



كل شئ على طبيعته
Made By Nature



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



Issue No 1837 - Wednesday 12 May 2021

العدد 1837 - الأربعاء 30 رمضان 1442 هـ . 12 مايو 2021

العشاء

7:43

المغرب

6:13

العصر

2:57

الظهر

11:30

الشروق

4:51

الفجر

3:26

30 رمضان

مواقيت الصلاة

أطلقتها مراكز التسوق لجذب الزبائن

عروض ترويجية تنشط الأسواق قبيل العيد

حديقة القرآن النباتية

تختتم أنشطتها

الرمضانية

نظمت حديقة القرآن النباتية، وهي الحديقة الأولى في العالم التي تعرض جميع أنواع النباتات المذكورة في القرآن الكريم والحديث الشريف والسنة النبوية، برنامجًا حافلًا بمجموعة متنوعة من الأنشطة الافتراضية الموجهة للمجتمع وذلك طوال شهر رمضان المبارك. ومن أبرز أنشطة حديقة القرآن النباتية في شهر رمضان مسابقة يومية بعنوان «نبات في الحديث»، استطلاع من خلالها محبو النباتات والزراعة والحداث من جميع الأعمار الإجابة عن الأسئلة التي نشرتها الحديقة على صفحات حساباتها في مواقع التواصل الاجتماعي فيما يتعلق بالمصطلحات النباتية والنباتات في الحديث النبوي الشريف، كما أعلنت الحديقة هذا الشهر عن أسماء الفائزين في مسابقات «البحوث البيئية» و«الامن الغذائي» و«امرح وتعلم 2021».

10

«الرعاية الصحية» تقدم

نصائح خلال «الفطر»

ترتبط الأعياد والمناسبات بأنواع معينة من الأغذية والأطعمة، ولعل عيد الفطر المبارك من أهم هذه المناسبات والذي يتميز بتناول الحلوى كالكعك والبسكوت والبيتفور، وغيرها من أنواع الحلوى الأخرى، وهذه الأطعمة تحتوي على نسبة عالية من السعرات الحرارية لاحتوائها على نسبة عالية من الكربوهيدرات والدهون. وتقول موضي حمد الهاجري مدير خدمات التغذية العلاجية والمجتمعية في مؤسسة الرعاية الصحية الأولية إن عدم الاعتدال والتوازن في تناول تلك الأطعمة قد يصيب الكثيرين باضطرابات في الجهاز الهضمي مثل التلبك المعوي وعسر الهضم والانتفاخ والإسهال والقيء، ومن هنا نلاحظ تردد الكثيرين في هذه المناسبة على قسم الطوارئ لمؤسسة الرعاية الصحية أو باقي المؤسسات الصحية في الدولة. وتضيف أن الجسم قد اعتاد خلال شهر رمضان على نظام غذائي محدد مختلف عن ذلك النظام المتبع طوال العام أو خلال شهر رمضان، حيث إنه خلال فترة الصوم يعتاد الجهاز الهضمي على عدم استقبال أي طعام أو شراب طوال النهار، ما يجعله في حالة راحة نهارة، وفي أيام العيد الأولى نبدأ بالرجوع للنظام الغذائي المعتاد لنا، لكن هذا يتطلب التدرج.

10

سُنن صلاة عيد الفطر

الذهاب إلى الصلاة من طريق والعودة من طريق آخر

الاغتسال، والتجمل، والتطيب، ولبس الجديد أو التنظيف من الثياب

الفطر قبل الخروج إلى الصلاة في عيد الفطر بتمرات وترا أو غيرها

إدخال السرور على الأولاد، والتوسيع عليهم بما تستطيع

اللهو والفسحة بما يجوز من المباحات

صلة الأرحام، والتهنئة، وتفقد المحتاجين، والمصالحة بين المتخاصمين

المصدر: تقالير - لوسيل
By:Noureldin Medhat



www.lusailnews.net

حملات مكثفة على المنتئات الغذائية لاستقبال العيد

النظافة الشاملة لكافة المرافق الرئيسية ضمن الحدود التابعة لها. كما قام قسم النظافة بإجراء عمليات التنظيف ورش مصليات العيد من الداخل والخارج بالمبيدات المناسبة، وإجراء عمليات الرش للمساجد من الخارج. ويقوم قسم الرقابة الصحية بإدارة الرقابة البلدية بتنفيذ خطة عمل أثناء إجازة عيد الفطر المبارك تشمل تغطية العمل بمقصب مدينة الشمال للكشف البيطري على الذبائح، كما تم التفتيش على محلات بيع اللحوم والدواجن والأسماك.

14

تفتيشية على المؤسسات الغذائية العاملة ضمن الحدود التابعة لبلدية الوكرة، حيث تم التفتيش على سوق السمك وسوق الوكرة المركزي. كما تم التركيز على المطاعم ومحلات المكسرات والحلويات، وسوف يستمر العمل خلال فترة عيد الفطر المبارك، حيث سيقوم المفتشون باستقبال الشكاوى ومتابعتها والتركيز على المقاصب ومحلات بيع حلويات العيد. وفي بلدية الشمال، قامت الإدارات التابعة للبلدية باتخاذ كافة الاستعدادات، حيث تم تنفيذ أعمال

والمطابخ الشعبية للتأكد من سلامة المواد الغذائية والكشف على الذبائح بالمقاصب بصفة يومية، وكذلك التفتيش على الخضروات والفواكه المتواجدة بالسوق المركزي، وتمت الحملات التفتيشية بإشراف فريق متخصص من المفتشين والأطباء البيطريين، بهدف الوصول لأعلى درجات السلامة الغذائية لضمان تأمين صحة المستهلكين خلال فترة العيد. وفي إطار استعدادات بلدية الوكرة لاستقبال عيد الفطر المبارك، نفذ قسم الرقابة الصحية حملات

الدوحة - لوسيل

كثفت الأجهزة المختصة بالبلديات استعداداتها لاستقبال عيد الفطر المبارك، من خلال الحملات والجولات التفتيشية المستمرة على المنشآت الغذائية وتنظيف الساحات والطرق العامة استعداداً لعيد الفطر المبارك.

