيما سترافق لولا إلى الصين مجموعة كبيرة من رجال الأعمال والوزراء. وكان بولسونارو زار الصين أيضا، لكن علاقة البلدين توتّرت بعد انضمامه إلى الرئيس الأميركي وقتها دونالد ترامب في إلقاء المسؤولية على بكين في تفشي جائحة كوفيد-19. لكن ذلك لم يؤثر على الصفقات التجارية، مع تجاوز التبادلات التجارية العام الماضي 150 مليار دولار. وبالإضافة إلى ذلك، تلقّت البرازيل دفعا الخميس مع قرار الصين رفع تعليق استمر شهرا لواردات لحوم الأبقار البرازيلية بعد تأكيد حالة «معزولة» لمرض جنون البقر في فبراير.

وقال مينيزيس إن البلاد تريد تعزيز «التجارة والتركيز على تنويع المنتجات... لكن أيضا تريد جلب استثمارات صينية وتحقيق تقدّم في مشاريع محتملة أخرى».

الأمم المتحدة تتّهم أوكرانيا وروسيا بإعدام أسرى حرب

اتّهمت الأمم المتحدة الجمعة القوات الأوكرانية والروسية بتنفيذ عشرات الإعدامات خارج نطاق القضاء لأسرى حرب خلال الغزو الروسي لأوكرانيا. وأعربت رئيسة بعثة الأمم المتحدة لمراقبة حقوق الإنسان في أوكرانيا ماتيلدا بوغنر عن «قلق كبير» حيال إعدام «25 أسير حرب روسيا» على أيدي القوات المسلحة الأوكرانية وكذلك «إعدام 15 أسير حرب أوكرانيا» بأيدي الروس.

وأكدت بوغنر أن الامم المتحدة وثقت عمليات إعدام الروس هذه التي نفذتها القوات الأوكرانية «في غالب الأحيان... مباشرة بعد أسرهم في ساحة المعركة». وأضافت أن الأمم المتحدة على علم بخمسة تحقيقات تجريها كييف وتتعلق بـ22 ضحية لكن «لم نتبلغ بأي ملاحقة في حق مرتكبي» هذه الجرائم.

أما بالنسبة لإعدام القوات المسلحة الروسية 15 أسير حرب أوكرانيا «بعيد القبض عليهم»، قالت المسؤولة إن 11 من هذه العمليات نفذتها مجموعة فاغنر المسلحة الروسية. وتتبادل أوكرانيا وروسيا الاتهامات منذ بدء الغزو الروسي لأوكرانيا في فبراير 2022 بسوء معاملة الأسرى، ما يشكل جرائم حرب. ومجموعة فاغنر في الخطوط الأمامية للمعركة من أجل السيطرة على مدينة باخموت، مركز المعارك في شرق أوكرانيا. وفي مطلع مارس انتشر فيديو يظهر على ما يبدو إعدام أسير حرب أوكراني بأيدي جنود روس، مثيرا صدمة في أوكرانيا. وفي نوفمبر، استنكر الكرملين مقطعي فيديو يظهران على ما يبدو إعدام نحو عشرة عسكريين روس بعد استسلامهم للقوات الأوكرانية.

قوات الاحتلال الإسرائيلي تقتحم المسجد الأقصى

اقتحمت قوات الاحتلال الإسرائيلي، أمس الجمعة، باحات المسجد الأقصى المبارك، وأزالت يافطات تدعو إلى نصرته. وأفادت وكالة الأنباء الفلسطينية بأن قوات الاحتلال اقتحمت باحات المسجد، ونصبت سلالم حديدية، وأزالت يافطات تدعو إلى نصرة المسجد الأقصى وتحث على شد الرحال إليه خلال شهر رمضان المبارك. وذكرت مصادر محلية أن مجموعة من الشبان رددوا الهتافات في باحات المسجد احتجاجا على اقتحام قوات الاحتلال وإزالتها لليافطات.

من جهة أخرى، أصيب عدد من الفلسطينيين بالاختناق أمس خلال مواجهات مع قوات الاحتلال الإسرائيلي في قرية بيت دجن شرقي نابلس، وبلدة بيتا جنوبا بالضفة الغربية. وقال أحمد جبريل مدير الإسعاف والطوارئ في الهلال الأحمر بنابلس إن خمسة فلسطينيين أصيبوا بالاختناق نتيجة استنشاقهم الغاز السام المسيل للدموع، إثر قمع الاحتلال المسيرة الأسبوعية المناهضة للاستيطان، في /بيت دجن/.

