

مواقيت الصلاة						
الإمساك	الفجر	الشروق	الظهر	العصر	المغرب	العشاء
03:04	03:14	04:43	11:34	2:57	6:27	7:57

مضائق

لوسيل

Issue No 027 - Tuesday 12 June 2018

رئيس مجلس الإدارة ثاني بن عبد الله آل ثاني

العدد 027 - الثلاثاء 27 رمضان 1439 هـ . 12 يونيو 2018

كتارا
katara
دار كتارا للنشر
Katara Publishing House

الميرة Al Meera



EZDAN
إزدان القابضة HOLDING

برعاية

137 صفقة عقارية بالنصف الأول من رمضان

08
09

«المرور»: نفق الوكرة سيكون جاهزا الربع الأول من 2019

اختتمت إدارة التوعية المرورية بالإدارة العامة للمرور بمجلس أحمد بن يوسف الخاطر بمدينة الوكرة جلساتها الحوارية التي نظمتها ضمن فعاليات حملة «رمضان والقيادة بأمان المرورية» التي دشنتها الإدارة خلال شهر رمضان المبارك بهدف التوعية بقواعد السلامة المرورية خلال الشهر الفضيل وتستهدف كافة شرائح المجتمع، ومن جانبه أكد النقيب مهندس محمد مسفر الهاجري رئيس قسم التخطيط المروري بالإدارة العامة للمرور إن العمل جار حاليا على تحويل مدخل الوكرة الرئيسي عند دوار عبد الله عبد الغني وتحويله إلى نفق يتوقع أن ينتهي العمل فيه في أو قبل الربع الأول 2019

04

60 % يتبادلون التهاني عبر مواقع التواصل الاجتماعي

أشار الاستبيان الجديد من مجموعة Ooredoo إلى أن التفاعل الرقمي ومشاركة التهاني عبر الإنترنت يشكلان أهم الوسائل التي يستخدمها الجمهور للتعبير عن أجواء شهر رمضان المبارك.

وعمل الاستبيان على استكشاف سلوكيات العملاء خلال الشهر الفضيل، ودراسة السلوكيات المختلفة التي يتبعها الأشخاص للاستمتاع بالإنترنت خلال هذه الفترة من العام. وقد أظهر الاستبيان أن 60 % من الأشخاص المشاركين فيه قالوا إنهم تبادلون التهاني بالشهر المبارك عبر مواقع التواصل الاجتماعي، في حين أظهرت النتائج أن الكويتيين والقطريين كانوا في مقدمة المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي.

02

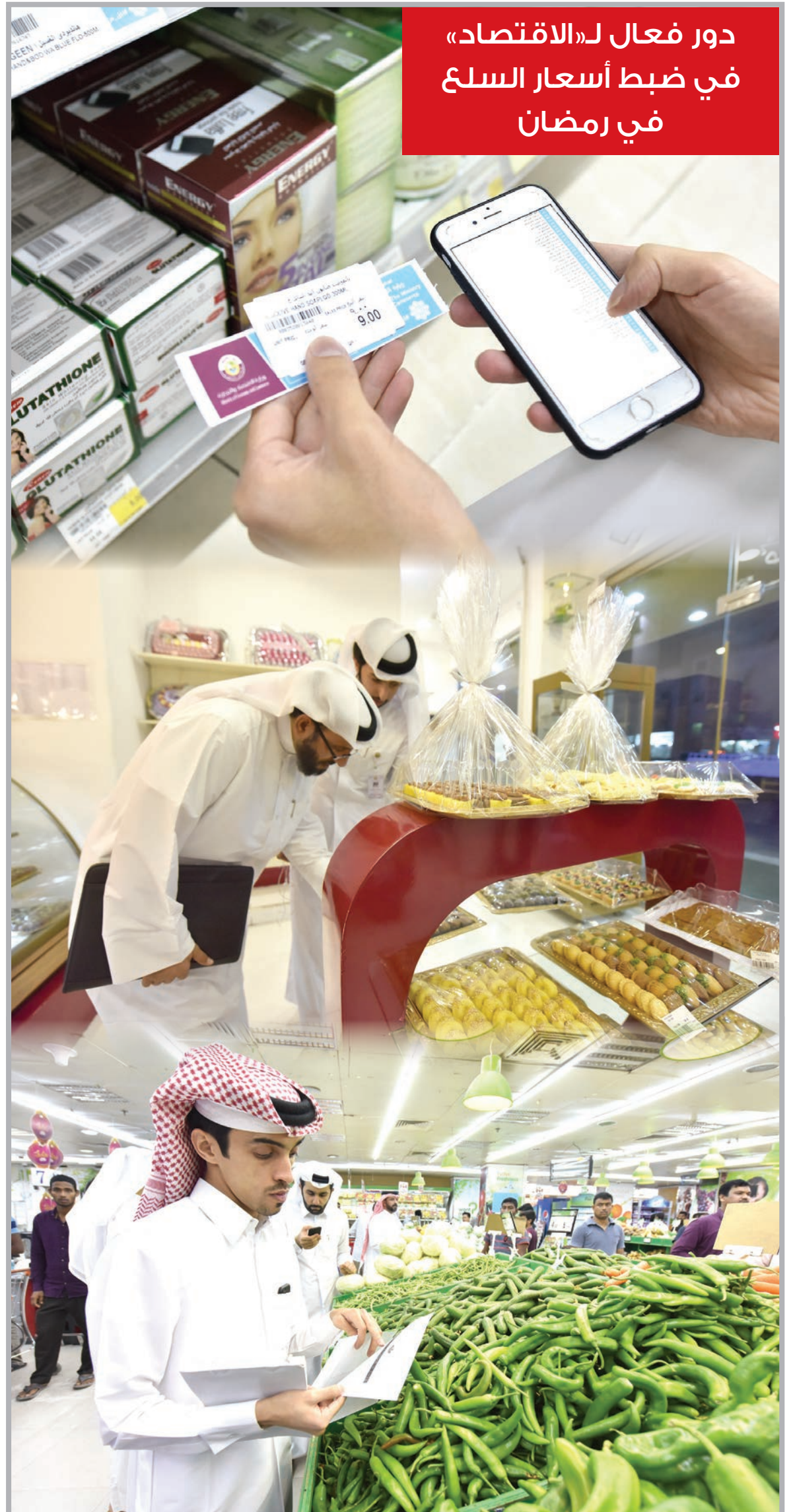
العلاقة بين صيام رمضان والصحة

يُعَدُّ صيام شهر رَمَضَانَ جَيِّدًا لِلصِّحَّةِ في حال القيام به بشكل صحيح، فكيف بإمكانك الاستفادة من ذلك واستغلال صيامك لإفادة جسمك وصحتك؟

يبدأ الجسم عند الجوع الشديد بحرق الدهون ليتمكن من الحصول على الطاقة، مما يؤدي عادةً لخسارة الوزن، ومن ناحية أخرى، يبدأ الجسم عند استمرار الصيام لفترة طويلة بتقويض بروتينات العضلات للحصول على الطاقة، وهو أمر ضار بالصحة. يعتقد الطبيب رزين معروف (وهو طبيب تخدير من أوكسفورد) بوجود علاقة قوية بين الحمية والصحة، ويقول: «لا ينظر الجميع لرمضان دائماً على أنه موعدٌ لخسارة الوزن، لأن المفهوم الروحي يطغى على مفهوم الصحة عند الصائمين، ومن ناحية أخرى يعد الصيام فرصة عظيمة لكسب بعض المنافع الجسدية أيضاً».

13

ملحق يومي تصدره لوسيل بمناسبة



استبيان Ooredoo حول كيفية استمتاع الناس بالإنترنت في الشهر الفضيل

60% يتبادلون التهاني عبر مواقع التواصل الاجتماعي

أسبوعياً. وحسبما أكد 57 % من المشاركين في هذا الاستبيان، أن من أهم هذه الرياضات الأكثر ممارسة خلال الشهر الفضيل هي الجري. كون الشهر الفضيل مناسبة لتجمع العائلة مع بعضها البعض، قال 64 % من الأشخاص المستطلعة آراؤهم أنهم يفضلون تناول طعام الإفطار في المنازل وقضاء وقت ما بعد الإفطار بمشاهدة التلفاز والذهاب إلى المسجد. وأشارت النتائج إلى أن 73 % من المشاركين في الاستبيان لا يزالون يفضلون إعداد الطعام وطهوه في المنزل، الأمر الذي يشير إلى رسوخ هذه العادة وعدم قدرة التوجهات الجديدة، مثل طلب الطعام عبر الإنترنت، على تجاوزها. وأضاف الشيخ سعود: «إن الاستبيان أظهر بوضوح أن سلوكيات استخدام الإنترنت الأساسية المرتبطة بشهر رمضان المبارك، مثل توثيق الروابط الاجتماعية، وإقامة الاجتماعات العائلية في المنازل، والذهاب إلى المساجد للصلاة، فضلاً عن التزاور بين الجيران والأحبة، لا تزال سلوكيات رمضانبة ثابتة وراسخة. الشيء الوحيد الذي اختلف هو توجه الناس لاستخدام القنوات الرقمية لتنظيم مثل هذه الأنشطة والفعاليات ودعمها، وذلك يؤكد على حيوية الدور الذي تلعبه في إثراء حياة عملائنا الرقمية في الدول التي نقدم فيها خدماتنا حول العالم، عبر إتاحة المجال أمامهم لدخول الإنترنت والاستمتاع بها بالطريقة التي تناسب شخصياتهم وأسلوب حياتهم».

وفي إطار حملتها الخاصة بشهر رمضان المبارك، أطلقت Ooredoo أيضاً إعلاناً تجارياً جديداً تحتفي من خلاله بالعبادات والتقاليد الخاصة بالشهر الفضيل وروح الألفة والعمل الجماعي في #لحظات رمضان، والذي يمكن للعملاء الاستمتاع بمشاهدته حالياً كجزء من أسلوب حياتهم الرقمية خلال رمضان.

وقد صمم إعلان Ooredoo الرمضاني، والذي يُمكن مشاهدته عبر مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بالمجموعة، ليُعبر عن الطرق المتنوعة التي يستمتع بها الأشخاص في دول مختلفة بالإنترنت، وإبراز أوجه التشابه التي توحد المجتمعات في هذا الشهر الفضيل.



أياً من تطبيقات الرسائل الفورية. كذلك، أظهرت الدراسة أن 55 % من المشاركين يفضلون التسوق عبر الإنترنت، وتحديدأ بعد موعد الإفطار، وتراوحت نوعية التسوق التي يفضلها المشاركون بين الألبسة (52 %) والإلكترونيات (53 %).

الصحة وأسلوب الحياة

نظراً إلى قلة ساعات العمل اليومية خلال شهر رمضان، قال 58 % من المشاركين بالاستبيان أنهم يمارسون الرياضة مرة واحدة في الأسبوع على الأقل، فيما ذكر معظمهم أنهم يمارسونها مرتين أو ثلاث مرات

النصية أو رسائل الفيديو.

كما يتشارك المستخدمون خلال الشهر الفضيل فيما بينهم مزيداً من المحتوى الديني وعدداً أقل من صور المأكولات. وتحديداً، أظهرت الدراسة أن 64 % من الأشخاص يقومون بنشر الصور على وسائل التواصل الاجتماعي، وأن 25 % منهم فقط ينشرون صور الطعام خلال رمضان.