حيث قام قسم الرقابة الصحية التابع لإدارة الرقابة البلدية ببلدية الدوحة، بالتفتيش على الجمعيات ومحلات بيع الحلويات والمكسرات

شملت سلسلة ندوات نقاشية وجلسات تفاعلية ومسابقات

حديقة القرآن النباتية تختتم أنشطتها الرمضانية المتميزة

في القمة الرمضانية «تصميم إنسانية ما بعد كوفيد- 19: تعارف وتعاون وتراحم» التي أقامتها كلية الدراسات الإسلامية في جامعة حمد بن خليفة. وفي هذه القمة قدم أحمد عبد القادر من مدرسة الدوحة الثانوية مشروعاً حول تأثير المعشبة واستخدام تطبيق يعمل على الهواتف الذكية في توثيق التاريخ التصنيفي وتعزيز وعي المجتمع بالنباتات في دولة قطر، بينما قدمت سارة النعمة من مدرسة البيان الثانوية للنباتات مقترح مشروع يتضمن استخدام جذور شجرة السدر في تطعيم أشجار التفاح في قطر، أما أحمد مقبل، من مدرسة أحمد بن حنبل الثانوية للبنين فقد ركز على نظام إلكتروني لمراقبة جودة الماء عن بعد في مزارع السمك القطرية.

وقالت فاطمة الخليفي، مدير حديقة القرآن النباتية: «رمضان هو شهر العبادة والتقوى وأعمال الخير. وقد استطعنا بفضل التكنولوجيا المتكثرة وحماس فريقنا وشركائنا وخبراتهم تنظيم مجموعة من الندوات والأنشطة الافتراضية الحافلة بالمعلومات والنصائح والإرشادات. ونود أن نعرب عن عميق شكرنا لكل أفراد المجتمع الذين انضموا إلينا في هذه الندوات والجلسات بالحضور والمشاركة للاحتفال معنا بهذا الشهر المبارك».



■ جانب من الندوة

كان بمقدور المشاركين في هذه الندوات التفاعل المباشر مع هؤلاء الخبراء والمسؤولين عبر طرح الأسئلة عليهم أثناء البث المباشر. وفي شهر أبريل أيضاً قدم ثلاثة طلاب من المرحلة الثانوية، حصلوا على الإرشاد والدعم من حديقة القرآن النباتية، ثلاثة مقترحات لمشاريع بيئية

رمضان قائمة من الندوات الافتراضية عبر الإنترنت حول أهمية الاستدامة والاكتفاء الذاتي من الغذاء، بالإضافة إلى المبادرات القطرية للحفاظ على النباتات من أجل حماية النباتات المحلية. وشارك في هذه الندوات الافتراضية نخبة من الخبراء والمسؤولين من جميع أنحاء قطر. حيث

ونادي العربي الرياضي، استضافت السيد أحمد الغرب، الباحث المساعد في حديقة القرآن النباتية، الذي تحدث عن النباتات في القرآن الكريم. وشارك في الندوة ما يقرب من 100 شخص وتضمنت مسابقة لها جوائز. بالإضافة إلى ذلك، تتضمن أنشطة حديقة القرآن النباتية في شهر

الدوحة – لوسيل

نظمت حديقة القرآن النباتية، وهي الحديقة الأولى في العالم التي تعرض جميع أنواع النباتات المذكورة في القرآن الكريم والحديث الشريف والسنة النبوية، برنامجاً حافلاً بمجموعة متنوعة من الأنشطة الافتراضية الموجهة للمجتمع وذلك طوال شهر رمضان المبارك.

ومن أبرز أنشطة حديقة القرآن النباتية في شهر رمضان مسابقة يومية بعنوان «نبات في الحديث»، استطاع من خلالها محبو النباتات والزراعة والحداث من جميع الأعمار الإجابة عن الأسئلة التي نشرتها الحديقة على صفحات حساباتها في مواقع التواصل الاجتماعي فيما يتعلق بالمصطلحات النباتية والنباتات في الحديث النبوي الشريف، كما أعلنت الحديقة هذا الشهر عن أسماء الفائزين في مسابقات «البحوث البيئية» و«الأمن الغذائي» و«امرح وتعلم 2021».

وفي يوم الأرض هذا العام، الذي وافق 22 أبريل وصادف الشهر الكريم، أقامت حديقة القرآن النباتية سلسلة من الفعاليات على مدار الشهر، منها ندوة افتراضية عبر الإنترنت حول صون النباتات المحلية ومبادرات الأمن الغذائي، ومحاضرة عبر الإنترنت بالتعاون مع وزارة الثقافة والرياضة

استبدل الحلويات بالفاكهة الطازجة المحتوية على الفيتامينات والألياف

«الرعاية الصحية» تقدم نصائح خلال عيد الفطر المبارك

والينسون والنعناع والزنجبيل والقرقة والليمون، حيث تساعد القرقة في هضم الدهون التي تدخل في إعداد حلوى العيد، وتجنب البدء بالتدخين أو شرب الشاي أو القهوة على معدة فارغة يؤدي ذلك إلى اضطرابات معوية والتهابات في المريء والمعدة، كما يؤدي إلى فقد الشهية وازدياد حموضة المعدة وتسارع ضربات القلب، كما قد ينتج الإسهال وزيادة إدرار البول مما يفقد الجسم كمية من السوائل الأمر الذي يكون خطيراً بعد صيام شهر كامل.

تجنب الخمول

لا بد لنا من تجنب الخمول والحرص على ممارسة الرياضة حيث يجد البعض في إجازة العيد فرصة للإفراط في تناول الطعام والراحة والاسترخاء فيغلب عليهم الكسل والخمول، ويؤدي تناول وجبات كبيرة ودسمة ثم النوم إلى عسر الهضم والتلبك المعوي والانتفاخ.

لذا فمن الضروري أن يتم تخصيص جزء من إجازة العيد لممارسة أي نشاط رياضي مناسب.

كما تجب مراعاة الظروف الصحية لآخرين وذلك بإعداد بعض الأصناف الغذائية التي تتناسب مع مرضهم ومع حميتهم العلاجية، كذلك مراعاة الزوار وعدم إلزامهم بتناول كافة الأصناف المتنوعة في الضيافة، وتوفير الحلويات المخصصة لمرضى السكري والتي لا تؤدي إلى ارتفاع سكر الدم لديهم.

وختاماً يشكل العيد تحدياً كبيراً للجميع ويضع حملاً ثقيلاً على الجسم، وذلك من خلال اعتماد الضيافة التقليدية في بيوتنا العربية على الحلويات والقهوة بالإضافة إلى الشاي، ويؤدي قيام الشخص بالكثير من الزيارات واضطراره إلى تناول ما يعرض عليه، إلى حصوله على مقدار كبير من الكافيين والسكريات والدهون المضرة بالصحة ومن هنا علينا معرفة كيفية الحفاظ على صحتنا دون الإخلال بواجباتنا في هذه المناسبات.