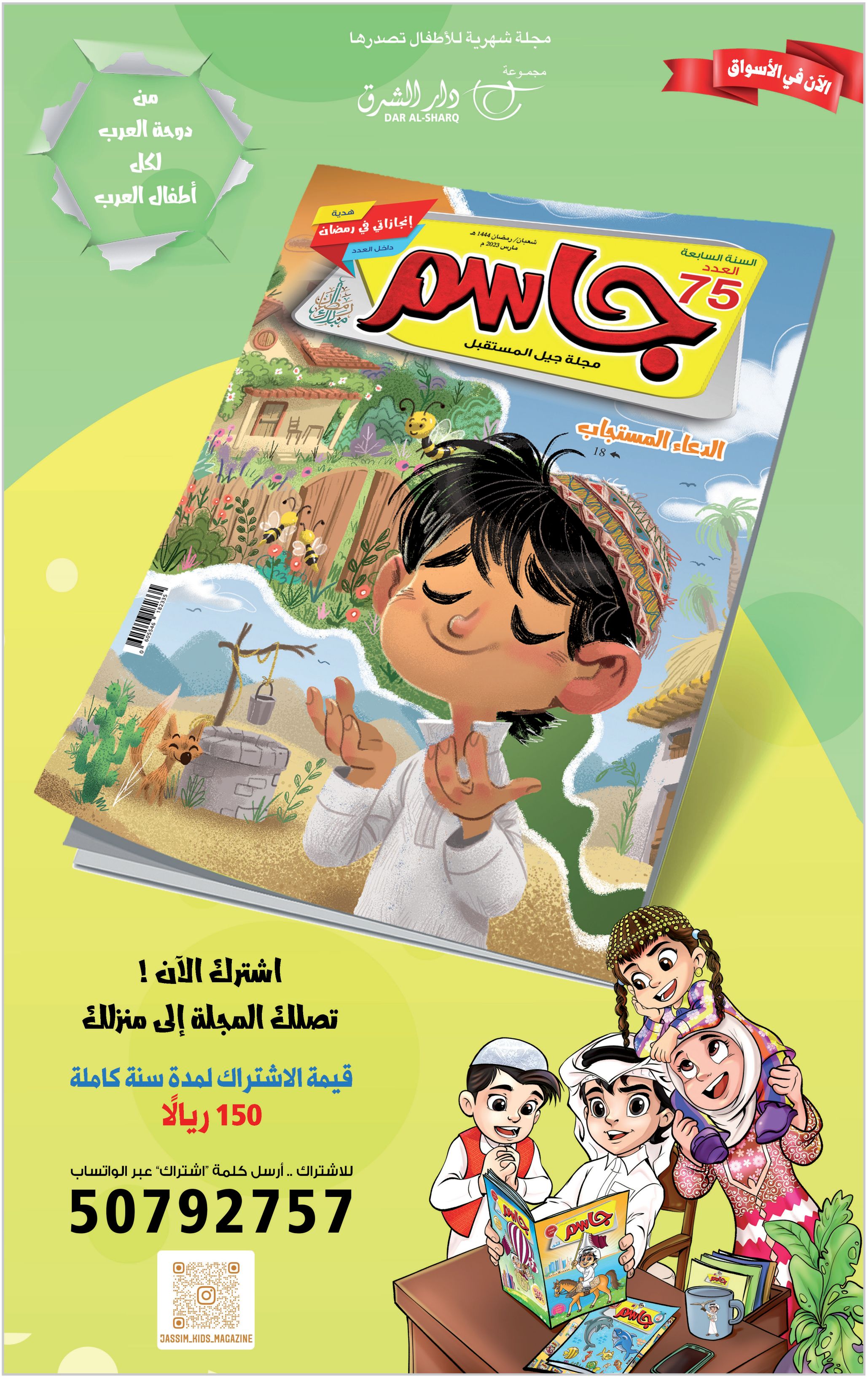
وأضاف أن خمسة آخرين أصيبوا أيضا بالاختناق خلال المواجهات التي اندلعت في /بيتا/، وقد جرى علاجهم جميعا ميدانيا. في سياق آخر، أدى نحو 100 ألف صلاة الجمعة الأولى من شهر رمضان المبارك في المسجد الأقصى، حيث توافد الآلاف من القدس، وأراضي الـ48، ومن مختلف محافظات الضفة الغربية، لأداء صلاة الجمعة في رحاب المسجد الأقصى، رغم التشديدات التي فرضتها قوات الاحتلال الإسرائيلي.

تضاعف عدد القتلى في مالي العام الماضي

أورد تقرير للأمم المتحدة أن عدد القتلى في مالي ارتفع العام 2022 إلى أكثر من الضعف مقارنة بالعام 2021، فيما نُسبت 35 في المائة من انتهاكات حقوق الإنسان الى قوات الدفاع والأمن. وقالت بعثة الأمم المتحدة في مالي في تقريرها الفصلي عن انتهاكات حقوق الإنسان بين اكتوبر وديسمبر 2022 إنه قُتل 1277 شخصا في العام 2022 في أعمال عنف منسوبة إلى جهات مختلفة مقارنة بـ584 شخصا في العام 2021. ويمثل هذا زيادة بنسبة 118 %.

وأضافت «في شكل عام، تأثر 2001 شخص باعمال العنف في 2022 (1277 قتيلا و372 مخطوفا أو مفقودا و352 جريحا)». وتابع المصدر نفسه أن المجموعات الجهادية هي المسؤولة خصوصا عن أعمال العنف، اذ نسبت اليها 56 في المئة من الانتهاكات. بعد انقلابين في 2020 و2021، دفع العسكريون الحاكمون في مالي العام 2022 الى خروج شركائهم الفرنسيين والتفتوا الى روسيا. وفي حين تحدث هؤلاء عن مجرد «مدربين» روس، اشارت الامم المتحدة والدول الغربية ومنظمات حقوقية الى مرتزقة ينتمون الى مجموعة فاغنر ارتكبوا تجاوزات عدة.

