

قطر تشارك في الحوار الاستراتيجي المشترك بين مجلس التعاون ودول آسيا الوسطى



انضمت دولة قطر أمس إلى الاجتماع الوزاري المشترك للحوار الاستراتيجي بين دول آسيا الوسطى ومجلس التعاون لدول الخليج، المنعقد في - طشقند - بجمهورية أوزبكستان، وترأس معالي الشيخ - محمد بن عبد الرحمن بن جاسم آل ثاني - «رئيس مجلس الوزراء» وفد دولة قطر. وقال معاليه خلال الجلسة الافتتاحية إن اجتماع اليوم يجسد الرغبة الصادقة لتعزيز العلاقات، ويهدف لتسليط الضوء على الأولويات المشتركة، وتحقيق الاستفادة من إمكانات ونقاط القوة لكل من دول مجلس التعاون ودول آسيا الوسطى، من خلال توسيع نطاق التعاون القائم، وترسيخ دورنا كشركاء نجاح لدول ومناطق أخرى. وأضاف « نتطلع خلال المرحلة المقبلة للبحث في تفاصيل مشروع معاهدة الصداقة والترابط الإقليمي والتعاون بين دول آسيا الوسطى ودول مجلس التعاون الخليجي»

21

افتتاحية العدد

عهد جديد

من هنا تشرق شمس الحقيقة

عزيزي القارئ، يسرنا أن نضع بين يديك العدد الأول من جريدة المرسال المتخصصة في نشر الأخبار المحلية والعربية والعالمية ونقدم لك فيها أبرز القضايا السياسية، والاقتصادية، والرياضية اليومية. كما نعرض عليك أهم المستجدات في الساحة الثقافية، وناقش العديد من القضايا الاجتماعية المثيرة والشائكة. (المرسال) هو الاسم الذي اخترناه لجريدتنا، وهو اسم يحمل دلالات مختلفة، منها أنه على وزن اسم الآلة (مفعال)، ويأتي للدلالة على الأداة التي يستعين بها الفرد لإنجاز مهمة معينة، وانطلاقاً من هذا المعنى فإن جريدة المرسال هي بمثابة الوسيلة التي نستخدمها في إيصال آخر الأخبار ووضعها بين يديك. كما أن المرسال جريدة تحمل هموم الأمة، وتسعى إلى التخلص من نزعة الفردانية التي غزت عالمنا بفعل الفلسفة الغربية، لتعيد محلها مفاهيم نعرفها ونألفها مثل التراحم والتكافل الاجتماعي، والتداعي لأجل الآخرين كما يحثنا ديننا الحنيف؛ فلا يتفوق المسلم العربي المعاصر على نفسه وذاته، غير مكترث بما تعيشه الأمة الإسلامية من صراع وفرقة، وأزمات اقتصادية واجتماعية، وحروب تشنها ذات الدول التي استهدفت العقل العربي؛ فآلهته بما لا يسمن ولا يغني من جوع، فها قد مرت نصف سنة من العدوان الصهيوني على قطاع غزة، وسنة كاملة على حرب السودان، وبقية العالم الإسلامي يعج بالمآسي. ولهذا ومن باب الأمانة والحق للعادل للعربي في أن يطلع على شؤون وحال أمته، تأتي جريدة المرسال لتقدم له كل جديد حول العالم، ونرجو من المولى تعالى أن يوفقنا في جعل رحلتك معنا مليئة بالفائدة والعلم. ولأن رأيك يهمنا فقد خصصنا لك مساحة لتعبر عن رأيك تحت كل خبر في الموقع الإلكتروني للجريدة.

قطر للطاقة توقع اتفاقيات للتأجير مع 4 شركات دولية



وقعت شركة « قطر للطاقة » اتفاقيات تأجير مع أربع شركات دولية لتشغيل 19 ناقلة غاز طبيعي لمدة طويلة الأمد، وذلك في إطار برنامج قطر للطاقة التاريخي لتوسعة اسطول الغاز الطبيعي المسال، من ضمن الجزء الثاني من العملية الدولية التنافسية التي أدارتها « قطر للطاقة » لاختيار مالكي السفن الأجر، وجاءت عملية الاختيار لأصحاب السفن ومالكها في نهاية مناقصة عالمية، دقيقة، ومفصلة، وهو ما يعكس التزام شركة - قطر للطاقة - بتوسيع اسطول الناقلات للغاز الطبيعي المسال بالشراكة مع أفضل مالكي السفن في العالم.

18

د. قيس عثمان استشاري الأمراض النفسية بمركز ماربل الطبي لـ المرسال: اضطراب نقص الانتباه وتشتت النشاط مرض يمكن علاجه



5

الحلوى العمانية موروث شعبي يكتسح المائدة القطرية

تعتبر الحلوى العمانية أحد أشهر أطباق الحلويات الحاضرة في الثقافة العمانية، وقد لاقى هذا الطبق في الآونة الأخيرة رواجاً خليجياً وعربياً.



13

الكالستينكس.. رياضة تحدي اللياقة البدنية



26

قطر للسياحة تفتتح مهرجان نور لأول مرة في ميدان السعد



20

ناقشت أحدث ما توصلت إليه التكنولوجيا في العالم

قمة الويب قطر جمعت آلاف المستثمرين تحت سقف واحد

موزه المناعي

استضافت الدوحة خلال الفترة من 26 ولغاية 29 فبراير أعمال قمة الويب قطر 2024 حيث جمعت هذه القمة أكثر من 13 ألف مشارك من كافة دول العالم وشارك فيها حوالي 1000 شركة ناشئة وصغيرة من 80 دولة وقد حضر القمة مستثمرين ورواد أعمال في مختلف المجالات. وأيضا تحدث في القمة عدد من كبار الشخصيات حيث قدموا محاضرات شيقة تناولت آخر ما توصل إليه العلوم والتكنولوجيا. وتم خلال القمة تقديم الشباب للشباب لبدء مشاريعهم الصغيرة وإطلاق العنان لأفكارهم في عالم التكنولوجيا الحديثة. وأيضا تعقد هذه القمة للمرة الأولى في منطقة الشرق الأوسط حيث حظيت قطر باستضافتها لمدة 4 سنوات ويعتبر هذا انجاز كبير لدولة قطر وخاصة بعد أن نجحت في استضافة عدد كبير من الأحداث والفعاليات الرياضية والكبرى وكان آخرها كأس العالم لكرة القدم إلى جانب كأس آسيا. وتشكل قمة الويب قطر 2024 منصة عالمية لتبادل الأفكار والمقترحات ومناقشة أحدث ما توصل إليه عالم التكنولوجيا باعتبارها حاضنة لرجال الأعمال والمستفيدين وقادة وخبراء قطاع التكنولوجيا من كافة أنحاء العالم.



وقد شهدت القمة حضور كبير من كافة دول العالم ولفتت الأنظار تجاه الدوحة حيث تجتمع أكبر وأضخم الفرص الاستثمارية تحت سقف واحد. تعد هذه الاستضافة لقمة ويب في دولة قطر جزءا من بعض الخطط لجعل دولة قطر أفضل في مجال التكنولوجيا والأعمال وتحتوي هذه الخطة أيضا التسهيل للشركات لاستعمال التكنولوجيا المتقدمة والاستفادة من المهارات التكنولوجية، ومساعدته اقتصاد الدولة للنمو بطرق مختلفة. وكل هذا يعتبر هدف من أهداف كبيره لجعل قطر مكانا أفضل بحلول

عام 2030 كما أن القمة تستعرض العديد من الفرص التكنولوجية التي تخدم قطاعات متعددة منها القطاع التعليمي وتقدم أحدث ما توصل إليه عالم التكنولوجيا وتعتبر قمة استثنائية من حيث عدد الحضور والمشاركين ومن حيث أوراق العمل المطروحة والقضايا التي تمت مناقشتها والمدرجة على جدول الأعمال وتعتبر قمة الويب قطر فرصة رائدة للتواصل مع ألمع العقول في مجال التكنولوجيا والابتكار من جميع أنحاء العالم حيث تتوفر دولة قطر بيئة نابضة بالحياة الأخرى.

إشراف عام

د. كمال حميدو

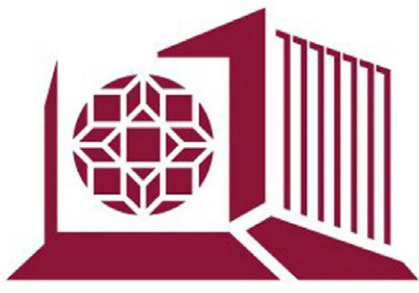
إعداد وتحرير

زينب مديح

موزه المناعي

الجازي السليطي

عالية الأسمر



جامعة قطر
QATAR UNIVERSITY

جامعة قطر تقيم حفل «لم الشمل» لخريجي 2024



زينب مديح

نظمت جامعة قطر يوم الأربعاء 6 مارس حفلها السنوي «لم الشمل» لخريجي جامعة قطر 2024، والذي يمثل تقليداً تحرص على إقامته سنويا بهدف إعادة التواصل بين الخريجين على مدى السنوات الماضية وجامعتهم الأم.

وحضر الحفل الدكتور عمر الأنصاري رئيس الجامعة، وعدد من كبار المسؤولين وأعضاء هيئة التدريس وموظفي الجامعة، إلى جانب مجموعة من ضيوف الشرف والطلبة والخريجين وعائلاتهم.

وفي كلمة افتتاحية بهذه المناسبة قال سعادة الشيخ الدكتور فالح بن ناصر آل ثاني رئيس رابطة الخريجين: «يمثل هذا الحفل موسما فريدا، يجتمع فيه أفراد أسرة جامعة قطر والسفراء الخريجين بمهد علمهم وتكوينهم المعرفي، الثقافي، والمهني، ويتجدد كل عام تعزيز العواصم والروابط بين

الخريجين وجامعتهم الأم، في فرصة لتبادل الخبرات والأفكار واستعادة ذكريات مقاعد الجامعة وزواياها الحافظة لتاريخ مشترك وطموحات كثيرة». من جهته بين السيد محمد المهدي،

مدير إدارة التواصل والشركاء في جامعة قطر، أهمية رابطة خريجي جامعة قطر، ودورها الحيوي في الحفاظ على روابط الخريجين بجامعتهم. من خلال سلسلة من الفعاليات والأنشطة التي تستقطب

الطلبة للاستفادة من خبراتهم التي اكتسبوها بعد تخرجهم في أماكن عملهم. وتضمن الحفل عددا من الفعاليات والأنشطة المختلفة، من أبرزها تكريم الخريجة المتميزة سعادة الدكتورة

عائشة يوسف المناعي، عضوة بمجلس الشورى القطري ومديرة مركز «محمد بن حمد آل ثاني لإسهامات المسلمين في الحضارة» بكلية الدراسات الإسلامية في جامعة حمد بن خليفة. ومن الجدير بالذكر الإشارة إلى أن سعادة الدكتورة عائشة يوسف المناعي، حصلت على درجة البكالوريوس في الشريعة الإسلامية من جامعة قطر سنة 1981. وشغلت الدكتورة عدة مناصب مهمة، من أبرزها تمثيل دولة قطر في جامعة الدول العربية والبرلمان العربي.

وتميزت هذه النسخة من الحفل بإقامة أوبريت بعنوان «أقرأ»، والذي صور تاريخ دولة قطر في النهوض بالعلم والاهتمام بالمؤسسات التعليمية، لترقى إلى نظام تعليمي يتماشى مع أعلى المعايير الدولية، وينافس أفضل المؤسسات الأكاديمية في العالم. كما تم خصصت أحد فقرات الأوبريت للإشادة بإسهامات المرأة في المجال التعليمي ودورها الكبير في النهوض بالمجتمع وتربية الأجيال القادمة.



أنت مدعو لحضور حفل لم شمل خريجي جامعة قطر 2024
سيكون الحفل على شرف خريجي دفعات (2011 - 2015)

انضم إلينا للتلقي بأصدقائك القدامى، وتستمع بالعروض الترفيهية الكثير من المفاجآت ستكون بانتظارك هذا العام!

الأربعاء، 6 مارس 2024
8 - 4 مساءً
جامعة قطر، مبنى المكتبة (B13)، الساحة الخارجية
برنامج المسرح: 6 - 7 مساءً

لتأكيد الحضور: اضغط هنا، أو اتصل على الرقم التالي: 44035778

رسمياً.. قطر تعلن يوم الاثنين أول أيام شهر رمضان المبارك

زينب مديح

أعلنت لجنة تحري رؤية الهلال بوزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية القطرية أن يوم الاثنين الموافق الحادي عشر من مارس الجاري 2024، هو أول أيام شهر رمضان المبارك 1445هـ، وذلك وفقاً لبيان صدر عقب اجتماع اللجنة بمبنى الوزارة، مساء يوم الأحد التاسع والعشرين من الشهر الحالي.

وتم الإعلان عن أول رمضان بعد ثبوت رؤية اللجنة للهلال، عملاً بقوله تعالى «فمن شهد منكم الشهر فليصمه»، وقوله صلى الله عليه وسلم «صوموا لرؤيته وأفطروا لرؤيته؛ فإن غم عليكم فأكملوا العدة».

وعن أهمية هذا الشهر المبارك وفضله، قال صلى الله عليه وسلم «يا أيها الذين آمنوا صوموا لله عز وجل، فإنه من صامه، تفتح فيه أبواب الجنة، وتغلق فيه أبواب النار، وتغل فيه الشياطين، في بداية شهره رحمة، في منتصفه مغفرة، وفي آخره عتق من النار».

في المقابل، أعلنت كل من المملكة العربية السعودية، دولة الإمارات المتحدة، الكويت، ومصر بأن يوم الاثنين سيكون أول أيام الشهر المبارك، وفقاً للإعلام الرسمي لكل منهما.

وبدورها ارتأت كل من سلطنة عمان، إيران والأردن بأن يوم الثلاثاء سيكون أول أيام رمضان، وذلك نظراً لعدم ثبوت رؤية الهلال مساء يوم الاثنين، وعليه فسيكون الاثنين المتمم لشهر شعبان.

تختص بتنسيق الجهود بين القطاعين العام والخاص إنشاء لجنة تخطيط القوى العاملة في وزارة العمل

موزه المناعي



رئيس اللجنة

سعادة الدكتور علي بن صميح المري
وزير العمل

نائب الرئيس

سعادة السيد عبد العزيز آل خليفة
رئيس ديوان الخدمة المدنية والتطوير الحكومي

قرر مجلس الوزراء إنشاء لجنة تخطيط القوى العاملة في وزارة العمل بهدف تنسيق الجهود بين الجهات الحكومية والقطاع الخاص فيما يتعلق بتخطيط القوى العاملة والتغلب على ما يواجهها من تحديات ومعوقات وفقاً لإستراتيجية التنمية الوطنية الثالثة ورؤية قطر الوطنية 2030. ويتراأس سعادة الدكتور علي بن صميح المري وزير العمل. ونائب الرئيس سعادة السيد عبد العزيز آل خليفة رئيس ديوان الخدمة المدنية والتطوير الحكومي أما الأعضاء هم ممثلين عن وزارة الدفاع ووزارة الداخلية ووزارة المالية ووزارة التجارة والصناعة وممثل عن وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي وممثل عن وزارة العمل وممثل عن مصرف قطر المركزي وقطر للطاقة وممثل عن جهاز التخطيط والإحصاء وممثل عن ديوان الخدمة المدنية والتطوير الحكومي.

وتختص هذه اللجنة في تنسيق الجهود بين الجهات الحكومية والقطاع الخاص والتغلب على التحديات والمعوقات ووضع المبادرات المركزية والرؤى المستقبلية للتوظيف في كلا القطاعين وتحليل مخرجات العرض والطلب وفقاً للمتغيرات وتحليل مخرجات التعليم وتوزيعها مع حاجة سوق العمل وتوجيه مخرجات التعليم والتدريب للتخصصات المطلوبة وتقييم تخطيط وبرمجة القوى العاملة لدى القطاعات الاقتصادية ودراسة متغيرات نسب التوظيف في الحكومة والقطاع الخاص.



QATAR
FINTECH
HUB

مركز قطر للتكنولوجيا المالية

فوائد الصيام الصحية والجسدية والنفسية... وإرشادات لصحة أفضل:

عالية الأسمر

رمضان هو شهر الصيام المقدس في الإسلام ولصيامه أثر على جسم الصائم تشمل كلا من الناحية النفسية والبدنية، وإذا تم اتباع فيه نظام غذائي صحي ومتوازن سيخلق الصيام تأثيرات إيجابية على صحة الصائم، وهذا وفقاً لعدة دراسات مؤكدة علمياً وتوصيات من خبراء وأطباء، وتشمل الفوائد الصحية للصوم، الوزن، معاملة كتلة الجسم، ضغط الدم، سكر الدم، مستوى الدهون، وعوامل الالتهاب والسرطان.

بدايةً نؤكد أن النصائح المذكورة هنا هي فقط للإرشاد وليست بديلة عن توصيات الطبيب، فالأشخاص المصابون بأمراض مزمنة أو حادة يجب أن يستشيروا طبيبهم قبل الصيام، خاصة إن كان مرضهم وخيماً أو حاداً غير مسيطر عليه، إذ قد يكون للصيام أثر سلبي عليهم.

الحصول على هذه الفوائد يجب اتباع الصائم لنظام غذائي صحي يشمل: الاعتدال في كمية الطعام زيادة المأكوود من الخضار والفواكه تقليل الدهون والسكريات ممارسة الرياضة الإقلاع عن التدخين فائدة الصوم في إنقاص الوزن: بحسب خبير التغذية العامل بمؤسسة حمد الطبية - زهير العربي - فإن الصيام يساعد في عملية حرق الدهون كمصدر للحصول على الطاقة، وهو ما يؤدي لإنقاص الوزن، بالإضافة إلى أن الصيام يساعد الصائم في التخلص من السموم المخزنة في دهون الجسم. ويضيف - العربي - أن أثناء الصيام يعمل الجسم على التخلص من الخلايا القديمة والتالفة، ثم وعقب تناول الإفطار يبدأ الجسم بتجديد الخلايا واستبدالها بخلايا أخرى جديدة.

