

بدعم من ترقية مورجان ستانلي وتجزئة الأسهم.. خبراء ومحللون:

سيولة استثنائية للبورصة خلال رمضان

يتوقع خبراء ومحللون أن تمتد بركات شهر رمضان الفضيل إلى بورصة قطر، وينتظر أن يتم ضخ سيولة وتداولات قوية

خلال الشهر الكريم على عكس السنوات الماضية التي كانت تشهد عادة هدوءاً على صعيد قيم وأحجام التداولات والصفقات المنفذة، وهو سيناريو مشابه لما حدث خلال شهر رمضان من العام الماضي الذي شهد سيولة استثنائية. ويعلل الخبراء هذا النشاط الاستثنائي المتوقع بتنفيذ مراجعة الأسهم القطرية المدرجة ضمن مؤشر مورجان ستانلي الأمريكي MSCI والتي ينتظر أن يتم تنفيذها خلال منتصف مايو الجاري، وهي المراجعة الأكبر من حيث قيمة السيولة والتي عادة ما تشهد تغيراً على صعيد الوزن النسبي للأسهم أو إضافة أسهم جديدة للقائمة. أما العامل الإيجابي الآخر الذي ينتظر أن يغش تداولات بورصة قطر فهو قرب تنفيذ آلية تجزئة الأسهم، والتي ينتظر أن تبدأ مباشرة بعد إجازة عيد الفطر المبارك، وبالتحديد خلال الفترة من 9 يونيو وحتى 7 يوليو 2019 وبموجب عملية مجدولة ستتم بالتنسيق مع بورصة قطر وشركة قطر للإيداع المركزي للأوراق المالية والجهات المعنية الأخرى.

التفاصيل

9-8

سنة أولى صيام

المصدر: لوسيل

By:Nourelain Medhat



8 سنوات السن المناسبة للتدريب على الصيام

10 سنوات السن المناسبة للصيام يوماً كاملاً

www.lusailnews.qa

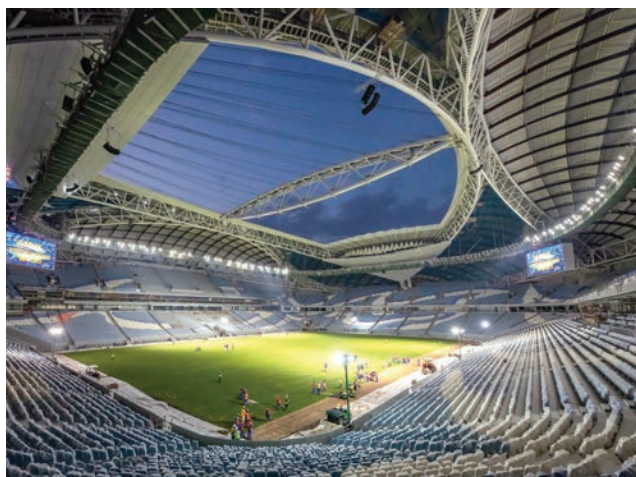
إستاد الوكرة.. حلم قطري يرى النور الخميس المقبل

بدأ العد التنازلي لافتتاح إستاد الوكرة، أحد الإستادات التي ستستضيف نهائيات كأس العالم لكرة القدم في قطر 2022، حيث يشهد يوم الخميس المقبل التدشين الرسمي للإستاد من خلال المباراة النهائية لبطولة كأس سمو الأمير المغدى لكرة القدم.. إستاد الوكرة الذي يعد ثاني إستادات موندリアル قطر 2022 التي تم الانتهاء منها بعد افتتاح إستاد خليفة الدولي في مايو 2017، لم يكتف بأنه الإستاد الأول الذي تم تشييده من الصفر وفق المعايير والمعايير المعتمدة من الاتحاد الدولي لكرة القدم «فيفا»، وإنما حقق رقماً عالمياً قياسياً جديداً بعدما تم الانتهاء من تركيب الأرضية العشبية للإستاد في زمن بلغ 9 ساعات و15 دقيقة لتكون أسرع عملية فرش عشب للملعب كرة قدم في العالم.

ويؤكد المهندس ثاني الزراع مدير مشروع إستاد الوكرة في اللجنة العليا للمشاريع والإرث، أن عملية مد الأرضية العشبية للإستاد في زمن قياسي لم تكن هدفاً في حد ذاتها بقدر كونها تجربة لمواجهة أي طارئ قد يحدث لأرضية الملعب خلال الموندリアル، وكيفية التعامل معها في ظل استضافة الإستاد لمباريات في بطولة مضغوطة، فضلاً عن تجربة جدوى تغيير الأرضية في فترة قصيرة.

التفاصيل

15



عينك على



5-4

ارتفاع شأن الإسلام وراء التشكيك في السنة النبوية

جامع الإمام يحتضن مسابقة جاسم القرآنية في فرعي الفئات والبراعم

10



12

ضرورة فحص نسبة السكر أثناء الصيام وبعد الإفطار لتفادي الأخطار



كيف نجح الاقتصاد الإسلامي على المستوى العالمي؟

ربما تفتح التعاملات المالية في البنوك الإسلامية فرصاً جديدة أمام تنوع وتطور الاقتصاد العالمي، وربما يتفوق هذا النوع من التعاملات على تلك التي تتخذ من مبدأ الفائدة والمضاربات وفروقات العملة وما شابه، مبادئ أساسية لتعاملاتها المالية، أما قطاع البنوك الإسلامية فهو يقوم على قاعدة أساسية ترفض بصورة حاسمة مبدأ الفائدة واستغلال حاجة الآخرين إلى القروض.

وقد أشادت مديرة صندوق النقد الدولي كريستين لاجارد بالتمويل الإسلامي الذي تقوده البنوك الإسلامية عبر منافذ واسعة وخاصة في الدول الآسيوية التي تسعى لتطوير اقتصادها، وذكرت مديرة صندوق النقد أن التمويل الإسلامي يمكنه المساهمة في رفع معدلات النمو الاقتصادي وتعزيز طابعه الشامل عن طريق زيادة فرص الحصول على الخدمات المصرفية للسكان الذين يفتقرون إليها. وقالت: «حتى اليوم لا تزال الخدمات المالية قاصرة عن الوصول إلى قطاع كبير من السكان المسلمين - الذين يمثلون سوقاً أساسياً، إن لم يكن السوق الوحيد للتمويل الإسلامي حول العالم، حيث يمتلك ربع البالغين فقط حسابات مصرفية».

التفاصيل

7-6

بلغت موسمها الثامن وتدعمها الأوقاف للعام الثالث على التوالي

1.2 مليون ريال من المصارف الوقفية لصالح مسابقة «تيجان النور» العالمية



ترعى الإدارة العامة للأوقاف بوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية، والسيد ماجد الكواري رئيس قسم الفعاليات، والسيد ناصر قعبور رئيس قسم تلفزيون «ج»، وعدد من المسؤولين من الجهتين.

وأشاد السيد سعد الكواري في كلمته ببرنامج «تيجان النور» المسابقة العالمية لتلاوة القرآن الكريم وتجويده، الذي يقدم بتلفزيون «ج» في شهر رمضان المبارك. وقال معرباً عن شكره لقناة الجزيرة للأطفال بأنها اختارت نهجا متميزاً في خدمة كتاب الله تعالى وهو ما يتوافق مع شروط الواقفين الكرام في إطار دعم وتبني أهل القرآن على مستوى العالم.

وأضاف أن الأمر الملفت في المسابقة نجاحها في جميع مواسمها باستقطاب عدد كبير من المشاركين الصغار من مختلف أنحاء العالم. ومن ناحيته توجه السيد ناصر قعبور رئيس قسم تلفزيون «ج» بشكره وتقديره إلى وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية، وإلى الإدارة العامة للأوقاف لرعايتها الموسم الثامن لمسابقة تيجان النور للعام الثالث على التوالي، دلالة على حرص المؤسسة الوقفية على خدمة للقرآن الكريم وعلومه، والحرص



■ أثناء تسليم الشيك

للقرآن والسنة قال مساعد المدير العام إن منها العمل على زيادة الوعي بمقاصد القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة وأحكامها، ودعم وتشجيع العاملين في خدمة القرآن والسنة، علاوة على نشر القرآن الكريم وعلومه، وترجمة معانيه إلى اللغات الأخرى.

وفي لقاء مع مدير الإدارة العامة للأوقاف الشيخ الدكتور خالد بن محمد بن غانم آل ثاني، بين أن المسابقات التي رعتها الإدارة العامة للأوقاف بوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية في شهر رمضان الكريم، هي مسابقة «تيجان النور»، والتي تشهد اليوم مؤتمر دعمها، وهي مسابقة دولية مختصة بالأطفال، والمسابقة الثانية مسابقة كتارا للقرآن الكريم، وهي برعاية رسمية ودعم من الإدارة العامة للأوقاف بوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية، وهي مسابقة دولية مختصة بالقراء.

وقد تم الانتهاء قبل الشهر الفضيل من المسابقة المدرسية، والتي شارك فيها 17103 طالب، و17858 طالبة من جميع مدارس قطر.

الهامة أشار مساعد مدير عام الأوقاف إلى أن الله تعالى قال في كتابه الكريم «شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنْزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ»، ويقول النبي . صلى الله عليه وسلم: (خيركم من تعلم القرآن وعلمه)، فمن خلال متابعتنا للبرنامج الفضائي المتميز «تيجان النور» وجدنا أثره الطيبة على الناشئة، لذا فإن البرنامج نال تأييد المصارف الوقفية للسنة الثالثة على التوالي نظرا للنجاحات الملمقة التي حققها البرنامج، وأردف بإشادته بلجنة تحكيم المسابقة التي تضم كوكبة من علماء القراءات المشهود لهم بالعلم والخبرة الواسعة في مجال تحكيم المسابقات العالمية لتلاوة القرآن الكريم. كما نوه السيد الكواري بالبرامج الدينية المتميزة التي تقدمها القناة والتي تعبر عن جوهر الإسلام وحضارته وأبعاده الإنسانية، مشيراً إلى أهمية برنامج «تيجان النور» لإبراز التنافس في تلاوة القرآن الكريم بين الأبناء الصغار من مختلف الأقطار في العالم. وحول أهداف المصرف الوقفي

على إعداد أجيال متعلقة بكتاب الله تعالى وملمة بعلومه، وذلك التزاماً بحديث رسول الله صلى الله عليه وسلم «خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ».

وأردف السيد قعبور أنه جاءت المسابقة هذا العام، لتبني مدى ما وصلت إليه من تقدم ونجاح، فلقد بلغ عدد المشاركين بها، 512 متسابقاً، من 29 دولة، وتُشرف عليها لجنة تحكيم مشهود لأعضائها بالعلم والكفاءة في العالم العربي والإسلامي.

وأضاف رئيس قسم قناة «ج»: «نحن نُصِرُ على المُضَيِّ قُدْماً في هذه المسابقة المباركة، احتفاءً بالقرآن الكريم وتشجيعاً للأطفال العرب والمسلمين على حفظه وتلاوته، ونحاول بشتى الطرق الممكنة أن نزيد من انتشارها في كل أنحاء العالم، ولن يتحقق هذا الأمر إلا بدعم ورعاية الإدارة العامة للأوقاف بوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية، وأوضح السيد قعبور أن المتأهلين للمراحل النهائية من قطر وحدها بلغ عددهم 51 مشاركاً، أما عدد الدول المشاركة هذا العام فهو 29 دولة. وفي إشارة لأهمية هذه المسابقة

لدعم أنشطة المركز في حفظ فوائض الأطعمة وتوزيعها

اتفاقية شراكة مجتمعية بين «حفظ النعمة» و«رتاج للفنادق والضيافة»



■ جانب من توقيع الاتفاقية

الحبيب.

وقال السيد أحمد خورشيد مدير عام رتاج للفنادق والضيافة إنه من خلال الاتفاقية تم الاتفاق على أن يتشاور كل من الطرفين في مجال تبادل الخبرات والمعلومات المتوفرة لدى كل طرف منهما خاصة في مجال الغذاء. ويقوم مركز حفظ النعمة بتوفير العمال والسيارات لنقل الوجبات التي تزيد على حاجة الطرف الثاني على ألا تقل عن 40 وجبة.

كما ستسعى الشركة إلى تقديم يد العون والمساعدة في أي مجال آخر من خلال خصومات خاصة على أي خدمة لصالح المركز، وأكد أنه من الوارد أن نقوم بالتبرع ببعض الأثاث المستعمل من الفندق لصالح الأسر المتعفة.

للحد من الهدر وخدمة المستحقين ونسعى للتوسع مستقبلا في عقد مزيد من الشراكات، ولدينا خطط مستقبلية تم إعدادها لهذا الغرض.

وفي كلمته خلال المؤتمر الصحفي عبر السيد سعيد علي سعيد فرج سلمى الرئيس التنفيذي لشركة رتاج للفنادق والضيافة عن سرور وترحيب إدارة الشركة بهذه الاتفاقية، التي تجعل شركة رتاج للفنادق والضيافة مساهما وشريكا في العمل الخيري من خلال السعي لخدمة شريحة معينة من المحتاجين بحفظ فوائض الأطعمة وتقديمها إليهم.

وأضاف أن إدارة الشركة على استعداد للقيام بدورها في الشراكة الاجتماعية القائمة على المسؤولية تجاه هذا الوطن

وقع مركز حفظ النعمة اتفاقية شراكة وتعاون مع شركة رتاج

للفنادق والضيافة، وذلك بفندق رتاج الريان في الدوحة لدعم أنشطة المركز في حفظ فوائض الأطعمة وتوزيعها على الأسر المتعفة والعمال.