أما فيما يخص تبادل الرسائل، وعلى الرغم من الانتشار الواسع الذي تتمتع به العديد من تطبيقات الرسائل الفورية، وجدت الدراسة أن 47 % من المشاركين يستخدمون فقط تطبيقاً واحداً أو اثنين من هذه تطبيقات، في حين قال 25 % منهم إنهم لا يستخدمون

استخدام الإنترنت

يرتفع بشكل عام معدل استخدام الإنترنت والتواصل الاجتماعي خلال شهر رمضان المبارك، إذ يحرص المستخدمون على إرسال التهاني والتبريكات إلى أحبائهم وأصدقائهم، كما يرتفع معدل مشاهدة المسلسلات التلفزيونية والمحتوى الديني والتسوق عبر الإنترنت.

وأشارت إجابات الأشخاص المشاركين في الاستبيان إلى أن نسبة كبيرة منهم وصلت إلى 60 % يفضلون تبادل التهاني بالشهر الفضيل عبر مواقع التواصل الاجتماعي، بدلاً من الرسائل

مضانيات

أشار الاستبيان الجديد من مجموعة Ooredoo إلى أن التفاعل الرقمي ومشاركة التهاني عبر الإنترنت يشكلان أهم الوسائل التي يستخدمها الجمهور للتعبير عن أجواء شهر رمضان المبارك.

وعمل الاستبيان على استكشاف سلوكيات العملاء خلال الشهر الفضيل، ودراسة السلوكيات المختلفة التي يتبعها الأشخاص للاستمتاع بالإنترنت خلال هذه الفترة من العام.

وقد أظهر الاستبيان أن 60 % من الأشخاص المشاركين فيه قالوا إنهم يتبادلون التهاني بالشهر المبارك عبر مواقع التواصل الاجتماعي، في حين أظهرت النتائج أن الكويتيين والقطريين كانوا في مقدمة المستخدمين لوسائل التواصل الاجتماعي.

وشارك في هذا الاستبيان أكثر من 1,400 شخص وشمل عدداً من الدول التي تعمل فيها مجموعة Ooredoo، مثل قطر والكويت وعمان وتونس والجزائر. واستخدمت Ooredoo نتائج هذا الاستبيان لتحديد أنشطة المستخدمين الرقمية والمحتوى المفضل لديهم خلال شهر رمضان، مما سيمكنهم من تطوير الخيارات الرقمية التي تقدمها Ooredoo خلال الشهر الفضيل.

وتعليقاً على هذه الاستبيان قال الشيخ سعود بن ناصر آل ثاني، الرئيس التنفيذي لمجموعة Ooredoo: «شهر رمضان المبارك يجمع الناس ويلمّ شمل العائلات والمجتمعات بروح الألفة والمحبة. إن هذا الاستبيان يعتبر فرصة مهمة تتيح لمجموعة Ooredoo قياس العوامل المشتركة في الدول التي تعمل فيها إقليمياً، كما يعتبر هذا الاستبيان وسيلة مميزة لتأكيد الدور الإيجابي الذي تلعبه التكنولوجيا عند استخدامها بشكل مسؤول».

ويقدم هذا الاستبيان الخاص بشهر رمضان بيانات مهمة وممتعة من الدول التي شملها، فالاستبيان يلقي الضوء على أوجه التشابه والتباين في الأنماط السلوكية بدول الخليج وشمال إفريقيا فيما يخص استخدام شبكة الإنترنت والتواصل الاجتماعي خلال الشهر المبارك، إلى جانب الأنشطة الأخرى.

«الرعاية الصحية» تقدم نصائح

خلال عيد الفطر المبارك

عدم الاستلقاء والنوم بعدها مباشرة. وفيما يتعلق بمرضى السكري والكلية والقلب وضغط الدم ينصح بالابتعاد عن الأطعمة المملحة. وينصح كبار السن بالإنزال من تناول اللحوم الحمراء والمأكولات الدهنية والمالحة والسكرية خلال أول أيام عيد الفطر وعدم الإفراط في كمية الوجبة الغذائية مع ضرورة تفادي استخدام السمن الطبيعي فهو من الدهون المضرّة التي تسبب ارتفاع نسبة الكوليسترول الضار في الجسم. وضرورة الإنكار من شرب السوائل، خاصة الماء، والتقليل من تناول الشاي والقهوة لما لذلك من أثر مدر للبول، ورافع للضغط ومانع للاستفادة من امتصاص الحديد من الغذاء، والإنكار من إضافة الخضراوات عموماً للوجبات مثل السبانخ وورق العنب والباذنجان والقرع والجزر والخس والخيار. هذا وتؤكد السيدة موزي الهاجري على ضرورة تغيير أسلوب الضيافة في الأعياد، كأن يتم تقديم الفواكه المجففة عوضاً عن الشوكولاتة والفواكه الموسمية الطازجة بدلاً من المعمول والحلويات، مما يعطي شعوراً بالتغيير من جهة والمحافظة على الصحة من جهة أخرى.

الكمية تدريجياً أثناء فترات اليوم، والأكل ببطء مع المضغ الجيد، وعدم شرب كمية كبيرة من الماء والسوائل أثناء تناول الوجبات، والتقليل من تناول الأطعمة التي تهيج المعدة وتزيد من حموضتها كالمقالي والمعجنات وتلك التي تحتوي على بهارات وتوابل، وكذلك الشاي والقهوة والمشروبات الغازية. كما قدمت رئيس قسم التغذية العلاجية مجموعة من النصائح من الجيد اتباعها خلال عيد الفطر أهمها التقليل قدر الإمكان من تناول اللحوم الحمراء والكبد، ويفضل أن تطهى بالشواء أو السلق، وتفاذي القلي لأنه يزيد من محتواها الدهني وتجنب الإنكار من تناول المشروبات الغازية التي تزيد من درجة حموضة المعدة، وتعمل على إتمام المعدة، ويفضل الامتناع عنها إذا أمكن الأمر.

وتنصح السيدة موزي بعدم البدء بتناول حلوى العيد لما لذلك من أثر مريب للمعدة وفتح للشهية وزائد للوزن، والاستعاضة عن ذلك بالإنكار من تناول السلطات والتقليل من كمية السعرات الحرارية اليومية من خلال تناول وجبة خفيفة للإفطار والعشاء، وتفاذي الإفراط في تناول الطعام في وجبة العشاء، مع الحفاظ على

تقدم مؤسسة الرعاية الصحية الأولية مجموعة من النصائح الطبية والتي تعنى بالتحكم في نوعية وكمية الطعام والشراب والحلوى التي تقدم خلال أيام عيد الفطر وذلك للابتعاد عن الإفراط في تناول المأكولات، والاعتدال في الأكل من دون إقلال أو إفراط حتى لا يعكر الإعياء فرحة العيد. وفي هذا الصدد قالت رئيس قسم التغذية العلاجية بمؤسسة الرعاية الصحية الأولية موزي الهاجري أنه مع نهاية شهر رمضان يكون الصائم قد اعتاد على نمط غذائي مغاير كثيراً لذلك النمط المتبع طوال العام، ونتيجة للصوم يعتاد الجهاز الهضمي على عدم استقبال أي طعام أو شراب طوال النهار في حين يفرز العصارات الهاضمة ويتهيأ لاستقبال الطعام قبيل أذان المغرب، وفي أول أيام عيد الفطر ونتيجة للتغيير المفاجئ في مواعيد ونوعية الطعام المتناول يعاني الكثير من الناس من تلبك معوي وآلام في المعدة وانتفاخ وإسهال، بالإضافة إلى حالات تسمم غذائية، ولكي نتجنب حدوث هذه الأعراض لا بد أن نراعي فيما نأكل ليس فقط الكمية بل النوعية أيضاً. ويفضل بدء الإفطار في أول أيام العيد بتناول كمية قليلة من الطعام، تزداد هذه

القصة القصيرة

مسابقة دار كتارا للنشر رمضان 2018

شروط الاشتراك:

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

الجائزة الأولى

7.000 ر.ق

الجائزة الثانية

5.000 ر.ق

الجائزة الثالثة

3.000 ر.ق

آخر مهلة لتسليم المشاركات هو 15 يونيو 2018

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

مرفقات:

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

كتارا
Kataraph
Dar Kataraph
Kataraph Publishing House

بحضور السفير التركي بالدوحة

«جول للإنشاءات» تنظم مأدبة إفطار لعملائها



■ السفير التركي ومسؤولو الشركة خلال الافطار

ومركز لياقة بدنية، وساونا، وغرفة بخار، منطقة للإسترخاء، بجانب المرافق الاجتماعية، وأماكن انتظار السيارات في الأماكن المغلقة والمرافق الأخرى مثل المقاهي والمطاعم.

ويتكون المشروع من 126 وحدة، ويحتوي «روز كاردين كوربنار»؛ على مرافق متعددة ومتنوعة منها ملعب للأطفال، مسبح خارجي، وصالة رياضية، متجر، حمام سباحة،



مضانبات

نظمت شركة جول للإنشاءات Gul Insaat مأدبة الإفطار السنوية لعملائها، في قاعة القمر بفندق الهيلتون، وسط حضور عدد كبير من السادة السفراء، والمسؤولين والضيوف ووسائل الإعلام. ويعتبر الحدث بمثابة مناسبة سنوية احتفاءً بالأجواء والطقوس الرمضانية، وفرصة مميزة لدعوة الشركاء، الذين ساهموا بشكل فعال في إنجازات الشركة منذ تأسيسها. وتأتي هذه الخطوة في إطار حرص شركة «جول للإنشاءات» والتزامها بالحفاظ على التراث والتقاليد القطرية، وتأكيداً على القيم الإنسانية التي تحتل على التقارب والمودة بين الموظفين من مختلف الجنسيات والثقافات.

وبهذه المناسبة قال امرا جول رئيس مجلس إدارة الشركة: «أود أن أعبر عن خالص سعادتي نظير المكانة المرموقة التي توصلت إليها شركة «جول للإنشاءات»، ولعل فلسفة ومنهجية الشركة تعتمد بشكل كبير على التخصص العملي بكفاءة ومهنية تامة، مع اعتمادها الكلي في تقديم خدماتها بجودة عالية، وأهداف الشركة هي كسب رضا مختلف شرائح العملاء، مع تقديم أجود الخدمات بأسعار مناسبة. وتحدث طارق صلاح مدير مكتب الشركة داخل قطر عن آخر مشروعات الشركة التي تنفذها بتركيا وتعمل على جذب المواطنين والمقيمين لشراء وحدات فاخرة تتميز بطابع فريد، فقال: «يعد مشروع «روز كاردين» أحد أهم إنجازات الشركة خلال هذا العام، وتبلغ مساحة المشروع الكلية 37 ألف متر مربع، منها مباني على مساحة 6,500 متر مربع،

«المواد الأولية»

تُكرم موظفيها الفائزين في مسابقة تلاوة القرآن

الشركة بتسليم الجوائز المالية للفائزين في المسابقة، حيث بلغ عددهم ثمانية (8) متنافسين، وحثتهم على الروح الطيبة التي تجمع الزملاء في العمل.