وفقاً لمؤسسة حمد الطبية هناك الكثير من العادات الغذائية الصحية التي تساعد على

الحصول على هذه الفوائد يجب اتباع الصائم لنظام غذائي صحي يشمل: الاعتدال في كمية الطعام زيادة المأكوود من الخضار والفواكه تقليل الدهون والسكريات ممارسة الرياضة الإقلاع عن التدخين فائدة الصوم في إنقاص الوزن: بحسب خبير التغذية العامل بمؤسسة حمد الطبية - زهير العربي - فإن الصيام يساعد في عملية حرق الدهون كمصدر للحصول على الطاقة، وهو ما يؤدي لإنقاص الوزن، بالإضافة إلى أن الصيام يساعد الصائم في التخلص من السموم المخزنة في دهون الجسم. ويضيف - العربي - أن أثناء الصيام يعمل الجسم على التخلص من الخلايا القديمة والتالفة، ثم وعقب تناول الإفطار يبدأ الجسم بتجديد الخلايا واستبدالها بخلايا أخرى جديدة.

وفقاً لمؤسسة حمد الطبية هناك الكثير من العادات الغذائية الصحية التي تساعد على

Top of Form

فوائد الصيام الصحية على الجسم في رمضان



زيادة عدد الصفائح الدموية

زيادة عدد كريات الدم الحمراء
زيادة عدد كريات الدم البيضاء



تخفيض الوزن

تخفيض معامل كتلة الجسم
تقليل محيط الخصر



تخفيض عوامل الالتهاب ومحفزات السرطان

تخفيض سكر الدم
تقليل مستويات التوتر
تقليل ضغط الدم التلقاضي والتبساطي



الصحة النفسية

الحد من الأمراض النفسية كالقلق والاكتئاب والتوتر القدرة على تحمل الضغوطات



أخرى (الكوليسترول)

زيادة مستويات الكوليسترول الجيد
تخفيض مستويات الكوليسترول الضار
تخفيض مستويات الدهون الثلاثية

إنقاص الوزن في رمضان: الحد من استعمال الزيوت في الطعام استبدال القلي بالشوي أو السلق في إعداد الوجبات استبدال الحلويات بالفواكه الطازجة الإكثار من شرب السوائل، وخاصة الماء تقديم سلطات دون إضافة الصوصات كالمايونيز استعمال حليب قليل الدسم أو خالي الدسم في تحضير الحلويات الرمضانية تناول اللحم الخالي من الشحوم والاكثار من السمك المشوي عدم التوقف عن ممارسة التمارين الرياضية كالمشي السريع يوميا

فوائد الصيام للصحة النفسية وفقاً لمؤسسة حمد الطبية فإن فريضة الصيام التي شرعها الله - سبحانه وتعالى - تعود بفوائد نفسية على الفرد، وأهمها أنه يحد من بعض الأمراض النفسية - كالقلق - الاكتئاب - والارق - فهو يولد القدرة على تحمل الضغوطات الحياتية

كما تقول المؤسسة « إن هناك 6% من سكان العالم يعانون من الاكتئاب» وقد أكدت بعض الدراسات العلمية أن الصوم يخفف من حدة الغضب والقلق التي تظهر على بعض الأشخاص، إضافة لضبط الحالة الدينية حيث إن العبادات خلال هذا الشهر المبارك تشعر الصائمين براحة البال. ختاماً، يمكن للصوم أن يكون عنصراً مهماً في تعزيز الصحة العامة والعافية، ولكن يجب أن يتم مع الحرص وتحت إشراف الخبراء الطبيين، خاصة لأولئك الذين يعانون من حالات صحية خاصة.

اختتام فعاليات نسخته الثانية

معرض سوق واقف الدولي
للتمر ينفتح بالزوار

زينب مديح

اختتم معرض سوق واقف الدولي للتمر فعاليات نسخته الثانية، التي أقيمت بالساحة الشرقية لسوق واقف، والذي استمرت فعالياته على مدى 10 أيام من الخامس والعشرين من فبراير إلى الخامس من مارس الحالي. ويعد معرض سوق واقف الدولي للتمر من أهم المعارض المقامة في دولة قطر والتي ينتظرها

الجمهور بفارغ الصبر، وذلك نظرا لمكانة التمر في التراث القطري والثقافة العربية. ولاقت النسخته الأخيرة من المعرض إقبالا واسعا من الزوار والسياح، إذ شارك في المعرض عدد من المؤسسات المحلية والدولية المتخصصة بصنع التمر، وضم السوق ما يزيد عن 64 شركة مشاركة من أكبر الدول العربية المنتجة للتمر وعلى رأسها قطر، المملكة العربية السعودية، سلطنة عمان، الأردن، الجزائر، إضافة إلى دولة قيرغيزستان.



بأعين: نجاح كبير للنسخة الثانية وبصمة راسخة في ذاكرة المشاركين



(تصوير زينب مديح)

إقبال كبير على المعرض



محمد سليمان الهنائي



فيصل المقبل

محمد الهنائي:

التمور ضمن مشروع
المليون نخلة للسلطان
الراحل قابوس بن سعيد

فيصل المقبل:

الأسعار مناسبة للجميع
وتفاوت حسب الجودة
وندره النبتة

صاحبة المؤسسة، وهي رائدة أعمال عمانية بدأت شغفها بالتمر من خلال إطلاق مشروعها منزليا ليتطور لاحقا وتؤسس مصنعها بسيطا مؤسسة صغار، استقطبت فيه مجموعة من هاويات إنتاج التمر بالمنطقة، وقد تميزت المؤسسة في إبداعها لنكهات التمر التقليدية وتجديدها لمضاعفة الاتساع في التجارب الذوقية. إذ تنوع النكهات إلى تمر بعسل السدر واللبنان، وتمر اللبان والزعفران، وتمر دبس الرمان وورق الليمون والبهارات الخاصة التي تشرف على خلطها السيدة آمنة ببيديها، وتمر بالعسل والزعفران. ومن المنتجات التي لاقت قبولا لدى الزبائن تمر الفرض وكما قال أهل عمان «الفرض عمود الأرض.. إن أكلته هناك وإن بعته أغناك»، وتمر الخلاص، ودبس التمر الذي يستخلص من تمر الخلاص. وأضاف السيد محمد سليمان الهنائي أن جميع تمر المؤسسة تحصد من مزرعة نزوى تحت مظلة شركة نخيل عمان وضمن مشروع المليون نخلة للسلطان الراحل قابوس بن سعيد. وعبر المتحدث عن سعادته في المشاركة في هذا المعرض قائلا: «قطر بلاد الخير ونحن مسرورون بوجودنا بين إخواننا القطريين أهل الكرامة والضيافة، كما أننا مندفعون من الإقبال الوفير على التمر المنكهة وباقي المنتجات، وفي هذا الإطار قمنا بالتعاون مع السوق البلدي فرع أبو هامور لتوفير منتجاتنا بشكل دائم لسكان دولة قطر الشقيقة. كما أننا ممنون لدولة قطر على إقامتها مثل هذه المعارض التي تتيح لنا الفرص في تقديم منتجاتنا والتعرف على المنتجات القطرية وتبادل الخبرات وغيرها، وإن دل هذا على شيء فهو يدل على حرص دولة قطر في تطوير العلاقات التجارية الاقتصادية بينها وبين دول المنطقة».

ترك معرض سوق واقف الدولي للتمر في نسخته الثانية بصمة راسخة في ذاكرة المشاركين والزوار، إذ حقق المعرض نجاحا يبغى الثناء عليه وجمع بين الثقافة والأصالة والابتكار. كما أثبت المشاركون حرصهم في الحفاظ على مستوى عال من التمر ذات الجودة المرتفعة، والإبداع في تقديم أصناف التمر المدمجة بالنكهات المختلفة، وهو ما ساهم في تقديم تجربة فريدة للحضور. وعززت هذه النسخته من المعرض مكانة صناعة التمر المحلية والدولية وتشجيع دولة قطر على الاجتهاد والإبداع في إنتاج التمر.

اللجنة المنظمة في أن تكون الجودة مناسبة للمعايير الدولية، وهو ما ظهر في الجودة الاستثنائية للتمر التي لاقت قبولا واسعا بين الزبائن. ومن جانبه قال السيد فيصل المقبل، أحد تجار المملكة العربية السعودية أن هذه ليست المشاركة الأولى لمؤسسة هضيم في معارض التمور المقامة بقطر، بل تطمح المؤسسة لافتتاح فرعها الخاص في الدوحة تلبية لطلب الزبائن. وتمتلك الشركة مزارعها الخاصة ومصانعها في منطقة القصيم بالمملكة العربية السعودية، حيث يقوم التجار بالإشراف بأنفسهم على جميع خطوات وأطوار نمو التمور من زراعتها إلى حصادها ثم تخزينها وتوزيعها. وفي تفاصيل أخرى أضاف السيد فيصل أن «موسم الخراف» يمثل موسما استثنائيا لجميع أصحاب مزارع التمور، إذ يمثل الحلقة الأخيرة وإكراهية النخلة لمزارعها الذي اعتنى بها قرابة التسعة أشهر أو أكثر، وهي المدة التي يأخذها التمر لينضج. ويكون موسم الخراف في أوج فصل الصيف ولهذا يتم تخزين المحصول في التلاجات والحفاظة عليه وتقسيم عملية بيعه طيلة السنة، إلا أن أن الكمية الأكبر منه تباع في موسمي الحج ورمضان وذلك نظرا لاستهلاك الناس التمور خلال هذين الموسمين، إذ تمثل التمور الوجبة المفضلة للمعتمدين التي تساعدهم على تجديد طاقتهم ومواصلة مناسك الحج، كما لا يخفى علينا أن التمر يعد سيد المائدة الرمضانية.

أما بالنسبة لأسعار البيع فقد أوضح التاجر أن سعر البيع مناسب للجميع، إذ يبدأ ثمن الكيلو من ال 5 إلى ال 200 ريال قطري، ويختلف سعر التمر نسبة لعاملين هما الجودة وندرة النبتة. وتعتبر تمر السكري من أكثر الأنواع طلبا وإقبالا، يليه الرطب والمفتل الذان يستهلكان يوميا. كما تعتبر تمر الكنوز والضميد الأكثر طلبا في فصل الشتاء وذلك نظرا لداستها مقارنة بباقي الأنواع التي تستهلك صيفا لقله دسمها.

التمور ونكهات أخرى

استطاع منتج التمر خلال هذه النسخته من المعرض من إنتاج تشكيلة فريدة من النكهات المختلفة للتمر عن طريق دمجها مع مكونات أخرى، وهو ما ساهم في تنوع المنتجات المعروضة. وعن هذا يذكر السيد محمد سليمان الهنائي أن مشاركة مؤسسة صغار للتمر أنت بدعوة رسمية تلقتها السيدة آمنة عبدالجليل المرشودية

حرصت إدارة سوق واقف على تنظيم المعرض قبيل شهر رمضان المبارك استجابة لإقبال السكان على شراء التمور والمستلزمات الأساسية استعدادا للشهر الفضيل. وتحضر دولة قطر على إقامة هذا المعرض سنويا في سبيل إنماء الصناعة المحلية للتمر وتعزيز الهوية الثقافية والاقتصادية لقطر كأحد الدول المنتجة للتمر عالية الجودة. ويمثل هذا النوع من المعارض فرصة لتحسين التواصل الثقافي بين دول العالم وتبادل الخبرات والمعرفة بين المختصين في هذا المجال.

إقبال كثيف

وشهد المعرض حضورا ملفتا هذا العام انعكس في نجاح المعرض وقدرته على جذب عدد كبير من الزوار. وأكد السيد محمد حسن ممثل شركة «أطيب» القطرية لأجود أنواع التمور الفاخرة انبهاره هذه السنة بكثافة إقبال الجمهور القطري والزوار العرب وحتى السياح الأجانب على معرض التمور، لافتا إلى أن أعداد المبيعات الخاصة بشركته كانت في تزايد مستمر طيلة أيام المعرض. وأرجع السيد محمد حسن ذلك إلى عدة أسباب، من أبرزها اختيار القائمين على الحدث والمكان الاستراتيجي لإقامة المعرض، إذ يعد سوق واقف العريق أحد أهم معالم الدوحة السياحية وأحد الأماكن الأكثر تفضيلا لدى السكان القطريين، إضافة إلى استعداد عامة البلاد لاستقبال شهر رمضان المبارك، وهو ما يفسر شراء الزبائن التمور بكميات كبيرة لا تقل عن 5 كيلو. وأثنى السيد محمد حسن على الجهود المبذولة التي تبذلها الدولة في دعم أصحاب المزارع لإنتاج التمور المحلية وحضورها في أكبر المعارض لتنافس أجود أنواع تمر المنطقة العربية. وتوفر شركة «أطيب» مختلف أنواع التمور مثل الصقعي، الرطب، السكري، عجوة المدينة المنورة، الإخلاص (الذهبي)، الفاخر، الشيوخ) بجميع أنواعه. وتتميز الشركة بحرصها على الإبداع في طرق تقديم التمور وهو ما يحظى باهتمام الجمهور ورغبتهم في الشراء، إذ تقدم شركة «أطيب» التمور المحشية والمخلوطة بالطحينية والمكسرات، والتمور الخاصة بالهدايا والمناسبات

مستوى عال من الجودة

لم يقتصر المعرض بالحرص على حسن التنظيم وتوفير كميات مناسبة من التمور المتنوعة المعروضة، بل تفانت



د. قيس عثمان استشاري الأمراض النفسية بمركز ماربل الطبي - المرسال:

اضطراب نقص الانتباه وتشتت النشاط مرض يمكن علاجه

الجازي السليطي

مع ازدياد ضغوطات الحياة، ارتفعت وتيرة الاضطرابات النفسية لذلك أطلق مركز ماربل الطبي في دولة قطر عيادة الطب النفسي حرصاً منه على توفير حاجات المرضى الجسدية والنفسية على حد سواء. الدكتور قيس عثمان، استشاري الطب النفسي في مركز ماربل الطبي، تحدّث إلى جريدة (المرسال) حول أهمية عيادة الطب النفسي إلى جانب العلاقة الوثيقة بين الجانب النفسي والإصابة ببعض الأمراض.



العلاقة بين الصحة النفسية والجسدية وثيقة جداً

◀ غالبية الاضطرابات المنتشرة في عصرنا الحالي هي القلق ويليها الاكتئاب

◀ الأمراض الجسدية النفسية هي مجموعة من الأعراض والأمراض التي لا يكون لها أي سبب عضوي

○ ما هو مفهوم الطب النفسي؟ ما هي الأعراض والعلامات التي تدل على ذلك؟
● الطب النفسي هو فرع من فروع الطب، وكالفروع الأخرى هنالك اضطرابات مصنفة تصنيفاً عالمياً ويتم تشخيصها اعتماداً على مجموعة من الأعراض والعلامات التي يتم كشفها بشكل علمي ومدروس لا يترك مجالاً للتكهنات كما يعتقد البعض. لكل اضطراب خطط علاجية مدروسة ومعروفة علمياً وعالمياً؛ لكن ما يختلف به الطب النفسي عن بقية فروع الطب هو مكان تموضع الأعراض، فلكل اختصاص طبي جهازاً تظهر الأعراض من خلاله، أما الاضطرابات النفسية فتتناول مجالات المزاج والوجدان والشعور، الإدراك، التفكير، السلوك، الذاكرة، الكلام، والتغيرات المرضية التي تحدث في هذه المجالات يتم اكتشافها بالمقابلة والتقييم النفسي التي تعتمد على مظهر المريض وكلامه وطرق تعبيره وإدراكه وتفكيره مع خبرة الطبيب النفسي في استنتاج بعض الأعراض.

○ حدثنا عن أبرز الأمراض النفسية الشائعة التي تصادفونها؟

● من خلال نظرة سريعة حول طبيعة المراجعين لعيادة الطب النفسي، نلاحظ أن غالبية الاضطرابات المنتشرة في عصرنا الحالي هي القلق ويليها الاكتئاب؛ يعتبر ذلك أمر طبيعي نتيجة طبيعة الحياة الاستهلاكية المتسارعة ونقص الأوقات التي يقضيها الشخص مع عائلته، إضافة إلى المتطلبات المادية المتزايدة كل هذا يجعل الشخص غير قادر على

الشعور بالأمان والطمأنينة ويضعه في حالة توجس دائم من العديد من المخاطر المادية والمعنوية التي يدرك بعضها ويجهل بعضها الآخر بحيث لا يستطيع تحديد سبب قلقه؛ ينعكس ذلك القلق في حالات كثيرة على قلق حول الصحة وتخوف من الإصابة ببعض الأمراض.

○ سمع الكثير عن العلاقة الوثيقة بين الجانب النفسي والإصابة ببعض الأمراض، كيف تشرح لنا هذه العلاقة؟
● الأمراض الجسدية النفسية هي مجموعة من الأعراض والأمراض التي لا

يكون لها أي سبب عضوي وتظهر فيها الفحوصات الطبية نتائج طبيعية لكنها تؤلم وتزعج المريض وتجعله ينتقل من عيادة إلى أخرى ومن اختصاص إلى آخر حتى ينتهي به المطاف إلى العيادة النفسية حاملاً معه مجموعة كبيرة من التحاليل والصور

من هذه الحالات مثلاً نوبة الهلع التي ترافق بخفقان وضيق نفس ودوار ويضطر المصاب بها لمراجعة اسعافات المستشفيات ظناً منه أنها نوبة قلبية؛ وكذلك قلق المرض الذي يسبب أعراضاً

جسدية كاضطرابات الهضم والقولون العصبي والخفقان وتشنجات عضلية في الرقبة والرأس والصدر ويفسرها المريض نتيجة قلقه.

○ ما هي أنواع العلاجات المتبعة لتخطي الأمراض النفسية؟

● إن الجانبين النفسي والجسدي عند الإنسان مترابطان بشكل أعمق مما يعتقد البعض ويؤثر كل منهما بالآخر إن كان سلباً أو إيجاباً؛ فالحالة النفسية المتوازنة والجيدة تساعد الشخص على مقاومة الأمراض الجسدية والشفاء منها، وكثيراً

ما رأينا أشخاصاً استطاعوا الشفاء من أمراض مستعصية بفضل تمسكهم بالأمل وعدم الاستسلام للمرض وتمتعهم بحالة نفسية جيدة.

○ إضافة إلى ذلك، هنالك مجموعة من الأمراض المناعية أو مجهولة السبب التي تلعب فيها الحالة النفسية دوراً كبيراً وتحتاج إلى علاج نفسي إلى جانب العلاج العضوي كالأكزيما والصدفية والربو وقرحة المعدة وغيرها.