وبموجب هذه الاتفاقية يقوم فندق رتاج الريان ومنتجع فيشى سيلستين سبا رتاج سلوى تسليم القائمين على مركز حفظ النعمة الوجبات الزائدة عن حاجة النزلاء يوميا، لإعادة تعبئتها وتغليفها وفق أسس صحية سليمة وتوزيعها على الأسر المتعفة والمحاجة والعمال داخل قطر، عبر سيارات مجهزة ومعدة لذلك.

ووقع الاتفاقية كل من السيد سعيد علي سعيد فرج سلمى الرئيس التنفيذي لمجموعة رتاج، والسيد يوسف عبد الله الخلفي المدير التنفيذي بالإدارة مركز حفظ النعمة.

وحضر حفل التوقيع الذي أقيم بمقر فندق رتاج الريان بالدوحة كل من السيد أحمد خورشيد مدير عام رتاج للفنادق والضيافة ولغيف من مديري الإدارات في رتاج للفنادق والضيافة ومركز حفظ النعمة.

وفي حفل التوقيع وجه يوسف الخلفي المدير التنفيذي بالإدارة مركز حفظ النعمة الشكر لشركة رتاج للفنادق والضيافة والقائمين عليها لمشاركتهم المركز في عمل الخير، وأضاف أن مركز حفظ النعمة أنشئ منذ أكثر من 11 عاما إلا أنه وفي العام الأخير بدأ يركز على عقد الشراكات مع الجهات المختلفة

■ لقطة جماعية للمسؤولين





كل شيء على طبيعته
Made By Nature

100%
طبيعي
Natural



بدون
إضافة سكر
NO ADDED SUGAR



الجلسة الثانية من «وآمنهم من خوف».. علماء:

التتنكيك في السنة النبوية



■ جانب من الجلسة الثانية

الهجمة على صحيح البخاري ناقشتها

ارتفاع شأن الإسلام وراء



■ كبار العلماء، خلال حديثهم في المنتدى

إلى تأسيس كيانات بدعوى نخل الحديث وتنقيته من الشوائب وتفويت الفرصة على الجماعات المتطرفة التي استثمرت بعض الأحاديث الضعيفة

السنة النبوية من التشريع الإسلامي، والعارفين بمناهج المحدثين وتفصيل علم الحديث وعلم الرجال، فإن البعض تحت شعار الدفاع عن السنة سارع

من إمام المحدثين. ونوه إلى أنه في الوقت الذي لقيت تلك الدعاوى انتقادات جمة من فئة العلماء المنصفين العارفين بموقع

أكد فضيلة الشيخ مال الله بن عبد الرحمن الجابري أن الحملة على السنة النبوية ليست أمراً جديداً، ففي فترات سابقة ظهرت دعاوى للتشكيك في المصدر الثاني من مصادر التشريع الإسلامي. وأضاف - خلال تقديم الجلسة الثانية من ملتقى «وآمنهم من خوف» التي حملت عنوان «الهجمة على السنة النبوية.. ماذا بعد انتقاد صحيح البخاري؟» السبت الماضي بمقر وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية - أن المنتقدين بعد أن استطاعوا الترويج لقرءات ومقاربات اعتبرتهم القرآن الكريم نصاً مجرداً خارج خصوصية الوحي، ووظفت اليات الهرمينوطيقا ومناهج التاويل والدلائل والفيولوجيا الغربية في التحليل والمقاربة، وجهوا سهام الانتقاد إلى السنة النبوية، والصحيحين على وجه الخصوص، وادعوا معارضة بعض الأحاديث للقرآن والعلم والمنطق، وعُثِّبوا سلطان العقل في فهم الغيبيات وإن كانوا يعلمون أنه يقصّر أمامها.

وبين الشيخ مال الله الجابري أن البخاري نال حظاً وافراً من الانتقاد، وإنزاح البعض إلى مناقشة موضوعات من قبيل: هل البخاري معصوم؟، هل البخاري مقدس؟، صحيح البخاري ليس وحياً، غناية البخاري، صحيح البخاري نهاية الأسطورة، إنقاذ الدين

الشيخ محمد ولد الددو: الهجمة على السنة يقصد بها الهدم

قال فضيلة الشيخ العلامة محمد الحسن ولد الددو، رئيس جامعة عبد الله بن ياسين بمروريتانيا، عضو الاتحاد العالمي لعلماء المسلمين: نحن الآن في

زمنان أريد فيه نسف الإسلام وتبديله بدين جديد مصنعا على أهواء أعدائه، يريدون به أن يكون إسلاماً لا طعم له ولا رائحة ولا لون، وليس له أظفار ولا أي شيء يُخشى، وهذا الدين غير قابل لذلك فإن الله تولى حفظه بنفسه فقال: (إِنَّمَا تُحَنِّتُوا نَبَأَ الْكُفْرِ وَإِنَّمَا لَهُ لَحَافُظُونَ) وقال أهل العلم: حفظ القرآن ضامناً لحفظ ما يفسره من السنة لأن السنة مكمل للقرآن كما ثبت في سنن الترمذي وغيره.

وأوضح الددو أن الهجمة على السنة، ليس المقصود بها التوجيه أو الإصلاح لبعض الأخطاء التي وقع فيها الرواة أو الناقلون، بل المقصود بها هدم السنة، لافتاً إلى أنه المقصود هنا الطعن في السنة النبوية، وليس هذا جديداً بل قد عشنا من بدايات شبابنا، على أقوال المستشرقين ثم على تلامذتهم من بعدهم الطاعنين في السنة النبوية، وما ضر ذلك سنة رسول الله صلى الله عليه وسلم شيئاً، فالسنة بيان للقرآن وتتمة له ولا يمكن الفصل بينهما.

د. محمد إبراهيم: جهة تقف خلف حملات التشويه تمويلاً وتوجيهاً

قال فضيلة الشيخ الدكتور محمد يسري إبراهيم، أمين عام الهيئة الشرعية للحقوق والإصلاح بجمهورية مصر العربية، ونائب رئيس



رابطة علماء المسلمين: القضية التي ينبغي أن نناقشها في هذا السياق، هو لماذا في هذا الوقت بالذات تأتي هذه الحملة المنظمة، والتي لا تخص قطراً بعينه بل هي حملة متعددة في أقطار، وهي متزامنة في وقت واحد. وأضاف: هذا ما يجب أن نتنبه له وأن نسال عنه، مبيحاً أن الجهات التي تنظم هذه الحملات على السنة النبوية هي جهة واحدة موحدة، بضربها أن يرتفع شأن هذا الدين، كما في قوله تعالى: (كَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوًّا شَيَاطِينَ الْإِنسِ وَالْجِنِّ يُوحِي بَعْضُهُمْ إِلَى بَعْضٍ زُخْرُفَ الْقَوْلِ غُرُورًا)، هذه قضية يجب أن نتنبه إليها، أن ارتفاع شأن هذا الدين لا سيما في هذه العقود الأخيرة أدى أقواماً كثيرين، ذكر الله تعالى خبرهم في القرآن، وبين عداوتهم وسطرها في كتابه، وهذه العداوة لا تخفى على أحد، ومذكورة في القرآن الكريم معروفاً أصحابها الذين يقفون اليوم وراء هذه الحملات تمويلاً وتوجيهاً، وقد رأينا كثيرين يطعنون في البخاري وهم لا يبلغون عشر معشار علماً من علوم البخاري التي عدت وزادت عن العد.



د. محمد زربوخ: الفهم المغلوط أو الخوف من الإسلام أبرز الدوافع

قال الشيخ الدكتور محمد زربوخ أستاذ علوم الحديث بالملكة المغربية إنه من الأقاات التي منبت بها سنة نبينا في زمانه وفي كل زمان أن يُقيل هؤلاء المتحجلون على



حديث من أحاديث النبي صلى الله عليه وسلم، فيفرض عليه معنى وقع في نفسه، لأنه يعارض عنده مقرر قطعي عنده. وأضاف: فضيلته أن هذا مرده إلى أمرين كالتدافع الإيديولوجي بأن يكون له موقف سلبي من السنة نفسها، بما يخالف عنده حضارته الغربية

المدنية، أو الدافع عنده خوفاً من الإسلام نفسه، ولو أعطا للبحث حقه لعلم أن المعنى الذي وقع في نفسه هو المعنى المغلوط، وليس المعنى المقصود. وتحدث فضيلته عن الخطأ في الفهم والخطأ في الثبوت، موضحاً أن ادعاء البعض أن حديث النبي صلى الله عليه وسلم «أمرت أن أقاتل الناس حتى يشهدوا أن لا إله إلا الله وأن محمداً رسول الله»، يتعارض مع الآية الكريمة «لا إكراه في الدين» قد تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ»، مع أن الفهم إنما هو موجع من قبلهم، لأن أقاتل من مقاتلة على وزن مفاعلة وهو يقتضي مشاركة الفعل، يعني أن القتال وقع من شخصين متقابلين بمعنى أن المقاتل يقاتل أيضاً، وأنه يريد عدونا بالمقاتل أو يريد صده عن امر الله، فالنبي صلى الله عليه وسلم عندما قال أمرت أن أقاتل الناس، فالناس هنا ليس على عمومه بل أريد به الخصوص، ويعني النبي صلى الله عليه وسلم الناس المحاربين له، أو الذين يصدونه عن دعوة الآخرين للإسلام الذين هم من جملة الظلمة أصحاب الشوكة.

د. الحسن العلمي: منتقدو البخاري نسخ مكررة من المستشرقين القدامى

أكد الشيخ الدكتور الحسن العلمي أستاذ التعليم العالي وعضو اتحاد علماء المغرب العربي، أن المنتقدين للإمام البخاري يحاولون أن يشتهروا ولو بالشر، مشيراً إلى أنهم يطرحون قضايا لا سند لها ولا رأس ولا دليل، ولكنها أهواء يلتقطونها من هنا وهناك. ونوه إلى أنهم نسخ مكررة من المستشرقين القدامى، ومنهم من يستند إلى أحاديث

ضعيفة وموضوعة سعيًا لإثبات بعض آرائه. ولفت إلى أن الإسلام لم يقلل من شأن المرأة، كما يدعي البعض، منوهاً إلى أن من يدعون ذلك شغلهم الأزعجة والأهواء، وحينما تبحث عن الأدلة لا تجد منهم أي دليل حقيقي، ومنهم من يصطنعون مصطلحات ويرمون بها الإمام البخاري بلا تأثير إيجابي لذلك.

نبأ من الله يوحى إليه، فلم يكن كلامه صلى الله عليه وسلم كلام غيره. وأضاف: لا يجوز نسيان النبي صلى الله عليه وسلم ذاتاً ثم نسيانه هدياً وواجباً ومحبة، فالرسول كان في الناس ليُحب تعبيراً للذات المحمدية، فلا يجوز أن يتجاوز الناس الحديث عن ذات الرسول صلى الله عليه وسلم، والمعطيات والمعايير التي جعلته



■ جانب من جلسات المنتدى

د. سيردار ديميرل: تبديل المناهج العلمانية ضرورة للحفاظ على السنة

أكد الشيخ الدكتور سيردار ديميرل أستاذ التفسير والحديث بكلية الدراسات الإسلامية جامعة ابن خلدون بتركيا، أن تركيا مرت بمراحل صعبة بعد انهيار الدولة العثمانية، واتخذوا المنهج الغربي العلماني المطبق، والذي ينتج عقلية معينة، وعندما يدرس الطالب في المراحل المختلفة يكون قلبه مسلم لكن عقله يعمل على المنهج الغربي.

وبين سيردار ديميرل كيف يقرأ طالب العلم النصوص المقدسة بالمنهج الغربي وما ينتج عن ذلك، وكيف يقرأون الكتب المترجمة من المستشرقين ويتأثرون بها لأن عقليتهم مبنية على القواعد العلمانية العقلانية. وأكد استاذ التفسير والحديث بكلية الدراسات الإسلامية جامعة ابن خلدون بتركيا أن قضية الإمام البخاري قضية ساخنة في تركيا، هناك من يرد على الإمام البخاري وهناك من يدافع عنه، مؤكداً أن تبديل المنهج العلماني ضرورة وبحث بديل له.

د. توحيد عالم: الدلائل العقلية والشرعية خير رد

قال الدكتور الشيخ توحيد عالم إمام الجامع الكبير بمدينة لاهور الجديدة وأستاذ الفقه والحديث ببنوة العلماء بالهند، إن الهجوم على السنة النبوية ليس جديداً، وأن الفتنة البيخضية عندما اندلعت في الهند قبل الاستعمار، تصدى لها علماء الهند بالدلائل العقلية والشرعية التي تخاطب العقول والنفوس في وقت واحد، وقدموا جهوداً جبارة لإزالة هذه الفتنة. وعقد الدكتور الشيخ توحيد الكتب القيمة التي ألفت في هذا السياق ومنها: نصرت الحديث للأعلمي، وكتاب أبي الأعلى المودودي، وكتاب عبد الرشيد النعماني، مؤكداً أن العلماء قد شتموا عن ساق الجد لإزالة هذه الفتنة الكريهة على السنة المطهرة المقدسة، حتى أن آخر هذا العصر القريب كتب الدكتور أكرم الندوي كتاباً قيماً في 40 مجلداً لإزالة هذه التشكيكات حول الصحابييات والتابعيات، والتصدي لمن تناول عليهن.