وتابع التقرير الأممي «بالنسبة الى قوات الدفاع والامن، نسب 694 انتهاكا لحقوق الإنسان، أي 35 في المئة من مجموع الانتهاكات، الى عناصرها، ترافقهم أحيانا طواقم عسكرية اجنبية». ولا تشمل هذه الارقام انتهاكات ارتكبت في مورا بين 27 و31 مارس 2022، حيث أعدمت القوات المسلحة المالية مع عسكريين يشتبه بانتمائهم الى مجموعة فاغنر مئات الاشخاص، بحسب خبراء الأمم المتحدة. ومع وصول العسكريين الى الحكم في مالي قبل عامين، تصاعد التوتر مع قسم حقوق الإنسان في بعثة المنظمة الأممية. ويعمل العسكريون على إعاقة تحقيقات البعثة الأممية حول حقوق الإنسان والتجاوزات التي تتهم القوات المالية بارتكابها. وفي فبراير، طردت السلطات في باماكو رئيس قسم حقوق الإنسان في بعثة الأمم المتحدة.


مجلة شهرية للأطفال تصدرها
مجموعة
دار الشرق
DAR AL-SHARQ
الآن في الأسواق
من
دوحة العرب
لكل
أطفال العرب
هدية
إنجازاتي في رمضان
داخل العدد
جاسم
السنة السابعة
العدد
75
شعبان/ رمضان 1444 هـ
مارس 2023 م
مجلة جيل المستقبل
رمضان مبارك
الدعاء المستجاب
18
اشترك الآن !
تصلك المجلة إلى منزلك
قيمة الاشتراك لمدة سنة كاملة
150 ريالًا
للاشتراك .. أرسل كلمة "اشتراك" عبر الواتساب
50792757
JASSIM_KIDS_MAGAZINE

في الجولة الثانية من البطولة الدولية الودية تحت ٢٣ عاما

العنابي يواجه المنتخب التايلاندي مساء اليوم

الدوحة – قنا

يبحث المنتخب الأولمبي القطري اليوم عن تعويض انطلاقته المتعثرة في البطولة الدولية الودية للمنتخبات الآسيوية تحت 23 عاما التي تستضيفها الدوحة حتى 28 مارس الجاري بمشاركة 10 منتخبات،عندما يواجه نظيره التايلاندي عند الساعة العاشرة مساء على استاد عبدالله بن خليفة ضمن الجولة الثانية.

وخسر المنتخب القطري المواجهة الافتتاحية أمام نظيره الإماراتي بهدف نظيف في مواجهة تكشفت من خلالها رؤية أولية للمدرب البرتغالي برونو ميغيل بينيرو الساعي للوقوف على مستوى بعض اللاعبين ومنح الفرصة للبعض الآخر المنضم حديثا من منتخب الشباب بغية الاستعداد الأمثل للمرحلة القادمة والتي تتمثل في خوض النهائيات القارية المزمع انطلاقتها مطلع العام المقبل في الدوحة.

وحاول المنتخب القطري خلال مباراة المنتخب الإماراتي إيجاد الحلول رغم الاستحواذ الكبير على الكرة، بيد أن غياب الفعالية الهجومية حرمته من هز الشباك، وارتفع نسق المباراة في الشوط الثاني مع تحسن أداء المنتخب القطري في ظل نجاعته في خط الوسط، إلى جانب بعض التغييرات التي أجراها المدرب البرتغالي في الخطوط الأمامية وتمكن من تهديد مرمى المنافس



في أكثر من مناسبة بواسطة عبد الله اليزيدي و محمد خالد، ولجأ البرتغالي برونو لإشراك بعض اللاعبين البدلاء في منتصف الشوط الثاني لمنحهم الفرصة وتجريب أكبر عدد من اللاعبين وهو ما سيبحث عنه المدرب في لقاء اليوم.

وينظر مدرب المنتخب القطري بأهمية كبيرة للمواجهة أمام المنتخب التايلاندي الذي أظهر مستوى مميزا خلال مواجهته أمام المنتخب السعودي /بطل القارة/ وتمكن من فرض التعادل عليه في الدقائق الأخيرة.

وفي بقية مواجهات الجولة الثانية اليوم يلعب المنتخب الإماراتي مع منتخب فيتنام في الثامنة والنصف مساء على استاد حمد بن خليفة، ويلتقي في التوقيت نفسه المنتخب العراقي مع نظيره الكوري الجنوبي على استاد سحيم بن حمد، ويواجه المنتخب العماني نظيره منتخب قيرغيزستان عند الساعة الحادية عشرة، فيما يلعب في التوقيت نفسه المنتخب السعودي مع نظيره الكويتي على استاد سحيم بن حمد.

وتقام البطولة على ثلاث جولات، حيث شهدت الجولة الأولى 5 مباريات ومثلها في الجولة الثانية، وبناء على نتائج الجولتين الأولى والثانية ستتحدد المراكز من الأول إلى العاشر، ومن ثم تسمية لقاءات الجولة الثالثة والأخيرة لتحديد المراكز النهائية. وشهدت الجولة الأولى تعادل المنتخب السعودي أمام نظيره التايلاندي بهدفين لكل منهما، وتغلب المنتخب الكوري الجنوبي على نظيره العماني بثلاثية نظيفة، وحقق المنتخب العراقي انتصارا عريضا على نظيره الفيتنامي بثلاثية نظيفة،كما تغلب المنتخب الكويتي على منتخب قيرغيزستان بهدف نظيف.