○ كيف تؤثر الأمراض النفسية على نمط حياة المريض؟ وكذلك على من حوله؟

● الاهتمام بالصحة النفسية لا يعني تعاطي العقاقير والأدوية من مهندّثات ومضادات الاكتئاب ومضادات الفصام. فهذه العقاقير والأدوية لا تنفع إلا في حالات المرض النفسي المحض، ولا ينبغي، بشكل عام وصفها ولا تناولها في حالات الضغوطات النفسية الناجمة عن أزمات معيشية واجتماعية وشخصية والاهتمام بالصحة النفسية لا يعني بالضرورة استشارة الطبيب الأخصائي في الأمراض النفسية والعصبية. الاهتمام بالصحة النفسية بالدرجة الأولى هو اكتساب قيم ومبادئ وعادات تجعل من التعامل مع الضغوطات النفسية أمراً مقدوراً عليه، وتبقيها تحت السيطرة، ومما يفيد في هذا المجال الرياضات الصحية البدنية والقراءة والصلاة والتأمل وممارسة السباحة والمشي في الهواء الطلق.

◀ الحالة النفسية المتوازنة والجيدة تساعد الشخص على مقاومة الأمراض الجسدية

◀ العقاقير والأدوية لا تنفع إلا في حالات المرض النفسي المحض ولا ينبغي تناولها بشكل عام



رمضان والروابط الاجتماعية

ماذا يقول المتخصصون حول حقيقة العلاقات في هذا الشهر؟

زينب مديح

يستعد المسلمون لشهر البركة والغفران بالكثير من الأمل والتفاؤل، حتى إذا ما أعلن عن رؤية هلال الشهر رأيتهم يتسابقون ويتسارعون في تبادل التهاني والتبريكات، فيخرج كل شخص من قوقعته ويتخفف من مشاغل حياته وعمله، وتنشط العلاقات

الاجتماعية بين الناس ويجتمع أفراد الأسرة الواحدة في هذه الأيام المباركة لتكون عنوانا للترابط والتآخي والتسامح، فيتجاوز الأشخاص عن خلافاتهم الدنيوية وتكون فرصة لإنهاء العداوات والخصومات، ويجتمع الأحاب والأصدقاء على مائدة الإفطار، كما يجتمعون في إقامة وحضور صلاة التراويح ومجالس الذكر

والعبادة، وتتعدد وسائل إحياء صلة الرحم من خلال الزيارات، وتبادل الرسائل الطيبة والمكالمات الهاتفية، والإفطار الجماعي وغيرها من السبل. فكيف يشجعنا هذا الشهر الفضيل على تقوية العلاقات الاجتماعية بين أفراد الأسرة والمجتمع؟ وما علاقة تأثير الصيام على الجوانب النفسية والاجتماعية للصائم؟



(تصرف من جريدة الراية)

العادات القطرية تتحدى الزمن

رمضان مدرسة أخلاقية

ومن جانبها ذكرت الأخصائية التربوية والنفسية الأستاذة فاطمة العتيبي أن شهر رمضان يمثل في كونه مدرسة أخلاقية إيمانية، تعلمنا الالتزام وضبط النفس من خلال الامتحان الذي يمر فيه المسلم طيلة هذا الشهر من الامتناع عن المباحات كالأكل والشرب، فيلزم المسلم نفسه على الامتناع لأوامر الله عز وجل في ترك المعاصي والابتعاد عن الشهوات واحتساب الأجر في كل أعماله وعباداته، كما يدرّب نفسه على الصبر والجلم والنحلي بالأخلاق الحميدة، فكما جاء في حديثه صلى الله عليه وسلم « إذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث يؤمئذ ولا يضحك، فإن شأتمه أحد أو فائته فليقل: إني امرؤ صائم»، وفي حديثه كذلك «الصوم نصف الصبر»، فالتركيز الشديد لديننا الحنيف على ضرورة التحلي بالصبر لا يأتي من عدم، بل هو حرص على السلامة الأخلاقية للصائم، الذي يكون أكثر عرضة للانفعال بسبب انخفاض مستوى الجلوكوز أو سكر الدم الذي يعد المصدر الأساسي للطاقة في الجسم والدماغ، إلا أن المسلم يسمو بروحه ويرتقي حين يدرك حقيقة هذا الامتحان فيستبدل مشاعر الغضب والتوتر بالصبر واحتساب الأجر وعدم الإساءة لغيره بل يرد السيئة بالحسنة والصفح.

تجارب الأمهات خلال رمضان

وبدورها شاركت معنا السيدة الدانة العامري تجربتها خلال شهر رمضان المبارك في تسيير مسؤوليات المنزل،

رمضان فرصة لتعزيز الترابط الأسري

موضحة أن تجارب الأسر تختلف عن بعضها البعض حسب عاداتهم، فقد نجد من أفراد العائلة من تصيبه موجة من الغضب والانفعال عند الشعور بالجوع وهذا حال بعض المدخنين، إلا أن أجواء التسامح والهدوء تعم في معظم البيوت، إذ ينشغل أفرادها بالعبادة والطاعة والذكر، ولا سيما أن طاقة الصائم تقل أثناء النهار فيقل معها مجهوده للخلاف والشجار، ويستثمر يومه في الصلاة وتلاوة القرآن. ثم إن هذا الشهر يحثنا على مراجعة النفس وتادييها والكف عن الفعل السيئ والكلام البذيء، والتركيز على عمل الخير وإخراج الصدقات وكثرة الذكر والاستغفار. ولربما تخالغ العديد من الأمهات مشاعر عدم الرضا والتقصير في عباداتهم بانشغالهن في إعداد ما لذ وطاب من الأطعمة، فوددن لو أنهن يقضين ذلك الوقت في قراءة القرآن، إلا أنهن لا يدركن أن وقوفهن لتلك الساعات الطويلة جزء من العبادة التي لها من الأجر العظيم.

الجوانب النفسية والاجتماعية لرمضان

وتحدث فضيلة الشيخ أمين المنصوري

عن بركة هذا الشهر الفضيل وأثره على الجوانب النفسية والاجتماعية بين أفراد الأسرة قائلا «هو شهر يجمع فيه الله المتفرق من الناس ويؤلف بين قلوبهم ويقطع قطيعة الرحم ليصلها بين الناس»، ثم إن من أجمل مظاهر هذا الشهر اجتماع الأسرة على مائدة واحدة يتبادلون أطراف الحديث ويتوجهون إلى الله بالدعاء، فترى في نفوسهم السكينة والوقار، وتسقط الخلافات القديمة بينهم، ويجتمعون بعد طول الفراق، وكما قال تعالى « شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ » فهو هدى للناس تجاه ربهم ودينهم، وتجاه أنفسهم وأهلهم ومجتمعهم، وخلال هذا الشهر تُركى النفوس، وتصفى الأرواح وتخضع الجوارح لتقوى الله عز وجل.

الدعوى القضائية خلال رمضان

كما أكدت المحامية ريم اليافعي فضل شهر رمضان المبارك في تقليل الدعوى القضائية، وخاصة القضايا الأسرية وقضايا السب والقذف والإساءة، مُرجعة ذلك إلى روحانية هذا الشهر وأثره في تهدئة النفوس وتحسين

العلاقات الاجتماعية وتوطيدها والالتزام الأفراد بالأخلاق الحسنة والسلوكيات الإيجابية، بينما تستمر باقي أنواع الدعوى على حالها المماثل طيلة السنة، ويتواصل العمل القضائي بوتيرة هادئة خلال الشهر الفضيل.

وختاماً، يعد شهر رمضان خير الأشهر، شهر فيه ليلة خير من ألف شهر، فلا توجد أيام أفضل من أيام رمضان يستغلها المسلم لإعادة ضبط نفسه، وتركيبتها لتقوى الله عز وجل، وتعويدها على الأخلاق الحميدة كالحلم والصبر والكرم والجود ومجاهدة النفس في ما يحبه تعالى ويرضاه ولا ينسى المسلم صلة رحمه، والإحسان لجيرانه وذويه وتجنب الإساءة، كما أنه شهر يتذكر فيه العبد نعمات ربه عليه فيستغفره ويشكره ويسبحه كثيراً ويذكره كثيراً، إضافة إلى أنه فرصة لتقوية الروابط الأسرية والاجتماعية إن يقضى على العزلة التي فرضتها علينا وسائل التواصل الحديثة ومشاغل الحياة اليومية، فطوبى لمن وفقه الله تعالى لقيامه وأداء واجباته الدينية والاجتماعية.



القرنقوعه موروث يجسد التمسك بالتراث

الشاذلي بية الشطي ل المرسال:

النموذج الإسلامي يمثل الحل الأفضل لظاهرة التمييز العرقي

زينب مديح

للعديد من الأطراف الخارجية لإشعال نار الفتنة داخل البلدان التي تتمتع بالتنوع الإثني، ما يؤدي بدوره إلى نشوب الصراعات والنزاعات. للإحاطة بهذه الظاهرة والخوض في ثناياها أجرت المرسال الحوار التالي مع الدكتور الشاذلي بية الشطي، أستاذ علم الاجتماع بجامعة قطر، يبيننا حول تأثيرات ظاهرة العرقية وتحدياتها وسبل التعامل معها في بلداننا العربية.

يشكل التنوع العرقي والإثني جزءاً أساسياً من تركيبة المجتمعات البشرية، ما يجعل البعض يرى بأن هذه الظاهرة تساهم في تفاقم التفكك الاجتماعي داخل البلدان العربية، ما يسفر عن العديد من مظاهر التفرقة والتمييز. فيما يرى البعض الآخر أن ظاهرة التنوع العرقي تمثل فرصة



○ بداية، كيف يُعرّف علم الاجتماع ظاهرة العرقية؟

● عندما نتحدث عن مفهوم العرقية نحن نتحدث على ظاهرة من الظواهر التي تخص المجتمعات البشرية، وخاصة المجتمعات التي تتميز بالتنوع على مستوى الأصول البيولوجية أو الأصول الثقافية، وبالتالي فالعرقية كمفهوم يصف لنا ظاهرة تهتم بالتركيبة الديموغرافية للمجتمعات. وعبر الزمن من هذا المفهوم بالعديد من التطورات. في البداية كان يقصد بكلمة العرقية الحديث عن المكونات السلالية للمجتمع، بمعنى الأصول البيولوجية التي يرجع إليها أفراد المجتمع، لكن هذا التركيز على العنصر البيولوجي فقط ساهم في ظهور وإفراز عدة ظواهر سلبية مرتبطة بظاهرة التعدد العرقي داخل المجتمع وخاصة التمييز العرقي على أساس اللون، اللغة، الدين... نكتشف لاحقاً أن الاختلافات بين البشر لا تقتصر على العنصر البيولوجي بل هي اختلافات ذات طابع ثقافي، وهو ما أدى إلى وضع مصطلح جديد «الإثنية» الذي راعى في عناصره الأصول السلالية، اللغوية، الثقافية، والدينية. ويعد هذا المصطلح الجديد أكثر تعبيراً في عصرنا الحديث عن هذه الظاهرة، التي تمثل المجتمعات المتعددة ثقافياً، إذ تتكون من مجموعات عرقية يغيب عنها التجانس الثقافي، وتتسم كل واحدة منها بسمات خاصة وأسلوب حياة مختلف.

○ ماهي أبرز التحديات التي يواجهها المجتمع في فهم ومعالجة هذه القضية؟

● تعد ظاهرة العرقية أو الإثنية من أصعب الظواهر الإنسانية عند دراستها، إذ يصنفها علم الاجتماع من الظواهر الأفقية التي تتسم بالتركيب والتعقيد، ويعود ذلك لتشابكها مع جميع مجالات الحياة، حيث تؤثر في سياسيا، واقتصاديا، ومهنيا على الفرد والمجتمع وحتى على المستوى العائلي، فمثلا يرتبط الزواج في العديد من المجتمعات بالأصول الإثنية للفرد. كل هذا يضع الباحث تحت ضغط كبير أثناء دراسته لهذه الظاهرة فيتطلب الإمتلاك على خلفية علمية متكاملة وشاملة، كما تتطلب الظاهرة أدوات خاصة تناسب تطور خصائص المجتمعات الحديثة. والحقيقة أن دراسة الظواهر الإنسانية داخل العديد من المجتمعات يثير حساسية كبرى، لأنه يلامس ويركز على خصائص الأفراد الذين عادة ما يفضلون التكنم عنها، خاصة إذا كانت تسبب لهم الإحراج والتحديات داخل مجتمعاتهم.

○ ماهي الآثار النفسية والاجتماعية للتمييز العرقي على الأفراد داخل المجتمع؟

● للأسف تؤدي ظاهرة التمييز العرقي إلى نتائج وخيمة وعميقة تؤثر بشكل كبير ومباشر على

◀ الاختلافات بين البشر لا تقتصر على العنصر البيولوجي إنما هي اختلافات ذات طابع ثقافي

◀ وجب على

الحكومات العربية أخذ الدين الإسلامي كنموذج لتطبيق المساواة داخل المجتمع

عربي، ولا لأبيض على أسود، ولا لاسود على أبيض، إلا بالتقوى، إن أكرمكم عند الله أتقاكم»، وهنا تتجلى المساواة في أبهى صورها، إذ لا فروق بين الناس إلا على مستوى العمل والإنجاز. كذلك وجب على هذه السياسات أن تقوم بتعزيز قيم التسامح وقبول الآخر باختلافاته. وهنا يأتي دور المؤسسات التربوية كالمدراس والأسر، ولا تغفل حضور وسائل الإعلام في هذا الشأن، فإما يُهدئ من النزعة العنصرية داخل المجتمعات أو يُوججها كما حدث في رواندا، حينما نشبت حرب أهلية طاحنة بين فرقتي الهوتو والتوتسي نتيجة الشحن الإذاعي لأحد وسائل الإعلام الموالية لواحدة من هاتين المجموعتين، إلى أن أصبحت رواندا ساحة حرب وقتل في فترة زمنية قصيرة.

كلمة أخيرة حول إمكانية التعايش السلمي في المجتمعات المتنوعة عرقياً وإثنياً

لعل من أهم التحديات التي تواجهها المجتمعات البشرية اليوم هو كيفية التعامل مع الاختلاف وتقبله، في الواقع ليس لدينا خيار آخر إلا أن نتقبل حقيقة اختلافاتنا ونتعايش معها في سلام لأن التعايش ضرورة مطلقة لتسوية العلاقات الإنسانية. يبدأ الأمر من عند أصحاب القرار والحكومات الذين وجب عليهم وضع قوانين صارمة ترفض أي شكل من أشكال التمييز العرقي، ومكافحة خطاب الكراهية الذي بات يتزايد كل يوم، إضافة إلى عمل المؤسسات التربوية على زرع قيم التسامح والتعايش وتقبل الثقافات الأخرى لننشئ جيلاً يدرك أهمية العيش المشترك كأحد القيم العليا من قيم الحياة، وأخيراً تعزيز المجال البحثي والدراسات المتعلقة حول معالجة هذه الظاهرة للاستفادة من التنوع العرقي داخل المجتمعات الإنسانية

نحسن إدارة هذا الاختلاف، ونقمة حينما تسيطر النزعة التنافسية للسيطرة على مظاهر القوى داخل المجتمع، إذ تحاول كل مجموعة فرض ذاتها للتأثير على الحياة السياسية، والاقتصادية للمجتمع، وبالتالي قد يتحول هذا الاختلاف سبباً في النزاعات، إضافة إلى استخدام هذا الاختلاف الإثني من قبل أطراف خارجية لإثارة النزاعات وزعزعة الاستقرار الاجتماعي والأمني.

○ كيف يمكن للسياسات الحكومية أن تساهم في تخفيف التمييز العرقي وتعزيز المساواة في المجتمع؟
● الأساس في هذا الأمر وضع منظومة قانونية وحقوقية تساوي بين الجميع دون تمييز على أي أساس عرقي، إضافة إلى وضع لوائح سياسية تعمل على توفير المساواة في الحقوق والواجبات، ووجب على الحكومات العربية أخذ الدين الإسلامي كنموذج لتطبيق المساواة داخل المجتمع فالوصفة السحرية تكمن في حديث النبي صلى الله عليه وسلم «لا فضل لعربي على عجمي، ولا لعجمي على عجمي»

الدراسات في عالمنا العربي شحيحة جداً، وحتى المختصون في هذا المجال قليلون جداً، وتعد ظاهرة العرقية أو الإثنية من الظواهر التي لم تدرس فعلياً في العالم العربي، حتى إن أجهزة الإحصاء الرسمية في الدول العربية لا تحتوي على مخزون كافي من المؤشرات والأرقام حول هذا الموضوع وهو شيء مؤسف حقاً، إذ تعد بلداننا العربية من الدول التي تتمتع بالتنوع الثقافي الكبير لجميع الأعراق وهو أمر يستحق الدراسة، ولكن بنظرة عامة يمكن أن نقول أن هذه الظاهرة ما زالت حاضرة في بلداننا العربية، لا تحتاج أن نذكر قصصاً إذ يكفي ما نراه ونسمعه حول العديد من مظاهر العنصرية العرقية. ومازالت إلى اليوم تسبب العديد من المشاكل، لأن حضور هذه الظاهرة داخل أحد المجتمعات يمكن أن يكون نعمة أو نقمة. يكون نعمة حينما

نفسية الأفراد، لأن الشعور بالتمييز في الأساس هو إصاق صفة سلبية لشخص أو جماعة معينة أي إعطاء وصف اجتماعي وهو ما يؤدي إلى عدة نتائج سلبية من أبرزها، بناء الشعور بالنقمة الذي سيتجسد لاحقاً في سلوكيات سلبية عند تفاعل الفرد مع بقية أفراد مجتمعه المختلفين عنه، ينتج عنها آثار كبرى على الفرد فيلجأ إلى عزل نفسه والانسحاب من المجتمع، كما يعيش حالة توتر مستمر تؤدي إلى الاكتئاب، و يؤدي هذا الانعزال بدوره إلى القيام بسلوكيات عنيفة، وسلوكيات مضادة يكون لها التأثير المباشر على استقرار المجتمع، وهو ما يؤثر بطريقة مباشرة على تنمية المجتمع وتطوره، لأن الاستقرار الاجتماعي والأمني من شروط التنمية داخل المجتمعات.