وأصل الدين هو النبوة، ومن حطم السنة النبوية لم يبق من شيء ينفع بعد ذلك. وأشار إلى أن من يعادون السنة فلائها جاءت على خلاف ما يريدون، وهي سنة وروثها من أعداء الدين، ومنهم من لا يريد أن يحدثه أحد عن ثرواته وحقوق الناس فيها، فيريدون أن يجعلوا الدين كنسياً في المعابد والأديرة فقط.



للاقتصاد الإسلامي بالغرب

على المستوى العالمي؟

لندن أصبحت أكبر سوق

كيف نجح الاقتصاد الإسلامي



■ الاقتصاد الإسلامي نجح في تقديم نظام استثماري مرن



ربما تفتح التعاملات المالية في البنوك الإسلامية فرصا جديدة أمام تنوع وتطور الاقتصاد العالمي، وربما يتفوق هذا النوع من التعاملات العالمية، على تلك التي تتخذ من مبدأ الفائدة والمضاربات وفروقات العملة وما شابه، مبادئ أساسية لتعاملاتها المالية، أما قطاع البنوك الإسلامية فهو يقوم على قاعدة أساسية ترفض بصورة حاسمة مبدأ الفائدة واستغلال حاجة الآخرين إلى القروض.

وقد أشادت مديرة صندوق النقد الدولي كريستين لاجارد بالتمويل الإسلامي الذي تقوده البنوك الإسلامية عبر منافذ واسعة وخاصة في الدول الآسيوية التي تسعى لتطوير اقتصادها، وذكرت مديرة صندوق النقد أن التمويل الإسلامي يمكنه المساهمة في رفع معدلات النمو الاقتصادي وتعزيز طابعه الشامل عن طريق زيادة فرص الحصول على الخدمات المصرفية للسكان الذين يفتقرون إليها. وقالت: «حتى اليوم لا تزال الخدمات المالية قاصرة عن الوصول إلى قطاع كبير من السكان المسلمين - الذين يمثلون سوقا أساسيا، إن لم يكن السوق الوحيد للتمويل الإسلامي حول العالم، حيث يمتلك ربع البالغين فقط حسابات مصرفية».

فيما أكدت مديرة صندوق النقد أن التمويل الإسلامي يمكنه المساهمة في رفع معدلات النمو الاقتصادي وتعزيز

بكل الفعاليات والدورات المتصلة بالاقتصاد الإسلامي في جميع أنحاء العالم. حيث يمتلك ربع البالغين فقط حسابات مصرفية».

في حين تسعى أكبر دولة إسلامية من حيث الاقتصاد في شرق آسيا، وهي إندونيسيا، إلى الاستفادة من قواعد التعاملات المالية في البنوك الإسلامية، من أجل تعزيز قطاع المصارف الإسلامية الذي لا يزال ضعيفا في أكبر بلد مسلم في العالم، وذلك عبر جذب العديد من الزبائن الملتزمين بمبادئ الإسلام. وأطلقت هيئة التنظيم المالي مشروعا لتطوير هذا النوع من المؤسسات المصرفية الملتزمة بمبادئ الشريعة التي تحظر الفائدة والمضاربات.

ويشكل هذا القطاع بإمكانياته الكبيرة حاليا أقل من 5% من إجمالي موجودات المصارف في إندونيسيا التي يعيش فيها 225 مليون مسلم

الإسلامي مكلفة بتحسين إدارة هذا النشاط. وبالإضافة إلى حظر المضاربة والفائدة، فإن الاستثمار في

إندونيسيا تراهن على المصارف الإسلامية

خبراء: قطاعات الاقتصاد الإسلامي الأسرع نموا في العالم

2.58 تريليون دولار معدل نمو القطاع بحلول عام 2020



الاقتصاد الإسلامي العالمي مؤثر

ويؤثر الاقتصاد الإسلامي العالمي في حياة أكثر من 1.7 مليار مسلم في جميع أنحاء العالم وهو اقتصاد مفتوح لجميع المميزين من المستهلكين والمواطنين والشركات من أستراليا إلى الاسكا الذين يدركون ضرورة تحسين أسلوبنا في الاستهلاك والإنتاج والعمل المشترك.

ويقول الخبراء إن قطاعات الاقتصاد الإسلامي هي الأسرع نموا في العالم، إذ يبلغ الحجم الإجمالي للاقتصاد الإسلامي حاليا 1.8 تريليون دولار ومن المتوقع أن ينمو ليصل إلى 2.58 تريليون دولار بحلول عام 2020. ويتضمن الموقع أخبارا يومية عن المؤسسات الاقتصادية الإسلامية وتحليلات وتقارير أسبوعية حول القضايا المتعلقة بالاقتصاد الإسلامي ورسوما بيانية متعلقة بالقطاعات المختلفة وفتاوى ومبادئ توجيهية تتعلق بالمنتجات والشهادات والاعتمادات إضافة للبحوث الأكاديمية وقائمة



■ أحد فروع البنك الإسلامي البريطاني

وكذلك دوائر التمويل الإسلامي في البنوك الكبيرة والمؤسسات الصغيرة في الريف. وفي صلب مشروع سياريا مانديري، إن حظر الفائدة لجذبها بشكل خاص كونها منافية للإسلام. لكن للبنوك الإسلامية عيوبها، فهذه المؤسسات تقدم عادة عائدات منخفضة على الاستثمارات. ونظرا لحجمها الصغير، فإنها غالبا ما تتعرض مزايأ أقل من مثيلاتها التقليدية الكبيرة. وعلى سبيل المثال، فإن العديد من المحلات التجارية لا تقبل بطاقات الائتمان الصادرة عن المصارف الإسلامية. ومع ذلك، فقد نمت شعبية المصارف الإسلامية في السنوات الأخيرة، بأكثر من 40% بين العامين 2008 و2012، وفقا لهيئة التنظيم المالي.

وتأتي هذه القفزة بعد تغيير في التشريعات التي عملت على تبسيط إجراءات تأسيس مصارف إسلامية. وفجأة، تضاعفت هذه المؤسسات في البنوك الإسلامية لا تمثل «منافسا

المرتبة الأولى

ووفقا لتقرير نشره مركز الإعلام والتواصل الإقليمي التابع للحكومة البريطانية، تحتل بريطانيا المرتبة الأولى في العالم 124 دولة في العالم 22 من أصل 124 دولة في العالم تستخدم الصيرفة الإسلامية، وهو ما يضعها في المرتبة الأولى في أوروبا، والرابعة من بين الدول ذات الأغلبية غير المسلمة.

وأشار التقرير إلى أن بورصة لندن لسلاوراق المالية دعمت إصدارات الصكوك، إذ جمعت 48 مليار دولار نتيجة إصدار 65 برنامج صكوك.

وقال الخبير الاقتصادي محمد حيدر إن بريطانيا بدأت بالتعامل مع ما يسمى بالاققتصاد الإسلامي عقب عجز البنوك التقليدية عن استيعاب القدرات المالية المتنامية لدى كثير من الدول العربية والإسلامية، والخليجية منها على وجه التحديد.



لندن أكبر سوق للاقتصاد الإسلامي

منذ إصدار وكالة تمويل المصادر البريطانية في العام 2015 صكوكا بقيمة 200 مليون جنيه إسترليني (277 مليون دولار)، باتت لندن تعرف بالفعل بعاصمة الاقتصاد الإسلامي. إذ تشير الإحصاءات الرسمية للحكومة البريطانية إلى وجود 20 بنكا بالبلاد تقدم خدمات مالية إسلامية، كما أن خمسة بنوك منها متوافقة مع أحكام الشريعة الإسلامية تماما.

ونشطت الحكومة البريطانية مع بداية 2018 عبر حملات جديدة للترويج للندن بصفتها عاصمة للاقتصاد الإسلامي. إذ أصدرت وزارة الخارجية في 2018 تقريراً قالت فيه إن المملكة تحتل الآن المركز الأول في الدول الغربية في مجال الصيرفة الإسلامية والاستثمار وفقا للشريعة الإسلامية. وأشار التقرير أيضا إلى أنها باتت أكبر سوق للتمويل الإسلامي خارج العالم الإسلامي.

وأشار حيدر في تصريح للجريدة نت إلى أن قطاع الاقتصاد الإسلامي استفاد من الجو العاطفي الذي يشد المسلمين إلى هذا النوع من الشعور والتوجه، وهو شعور صادق، ولكن ليس بالقدر الذي تمارسه المؤسسات التي تبنت هذا الاتجاه، علما بأن الغاية يمكن أن تكون سليمة، لكن الوسائط المستعملة ليست كافية حتى الآن. وذكر المتحدث نفسه أنه بالنظر إلى الخدمات التي تقدمها المؤسسات التي تعتمد في شعاراتها «الاستثمار ضمن الشريعة» فإنها لا تعد كونها حسابات فقتحت في بنوك لا تعطي عليها فوائد بل أرباح بدل أن تسمى فائدة، أو إيداع الأموال في حسابات استثمار مثل حسابات البناء والعقارات.

بيئة حاضنة

وخلص حيدر إلى أن توجه بريطانيا والغرب عموما هو إيجاد بيئة حاضنة للاموال المرتبطة بالاقتصاد الإسلامي من أجل إعادة تدويرها واستثمارها. ووفقا للأرقام الحكومية الجديدة وإحصاءات وزارة الاستثمار يجري حاليا تمويل أكثر من 6500 منزل في شمال غربي بريطانيا باستثمار بقيمة 700 مليون جنيه إسترليني (970 مليون دولار) من بنك غيتهاوس المتوافق مع أحكام الشريعة الإسلامية. ومن السعات الهامة لتحول المملكة المتحدة إلى مركز للتمويل الإسلامي بروز سياسات حكومية داعمة على مدى العقد الماضي، خلقت إطارا ضريبيا وتنظيميا يهدف إلى توسيع سوق منتجات التمويل الإسلامي، ويشمل ذلك إزالة الضريبة المزدوجة، وتمديد الإعفاء الضريبي على الرهن العقاري الإسلامي.

وكانت المملكة المتحدة أول دولة غربية تصدر صكوكا سيادية (خاصة بالحكومة) وذلك في عام 2014، إذ باعت 200 مليون جنيه إسترليني (277 مليون دولار) من الصكوك لأجل استحقاق في العام 2019، وبلغت قيمة الطلب على شراء الصكوك 2.3 مليار جنيه إسترليني (أكثر من ثلاثة مليارات دولار).

خبراء ومحللون:

التنهر الفضيل



محركا البورصة خلال شهر رمضان

1- «مراجعة مورجان ستانلي»: ينتظر أن يتم تنفيذ مراجعة الأسهم القطرية المدرجة ضمن مؤشر مورجان ستانلي الأمريكي MSCI خلال منتصف شهر مايو الجاري، وهي المراجعة الأكبر على صعيد الوزن والقيمة التي يتم ضخها عبر صافي الشراء من الأسهم، وعادة ما تشكل استثمارات المؤسسات الأجنبية خاصة خلال العامين الماضيين أكبر قيمة على صعيد صافي الشراء المحقق داخل السوق سواء على أساس سنوي أو ربعي. وفقرت استثمارات الأجانب في بورصة قطر خلال الربع الأول من العام الجاري بنسبة 350% مقارنة بالربع الأول من العام الماضي، وبلغ صافي شراء الأجانب من الأسهم المدرجة 2,2 مليار ريال خلال الربع الأول 2019، مقارنة بنحو 491 مليون ريال خلال الربع الماضي. وتكشف بيانات خاصة بصدها «رمضانيات» أن الجانب الأكبر من صافي الاستثمارات التي جذبتها بورصة قطر خلال الربع الأول من العام الجاري جاء عبر المؤسسات الأجنبية وبلغ 2,5 مليار ريال تعادل 675 مليون دولار، بينما سجلت بلفة فئات المساهمين الأجانب صافي بيع، بواقع 31,7 مليون ريال للأفراد الخليجيين و87,5 مليون ريال للمؤسسات الخليجية و128 مليون ريال للأجانب. كما تظهر البيانات أن المؤسسات الأجنبية ضخت الجانب الأكبر من استثماراتها في البورصة خلال شهر يناير الماضي بواقع 1,23 مليار ريال، ثم خلال شهر مارس بنحو 736 مليون ريال، و496 مليون ريال خلال شهر فبراير الماضي. وبناء على الاستثمارات القوية للمؤسسات الأجنبية خلال الربع الأول من العام الجاري، فقد مكّنها ذلك من رفع نسب تملكها في 25 شركة بينما تراجعت نسبة ملكيتها في 12 شركة وحافظت على نفس نسبة تملكها في 9 شركات بنهاية الربع الأول من العام الجاري مقارنة بجلسة 31 ديسمبر 2018، وتصدرت شركة وقود قائمة الأسهم من حيث نمو نسبة تملك المؤسسات الأجنبية بها، وبنسبة 2,13% لتصل نسبة تملكهم بالشركة إلى 4,04%، وتلتها شركة قطر للتأمين بنمو نسبته 1,88% ثم مسيعد بنسبة 1,53% لتصل نسبة تملك المؤسسات الأجنبية في السهم إلى 1,64% بنهاية جلسة 31 مارس الماضي مقارنة بنسبة 0,11% فقط بنهاية جلسة 31 ديسمبر 2018.