يشار إلى أن البطولة تأتي ضمن استعدادات المنتخبات لخوض منافسات النسخة السادسة من نهائيات كأس آسيا تحت 23 سنة والمؤهلة إلى أولمبياد باريس 2024 والتي ستقام في الدوحة مطلع العام المقبل.

اليوم.. انطلاق بطولة الوجبة الرمضانية لكرة القدم

الدوحة – لوسيل

تنطلق مساء اليوم (الثالث من رمضان) منافسات النسخة الحادية والعشرين من بطولة الوجبة الرمضانية لكرة القدم بإقامة مباراتين لحساب المجموعة الأولى حيث يلتقي في الأولى عند الساعة الثامنة والنصف فريق الوجبة مع نظيره لبصير فيما تجمع الثانية فريقي أم بركة مع لخويا..

وتستهل فرق المجموعة الثانية مشوارها في البطولة بداية من بعد غد (الأحد) عندما تقام فيها مباراتان حيث تجمع الأولى كلية الشرطة مع شرق، والثانية تجمع الريان مع مريخ..

ويشارك في نسخة العام الجاري من البطولة عشرة فرق تم توزيعها على مجموعتين إذ تضم الأولى فرق الوجبة ولبصير ولوكير وأم بركة ولخويا، فيما تضم المجموعة الثانية فرق الشقب والريان وشرق ومريخ وكلية الشرطة.

وتتواصل منافسات البطولة بإقامة مباراتين يوميا إلى غاية إنتهاء دور المجموعات يوم الثاني عشر من رمضان (3 أبريل).

ويتأهل صاحبا المركزين الأول والثاني في كل مجموعة إلى الدور نصف النهائي المقرر إقامة مباراتيه في الرابع عشر من رمضان (5 أبريل) فيما ستقام المباراة النهائية يوم السادس عشر من رمضان (7 أبريل)..

الجدير بالذكر ان الفرق المشاركة في بطولة الوجبة تحرص على الاستعداد بشكل جيد للغاية لخوض منافسات البطولة من خلال التدريبات اليومية واقامة المعسكرات،



والاستعانه بخبرات المدربين الفنية لكي تكون في أتم جاهزية للتحدي الكبير خاصة وان المستوى الفني للبطولة مرتفع للغاية.

كما راعت اللجنة المنظمة للبطولة الحضور الجماهيري لمتابعة المباريات بتجهيز ملعب البطولة بكل وسائل الراحة للجماهير لتوفير متابعة ممتعة من المدرجات، خاصة وان البطولة تحظى بمتابعين كثر يحرصون على التواجد بصفة يومية للاستمتاع بمشاهدة المباريات وتشجيع الفرق المشاركة، حيث وفرت اللجنة المنظمة كافة سبل الراحة للجميع لكي تخرج البطولة في أفضل صورة كما هو معتاد دائما.

وكان فريق الشقب قد توج بلقب نسخة العام الماضي من البطولة عقب فوزه على منافسه الريان بركلات الترجيح 6-5 في المباراة النهائية التي انتهى وقتها الأصلي بالتعادل السلبي..

مباراتان اليوم ضمن دورة صقر صالح الرمضانية

الدوحة – لوسيل

تتواصل اليوم منافسات دورة صالح صقر الرمضانية في نسختها السادسة والأربعين على ملعب استاد الدوحة بإقامة مباراتين ضمن المجموعة الأولى حيث يلتقي في الاولى فريق كافود مع نظيره كينيا اف سي فيما تجمع الثانية فريقي ار اي سي والجالية الموريتانية.

وكانت البطولة الحالية قد انطلقت مساء أمس الجمعة بإجراء مباراتين لحساب المجموعة الأولى حيث واجه فريق الجالية الصومالية نظيره سيدارز اللبنانية ثم التقى فريق الماسة مع منافسه.



وتعد دورة صالح صقر من أقدم الدورات الرمضانية في الدول العربية والخليجية حيث ان نسختها الأولى انطلقت عام 1974، وتحظى مبارياتها بحضور جماهيري كبير..

وتسعى اللجنة المنظمة برئاسة صالح صقر البوعينين لإخراج النسخة الحالية من البطولة التي يستأنف نشاطها بعد أن توقف في الأعوام الثلاثة الماضية بسبب جائحة كورونا بشكل مميز للغاية على باقي النسخ الماضية ولذلك وضعت شروطا محددة تلتزم بها الفرق المنافسة خلال المنافسات..

وقال صقر صالح مدير الدورة في هذا السياق: نحن حريصون جدا على تقديم بطولة مميز ة يستمتع الجميع بمبارياتها خاصة وأنها تشهد مستويات عالية وظهور لاعبين جيدين..

ويشارك في البطولة 16 فريقا قسمت على أربع مجموعات تضم المجموعة الأولى كلا من: الجالية الصومالية الجالية اللبنانية والماسة ومشيرب وتضم المجموعة الثانية كلا من: شركة كافود والجالية الكينية والجالية الموريتانية وR.T.C وفي المجموعة الثالثة تضم كلا من الجالية السودانية والجالية الاردنية وجامبيا وMates Qatar Hindia والمجموعة الرابعة تضم كلا من الجالية السورية وأوزبل والجالية اليمنية وفريق النصر.