○ خلال السنوات الأخيرة، كيف ترى تطور حالات التمييز العنصري والعنف العرقي داخل المجتمعات العربية؟

● يصعب علينا إصدار أحكام مطلقة حول هذا الشأن، لأن نوعية هذه



احتفالا باليوم العالمي للمرأة...مريم العطية: القطريبات يتجاوزن المألوف إلى الإبداع

أثبتت المرأة
القطرية جدارتها
في عملية
التنمية البشرية
لجميع المجالات

تشهد قطر
تقدما ملحوظا
في مجال دعم
ومساندة
حقوق المرأة

الاحتفال العالمي
بالمرأة دليل على
الاحترام والتقدير
لإنجازاتها في كافة
التخصصات

“الاستثمار في المرأة تسريع التقدم”



سعادة السيدة مريم بنت
عبدالله العطية
رئيس اللجنة الوطنية لحقوق
الإنسان

”
المرأة القطرية تتجاوز
المألوف والعادي إلى
الإبداع والتقدم
الإنساني والحضاري
وتحقق حضورًا بارزًا
ومتميزًا في مختلف
القطاعات

كثرة الأعباء والإخفاق في اختيار التخصص

ما هي أسباب تسرب الطلاب من التعليم الجامعي؟



استعداد لمواجهة الحياة الجامعية هذا بالإضافة إلى عدم الرضا الذي قد يصيب بعض الأهالي وتحملهم العبء في إيجاد الحلول البديلة لتوفير سبل عيش طبيعية لمن توقفوا عن مسيرتهم الجامعية وإيجاد الطرق البديلة للحياة المهنية لأطفالهم. كما أكد بعضهم أن الطالب يجد نفسه في حالة من الضياع وانعدام الاستقرار، وهو ما يؤدي إلى عدم تقبله للحياة الجامعية ومسؤولياتها الدراسية، وبالتالي يفضلون المسارعة بالتوجه إلى سوق العمل لضمان الاستقرار المادي. وأشار آخرون إلى ضرورة اختيار التخصص المناسب بحكمة، واختيار المجال الذي يرغب فيه الطالب ليجد ويستمتع فيه، مؤكداً على أهمية تسهيل عمليات التحويل من كليات إلى أخرى ومن تخصصات إلى أخرى.

موزه المناعي

أكد العديد من طلبة الجامعات بأن هنالك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى انسحاب الطلبة من الجامعة ولعل من أهم الأسباب ارتفاع تكاليف الجامعات المادية وعدم اختيار التخصص المناسب لطبيعة الطالب وميوله واستعمال البعض للتوجه لاختيار الوظيفة كبديل أسهل من التعليم الجامعي. كما أكد العديد من الطلبة بضرورة إعطاء فرص للطلاب لتغيير التخصص والكلية بعيداً عن الضغوطات الاجتماعية والأسرية التي قد تكون سبباً في تأثر اختيار الطالب لتخصصه الجامعي والتي قد تؤثر على مستقبله المهني. وقالوا إن هنالك العديد من الآثار التي تؤثر على بعض الطلبة خلال مسيرتهم الجامعية ومنها خروج الطلبة من مرحلة الثانوية بدون أي

سلطان الحمادي: ارتفاع التكاليف الدراسية الجامعية



قال سلطان الحمادي خريج تخصص هندسة من جامعه قطر بأن بعض الطلاب قد يواجهون صعوبة في تحمل التكاليف المالية في بعض الجامعات الخاصة وبالتالي تزيد فرصه اتجاههم الى سوق العمل لضمان مستقبل جيد له ولاكن تواجهه بعض المصاعب في عدم القدرة على التوفيق بين العمل والدراسة مما تجعل فرصه انسحابه من الجامعة أكبر. وأضاف أن الطالب يجب ان يضع امامه خطط بديله لنجاح مستقبله بمساعدة بعض الأخصائيين الموجودين داخل الحرم الجامعي وأيضاً يجب ان يكون للطالب نظرة ثابتة بأن الدراسة الجامعية مهمه وإنها تعتبر من أهم مراحل الإنسان ومن خلالها يتم تحديد مصيره وقال أن من الأفضل أن تكون هناك العديد من الأبحاث والدراسات لإيجاد ومعرفة أسباب توجه الطلبة لسوق العمل وانسحابهم الكلي من مسيره الجامعة الدراسية مسيرتهم الجامعية واللجوء الى المختصين للحد من تسرب الطلاب من الجامعة

عبد العزيز الجابر: مراعاة رغبة أولياء الأمور

ومن جانبه أرجع طالب كلية الآداب والعلوم عبدالعزيز الجابر أسباب تعثر الطلبة في التعليم الجامعي وانسحابهم من الجامعات إلى سوء اختيار التخصص، مشيراً إلى الضغط النفسي الذي يمارسه الأهل، ويفرضه المجتمع على بعض التخصصات دون غيرها، وهو ما يؤدي إلى اختيار تخصص غير مرغوب فيه، مما يؤثر على أدائهم الدراسي ونفورهم من الدراسة والتعلم. إضافة إلى الاصطدام النفسي الذي يواجهه الطالب حين يختار التخصص الذي يرغب فيه، إلا أنه يجده مخالف للصورة التي رسمها عنه، فتبدأ بذلك رحلة الصراع الذاتي في إيجاد التخصص المناسب، ومن هنا يجب على الطالب أن يختار تخصصه بعناية تامة، ويسأل عنه أصدقاءه والطلبة الآخرين، كما يجب أن لا يضيع فترات التحويل وتغيير الكلية أو التخصص الرئيسي أو الفرعي حتى يكمل تعليمه العالي بنجاح.

صالح النابت: الاتجاه لسوق العمل مبكراً

أكد صالح علي النابت أن من أهم الأسباب التي تدفع الطلاب من التخلي عن دراستهم الجامعية هي عدم اختيار التخصص الصحيح في بداية مشوار الطالب الجامعية وهذه كله يعتبر دافع للطلبة لفقدان الشغف والانسحاب من الجامعة. وأكمل حديثه مشير على أن لا تزال نظره المجتمع تؤثر على اختيار الطالب لتخصصه مما يجعل الطالب يختار تخصص بعيد كل البعد عن اهتمامه فقط لإرضاء المجتمع أو الأسرة. لافتاً إلى تكاليف الدراسة الجامعية في ارتفاع متزايد وهذا الأمر أصبح مرهق للطلاب مما يجعل بعض الطلبة في نفور بسبب عدم مقدرتهم على تحمل تلك التكاليف وخاصة في بعض الجامعات المادية التي تركز فقط على المدخول المالي بدلا من فكره التعليم وقال إن الزواج قد يعطل الطالب عن فكره الدراسة والاتجاه للبحث عن وظيفه ومن هذا المنظر يجب على الجامعة بإخضاع الطلبة لجلسات ارشادية للبحث عن الأسباب وإيجاد الحلول اللازمة لتساهم في خلق جيل واعي ومتعلم يرسم ويخطط لأهدافه المستقبلية.



منصور الشعر: كثرة الأعباء الدراسية

قال منصور الشعر أن زيادة عدد التكاليف على الطلاب في الفترة الأولى من حياتهم الجامعية قد تسبب نوع من الرهبة والخوف كونها تعتبر مرحلة جديدة غير مفهومة وتجعل من فتره الدراسة الجامعية مرحلة صعبة مما يساهم في ابتعاد بعض الطلبة عن فكرة الدراسة وأن ينتقل الطلاب الى الجامعة، يمكن أن يشعروا بالإرهاق لأن لديهم الكثير من العمل للقيام به والكثير من الضغط للقيام به بشكل جيد. وهذا يمكن أن يجعلهم لا يريدون الذهاب إلى الجامعة بعد الآن. يظنون أن الجامعة ستكون مثل مرحلة الثانوية، لكنها في الواقع مختلفة تماماً. كما أكد أن من المهم للجامعات التأكد من أن الطلاب ليس لديهم الكثير من العمل، خاصة في عامهم الدراسي الأول، حتى لا يتكروا العمل ويبدأوا العمل دون انتهاء مسيرتهم الدراسية.



عبد الله عوض: عدم التأقلم مع الحياة الجامعية

أكد عبد الله عوض أن هناك خطة معمول بها من قبل مختصين ومرشدين أكاديميين لمساعدة الطلاب على البقاء في الجامعة وأن إذا أراد الطالب ترك الدراسة، فعليه التحدث إلى شخص ما لمعرفة سبب المشكلة وكيفية حلها. وخاصة أولئك الذين أنهوا عامهم الأول في مسيرتهم الجامعية. ويؤكد عبد الله على ضرورة اختيار التخصص الصحيح المناسب لميولهم وقدراتهم وهو يعتقد أن الطلاب يجب أن يكونوا قادرين على اختيار تخصصهم الخاص بنفسهم حتى يستمتعوا بوقتهم في الجامعة. كما ذكر بأن هنالك العديد من الأسباب التي قد تجعل الطلاب يرغبون في المغادرة، مثل كثرة الواجبات المدرسية أو عدم الشعور بالراحة في الجامعة.



بمشاركة سعادة الشيخ عبدالرحمن بن حمد آل ثاني وزير الثقافة

انطلاق موسم الندوات في نسخته الثالثة



زينب مديح

انطلقت مساء يوم السادس من مارس النسخته الثالثة من «موسم الندوات» والذي استمر إلى التاسع من الشهر تحت تنظيم وزارة الثقافة، وبمشاركة صفوة الطبقة العلمية من المفكرين والمثقفين وأصحاب الكلمة والرأي والشعراء من داخل الدولة وخارجها، ويعد «موسم الندوات» أحد الفعاليات الثقافية التي تحرص دولة قطر على إقامتها سنوياً بهدف إثراء ثقافة المجتمع وتعزيز الهوية الفكرية لأبناء الوطن.

وتضمن «موسم الندوات» هذا العام 4 ندوات وأمسية شعرية، استهلّت بتكريم خاص من سعادة الشيخ عبدالرحمن بن حمد آل ثاني وزير الثقافة للدكتور حسن النعمة، الشاعر والدبلوماسي السابق، وذلك تكريماً لمسيرته الشعرية وعطائه الأدبي السدّووب. وعبر الدكتور حسن النعمة بدوره عن سعادته بهذا التكريم الذي يعكس الاهتمام الذي يحضيه المسؤولون لأصحاب الفكر القومي والعربي. ومن جانبه أكد سعادة الدكتور

ندوة جماهيرية بعنوان «مفهوم التعايش في الحضارة الإسلامية وأثره في بناء الأمة واستقرارها»، إضافة إلى أكاديمي والدبلوماسي والسياسي الفلسطيني حسام زملط الذي شارك في ندوة الختام بعنوان «ازدواجية حقوق الإنسان في الذهنية الغربية»، رفقة الدكتور محمد سيف الكواري نائب رئيس اللجنة الوطنية لحقوق الإنسان.

وقتل وتجويع. وتميزت هذه النسخته من الموسم بحضور عدد من القامات الفكرية والعلمية، التي شاركت على مدار الأربعة الأيام في الجلسات الحوارية المقامة، ومن أبرز هذه الشخصيات الحاضرة المفكر والداعية الجزائري الشيخ الدكتور مبروك زيد الخير، أستاذ اللغويات والبلاغة القرآنية وعضو المجلس الإسلامي الأعلى بالجزائر، والذي قدّم

الثقافية في المجتمع القطري» وغيرها من العناوين. كما أشار الأكاديمي والروائي الدكتور أحمد عبدالملك أن موضوعات الندوات لم تقتصر على القضايا المحلية فحسب، بل شملت قضايا الإنسان وما يتماشى مع أوضاع الأمة العربية وواقع حالها، لافتاً إلى ما يعانيه الفلسطيني في أرضه من جرائم بشعة وحرب وقصف

عبدالرحمن بن سالم الكواري الأديب والوزير الأسبق لوزارة الصحة أهمية عقد مثل هذه الندوات في أنها «توفر بيئة حاضنة تجسد الحراك الثقافي وتوسع دائرة الثقافة الشاملة». وطرحت هذه النسخته من الموسم مجموعة من العناوين والأفكار التي تخدم المجتمع المحلي وتثري المشهد الثقافي، من أبرزها «العرب والغرب ما بعد حرب غزة»، و«المتغيرات

مؤسسة الدوحة للأفلام تعرض فيلم (إلى أبناء الوطن)

الجازي السليطي

قدمت مؤسسة الدوحة للأفلام العرض الأول لفيلم (إلى أبناء الوطن) من إنتاج متحف قطر الوطني وهو عمل وثائقي حول صاحب السمو الأمير الوالد الشيخ حمد بن خليفة آل ثاني ومسيرته المهمة من خلال فيلم سينمائي يوثق مسيرته، والذي عرض خلال أسبوعين في شهر فبراير في مختلف صالات

السينما في الدوحة.

إن فيلم (إلى أبناء الوطن) شهد إقبال كبير من قبل الجماهير من خلال عرض هذه السيرة الذاتية الرائعة، ويتناول الفيلم مسيرة الأمير الوالد منذ شبابه حتى وصل بها إلى العالمية بفضل رؤيته المهمة والهوية الوطنية وكيف أعاد الأمير الوالد إحياء التراث والنهضة الثقافية وتعزيز الشعور بالفخر والاعتزاز بها، ويؤكد الفيلم على أن دولة قطر أصبحت دولة بارزة

على الساحة العالمية والقدرات الإبداعية والمتطورة التي يتمتع بها شعبها. وتابع الحضور على مدار ساعة ونصف، فيلماً يجسد الحياة التراثية والثقافية وعن أعمال الأمير الوالد المهمة والتي أدت إلى بناء وطن حديث ومتقدم ومتطور ويؤمن الأذهار والرفاهية لجميع أبناء الشعب القطري والعربي بشكل عام. وقدمت السيدة فاطمة حسن الرميحي، الرئيس التنفيذي لمؤسسة الدوحة

لأفلام، بحضور المخرجتين روضة آل ثاني وأمل المفتاح فيلم سينمائي ناجح ومتكامل من خلال الاستعانة بكيم هائل من الوثائق الأرشيفية صور وفيديوهات والموسيقى المتنوعة مع الأحداث التي تدور في الفيلم. ونوهت الرئيس التنفيذي لمؤسسة الدوحة للأفلام، بأن عرض الفيلم للجمهور سيكون متاحاً ابتداءً من 21 فبراير الجاري بمتحف الفن الإسلامي وإلى غاية السادس والعشرين منه في عدد

من القاعات السينمائية. جدير بالذكر، أن مؤسسة الدوحة للأفلام تعتبر مؤسسة ثقافية مستقلة غير ربحية تدعم التطور لصناعة الأفلام، إضافة إلى المشاركة في تطوير الإبداع في صناعة الأفلام. بالإضافة إلى أن المؤسسة تدعم وتحقيق أهداف رؤية قطر الوطنية 2030 في بناء اقتصاد قائم على المعرفة من خلال فعاليتها التي تدعم تنمية الثقافة والمجتمع.



جانب من جمهور القاعة (قطر مول) وهو يكتشف مشاهد (إلى أبناء الوطن)

جائزة الدوحة للكتاب العربي تكرم عشرة من كبار المفكرين العرب في نسختها التأسيسية



جائزة الدوحة للكتاب العربي، والتي تمثل التفاتة مقدرة لقطاعات مهمة من التأليف لا تحصى عادة بالترقيم، كما أشاد الشاعر بحسن اختيار توقيت إطلاق هذه الجائزة، إذ يعاني التأليف باللغة العربية في هذه الفترة حالة حرجة من الانكماش؛ بسبب طغيان الترجمة من جهة، وانصراف الناس عن الكتب والكتاب الجاد خصيصاً، وهو ما يدعونا لتقدير هذه المبادرة وتوقع أن تكون إضافة فارقة للكتاب العربي. ومن جهتها ذكرت الدكتورة أمينة الدهري، أستاذة بجامعة الحسن الثاني بالملكة المغربية، أنها سعيدة بالدعوة التي تلقتها لحضور النسخة الأولى من إطلاق الجائزة، وأشارت إلى أواصر الصداقة الوثيقة والتعاون بين المملكة المغربية ودولة قطر في المجال الثقافي، مشيرة إلى الندوة الدولية التي عُقدت فبراير الماضي بالمغرب تحت عنوان «جسور المعرفة: تأويل الغيرية في الفكر والترجمة» والتي جاءت بالتعاون مع جائزة الشيخ حمد للترجمة والتفاهم الدولي. وفي السياق نفسه أفصحت الدكتورة نبلي أبي نادرة، أستاذة الفلسفة بالجامعة اللبنانية، أن هذه المناسبة تشكل دعماً معنوياً للباحثين العرب إذ تعزز التواصل الفعال بينهم، وتساعد على خلق بيئة ثقافية يترصد جمهورها لآخر الإنتاجات الفكرية، واصفة هذا اليوم بـ «التظاهرة الفكرية الثقافية» التي جمعت عقولاً من مختلف الدولة العربية.

وتأسست جائزة الدوحة للكتاب العربي استمراراً من دولة قطر في دعم الإبداع الفكري والعلمي، إذ تحمل الجائزة العديد من المقاصد، تتجلى أبرزها في تشجيع الأفراد والمؤسسات على الإقدام في مجال الإنتاج العلمي والمعرفي، وتكريم الدراسات الجادة والتعريف بها والإشادة بصاحبها، فضلاً عن دعم دور النشر الرائدة للارتقاء بجودة الكتاب العربي شكلاً ومضموناً. كما تعد هذه الجائزة مبادرة استثنائية تسد خطى المؤلفين لمواكبة الركب الإنساني للمزيد من البذل والعطاء، ولا تقتصر على مخاطبة العلماء فحسب وإنما تخاطب العلم برمته وتأخذ بيد الناشئين وتشجيعهم.

لجهود العلماء. كما أشار الدكتور عبد الواحد العلمي أن عقد مثل هذه المناسبات ما يدل إلا على سمو ورفعة السياسة الثقافية للدولة وهو ما يؤكد وضعها لاستراتيجية مدروسة للنهوض بالعقول العربية وإعادة إحياء الساحة الثقافية في الوطن العربي. كما ألفت الدكتورة فيحاء عبدالهادي كلماتها باسم جميع المكرّمين تعبيراً عن عظيم امتنانهم وفخرهم بالحصول على هذه الجائزة واصفة إياها بـ «الانتصار للثقافة والفكر والكتابة» في زمن يكون في أشد الحاجة إلى التثبيت للثقافة والفكر العربي، التي تمثل السلاح الرئيس الذي يمكننا من مواجهة مشاكل هذا العصر وتحاورها وإنتاج المعرفة من أجل إحداث التغيير. كما أشارت الدكتورة فيحاء عبدالهادي إلى تزامن هذا التكريم مع أيام نشهد فيها اعتداءات على البشرية والإرث الثقافي العربي لأهل فلسطين؛ إذ يقوم المحتل الإسرائيلي بتدمير الأرشيفات الفلسطينية في جامعات غزة، وإتلاف آلاف الوثائق التاريخية المهمة في مبنى الأرشيف المركزي بمقر بلدية غزة، وتدمير مركز «رشاد الشؤا الثقافي» الذي شكّل منارة ثقافية متميزة، بالإضافة إلى تدمير مكتبة «ديانا تماري صباغ» التي احتوت على عشرات المكتبات وضمت ما يزيد عن مئة ألف كتاب، ومكتبة جامعة «الإسراء» والمتحف الوطني الذي نهب قبل أن يدمر في نهاية الثامن عشر من شهر يناير، ناهيك عن تدمير مكتبة بلدية غزة وإعدام وحرق محتوياتها التي بلغت عشرة آلاف مجلد بلغات ثلاث هي العربية، الفرنسية، والإنجليزية. واختتمت الدكتور خطابها بالمقولة الشهيرة «هم يهدمون ونحن نبني».