2- «تجربة الأسهم»:

«تجربة الأسهم» هو تقسيم أو تفتيت الأسهم ذات القيمة الاسمية المعينة إلى عدد أكبر من الأسهم بقيمة اسمية أقل دون التأثير على أي من رأس المال المصدر أو رأس المال المدفوع، ودون أن تآثر قيمة رأس المال السوقي للشركة ومن ثم عدم تأثر ثروة مساهميها، حيث إن كل ما يحدث هو أن يزيد عدد الأسهم التي في حوزة المساهمين نتيجة التقسيم مع ثبات القيمة السوقية الإجمالية للشركة قبل وبعد التجزئة لأسهمها مثال ذلك أن يتم تجزئة السهم ذات القيمة الاسمية البالغة 100 ريال إلى سهمين بقيمة اسمية 50 ريالاً لكل سهم أو إلى 10 أسهم بقيمة اسمية 10 ريالاً لكل سهم أو إلى 100 سهم بقيمة اسمية 1 ريالاً لكل سهم. وقرار تجزئة الأسهم لن يؤثر بأي شكل من الأشكال على قيمة ما يملكه المستثمر من أسهم، ولا على التزاماته تجاه الشركة التي يستثمر في أسهمها، لكن الأثر الوحيد والمباشر الذي سيلمسه المستثمر إنما يتمثل في زيادة عدد الأسهم التي يملكها مع بقاء إجمالي قيمتها السوقية ثابتاً دون تغيير، حيث لا تؤثر على القيمة السوقية للشركات فهي ثابتة ولا تتأثر بعملية تجزئة الأسهم، وإنما يبقى تأثرها طبيعياً وفقاً لنشاط التداولات اليومية، كما لا تؤثر على ملكية المستثمرين حيث ستؤدي تجزئة الأسهم إلى مضاعفة عدد ما يملكه المستثمرون من أسهم بمقدار 10 مرات بنفس القيمة. أما على صعيد صافي الربحية، فإن ربحية السهم الواحد ستخفّض نتيجة زيادة عدد الأسهم، لكن قيمة صافي الأرباح ستكون هي ذاتها في المحصلة النهائية سواء قبل أو بعد التجزئة، وكذلك على صعيد توزيعات الأرباح، فإن تجزئة القيمة الاسمية للسهم لا تؤثر على إجمالي الأرباح التقديرية الموزعة، وقيمة التوزيعات واحدة في كلتا الحالتين قبل وبعد التجزئة. وبالنسبة لحقوق الملكية لن يكون هناك أي تأثير لعملية التجزئة على حقوق الملكية لأي شركة والتي تشمل رأس المال المدفوع والإحتياطيات والأرباح المرحلة، وكذلك رأس المال المدفوع فيبقى كما هو، بينما تنخفض القيمة الدفترية للسهم الواحد بسبب زيادة عدد الأسهم الناجمة عن التجزئة مع بقاء إجمالي حقوق المساهمين دون تغيير.

بدعم من ترقية مورجان ستانلي وتجزئة الأسهم..

سيولة استثنائية للبورصة خلال أيام



متعاملون في البورصة

الأسهم الهدف منها هو تشجيع المستثمرين على الولوج إلى البورصة حتى يستفيدوا وتتغشش البورصة ولا شك أنه سيكون له انعكاس إيجابي على السوق، وبالتالي الانتعاش المتوقع سيسهم في دعم البورصة ويرفع من قيمة المؤشر العام. أما المحلل المالي أحمد ماهر فيري أن شهر رمضان الكريم مرشح لاستقطاب تداولات قوية وضخ قوي للاستثمارات من المحافظ الأجنبية والخليجية والتي ساعدت في تحقيق مكاسب قوية للمؤشر، ودعم ذلك بشكل رئيسي تحقيق الشركات التي أفصحت عن نتائج

المعطيات الجديدة في السوق. من جانبه يقول المستثمر في بورصة قطر محمد السعدي إن شهر رمضان الكريم لهذا العام يأتي في وقت استثنائي ومبارك، وبدلاً من أن يغلب الهدوء على التداولات فإن السوق مرشح لزخم ونشاط استثنائي، خاصة وأن سوق بورصة قطر يعد من الأسواق الواعدة عالمياً وليس فقط على الصعيد الإقليمي، وهو ما تحقق خلال العام الماضي عبر تسجيله أفضل العوائد على مستوى جميع أسواق المال حول العالم، وبالتالي ينتظر أن يساهم قرار تجزئة الأسهم في دعم الزخم الإيجابي المحيط بالسوق، وتجزئة

يتوقع خبراء ومحللون أن تمتد بركات شهر رمضان الفضيل إلى بورصة قطر، وينتظر أن يتم ضخ سيولة وتداولات قوية خلال الشهر الكريم على عكس السنوات الماضية التي كانت تشهد عادة هدوءاً على صعيد قيم وأحجام التداولات والصفقات المنفذة، وهو سيناريو مشابه لما حدث خلال شهر رمضان من العام الماضي الذي شهد سيولة استثنائية مشابهة.

ويعلل الخبراء هذا النشاط الاستثنائي المتوقع بتنفيذ مراجعة الأسهم القطرية المدرجة ضمن مؤشر مورجان ستانلي الأمريكي MSCI والتي ينتظر أن يتم تنفيذها خلال منتصف مايو الجاري، وهي المراجعة الأكبر من حيث قيمة السيولة والتي عادة ما تشهد تغيراً على صعيد الوزن النسبي للأسهم أو إضافة أسهم جديدة للقائمة.

أما العامل الإيجابي الآخر الذي ينتظر أن ينعش تداولات بورصة قطر فهو قرب تنفيذ ألية تجزئة الأسهم، والتي ينتظر أن تبدأ مباشرة بعد إجازة عيد الفطر المبارك، وبالتحديد خلال الفترة من 9 يونيو وحتى 7 يوليو 2019 ويوجب عملية مجدولة ستتم بالتنسيق مع بورصة قطر وشركة قطر للإيداع المركزي للأوراق المالية والجهات المعنية الأخرى. في البداية يؤكد الخبير المالي والاقتصادي الدكتور عبد الله الخاطر أن بورصة قطر مرشحة لحدوثين في غاية الأهمية يواكبها شهر رمضان الكريم ويؤثران بشكل رئيسي على طبيعة الجلسات وتوجهات المستثمرين، وألية التحرك السعري للمؤشر العام لبورصة قطر، ويشرح الدكتور الخاطر ذلك بأن البورصة ستشهد خلال هذا الشهر بدء تنفيذ المراجعة نصف السنوية لمؤشر مورجان ستانلي وهو ما يعزز من قيم وأحجام التداولات والصفقات المنفذة، وكذلك قبلها عادة ما تنتشر الأخبار المتعلقة بدخول أو خروج الشركات من المؤشر وكذلك التنبؤات فيما يتعلق بالأوزان النسبية لكل سهم وألية تغيرها. وكذلك يظهر عامل إضافي يؤكد عليه الدكتور الخاطر وهو أن البورصة القطرية ستبدأ خلال شهر رمضان الاستعداد لتجزئة الأسهم وهو عامل مهم لأن هناك العديد من الأسهم المرشحة للاستفادة من تلك الألية وبعضها سيشهد عمليات مضاربة قوية وإعادة تسعير بناء على



أحمد عكل



أحمد عكل



محمد السعدي



عبدالله الخاطر

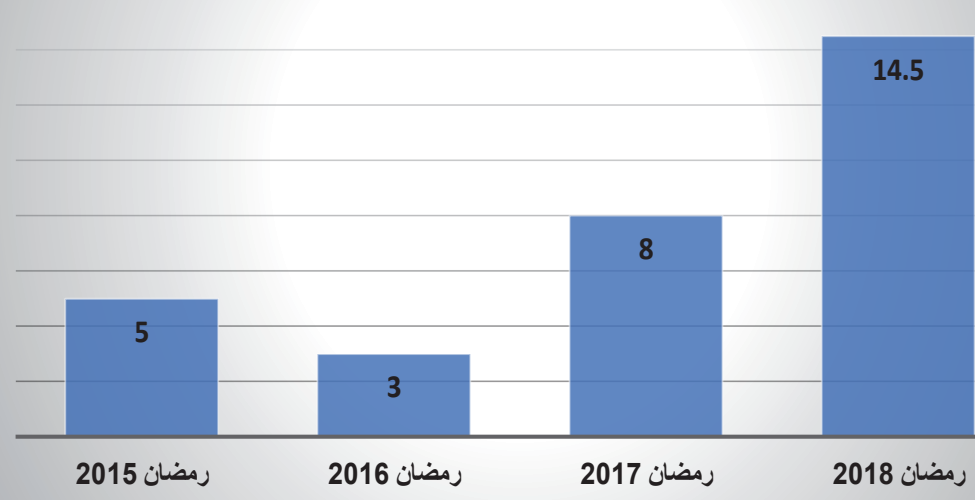
42% من استثمارات الأجانب تمت خلال الشهر

14.5 مليار ريال قيمة تداولات رمضان الماضي

شهد شهر رمضان الماضي تنفيذ تداولات بقيمة 14.5 مليار ريال وهي تداولات استثنائية مقارنة بالسنوات السابقة، حيث شكلت وحدها ما يقارب 21.2% من إجمالي تداولات العام وسط نمو بنسبة 82.5% عن رمضان 2017، في حين بلغ متوسط قيمة التداولات خلال شهر رمضان من العام الماضي نحو 660 مليون ريال خلال الجلسة الواحدة، ودعم ذلك أنه تم تنفيذ ترقيتين للأسهم القطرية على المؤشرات العالمية، وكانت الترقية الأولى خلال منتصف رمضان والتي شهدت تنفيذ سيولة بقيمة 3.51 مليار ريال عبر تنفيذ المراجعة نصف السنوية لمؤشر مورجان ستانلي، كما تم تنفيذ مراجعة فوتسي في آخر يوم من الشهر وبلغت قيمة التداولات وقتها 2.5 مليار ريال. وضخت المؤسسات الأجنبية خلال رمضان السابق نحو 3.8 مليار ريال على هيئة استثمارات صافية في بورصة قطر، وهو ما يشكل نحو 42% من إجمالي قيمة استثمارات في البورصة طوال العام الماضي.

وتوزعت استثمارات الأجانب ما بين 1.75 مليار ريال خلال الفترة من 16 مايو وحتى 30 مايو، وأكثر من 2 مليار ريال خلال الفترة من 1 يونيو وحتى 14 يونيو.

قيم تداولات البورصة خلال رمضان
بالمليار ريال (2015-2018)

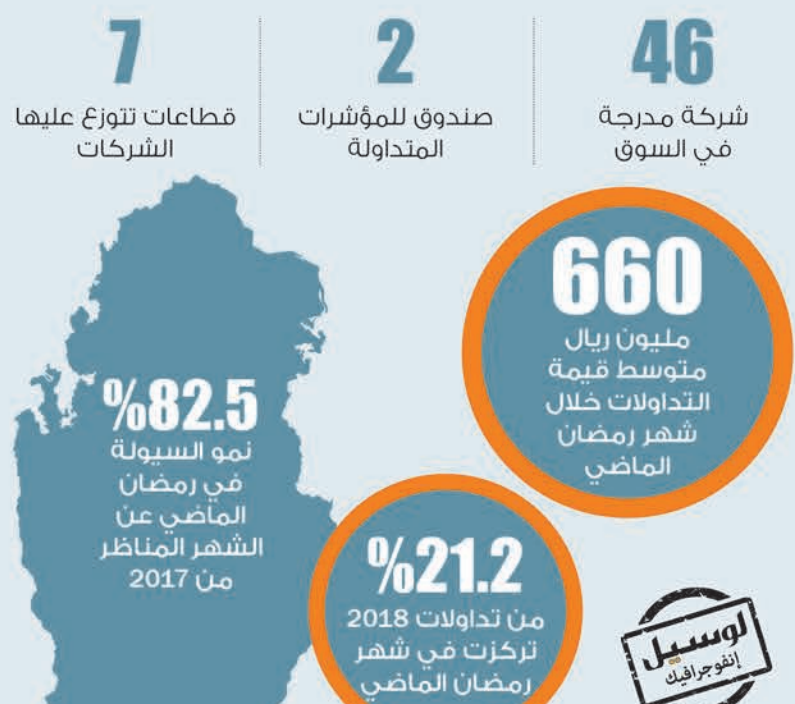


نشاط استثنائي للبورصة الرمضانية

تاريخ قيم تداولات البورصة في رمضان



بورصة قطر .. حقائق ومؤشرات



محفزات تدعم تدفق الاستثمارات لبورصة قطر



بمشاركة أصوات ندية ومستويات طيبة في منافسات المواطنين

جامع الإمام يحتضن مسابقة جاسم القرآنية في فرعي الفئات والبراعم

وخطباء، إلى جانب تأهيلهم في حلقات الأداء والإتيان للمشاركة في المسابقات القرآنية الدولية. وبيئت اللجنة المنظمة لمسابقة الشيخ جاسم بن محمد بن ثاني للقرآن الكريم أن عدد المسجلين للمشاركة في فروع المسابقة الثلاثة (الفئات - البراعم - المهتمدين) التي تجرى اختباراتهم خلال شهر رمضان المبارك من الذكور والإناث من المواطنين والمقيمين بلغ 3464 متسابقاً سجل للمشاركة في منافسات المسابقة، منهم 543 متسابقاً من المواطنين والمواطنات في فرع الفئات، و2693 متسابقاً في فرع البراعم من الذكور والإناث من المواطنين والمقيمين، و228 متسابقاً بفرع المهتمدين من الذكور والإناث.