مدرب أسكتلندا كلارك يمدد عقده حتى 2026

لندن – ا ف ب

أعلن الاتحاد الاسكتلندي لكرة القدم تمديد عقد مدرب منتخب بلاده ستيف كلارك حتى عام 2026 ومونديال الولايات المتحدة والمكسيك وكندا.

وقال المدير العالم للاتحاد الاسكتلندي ايان ماكسويل «لقد وحَّد ستيف الأمة وراء منتخب حقق نتائج. كان من المهم أن نظهر له التزامنا وأن نؤكد الاستمرارية التي كانت مفتاحًا أساسيًا لتطورنا خلال السنوات الأربع الماضية».

وأضاف إن هذا القرار كان «من أبسط» القرارات التي اتخذها الاتحاد الاسكتلندي.

وسيتولى المدير الفني البالغ من العمر 59 عامًا والذي سيبدأ مشواره في التصفيات المؤهلة لنهائيات كأس الأمم الأوروبية 2024 ضد قبرص السبت قبل أن يستقبل إسبانيا بعد ثلاثة أيام، مهمة قيادة منتخب بلاده إلى النهائيات القارية المقررة في ألمانيا.

وارتفعت أسهم كلارك على رأس الإدارة الفنية للمنتخب الاسكتلندي بعدما قاده إلى النسخة الاخيرة للنهائيات القارية عام 2021، واضعًا حدًا لغياب اسكتلندا عن البطولات الكبرى للمرة الاولى منذ مونديال فرنسا عام 1998.

وقال المدرب السابق لوست بروميتش ألبيون وريدينغ الإنجليزيين إنه «فخور» بتمديد فترة ولايته في قيادة اسكتلندا التي استلمها للمرة الأولى عام 2019.



بايرن ميونيخ يطيح بالمدرب ناجلزمان ويعين توخيل



ميونيخ – رويترز

أعلن بايرن ميونيخ عن إنهاء التعاقد مع المدرب يوليان ناجلزمان وتعيين توماس توخيل، مدرب تشيلسي السابق، بديلا له امس الجمعة تاركا حامل لقب دوري الدرجة الأولى الألماني لكرة القدم في المركز الثاني. وتأتي إقالة المدرب البالغ من العمر 35 عاما بعد خسارة بايرن 2-1 أمام باير ليفركوزن يوم الأحد الماضي ليتصدر بروسيا دورتموند الدوري. وتولى ناجلزمان المسؤولية عام 2021 وقاد بايرن إلى لقبه العاشر على التوالي في دوري الدرجة الأولى المحلي، لكنه أخفق في تحقيق أي ألقاب أخرى في الموسم الماضي.

وودع بايرن كأس ألمانيا من الدور الثاني بعد خسارة مدوية أمام بروسيا مونشنجلادباخ، ودوري أبطال أوروبا بعد هزيمته المفاجئة أمام فياريال الإسباني.

لكن رحيله جاء مفاجئا إذ يستعد بايرن لمواجهة بروسيا دورتموند متصدر الدوري مطلع الشهر المقبل وكذلك مانشستر سيتي في ذهاب دور الثمانية بدوري الأبطال في 11 من الشهر المقبل.

وقال أوليفر كان الرئيس التنفيذي لبايرن «خلصنا إلى أن مستوى فريقنا في تراجع ملحوظ رغم الفوز بالدوري الموسم الماضي».

وأضاف «بعد كأس العالم، كنا نقدم أداء أقل نجاعة وجاذبية وتذبذب مستوانا بصورة عرضت أهدافنا للموسم، وما بعدها، للخطر. لهذا تصرفنا الآن». وقال بايرن إن توخيل، الذي كان العملاق الألماني يسعى للتعاقد معه منذ 2018، وقع عقدا حتى 2025. وقاد توخيل تشيلسي للفوز بدوري الأبطال في 2021 بعدما تولى القيادة خلفا لفرانك لامبارد لكنه كان بلا فريق منذ إقالته من تدريب الفريق الإنجليزي العام الماضي.

وذاع صيت توخيل في الدوري الألماني بعد الأداء الهجومي الذي قدمه مع ماينتس قبل أن يتولى تدريب دورتموند وفاز معه بكأس ألمانيا في 2017.

كما قاد المدرب البالغ عمره 49 عاما باريس سان جيرمان للفوز بلقب الدوري الفرنسي مرتين متتاليتين فضلا عن الوصول إلى نهائي دوري الأبطال للمرة الأولى على الإطلاق في 2020 عندما خسر أمام بايرن.

كما يشتهر المدرب، المحنك خططيا والساعي إلى الكمال، بتوتر علاقته برؤساء الأندية، بما في ذلك دورتموند وتشيلسي..



منتخب المغرب رابع مونديال قطر 2022 يواجه نظيره البرازيلي

ساو باولو – أ ف ب

يخوض منتخب المغرب الذي حقق الانجاز في مونديال قطر عندما اصبح اول منتخب افريقي وعربي يبلغ الدور نصف النهائي من كأس العالم، اختبارا حقيقيا عندما يستضيف ودياً البرازيل بطلة العالم خمس مرات اليوم السبت في طنجة. وكان المغرب حقق مشواراً تاريخياً انهاه في المركز الرابع في مونديال قطر، فيما ودّع المنتخب البرازيلي من ربع النهائي بركلات الترجيح أمام كرواتيا.