اجتماع للعقول العربية

وحضر هذا اليوم عدد من العلماء، والمفكرين، والمثقفين، والمبدعين وكبار الشخصيات من داخل الدولة وخارجها احتفالاً بهذا الحدث الجليل، وبهذه المناسبة قال الشاعر محمد عبدالباري لجريدة المرسال «سعيد جداً بحضوري لإطلاق

توليه منصب الوزارة والدعم الذي كانت تقدمه دولة قطر لبلاده في تلك الفترة وما زالت، مشيراً بذلك إلى الجهود التي تقوم بها قطر على الصعيد الإنساني من خلال بعض المؤسسات الخيرية التي تقوم بحفر الآبار، دعم المدارس، بناء المساجد وغيرها من الأعمال الخيرية. وخلال هذا الحديث أكد الدكتور قطب مصطفى سانو رغبته في اغتنام هذه الفرصة للتوجه بالشكر لحضرة صاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني على زيارته لجمهورية غينيا قبل سنوات وتكثده عناء السفر رغم بعد المسافات ومشقة الطريق، إلا أنها بقيت «زيارة تاريخية نسجلها ونذكرها ونقدرها» حسب تعبير الدكتور.

فتح باب الترشيح

وخلال هذا اليوم الحافل، أعلن المستشار الإعلامي للجائزة عبد الرحمن المري فتح باب الترشيح انطلاقاً من الخامس من المارس الماضي وحتى الخامس من يونيو 2024، وتنقسم الجائزة إلى فئتين هما فئة الكتاب المفرد وفئة الإنجاز على أن يكون العمل المقدم يندرج ضمن المجالات المعرفية التي تعلن عنها الجائزة كل سنة، أما هذا العام فأعلنت الإدارة المنظمة للجائزة عن 7 مسارات وهي كالتالي، مسار العلوم الشرعية والدراسات الإسلامية، الدراسات الأدبية واللغوية، الأبحاث التاريخية، الدراسات الاجتماعية والفلسفية، الموسوعات، المعاجم، وتحقيق النصوص.

الحفل التأسيسي

وفي افتتاحية هذا الحفل ألقى الدكتور عبد الواحد العلمي المدير التنفيذي للجائزة كلمته التي أبدى فيها سعادته لعقد مثل هذه المناسبات التي تعيد التواصل بين العلماء والباحثين وتجمع كبار المفكرين، وكل من يهوى العلم والثقافة، لتكون بمثابة مجلس ثقافي يتشارك فيه أصحاب الخبرات خبراتهم، يناقشون ما يشاؤون من النظريات والأفكار. وقد تركزت أهداف القائمين على هذه الجائزة في أن تكون بمثابة تقدير

زينب مديح

يعد الكتاب الناقل الأول للثقافة والتراث، والحافظ الرئيس للإبداع العلمي والمعرفي للشعوب، كما أنه من الأدوات الأساسية للتواصل الفكري بين الأمم، فضلاً عن أهميته في الحفاظ على اللغة وتطويرها. ومن هذا المنطلق أطلقت دولة قطر، يوم الثالث من مارس الماضي، الحفل التأسيسي لـ «جائزة الدوحة للكتاب العربي» برعاية سامية من صاحب السمو الأمير الوالد الشيخ حمد بن خليفة آل ثاني حفظه الله. وشهدت الدورة التأسيسية تكريماً لعشرة من كبار المفكرين الناطقين باللغة العربية، الذين أفنوا عمراً طويلاً في مجال العلوم الإنسانية والإنتاج المعرفي. وضمت القائمة، اللغوي المتخصص في البلاغة العربية وتاريخها الأستاذ الدكتور محمد أبو موسى من جمهورية مصر، والفيلسوف المغربي طه عبدالرحمن، والمحقق والمؤرخ الجزائري الدكتور ناصر الدين سعيدوني، والمفكر المتخصص في الفلسفة والفكر العربي جبرار جهاني من لبنان، وأستاذ التاريخ والحضارة الإسلامية أيمن فؤاد سيد من جمهورية مصر، والمؤرخ القطري الدكتور مصطفى عقيل الخطيب، والأستاذ الدكتور المتخصص في الدراسات القرآنية غانم قدوري الحمد من العراق، والباحثة في التاريخ الشفهي الفلسطيني الناقدة فيحاء عبدالهادي من فلسطين، والمفكر المتخصص في النقد الثقافي الأستاذ سعد البارعي من المملكة العربية السعودية، إضافة إلى أستاذ الفقه المقارن والتمويل الإسلامي الفقيه قطب مصطفى سانو من غينيا.

مسارات وشهادات

سبق موعد إطلاق الحفل التأسيسي للجائزة ندوة صباحية بعنوان «حياة للعلم: مسارات وشهادات»، جمعت الفائزين في النسخة الأولى بالجائزة، وتضمنت الندوة جلستين، ألقى فيها كل من الأساتذة المكرّمين كلمة حول رحلتهم العلمية وعلاقتهم بالكتاب. واستهل الأستاذ الدكتور محمد أبو موسى الجلسة الأولى بخطابه حول حياته الفكرية وإنتاجه العلمي قائلاً «ثم إنني كنت وما زلت أرى أن قصر الكتب والمعرفة على المتخصصين، وترك سواد الأمة الأعظم بمعزل عن العلم والكتاب، ليس هو الطريق الأفضل، وأنا نهمل كتلة كبيرة من أجيالنا، والأمة لا تنهض إلا بكل أبنائها، ورأيت من أوائلنا من كتب كتباً جلييلة للأمة كلها، مثل كتاب «عيون الأخبار» و«العقد الفريد» و«زهر الآداب»، فكتبت عن هذه الكتب التي تخاطب كل طبقات الأمة، ويرى فيها العالم ما ينفع» واستفاض من بعده باقي المفكرين حول بدايات حياتهم العلمية وأبرز العوامل التي أثرت في اختيارهم هذا المسلك.

وفي حديث خاص للمررسال مع الدكتور قطب مصطفى سانو، الوزير السابق لجمهورية غينيا، أعرب معاليه عن سعادته بالمشاركة في هذا الحدث ليكون من المكرّمين الأوائل للدعوة التأسيسية لجائزة الدوحة للكتاب قائلاً «بداية ظننت أن اختياري لهذا التكريم قد كان من باب الخطأ، خاصة عندما نظرت إلى لائحة المختارين، إلا أنني حين تأكدت من صحة الدعوة، أيقنت بأنه سيكون يوم تاريخي في حياتي، وسأظل أذكره واحتفظ به واعتزّ بهذه الدولة المباركة». كما أشار الدكتور قطب مصطفى سانو إلى طيبة العلاقات بين دولة قطر وجمهورية غينيا، لافتاً إلى فترة



أنظار العالم تتجه إلى الدوحة خلال المعرض:

اكسبو 2023 يبرز الهوية الوطنية لدولة قطر



موزه المناعي

الدولي وقد استطاع المعرض أن يكون نسخة استثنائية شكلا ومضمونا في ظل ما تتمتع به دولة قطر من بنية تحتية متطورة، تؤهلها للفوز بتنظيم واستضافة المؤتمرات والمعارض والأحداث العالمية.

تتوجه أنظار العالم مرة أخرى إلى الدوحة بعد نجاح البطولة العالمية لكرة القدم 2022 باستضافة معرض إكسبو 2023 الدوحة للبستنة

الدولية وعنة إكسبو بالمنطقة الثقافية، بالإضافة إلى فعاليات المطوع والتي تنطلق بشكل يومي بعد صلاة التراويح وفعالية المسحر في رمضان التي تبدأ يوميا في الحادية عشرة مساءً. وأنه سيتم استئناف العروض الجوالية بشكل جديد يعبر عن روحانيات الشهر الكريم، كما سيتم تنظيم عدد من البطولات الرياضية الرمضانية في كرة القدم ولعبة البادل، وغيرها من الأنشطة ومسابقات مستدامة للأطفال بشكل يومي لربطهم بأجواء الشهر الكريم.

اخضرار واستدامة. وحرصت اللجنة على أن تكون الهوية القطرية حاضرة في إكسبو 2023 الدوحة منذ اليوم الأول للمعرض، مثلما كانت حاضرة بقوة في جميع الفعاليات والمنتديات الكبرى التي استضافتها البلاد على مدار سنوات، مع الأخذ في الاعتبار إتاحة الفرصة للمشاركات الدولية الهادفة لإثراء هذا الحدث العالمي الكبير. وخلال شهر رمضان المبارك سيتم تنظيم عدد من الفعاليات التراثية القطرية الخاصة بالشهر الفضيل في ساحة الجناح القطري بالمنطقة

الاستدامة، بالإضافة إلى أفضل الممارسات في ميدان البستنة والزراعة المستدامة، إلى جانب أنشطة مخصصة للعائلات والأطفال، نجحت في استقطاب ملايين الزوار الذين استمتعوا بتجربة لا مثيل لها في حديقة البدع الخلابية. ونجحت اللجنة المنظمة للمعرض في تصميم برامج تناسب جميع الدوحة لجميع زواره على اختلاف أطرافهم المحتوى الذي يناسبهم ويشجعهم على التفكير في الدور الذي يمكنهم الاضطلاع به للإسهام في بناء مستقبل أكثر

الأحداث، والمؤتمرات، والندوات، والاجتماعات. ويتميز بمعدات سمعية وبصرية، وترتيبات للجلوس، ومساحات متعددة الاستخدامات يمكنها استيعاب التجمعات الصغيرة والمؤتمرات واسعة النطاق يعد مركز المؤتمرات منصة مثالية للتواصل وتبادل الأفكار المبتكرة وإقامة شراكات جديدة. ويقدم معرض إكسبو 2023 الدوحة لزواره مجموعة غنية ومتنوعة من الأنشطة والفعاليات والعروض، تشمل الابتكارات الخضراء وأساليب الزراعة التقليدية والحديثة واستراتيجيات

مع انطلاق فعاليات أكبر معرض دولي للبستنة، والذي احتضنته حديقة البدع، بمدينة الدوحة، تحت شعار صحراء خضراء. بيئة أفضل على مدار 6 أشهر، يلمس الجميع ما تميزت به دولة قطر على هذا الصعيد، بدءا بأنشطتها المتعددة، مروراً بمشاركاتها وحضورها الفاعل في المحافل الدولية، بما يشمل إكسبو الصين 2019، حيث شاركت بجناح مميز، نال الإعجاب والتقدير، وصولاً لتنظيم الحدث نفسه على أرضها. وتأتي الاستضافة تتويجا لجهود دولة قطر الكبيرة في مجال البستنة والزراعة، وتقديراً لسجلها الحافل بإنجازات متعددة في التنمية المستدامة، والحفاظ على البيئة.

كما أن معرض إكسبو الدوحة 2023 لديه مهام ورؤية ورسالة وقيم، تتمثل مهامه في تشجيع الناس وإلهامهم واطلاعهم على الحلول المبتكرة والحد من التصحر، وتتمثل الرؤية في أنه يمكننا معا كمجتمع قطري اعتماد الزراعة كحل مستدام لمشاكل المياه والطاقة وندرة الغذاء العالمية، كما تتركز القيم في الابتكار والتنوع والتعاون والإلهام والنمو، المعرض يقام تحت شعار (صحراء خضراء بيئة أفضل)، وهناك عناوين وأهداف رئيسية تتضمن معرض اكسبو تتمثل في الزراعة الحديثة والتكنولوجيا والابتكار والوعي البيئي والاستدامة وخلال فترة المعرض التي تمتد إلى 179 يوماً يتوقع زيارة 3 ملايين زائر إلى أرض المعرض على مساحة مليون و700 ألف متر وهو يعتبر أول معرض اكسبو للبستنة في مناخ صحراوي، كما أن المتوقع مشاركة 80 دولة. هذا وقد خصت اللجنة المنظمة للمعرض مركز متطور وحديث للمؤتمرات تم تزويده بكافة التقنيات الحديثة، وهو عبارة عن منشأة حديثة بنيت خصيصاً للمعرض ومجهزة لاستضافة أنواع مختلفة من



الحلوى العمانية موروث شعبي يكتسح المائدة القطرية



(تصوير زينب مديح)

زينب مديح

تعتبر الحلوى العمانية أحد أشهر أطباق الحلويات الحاضرة في الثقافة العمانية، وقد لاقى هذا الطبق في الآونة الأخيرة رواجاً خليجياً وعربياً، إذ استقطبت الحلوى العمانية أكثر من 20 ألف متذوق في سوق واقف، وبيع أكثر من 2 طن و700 ألف من أطباق الحلوى العمانية طيلة المعرض. وأبهرت العائلات والجاليات بطعمها التراثي القديم، وشهرتها على الموائد الخليجية، كما شدت الحلوى العمانية أنظار زوار السوق، إذ شهدت خيمة «حلوى العزبة» التي أقيمت في معرض سوق واقف الدولي للتمور مؤخراً إقبالا لافتا.



إقبال كبير على الحلوى العمانية من الجمهور



ناصر بن هلال البهلاني: تحتاج الحلوى العمانية إلى أذرع قوية وخاصة عند إعدادها يدويا

العمانية قدرتها على الصمود والتخزين لفترات طويلة، إذ تكون الحلوى طبقة عازلة تحمي بها نفسها من التعفن، وقد تبلغ فترات تخزينها الستة أشهر.

وعبر السيد ناصر بن هلال البهلاني عن سعادته باختيار المكتب الهندسي لسوق واقف مشروعه «حلوى العزبة» ومشاركته في معرض سوق واقف الدولي للتمور، كما أبدى صاحب المشروع إعجاباه بالتنظيم المتقن لإدارة سوق واقف في استضافة هذا الحدث وكل الفعاليات التي أقيمت بالسوق، وكان لهذا التنظيم الأثر الأكبر في إعجاب الناس بإنتاج الحلوى العمانية، واختيار القائمين على المعرض المكان الأنسب لصنع الحلوى أمام أعين الزوار.

وبالرغم من أننا لا نجد كتابات دقيقة عن تاريخ الحلوى العمانية العريق إلا أنها وردت عرضا في الكثير من كتب التاريخ والرحالة والمستشرقين.

كما تعد الحلوى العمانية عدة وعتاد المسافر، لما تحتويه مكوناتها من سرعات حرارية عالية تكسب الجسم الطاقة وتبث فيه الحيوية والنشاط.

وعن طريقة إعدادها أوضح السيد ناصر أنه بالرغم من قلة مكوناتها وبساطة إعدادها إلا أنها تحتاج إلى أذرع قوية وخاصة عند إعدادها يدويا، إذ يستغرق صنعها ساعات طويلة تصل أحيانا إلى 4 ساعات للدفعة الواحدة. أما مكوناتها فلا تخلو من أي بيت عربي، فتعتمد الحلوى العمانية في إعدادها على السكر الطبيعي، الماء، النشا، سمن البقر وحرارة النار. وفي مرحلة أخرى يضاف إليها الهيل والزعفران ثم ماء الورد.

توضع جميع المكونات فوق «المرجل» وهو قدر النحاس الذي يُنصب فوق البساط، ثم تنطبخ جميع المكونات على الحطب. وفي السياق نفسه يذكر البهلاني، أن أكثر ما يميز الحلوى

استهوت الحلوى العمانية بكافة أنواعها ومذاقاتها وطريقة إعدادها المواطنين، الذين يحرصون على أن تكون أطباق الحلوى العمانية حاضرة في الموائد القطرية، كما تقوم العديد من العائلات بشراء الحلوى بعنوت متنوعة وبكميات كبيرة مهما غلى ثمنها. فما السر في إقبال زوار سوق واقف على حلوى العزبة؟

في موقع إقامة الخيمة، التقت المرسال بالسيد ناصر بن هلال البهلاني صاحب مشروع «حلوى العزبة» أثناء إعداده لأحد دفعات الحلوى العمانية أمام أعين زوار سوق واقف، متحدثا عن أصالة إعداد هذا الطبق قائلا: «تمثل حلوى العزبة الطبق العماني الأصيل بطابعه التقليدي القديم، وتعتبر الحلوى العمانية ضيافة أهل عمان، إذ لا تخلو البيوت من وجودها، ولا تكتمل فرحة المناسبات والأعياد إلا بها، ولا يُكرم الضيف إلا بتقديمها له».



مع اقتراب مواعيد الاختبارات

أولياء أمور يروون تجاربهم مع جشع المدرسين الخصوصيين

موزه المناعي



أعرب عدد من أولياء الأمور عن استيائهم من حالات الاستغلال التي يتعرضون إليها من قبل بعض المدرسين الخصوصيين خاصة في فترة الامتحانات أو ما قبلها، معبرين عن امتعاضهم مما سموه استغلالاً واضحاً لحاجة الطلاب وأولياء الأمور في فترة الامتحانات. وناشدوا الجهات المختصة متمثلة بوزارة التربية والتعليم والتعليم العالي إلى اتخاذ إجراءات فورية وفعالة لضمان حماية الطلاب وأولياء الأمور من هذا النوع من الاستغلال والعمل على مراقبة سلوكيات المدرسين الخصوصيين لضمان أن تتوافق ممارساتهم مع معايير الأخلاقيات المهنية. وتشديد القوانين وتطبيق العقوبات على المدرسين الذين يسعون للاستفادة من حاجة الطلاب وأولياء الأمور في هذه المناسبات.

استغلال الطلاب وأولياء الأمور خلال فترة الامتحانات يثير استياءً كبيراً



حمادة فؤاد علي

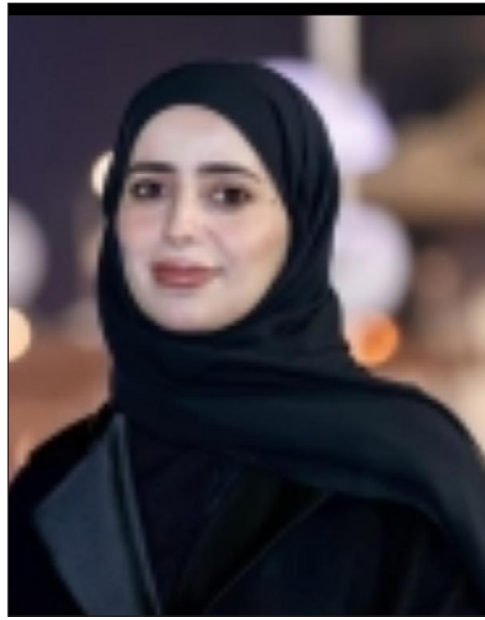
مرضية لولي أمر الطالب مما دفعه إلى التراجع عن هذا الخيار واللجوء إلى معلمين متخصصين لكن بأجور عالية

فرصة للاستغلال المادي

قالت إيمان الكواري إن بعض أولياء الأمور يلجؤون إلى الدروس الخصوصية عادة بسبب كمية الواجبات والدروس التي تعطى للطلاب والتي تكون عبئاً على أولياء الأمور ولهذا السبب يتم الاستعانة بالمدرسين الخصوصيين لسد حاجة الطالب في وقت محدد يكون فيه الطالب أكثر حاجة للمساعدة مع ضغط الامتحانات، وهناك من يلجأ إلى الدروس الخصوصية لرفع المستوى الأكاديمي للبناء حيث تم نقلهم من مدارس دولية إلى مدارس حكومية.