■ يجب عدم الإفراط في تناول الحلويات الغنية بالسكريات والدهون

سعر حراري يحصل عليها من جميع الوجبات الغذائية اليومية، والزيادة في السعرات الحرارية يتم تخزينها في الجسم في صورة دهون لتصبح خطراً على الجسم وتؤدي إلى الإصابة بالبدانة، ونوصي بضرورة تقليل نسبة السمن والدهون المستخدمة في تصنيع حلوى العيد وخاصة الكعك، وأن تكون غير مهدرجة، ويكفي تناول كعكتين طوال اليوم، وعلى فترات زمنية متباعدة أو تناول كعكة واحدة وقطعة غريبة وقطعة البتيغور حتى لا تزيد نسبة الكوليسترول في الدم خاصة لدى مرضى الأمراض المزمنة مثل السكري والقلب مع تناول خضروات أو فاكهة قبل أو بعد الكعك مباشرة لأنها أغذية غنية بالألياف تقلل من امتصاص الدهون، وعدم تناول المقلبات والتقليل من الدهون في الطعام، فالدهون في حلويات العيد تكفي.

المشروبات الدافئة والسكر

يفضل تناول الكثير من المشروبات الدافئة بدون سكر مثل الشاي الأخضر

قالت مديرة الصحة الغذائية بمؤسسة الرعاية الصحية الأولية موضي حمد الهاجري: في كل عيد أو مناسبة ننصح بعدم الإفراط في تناول الحلويات الغنية بالسكريات والدهون، ومن الأفضل أن تستبدل حلويات العيد بالفاكهة الطازجة التي تحتوي على الفيتامينات والأملاح المعدنية ومضادات الأكسدة والألياف، أو عمل حلويات ذات وصفات صحية وخفيفة تحتوي على الفواكه أو الحليب قليل الدسم، وباستخدام كميات أقل من الزيوت والسكر، ويمكن تناول تلك الحلويات بين الوجبات باعتدال، حيث يحتوي الكعك على 35% نشويات، و35% دهون، و30% سكريات، وتحتوي الكعكة الواحدة على حوالي 220 سعرا حرارياً، ويحتوي البتيغور على 90 سعرا حرارياً، والبسكوت 90 سعرا حرارياً، والغريبة 150 سعرا حرارياً.

السعرات الحرارية والدهون

علينا أن نعرف أن متوسط احتياجات الفرد من السعرات الحرارية هو 2000



■ موضي حمد الهاجري

خضراء ومن 4- 6 ملاعق من الأرز أو المعكرونة، مع قطعة صغيرة من اللحم أو الدجاج أو السمك المشوي أو المسلوق. أما وجبة العشاء فيمكن أن تتكون من ثمرة واحدة من الفاكهة مع كوب من الزبادي قليل الدسم أو علبة تونة بدون زيت، مع طبق من السلطة الخضراء أيضاً.. وهذا النظام يضمن الابتعاد عن أي زيادة في الوزن مع الحفاظ على صحة جيدة.

الدوحة – لوسيل

ترتبط الأعياد والمناسبات بأنواع معينة من الأغذية والأطعمة، ولعل عيد الفطر المبارك من أهم هذه المناسبات والذي يتميز بتناول الحلوى كالكعك والبسكوت والبيتغور، وغيرها من أنواع الحلوى الأخرى، وهذه الأطعمة تحتوي على نسبة عالية من السعرات الحرارية لاحتوائها على نسبة عالية من الكربوهيدرات والدهون. وتقول موضي حمد الهاجري مدير خدمات التغذية العلاجية والمجتمعية في مؤسسة الرعاية الصحية الأولية إن عدم الاعتدال والتوازن في تناول تلك الأطعمة قد يصيب الكثيرين باضطرابات في الجهاز الهضمي مثل التلبك المعوي وعسر الهضم والانتفاخ والإسهال والقيء، ومن هنا نلاحظ تردد الكثيرين في هذه المناسبة على قسم الطوارئ لمؤسسة الرعاية الصحية أو باقي المؤسسات الصحية في الدولة.

نظام غذائي

وتضيف أن الجسم قد اعتاد خلال شهر رمضان على نظام غذائي محدد يختلف عن ذلك النظام المتبع طوال العام أو خلال شهر رمضان، حيث إنه خلال فترة الصوم يعتاد الجهاز الهضمي على عدم استقبال أي طعام أو شراب طوال النهار، ما يجعله في حالة راحة نهاراً، وفي أيام العيد الأولى نبدأ بالرجوع للنظام الغذائي المعتاد لنا، لكن هذا يتطلب التدرج.

ومن هنا يمكننا توجيه بعض النصائح الهامة للتدرج في تعويد المعدة على النظام الجديد بعد شهر الصيام حيث يجب تناول بعض التمرات قبل صلاة العيد، ثم الذهاب لأداء الصلاة، وبعد الانتهاء من الصلاة يمكن تناول إفطار خفيف عبارة عن كوب من اللبن قليل الدسم، مع قطعة جبن صغيرة قليلة الدسم، مع بيضة مسلوقة، ونصف رغيف من الخبز الأسمر مع سلطة خضراء، أما وجبة الغداء فلا يجب أن تتعدى طبق سلطة

رمضان
مبارك

قليل
ابيض



f /baladnadoha baladnaco @baladnaco

شركة بلدنا للصناعات الغذائية 5 م.م | طريق الشمال مخرج 44 - أم الحوايا - قطر
Baladna Food Industries Co. W.L.L. | Shamal Road - Exit 44 - Um Al Hawaya, Qatar
T +974 4035 8888 | CustomerCare@baladna.com | www.baladna.com



جملة من التنزيلات

بالأسواق المحلية قبيل العيد



■ خيارات عديدة أمام المستهلك

محلات الملابس تستقبل العيد بعروض ترويجية منافسة



إجراءات احترازية بالمجمعات للحفاظ على صحة المستهلكين

قبل المتسوقين، وتعميق الأسطح باستمرار كابواب مقابض الفلاجات، بالإضافة إلى توفير المسافة الآمنة بين المتسوقين في أماكن الانتظار والدفع وغيرها داخل المجمع الاستهلاكي. كما قامت مجمعات تجارية بالدعوة إلى منع اصطحاب الأطفال عند التسوق والاكتفاء بفرد واحد من الأسرة للتسوق من المجمع التجاري حفاظا على صحة الجميع، واستخدام الدفع غير النقدي إذا أمكن، وعدم استخدام الحقائب القابلة لإعادة الاستخدام، كما تم تخصيص نقاط دفع للمتسوقين من المسنّن.