وستكون المباراة الأولى التي تخوضها البرازيل على الأراضي المغربية.

ويتسع ملعب ابن بطوطة لـ65 ألف متفرج، وكان مسرحاً لمواجهتي فلامنغو البرازيلي في كأس العالم للأندية الأخيرة التي أنهاها في المركز الثالث.

وبعد رحيل مدرب البرازيل السابق تيتي اثر نهائيات كأس العالم، قرر الاتحاد البرازيلي تسمية مدرب موقت هو رامون مينيزيس (50 عاماً) الذي يشرف على منتخب ما دون 20 عاماً.

وقال رئيس الاتحاد البرازيلي إدنالدو رودريغيش «هذه بداية جيدة لكرة القدم البرازيلية... اخترنا خصماً قوياً وهو المغرب الذي بلغ نصف نهائي المونديال».

انتظر المنتخب المغربي حتى عام 1997 لمواجهة أولى ضد البرازيل، وتحديداً في بيليم في مباراة دولية ودية. قدّم عرضا جيداً قبل أن يسقط بهدفين نظيفين في الدقائق العشر الأخيرة سجلهما دنيلسون (80 و88).

بعدها بسنة واحدة، التقى المنتخبان في دور المجموعات في مونديال فرنسا 1998. وللمفارقة اقيمت المباراة في مدينة نانت التي دافع عن ألوانها مدرب المغرب انذاك الفرنسي هنري ميشال. حقق المنتخب البرازيلي فوزا سهلا بثلاثية نظيفة تناوب على تسجيلها رونالدو وريفالدو وبيبيتو.

ويفتح المنتخب البرازيلي صفحة جديدة بعد فشله في اضافة نجمة سادسة الى قميصه في مونديال قطر، وسيخوض المباراة في غياب نجمه نيمار الذي خضع لعملية جراحية في كاحله ستبعده على الارجح حتى نهاية الموسم الحالي.

وسيغيب عن المنتخب البرازيلي في مواجهة المغرب قطبا الدفاع تياغو سيلفا وماركينيوس بالاضافة الى المهاجم ريشارليسون بداعي الاصابة، وعلى الارجح سينوب لاعب وسط مانشستر يونايتد كاسيميرو في حمل شارة القائد في غياب سيلفا.

وسيقود خط هجوم البرازيل ثنائي ريال مدريد فينيسيوس جونيور ورودريغو.

وستكون الفرصة سانحة امام المدرب الجديد لبث دماء جديدة في تشكيلته علماً أنه استدعى 10 لاعبين فقط من اصل 23 دافعوا عن ألوان السيليساو في مونديال قطر.

وقال مينيزيس «ثمة الكثير من اللاعبين الشبان الذين سيبذلون قصارى جهدهم لا سيما بأننا نفتتح حقبة جديدة. مونديال قطر اصبح وراءنا الان، كل تركيزنا منصب على الاستعداد لمونديال 2026.

في المقابل، يعتمد مدرب المغربي وليد الركراكي على تشكيلة جلها من اللاعبين الذين تألقوا في المونديال وعلى رأسهم الحارس ياسين بونو، والمدافع أشرف حكيمي والظهير حكيم زياش وسفيان امرابط وعز الدين أوناحي..



الأرقام القياسية لكريستيانو رونالدو:

أهداف ومشاركات وإنجازات

لشبونة – أ ف ب

دوّن النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو، المتوج بالكرة الذهبية لأفضل لاعب في العالم خمس مرات والذي انفرد الخميس بالرقم القياسي لأكثر اللاعبين خوضاً للمباريات الدولية في تاريخ كرة القدم، اسمه في سجل الأرقام القياسية منذ بداية مسيرته الاحترافية في عام 2002.

فيما يلي أبرز الأرقام القياسية الخاصة بالمهاجم البرتغالي في عالم الكرة المستديرة:

-أفضل هداف في تاريخ المنتخبات: 120 هدفاً

-أفضل هداف في تاريخ كأس أوروبا: 14

-أكثر عدد من الأهداف المسجلة في تاريخ مسابقة دوري أبطال أوروبا: 140 (باستثناء الدور التمهيدي)

-أكثر عدد من الأهداف المسجلة في نسخة واحدة من دوري أبطال أوروبا: 17 موسم 2013-2014

-أفضل هداف في تاريخ كأس العالم للأندية: 7

-أفضل هداف في تاريخ نادي ريال مدريد الإسباني: 450

-اللاعب الوحيد الفائز بلقب الهداف في ثلاث من البطولات الخمس الكبرى: إنجلترا (2008) وإسبانيا (2011 و2014 و2015) وإيطاليا (2021).

-اللاعب الوحيد في التاريخ الذي سجل هدفاً واحداً على الأقل في 10 نهائيات متتالية في المسابقات الدولية مع منتخب بلاده.

-اللاعب الوحيد في التاريخ الذي سجل هدفاً واحداً على الأقل في خمس نسخ من كأس العالم.