التحليل على مهنة التدريس

قال حمادة فؤاد علي مستشار قانوني، إن القانون القطري وضع أليات وضوابط لحظر التحايل على مهنة التدريس وإعطاء دروس خصوصية لطلاب المدارس والجامعات بدون ترخيص أو تسجيل لدى المراكز غير المعتمدة لدى الدولة، وحدد القانون عقوبة ممارسي الدروس الخصوصية بالسجن مدة لا تتجاوز 6 أشهر وغرامة مالية لا تقل عن 10 آلاف ريال. كما ويعتبر وضع الدعاية والإعلانات في المتاجر والإنترنت تحدياً واضحاً للقانون في ظل غياب الرقابة من وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي التي يجب أن يكون لها دور كبير في محاربة الدروس الخصوصية. ونرى نحن القانونيين أن ممارسة مهنة بدون ترخيص من جهة معتمدة يقع في إطار النصب. وأضاف أن قوانين وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي شددت على هذا الأمر كما ورد في لائحة موظفي المدارس في المادة 28 التي اعتبرت إعطاء الدروس الخصوصية من الأعمال المحظورة على المعلمين التي تستوجب الجزاءات التأديبية بحق مرتكبيها وفق ما ورد في اللائحة. ويجب أن يكون أولياء الأمور أكثر حرصاً على مصلحة أبنائهم، فهم كذلك شركاء في هذه الظاهرة بلجوتهم إلى مدرسين خصوصيين داخل المنازل مما يفقدتهم ميزة محاسبة مثل هؤلاء المدرسين لا سيما إذا كانوا لا يعملون لدى مدارس معروفة.



إيمان الكواري

وأولياء الأمور للدروس الخصوصية، حيث كانوا يفرضون أجوراً تتراوح ما بين 150 و200 ريال للساعة الواحدة، ودون اكترات لمستوى فهم الطلاب للمادة أو تقدمهم فيها. وناشد النعيمي وزارة التربية والتعليم والتعليم العالي إلى ضبط هذه المسألة لضمان حماية الطلاب وأولياء الأمور من هذا النوع من الاستغلال موضحاً أنه عاناً من هذا الاستغلال مع ثلاثة مدرسين تعامل معهم في فترات سابقة. ويروي النعيمي تجربة أخرى تعكس الصعوبات التي تواجه أولياء الأمور في اختيار المدرسين المناسبين خصوصاً مع فترة الاختبارات، حيث احتاج في سنة دراسية سابقة إلى مدرسين لمادتي الرياضيات واللغة الإنجليزية، وخلال بحثه التقى بمعلم يدرّس جميع المواد للصفوف الابتدائية. وبعد أن قطع المعلم شوطاً في التدريس لم تكن النتيجة



عبدالله النعيمي

معتبرة أن رفع رواتب المعلمين في القطاع الخاص قد يكون أحد الحلول المطروحة ضمن جهود تتكاتف من قبل كافة الأطراف لتتلاشى تدريجياً ظاهرة انتشار الدروس الخصوصية، ولن يكون هناك استغلال مادي لكافة الأسر.

استغلال المدرسين

أفاد عبد الله النعيمي، أحد أولياء أمور الطلاب، بواقعة تعكس طبيعة الاستغلال التي تعاني منها بعض الأسر، حيث تطرق النعيمي إلى تجربة اضطر فيها للجوء إلى الدروس الخصوصية لمساعدة ابنه على تجاوز صعوباته في بعض المواد الدراسية، إلا أنه واجه استغلالاً من قبل بعض المدرسين. وأضاف بأن بعض المدرسين كانوا يستغلون حاجة الطلاب



وفاء الصفار

دروس تقوية

قالت وفاء الصفار ولية أمر إن معظم المدارس توفر دروس تقوية بهدف تحسين أداء الطلبة ونتائج الاختبارات، إلا أن إصرار أولياء الأمور على الدروس الخصوصية هو ما يشجع ويدفع المدرسين لاستغلال الطلبة وأولياء الأمور. وأكدت الصفار أن هناك استغلالاً مادياً من قبل المعلمين لكنه مؤقت خلال فترة الامتحانات حيث تتفاوت الأسعار التي يتقاضاها المدرسون فمنهم من يأخذ 150 ريال للساعة الواحدة، في حين يصل سعر الساعة لدى البعض الآخر إلى 500 ريال.

وأضافت أن معظم رواتب المعلمين في القطاع الخاص منخفضة جداً ما يدفعهم للاعتماد على الدروس الخصوصية كمصدر دخل داعم،



في المناطق المنكوبة وأماكن الصراعات

قطر الخيرية تقدم مساعدات للمتضررين في موسم الشتاء



موزه المناعي

المؤسسات الخيرية في العالم وليست فقط في الوطن العربي، حيث تسعى بجهد لكي تحقق الأهداف الإنسانية السامية. وخلال فتره الشتاء، تزيد مؤسسه قطر الخيرية جهدها للعمل على مساعده المحتاجين واللاجئين والمتضررين حول العالم، كما تعمل لتوفير الطعام الدافئ والمأوى الآمن، وتوزيع احتياجات الدفء من البطانيات والملابس، وتوفير الرعاية الصحية اللازمة لكبار السن والأطفال، هذه بعض الأنشطة التي تعمل عليها مؤسسه قطر الخيرية في فصل الشتاء.

ساهمت مؤسسه قطر الخيرية في تقديم المساعدات إلى العديد من الفقراء والمحتاجين والمتضررين حول العالم من خلالهم كما أن هذا الجهد يحتاج إلى الكثير من العمل الجاد والعمل في جماعه للتأكد من وصول المساعدات للأشخاص الذين يحتاجونها. وتعتبر مؤسسه قطر الخيرية واحدة من أهم

موسم الشتاء. إلى جانب دعم المهارات الأكاديمية حيث توفر مؤسسه قطر الخيرية العديد من البرامج التعليمية المكثفة خلال موسم الشتاء للشباب والأطفال الذين تضرروا بتعطيل التعليم بسبب الحروب والأزمات. ومراعاة الدعم الاجتماعي حيث توفر المؤسسة خدمات للدعم الاجتماعي للأهالي المتضررين نفسياً بسبب الظروف المعيشية القاسية والصراعات والحروب التي قد تؤثر بشكل كبير على الصحة النفسية للإنسان، وتهتم بالكهرباء وتسهيل سبل العيش لهم وتوفير سبل التدفئة داخل المأوى والمسكن للمساعدة والتغلب على البرد القارس في تلك الفترة.

وتقدم مؤسسه قطر الخيرية العديد من الدورات التدريبية لمساعدة الأفراد في الحصول على العمل ومساعدته في زيادة الدخل المالي لهم. فمخططات وبرامج مؤسسه قطر الخيرية هي دفة وراحة وسلام على الأكثر ضعفاً، من خلال المساعدات والدعم التي توفرها المؤسسة من مختلف جوانب الحياة خلال فصل الشتاء. بهدف التقليل من العبء والمعاناة التي يعيشونها وزيادة فرص العيش بكرامة وراحة.

الغذائية واحتياجات الدفء والمعدات التي تجعل من المتضررين مهينين للعيش مع تلك الظروف. وتوفير مأوى دائم وجانب المأوى المؤقت، تعمل المؤسسة على بناء وتعديل مأوى دائم للمتضررين واللاجئين الذين يحتاجون إلى مأوى لفته طويله من الزمن، والمساعدة في تطوير البنية التحتية في المناطق التي يعيشون فيها أهالي الضحايا والنازحين واللاجئين وحتى المتضررين، لتوفير مصادر المياه النظيفة والعمل على تعديل الطرق وتوفير وسائل النقل لجعل العيشة أسهل لهم. وتقدم المؤسسة دعماً مباشراً للأهالي الذين يعانون من ضعف في الدخل المالي من خلال توفير المساعدات اللازمة لهم أو برامج فرص العمل.

كما تعمل المؤسسة على التأكد من حصول العديد من المحتاجين على المياه التي تكون نظيفة للشرب وللاستعمال الخاص، كما يقومون بتعليم اللاجئين والمحتاجين عن ضرورة وكيفية الحفاظ على الصحة وعدم إصابتهم بالأمراض. وتقوم المؤسسة بتوفير الأدوية لهم وللقاتحات اللازمة لضمان الصحة لمجموعات الأكثر ضعفاً خلال

لإبقائهم دافئين خلال الموسم. وتقديم الدعم النفسي حيث ان بعد الحروب قد يعاني الكثير من المتضررين واللاجئين من الضغوط النفسية نتيجة لمروهم في أوضاع سيئة. فتعلم المؤسسة على تقديم المساعدات اللازمة لتحسين من صحتهم النفسية. إلى جانب تعليم الأطفال حيث تقدم مؤسسه قطر الخيرية برامج تعليمية لأطفال أهالي النازحين والمتضررين، كما يتاح لهم فرصة الحصول على التعليم وتثقيفهم وتطوير مهاراتهم الأكاديمية والعلمية. ودعم المشاريع التي تعتبر اقتصادية حيث تساعد في تطوير تلك المشاريع وإنشاء مشاريع اقتصادية صغيرة لتحسين معيشتهم ولحسبهم المال في ظل تلك الظروف.

وتقوم أيضاً بتوزيع المساعدات الشتوية الإغاثة وتشمل هذه المساعدات الشتوية الإغاثة في فترات الكوارث والحوادث، من خلال إطلاق حملات وخطط عاجله وسريعة لمواجهة تلك الحوادث والكوارث ومساعدة الأهالي خلال فصل الشتاء، عبر توفير البيوت والمأوى للمتضررين منهم، والعلاج والموارد

من أهم البرامج والخطط التي تنفذها مؤسسه قطر الخيرية في فصل الشتاء توزيع الملابس والبطانيات فقد تكون الملابس التي توزع ضرورية والبطانيات سبب من أسباب التدفئة في فصل الشتاء. لذلك، تتأكد مؤسسه قطر الخيرية من توزيع الأمور اللازمة والأساسية للمحتاجين والمتضررين.

وتوفير الطعام حيث تقدم قطر الخيرية وجبات ساخنة وماكولات للمحتاجين والمتضررين للتأكد من عدم نقص الموارد الرئيسية لتدفئه اجسامهم خلال فصل الشتاء ويساعد ذلك في تلبية احتياجات الموارد الغذائية للفقراء والمتضررين.

تساعد مؤسسه قطر الخيرية والمحتاجين والمتضررين بالتأكد من الأزم في رعاية كبار السن خلال فتره الشتاء ومراعاة إعطائهم الأدوية المحتاجة والفحوصات اللازمة بشكل مجاني.

وتساعد مؤسسه قطر الخيرية الاسر وعائلتهم مادياً كما يتم إقامة الملاهي الدافئة لهم لتكون لهم عوناً في فصل الشتاء وخصوصاً المتضررين من الحرب والذين فقدوا بيوتهم بسبب الكوارث الطبيعية كما تساعد المؤسسة بتوزيع الوقود والمستلزمات اللازمة

دفع وسلام

حين يكون الدفء أمنياً، وراحة البال حلاً،
فلتكن قلوبنا دافئاً وأيدينا سلاماً لمن يحتاجوننا
هذا الشتاء في 18 دولة حول العالم.

تبرع الآن لنتقاسم الدفء	مواد غذائية 200 ر.ق	مستلزمات الشتاء والمأوى 300 ر.ق	مستلزمات تعليم 500 ر.ق	مستلزمات صحة 600 ر.ق
----------------------------	---------------------------	---------------------------------------	------------------------------	----------------------------

تبرع SMS أرسل winter = 92642 / 100 ر.ق = 92428 / 500 ر.ق

44667711

نقاط التحصيل

qch.qa/App

qcharity.org

مطرح الخيرية
QATAR CHARITY

مجمع الأندلس التعليمي

"تَعَلَّمْ عَصْرِيَّ مُلْهِمَ بَهْوِيَّةٍ وَطَنِيَّةٍ وَقِيَمَ إِسْلَامِيَّةٍ"



باب التسجيل
مفتوح الآن
للعام الدراسي

2025-2024

المزايا التي يقدمها المجمع لأبنائه الطلبة والطالبات:

- تعليم عصري بوسائل حديثة، وقيم إسلامية.
- حاصلون على الاعتماد الوطني.
- صرح تعليمي وبيئة تعليمية جاذبة لجميع المراحل (بنين وبنات).
- يضم المجمع مدارس من الروضة حتى المرحلة الثانوية.
- وسائل تعليمية مواكبة للنظم التعليمية الحديثة.
- نظم تربوية على أسس حديثة.
- أسطول (باصات) حافلات نقل آمن وحديث.
- قسائم تعليمية (كوبونات) للطلبة القطريين.
- كوادر تدريسية (معلمين ومعلمات) من ذوي الكفاءة العالية.

بإشراف وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

بإشراف وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

بإشراف وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

بإشراف وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

بإشراف وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

للحجز والاستعلام

هاتف: 44011222

الموقع: www.alandalus.qa

بريد: info@andalus.qa

استدعاء مركبة مجاني

وزارة التجارة والصناعة
Ministry of Commerce and Industry
دولة قطر - State of Qatar



مرسيدس سي كلاس، أي كلاس، جي أل سي، أس كلاس، اي كيو اي

سنة الصنع 2024 - 2023

احتمال أن يكون كمبيوتر مفتاح التشغيل غير مطابق لمطبات المصنع، مما يؤدي إلى إيقاف فتح الصندوق الخلفي عن طريق خاصية عدم استخدام اليدين وذلك بتحريك القدم تحت الصدام الخلفي



الخط



الإجراء



التواصل

التواصل مع الوكيل لإجراء الإصلاحات اللازمة مجاناً

ناصر بن خالد وأولاده للسيارات ذم م
هاتف: 44624444
mercedescars@nbks.com



للتواصل بشأن المواضيع الخاصة بحماية المستهلك يرجى الاتصال على الخط الساخن 16001

www.moc.gov.qa | 14601 | +974 66111400 | @mociqatar

يسري العرض من تاريخ 24/04/2024 وحتى 27/04/2024. الشراء بالجملة غير مسموح به. Promotion valid from 25.04.2024 to 27.04.2024. Bulk Purchase not allowed.

<p>QAR 9.50 QAR 6.25 دريسكولز بلو مغربية 120 غرام Driscoll's Blueberry Morocco (125gm) 1pkt</p>	<p>QAR 11.50 QAR 8.50 بفوق الخيلو جنوب افريقي 1 كيلو Plums Angelino South Africa 1kg</p>	<p>QAR 7.00 QAR 5.50 تفاح ريجال غالا صغير جنوب افريقي 1 كيلو Apple Baby Royal Gala South Africa 1kg</p>	<p>QAR 27.50 QAR 22.50 روبيان مغربية متوسطة عمالي 1 كيلو Farmed Prawns Medium Oman 1kg</p>	<p>QAR 59.75 QAR 46.75 سلمون متوسط كامل نورويجي 1 كيلو Salmon Medium Whole Norway 1kg (Approx 1-3kg)</p>
---	--	---	--	--

<p>QAR 42.75 QAR 28.50 قطع لحم بقري جنوب افريقي 1 كيلو Beef Cubes South Africa 1kg</p>	<p>QAR 19.00 QAR 15 عجاق حبة بيضاض اكليل Awafi White Cheese 1kg</p>	<p>QAR 10 وعاء سلطة يونانية 4-6 غرام Greek Fresh Salad Bowl 400gm</p>	<p>QAR 13.25 QAR 10 كافيه فوهوة ايطالية 3 في 1 16.5gm X 30pcs</p>
<p>QAR 36.00 QAR 20 بلفيتا بسكويت متوج 12 غرام / 24 قطعة Belvita Biscuits Asstd 62gm X 24pcs</p>	<p>QAR 21.00 QAR 10 كولجات هفتون اسنان 1-3 كل / 100 مل Colgate Toothpaste Extra Mint 100ml X 3pcs</p>	<p>QAR 39.75 QAR 30 كوسفورت منعم اقمشة مركز 1.5 لتر / 2 حبات Comfort Fabric Softener Concentrated 1.5Ltr X 2pcs</p>	<p>QAR 17.50 QAR 10 لوكس سائل غسل الصحون نوع 700 مل / حبات Lux Dishwash Asstd 750ml X 2pcs</p>

لوتو SHOP WIN

تسوق واربح
1 مليون ربح
1 MILLION
1 مليون ربح
1 MILLION

إشترى بمليف - 50/- ريال قطري واحصل على فرصة
للدخول للسحب الإلكتروني للفوز بجوائز تصل إلى
1 مليون ريال قطري بحد أقصى 1 مليون ريال فقط وانه
لتسجيل يرجى زيارة قسم خدمة العملاء أو عبر الموقع الإلكتروني
www.luluhypermarket.com

SHOP FOR QAR. 50/- GET AN E-RAFFLE COUPON TO WIN
WORTH QAR. 1 MILLION CASH PRIZES/
GIFT VOUCHERS & 1 MILLION LOYALTY POINTS

(For registering please visit customer service counter or luluhypermarket.com)
Promotion valid from 25.04.2024 to 27.04.2024. Draw Date: 28.04.2024. Lulu Hyper Market. © All Rights Reserved.