حملات تفتيشية مكثفة على الأسواق لضبط المخالفات

الإجراءات المناسبة ضده وذلك حماية لحقوق المستهلكين. وشددت الوزارة على ضرورة المشاركة المجتمعية في الإبلاغ عن أي حالات خاصة بمخالفة أحكام هذا القرار، وتسهيل الشكاوى والاقتراحات من خلال قنوات التواصل المتاحة، مركز الاتصال: 16001، البريد الإلكتروني: info@moci.gov.qa، حساب وزارة التجارة والصناعة على مواقع التواصل الاجتماعي، تويتر @MOCIQATAR، الإنستغرام MOCIQATAR، تطبيق وزارة التجارة والصناعة على الهواتف الذكية المتوفرة على أنظمة أجهزة الآيفون والأندرويد MOCIQATAR.

تتخذ المجمعات الاستهلاكية والمولات الكبرى جملة من الإجراءات الاحترازية والوقائية للحد من انتشار فيروس كورونا خلال الفترة المقبلة، وذلك ضمن تنفيذ الاشتراطات التي ألزمت وزارة التجارة والصناعة المجمعات التجارية بها للحفاظ على صحة المتسوقين خلال الفترة الحالية. وتشمل الاشتراطات التي أعلنت عنها وزارة التجارة والصناعة قياس درجة حرارة أجسام الموظفين مرتين يوميا، وتوفير المعقمات عند المداخل الرئيسية وأماكن التجمعات ودورات المياه، تعقيم عربات التسوق قبل استخدامها من

تقوم وزارة التجارة والصناعة بتكثيف الحملات التفتيشية خلال الأيام المقبلة لضبط أي مخالفة تقوم بها المحال التجارية، وذلك لضبط الأسعار وضمان عدم ارتفاعها خلال أيام العيد الذي يزداد الطلب على مستلزمات العيد من الملابس والحلويات وغيرها. وأكدت الوزارة في وقت سابق أنها ستواجه بحزم كل من يتهاون في القيام بالتزاماته المخصوص عليها في قانون حماية المستهلك ولأحدثه التنفيذية، وستكتف حملاتها التفتيشية لضبط مثل هذه الممارسات، وستحيل كل من يخالف القوانين والقرارات الوزارية المنظمة لعمل الإدارة إلى الجهات المختصة لاتخاذ

وأعلن أن أسعار الملابس مستقرة ومحافظ على مستويات العام الماضي وسط تنوع كبير في البضائع المستوردة من دول مختلفة، مشيرين إلى أن السلع المعروضة تتمتع بجودة عالية. وأكد عمرو البحرة مدير السيطرة في محلات ريفا أن العروض الترويجية التي أطلقتها المجمعات التجارية ومحلات الملابس ساهمت بنشاط الحركة التجارية قبيل عيد الفطر السعيد، لافتا إلى أن الأسعار التنافسية التي تقدمها المحلات تزيد من الطلب على الملابس قبيل عيد الفطر السعيد. وبين أن جميع المحلات التجارية تقوم بتطبيق الإجراءات الاحترازية المشروطة من قبل وزارة التجارة والصناعة حفاظا على صحة المستهلكين والحد من انتشار فيروس كورونا، مشيرا إلى أنه بالرغم من تلك الإجراءات التي قد تعيق الحركة التجارية إلا أن هناك تزايدا ونموا بالنشاط التجاري في مختلف المجمعات التجارية ومراكز التسوق الكبرى.

انتعاش أسواق الذهب والمجوهرات قبيل العيد

الذهب شهدت إقبالا ملموسا خلال الشهر الفضيل خاصة في ليلة النصف من رمضان، إذ يحتفل العديد من المواطنين والمقيمين بليلة القرنفوع التي يزيد فيها الإقبال على المشغولات الذهبية التراثية، لافتين إلى أن الأسواق المحلية استمرت في حركة شرائية قوية مع قرب حلول عيد الفطر السعيد. وبينوا أن المشغولات الذهبية المصنعة محليا تستحوذ على نسبة كبيرة من المعروضات في السوق المحلي، بالإضافة إلى المعروضات المستوردة من تركيا والكويت وعمان، مشيرين إلى أن السوق المحلي لديه معروض كبير من المشغولات التراثية محلية الصنع وتختلف قيمة المصنعة حسب القطعة المعروضة بحسب بلد المنشأ، إذ تتراوح مصنعة الجرام الواحد من الذهب للمشغولات المحلية ما بين 20 إلى 30 ريال، فيما تتراوح المصنعة للمشغولات المستوردة ما بين 30 إلى 40 ريالاً للجرام الواحد.

أعلنت محلات الملابس والأحذية المتواجدة بمراكز التسوق الكبرى أو تلك التابعة للمجمعات التجارية عن جملة من العروض الترويجية والتنزيلات لجذب المتسوقين خلال شراء مستلزمات العيد. وأكد عمرو البحرة مدير السيطرة في محلات ريفا أن العروض الترويجية التي أطلقتها المجمعات التجارية ومحلات الملابس ساهمت بنشاط الحركة التجارية قبيل عيد الفطر السعيد، لافتا إلى أن الأسعار التنافسية التي تقدمها المحلات تزيد من الطلب على الملابس قبيل عيد الفطر السعيد. وبين أن جميع المحلات التجارية تقوم بتطبيق الإجراءات الاحترازية المشروطة من قبل وزارة التجارة والصناعة حفاظا على صحة المستهلكين والحد من انتشار فيروس كورونا، مشيرا إلى أنه بالرغم من تلك الإجراءات التي قد تعيق الحركة التجارية إلا أن هناك تزايدا ونموا بالنشاط التجاري في مختلف المجمعات التجارية ومراكز التسوق الكبرى.