وأشارت الدكتورة لطيفة الدرويش في ختام حديثها إلى أن شركة قطر للمواد الأولية دأبت على تبني مثل هذه المبادرات، من أجل تشجيع موظفيها على مداومة تلاوة القرآن وتعلم مبادئ التجويد والقراءة بشكل صحيح، مؤكدة مواصلة المزيد من المبادرات النوعية التي تعزز وترتقي بثقافة موظفي الشركة بشكل عام.

أقيمت يوم الخميس الماضي مسابقة تلاوة القرآن الكريم التي نظمتها شركة قطر للمواد الأولية، بمشاركة عدد من موظفي وموظفات الشركة، وبحضور عدد من مدراء الإدارات ورؤساء الأقسام، وتخللها تكريم الفائزين. وتبارى المشاركون في هذه المسابقة من أجل المساهمة والتشجيع على تلاوة القرآن بشكل عام، حيث تم تحديد التنافس في هذه المسابقة على حفظ وتلاوة سورة (الملك)، وتطبيق أحكام التجويد الصحيحة فيها.

قامت الدكتورة لطيفة الدرويش مدير الشؤون الإدارية في



فودافون قطر: «تلكراً» نتجعت الانتفاص

على إظهار تقديرهم وامتنانهم لمن حولهم

مضانبات

ساعدت «فودافون قطر» آلاف الأشخاص على شكر أحبائهم ضمن إطار حملتها الرمضانية «شكراً» التي تهدف إلى نشر الروح الإيجابية خلال شهر رمضان المبارك عبر تشجيع الأشخاص على إظهار تقديرهم وامتنانهم لمن حولهم.

ولشكر عملائها المخلصين ونشر روح الوحدة والتقدير، أتاحت «فودافون» الفرصة أمام جميع العملاء لإهداء أحبائهم ما يصل إلى 100 ميجابايت من الإنترنت المجاني يومياً ومع كل عملية إعادة تعبئة للرصيد، علماً أنه تم حتى الآن إرسال أكثر من 850 ألف «هدية شكراً» بحجم إجمالي يقارب 83 تيرابايت عبر شبكة «فودافون قطر» عالمية المستوى. ومن المتوقع بحلول نهاية شهر رمضان المبارك أن يتجاوز عدد «هدايا شكراً» التي سيرسلها عملاء الشركة عبر تطبيق MyVodafone المليون هدية.

علاوةً على ذلك، تجاوز عدد تنويهات (منشئات) «شكراً» عبر الإنترنت باللغتين العربية والإنجليزية الثلاثين ألفاً، وهذا دليل ملموس على قوة الإعلام الرقمي واستخدام الناس المتزايدة له، الأمر الذي وظفته «فودافون قطر» منذ بداية حملتها لإحداث تغيير إيجابي في المجتمع. حيث أجرت الشركة العديد من المسابقات عبر قنواتها على مواقع التواصل الاجتماعي لحفز الناس على شكر بعضهم البعض عبر الوسم #KeepShukranGoing.

وكجزء من أنشطة المسؤولية



■ فودافون خصصت حجرة هاتف مجاناً خلال شهر رمضان

باكستان: «اشتركت في خدمات 'فودافون' منذ وصولي إلى قطر، ولطالما كنت راضياً عن شبكتها. وقد فاجأت شقيقي في باكستان باتصالي، خصوصاً وأنه قد مضى وقت طويل على حديثي معه آخر مرة. وكانت هذه فرصة جيدة لنقل له ولعائلته تبريكاتي بحلول شهر رمضان المبارك. وأود أن أشكر 'فودافون' على ذلك.» من جانبه قال ديبجو كامبيروس، الرئيس التنفيذي للعمليات في «فودافون قطر»: «نحن سعداء جداً بمدى تفاعل العملاء مع حملتنا الرمضانية 'شكراً'، حيث كان تجاوبهم مذهلاً لناحية الإعراب عن شكرهم وتقديرهم على النعم التي يحظون بها في حياتهم، ونحن فخورون بدعم شبكتنا عالمية المستوى لهذه المبادرة».

الاجتماعية التي تقوم بها خلال الشهر الفضيل، ساعدت الشركة 400 شخص على التواصل مع أحبائهم مجاناً عبر حجرة هاتف مصممة خصيصاً لهذا الغرض من «فودافون»؛ حيث حظي المتسوقون في «سفاري مول» و«بلازا مول» و«مول الخور» بفرصة الإعراب عن شكرهم لأصدقائهم وأفراد عائلاتهم، والذين مضى على بعضهم وقت طويل دون تواصل. وبهذه المناسبة، قال شيد كومار سينغ رامبات سينغ من الهند: «أشكر 'فودافون' لمساعدتي على إجراء هذا الاتصال. فأنا لا أتحدث مع عائلتي كثيراً كما يجب، وقد كانت هذه فرصة رائعة لاتواصل معهم وأنقل لهم تمنياتي الصادقة بحلول شهر رمضان المبارك.» بدوره قال غلام فريد شوتو من

2.6 مليون ريال لصالح حملة

«الصومال.. نداء الأشقاء»

وتوفير العلاج للمرضى، وتوزيع السلال الغذائية، وإنشاء المراكز الاجتماعية، وإصلاح وإعادة تأهيل الطرق.

ويعاني الصومال من أزمات حادة لعل أخطرهما المجاعة التي تهدد 6.2 مليون نسمة أي ما يقرب من نصف السكان بسبب النقص في المياه كما تشير إلى ذلك إحصاءات صادرة عن المنظمات الدولية والمؤسسات التابعة للأمم المتحدة، فضلاً عن وجود ما يصل إلى مليونين ونصف المليون نازح، وحاجة أكثر من 400 ألف إلى مساعدات طبية عاجلة، وتدني معدلات الالتحاق بالتعليم حيث لا تتجاوز نسبة المتحقين بالتعليم الإبتدائي 30 بالمائة و26 بالمائة لمرحلة التعليم الثانوي.

وتأتي ترجمة لروح التضامن بين الشعبين القطري والصومالي، واستمراراً لموقف دولة قطر الرسمي والشعبي الداعم للصومال في كل الظروف، واستجابة للأوضاع الإنسانية في هذا البلد الشقيق نتيجة موجة الجفاف المتكررة والأوضاع غير المستقرة الناجمة عن النزاعات.

جمعت الحملة المشتركة لدعم الصومال تحت شعار «الصومال.. نداء الأشقاء» 2.6 مليون ريال عبر برنامج تراويح على إذاعة القرآن الكريم، أمس الأول. وانطلقت الحملة الأحد الماضي بإشراف هيئة تنظيم الأعمال الخيرية وبدعم من صندوق قطر للتنمية، وبمشاركة أربع مؤسسات إنسانية قطرية هي الهلال الأحمر القطري، ومنظمة صلتك، وقطر الخيرية، ومؤسسة التعليم فوق الجميع.

وتهدف الحملة إلى جمع أكثر من 60 مليون ريال قطري، لتلبية الاحتياجات الإنسانية والتنمية للشعب الصومالي وتوفير خدمات المياه والصحة والتعليم والتمكين الاقتصادي، إضافة إلى التدخل الإنساني في المناطق المتأثرة من الفيضانات وتوفير المأوى والغذاء والمواد الطبية.

وتضم قائمة المشاريع التي ستركز عليها حملة الصومال حفر الآبار وتأهيلها، وتأهيل شبكات المياه، ومشاريع توفير سبل الرزق ودعم القطاع الزراعي، وتعليم الأطفال، وبناء وتأهيل المدارس، والمراكز الصحية،

في ختام فعاليات حملة «رمضان والقيادة بأمان المرورية»

«المرور»: نفق الوكرة سيكون جاهزا بالربع الأول من 2019

الصادق البديري



■ جانب من فعاليات المجلس

أهمية التوعية المرورية، ومن جانبنا خاطبنا إدارة المرور ونقلنا لهم الملاحظات والمقترحات حول المشاكل المرورية في المنطقة، ووعدناهم من جانبنا أننا سنبدل أقصى جهودنا لمساعدتهم في أداء رسالتهم، كما نوهت إدارة المرور بأهمية التوعية المرورية.

وأضاف الخاطر أن أهم المقترحات تركزت حول الطرق البديلة والحلول السريعة والشوارع الرئيسية، خصوصا وأن المنطقة ستستقبل حدثا كبيرا باستاد الوكرة وهو كأس العالم 2022، وسنقوم بعكس المشاكل والمعوقات لإدارة العامة للمرور وهيئة الأشغال العامة «أشغال» ليقوموا بحل وتدارك هذه المشاكل.

وأوضح أن أبرز التحديات تجري في شارع الوكرة العام، وشارع بركة الواصل حتى ملعب الوكرة، مضيفا أن الطموح هو التوصل لحلول لجميع المعوقات التي تواجه العمل الذي يجري في الوكرة، وأكد أنه رفع توصية للمجلس البلدي بأن يكون شارع الوكير العام من مسارين بدلا عن مسار واحد أن توضع فيه إشارات ضوئية، وأن يغذي المنطقة السكنية الجديدة في معيذر الوكير التي بها حوالي 4000 وحدة سكنية.



■ منصور بن أحمد الخاطر

وتثقيفهم في ما يتعلق بقوانين المرور وما يستجد في هذا المجال من أجل ضمان سلامتهم.

4000 قسيمة سكنية جديدة بـ «إزدان معيذر»

عضو المجلس البلدي منصور بن أحمد بن يوسف الخاطر أكد على أهمية الجلسة الحوارية مع عدد كبير من سكان الوكرة، منوها أن الجلسات تناولت فيها إدارة المرور



■ النقيب مهندس محمد مسفر الهاجري

وأوضح الملائم تركي العلي أن المطلوب في حالة تعطل الإشارة المرورية الاتصال بالشرطة التي تقوم بإرسال دورية فورا تقوم بالإرتكاز في الإشارة الضوئية المعنية والتنسيق السريع مع أشغال حتى يتم إصلاح العطل وتعود الحركة لإنسيابها الطبيعي.

كما طالب بعض المواطنين أن تقوم الإدارة العامة للمرور بتكثيف الجرعات التوعوية والتعليمية للشباب خصوصا وأن إجازة الصيف على الأبواب، بهدف زيادة توعيتهم



■ العقيد الهاجري

الشرطة تقوم بتنفيذ مهامها وتطبق القانون كما هو، لأن الاستثناءات تفتح بابا لإغلاق مداخل المستشفى بالكامل، وأشار إلى أن أمام الجميع فرصة التظلم أمام الإدارة العامة للمرور، ويمكن لإدارة النظر في التظلم والرد بما تراه مناسبا، كما طرح الحضور بعض المقترحات والملاحظات حول الإشارات الضوئية على الشوارع الجديدة، وأشار بعضهم إلى أن الإشارة الضوئية التي تنصب بعد النفق مباشرة قد تكون معوقا لإنسياب الحركة.

اختتمت إدارة التوعية المرورية بالإدارة العامة للمرور بمجلس أحمد بن يوسف الخاطر بمدينة الوكرة جلساتها الحوارية التي نظمتها ضمن فعاليات حملة «رمضان والقيادة بأمان المرورية» التي دشنتها الإدارة خلال شهر رمضان المبارك بهدف التوعية بقواعد السلامة المرورية خلال الشهر الفضيل وتستهدف كافة شرائح المجتمع، ويعتبر هذا المجلس واحدا من أهم المجالس التي تنظمها الإدارة نظرا لأهمية منطقة الوكرة باعتبارها الامتداد العمراني الجديد لمدينة الدوحة وما تشهده من مشروعات تنموية عملاقة كبرى يصاحبها زيادة الكثافة السكانية.