ونوهت اللجنة بأن هذا الإقبال الكبير على المسابقة مؤشر على نجاح المسابقة في فروعها المختلفة واهتمام أولياء الأمور بمشاركة أولادهم من الذكور والإناث في المسابقة بفرع البراعم، وكذلك في فرع الفئات المخصص للمواطنين ونكورا وإناثا ولجميع الأعمار، وكذلك في فرع المهتمدين، ودليل على أن الأهداف التي رسمتها اللجنة لهذه المسابقة تتحقق على أرض الواقع.



■ جانب من المسابقات

مالية حسب التقدير لكل فئة من فئات الحفظ. وقالت اللجنة إن وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية لا تدخر جهدا في استقطاب المتميزين في الحفظ والتلاوة من القطريين لرفد المساجد بهم أئمة

كتاب الله تعالى، حيث رصدت اللجنة جوائز مالية قيمة لهذا الفرع بالتحديد لتحفيزهم على المشاركة والمنافسة في حفظ كتاب الله، مشيرة إلى أن المواطنين والمواطنات الفائزين في منافسات الحفظ «فرع الفئات» سيحصلون على جوائز

وذلك بعد صلاة التراويح. وأوضحت اللجنة المنظمة لمسابقة الشيخ جاسم بن محمد بن ثاني للقرآن الكريم أن فرع الفئات هدفه تشجيع الطلاب والطالبات وجميع شرائح المجتمع من المواطنين (ذكورا وإناثا) على حفظ

شهدت منافسات المواطنين في فرع الفئات بمسابقة الشيخ جاسم بن محمد بن ثاني للقرآن الكريم في دورتها السادسة والعشرين للعام 1440هـ - 2019م التي أقيمت يوم السبت الماضي 6 رمضان، إبراز مستويات طيبة وأصوات ندية لعدد من المواطنين المشاركين في فرع الفئات الذي يستهدف المواطنين والمواطنات الحافظين والحافظات لكتاب الله العزيز في الفئات (5)، (10)، (15)، (20)، (25) جزءا من القرآن الكريم.

ويتيح فرع الفئات للمواطنين مشاركة جميع الأعمار، حيث يشارك هذا العام أكبر المواطنين ويبلغ عمره 59 سنة، فيما يبلغ عمر أصغر المشاركين في هذا الفرع 7 سنوات.

وتستمر الاختبارات في فرعي الفئات والبراعم حتى يوم الخميس 11 رمضان الموافق 16 مايو، حيث تشرف 18 لجنة على منافسات الذكور التي تجري اختباراتهم في جامع الإمام محمد بن عبد الوهاب بعد صلاة العصر، فيما تتولى 16 لجنة الإشراف على منافسات الإناث التي تجري اختباراتهن في مقر مراكز التحفيظ النسائية بمنطقة الوعب،

تنفذ من خلال مكاتبها عبر العالم

موائد إفطار جماعية و سلال غذائية من قطر الخيرية لأسر الأيتام

الخيرية في قطاع غزة المهندس محمد أبو حلوب، أن تكلفة مشروع إفطار الصائم بما يتضمنه من توزيع قسائم شرائية وإفطارات جماعية للأطفال الأيتام وذويهم، بلغت (990,000 ريال قطري). وأفاد بأن الهدف من المشروع إدخال البهجة على الأطفال الأيتام وأسرهم، فضلا عن دعم الأسر المعوزة اقتصادياً واجتماعياً، والتخفيف من الضغوط والأعباء المتركمة على كاهل الفقراء.

وشدد على أن قطر الخيرية مستمرة في مشاريعها القائمة على رعاية الأسر الفقيرة والمحتاجة، لافتا في الوقت نفسه إلى المشاريع التنموية التي تصب في خدمة الشعب الفلسطيني كالمشاريع التعليمية والإنشائية والاجتماعية وغيرها. ويتجاوز عدد مكفولي قطر الخيرية في قطاع غزة 15 ألف مكفول، وجميعهم يتلقون مساعدات نقدية وعينية بشكل دوري، فضلا عن مواصلة قطر الخيرية لتنفيذ مشاريعها التنموية.

وعلى نحو متصل وزعت قطر الخيرية من خلال مكتبها في الخرطوم سلالا رمضانية على أيتامها المكفولين بولاية نهر النيل السودانية حيث تم توزيع 600 سلة تحتوي على المواد التموينية الأساسية كما تم التوزيع في مدينة الشبيخة عائشة العطية - رحمها الله - النموذجية لرعاية الأيتام التابعة لقطر الخيرية. كما ستقوم قطر الخيرية بتوزيع 1000 سلة غذائية رمضان لآيتامها المكفولين بولاية الخرطوم.

وقد عبر عدد من الأيتام والأمهات عن سعادتهم بهذه السلة كما عبروا عن شكرهم للمتبرعين والكفاء من دولة قطر الشقيقة. ويبلغ عدد المكفولين من قطر الخيرية في السودان 13,420 مكفولا بينهم 12,094 يتيما.

في إطار مواصلة تنفيذ مشاريعها الرمضانية عبر العالم ضمن حملة «رمضان أجمل هدية»

لعام 1440هـ نفذت قطر الخيرية عددا من الإفطارات الجماعية لمكفوليها من الأيتام، كما وزعت لهم ولأسرهم سلالا غذائية لتوفير المواد التموينية الأساسية التي يحتاجونها طيلة الشهر الكريم. ففي قطاع غزة تواصل قطر الخيرية تنفيذ إفطارات للأطفال الأيتام المكفولين من قبلها في قطاع غزة، حيث أقامت حتى الآن 6 إفطارات على مستوى محافظات القطاع، جمعت الأيتام مع أسرهم، إحداها أقيمت في معهد الأمل لأيتام، وخمس أخريات أقمن في صالات سياحية، وقد بلغ عدد المستفيدين منها 2300 يتيم.

وتخلل الإفطارات الست أنشطة ترفيهية وألعاب دمى، وهدايا، وذلك لأجل إدخال السعادة على قلوب الأطفال وذويهم. بمشاركة موظفي الرعاية الاجتماعية بقطر الخيرية.

وسبق أن نفذ مكتب قطر الخيرية في قطاع غزة، مشروع توفير سلال غذائية عبر التسوق المباشر لأيتام والأسر المحتاجة المكفولة، وذلك ضمن مشروع إفطار الصائم، وذلك بهدف التخفيف من الضغوط الاقتصادية والاجتماعية عن كاهل (5866) أسرة من الأيتام والفقراء وذوي الاحتياجات الخاصة المكفولين من قبل قطر الخيرية.

واعتمد المشروع على توفير سلال غذائية تتضمن الأصناف التموينية الأساسية حسب احتياجات البيت، وبذلك يتم تمكين المستفيد من الاستفادة من الأشياء الضرورية له، مما يحقق الفائدة المرجوة ويعزز كرامته الإنسانية. وأكد مدير مكتب قطر

المقدم جابر عضوية: هدفنا مد جسور التواصل مع المواطنين «المرور» تطلق «مجالس رمضان» بالقطيفية



■ جانب من حضور المجلس

الشهواني: حوارات مفيدة مع رجال المرور بطرح الأفكار والتساؤلات

وأبعاد، أكثر ما دار حوله النقاش. وقال المقدم عضيبه إنه قد تم سابقا تشكيل لجنة مكونة من المرور وأشغال والبلدية للنظر في الشكاوى الخاصة بالمطبات وأشار إلى أهمية التواصل مع الإدارة العامة للمرور، من خلال التطبيقات الموجودة على موقع الوزارة والهواتف النقالة، وسهولة الإبلاغ من خلالها عن المخالفات والتجاوزات وكذلك الإبلاغ عن السيارات المهملة التي تشوه المشهد الجمالي للمدينة، كما أكد على أهمية متابعة الأبناء، وعدم السماح لهم بقيادة السيارات قبل حصولهم على رخصة القيادة. الرائد محمد دجران أشار إلى أهمية التربية والتوعية المنزلية، في ضبط تصرفات الحدث وتوجيهه إلى ما في صالحه وصالح الأسرة وصالح المجتمع بكامله، كما أكد الملازم عبد المحسن الرويلي على أهمية التواصل مع الإدارة العامة للمرور من خلال منصاتها الإلكترونية، لما لهذا التواصل من إسهام في التوعية وتوفير للجهد، ومعرفة بالمعلومة الصحيحة من مصادرها الرسمية.

وتابع الحضور من أبناء الدائرة طرح رؤاهم، كما كانت حوادث سيلين حاضرة في النقاش، وتوضيح حدود مسؤولية الإدارة العامة للمرور، بأنها مقصورة على الطرق والشوارع وأن الشواطئ والبحر خارج حدودها.. وإن كان هذا لا يمنع من تواجد الدوريات على الطرق والمسارات القريبة من مواقع التخييم.

كما طالب الحضور بمزيد من تواجد الدوريات المرورية حول المدارس، وخاصة في أيام الامتحانات، مؤكدين أيضا على دور الأسرة ومسؤوليتها في التوعية، باعتبار الأب والأم قدوة للأبناء.

في إطار نشاطها التوعوي خلال الشهر الفضيل نظمت إدارة التوعية المرورية بالإدارة العامة للمرور، مساء أمس الأول، زيارة

لمجلس السيد علي فهد الشهواني، عضو المجلس البلدي بمنطقة القطيفية ضمن خطة الإدارة لزيارة عدد من المجالس بهدف المزيد من التواصل مع أفراد المجتمع ومناقشة الموضوعات المرورية والاستماع إلى مختلف الآراء. وقال المقدم جابر محمد عضيبه مساعد مدير إدارة التوعية المرورية إن مثل هذه الجلسات وما يدور خلالها من أطروحات ومناقشات، يحظى باهتمام المسؤولين في الإدارة العامة للمرور، حيث تعمل على شحذ الهمم والتشجيع على مزيد من العمل في خدمة الوطن والوقوف على المقترحات. وقد شارك في الزيارة كل من الرائد محمد علي دجران ضابط الفحص الفني، والنقيب محمد سليمان الحمادي رئيس قسم التوعية والثقافة المرورية، والملازم أول عبدالرحمن محمد العاوي رئيس قسم الدراسات والمعلومات المرورية، والملازم أول عيد الهاجري ضابط المكتب الإعلامي، والملازم عبدالمحسن الرويلي ضابط التوعية المرورية، إضافة إلى عدد كبير من المواطنين.

وأشاد السيد علي الشهواني بجهود وزارة الداخلية، وخدماتها التي توفرها للجمهور، وخاصة ما يتصل منها بالشأن المروري، ممثلا في الإدارة العامة للمرور، وحرصها على سلامة الأرواح والممتلكات، ورحب بوجود ضباط الإدارة العامة للمرور، وبوجود أبناء دائرته.

ومن جانبه قال المقدم جابر عضيبه إن الهدف من هذه الزيارات هو مد جسور التواصل مع المواطنين وما يحملونه من استفسارات أو مشكلات ودعا الحضور إلى طرح ما لديهم من أفكار أو تساؤلات، أمام الضباط الموجودين من كافة التخصصات المرورية، ليحصلوا على الأجوبة الشافية عنها. وكان موضوع المطبات وما يتعلق بها من مواصفات

مضانيات
لوسيل
الصادق البديري



■ جانب من موائد الإفطار الجماعي لقطر الخيرية



غزوات ومعارك وفتوحات



غزوة بني قريظة

الأربعاء 30 ذو القعدة عام 5 هجرية
22 أبريل عام 627 ميلادية

استشهد بعدها سعد ابن
معاذ متأثراً بجروحه

حدثت غزوة بني قريظة في أواخر ذي القعدة من العام الخامس للهجرة، وكان سببها خيانة اليهود وغدرهم بالمسلمين، فعندما وصل الرسول عليه الصلاة والسلام للمدينة بعد الهجرة عاهد اليهود بميثاق بين لهم فيه ما لهم من حقوق وما عليهم من واجبات، والتزم المسلمون بهذا الميثاق دون غدر أو خيانة؛ لأن من صفاتهم الوفاء والأمانة فدينهم يأمرهم بذلك، ولكن اليهود نقضوا العهد قبيلة قبيلة، وقد كان أخطر ما نقضه اليهود من عهود، وأشدّه ضرراً على المسلمين غدر بني قريظة لهم في غزوة الأحزاب، حيث إنهم خذلواهم في دفع خطر المشركين عنهم.



1500

عدد السيوف التي جمعها
بنو قريظة لقتال المسلمين



30

عدد الركبان في جيش
المسلمين



3000

قوام جيش المسلمين الذين
حاصروا بني قريظة



5

كيلومترات عن المسجد النبوي
بالمدينة المنورة مكان الغزوة



700

رجل مقاتل قوام جيش بني
قريظة



2000

عدد الرماح التي جمعها
بنو قريظة



500

عدد التروس التي جمعها
بنو قريظة



300

عدد الدروع التي جمعها
بنو قريظة



حامل لواء الغزوة

سيدنا رسول الله

محمد بن

عبد الله

صلّى الله عليه وسلم
انتهت باستسلام بني
قريظة بشرط التحكيم وحكم
عليهم سعد ابن معاذ



ليلة حاصر فيها المسلمون
"بني قريظة"
في حصونهم

استشهد 2 من
المسلمين أحدهما
سعد ابن معاذ وقتل
400 - 700 من بني
قريظة

خبيرة التثقيف الصحي في «حمد الطبية».. أماني عجينة:

ضرورة فحص نسبة السكر أثناء الصيام وبعد الإفطار لتفادي الأخطار

السحور - بالإضافة إلى وجبة ثالثة خفيفة بينهما، وتأخير السحور إلى ما قبل الفجر، والاستمرار في ممارسة الأنشطة اليومية كالعادة مع أخذ قسط من الراحة بعد الظهر، مع الإكثار من شرب الماء بعد الإفطار للتعويض عن فترة الصيام. وفي حال التعرض لهبوط في مستويات السكر بالدم، يجب التوقف عن الصيام على الفور وتناول شراب محلى حتى لو حدث ذلك قبل موعد الإفطار بقليل.