لقد / قسمك شرانكة	HAPPINESS
<p>100,000 - 1,000,000 ريال قطري: 100,000 نقطة</p> <p>100,000 - 1,000,000 ريال قطري: 100,000 نقطة</p> <p>100,000 - 1,000,000 ريال قطري: 100,000 نقطة</p> <p>100,000 - 1,000,000 ريال قطري: 100,000 نقطة</p> <p>100,000 - 1,000,000 ريال قطري: 100,000 نقطة</p>	<p>100,000 - 1,000,000 ريال قطري: 100,000 نقطة</p> <p>100,000 - 1,000,000 ريال قطري: 100,000 نقطة</p> <p>100,000 - 1,000,000 ريال قطري: 100,000 نقطة</p> <p>100,000 - 1,000,000 ريال قطري: 100,000 نقطة</p> <p>100,000 - 1,000,000 ريال قطري: 100,000 نقطة</p>

أطلقها مصرف قطر المركزي

بطاقة الخصم المباشر هميان حلول متطورة للدفع الإلكتروني

للمستخدمين تعبئة البطاقة كحد أقصى مبلغ 50,000 ريال قطري لكل معاملة و100,000 ريال قطري في اليوم. وللحصول على البطاقة يتطلب اللقطين احضار البطاقة الشخصية القطرية سارية المفعول وللمقيمين البطاقة الشخصية القطرية سارية المفعول وجواز السفر مع إقامة سارية المفعول اما بالنسبة للزوار الذين يريدون ان يستعملوا هذه البطاقة احضارهم لجواز السفر مع نسخة عن تأشيرة سارية المفعول. وتعتبر بطاقة هميان بانها بطاقة مدفوعة مسبقاً مع قابلية اعاده الشحن، يعني أنه يمكن لصاحبي البطاقة تعبئة أكبر عدد ممكن من النقود بعمله الريال القطري فقط ومن ثم يمكنهم استخدامها في جميع اجهزه الصرف داخل قطر للوصول إلى أموالك بسرعة واريحيه. وامان. وفي كل مرة يقوم فيها عميل بطاقة هميان بعملية شراء، يتم خصم هذا المبلغ تلقائياً من رصيد البطاقة. لذا يتوجب على العميل مواصلة التحقق من رصيده في البنك عن طريق الرسائل النصية التي تأتي تلقائياً مع كل عملية سحب نقدي، وتقدم البطاقة حد ائتمان مثل بطاقة الائتمان، مما يعني أنه لا يمكنه استخدام مبلغ أكثر مما أضيف على البطاقة ويمكن لحاملي البطاقات أيضاً الدفع مقابل السلع والخدمات لدى التجار محلياً فقط.



العربية، وهي تعد مشابهة لبطاقات السحب والدفع الإلكتروني التي تصدر من قبل البنوك العالمية، وتعد بطاقة هميان أكثر امان وبيد للنقد، حيث من الممكن ان يتم استعمال البطاقة في إجراءات الشراء والسحب النقدي والتوفير والشراء عبر

العالم وتستخدم احدث التقنيات وهذا يساعد في جعل العلامة التجارية القطرية اكثر تطور واكثر شعبية في دولتنا. وتعتبر بطاقة هميان بطاقة مادية يأتي مسماهها بمعنى كيس النقود المستعمل من قبل التجار في زمن الاول في الجزيرة

الانترنت وتوجد لبطاقات هميان خاصية تجميع النقاط للمستخدمين بعد عمل المشتريات النقدية والخصومات. ويمكن لعملاء البطاقة تعبئة البطاقة بكل سهولة من خلال خدمة الانترنت المصرفي والتطبيق الإلكتروني في الجوال، ويمكن

موزة المناعي

أطلق مصرف قطر المركزي بطاقة الخصم المباشر هميان حيث تعتبر إضافة نوعية في تقديم حلول متطورة للدفع الإلكتروني، وتوفر خيارات متنوعة لعملاء البنوك المحلية وعمليات شراء محلية آمنة عبر الإنترنت وسحوبات نقدية محلية من أجهزة الصراف الآلي الى جانب سهولة الوصول إلى أموالك من حسابك الجاري أو حساب التوفير وإشعار عبر الرسائل النصية القصيرة بعد كل معاملة وتعزيز الأمان من خلال تقنية الشريحة والرمز السري وهي بدون رسوم إصدار ورسوم سنوية ويبلغ رسوم استبدال البطاقة بمبلغ 50 ر.ق. ويمكن من خلالها إجراء عمليات شراء محلية مجانية من نقاط البيع وعمليات سحب محلية مجانية من أجهزة الصراف الآلي. كما تعد بطاقة هميان بطاقة وطنية بعلامته تجاربه قطريه والتي تعد الأولى من نوعها ، مملوكة لمصرف قطر المركزي، حيث تعتبر البطاقة نقطة تحول للتطوير المتواصل لأنظمة الدفع الرقمية وطرح منتجات جديدة تسهل الاستعمال للمستهلكين ، نظرا لزيادة عدد الذين يريدون استعمال خدمات التكنولوجيا المالية، نحتاج للتأكد من البطاقة التي تم صنعها تتبع افضل المعايير من جميع دول

أحدثت ثورة هائلة في القطاع المالي

قطر تبني منظومة قوية في مجال التكنولوجيا المالية



المالية وكيفية استخدامها. وكما ان لديهم العديد من الأفكار الجديدة التي يمكن ان تساعد الأشخاص والشركات في دولة قطر مثل استخدام العملات الرقمية الحديثة بدلا من العملات الورقية النقدية. وتعتبر التكنولوجيا المالية أداة شاملة لتحسين المعاملات المالية. باستخدام الفينتك، ويمكن للمستهلكين والشركات تسريع وتبسيط المعاملات المالية، دون الخوض في التعقيدات. ومع ذلك، تتضمن التكنولوجيا المالية أيضاً الذكاء الاصطناعي وتكنولوجيا البلوكشين المشفرة وأيضاً البيانات الضخمة، مما جعل عملية المعاملات أكثر أماناً وخصوصية في الدولة. وكما ان هناك معايير متنوعة يمكن من خلالها تصنيف تطبيقات التكنولوجيا المالية ومن أبرزها خدمات الدفع وتحويل الأموال وخدمات الإقراض و الائتمان و خدمات الاستثمار و إدارة الثروات و خدمات التامين إلى جانب البنوك الرقمية و الخدمات المعتمدة على تقنية سلسلة الكتل و خدمات توفير البيانات و التحليلات المالية و خدمات التكنولوجيا التنظيمية و خدمات مخصصة للشركات تساعد هذه الخدمات الشركات على إدارة شؤونها المالية بشكل أفضل و يشمل ذلك خدمات معالجة الدفع التي تسهل على الشركات قبول الدفعات عبر بطاقات الائتمان و الهواتف الجواله و الأجهزة اللوحه أو عبر الانترنت .

العديد من الدول الأخرى، كما تركز الخطة على اربع محاور رئيسيه : بان يتم انشاء أساس جديد للتكنولوجيا في مجال التمويل وبأن يتم دعم الأفكار الجديدة التي قد تساعد في سوق العمل ومساعدة الشركات على استخدام التكنولوجيا الحديثة وبأن تجعل دولة قطر دوله رائده في مجال التكنولوجيا المالية وكما انهم يعمل قمه الويب يريدون ان يوصلوا للعديد من الناس عن مدى اهميه التكنولوجيا

باستراتيجيه قطر للتكنولوجيا المالية 2030 وهم يحاولون بقدر المستطاع المساعدة في جعل القطاع المالي في دوه قطر اكثر تنوعاً وابتكاراً وقاموا بالفعل بدراسة كيفية يتم استخدام التكنولوجيا في التمويل حول العالم كما تطرقوا في النظر في نقاط قوة الدولة الاقتصادية وذلك لكي يستطيعون تحديد الأهداف التي ستساعد في استعمال المواطنين لطرق تكون سهله لاستعمال التكنولوجيا لأموالهم في دولة قطر وفي



موزة المناعي

أحدثت التكنولوجيا المالية ثورة هائلة في القطاع المالي وكما بدا ذلك واضحاً في العقدين الأخيرين خاصة مع ظهور الانترنت وانتشار الهواتف الذكية، ولكن القطاع المالي كان ولا زال من أكثر القطاعات التي اعتمدت على التكنولوجيا في تطوير خدماتها. وتهدف دولة قطر الى بناء نظم كبيره قادرة على ان تنافس عالمياً في



لتشغيل 19 ناقلة غاز طبيعي

قطر للطاقة توقع اتفاقيات للتأجير مع 4 شركات دولية

عالية الاسمر

وقعت شركة « قطر للطاقة » اتفاقيات تأجير مع أربع شركات دولية لتشغيل 19 ناقلة غاز طبيعي لمدة طويلة الأمد، وذلك في إطار برنامج قطر للطاقة التاريخي لتوسعة اسطول الغاز الطبيعي المسال، من ضمن الجزء الثاني من العملية الدولية التنافسية التي أدارتها « قطر للطاقة » لاختيار مالكي السفن الأجر، وجاءت عملية الاختيار لأصحاب السفن ومالكها في نهاية مناقصة عالمية، دقيقة، ومفصلة، وهو ما يعكس التزام شركة - قطر للطاقة - بتوسيع اسطول الناقلات للغاز الطبيعي المسال بالشراكة مع أفضل مالكي السفن في العالم. وبموجب الاتفاق ستقوم كل من شركتي « سي إم إي إس » وشركة « شاندونغ » الصينية بتشغيل ست ناقلات، بينما ستقوم شركة « مابليزيا الدولية للشحن » بتشغيل ثلاث ناقلات، يتم بناؤها في احواض تابعة لشركة - سامسونج - للصناعات الثقيلة، أما عن الناقلات الأربع المتبقية فسيتم تشغيلها من قبل شركتي - هيونداي غلوفيس - الكورية، وشركة - كاواساكي كيسن كايشا -



ت طويلة الأمد لتشغيل أربع ناقلات غاز طبيعي مسال لف شركتي كاواساكي كيسن كايشا وهيونداي غلوفيس من أجل تنفيذ Long-Term Charter Party Agreements for and a joint venture of Masaka Kisen Kaisha, L. قطر، 2024

اليابانية، وسيتم بناء الناقلات الأربع المتبقية في الأحواض الخاصة لشركة - هانوا أوشن - في كوريا الجنوبية. وتم التوقيع من قبل سعادة السيد -

وقال سعادة السيد - سعد بن شريده الكعبي - «إن الاتفاقيات التي تم توقيعها اليوم تمثل علامة بارزة في برنامج قطر للطاقة التاريخي لبناء السفن»، وأضاف أن إجمالي عدد الناقلات وصل إلى 104 ناقلة للغاز، وهو أكبر برنامج في تاريخ الصناعة لبناء وتأجير الناقلات. كما أضاف « أن هذه السفن ستدعم طاقتنا الإنتاجية للغاز الطبيعي المسال في مشاريع التوسعة التي تقام في حقل الشمال في قطر، ومشروع - غولدن باس - في أمريكا وتابع سعادة السيد حديثه وقال: نحن سعيديون بتعاوننا مع هذه الشركات العالمية، وعلى ثقة من أن هذه الاتفاقيات ستساهم في تعزيز قدراتنا في نقل الغاز الطبيعي المسال بأحدث وأجود معايير السلامة والبيئة والجدير بالذكر أن سعة سفن الغاز الطبيعي التسعة عشرة التي تم تغطيتها في الاتفاقية، تبلغ 174 ألف متر مكعب لكل منها، وسيتم تجهيز السفن بأحدث التقنيات لنسج الغاز الطبيعي المسال، وهو ما يفسر الجهود الحثيثة لقطر للطاقة لتحقيق الكفاءة الأعلى في تقليل انبعاثات الكربون واستهلاك الوقود.

لقطر للطاقة في العاصمة - الدوحة - وحضره نخبة من كبار المسؤولين من شركتي قطر للطاقة للغاز المسال، وقطر للطاقة.

سعد بن شريده الكعبي - وزير الدولة لشؤون الطاقة والرئيس التنفيذي لقطر للطاقة على الاتفاقيات الأربع، خلال احتفال أقيم في المقر الرئيسي

لضبط الأسعار في منافذ البيع

وزارة التجارة والصناعة تكثف حملاتها التفتيشية

موزه المناعي

كثفت وزارة التجارة والصناعة حملاتها التفتيشية خلال شهر رمضان المبارك ودعت كافة التجار والمؤسسات الاستهلاكية الى ضرورة الالتزام بالأسعار وأكدت الوزارة بأنها ستقوم باتخاذ الإجراءات اللازمة في أي بلاغ بخصوص الغش التجاري، وإنها مستعدة لاستقبال أي شكوى أو أي اقتراح من خلال منصات التواصل الاجتماعي الخاصة بالوزارة.

قامت وزارة الاقتصاد والتجارة، بحملات تفتيشية مسبقة على الأسواق المركزية، بالتزامن مع مبادرة دعم أسعار الأغنام بمناسبة شهر رمضان المبارك والتي تستمر حتى نهاية شهر رمضان الفضيل، وذلك للتأكد من توفر الكميات اللازمة من الأغنام الحية، والتأكد من التزام الأسواق بالأسعار والأوزان والشروط، هذا وتؤكد الوزارة أيضاً أن المتاجر توفر الكميات اللازمة للمواطنين من السلع الاستهلاكية والغذائية لاستقبال شهر رمضان المبارك.

وكانت الوزارة قد أعلنت بأنها ستبذل قصار جهدها للتأكد من عدم وجود أي غش تجاري أو خداع في أسعار المواد الاستهلاكية، كما أكدت على تعميم قائمه الأسعار على جميع



كما أضافت بأنها على تنسيق مسبق مع المراكز التجارية ومنافذ البيع لمراعاة العبء الذي يحمله كل مواطن مع قدوم الشهر الفضيل من ناحية الاستهلاك. وقدمت وزارة التجارة والصناعة والتجارة بعض النصائح للمستهلكين، وذكرت بأنه وضع خطة مسبقة لأنفاق الأموال تعد خطوه مهمه في التوفير، وأن الابتعاد عن التسوق في أوقات الصيام قد يكون مهم للتوفير لأن التسوق في أوقات الصيام قد يدفع المشتري الى شراء ما فوق الحاجة، كما دعت الى التحقق من الأسعار قبل وبعد التخفيضات والعروض والحذر من الغش التجاري، كما أكدت على أهمية التحقق من تاريخ انتهاء الصلاحية لكل منتج قبل شرائه ومراعاة حفظ النعمة وعدم الاستهلاك بعمل العديد من الأصناف دون الحاجة. هذا وقد بدأت الوزارة خلال الأسابيع الماضية حملات تفتيشية مكثفة ومفاجئة على الأسواق ومحلات بيع الخضروات والفواكه ومحلات الأقمشة وأسواق الذهب في أرجاء الدوحة. كما قامت بعمل حملات تفتيشية مفاجئة على العديد من المحلات وللتأكد من مراعاة المحلات التجارية القوانين واتباع قائمه أسعار السلع الاستهلاكية التي تشمل العديد من السلع، مع التأكد مسبقاً من وصول التعميم ونشر القوانين في مكان واضح، وإلزام المحلات بمراعاة الأسعار وتخفيضها لتناسب المستهلكين.

تشجع الإنتاج المحلي كما أنها تعمل مع شركه ودام الغذائية على توفير فرص شراء اللحوم المحلية بسعر أفضل واقل كما أنها اتفقت على توفير ما يقارب 30 ألف رأس ليتم بيعها بأسعار تناسب المواطنين ويكون التوزيع (خروفين للمواطن الواحد).

وذكرت الوزارة، أن هذه المبادرات تأتي من حرصها على توفير الإحتياجات اللازمة لكل مواطن ومقيم من السلع بأسعار مناسبة للجميع، حيث يزداد إنفاق المواطنين في شهر رمضان المبارك على السلع الغذائية واحتياجات المنزل المهمة للمستهلك،

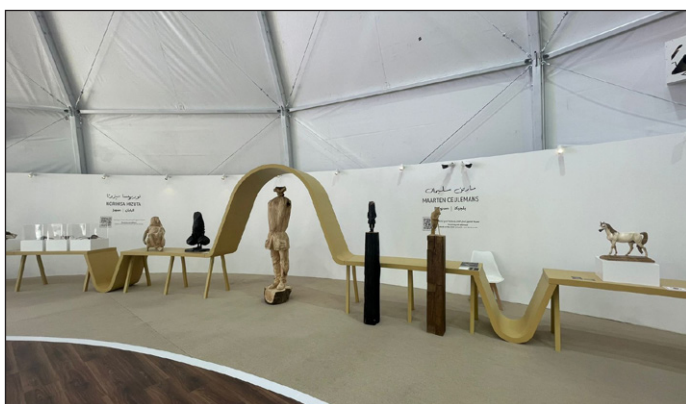


بالشراكة مع شركة الديار القطرية

سوق واقف يفتتح معرض تدوير 2024



من بعض أعمال المعرض (تصوير: عالية الاسمر)



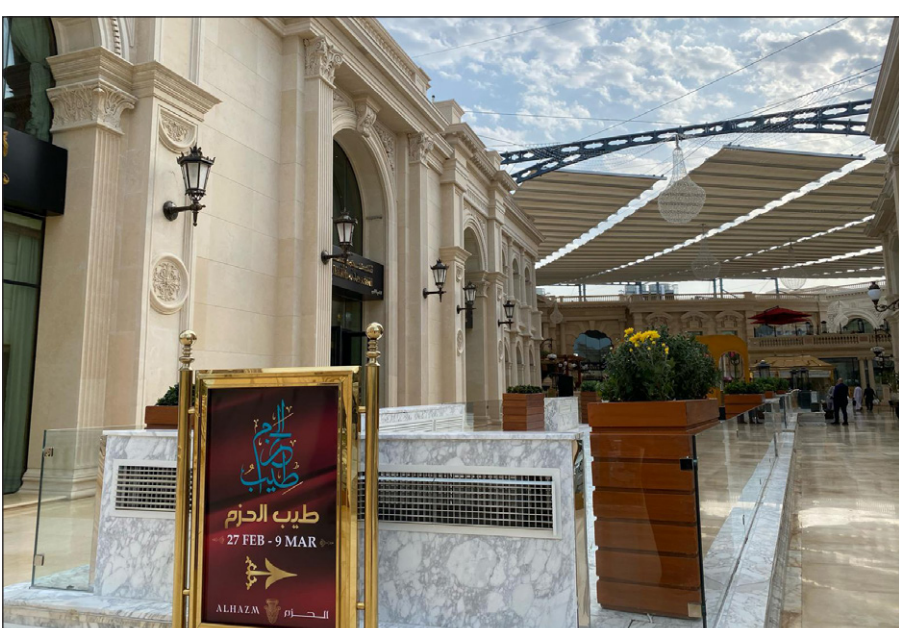
المعرض: « إن معرض فن التدوير الدولي يركز على ثلاثة عناصر مهمة وهي الحديد والورق والخشب » ويأتي شكل التنظيم من خلال تنظيم العناصر وتوزيعها على خيام عبارة عن قباب مقسمة إلى 3 أجزاء، كل جزء معرض فيها عنصرا محددا. كما أكدت أن الجهود المبذولة في هذا المعرض تأتي تحقيقاً لرؤية دولة قطر في مجال الاستدامة، من خلال الاستخدام الأمثل للموارد واستدامتها للأجيال اللاحقة. ويأتي افتتاح معرض « تدوير » في إطار اليوم العالمي لإعادة التدوير، لتشجيع الناس على إعادة النظر لما يتخلصوا منه، ورؤيته بطريقة

مختلفة، وزيادة الوعي بخصوص أهمية التخلص السليم من النفايات وإعادة تدويرها بما يخدم أهداف الحفاظ على البيئة لتجنب التغيرات المناخية وحماية البيئة. والجدير بالذكر أن معرض فن التدوير الدولي 2024 يسعى لترسيخ فكر الترشيح، وإعادة التدوير، وإعادة الاستخدام، من أجل تحقيق مستقبل مستدام، ويأتي الفن التشكيلي لابرز التقدم والتطور في المجتمعات ومحفزاً للفكر والابداع والابتكار في العديد من المجالات، ويحتفل باليوم العالمي لإعادة التدوير في يوم 18 مارس من كل عام.