في الجلسة الحوارية الختامية عبر العقيد محمد راضي الهاجري، مدير ادارة التوعية المرورية بإدارة المرور، عن شكره لأهالي الوكرة على حسن استضافتهم لوفد الإدارة العامة للتوعية المرورية، ناقلا تحيات وزارة الداخلية بصفة عامة والإدارة العامة للمرور بصفة خاصة، وقال إن إدارة التوعية المرورية رأت أن تتواصل مع المواطنين في كل أنحاء البلاد في هذا الشهر الكريم، بداية من دخان والشمال والدوحة ختاماً بمجلسكم هذا في الوكرة.

مؤكداً أن الأهداف من هذه الزيارات والتواصل هو التعرف على آراء الجمهور حول الخدمات التي تقدمها الإدارة العامة للمرور ومدى جودتها ووصولها للجميع دون استثناء، وبث رسالة التوعية المرورية للمحافظة على الأرواح، لأننا نتألم لكل حالة وفاة تنتج عن حادث، كما أننا نسعد بسماع الاقتراحات والآراء والنصائح من أهالي المنطقة، التي يمكن أن ينتج عنها تعديلات هندسية لبعض الطرق عبر الإدارة الهندسية، وأكد أن بعض مقترحات المواطنين الجديدة ينتج عنها توصيات تجد طريقها للتنفيذ عاجلا أو آجلا.

نفق الوكرة

ومن جانبه أكد النقيب مهندس محمد مسفر الهاجري رئيس قسم التخطيط المروري بالإدارة العامة للمرور في مداخلته إن العمل جار حاليا على تحويل مدخل الوكرة الرئيسي عند دوار عبد الله عبد الغني وتحويله إلى نفق يتوقع أن ينتهي العمل فيه في أو قبل الربع الأول 2019، كما سيتم تطوير الشارع من دوار عبد الله عبد الغني حتى دوار أوريدو، وسيتم تحويل ثلاثة دورات إلى إشارات ضوئية، بالإضافة إلى الخط الموازي للشارع الرئيسي من المنطقة الشرقية بالوكرة الذي يبدأ من بركة وينتهي في الوكير، وسيتم افتتاحه خلال شهر أو يزيد، كما يجري العمل على تطوير الشوارع حول إستاد الوكرة، إضافة للشوارع باتجاه الوكير وأمسيعيد.

تطبيق القانون

وعبر بعض المواطنين عن شكواهم من الازدحام الذي يصير بمواقف مستشفى الوكرة، وقالوا إن المواقف تكون مشغولة أحيانا بسيارات الموظفين التي ليس لها مواقف مخصصة، الأمر الذي يجبر بعض المواطنين الذين يدخلون المستشفى مع حالات طارئة يوقفون سياراتهم في أماكن غير مخصصة أو مخالفة، ويتم مخالفتهم من قبل شرطة المرور، وعلق الملائم تركي العلي من مرور الوكرة على هذه الملاحظة، بأن



■ النقيب محمد المسفر يشرح خريطة شوارع الوكرة الجديدة

العقيد الهاجري:
هدفنا التواصل
والتعرف
على آراء الجمهور
حول الخدمات
المرورية

النقيب محمد
مسفر: سيتم
تحويل 3 دورات
بشارع الوكرة إلى
إشارات ضوئية

مُبَدَّلُكُمْ رَهْمًا



رمضان أوكرانيا.. نشاط لا يتوقف وعطاء لا ينقطع



الهواء الطلق بطريقة لجذب الجيران والمارة لمشاركتهم الطعام.

تنافس وتحد

ولا عجب إذا رأيتمهم يتشاركون في أدق الفعاليات الرمضانية، حتى وإن كانت تتصل بثقافة أو عادات فئة ما، كأن يقوم الأفريقي أو التتري بطبخ المنسف الأردني والفلسطيني لوجبات الإفطار الجماعية، بينما يقوم العربي بطبخ طعام «البلوف» التتري، بل ويتنافسون فيما بينهم في هذا المجال بشكل لا يخلو من طرافة. تنوع واندماج إيجابي في عيون من تحدثت الجزيرة نت معهم داخل المركز الثقافي الإسلامي في كييف، ومنهم الشاب عبد الله من غانا، الذي قال إن «رمضان موسم يجمع ببرامجه مسلمي أوكرانيا على أرض واحدة، ولساعات طويلة تزيل كل الحواجز والاختلافات». والجدير بالذكر أن المصليات والمساجد ازدحمت أكثر من المعتاد بالمصلين حيث امتلأ المركز الإسلامي بمدينة كييف بالمصلين لإستثمار فرصة الشهر الفضيل بالتوبة والاستغفار والجود والمسامحة والتعاون على الطاعة والخير.

ولأنها كانت دولة رئيسية في جسد الاتحاد السوفياتي، استقر فيها مسلمون كثر من دول الاتحاد بعد انهياره وحملوا جنسيتها، وباتوا جزءاً رئيسياً من مجتمعها المسلم، الذي كان يقدر بنحو مليوني إنسان قبل ضم روسيا لشبه جزيرة القرم واشتعال الحرب مع الانفصاليين في الشرق. وزاد نزوح الآلاف من تاتار القرم عن الجنوب وتنازل كازان عن الشرق هذا العام أعداد مسلمي العاصمة كييف حيث يوجد نحو 100 ألف مسلم وفق تقديرات غير رسمية، وهو ما أنتج ألواناً ثقافية جديدة متنوعة برزت بعد أن انتظمت هذه الأعداد ضمن جاليات عدة. ويلقي تنوع مسلمي أوكرانيا بظلاله على إحياء أيام وليالي شهر رمضان وجعلها مختلفة في العاصمة كييف والمدن، فلا تعجب هنا إذا رأيت ما يشبه الاستعراض، فكثيرون يفخرون بحملهم ثقافات وعادات وفلكلورا مختلفا رغم كونهم جميعا أوكرانيين. وتنتشر في رمضان هذا العام طريقة الطهي التتريّة «كوكو تشيكارماك» وتعني (نشر رائحة الطعام)، حيث يعتمد التتار والأويزك إلى طهي الأطعمة في

والنساء والتي تلقى إقبالا كبيرا، حيث يحضر للمركز الإسلامي في مدينة كييف ما يزيد على 500 شخص لتناول طعام الإفطار بينما يتوافد على مركز مدينة أوديسا قرابة 400 شخص وكذلك الحال بالنسبة لبقية المراكز الإسلامية في مدن خاركييف وفينيتسا وديونيتسك. ومع رفع الأذان وبعد ترديد الأدعية الماثورة يبدأ الجميع في تناول الإفطار وأكل التمرات في مشهد جميل للتكافل بين مسلمي أوكرانيا، ثم يؤدي المسلمون صلاة المغرب ثم يقبلون على طعام الإفطار وبعدها تبدأ جلسات الحوار والنقاش يتم فيها طرح مواضيع تهم الجالية المسلمة في الغرب، بعد ذلك يتوزع المصلون على حلقات التلاوة التي تتخللها وقفات على معاني ودروس وعبر هامة حتى العشاء لأداء صلاة العشاء والتراويح وسماع الموعظة اليومية التي تتخللها صلاة التراويح. أيام مرت من شهر رمضان المبارك كانت كافية لإبراز واقع جديد لافت في أوكرانيا، يتلون بالوان ثقافات مسلميها ومسلمي دول الاتحاد السوفياتي السابق، بمشاركة عربية وأفريقية.

يدخل مسلمو أوكرانيا في أجواء شهر رمضان المبارك قبل بدايته، ويستمرّون فيها حتى بعد انتهائه، فما يتضمّنه من برامج وفعاليات كثيرة وعلى مختلف الصعد، يصعب حصرها في أيام صيامه المعدودة.

وبداية الدخول إلى أجواء رمضان تكون في أوكرانيا قبل أسابيع من بدايته، من خلال منابر خطب الجمعة والصلوات الخمس في مساجدها، حيث يدعو الأئمة وعامة المسلمين الله تعالى أن يبلغهم الشهر الفضيل ويعينهم على صيامه وقيامه.

مع بداية شهر رمضان المبارك تتحول المساجد والمراكز الإسلامية التابعة لاتحاد المنظمات الاجتماعية في أوكرانيا إلى ما يشبه خلية نحل تزدهر بالأنشطة والبرامج الدعوية والثقافية المختلفة، والتي تحظى بحضور جماهيري كبير.

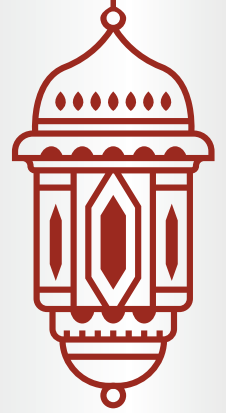
وتسعى هذه المراكز من خلال البرامج التي تقيمها طوال الشهر الفضيل إلى رفع المستوى الروحاني وسط أبناء الجالية المسلمة من خلال عيش أجواء رمضان ذات صبغة روحانية، وتأتي على رأس هذه الأنشطة الصلوات والقيام إضافة إلى (موائد الرحمن) التي يقيمها الاتحاد طوال أيام الشهر، ويتسابق أهل الخير من المسلمين لتمويلها في مظهر من مظاهر التكافل الاجتماعي.

ومع أول يوم في رمضان بدأت المراكز في تطبيق برامجها، حيث توافد المسلمون بالمئات على المراكز الإسلامية، إذ امتلأت المساجد والمصليات عن آخرها بالمصلين الذين يتسابقون لحضور الصلوات الخمس ولتلاوة القرآن الكريم ويذكرون الله تعالى.

وقبيل الغروب يبدأ الصائمون بالتوافد على المراكز الإسلامية والمساجد لتناول طعام الإفطار حيث الموائد الرحمانية التي يقيمها اتحاد الرائد يوميا للرجال



من هنا وهناك



أنشطة رمضانية للأطفال

إزدان مول الخرافة



ورشة عمل للفوانيس • إعداد زينة رمضان • فقرة الحكاية

شاركونا في رمضان في أنشطة مليئة بالمرح تقام في عطلات نهاية الأسبوع لجميع أفراد الأسرة.
كل خميس وجمعة وسبت من الساعة ٩ مساءً حتى ١٢:٠٠ منتصف الليل
بانتظاركم عند البوابة رقم (١) بإزدان مول الخرافة.

بلغت قيمتها 810 ملايين ريال

صفقة عقارية خلال النصف الأول من رمضان



محمد السقا

بلغ إجمالي قيم التداولات العقارية خلال النصف الأول من شهر رمضان المبارك نحو 810 ملايين ريال بعد تنفيذ 137 صفقة عقارية خلال تلك الفترة، وتوزعت التداولات خلال تلك الفترة بواقع 449 مليون ريال خلال الأسبوع الأول من الشهر الفضيل من يوم 20 مايو الماضي وحتى 24 من نفس الشهر عبر تنفيذ 45 صفقة، كما شهد الأسبوع الثاني من شهر رمضان والممتد من 27 مايو الماضي وحتى 31 من نفس الشهر تنفيذ 92 صفقة عقارية بقيمة 361 مليون ريال. وعادة ما تشهد تداولات العقارات خلال شهر رمضان هدوءاً نسبياً، ولكن شهدت الفترة الماضية عدداً من المتغيرات والعوامل التي أثرت على تداولات السوق، سواء من حيث الإيجارات ومعدلاتها أو توقعات تحرك حركة التصرّفات العقارية بالبيع أو الشراء.