انتعاش أسواق الذهب والمجوهرات قبيل العيد

شهد سوق الذهب حركة شرائية ملموسة على هدايا العيد من المشغولات الشعبية التراثية، والانتعاش الذي تشهده أسواق الذهب هو استمرار للحركة الشرائية النشطة قبيل عيد الفطر خاصة الإقبال على شراء المشغولات الذهبية احتفالا ببليلة القرنفوع. وتعتبر المشغولات الشعبية القطري جزءا من احتفالات المجتمع القطري بالعيد، كما لوحظت حركة متزايدة على المشغولات المستوردة والتي تتنازل بتصاميم عالمية وجذابة. وتنتشر المشغولات الذهبية المعروضة في السوق لتقسمين، الأولى المصنعة محليا والتي تستحوذ على نسبة كبيرة، بالإضافة إلى المعروضات المستوردة من تركيا والكويت وعمان وغيرها من الدول، وسط تنوع بالبضائع المعروضة في السوق مما يمنح المستهلك خيارات متنوعة على صعيد التصاميم وأسعار المصنعة. وأكد تجار ذهب أن أسواق

محلات الملابس تقدم

عروض ترويجية تدفع بحالة نشاط



تصوير: عمرو دياب

استقبل العديد من السلع الغذائية من مصادر مختلفة، لافتا إلى أن أبرز السلع الطازجة وذات الأعمار القصيرة بات يعتمد عليها من الإنتاج الوطني. إلى ذلك أكد علاء الطريفي أن الأسواق المحلية تشهد تنوعا كبيرا في السلع والبضائع المعروضة، لافتا إلى أن هناك منافسة كبيرة بين المجمعات التجارية ومراكز التسوق الكبرى والتي تخد في نهاية المطاف المستهلك ليجد كافة الأسعار التي تناسبه وفي جميع الأسواق. وبين أن محلات الملابس قدمت العديد من العروض الترويجية خلال الفترة الحالية مما زاد من المبيعات والفرص أمام المستهلكين، لافتا إلى وجود الإجراءات الاحترازية شكل تحديا أمام الأسر في شراء مستلزمات العيد بشكل المعتاد إلا أن الحفاظ على السلامة العامة يشكل هدف للجميع.



■ علاء الطريفي

مشيرا إلى أن القطاع التجاري أبرم العديد من العقود لتأمين حاجة السوق المحلي من المواد الطازجة. وأشار إلى أن السوق المحلي



■ عمرو البحرة

والحلويات والقهوة وغيرها التي يكثر عليها الطلب قبل العيد، بالإضافة إلى السلع الغذائية الطازجة وغير الطازجة والتي يكثر الطلب عليها خلال فترة العيد،



■ الشيخ جاسم بن ثامر آل ثاني

مستلزمات العيد

وأكد أن استعداد العيد ينقسم إلى قسمين وهي مستلزمات الملابس



■ العروض الترويجية ساهمت في تزايد الحركة الشرائية قبيل عيد الفطر

عمر القضاة

دفعت العروض الترويجية بالمجمعات التجارية ومراكز التسوق الكبرى بنشاط ملموس على الحركة التجارية الشرائية في السوق المحلي قبيل عيد الفطر السعيد وسط إجراءات احترازية مشددة تنفذها منافذ البيع للحفاظ على صحة المتسوقين والحد من انتشار فيروس كورونا.

واستعدت الأسواق المحلية لاستقبال عيد الفطر السعيد وذلك بتوفير كافة السلع والمنحجات ومستلزمات الأسرة من الملابس والحلويات والمكسرات، بالإضافة إلى المواد الغذائية والخضروات والفواكه والدواجن واللحوم، خاصة مع طول فترة عطلة العيد.

ولاحظت «لوسيل» توفر السلع والمنحجات وسط تنوع في السلع المعروضة في السوق المحلي، مما أتاح أمام المستهلك في السوق المحلي بضائع متنوعة ومختلفة تلبي رغباته وحاجة أسرته خلال عيد الفطر السعيد.

وأكد تجار أن القطاع التجاري المحلي استطاع تأمين حاجة السوق المحلية بتنوع كبير في البضائع والسلع، لافتين إلى أن القطاع التجاري عمل منذ أشهر على توفير السلع والبضائع لضمان عدم نقصان أي سلعة.

وأشاروا إلى أن أسعار السلع مستقرة ولم تشهد أي تغييرات، إذ بقيت مقاربة لأسعارها في العام الماضي، بالإضافة إلى انخفاض العديد من السلع، لاسيما الطازجة المعتمد عليها من الإنتاج الوطني.

وتصل أسعار الكيلو الواحد من المكسرات ما بين 70 ريالاً إلى 100 ريال حسب جودتها، فيما تصل أسعار الكيلو الواحد من القهوة ما بين 50 ريالاً إلى 80 ريالاً، وكيلو الحلويات المشكلة 100 ريال والبقلاوة 100 ريال. وقالوا إن زيادة التنافس بين المجمعات التجارية والمحلات أدى لوجود أسعار تنافسية أمام المستهلك، وتضمنت العروض الترويجية العديد من السلع الغذائية والاستهلاكية والملابس وحلويات العيد والألعاب وغيرها من السلع التي يزداد عليها الطلب مع قرب عيد الفطر السعيد. ويبلغ عدد المجمعات التجارية بالدولة نحو 51 مجمعا تجاريا للتجزئة ونحو 410 منافذ للفواكه والخضروات و82 منفذا للحوم بمختلف الأنواع ونحو 571 لتجزئة الأجهزة الكهربائية والمنزلية.

حاجة السوق

وقال الشيخ جاسم بن ثامر آل ثاني رجل الأعمال ومالك كواليتي هابير ماركت وجران د مارت: إن تأمين حاجة السوق المحلي في الأعياد يتم مبكرا من خلال عقود مع تجار وموردين بهدف تأمين حاجة السوق المحلي، لافتا إلى وفرة كبيرة في السوق المحلي وتنوع في خيارات أمام المستهلك. وبين الشيخ جاسم بن ثامر أن عمليات التوريد للسوق المحلية مستمرة خلال فترة العيد خاصة في ظل العمل المستمر للشركات والمؤسسات الحكومية خلال العيد، مشيرا إلى أن مؤسسات الخدمات المرتبطة بالأسواق تعمل طول فترة العيد.

وأشار إلى أن القطاع التجاري تعامل مع حاجة السوق المحلي مبكرا، إذ تم إبرام العديد من العقود والصفقات لتأمين حاجة السوق المحلي، مشيرا إلى أن التنوع في مصادر السلع والمنحجات في الأسواق المحلية دفع السوق إلى وجود تفاوت في الأسعار بالشكل الذي يخدم المستهلك النهائي للسلعة.

استعدادات مكثفة بالبلديات

حملات مكثفة على المنتجات الغذائية لاستقبال عيد الفطر



الدوحة - لوسيل

كثفت الأجهزة المختصة بالبلديات استعداداتها لاستقبال عيد الفطر المبارك، من خلال الحملات والجولات التفتيشية المستمرة على المنشآت الغذائية وتنظيف الساحات والطرق العامة استعداداً لعيد الفطر المبارك. حيث قام قسم الرقابة الصحية التابع لإدارة الرقابة البلدية ببلدية الدوحة، بالتفتيش على الجمعيات ومحلات بيع الحلويات والمكسرات والمطابخ الشعبية للتأكد من سلامة المواد الغذائية والكشف على الذبائح بالمقاصب بصفة يومية، وكذلك التفتيش على الخضروات والفواكه المتواجدة بالسوق المركزي، وتمت الحملات التفتيشية بإشراف فريق متخصص من المفتشين والأطباء البيطريين، بهدف الوصول لأعلى درجات السلامة الغذائية لضمان تأمين صحة المستهلكين خلال فترة العيد.