-اللاعب الوحيد في التاريخ الذي سجل هدفاً واحداً على الأقل في خمس نسخ لكأس أوروبا.

-أكثر لاعب خوضاً للمباريات في مسابقات الأندية الأوروبية: 197

-أكثر لاعب خوضاً للمباريات في مسابقة دوري أبطال أوروبا: 183

-أكثر لاعب خوضاً للمباريات مع المنتخب الوطني: 197

-أكثر لاعب خوضاً لكأس أوروبا: 5 (يتساوى مع الحارس الإسباني إيكر كاسياس الذي لم يلعب أي مباراة عامي 2000 و2016)

- أكثر لاعب خوضاً للمباريات في كأس أوروبا: 25

-اللاعب الوحيد الفائز بلقب أفضل لاعب في ثلاث من البطولات الخمس الكبرى: إنجلترا (2007 و2008)، إسبانيا (2012 و2013 و2014 و2016) إيطاليا (2019).

-فاز بالكرة الذهبية خمس مرات (2008 و2013 و2014 و2016 و2017).

-نال الحذاء الذهبي لأفضل هداف في أوروبا 4 مرات (2008 و2011 و2014 و2015).

منظمو باريس 2024: تسليم القرية الأولمبية في الموعد وفي حدود الميزانية

سان أوان – رويترز

قال المدير العام للجنة المنظمة لأولمبياد باريس 2024 أمس الجمعة إن تشييد القرية الأولمبية يسير حسب الجدول الزمني والميزانية المحددين.

وقال اتيان توبوا من قمة أحد مباني القرية الأولمبية «كان غالبية زملائي في الماضي متوترين بشأن تسليم البنية التحتية. يجب علي القول إنني لست متوترا على هذا الصعيد في باريس 2024. أنا هادئ جدا ومطمئن، سنسلم في الموعد المقرر وفي حدود الميزانية».

وأضاف «سنتسلم القرية بعد عام من الآن. ستنتهي أعمال البناء في يناير وستسلم القرية بالكامل في مارس».

وتابع «ناقشنا مع السلطات المحلية تشييد حي جديد مستقبلا في المنطقة ثم تهيئتها لتصبح قرية أولمبية. كانت الفكرة تشييد حي يستخدم كقرية أولمبية وليس العكس. هذا يضمن أننا سنرتقي لمستوى التوقعات».

ومن المتوقع أن يعيش ستة آلاف شخص في الحي الذي يمتد عبر سان أوان وسان دوني وليل سان دوني.

وقال «المباني العديدة هنا سيكون لها استخدام نهائي مختلف، بعضها ستتحول إلى سكن اجتماعي وبعضها سكن خاص وبعضها مكاتب وبعضها خدمات اجتماعية».

وواصل «خلال الألعاب ربما يختلف استخدام المباني لأننا سنحتاج أكبر عدد ممكن من الأسرة. لذا هذا سيقتضي تحولا. سيتطلب الأمر مزيدا من العمل لكن هذا هو الضمان بأن الإرث سيلقى أفضل معاملة ممكنة..



www.lusailnews.net lusail@lusailnews.qa

لوسيل LUSAIL

مواقيت الصلاة

الفجر: 04:18 الشروق: 05:35 الظهر: 11:41 العصر: 03:08 المغرب: 05:49 العشاء: 07:19

العدد 2519 - السبت 3 رمضان 1444 هـ - 25 مارس 2023

12

Issue No 2519 - Saturday 25 March 2023

إصابة العشرات بجروح في زلزال «خوي» شمال إيران

ضرب زلزال بقوة 5,6 رجة على مقياس ريختر أمس مدينة «خوي» شمال غربي إيران، ما أدى إلى إصابة 82 شخصا بجروح. وأفاد مركز رصد الزلازل التابع للمؤسسة الجيوفيزيائية بجامعة «طهران»، بأن الزلزال بلغت قوته 5,6 درجة على مقياس ريختر ووقع فجرا على عمق 8 كيلومترات.

وقد شعر السكان في عدة مناطق من محافظة أذربايجان الغربية، بما في ذلك مدينة «أرومية» وبعض مدن محافظة «أذربايجان» الشرقية بالزلزال، كما تضرر عدد من الوحدات السكنية جراء الزلزال.

يذكر أن مدينة «خوي» بمحافظة أذربيجان الغربية الواقعة شمال غربي إيران كانت في العام الماضي، مركزا للعديد من الزلازل وأكثر من 300 هزة ارتدادية، حيث تم تسجيل ثلاث زلازل بلغت قوتها أكثر من 5,5 درجة على مقياس ريختر في هذه المنطقة وتركت الكثير من الأضرار.

إجلاء 1500 شخص شرقي إسبانيا بسبب حريق

دمر حريق ضخم أكثر من ألف هكتار شرقي إسبانيا، وأدى إلى إجلاء حوالي 1500 شخص، بينما لا تزال فرق الإطفاء الإسبانية تعمل على إخماد الحريق بعد اندلاعه أمس، واجتاح الحريق المنطقة الحدودية بين منطقتي /آراجون/ و/فالنسيا/، اللتين تخضعان لحكم ذاتي.