طفرة قوية

وتوقع خبراء ومتمثّنون أن تشهد الفترة المقبلة طفرة قوية على صعيد أداء القطاع مع إقرار قانون تملك الأجانب للعقارات، وكذلك قانون الاستثمار الأجنبي بنسبة 100%، وهو ما سيدعم الطلب على العقارات في قطر بشكل كبير.

ويقول الممثل العقاري يوسف طاهر إن شهر رمضان عادة ما تهدأ به تداولات العقارات، ولكن جاء الزخم عبر العروض القوية على صعيد الإيجارات التي قامت بتخفيضها عدد من الشركات سواء داخل الدوحة أو خارجها، بدفع من ارتفاع حجم المعروض في السوق، مشيراً إلى أن الانخفاض النسبي في الإيجارات والعروض التي تقدمها الشركات بمثابة تصحيح صحي للقطاع، كان لابد منه، ويهيئ لمرحلة جديدة من الانطلاق تدعمها التشريعات الجديدة التي تتبناها الدولة حالياً، وتوقع أن تساهم الموافقة على مشروع قانون تملك العقار في تحقيق نقلة نوعية على صعيد القطاع العقاري تدفع به نحو مزيد من النشاط، واستعرض عوامل الدعم التي يتمتع بها القطاع العقاري في قطر، خاصة بعد ما أشتته الدولة من كونها إحدى أكثر الدول أماناً على مستوى العالم وهو ما يشكل عامل الجذب الرئيسي للمستثمرين الذين يبحثون عادة عن أسواق آمنة ضمن استثماراتهم، وكذلك ما قامت به الدولة من التزامها بجميع تعاققاتها حتى مع الدول المحاصرة، وهو ما أرسل رسالة مهمة للعالم بأن قطر تعلي مبدأ القانون والالتزام بالتعاقدات فوق كل شيء.

وأضاف الطاهر أن المخيمات في دولة قطر سيشكلون شريحة هامة من سيجوهون نحو تملك العقارات في قطر بمجرد إقرار القانون خاصة وأن جانباً كبيراً منهم يبحث عن مزيد من الاستقرار داخل الدولة، وهو ما يمكن أن يتم عبر تملكهم لعقار يقيمون فيه بدلاً من الإيجار أو حتى تملك العقارات بغرض الاستثمار.

هدوء نسبي

في حين يرى المهندس أحمد شهاب مدير تطوير الأعمال في شركة شنن الهندسية أنه رغم الهدوء النسبي في تداولات العقارات خلال شهر رمضان إلا أن الأسابيع الأولى من الشهر الكريم شهدت ظاهرين إيجابيتين، الأولى تتمثل في عروض التجار على الوحدات السكنية والإدارية والتجارية، والظاهرة الثانية هي استمرار التداولات عند مستويات مقبولة من تصرفات البيع والشراء والتي تخطت 800 مليون ريال خلال 10 أيام عمل فقط، ومن ضمنهم تداولات على مجمعات سكنية وعمائر ومجمعات إدارية وأبراج وغيرها، مما يؤكد أن

■ القطاع العقاري مرشح لطفرة مع إقرار قوانين تملك الأجانب والاستثمار الأجنبي



■ أحمد شهاب



■ يوسف طاهر

النشاط لا يزال موجوداً وبقوة داخل القطاع العقاري.

وأوضح شهاب أن هناك تطلعا كبيرا نحو إقرار قانون تملك العقارات خاصة من قبل المخيمات في دولة قطر ممن يعملون بقطاعات الدولة المختلفة، مشيراً إلى أن جانباً كبيراً منهم سيرغب في الحصول على فرصة مقلية على تنظيم كاس قطر، في ظل تمتع العقارات القطرية بعوائد استثمارية مغرية، بالإضافة استثنائياً لهذا القطاع، في ظل التوقعات بارتفاع عدد الزائرين وازدهار القطاع السياحي وما سيشهده من ارتفاع كبير في عوائد تلك القطاعات، وأضاف شهاب أن الحركة القوية على صعيد الإنشاءات في مختلف أنحاء قطر تضمن تواجد معروض قوي من العقارات باختلاف أنماطها ونطاقاتها السعرية، وهو ما سيسمح بتوسيع قاعدة المقلبين على شراء العقارات في قطر من غير القطريين.

الأسبوع الأول

وبلغ عدد المعاملات المنجزة بوزارة العدل خلال الأسبوع الثالث من شهر مايو الماضي 1812 معاملة موزعة بين معاملات التسجيل العقاري والتوثيق. وكشف حجم المعاملات المنجزة بالمراكز الخدمية الخارجية للوزارة خلال الفترة من 20 مايو 2018 إلى 24 من الشهر نفسه الموافق للأسبوع الأول من شهر رمضان المبارك عن تقديم وإنهاء عدد من المعاملات المقدمة إلكترونياً من خلال مشروع أنظمة التسجيل العقاري والتوثيق المعروف اختصاراً ب«صك».

وتوزعت معاملات التسجيل العقاري بين مختلف معاملات الخدمات المقدمة للجمهور منها 106 معاملات نقل ملكية، و79 معاملة تغيير عقار، و48 معاملة قيد وحجز، و33 معاملة قيد فك حجز، و100 معاملة تخص معاملات الخدمات و56 معاملة تخص معاملات التصحيح

والتعديل، ليلبلغ بذلك إجمالي معاملات التسجيل العقاري المقدمة خلال الأسبوع 422 معاملة. فيما توزعت معاملات التوثيق بين 1282 معاملة تخص مختلف معاملات التوثيق، وعدد 4 معاملات إثبات تاريخ، وعدد 78 معاملة تصديق على توثيق، وعدد 26 معاملة إلغاء توكيل، ليلبلغ بذلك إجمالي مجموع معاملات التوثيق خلال الأسبوع 1390 معاملة. وشكلت معاملات التسجيل العقاري ما نسبته 23% من حجم المعاملات المقدمة، فيما شكلت معاملات التوثيق 77% من المعاملات، ويشمل هذا العدد الإجمالي للمعاملات كافة معاملات التسجيل العقاري والتوثيق التي تهم المستثمرين والمواطنين والمقيمين بشكل مباشر، وكذا شركات الاستثمار والمعاملات الخاصة بالأفراد، بما في ذلك معاملات البيوع والهبات، وخدمات رمضان. ويعكس التوسع في معاملات التسجيل العقاري والتوثيق المقدمة لشهادات الملكيات والهونات، وغيرها من الخدمات التي تقدمها وزارة العدل، في ارتفاع نسبة المعاملات واكتمالها تتم عن طريق مشروع صك، والتي باتت أغلب الخدمات تتم عن طريقها مما أسهم في ارتفاع نسبة المعاملات واكتمالها إلكترونياً، وتشمل هذه الخدمات خدمات التسجيل العقاري التي تخص معاملات البيع والتي تشمل تقديم الطلبات إلكترونياً بين الطرفين والهبات، وخدمات الوكالات والتصديقات واستصدار شهادات الملكيات والهونات، وتقديم كشوفات الملكية القورية، وخدمات التثمين العقاري والتعديل التنظيمي، من خلال الموظف الشامل بالمراكز الخدمية الخارجية للوزارة، وتقديم خدمات الرهونات من خلال فروع البنوك.

والتعديل، ليلبلغ بذلك إجمالي معاملات التسجيل العقاري المقدمة خلال الأسبوع 422 معاملة. فيما توزعت معاملات التوثيق بين 1282 معاملة تخص مختلف معاملات التوثيق، وعدد 4 معاملات إثبات تاريخ، وعدد 78 معاملة تصديق على توثيق، وعدد 26 معاملة إلغاء توكيل، ليلبلغ بذلك إجمالي مجموع معاملات التوثيق خلال الأسبوع 1422 معاملة. وشكلت معاملات التسجيل العقاري ما نسبته 22% من حجم المعاملات المقدمة، فيما شكلت معاملات التوثيق 78% من المعاملات، ويشمل هذا العدد الإجمالي للمعاملات كافة معاملات التسجيل العقاري والتوثيق التي تهم المستثمرين والمواطنين والمقيمين بشكل مباشر، وكذا شركات الاستثمار والمعاملات الخاصة بالأفراد، بما في ذلك معاملات البيوع والهبات، وخدمات الوكالات والتصديقات واستصدار شهادات الملكيات والهونات، وتقديم كشوفات الملكية القورية، وخدمات التثمين العقاري والتعديل التنظيمي، من خلال الموظف الشامل بالمراكز الخدمية الخارجية للوزارة، وتقديم خدمات الرهونات من خلال فروع البنوك.

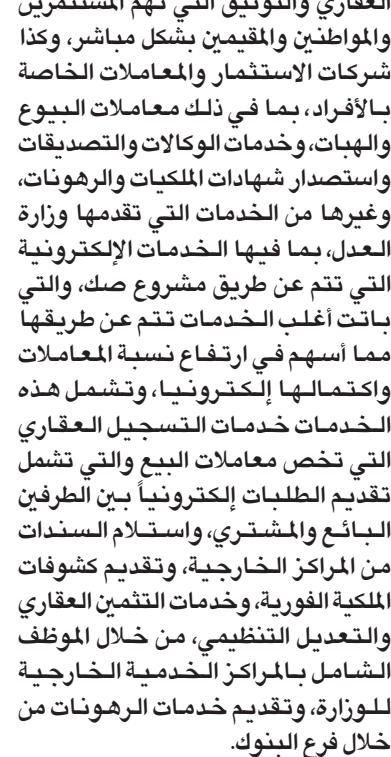
الأسبوع الثاني

وعلى صعيد تداولات الأسبوع الثاني من شهر رمضان فتشير بيانات وزارة العدل إلى أنه بلغ عدد المعاملات المنجزة خلال الأسبوع الرابع والأخير من شهر مايو الماضي 1818 معاملة موزعة بين معاملات التسجيل العقاري والتوثيق. وكشف حجم المعاملات المنجزة بالمراكز الخدمية الخارجية للوزارة عن تقديم وإنهاء عدد من المعاملات المقدمة إلكترونياً من خلال مشروع أنظمة التسجيل العقاري والتوثيق المعروف اختصاراً ب«صك».