وبمناسبة شهر رمضان، تؤد وزارة الصحة العامة ومؤسسة حمد الطبية ومؤسسة الرعاية الصحية الأولية تذكير الجمهور بالموقع الإلكتروني «صحتك في رمضان» والذي تم تطويره بالتعاون بين الجهات الثلاث بهدف توفير معلومات للجمهور حول المشاكل الصحية الأكثر شيوعاً في رمضان، ويعتبر هذا الموقع هو أول موقع إلكتروني في دولة قطر يختص بتقديم معلومات ونصائح حول الصحة والصيام خلال شهر رمضان. كما تم أيضاً تطوير هذه المبادرة من خلال إضافة تطبيق إلكتروني بعنوان «صحة قطر» (Qatar Health) يمكن تحميله على أجهزة الهاتف الجوال وأجهزة التابلت.



■ مواعيد ووتيرة إجراء الفحوصات المنزلية في رمضان تختلف من مريض إلى آخر

لأن من شأن هذا تعريضهم لخطر الإصابة بهبوط في مستويات السكر بالدم خلال فترة الصيام». وشددت الخففة الصحية على أهمية التقيد بكمية ونوعية الأطعمة التي وصفها أخصائي التغذية العلاجية والتي تشمل تناول وجبتين أساسيتين - وجبة الإفطار ووجبة

بساعتين. كما أشارت إلى المضاعفات التي قد يعاني منها مريض السكري في رمضان والتي تمكن السيطرة عليها قائلة: «يتوجب على مريض السكري عدم تفويت وجبة السحور، لاسيما إذا ما كانوا يتناولون أدوية لعلاج السكري. كما يتعين عليهم عدم الإفراط في بذل الجهد البدني



■ أماني عجينة

قبل القيام بذلك. وكقاعدة عامة، يجب إجراء الفحوصات المنزلية قبل تناول الوجبات وبعد تناولها بساعتين لمقارنة نتائج التحاليل بمستويات السكر بالدم المنشودة التي أوصى بها الطبيب.

وأشارت السيدة أماني عجينة إلى أن مستويات السكر بالدم المقبول بها خلال النهار يجب أن تكون أكثر من 100 ملغ/ديسيلتر وأقل من 200 ملغ/ديسيلتر، فقبل الإفطار: 80-130 ملغ/ديسيلتر، وبعد مرور ساعتين إلى ثلاث ساعات بعد الإفطار: 80-180 ملغ/ديسيلتر. ونوهت إلى أهمية إجراء هذه الفحوصات في الساعة 12 ظهراً، قبل الإفطار، وقبل السحور بقليل وبعد السحور

دعت أماني عجينة، خبيرة التثقيف الصحي لمريضى

السكري في مؤسسة حمد الطبية، جميع مريضى السكري الصائمين بضرورة قياس مستويات السكر بالدم في المنزل، سواء خلال فترة الصيام أو في الليل، لضمان تحكمهم بمستويات السكر على النحو السليم، حيث يُعدّ قياس مستويات السكر بالدم في المنزل من أبرز الواجبات التي يتعين على مريضى السكري القيام بها ولاسيما خلال شهر رمضان الكريم.

وأضافت السيدة أماني عجينة: «إن الفحوصات التي يجريها مريضى السكري في المنزل تمكنهم من التعرف على تأثير الأنسولين والوجبات التي يتناولونها على مستوى السكر بالدم ومن ثم تحديده عندما يشعر المريض بأنه يعاني من ارتفاع أو هبوط في السكري».

وأوضحت أن مواعيد ووتيرة إجراء الفحوصات المنزلية في رمضان تختلف من مريض إلى آخر، إلا أنه يتعين أولاً على مريضى السكري الراغبين في الصيام استشارة الطبيب المعالج أو المثقف الصحي

سلوكيات تساهم في تخفيف الوزن

واختر مشروباتك بحكمة، حيث يحتاج الجسم إلى كمية كبيرة من السوائل، عندما يحل شهر الصيام في فترة الحر، ويشكل الماء أفضل سائل لجسم الإنسان. تجنب العصائر والمشروبات الغازية المحلاة ومشروبات الطاقة لأنها تحتوي على مستوى عال من السعرات الحرارية ولا تساهم في تخفيف الوزن في رمضان. وامتنع عن تناول المقالي، وأكثر من المجهود الحركي، وتناول الحلويات بتعقل، إذ إن الطريقة الصحيحة لتناول الحلويات هي اختيار كمية صغيرة للتذوق، بحيث يتم تناولها ببطء وباستمتاع بعد الشعور بالشفع المريح في نهاية الوجبة، وليس كبديل عن وجبة غذائية لسد الجوع.

الشبع إلى درجة التخمّة، فإذا أصغيت لمعدتك وأنت تأكل ستنتبه إلى أنك وصلت، في مرحلة ما، إلى درجة مريحة من الشبع تشعرك بالخفة، النشاط، الحيوية والمزاج الجيد. ولكن، إذا وصلت تناول الطعام بعد الوصول إلى هذه المرحلة فستقترب تدريجياً من الشعور بالتخمّة التي ترتبط بصعوبة التنفس، والخمول، والثقل، والانتفاخ، والإحباط والندم.

كذلك أكثر من تناول الخضروات، إذ إن فوائد الخضروات في شهر رمضان عديدة، فهي تزود الجسم بالعديد من الفيتامينات والمعادن التي يحتاجها، قليلة سعراتها الحرارية، سهلة الهضم، تساعد على الشعور بالشبع.

يعتقد الكثيرون أن الصيام سيخفف من وزن الصائمين لمحدودية الفترة الزمنية التي يُسمح فيها بتناول الطعام والشراب، الأمر الذي من المفترض أن يؤدي إلى استهلاك كميات أقل من السعرات الحرارية. لكن تأثير صيام رمضان على وزن الجسم يختلف، في الواقع، من شخص إلى آخر باختلاف الخيارات الغذائية والمجهود الجسدي الذي يتم بذله، فهناك من يحافظ على وزنه أثناء الصيام وهناك من يتغير وزنه زيادة أو نقصاناً.

فإذا كنت تعاني من السمنة أو تعاني من وزن زائد فإن شهر رمضان يمكن أن يكون فرصتك الذهبية لتخفيف وزنك وذلك باتباع النصائح التالية: تجنب

نصيحة اليوم

أطعمة تجنب تناولها على السحور

وجبة السحور واحدة من أهم الوجبات الرئيسية خلال شهر رمضان المبارك، وقد أكد الأطباء أن وجبة السحور تعتبر أكثر أهمية من وجبة الإفطار، لأن وجبة السحور تساعد الشخص على تحمل الصعوبات أثناء الصيام، وهذا هو السبب في أن نبينا محمدا صلى الله عليه وسلم قال في حديثه الشريف «تَسْكُرُوا فَإِنَّ فِي السُّكْرِ بَرَكَةً».

ومن الفوائد التي تنجم عن تناول هذه الوجبة توفير الطاقة للصائم مما يجعل الصيام سهلاً بالنسبة له، بالإضافة إلى ذلك أنه من خلال تناول هذه الوجبة فإن الصائم ينال ثواب اتباع سنة النبي محمد صلى الله عليه وسلم.

ولكن هناك بعض أنواع الأطعمة يجب أن يتم تجنبها في هذه الوجبة، ومنها أولاً المشروبات التي تحتوي على الكافيين، حيث تحتوي القهوة على مادة الكافيين التي تؤدي إلى الأرق، بالإضافة إلى ذلك تعمل على إدرار البول وتشعرك بالعطش طوال اليوم.

وكذلك الطعام المالح، إذ إن عدم التوازن في مستويات الصوديوم في جسمك تشعر بالعطش الشديد أثناء الصيام، لذا حاول تجنب المكسرات المملحة والمخللات والأطعمة التي تحتوي على صلصة الصويا والأطعمة ذات المحتوى المرتفع من الملح.

والكربوهيدرات البسيطة أو المكررة، وهذه الأطعمة تدوم فقط من 3 إلى 4 ساعات وهي منخفضة العناصر الغذائية الأساسية مثل السكريات والدقيق الأبيض والمعجنات والكعك والكرواسان.

بالعافية



سمك مشوي 85 جم : 136 سعرة حرارية



#صحة_واجبر

تحتاج نشاط بدني لحرقتها



27 دقيقة



20 دقيقة



20 دقيقة



تستوعب أكثر من 500 شخص في «مرسى ملاذ كمبينسكي»

أجواء ألف ليلة وليلة في خيمة «اللؤلؤة» الرمضانية



■ راجو مينون

جناحاً راقبياً، وجناحين رئاسيين وجناحين ملكيين، وتوفر الأجنحة الراقية في مرسى ملاذ كمبينسكي مساحات كبيرة وفاخرة، لتلبي متطلبات الترفيه والأعمال، في حين تقدم أفضل مستويات الراحة والاسترخاء، وتتميز جميع الغرف والأجنحة الفاخرة بوجود الشرفات أو التراسات، وتقدم إطلالة رائعة على حدائق الفندق والخليج العربي وجزيرة اللؤلؤة.

يحتل الفندق موقعاً فريداً على جزيرة خاصة تطل على جزيرة اللؤلؤة في قطر، ويعتبر الفندق تحفة فنية تجمع بين التراث الأوروبي الفخر والهندسة المعمارية الممزوجة بالطابع العربي التقليدي الأصيل، وهو قصر حقيقي بكل ما تعنيه هذه الكلمة، فمن الأروقة والأماكن العامة الفخمة، والغرف والأجنحة الفارهة، إلى مجموعة مختارة من أرقى المطاعم والصالات.



■ أشهى الاكلات المتنوعة للإفطار والسحور تناسب كل الأنواق

الاستمتاع ببوفيه فطور أو غداء من قائمة الطعام مطعم «سوا» وكذلك كافيه «مورانو»، وبمناسبة شهر العطاء، يقدم الفندق أفضل الأسعار لغرف ابتداء من 900 ريال للغرفة الديلوكس، بالإضافة إلى خصم 50% على كل علاجات الجسم في «سبا باي كلارنس».

يضم مرسى ملاذ كمبينسكي 281 غرفة فاخرة، بما في ذلك 69

الأسرة والمقربين وتمثل خيمة (اللؤلؤة) الوجهة المثالية للتأخي والتواصل الاجتماعي وإحياء التقاليد القطرية بين الرواد الباحثين على الأجواء العائلية أو رواد الأعمال، فإن الخيمة صممت لضمان الهدوء وتوفير الراحة لقضاء أمسيات ذات طابع ورونق خاص في جو من الهيبة الرمضانية الأخاذة».

يمكن لضيوف الفندق وزواره

الحلويات اللذيذة، والمشروبات الرمضانية المنعشة ومحطات الطهي الحية لأشهى المأكولات التي تحضر أمام الضيوف الكرام بأسلوب من الكرم الممزوج بالحنان العود.

قال راجو مينون، المدير العام لفندق مرسى ملاذ كمبينسكي: «إن قيم المحبة والعطاء تتجسد في شهر رمضان المبارك الذي يعتبر فرصة لاحتفاء بالعادات والتقاليد مع

تشهد قاعة الأفراح «بالازو» بفندق مرسى ملاذ



كمبينسكي - اللؤلؤة، تحولاً ساحراً بمناسبة شهر رمضان المبارك، حيث تقام خيمة «اللؤلؤة» الرمضانية الجديدة التي تتميز بديكور عربي عصري المستوحى من قصص ألف ليلة وليلة لـ «علاء الدين» الشهيرة من خلال زينة الفوانيس والقناديل وهندسة الجدران المقوسة وألوان الأقمشة المميزة كالذهبي، اللون الأزرق الفاتح والبنفسجي في أجواء يغلبها طابع الأناقة والرقي.

تقدم «اللؤلؤة» تجربة فريدة للاستمتاع بأوقات مميزة بين العائلة والأصدقاء وأجواء تقليدية تتناغم مع أفخم خدمات الضيافة، حيث تم تجهيز الخيمة لاستيعاب أكثر من 500 شخص لخوض تجربة روحانية تتناسب مع أجواء الشهر الفضيل. خيارات الأكل المتنوعة للإفطار والسحور تناسب كل الأنواق حيث يمكن لزوار الخيمة الاستمتاع بأشهى المأكولات العربية والعالمية التي يشرف على إعدادها فريق من الطهاة المحترفين.