وفي إطار استعدادات بلدية الوكرة لاستقبال عيد الفطر المبارك، نفذ قسم الرقابة الصحية حملات تفتيشية على المؤسسات الغذائية العاملة ضمن الحدود التابعة لبلدية الوكرة، حيث تم التفتيش على سوق السمك وسوق الوكرة المركزي. كما تم التركيز على المطاعم ومحلات المكسرات

■ التفتيش على الجمعيات ومحلات بيع الحلويات والمكسرات والمطابخ الشعبية

وعمال النظافة وأفراد الأمن عند المقصب، كما ستقوم وحدة صحة اللحوم بقسم الرقابة الصحية بتوفير خدمة بيطرية عالية الجودة في مقصب الشجانية المركزي من خلال فريق من الأطباء البيطريين للإشراف البيطري على جميع مراحل الذبح. وسيعمل المقصب باستمرار طوال أيام عيد الفطر المبارك من الساعة السابعة صباحاً وحتى الساعة الواحدة بعد الظهر.

ممثلة ببلدية الشجانية عن خطة عملها خلال أيام العيد، حيث أعلن قسم الرقابة الصحية استعداداً مكثفاً لاستقبال عيد الفطر المبارك من خلال وضع خطط عمل مكثفة شملت تكثيف الحملات على المنشآت الغذائية وخاصة محلات بيع الحلويات والمكسرات والمطابخ الشعبية والملاحم ومحلات بيع الدجاج. كما سيتم التعاون والتنسيق مع شركة ودام لتوفير فريق كاف من القصابين

التنظيف ورش مصليات العيد من الداخل والخارج بالمبيدات المناسبة، وإجراء عمليات الرش للمساجد من الخارج. ويقوم قسم الرقابة الصحية بإدارة الرقابة البلدية بتنفيذ خطة عمل أثناء إجازة عيد الفطر المبارك تشمل تغطية العمل بمقصب مدينة الشمال للكشف البيطري على الذبائح، كما تم التفتيش على محلات بيع اللحوم والدواجن والأسماك. بدورها قامت وزارة البلدية والبيئة

والحلويات، وسوف يستمر العمل خلال فترة عيد الفطر المبارك، حيث سيقوم المفتشون باستقبال الشكاوى ومتابعتها والتركيز على المقاصب ومحلات بيع حلويات العيد. وفي بلدية الشمال، قامت الإدارات التابعة للبلدية باتخاذ كافة الاستعدادات، حيث تم تنفيذ أعمال النظافة الشاملة لكافة المرافق الرئيسية ضمن الحدود التابعة لها. كما قام قسم النظافة بإجراء عمليات

طالبت الجمهور بالالتزام بالقانون.. البلدية والبيئة:

إدارة النظافة تنفذ حملات تنظيف للمصليات استعداداً لصلاة العيد

احتفالا بالعيد أنشطة رقمية وزينة تفاعلية في فستيفال سيتي

نرحب بالجميع لتجربة أجواء عيد الفطر لدينا والاحتفال بهذه المناسبة السعيدة مع دوحة فستيفال سيتي». هذا وسيتمنى للزوار فرصة التعرف على المزيد حول عيد الفطر في جميع أنحاء العالم مع الساتاند التفاعلي «عيد مبارك» في منطقة الأتريم نود، الطابق الأرضي من المول بالقرب من مدخل البوابة الغربية 1. يتكون هذا الساتاند من فائوس كبير وهدايا للزينة للتلقاط الصور بجانبيها، فضلاً عن مجسم على شكل كتاب يتضمن رسائل وتهاني العيد بلغات مختلفة، مما يتيح للزوار فرصة التعرف على المزيد حول أجواء عيد الفطر في جميع أنحاء العالم. وخلال أيام العيد، سيتسنى للزوار الاستمتاع بفرصة التقاط صور مميزة في الساتاند التفاعلي في منطقة الأكسيس نود، الطابق الأرضي، والذي سيتم تزيينه بألوان وأشكال ورموز خاصة بعيد الفطر لخلق أجمل الذكريات لعام 2021، ومشاركتها على وسائل التواصل الاجتماعي. هذا وسيتم وضع مجسم ثلاثي الأبعاد بعنوان «What A Feeling»، و«عيد مبارك» في ردة الماركت بالقرب من مونوبري، بالطابق الأرضي. ستكون ساعات العمل في المول بين 12 مايو و15 مايو من الساعة 10 صباحاً إلى منتصف الليل، مع خيار العمل حتى الساعة الواحدة بعد منتصف الليل لبعض المتاجر، وحتى الثانية بعد منتصف الليل لنافذ الطعام والمشروبات للطلبات الخارجية والتوصيل. يفتح الهايبر ماركت باستمرار من الساعة 9 صباحاً حتى الساعة 12 منتصف الليل. وتماشياً مع التدابير الاحترازية التي أقرتها الجهات المختصة، تتبع دوحة فستيفال سيتي تدابير صارمة لضمان صحة الزوار والموظفين وتشمل هذه التدابير تعقيم كافة مرافق المول وبشكل أسبوعي، فضلاً عن عمليات التنظيف والتعقيم المكثفة خلال أوقات عمل المول وتوفير 225 محطة لتعقيم اليدين في كل أرجاء المول خاصة في المناطق التي تعرف إقبالاً كبيراً من طرف الزوار.

الدوحة - لوسيل

تقدم دوحة فستيفال سيتي، مجموعة متنوعة من الأنشطة المشوقة لجميع الأعمار ابتداءً من أول أيام العيد، وتدعو الزوار للمشاركة في أجواء عيد الفطر الاحتفالية. ابتداءً من 12 مايو، ستعرض دوحة فستيفال سيتي رسائل التهنية بعيد الفطر على جميع الشاشات الرقمية، بالإضافة إلى العديد من الديكورات التفاعلية التي تتيح للزوار التقاط صور خاصة بعيد الفطر، والمشاركة في الأنشطة التفاعلية ومعرفة المزيد عن احتفالات العيد حول العالم. كما يستعد المول إلى استقبال الزوار بحلة زاهية من زينة وديكورات تعكس أجواء عيد الفطر داخل وخارج المول.