وتوزعت معاملات التسجيل العقاري بين مختلف معاملات الخدمات المقدمة للجمهور منها 106 معاملات نقل ملكية، و79 معاملة تغيير عقار، و48 معاملة قيد وحجز، و33 معاملة قيد فك حجز، و100 معاملة تخص معاملات الخدمات و56 معاملة تخص معاملات التصحيح

عدد من المعاملات المقدمة إلكترونياً من خلال مشروع أنظمة التسجيل العقاري والتوثيق المعروف اختصاراً ب«صك». وتوزعت معاملات التسجيل العقاري بين مختلف معاملات التوثيق، وعدد 4 معاملات إثبات تاريخ، وعدد 78 معاملة تصديق على توثيق، وعدد 26 معاملة إلغاء توكيل، ليلبلغ بذلك إجمالي مجموع معاملات التوثيق خلال الأسبوع 1422 معاملة. وشكلت معاملات التسجيل العقاري ما نسبته 22% من حجم المعاملات المقدمة، فيما شكلت معاملات التوثيق 78% من المعاملات، ويشمل هذا العدد الإجمالي للمعاملات كافة معاملات التسجيل العقاري والتوثيق التي تهم المستثمرين والمواطنين والمقيمين بشكل مباشر، وكذا شركات الاستثمار والمعاملات الخاصة بالأفراد، بما في ذلك معاملات البيوع والهبات، وخدمات رمضان. ويعكس التوسع في معاملات التسجيل العقاري والتوثيق المقدمة لشهادات الملكيات والهونات، وغيرها من الخدمات التي تقدمها وزارة العدل، في ارتفاع نسبة المعاملات واكتمالها تتم عن طريق مشروع صك، والتي باتت أغلب الخدمات تتم عن طريقها مما أسهم في ارتفاع نسبة المعاملات واكتمالها إلكترونياً، وتشمل هذه الخدمات خدمات التسجيل العقاري التي تخص معاملات البيع والتي تشمل تقديم الطلبات إلكترونياً بين الطرفين والهبات، وخدمات الوكالات والتصديقات واستصدار شهادات الملكيات والهونات، وتقديم كشوفات الملكية القورية، وخدمات التثمين العقاري والتعديل التنظيمي، من خلال الموظف الشامل بالمراكز الخدمية الخارجية للوزارة، وتقديم خدمات الرهونات من خلال فروع البنوك.

والتعديل، ليلبلغ بذلك إجمالي معاملات التسجيل العقاري المقدمة خلال الأسبوع 422 معاملة. فيما توزعت معاملات التوثيق بين 1282 معاملة تخص مختلف معاملات التوثيق، وعدد 4 معاملات إثبات تاريخ، وعدد 78 معاملة تصديق على توثيق، وعدد 26 معاملة إلغاء توكيل، ليلبلغ بذلك إجمالي مجموع معاملات التوثيق خلال الأسبوع 1422 معاملة. وشكلت معاملات التسجيل العقاري ما نسبته 22% من حجم المعاملات المقدمة، فيما شكلت معاملات التوثيق 78% من المعاملات، ويشمل هذا العدد الإجمالي للمعاملات كافة معاملات التسجيل العقاري والتوثيق التي تهم المستثمرين والمواطنين والمقيمين بشكل مباشر، وكذا شركات الاستثمار والمعاملات الخاصة بالأفراد، بما في ذلك معاملات البيوع والهبات، وخدمات الوكالات والتصديقات واستصدار شهادات الملكيات والهونات، وتقديم كشوفات الملكية القورية، وخدمات التثمين العقاري والتعديل التنظيمي، من خلال الموظف الشامل بالمراكز الخدمية الخارجية للوزارة، وتقديم خدمات الرهونات من خلال فروع البنوك.



توقعات إيجابية

كانت مجموعة صك القابضة قد تمتد في تقريرها الدوري التوجه لتملك العقار لغير القطريين، كونها مبادرة تمنية نحو تهيئة فرص جديدة أمام القطاع العقاري في قطر، لاسيما وأن القانون المرتقب يأتي ليتكامل مع قانون التملك لغير القطريين الجاري تطبيقه منذ قرابة ثلاث سنوات في 18 منطقة، مؤكداً أهمية ذلك في توفير بيئة جاذبة للاستثمار العقاري، مما سيساهم في ضخ سيولة عقارية كبيرة، وإحداث طفرة عقارية في السوق المحلي على المدين المتوسط والتوثيق خلال الأسبوع 1422 معاملة. وشكلت معاملات التسجيل العقاري ما نسبته 22% من حجم المعاملات المقدمة، فيما شكلت معاملات التوثيق 78% من المعاملات، ويشمل هذا العدد الإجمالي للمعاملات كافة معاملات التسجيل العقاري والتوثيق التي تهم المستثمرين والمواطنين والمقيمين بشكل مباشر، وكذا شركات الاستثمار والمعاملات الخاصة بالأفراد، بما في ذلك معاملات البيوع والهبات، وخدمات الوكالات والتصديقات واستصدار شهادات الملكيات والهونات، وتقديم كشوفات الملكية القورية، وخدمات التثمين العقاري والتعديل التنظيمي، من خلال الموظف الشامل بالمراكز الخدمية الخارجية للوزارة، وتقديم خدمات الرهونات من خلال فروع البنوك.



الأراضي تسيطر على تداولات العقار في رمضان

صفقة عقارية خلال أول أسبوعين من رمضان 137 صفقة أراض 65 صفقة مباني مكملة البناء 72



المعاملات

عملية تسجيل عقاري 3630 معاملة في الأسبوع الأول من رمضان 422 معاملة في الأسبوع الثاني من رمضان 396

توزيع صفقات المباني مكملة البناء

مسكنا 46	برج 1	مباني متعددة الاستخدام 7	عمارات سكنية 3
مجمع تجاري 2	مجمعات سكنية 3	قصر خاص 1	تجاري 1
مباني إداري 1	مباني تجاري 1	مباني إداري 1	مباني إداري 1



الميرامية الفوائد والأضرار

الاسم العلمي لها *Salvia officinalis* مقبضة ومطهرة ومعطرة وطاردة للغازات مخفضة للعرق ومقوية ومولدة للاستروجين الخافض لإنتاج حليب الثدي. كما تستخدم ضد الالتهابات وضد تقلصات العضلات والبكتيريا، وهي عبارة عن نبات عشبي معمر صغير لها عرق يرتفع قليلاً عن الأرض بحدود 30 سنتيمتراً في المتوسط تنفرع منها أغصان، ورقها طوله أكثر من عرضه، طول الورقة بين 2 إلى 4 سنتيمترات وعرضها في حدود نصف سنتيمتر، أخضر ناعم الملمس يلون الغصن الذي يصبح أحمر غامق كلما تقدم العمر بالنبته.

من فوائد الميرامية أنها تستخدم في علاج الكثير من الاضطرابات الصحية أبرزها:

- | | | | | | |
|----------------------------|--------------------------------|-------------------------|----------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| | | | | | |
| تقوي الثة وتنقي على التسوس | تخفف من الهبات الساخنة للمسنات | تخفف أعراض انقطاع الطمث | اضطرابات الدورة الشهرية | زيادة إفرازات المعدة | الاضطرابات الهضمية وفقدان الشهية |
| | | | | | |
| تخفف الأرق والقلق والإرهاق | تعالج الاكتئاب والإرهاق العصبي | تخفض مستوى السكر بالدم | علاج لرجفة اليدين | منشطة للدورة الدموية | تخفف من التعرق وتطرد الغازات |
| | | | | | |
| علاج فعال لضعف الذاكرة | تخفف آلام الروماتيزم والمفاصل | مضادة للربو وضيق التنفس | مضادة للإسهال ومدررة للبول | تقوي النظر وتحافظ على صحة العينين | علاج للمصابين بفقر الدم |

استخدامات أخرى لـ«الميرامية»

- | | | |
|---|--|--------------------------------------|
| تستخدم بديل معجون الأسنان تقوي الثة وتشد الثة | مسحوقها بالزيت قناع للبشرة العادية والجافة | مسحوقها بالعسل قناع للبشرة الدهنية |
| تخفف إفراز الكولاجين الضروري لصحة البشرة والجلد | ملعقة من مسحوقها تقضي على رائحة القدم | منقوعها يستخدم كغرفة لالتهابات الحلق |

محظورات استخدامات لـ«الميرامية»

- | | | |
|---|---|--|
| من الأدوية القوية لذلك يشدد على التقيد بالمقادير والجرعات المقررة ولا يشرب ساخناً بل فاتراً | يمنع تحضيرها في أنية حديد لأنها تحتوي على «الثانيين» ولا يجوز أخذ منشطات تحتوي على الحديد أثناء تناولها | خطر على المرضعات لأنها تمنع إدرار الحليب وكذا الحامل في الأشهر الثلاث الأولى لأنه يزيد من سرعة الطمث |
|---|---|--|

عرض شهر رمضان المبارك



شقة مكونة من غرفتين

3,950 ر.ق

رمضان كريم
RAMADAN KAREEM

إتصل على 40212121

www.ezdanrealestate.qa

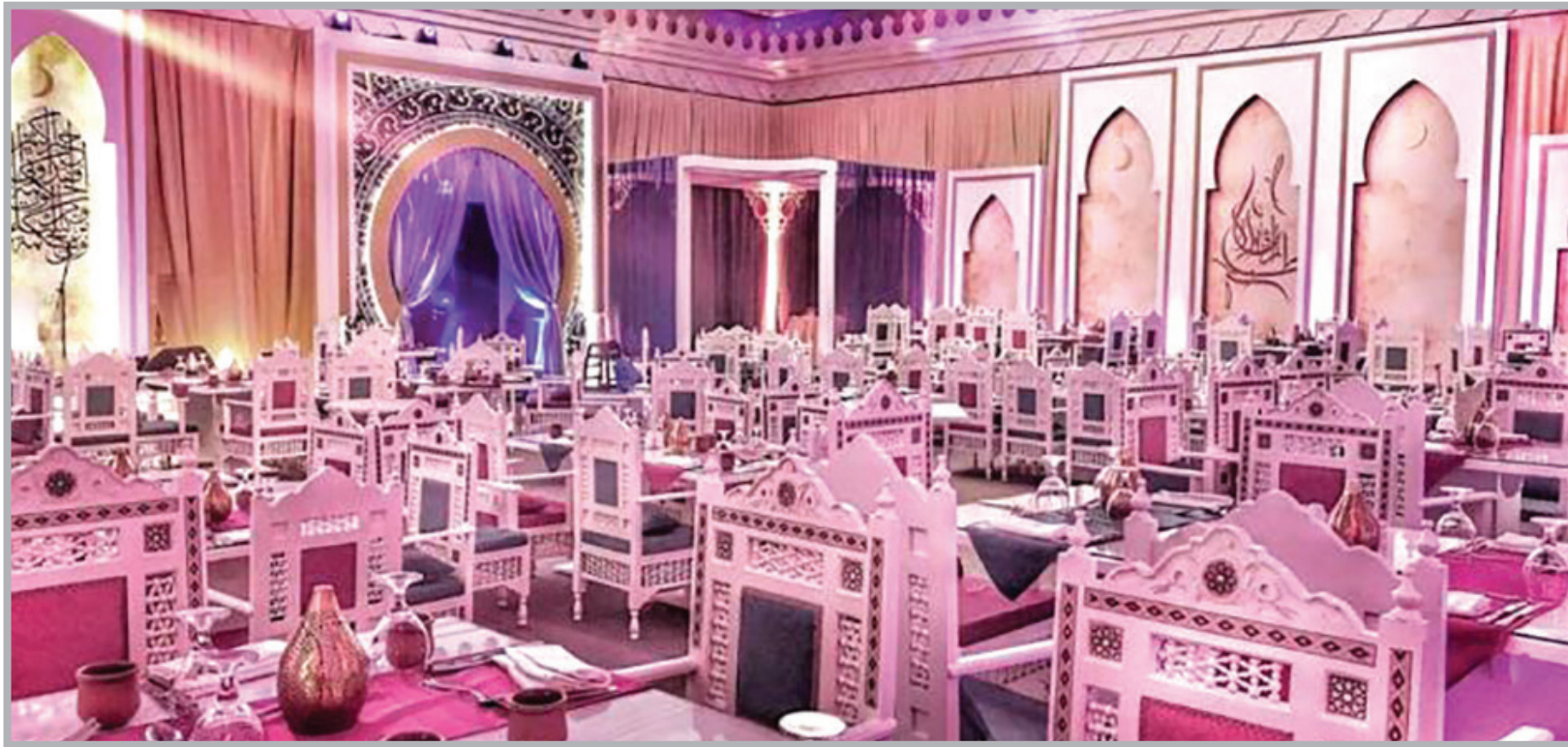
هذا العرض ساري المفعول طوال شهر رمضان فقط

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

✓ عقد 12 شهراً

350 ضيفا سعة خيمة «سحر الشرق»

خيارات متنوعة في الباقة الرمضانية بـ«فريج تشرق»



■ فندق «فريج شرق»

ومن الساعة 6 مساءً إلى الواحدة صباحاً في مقهى الجلسة الذي يعد المكان المثالي للاسترخاء وتذوق مجموعة مختارة من أكثر من 25 نوعاً من الشاي يرافقها أشهى الحلويات العربية. يمكن لزوار الدوحة أن يقصدوا فندق ومنتجع فريج شرق لاستكشاف روعة الشرق خلال شهر رمضان الفضيل والاستفادة من عرض الإقامة لليلة واحدة في غرفة مترفة والذي يشمل الإفطار أو السحور والاتصال المجاني بالإنترنت اللاسلكي.