يحتل مطعم «السفرة» الشهير الصدارة في «خيمة اللؤلؤة» بتقديم أطباق تقليدية وشامية تتميز بكنهاتها ووصفاتها المستوحاة من المطبخ العربي العريق تحت إشراف الشيف «جوليان الخال» بالإضافة إلى أصناف متعددة من الأطباق العالمية، المقبلات، السلطات الطازجة،

نصائح

لإعداد رحلة سياحية في رمضان

1- ينبغي عليك دائماً أن تحدد هدفك قبل البدء في التخطيط لرحلتك القادمة، وخاصة عند الحديث عن السفر في رمضان فهو شهر له مكانة قدسية خاصة عند المسلمين وأجواء ومشاعر لا يمكن التفكير في تفويتها مع العائلة، وبعد أن تحدد هدفك يمكنك الانتقال إلى النقطة القادمة وهي تحديد وجهة السفر.

2- الجميع سيفضلون أن يخبروك بزيارة البقاع المقدسة في مكة المكرمة والمدينة المنورة، خصوصاً وأن عمرة في رمضان تعدل حجة مع الرسول، وإذا كان هدفك من السفر في رمضان هو غير ديني، فهناك عدد من الوجهات السياحية المناسبة والتي يُنصح بها المسافرين حول العالم خلال هذه الفترة المهمة من التقويم الهجري.

3- السفر في شهر رمضان يعني أنك سوف تكون بعيداً عن الوطن والأهل، وهذا يعني أنك ستفقد لذة الحياة الرمضانية التي كنت تعاندها في وطنك، ولعل الأمر الوحيد الذي سيجعلك تستمتع بالرحلة بشكل يفوق مشاهدة المعالم التاريخية والاسترخاء بين المناظر الطبيعية، هو العيش مع السكان المحليين وتذوق أطباقهم.

4- إذا كنت لا تحبذ الفكرة السابقة أو يمكنك القيام بها بشكل جزئي فقط، فالنصيحة التالية هي أنه عليك اختيار الفندق المناسب الذي يجعلك تشعر بالأجواء الاجتماعية لشهر رمضان، فلا تندم بعدها على خوض فكرة السياحة في شهر رمضان، وخاصة عندما يقدم لك إقطاعاً لذيذاً وشهيياً مع كافة أفراد عائلتك أو مع أصدقائك في أجواء حميمة.

5- الخطوة المهمة قبل وضع مستلزمات السفر داخل الحقيبة هي تدوين ما ستحتاجه من تلك المستلزمات، خصوصاً إذا كنت برفقة العائلة والأطفال، حيث لا يمكن أن تتحكم في الأمور جيداً إذا كانت بعض الحاجات غير موجودة داخل حقائبكم، ولعل في شهر رمضان تصبح بعض الأشياء أكثر أهمية.



عروض مميزة للإفطار والإقامة في «فنادق واقف»

هذه المناسبة السعيدة تقدم فنادق سوق واقف خصم 10% في حالة الحجز عشرة ضيوف أو أكثر، و15% في حالة الحجز لخمس ضيفاً أو أكثر.

كلود ربابي، مدير عام فنادق سوق واقف قال: «نسعى خلال شهر رمضان المبارك لتوفير أجواء استثنائية أسرع، ليمكن ضيوف فنادق سوق واقف من قضاء أمتع الأوقات برفقة عائلاتهم وأصدقائهم، حيث قمنا بطرح مجموعة من العروض التي من شأنها أن ترتقي لتطلعات ضيوفنا من خلال عروض الإفطار أو الإقامة والتي أعدت بعناية مميزة لتناسب كافة الأنواق». وأضاف: «نحن على ثقة تامة من رضا ضيوفنا بقوائم طعام التي اخترناها بعناية مطلقة للاحتفال بشهر رمضان المبارك والتي ترتقي إلى تطلعاتهم وتساهم في تمضيتهم لأجواء رمضان رائعة».

رحلتهم عند ركن الحلويات المشبعة بأنواع مختلفة. في هذا العام، للأطفال نصيب الأسد في فنادق سوق واقف، حيث تم تخصيص منطقة خاصة لهم للاستمتاع بمجموعة من الأطباق التي ستعد خصيصاً لتناسب تطلعاتهم، كما يستقبل مطعم «أرغان» الأطفال دون الثانية عشرة بخصم 50%، ويرحب بالأطفال دون السادسة مجاناً، ولمشاركة الضيوف

المشروبات الرمضانية، وأصناف الحساء المتعددة، والمخبوزات، والأجبان، وركن المقبلات الباردة والساخنة، والسلطات الشرقية والغربية، وتشكيلة كبيرة من أطيب الأطباق العربية والعالمية الغنية بالنكهات اللذيذة، كما يمكن للضيوف تذوق أشهى الأطباق التي سيتم تحضيرها أمامهم مباشرة في محطات الطهي المتعددة الموجودة في المطعم، واختتام

تطرح فنادق سوق واقف، مجموعة من العروض الحصرية خلال شهر رمضان الكريم، لتوفير تجربة ضيافة عربية أصيلة وفريدة من نوعها للعائلات والأفراد من خلال عروض الإقامة والاستمتاع بمشاركة الأهل والأصدقاء لقضاء أوقات مميزة على مأدبة الإفطار. كعادة كل عام، توفر فنادق سوق واقف أجواء رائعة للضيوف للاستمتاع بأفضل الأوقات وأشهى المأكولات اللذيذة خلال الشهر المبارك. خلال الشهر الفضيل، تقدم فنادق سوق واقف لضيوفها في مطعم «أرغان»، بوفيهات إفطار فاخرة بما في ذلك أصناف متعددة تلبي جميع الأنواق، كما يتميز الإفطار بأطباق رئيسية مختلفة في كل يوم خلال الشهر بأكمله. يمكن للزوار خلال هذه الفترة التلذذ بأشهى الأصناف المتنوعة خلال بوفيه الإفطار الذي يشمل





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



6

كمثرى



5.5

موز



2.5

بصل



3.5

طماطم



9

كوسة



4

خيار



2.5

بطاطس



6

ثوم



8.5

عنب



5

برتقال



4.5

كيوي



7

تفاح



1.5

ملفوف



6

نعناع



3

خس



8

بامية



الأسماك

18	كنعد متوسط
9.75	سمان
26	هامور صغير
5	شعري
24	باس تركي
16	صافي
27	قاروص
35	سلمون
13	ربيب
12	زبيدي

قائمة السلع المخفضة

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

السلعة	كمية	سعر QR
بلدنا زيادي بقري	6X170G	5.5
روعه روب	KG 1	5.5
روعه روب	KG 2	10
روعه روب بريك قليل دسم	170GM	0.75
روعه روب بريك كامل دسم	170GM	0.75
دائدي زيادي طازج كامل الدسم	6X170G	5
دائدي زيادي طازج قليل الدسم	6X170G	5
دائدي زيادي نكهة الخوخ	6X110GM	9
دائدي زيادي طازج قليل الدسم	6X110GM	9
دائدي زيادي طازج قليل الدسم	6X110GM	9



اللحوم والدواجن

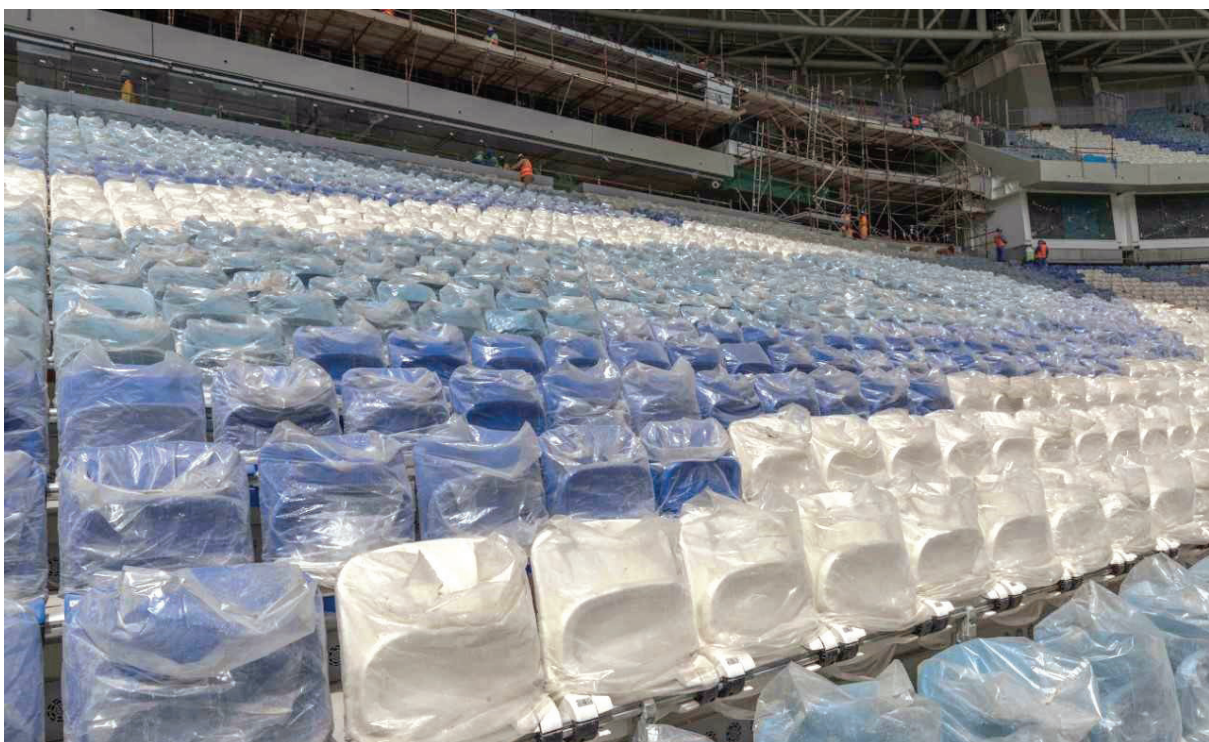
17.5	لحم خروف أسترالي
25	لحم بقر أسترالي
35	لحم ضأن سوداني
35	لحم تيس باكستاني مبرد
35	لحم خروف نيوزيلندي
18	دواجن
24	فيليه دجاج
20	كبد وقوانص
33	عجل محلي
13	دجاج محمد مستورد

ثاني إستادات مونديال قطر 2022

إستاد الوكرة.. حلم قطري يرى النور الخميس المقبل



■ تصميم الملعب للمصممة زها حديد ويحاكي الطبيعة والثقافة القطرية



■ 40 ألف مشجع الطاقة الاستيعابية لإستاد الوكرة



■ 20 مليون ساعة عمل الأشغال في الإستاد

السيارات حتى المواقف المخصصة وقطع حرم الملعب والملاعب الخضراء مشيا على الأقدام. ويضيف الزراع أن الزمن اللازم للوصول إلى إستاد الوكرة من قلب الدوحة قل إلى النصف أو أقل تقريبا مقارنة بالعامين الماضيين، وذلك بعد اكتمال غالبية مشاريع الطرق السريعة والداخلية التي تعتبر شبكة محكمة تربط الملعب بجميع الاتجاهات، فضلا عن إنهاء العديد من مشاريع البنية التحتية التي تخدم المشروع من طرق

كل فترة ثماني ساعات، علما بأن الأشغال في الإستاد فاقت الـ 20 مليون ساعة عمل. وحول وصول الجمهور إلى إستاد الوكرة، يوضح مدير مشروع إستاد الوكرة أن هذا من الأمور التي ستتم تجربتها ودراستها بعناية خلال مرحلة التشغيل التجريبي للملعب قبل البطولة، مشيرا إلى أن أمام الجمهور ثلاثة خيارات، الأول باستخدام المترو، أو استخدام السيارات حتى مواقف محددة ومنها يتم النقل بالباصات إلى الملعب، والخيار الثالث هو استخدام

حيث حرصت اللجنة العليا للمشاريع والإرث منذ بداية عملها على مرور تقييم رعاية العمال بأربع مراحل مختلفة حسب الاشتراطات والمقاييس العالمية، فضلا عن توقيع عقود بنود واشترطات خاصة برعاية العمال في عقود اللجنة مع المقاولين سواء محليين أو عالميين. وفاق عدد العمال في مشروع إستاد الوكرة خمسة آلاف عامل، حيث جرى العمل في الإستاد بنظام يوم العمل الكامل من خلال ثلاث فترات عمل بلغت



■ ثاني الزراع

ويوضح الزراع أن تصميم الملعب مستوحى من أعمال للمصممة العالمية العراقية زها حديد، حيث تم التركيز في تصميمه على محاكاة الطبيعة والثقافة القطرية، وهو ما ظهر جليا في تصويره على هيئة المراكب الشراعية التي كان يستخدمها الأجداد قديما خلال حياتهم اليومية في عمليات الغوص وصيد اللؤلؤ.

ويضيف أن العمل في مشروع إستاد الوكرة بدأ عام 2014 بمرحلة التصميم، ثم تم بناء مكاتب إدارة المشروع من قبل مقاول محلي عام 2015، تلا ذلك مرحلة التمكن وبناء الأساسات في عام 2016، وأخيرا في عام 2017 تمت ترسية المشروع على المقاول الرئيسي للانتهاء من بناء الإستاد والمشروع بصورة كاملة على مدى 33 شهرا.