ومن أجل جعل احتفالات العيد أكثر تشويقاً للعائلات، وتماشياً مع التدابير الاحترازية التي أقرتها الجهات المختصة التي لا تسمح للأطفال دون سن 16 عاماً بالدخول، ستنظم دوحة فستيفال سيتي مسابقة صور على وسائل التواصل الاجتماعي التي ستسمح للأطفال بالمشاركة في الاحتفالات من راحة منازلهم بأمان. تدعو دوحة فستيفال سيتي الآباء والأمهات على جعل أطفالهم يبدون في أبهى حلة يوم العيد، والتقاط صورة ونشرها على حساباتهم على شبكات التواصل الاجتماعي مع إضافة هاشتاج #EidatFestivalCity وعمل متابعة لصفحة @dohafestcity لفرصة الفوز بهدية خاصة بقيمة 1,000 ريال قطري. المسابقة مفتوحة لجميع الأطفال حتى سن 12 عاماً، وسيتم الإعلان عن ثلاثة فائزين محظوظين في المسابقة يوم 17 مايو 2021.

وبهذه المناسبة، قال روبرت هال، مدير عام دوحة فستيفال سيتي: «يسعدنا الاحتفال بعيد الفطر المبارك هذا العام مع ديكورات وزينة تفاعلية وبشكل آمن مع زوارنا من مختلف الأعمار، وأن نخلق مجدداً أجمل الذكريات في العيد في دوحة فستيفال سيتي وافترضياً.

مع فريق العمليات والمتابعة بإدارة النظافة في المحافظة على نظافة الساحات والميادين العامة وعدم تشويه الأماكن العامة برمي المخلفات بطريقة عشوائية. كما ناشدت المواطنين والمقيمين بضرورة التعاون مع الوزارة للحفاظ على النظافة أثناء قيامهم بالتنزه في المناطق الترفيهية وخاصة الشواطئ العامة بالدولة وعدم تشويه الأماكن العامة برمي المخلفات الشخصية وعلب الألمنيوم والبلاستيك بطريقة عشوائية. وضرورة المساعدة في إنجاح برامج النظافة من خلال تعاونهم والتزامهم باستخدام أكياس القمامة وعدم الرمي العشوائي واستخدام الحاويات المخصصة لذلك، وإخراج المخلفات في الأوقات المحددة، مؤكداً أن الإدارة على استعداد لتقديم كل الخدمات المطلوبة عن طريق الخط الساخن أو موقع الوزارة أو مواقع التواصل الاجتماعي. وفي حالة وجود أي ملاحظات أو طلب مساعدة، يمكن التواصل مع مركز الاتصال (184).

الساعة، بالإضافة إلى عمل عمليات مكثفة بمختلف المرافق خاصة الشوارع التجارية والعامة. وتوفير فرق ميدانية خاصة لنظافة الكورنيش والحدائق العامة وزيادة عدد الحاويات على الشواطئ العامة بالدولة وتقوم الإدارة برفع المخلفات من جميع المدن والمناطق بالدولة وتستمر أعمال النظافة العامة على مدار الساعة خلال فترة العيد، حيث تم تشكيل فرق ميدانية خاصة لهذه المناسبة وسوف تغطي هذه الأعمال جميع المدن والمناطق بالدولة والتركيز على المواقع العامة التي تحظى باهتمام وعناية خاصة بالكورنيش والحدائق والمنحدرات العامة والشواطئ العامة بالدولة. بالإضافة إلى الأسواق المركزية والمقاصب حيث تحظى هذه المواقع باهتمام كبير لما ينتج منها من كميات كبيرة من المخلفات ما يتطلب توفير الحاويات بأعداد كافية ورفعها أولاً بأول. وأهابت وزارة البلدية والبيئة بالمواطنين والمقيمين ضرورة التعاون

الدوحة - لوسيل

نفذت وزارة البلدية والبيئة ممثلة بإدارة النظافة العامة خلال الفترة الماضية حملة لغسل وتنظيف المصليات استعداداً لصلاة عيد الفطر المبارك، حيث قامت فرق ميدانية متخصصة ومزودة بأحدث المعدات والآليات بتنظيف مصليات العيد بمختلف مناطق الدولة وتهيئتها لاستقبال المصلين. وقد شملت الحملة تنظيف جميع مصليات العيد بكافة البلديات، وتكثيف العمل في كل من مناطق الدوحة، الخور والذخيرة، الشمال، والوكرة والظعين والشجانية وأم صلال والريان. نظراً لتواجد عدد كبير من مصليات العيد فيها. من جهة أخرى أتمت إدارة النظافة العامة بوزارة البلدية والبيئة الاستعدادات والتحضيرات لعيد الفطر المبارك، حيث وضعت خططا وبرامج خاصة تمثلت بتوفير فرق ميدانية للمتابعة والمراقبة على مدار



كتارا ... ملتقى الثقافات

كتارا
katara

2021
الدوحة
عاصمة الثقافة في العالم الإسلامي
Doha Capital of Culture in the Islamic World

www.katara.net

خواطر رمضان

فضل صلاة العيد

صلاة العيد هي واحدة من أفضل الصلوات المحببة للمسلم أن يقوم بها بشكل كبير وهي من أهمها، حيث إنها من السنن والنوافل، فهي مشروعة بشكل كبير حيث أجمع عليها الفقهاء والعلماء وأهل السنة حيث تم ذكرها في كتاب الله تعالى "فَصَلِّ لِرَبِّكَ وَأُخِرْ".

وجوب وصحة صلاة العيد: تتشابه صلاة العيد مع صلاة الجمعة بشكل كبير في كل الإمكانات الخاصة بها.

أن يتواجد إمام للصلاة كحال إمام صلاة الجمعة. أن يكون الخطيب والمقيمون للصلاة لديه قوة البدن وسلامتها.

يشترط الالتزام بالوقت في تأدية صلاة العيد على أن يتم وضع النية واستقبال القبلة.

أحكام صلاة العيد: الاغتسال قبل صلاة العيد مع التطهر بشكل جيد على أن يتم اختيار الثياب الطاهرة والنظيفة والنقية.

أن يتم تناول شيء يتسم بالحلاوة قبل التوجه إلى صلاة العيد ويفضل أن يتم تناول تمر قبل الذهاب إلى صلاة العيد وهي سنة عن الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم، واقتداء به قبل الصلاة.