إلى اللحوم المشوية وثمار البحر والحلويات. ويوفر المنتجع إفطار مطعم باريسا نظير 175 ريالاً للفرد حتى الساعة 11,00 مساءً، حيث يجتمع الكبار والصغار للاستمتاع بإفطار إيراني فخم مع لائحة طعام تناسب العائلات وترضي الجميع. ستمكن الشركات الراغبة بالمحافظة على تقاليد الضيافة العربية بدعوة العملاء والموظفين إلى إفطار خاص بلائحة طعام توضع حسب الطلب تقدم في جو قاعة السنبك الراقي.

250 ريالاً للفرد والسحور من الساعة 9,00 حتى الثانية صباحاً مقابل 250 ريالاً للفرد، وتعد الخيمة مقصدا لعشاق التجربة العربية الأصيلة. ويقدم الفندق بوفيه الإفطار في مطعم اللوان مقابل 250 ريالاً للفرد من المغيب حتى 8,00 مساءً، حيث يقدم الشيف أشهى الأطباق التقليدية الباردة والساخنة والخبز الطازج والمأزة والسلطات الكلاسيكية، مع محطة للطبخ المباشر لطبق الأوزي التقليدي والشاورما إضافة

واسعاً من الحلويات العربية وأنواع الشاي الفاخر بالإضافة إلى الشاي المغربي. وستتمكن الشركات الراغبة بالمحافظة على تقاليد الضيافة العربية من تنظيم إفطار خاص بلائحة طعام توضع حسب الطلب تقدم في جو قاعة السنبك الراقي. وتتضمن قائمة النشاطات خلال شهر رمضان المبارك في فريج شرق ما يلي: خيمة سحر الشرق في فندق ومنتجع فريج شرق حيث الإفطار من المغرب حتى الساعة 8,00 مساءً نظير

رمضانيات

يحتفل فندق ومنتجع فريج شرق بحلول شهر رمضان المبارك بنشاطات تنشر البهجة في قلوب الجميع، من خيمة سحر الشرق الرمضانية الرائعة إلى ولائم البوفيه، يتيح لكم الفندق فرصة اختبار أسلوب الحياة العربي الأصيل.

يطلق الفندق خيمة سحر الشرق الرمضانية في قاعتي الدشة والسنبوك حيث تتسع الخيمة لحوالي 350 ضيفاً في تصميم عصري وتقدم للضيوف بوفيهها فاخراً وفريداً يشمل مجموعة من الاطباق المتنوعة ومجموعة واسعة من السلطات الطازجة والحلويات الشهية، بالإضافة الي عروض موسيقية حية يوميا على انغام الفرقة الموسيقية.

وسيمكن محبو المطبخ الإيراني من الاستمتاع بكباب ميجو مباشرة من المشواة على الفحم مع الروبيان والزبدة بالزعفران أو تذوق الخورشفت فسنجان الساخن مباشرة من القدر الفخاري مع الدجاج والجوز وصلصة الرمان. يكلل الشيف موعادام أطباقه المبدعة بتقديم الحلويات التقليدية مثل الفالوده الشيرازي المكونة من شعيرية مجلدة مع ماء الورد أو حتى حلوى شله زرد وهو عبارة عن أرز بالحليب مع الزعفران مزين بالفسنق الحلبي واللوز.

عند المغيب، سيعجب محبو الحلويات بالبوفيه الخاص المتواجد في مقهى الجلسة الذي يقدم خياراً

عروض استعراضية تفاعلية مجانية بـ«دوحة فستيفال» خلال العيد

الأطفال في مغامرة رائعة مليئة بالمرح والغناء احتفالاً بمناسبة عيد ميلاد شخصية دراكولا. وسيتضمن المول أيضاً للمرة الأولى برنامج الألعاب والمسابقات 'ج جواب'، الذي يبث بشكل مباشر ويقدمه أشرف العوضي مع الدمية اللطيفة 'لحوح'. وسيتضمن برنامج المسابقات المقام في ردهة المطاعم الجنوبية أحاجي والغاز تعتمد على الذكاء، وسيحظى المشاركون بفرصة الفوز بجوائز قيّمة. تدعو 'دوحة فستيفال سيتي' العائلات لاصطحاب أطفالهم من جميع الأعمار وخوض تجربة مليئة بالمرح احتفالاً بالعيد، كما يمكن للضيوف الاستمتاع مجاناً بحضور العرض الإستعراضي الغنائي للأطفال الذي يقام على مدى خمسة أيام ابتداءً من أول أيام عيد الفطر المبارك.

رمضانيات

تحتفل «دوحة فستيفال سيتي»، الوجهة المفضلة للأشخاص الباحثين عن الأفضل في عالم الموضة والمطاعم والترفيه، بحلول عيد الفطر المبارك، وهي المناسبة التي تشهدها دوحة فستيفال سيتي للمرة الثانية منذ انطلاقتها، حيث ستقدم العديد من الفعاليات، والعروض الإستعراضية الغنائية، وأكثر من 9 فعاليات متنوعة للأطفال. وللمرة الأولى في قطر، واحتفالاً بعيد الفطر المبارك، سيتاح لزوار 'دوحة فستيفال سيتي' فرصة الاستمتاع على مدى خمسة أيام بالعرض المسرحي التفاعلي المباشر بعنوان عيد الميلاد «بالها من مفاجأة!» الذي يضم نجوم فيلم 'هوتيل ترانسلفانيا'، بما في ذلك دراكولا، ومافيس، وفرانكنشتاين وموراي، الذين سيصحبون



اجمع العائلة و الأصدقاء على الإفطار و السحور

خلال شهر رمضان الكريم

مع أشهى الأكلات والحلويات الشرقية بمطعم الميز بفندق رتاج الريان بالدحفة

رق 120 الحفلات الخارجية	رق 99 السحور للفرد من الساعة 12:30 صباحاً إلى الساعة 2:30 صباحاً	رق 140 إفطار الفرد من الساعة 9:30 مساءً إلى وقت الإفطار إلى
---------------------------------------	---	--

رمضان في قطر
Ramadan in Qatar

66025326
لحجوزات المطعم

66877907
لحجوزات الحفلات الخارجية

www.retaj-hotels.com



العلاقة بين صيام رمضان والصحة

تقويض العضلات، مما يجعل الصائمين يبدون نحيلين بالإضافة إلى أنه يضعف جسمهم جداً. ولكن ومن ناحية أخرى من المستبعد الوصول لمرحلة المجاعة خلال رمضان لتوقف الصيام يومياً خلال الليل.

التحول من الغلوكوز للدهن

بما أن مدة الصيام خلال شهر رمضان تستمر من الفجر حتى المغرب فقط، يمكن إعادة ملئ مخازن الطاقة في الجسم في وجبات السحور والفطور، يجعل ذلك الجسم يتحول من استخدام الغلوكوز كمصدر أساسي للطاقة لاستخدام الدهون ومنع تحطم بروتينات العضلات.

8 ساعات أو أكثر على آخر وجبة دخلت إليه، حيث تكون الأمعاء قد أنهت امتصاص المغذيات من الطعام. يشكل الغلوكوز المخزن في الكبد والعضلات في الحالة الطبيعية المصدر الأساسي للطاقة في الجسم، حيث يستخدم الجسم خلال الصيام هذا المخزون من الغلوكوز أولاً ليتزود بالطاقة. وبعد استنزاف هذا المخزون يتحول الجسم للمصدر الثاني للطاقة وهو شحوم الجسم. ومع استمرار الصيام لعدة أيام أو أسابيع يبدأ الجسم باستخدام البروتينات للحصول على الطاقة. وهذا هو الوصف الاختصاصي لما يشاع تسميته بـ «المجاعة». ومن الواضح أنه ضار بالصحة ويتضمن تحرر البروتينات نتيجة

الطاقة، وهو أمر ضار بالصحة. يعتقد الطبيب رزين معروف (وهو طبيب تخدير من أوكسفورد) بوجود علاقة قوية بين الحمية والصحة، ويقول: «لا ينظر الجميع لرمضان دائماً على أنه موعد لخسارة الوزن، لأن المفهوم الروحي يطغى على مفهوم الصحة عند الصائمين، ومن ناحية أخرى يعد الصيام فرصة عظيمة لكسب بعض المنافع الجسدية أيضاً».

مصادر الطاقة خلال الصيام

تعتمد التغيرات التي تحدث خلال الصيام على طول مدة الصيام المتواصل، حيث يدخل الجسم في حالة الصيام بعد مضي

يُعدُّ صيام شهر رَمَضانَ جَيِّداً للصِّحَّةِ في حال القيام به بشكل صحيح، فكيف بإمكانك الاستفادة من ذلك واستغلال صيامك لإفادة جسمك وصحتك؟

العلاقة بين الصيام والصحة

يبدأ الجسم عند الجوع الشديد بحرق الدهون ليتمكن من الحصول على الطاقة، مما يؤدي عادةً لخسارة الوزن، ومن ناحية أخرى، يبدأ الجسم عند استمرار الصيام لفترة طويلة بتقويض بروتينات العضلات للحصول على

صحتك في رمضان

شهر رمضان هو شهر الرحمة والغفران ويحلو الحديث عن الفوائد الروحية والنفسية والجسدية للصيام ولكن هناك وقفات صحية ووصايا غذائية لا بد أن نعيدها شيئاً من الإنتباه لنحصل في رمضان على الصحة والنشاط مقرونين بالقدرة على الطاعة والعمل وهذه بعض النصائح الصحية العامة في شهر رمضان.