صديق للبيئة

وحول مراعاة الاستدامة وصداقة البيئة في بناء الإستاد، يشدد المهندس ثاني الزراع مدير مشروع إستاد الوكرة في اللجنة العليا للمشاريع والإرث على أن هذه الجوانب تمت مراعاتها منذ التصميمات الأولية للمشروع الذي حصل على شهادة خمس نجوم في مرحلة الاستدامة من برنامج نظام تقييم الاستدامة العالمي «GSAS» لإدارة الفعاليات والأنشطة الرياضية والبناء، كما سيتم التقدم من أجل الحصول على شهادة جديدة بعد انتهاء البناء. وعن الإرث الذي سيحققه مشروع إستاد الوكرة، أكد الزراع أن الإرث أحد أهم وعود ملف قطر 2022 لاستضافة المونديال من خلال الاستفادة من تقليص سعة ملاعب مونديال قطر في المساهمة ببناء ملاعب في الدول الصديقة والنامية، وهو ما سيتوفر في إستاد الوكرة من خلال تفكيك 20 ألف مقعد والتبرع بها لإحدى الدول بالتنسيق مع الاتحاد الدولي الفيفا.

وتبلغ الطاقة الاستيعابية لإستاد الوكرة حوالي 40 ألف مشجع، حيث سيستضيف الإستاد مباريات بطولة كأس العالم حتى الدور ربع النهائي، ويتميز الإستاد بسقفه القابل للفتح والإغلاق خلال مدة 30 دقيقة. ويعتبر مدير مشروع إستاد الوكرة أن تصميم الهيكل الحديدي للإستاد الذي يتكون من 32 قطعة ويزيد وزنه عن تسعة آلاف طن، كان أكبر التحديات التي واجهت المشروع، خاصة أن القطعة الواحدة كانت تستغرق شهرا ونصفا بداية من تصميمها في إيطاليا وصناعتها في الصين وكوريا الجنوبية، ثم نقلها إلى إيطاليا للتأكد من المقاييس قبل أن تنتقل إلى الدوحة للصيغ ودخول مرحلة التركيب النهائي الذي استغرق عشرة أشهر للانتهاء من تركيب الهيكل بالكامل.

رعاية العمال

وعن مقاييس رعاية العمال، يشدد الزراع على مراعاة هذا الأمر قبل العمل في مشروع إستاد الوكرة،

بدأ العد التنازلي لافتتاح إستاد الوكرة، أحد الإستادات التي ستستضيف



نهائيات كأس العالم لكرة القدم في قطر 2022، حيث يشهد يوم الخميس المقبل التدشين الرسمي للإستاد من خلال المباراة النهائية لبطولة كأس سمو الأمير المفدى لكرة القدم.. إستاد الوكرة الذي يعد ثاني إستادات مونديال قطر 2022 التي تم الانتهاء منها بعد افتتاح إستاد خليفة الدولي في مايو 2017، لم يكتف بأنه الإستاد الأول الذي تم تشييده من الصفر وفق المقاييس والمعايير المعتمدة من الاتحاد الدولي لكرة القدم «فيفا»، وإنما حقق رقما عالميا قياسيا جديدا بعدما تم الانتهاء من تركيب الأرضية العشبية للإستاد في زمن بلغ 9 ساعات و15 دقيقة لتكون أسرع عملية فرش عشب للملعب كرة قدم في العالم. ويؤكد المهندس ثاني الزراع مدير مشروع إستاد الوكرة في اللجنة العليا للمشاريع والإرث، أن عملية مد الأرضية العشبية للإستاد في زمن قياسي لم تكن هدفا في حد ذاتها بقدر كونها تجربة لمواجهة أي طارئ قد يحدث لأرضية الملعب خلال المونديال، وكيفية التعامل معها في ظل استضافة الإستاد لمباريات في بطولة مضغوطة، فضلا عن تجربة جدوى تغيير الأرضية في فترة قصيرة.

وسيشكل إستاد الوكرة المستوحى تصميمه من المراكب الشراعية المقلوبة بغرض الصيانة، بعد افتتاحه، إضافة نوعية لمدينة الوكرة التي احترف أهلها قديما الملاحة البحرية والمغامرة فوق الأمواج، حيث سيستفيدون من المرافق الجديدة التي ستحيط بالملعب سواء في الفترة التي تسبق المونديال أو بعد انتهائه، ومن بينها مدرسة وقاعة للأفراح ومسارات لركوب الدراجات الهوائية والركض، وركوب الخيل، ومطاعم، ومتاجر، وأندية للياقة البدنية، ومتنزهات، كما سيكون بمقدور الزوار والمشجعين خلال المونديال قضاء أوقاتهم في مرافق الملعب قبل المباريات وبعدها.

أهداف الإستاد

ويقول ثاني الزراع، في مقابلة خاصة لوكالة الأنباء القطرية إن أحد أهم أهداف مشروع إستاد الوكرة هو استخدامه للأنشطة الاجتماعية بشكل يومي ولا يقتصر على الأغراض الرياضية فقط، حيث إن دراسات الجدوى ركزت على أهمية استفادة الدولة وأهل المنطقة من المشروع كنوع من الإرث المستدام الذي تقوم عليه جميع مشاريع اللجنة العليا للمشاريع والإرث.

ويضيف أن المساحة الكلية للمشروع تقدر بحوالي 600 ألف متر مربع، منها 150 ألف متر مربع مخصصة للإستاد، و90 ألف متر مربع للمناطق الخضراء حول الإستاد والمخصصة للأعشاب، وكذلك للأشجار التي يصل عددها إلى حوالي 700 شجرة، فيما تتوزع المساحة المتبقية بين المرافق المختلفة ومسارات ركوب الدراجات الهوائية والخيل والركض ومركز الطاقة ومحطة كهرباء وغيرها من الخدمات.

قوارب شراعية

ويعكس تصميم إستاد الوكرة الذي جرى تشييده في قلب مدينة الوكرة، التي تبعد نحو خمسة عشر كيلو مترا جنوب الدوحة، المستوحى من شكل القوارب الشراعية المعروفة في قطر ودول الخليج العربية بالمحامل، التراث التاريخي والثقافي للمنطقة وللمدينة التي تعتبر من أهم المدن القطرية، فهي من أقدم الموانئ التجارية الإستراتيجية، وموقعها كإحدى البوابات الرئيسية لمدينة الدوحة برا وبحرا قديما، كما أنها اشتهرت بتجارة اللؤلؤ وصيد الأسماك.



الطعام والشراب في القرآن الكريم

8- الخُبِّ والزُّيْحَان:

قال الله تعالى: «وَالْخُبِّ ذُو الْعَصْفِ وَالزُّيْحَانِ» (الرحمن، 12).

الحب يفهم منه الحبوب بأشكالها وأنواعها المختلفة، كالقمح والشعير والشوفان والعدس القزحة (الحبة السوداء) إلى غير ذلك. والحبوب بأنواعها المختلفة تمثل الغذاء الأهم للإنسان حيث يخزن لفترات طويلة ويمكن الاعتماد عليه وخصوصا في الأوقات العصيبة. تشير الدراسات إلى أن تناول الحبوب بشكل كامل (أو ما يطلق عليه الحبوب الكاملة) له فوائد صحية جيدة، كما يلي:

- تناول الحبوب الغنية بالألياف (الحبوب الخالصة) كجزء من النظام الغذائي يقلل من مخاطر أمراض القلب التاجية.

- يساعد تناول الحبوب الغنية بالألياف على تحسين حركة الأمعاء وتجنب الإصابة بالإمساك.

- يساعد تناول 180 جراما يوميا من الحبوب الخالصة على الحفاظ على الوزن المثالي.

- أكدت الدراسات أن تناول الحبوب المدعمة بالحامض الفولي قبل وأثناء فترة الحمل يحمي الجنين من تشوهات القناة العصبية أثناء مراحل نمو الجنين داخل رحم الأم.

- تمنع الألياف المتوفرة في الحبوب من الإصابة بأمراض الأوعية الدموية وضغط الدم المرتفع ومرض السكري. أما الريحان فقد اختلف فيه المفسرون على خمسة أوجه:

أحدها: أنه الرزق، قاله مجاهد وسعيد بن جبير والسدي، والعرب تقول: خرجنا نطلب ريحان الله، أي رزقه، ويقال: سبحانك وريحانك، أي رزقك، وقال النمر بن تولب: (سلام الإله وريحانه.. وريحته وسماء درر).

الثاني: أن الريحان الزرع الأخضر الذي لم يسنب، قاله ابن عباس.

الثالث: أنه الريحان الذي يشم، قاله الحسن، والضحاك، وابن زيد.

الرابع: هو الحب المأكول، قاله الكلبي.

وأرجح القول الثالث، لأنه التبادر للذهن، ولأنه لا يمكن أن يكون بمعنى الحب لأنه مذكور قبله، وأستبعد أن يكون بمعنى الرزق لأن السياق لا يسعف بذلك. أما ما روي عن ابن عباس أن الريحان الزرع الأخضر الذي لم يسنب، فهو تفسير للريحان بقراءة الكسر لا الرفع، وقراءة الرفع أكثر شهرة لذلك نأخذ بها هنا.

يقول د. عبد الرحمن الوكيل: عندما يذكر اسم نبات في كتاب الله فلا بد من التوقف أمامه والتأمل في محاولة للبحث عن معلومات وأسرار ومعارف قد تكتشف.

لقد هالني الكم الهائل من الأبحاث التي نشرت نتائجه بالمراجع العلمية وعلى مواقع محددة بشبكة الإنترنت والخاصة بنبات الريحان وبالرغم من ذلك فالقليل عنه يعرفه البعض في هذه المنطقة من العالم. ويشير د. عبد

الرحمن إلى الآثار العلاجية لهذا النبات حسب إصدارات مراكز أبحاث عالمية، حيث له تأثير كبير في حماية المادة النووية للخلية من تأثير الإشعاع والأكسجين الحر، كما يعمل على مقاومة السموم الفطرية والميكروبات والالتهابات والعديد من أنواع البكتيريا الضارة.



180

مليار دولار إنفاق المسافرين المسلمين في 2026

من المنتظر أن يبلغ عدد المسافرين المسلمين حول العالم نحو 168 مليون مسافر بحلول العام 2020، على أن يقفز إلى مستوى 230 مليون مسافر بحلول العام 2026، حيث يتوقع أن يصل إنفاقهم في العام 2026 نحو 180 مليار دولار من خلال شراء تذاكر السفر من خلال الإنترنت.

دعاء

يقول الله تعالى في كتابه العزيز: (وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ).

صدق الله العظيم

اللهم ارزقني فيه رحمة الأيتام وإطعام
الطعام وإفشاء السلام وصحبة الكرام
بطولك يا ملجأ الآملين.



الأوائل في الإسلام

– أول من خط وخاط سيدنا إدريس عليه السلام.

– أول من صنع الدروع ولبسها سيدنا داود عليه السلام.

– أول من قص شاربه وفرق شعره وتمضمض وقلم أظافره واختن سيدنا إبراهيم عليه السلام.

– أول فدائي في الإسلام علي بن أبي طالب كرم الله وجهه.

– أول فدائية في الإسلام أسماء بنت أبي بكر الصديق.

– أول مسجد بُني في الإسلام مسجد قباء بضواحي المدينة.

Ooredoo توزع التمر والماء في كورنيش الدوحة



هو الحال في كل عام، أحببنا أن نشارك أفراد المجتمع أجواء الشهر الفضيل من خلال توزيع التمر والماء، وهي لفحة بسيطة نعبر من خلالها عن تعزيز تواصلنا أفراد المجتمع من خلال مشاركتهم الإفطار ونسعى من خلال أنشطة المسؤولية الاجتماعية التي نقيمها خلال شهر رمضان المبارك إلى نشر قيم المحبة والعطاء فيما بيننا». ويمكن للعملاء متابعة فعاليات المسؤولية الاجتماعية وعروض Ooredoo لشهر رمضان المبارك، عبر حسابات الشركة على مواقع التواصل الاجتماعي.

قام فريق من متطوعي Ooredoo، الخميس الماضي، بتوزيع الماء والتمر على مرتادي كورنيش الدوحة وقت الإفطار، وذلك ضمن إطار أنشطة الشركة للمسؤولية الاجتماعية خلال شهر رمضان المبارك.

وقد شارك في هذه المبادرة متطوعون من مختلف أقسام وإدارات Ooredoo عند نهاية طريق الكورنيش بالخليج الغربي، والذين حرصوا على مشاركة اللحظات الرمضانية المميزة مع أفراد المجتمع.

وحول هذه المبادرة، قالت منار خليفة المريخي، مديرة إدارة العلاقات العامة واتصالات الشركة في Ooredoo قطر: «كما



التكلفة

77

ريالا قطريا

شرائح اللحم وال فول مع اللبن

المكونات :

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

طريقة التحضير :

حضري قدرا وضعي الزيت حتى يصبح جاهزا للقلي ثم ضعي البصل وقومي بقليله جيدا حتى يصبح لونه ذهبيا ثم ارفعيه من القدر، ضعي الفلفل الأسود وجوزة الطيب على اللحم، ضعي في المقلاة زبدة، ثم قومي بقلي اللحم، ثم ضعي البصل المقلي وأضيفي الفول، تقلّي لمدة

خمس دقائق ثم نضيف ماء فوقها حتى تغمر وندعها لتغلي لمدة ساعة.

طريقة تحضير اللبن:

امزجي اللبن في قدر ثم أذبي النشا مع قليل من الماء

وضعيه فوق اللبن، ضعيه على نار هادئة ودعيه يغلي لمدة ربع ساعة مع التحريك المستمر، ثم أضيفي شرائح البصل والفول على اللبن ودعيه يغلي مدة خمس دقائق، حضري الطبق العام، ضعي الشرائح مع اللبن في الطبق وتقدم مع أرز أبيض.

صحة وعافية



الشفيف

عزيز أمين حسن