التكبير في الطريق إلى الصلاة طوال التوجه إلى المسجد من أجل الصلاة حيث إن الجهر يجب أن يكون على كل من صلاتي العيد بالأضحية والفطر، وذلك الأمر بالنسبة للحنبلة والمالكية والشافعية ولكن بالنسبة للحنفية فيفضل أن يكون التكبير في خلال طريق الصلاة في العيد الأضحية وليس في عيد الفطر على أن يتم الجهر بها.

الذهاب إلى المسجد مشياً على الأقدام طوال الطريق الواصل إلى المسجد الخاص بالصلاة. ألا يجب الفصل بين التكبيرات والقراءة حيث يجب أن تتم صلاة العيد في ركعتين بالتوالي وعلى الموالاة فيما بينهما.

صلاة العيدين ليس لهما سنة قبلهما ولكن في حال قد تمت صلاتهما في المسجد فيفضل أن تتم تأدية صلاة التحية قبل الشروع في الصلاة وقبل الجلوس في المسجد. ألا يكون لصلاة العيد أذان ولا حتى إقامة على أن يتم الذهاب مشياً طوال التوجه إلى طريق المسجد الذي تتم به الصلاة.

لا بد من التجميل والتعطر بكل ما هو طيب قبل الذهاب إلى المسجد عند التوجه إلى المسجد عن طريق المشي طوال طريق الذهاب. من المستحب أن تتم صلاة العيد تلك في خارج المسجد أي في الشارع أمام المسجد.



إندونيسيون يتسوقون قبل عيد الفطر في سوق تاناه أبانج للمنسوجات في جاكارتا.. رويترز

أرقام تهملك في رمضان

السعرات الحرارية

165

سعة يحتويها
28 جرام كاجو
محمص بالزيت

160

سعة يحتويها
28 جرام كاجو
محمص جاف

209

سعة يحتويها
ربع كوب لوز
مجفف

380

سعة يحتويها
60 جراماً
من الجوز

جمعيتان خيريتان بليبيا تقدمان ملابس العيد للفقراء



جيدة. وماذا أقول لا يوجد أحد وقف معنا حتى بلادنا التي قاعدية فيها ما دارت لنا أي شيء أو أي حل. أنا طبعنا أربي في بناتي هذين وشنو أقول يعني بارك الله فيكم على مجهوداتكم وإسعادكم العويلة على العيد وتفريحتكم وإن شاء الله الخير والعطاء متقدم يا ربي وفي الأذهار يا ربي إن شاء الله». وقال جمال المصري، منظم أحد الأسواق الخيرية، «طبعاً كشريحة أولى نحننا طبعاً مصنفين العائلات اللي عندنا في المنظمة اللي هي الأراميل والمطلقات، وخاصة الأطفال الأيتام. إنه مخصص لهم جانب في أيام معينة في توقيت معين لما يجو ياخذوا لبسة كاملة، طبعاً من قميص وحذاء ولبسة كاملة له، ويقدر هو لو بيضيف حاجة أخرى ياخذ من الملابس اللي هي إعادة تدويرها اللي هي المستعملة هدي، يقدر يضيف منها لبسة آخر يعني».

مجانى وإن شاء الله مستهدفين خمسة آلاف عائلة لتلبسهم والحمد لله وقفوا معانا رجال أعمال وإن شاء الله نلبسهم كلهم». وتحظى المبادرة بدعم رجال أعمال محليين وتجار صغار وأعضاء جمعيات خيرية وتهدف إلى الوصول إلى آلاف

مجانى وإن شاء الله مستهدفين خمسة آلاف عائلة لتلبسهم والحمد لله وقفوا معانا رجال أعمال وإن شاء الله نلبسهم كلهم». وتحظى المبادرة بدعم رجال أعمال محليين وتجار صغار وأعضاء جمعيات خيرية وتهدف إلى الوصول إلى آلاف

رويترز

استمراراً لروح التعاون والمشاركة التي تسود في شهر رمضان والتزاماً بعادات عيد الفطر، توزع جمعيتان خيريتان في شرق وغرب ليبيا ملابس جديدة مجانية للعيد على الفقراء في بنغازي ومصراتة. فقد أقامت جمعية الأيادي الرحيمة للأعمال الخيرية في مصراتة ومنظمة بنغازي الأمل أسواقاً مؤقتة مجانية لتقديم ملابس وحلويات وألعاب أطفال للفقراء بمناسبة عيد الفطر.

وبينما تمتد يد العون في سوق خيرية بمصراتة قالت فوزية، وهي أخصائية اجتماعية وعضو في جمعية الأيادي الرحيمة «الفكرة هي فرحة عيد، الفكرة هي رسم الفرحة للأطفال الفقراء والأيتام والمحترجين، ونحن فتحنا هذا المحل

مطبخ «لوسيل»

مسفوف بالفواكه الجافة

- 500 جرام كسكسي من النوع الجيد الخاص بالمسفوف
- 300 جرام تمر من نوع دقلة
- 200 جرام بندق
- 100 جرام البرقوق المجفف
- 1 لتر حليب
- 300 جرام سكر مسحوق
- ملعقة زبدة
- 50 جرام زبيب
- كأس ماء ورد.

طريقة التحضير مسفوف بالفواكه الجافة:

■ تذاب الزبدة في حمام مائي وتضاف إلى حبات الكسكسي وكأس صغير من الماء ويبلل الكسكسي بهما ثم يفور مدة ربع ساعة.

■ في تلك الأثناء تقسم الدقلة (التمر) إلى نصفين، النصف الأول يحفظ على حاله والنصف الثاني يقطع في شكل مكعبات صغيرة بعد أن تزال منه النواة. ويقلى البندق ويبقى نصفها الأول في شكل حبات والنصف الثاني يرحى. كما يغسل الزبيب، حيث يغسل في البداية وينقع في ماء الورد مدة ساعة على الأقل.

■ كما يسخن الحليب جيداً في مرحلة موالية ولما ينضج الكسكسي يرفع من فوق النار ويفرغ من الكسكاس في إناء واسع وترش فوقه 3/4 كمية السكر المسحوق وبعد أن يخلط مع السكر جيداً يسوى ثم يسقى بماء الورد المخلوط بالزبيب وبالحليب الساخن ويترك على حاله دون تحريك مدة 10 دقائق تقريباً بعدها يحرك الكسكسي وتضاف له حبات

■ يمكن استبدال الفواكه الجافة بالحلاوة ■ أو أي طعم تحبونه (المهم يكون حلوا وجافاً)



الشيف رمزي فيتوري

فنادق سوق واقف