ونشرت وحدة خدمات الإطفاء والطوارئ العسكرية الإسبانية 20 مروحية وطائرة إطفاء من أجل السيطرة السريعة على الحريق.

ومع أن توقيت الحريق أتى باكرا هذا العام، إلا أن السلطات ترجح أن تندلع المزيد من الحرائق في الأيام والأسابيع المقبلة، خصوصاً وأن إسبانيا تشهد موجة قوية من الجفاف وكمية الأمطار المتساقطة كانت شحيحة خلال الشتاء.



100

ألف مصل يؤدون صلاة الجمعة بالمسجد الأقصى

قالت مديرية أوقاف القدس إن نحو مئة ألف مصل أدوا صلاة الجمعة الأولى من شهر رمضان في المسجد الأقصى بعد تخفيف إسرائيل شروط دخول المدينة المقدسة. وتوافد منذ ساعات الصباح الباكر آلاف الفلسطينيين إلى المدينة المقدسة عبر العديد من الحواجز العسكرية المحيطة بها والتي يلفها جدار أسمنتي وأسلاك شائكة.

طرح أول سبيكة ذهبية تمثل الكعبة المشرفة في بريطانيا

كشفت دار سك العملة الملكية البريطانية، التي تشتهر بكونها دار المعادن الثمينة، النقاب عن سبائك ذهبية تحمل صورة الكعبة المشرفة، لتقدم كهدايا مع حلول شهر رمضان الكريم. وقال مسؤولو الدار إن السبيكة الذهبية المصممة خصيصا للمسلمين، والبالغ وزنها 20 جراما، تم تصميمها بالتعاون مع المجلس الإسلامي في ويلز، وهي من تصميم خبيرة التصميمات البريطانية إما نوبل، وتسعى الدار من خلال طرح السبيكة إلى أن تتاح للمسلمين فرصة تقديم سبيكة من الذهب كهدية في عيد الفطر المقبل.

ويقول أندرو ديكي، مدير قسم المعادن الثمينة في دار سك العملة الملكية، إن الدار تتشرف أن تضع للمرة الأولى، صورة الكعبة المشرفة على سبيكة من الذهب زنة 20 جراما، مضيفا إن الدار «استفادت من خبرة أكثر من 1100 عام في مجال سك العملات في تطبيق حرفية الخبراء لدينا لبلورة تصور جميل للكعبة المشرفة، أقدس مكان على وجه الأرض لدى المسلمين».

وأوضح ديكي أن سبيكة الكعبة المصنوعة من الذهب، والتي تأتي داخل علبة واقية جميلة ذات نقوش إسلامية، «تصلح لأن يقدمها زبائننا كهدية خاصة ثمينة من ذهب بمناسبة عيد الفطر، أو أن يحتفظوا بها كاستثمار آمن بوصفها مسبوكة من ذهب خالص بنسبة 99,9%. واحتفاء بإصدار سبيكة الكعبة الذهبية، حضرت دار سك النقود الملكية الشهر الماضي ثلاث فعاليات أقامتها منظمة الإغاثة الإسلامية في لندن ومانشستر وغلاسكو لجمع التبرعات المالية لدعم المتضررين من زلزال تركيا وسوريا بصورة مباشرة. وتبرعت المصلحة بثلاث من سبائك الكعبة الذهبية لطرحها في المزاد في كل واحدة من الفعاليات الثلاث، وجلبت أكثر من 9 آلاف جنيه إسترليني تبرعات لصالح صندوق الإغاثة.

من جهته قال عبد العظيم أحمد من المجلس الإسلامي في ويلز، الذي تعاون مع دار سك العملة الملكية في إصدار المنتج: «لقد كان من الرائع العمل مع دار سك العملة الملكية لعرض هذه السبائك المميزة من الذهب التي تحمل صورة الكعبة»، مضيفا إنه يمكن التعرف بسهولة على مبنى الكعبة من خلال الكسوة السوداء الموشحة بخيوط مذهبة، وهذه السبائك مسكوكة بالذهب الخالص، المعدن الثمين منذ آلاف السنين.

وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية
Ministry of Endowments and Islamic Affairs
State of Qatar • دولة قطر

لوسيل LUSAIL

يومياً

إدارة البحوث والدراسات الإسلامية

مسابقة شهر رمضان المبارك (1444هـ)

السؤال الثالث

من أول من هاجر من المسلمين إلى الحبشة؟

1- عثمان بن عفان
2- عمار بن ياسر
3- حاطب بن عمرو

1- الفائز الأول: مبلغ 3,000 ريال قطري
2- الفائز الثاني: مبلغ 2,000 ريال قطري.
3- الفائز الثالث: مبلغ 1,500ريال قطري.
4- الفائز من الرابع، وحتى العاشر: مبلغ (500) ريال قطري

اسم المشارك: ..... رقم الهاتف: .....

تسلم الإجابات مجتمعة إلى إدارة البحوث والدراسات الإسلامية بالطابق 24
بمبنى وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية بمنطقة الدفنة (الأبراج)، أو عبر البريد (ص.ب: 422)، للتواصل هاتف: 44700826/44700619
علماً بأن آخر موعد لاستلام الأجوبة نهاية شهر شوال 1444هـ

يوضع مع الأسئلة مجمعه اسم المشارك مع صورة البطاقة الشخصية وشهادة الآيبان البنكي