تناول الخضروات والفواكه

إلى الألياف التي تساعد على الإحساس بالشبع وكذلك الوقاية من الإمساك. فيجب عدم إهمال تناولها سواء طازجة أو مطبوخة وتوزيع الحصص المفروضة منها (ما لا يقل عن 5 حصص يومياً من الخضروات والفواكه) على الوجبات الثلاث.

إن اختلاف العادات الغذائية في شهر رمضان قد يدفع الكثيرين إلى قلة إستهلاك الخضروات والفواكه وهذا تصرف غير صحي، فاهميتها تجعلها في قمة الأولويات، فغناها بالفيتامينات والأملاح المعدنية ضروري للجسم بالإضافة



أرقام تهم صحتك في رمضان



الفروق الفسيولوجية لمنظومة حرق السعرات المرتبطة بالعمر والجنس ونوع أنسجة الجسم:

الرجال أكثر قدرة على حرق السعرات بنسبة حوالي 10% بسبب الكتلة العضلية والتركيبية الهرمونية. وبعد سن العشرين يقل معدل الحرق بحوالي 2% كل 10 سنوات وهذا يعني أنه على النساء الاهتمام بالحركة والرياضة وخاصة مع تقدم السن.

رمضان شهر مبارك له خصوصيات كثيرة في كل مجالات حياتنا فهو يعلمنا ويغير من سلوكيات المسلمين في العبادة وفي شؤون الحياة الأخرى، ومن المجالات التي يغيرنا فيها أنه يجعلنا نتسم بالدقة ونهتم بلغة الأرقام. وهو الشهر الوحيد في السنة الذي يجعلنا نهتم فيه بموعد صلاة الفجر وصلاة المغرب بدقة شديدة، لأنهما موعد بداية الصيام ونهايته بل ونعرف بدقة توافق التاريخ الميلادي والهجري لأنهما موعد بداية الصيام وعيد الفطر. وانطلاقاً من هذه الأجواء ما هي الأرقام الهامة والمتعلقة بالحالة الصحية وبالطعام والتغذية والسمنة التي تهمنا في رمضان، لنصومه بكفاءة صحية عالية حتى لا يزداد وزننا بل على العكس حتى يمكننا أن نفقد بعضاً من الكيلوجرامات الزائدة بسهولة ودون معاناة، وهذه الأرقام المتنوعة سنجدها في الإجابات على هذه الأسئلة المتنوعة التالية:



زوم على أسعار السوق



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



الخضروات والفواكه



7.5

كمثرى



6

موز



18

عنب



6.5

تفاح



6

جزر



2.5

خيار



2

بطاطس



5.5

كوسة



2

بصل



5

طماطم



العروض تنعش الطلب على الأجهزة الكهربائية

يزداد خلال الشهر الكريم، الطلب على العديد من السلع ومن تلك السلع الأجهزة الكهربائية بكافة أنواعها، وسجل الطلب على الأجهزة الكهربائية، انتعاشاً قوياً بلغ نحو 40%، حيث تقدم المجمعات التجارية عروضاً نارية ساهمت في فتح شهية المستهلكين على التسوق، وفيما يلي بعض الأسعار:

2399	غسالة 7 كيلو
2299	فرن غاز 5 رؤوس
1899	فريزر مسطح 600 لتر
1499	براد المياه
999	ثلاجة 360 لترا
95	محضرة شباتي
199	شواية لحم
599	عصارة فواكه
499	فرن مايكروويف

الأسماك

	70	هامور
	6	شعري
	20	خنعد
	12	كوفر
	30	صافي
	10	جد
	18	زبيدي



اللحوم والدواجن

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

الأسعار / بالريال لكل كجم

سلع أخرى

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

ضوابط التجارة في الإسلام

التجارة في الإسلام تحكمها ضوابط وقيم أخلاقية ينبغي على التجار التحلي بها، وهذه الضوابط والقيم مستمدة من كتاب الله تعالى ومن سنة نبيه - صلى الله عليه وسلم - ومن سير الصحابة والسلف في تعاملهم التجاري.

قال أبو حامد الغزالي: أوقد أمر الله تعالى بالعدل والإحسان جميعاً، والعدل سبب النجاة فقط وهو يجري من التجار مجرى رأس المال والإحسان سبب الفوز ونيل السعادة وهو يجري من التجارة مجرى الربح ولا يعد من العقلاء من قنع في معاملات الدنيا برأس ماله فكذا في معاملات الآخرة فلا ينبغي للمتدين أن يقتصر على العدل واجتناب الظلم ويدع أبواب الإحسان وقد قال الله تعالى: «وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ» وقال عز وجل: «إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ» وقال سبحانه وتعالى: «إِنَّ رَحْمَةَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ»، ونعني بالإحسان فعل ما ينتفع به العامل وهو غير واجب عليه ولكنه تفضل منه فإن الواجب يدخل في باب العدل وترك الظلم [إحياء علوم الدين 2/ 80 - 81].

وكذلك فإن الصدق والأمانة والتصيحة من أعظم أخلاق التجار فقد ورد في الحديث عن أبي سعيد الخدري - رضي الله عنه - أن النبي - صلى الله عليه وسلم - قال: (التاجر الصدوق الأمين مع النبيين والصديقين والشهداء) رواه الترمذي وقال حديث حسن، سنن الترمذي 3/ 515، وفيه ضعف منجبر كما قال العلامة الألباني في غاية المرام ص 124.

وعن رفاعة - رضي الله عنه - أنه خرج مع النبي - صلى الله عليه وسلم - إلى المصلى فرأى الناس يتبايعون فقال: (يا معشر التجار فاستجابوا لرسول الله - صلى الله عليه وسلم - ورفعوا أعناقهم وأبصارهم إليه فقال: إن التجار يبغثون يوم القيامة فجاراً إلا من اتقى الله وبرّ وصدق) رواه الترمذي وقال: هذا حديث حسن صحيح. سنن الترمذي 3/ 516، ورواه الحاكم وقال: صحيح الإسناد ووافقه الذهبي. وغير ذلك من الأحاديث. ومن الأمور التي ينبغي للتجار ألا يتعاملوا بها الغبن، وهو أن يُغلب أحد المتبايعين، وهو نوع من الخداع. قال أبو حامد الغزالي: [... فينبغي أن لا يغبن صاحبه بما لا يتغابن به في العادة فأما أصل المغابنة فمأذون فيه لأن البيع للربح ولا يمكن ذلك إلا بغبن ما ولكن يراعى فيه التقريب فإن بذل المشتري زيادة على الربح المعتاد إما لشدة رغبته أو لشدة حاجته في الحال إليه..

البلح

البلح يحتوي على عدد سعرات حرارية مرتفع، حيث إن نصف كوب من البلح المغروم يحتوي على حوالي 208 سعرات حرارية، فإذا كنت تتبع نظاماً غذائياً لإنقاص الوزن، لن تكون قادراً على تناول الكثير من البلح، يمكنك تناول ثمرة واحدة منه أو ثمريتين يومياً

208

سعرات حرارية

أرقام ومعلومات عن القرآن الكريم

7 سور تبدأ بتسبيح الخالق جل وعلا

«سبح- يسبح- سبحان» وهي: الإسراء والأعلى.

والتغابن والجمعة والصف والحشر والحديد.

3 سور تبدأ بـ «يا أيها النبي» وهي: الأحزاب، والطلاق، والتحريم.

سورتان تبدآن بـ «يا أيها المزمل» و «يا أيها المدثر» وهما: المزمل، والمدثر.



رمضان في باكستان مختلف. صحيح أنه توجد هناك عادات وطقوس كثيرة تشبه معظم الدول الإسلامية، مثل الإقبال على الصلاة في المساجد، وحضور حلقات الذكر ودروس التفسير وموائد الرحمن وتلك الأجواء الحميمة التي تجمع الناس وتؤلف بين قلوبهم.. لكن تبقى للشهر الفضيل في باكستان خصوصية تميزه. ويشكل رمضان فرصة للباكستانيين للتقرب إلى الله تعالى، بكل العبادات وأعمال الخير، بل والتقرب من بعضهم البعض، حيث تزيد المحبة والتواد بين الناس، فيتبادلون الأطباق والزيارات وتقام موائد الإفطار الجماعي.

عادات صيام

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



باكستان

صحة وعافية



الشيف أحمد الجمال

منتج جزيرة البنانا بإدارة أنانتارا

وجبة مندي الدجاج بالفرن لـ 6 أشخاص

المكونات :

- دجاج مقطع 2000 جم
- أرز ذو الحبة الطويلة 300 جم
- بصلة مقطعة ناعماً.
- بهارات حبة كاملة غير مطحونة (فلفل أسود، لومي، ورق لورا، مسمار، قرفة)
- بهارات مندي مطحونة. - زعفران.
- لوز محمص للتزيين.
- تحتاجين لنقع الدجاج المكونات التالية:
- عصير ليمونة - ربع كوب خل أبيض.
- ملعقة صغيرة من الكركم، وبهارات مندي، والكاري.
- والثوم البودرة، واللومي المطحون.
- ملعقة كبيرة رب البندورة.
- ملعقة زيت نباتي.
- ملعقة لبن.

طريقة التحضير :

قطعي الدجاجة إلى نصفين، ثم قومي بتنظيفهما وأحدثي بعض الشقوق فيها بواسطة طرف سكين حاد. أضيفي خلطة النقع التي تتكون من اللبن والزيت النباتي ورب البندورة والخل وعصير الليمون والبهارات المذكورة أعلاه في وعاء صغير قلبوها معا ثم أضيفيها على الدجاج وأتركها قليلاً لتتشرب خلطة النقع. ضعي البصل المغروم مع قليل من الزيت في قدر على النار، وأضيفي ملعقتين

كبيرتين من بهارات المندي المطحونة وقليل من البهارات الصحيحة التي ذكرناها سابقاً. أضيفي الأرز بعد غسله ونقعه جيداً إلى الخليط وقلبيه مع البصل والبهارات. ثم أضيفي له ماء كافياً لغمره مع إضافة القليل من الزعفران ليكسبه لوناً أصفر جميل مائل للبرتقالي، ويمتلك إضافة الملح حسب الرغبة. قومي بتغطية القدر بثلاث طبقات من ورق الفويل بعد إحداث عدة ثقوب فيها حتى تسمح بمرق الدجاج



الكلفة

123
ريالا

بنكية الأرز. ضعي قطع الدجاج فوق ورق الفويل ثم قومي بتغطيته جيداً مرة أخرى. ضعيه في فرن مسخن على درجة حرارة 250 درجة مئوية لمدة ساعة تقريباً. بعد مرور الساعة افتحي ورق الفويل وحمزي الدجاج من الأعلى حتى يكتسب لوناً ذهبياً رائعاً. أسكي الأرز بعد تقلبيه قليلاً في طبق التقديم، وضعي قطع الدجاج فوقه وزينيّه باللوز المحمص وقدميه ساخناً مع سلطة الأفوكادو والمخل.

الإخراج الفني: محمد غريب

الإشراف العام: عبدالدايم عبدالعزيز



EZDAN HOTEL
WEST BAY TOWERS

عيد مبارك

تجربة إستثنائية أثناء العيد

عرض خاص لعيد الفطر، إبتداءً من ٢٩٩ ريال قطري
للغرفة تشمل وجبة الإفطار لشخصين والدخول
إلى حمام السباحة ومركز اللياقة البدنية



E i d M u b a r a k

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