عالية الاسمر نظمت لجنة الاحتفالات بالمكتب الهندسي بالتعاون مع بنك QNB معرض فن التدوير الدولي خلال الفترة ما بين 18 فبراير إلى 29 فبراير في الساحة الغربية لسوق واقف، بمشاركة 30 فنانا من 17 دولة مختلفة من انحاء العالم، يعرضون 230 عملاً مختلفاً، وهي الاحتفالات التي تأتي استكمالاً واستمراراً للنجاح الذي حققه معرض «فن السكراب» الذي تم تنظيمه عام 2019. وقالت السيدة روضة المنصوري، مديرة مركز سوق واقف للفنون، عن

السيد جاسم العمادي نائب الرئيس التنفيذي: الأسعار تتيح للزوار اقتناء الجديد والحصري من العطور والبخور

افتتاح معرض طيب الحزم للعطور 27 فبراير



جاسم العمادي نائب الرئيس التنفيذي وقال: « لقد حرصنا في الدورة الحالية للمعرض على أن تكون هناك تنافسية في الأسعار من خلال التنسيق مع المشاركين والعارضين، وأن تكون هناك أسعار مناسبة تتيح لجميع الزوار اقتناء الجديد والحصري من العطور والبخور مع الحرص على وجود منتجات حصرية في كافة أجنحة المعرض. » وشهد حفل افتتاح النسخة الثامنة للمعرض عدداً كبيراً من الزوار منهم الصحفيين والمشاهير وسائل التواصل الاجتماعي وأصحاب المشاريع، ويتكون المعرض من 3 أجنحة كبيرة ويضم كل جناح من 20 إلى 40 محلاً لكافة أنواع العطور

الجازي السليطي كشف مجمع الحزم اليوم عن إقامته لمعرض (طيب الحزم) للعطور في نسخته الثامنة في هذا العام خلال الفترة المنعددة من تاريخ 27 فبراير إلى غاية 9 مارس، والذي يعتبر الحدث الأفخم في الشرق الأوسط باعتبارها من أبرز وأهم المعارض العالمية للعطور، في رحلة مميزة تجمع بين الرقي والتميز. ويوفر المعرض فرصاً للتجار والعارضين لإبراز منتجاتهم ومشاريعهم من عطور وبخور ودهن العود بالإضافة إلى تعزيز فرص المنافسة بين شركات العطور العالمية والمحلية. وافتتح معرض طيب الحزم السيد

والبخور من جميع الدول. ويمكن للزوار من خلال هذا العدد الكبير من المحلات لتلبية جميع الأذواق. ويضم افتتاح معرض طيب الحزم عدداً من الفعاليات الفريدة من نوعها، منها تجربة بعض من العطور الجديدة وتقديم بالمجان للزوار، وتغليف مجموعة من العطور كهدايا توزيعات على زوار المعرض بالإضافة إلى أكثر من 4 محلات تخصص عند مدخل المعرض للقهوة والحلويات لتلبي جميع الأذواق كنوع من الضيافة للزوار. وكان المعرض مزيجاً بين العطور وفن صناعة العطور على يد أشهر المصممين في عالم العود والعطور من جميع أنحاء الخليج والعالم العربي.



قطر للسياحة تفتتح مهرجان نور لأول مرة في ميدان السعد

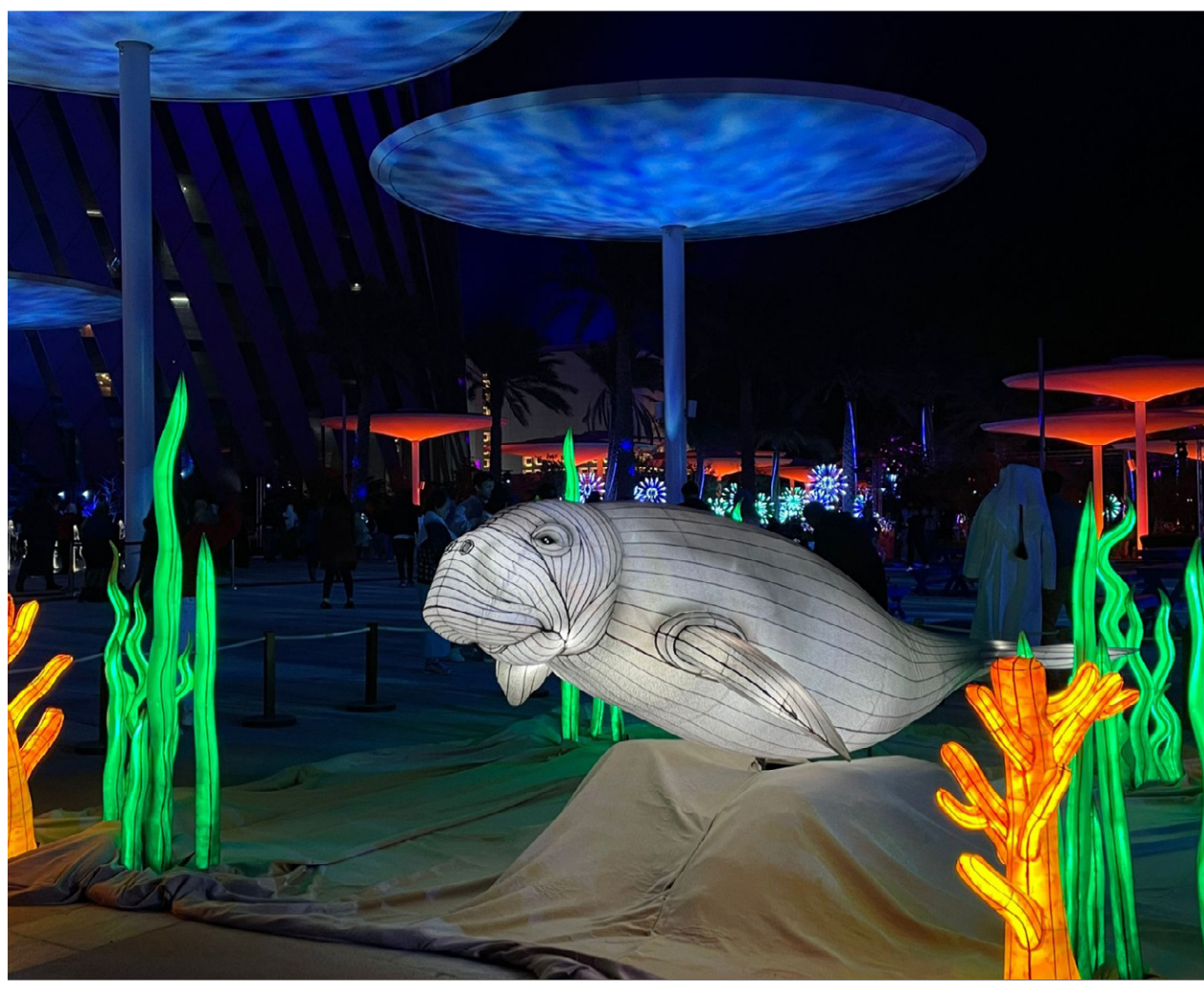
عالية الاسمر

الماضي مع حداثة الحاضر، وتقصدها شعوب الدول لاكتشاف المعالم السياحية في مجالاتها المختلفة من ترفيه، وثقافة، ورياضة، وتحتوي قطر للسياحة مسؤولية وضع الاستراتيجيات الوطنية لقطاع الضيافة والسياحة، ومتابعة تنفيذها ومراجعتها بشكل دوري، بحيث تعمل على تعزيز تنوع العروض السياحية في البلاد، وتدعيم زيادة الإنفاق السياحي.

وقالت مريم المسلماني من إدارة العلاقات العامة والاتصال في قطر للسياحة عن المهرجان: يأتي المهرجان ضمن رزمة الفعاليات التي تستضيفها دولة قطر، تماشياً مع الجهود المبذولة لتحفيز القطاع السياحي الداخلي، واستقطاب المزيد من الزوار من مختلف دول العالم. ويعد افتتاح مهرجان «نور» خير دليل على التزام الدولة بتعزيز ودعم الأفكار، وتشجيع الابتكار لتعزيز التجربة التي يتلاقها الزوار، وتواصل دولة قطر جهودها بالتعاون مع القطاعات والشركاء المختلفين لتعزيز وتطوير ودعم القطاع السياحي

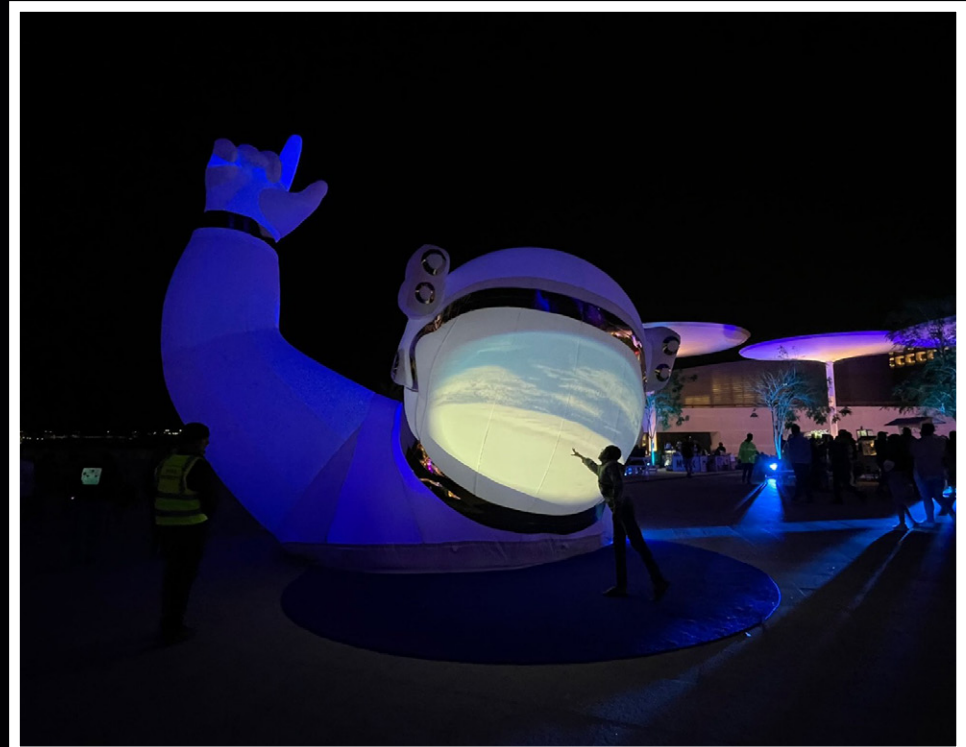
نظمت قطر للسياحة بالتعاون مع شركة الديار القطرية مهرجان نور في ميدان السعد (في درب اللوسيل) وهو أول مهرجان للأضواء يقام في البلد وتأتي فعالياته لتقديم تجربة بصرية ممتعة وفريدة من خلال عدد من العروض المسرحية، والبصرية والتفاعلية، من تقديم أشهر الفرق العالمية، ويستمر ليوم 2 مارس 2024.

وتأتي العروض المسرحية والفنية مستوحاة من الثقافات المختلفة ومن مظاهر الحياة العصرية، مصاحبة لبعض العروض الموسيقية التي يؤديها فنانون المنطقة والعالم، ومن أشهر الفرق العالمية التي يستضيفها المهرجان هم: بوجي ووجي - وكانديلا، ويحظى زوار المعرض بإمكانية للتفاعل مع الفعاليات المختلفة، والاستمتاع بتجربة فريدة من نوعها مع المهرجان وتتمثل مهمة قطر للسياحة في تدعيم وترسيخ مكانة دولة قطر على خارطة السياحة العالمية كوجهة تمتاز فيها اصالة



(تصوير: عالية الاسمر)

لقطة من الفعاليات



قطر تشارك في الحوار الاستراتيجي المشترك بين مجلس التعاون ودول آسيا الوسطى



"MARKAZIY OSIYO - KO'RFAZ ARAB DAVLATLARI HAMKORLIK KENGASHI" STRATEGIK MULOQOTI TASHQI ISHLAR VAZIRLARINING IKKINCHI UCHRASHUVI
2024-yil 15-aprel, Toshkent shahri

THE SECOND FOREIGN MINISTERIAL MEETING OF THE CENTRAL ASIA - THE GULF COOPERATION COUNCIL STRATEGIC DIALOGUE
April 15, 2024, Tashkent

الاجتماع الوزاري الثاني للحوار الاستراتيجي بين دول مجلس التعاون ودول آسيا الوسطى
١٥ أبريل ٢٠٢٤م، طشقند

رئيس الوزراء: رغبة صادقة في تعزيز التعاون بين مجلس التعاون ودول آسيا الوسطى

عالية الاسمر
انضمت دولة قطر أمس إلى الاجتماع الوزاري المشترك للحوار الاستراتيجي بين دول آسيا الوسطى ومجلس التعاون لدول الخليج، المنعقد في طشقند - بجمهورية أوزبكستان، وترأس معالي الشيخ - محمد بن عبد الرحمن بن جاسم آل ثاني - رئيس مجلس الوزراء وفد دولة قطر.
وقال معاليه خلال الجلسة الافتتاحية إن اجتماع اليوم يجسد الرغبة الصادقة لتعزيز العلاقات، ويهدف لتسليط الضوء على الأولويات المشتركة، وتحقيق الاستفادة من إمكانات ونقاط القوة لكل من دول مجلس التعاون ودول آسيا الوسطى، من خلال توسيع نطاق التعاون القائم، وترسيخ دورنا

والتنسيق المستمر بين مختلف دول المنطقة لضمان الاستقرار والسلم الإقليمي، وأكد على الالتزام المشترك بخفض أي تصعيد قد يزعزع سلم واستقرار المنطقة.
كما قال معاليه أن التحديات المشتركة في مختلف المجالات الاقتصادية، السياسية، التجارية، الزراعية، والصناعية، تحتم على الجميع إكمال العمل الجماعي ومواصلة وضع حلول وإجراءات عملية مبتكرة، لافتاً إلى أنه هذا ما تم إقراره خلال الاجتماع الوزاري المشترك الأول. وأوضح معاليه على أن دول آسيا الوسطى ودول مجلس التعاون تسعى لتحقيق أهداف هذه القمة، من أجل تعزيز الترابط بينها في جميع مجالات التعاون، ووضع التصورات والمقترحات ودراساتها في مجالات التنسيق

كشركاء نجاح لدول ومناطق أخرى. وأضاف «نتطلع خلال المرحلة المقبلة للبحث في تفاصيل مشروع معاهدة الصداقة والترابط الإقليمي والتعاون بين دول آسيا الوسطى ودول مجلس التعاون الخليجي» كما أكد أن المجلس الوزاري لمجلس التعاون الخليجي يولي أهمية كبرى للحوار الاستراتيجي مع دول آسيا الوسطى، وإكمال خطط التعاون معها وأشار معاليه على أن الاجتماع الوزاري الذي يعقد اليوم يأتي في ظل طرح العديد من التحديات العالمية التي تؤثر على دولنا، والتي من الممكن لدولنا أن تساهم في الوقوف والتصدي لها، وتأتي التحديات من مختلف المجالات: كالتغير المناخي، أزمة أمن الغذاء، والتهديد الإرهابي.. وغيرها ونوه كذلك إلى أن التصعيد الذي شهدته المنطقة في الأيام الماضية يبين بوضوح ضرورة التواصل

عالية الاسمر
انضمت دولة قطر أمس إلى الاجتماع الوزاري المشترك للحوار الاستراتيجي بين دول آسيا الوسطى ومجلس التعاون لدول الخليج، المنعقد في طشقند - بجمهورية أوزبكستان، وترأس معالي الشيخ - محمد بن عبد الرحمن بن جاسم آل ثاني - رئيس مجلس الوزراء وفد دولة قطر.
وقال معاليه خلال الجلسة الافتتاحية إن اجتماع اليوم يجسد الرغبة الصادقة لتعزيز العلاقات، ويهدف لتسليط الضوء على الأولويات المشتركة، وتحقيق الاستفادة من إمكانات ونقاط القوة لكل من دول مجلس التعاون ودول آسيا الوسطى، من خلال توسيع نطاق التعاون القائم، وترسيخ دورنا

قطر وتركيا تشاركان في لم شمل الجرحى الفلسطينيين في الدوحة

موزه المناعي



جمعت دولتي قطر وتركيا في العاصمة الدوحة لم شمل الجرحى الفلسطينيين الذين تم إجلاؤهم من غزة بعد إصابتهم بالعديد من الإصابات خلال العدوان الإسرائيلي المستمر على قطاع غزة. وقالت حكومة دولة قطر بأن بعض الجرحى تستمر حالتهم في التحسن مع استمراره علاجهم في تركيا، بينما يتلقى أهاليهم الذين تم جلبهم إلى قطر لتلقي العلاج اللازم في المستشفيات القطرية، تقر الحكومة القطرية على أهمية لم الشمل للأسر في دولة قطر لاستكمال رحلتهم العلاجية في دولة قطر، موضحة أن أمير دولة قطر الشيخ تميم بن حمد آل ثاني يريد أن يساعد 1500 شخص أصيبوا خلال العدوان الإسرائيلي على غزة. وكان السفير التركي وممثلا عن وزاره الخارجية القطرية في استقبال المصابين والجرحى الفلسطينيين عند وصولهم إلى مطار حمد الدولي. ووجه وزير دولة قطر شكره لتركيا على مسانقتها ومساعدتها في لم شمل الجرحى والمصابين والعمل على تحقيق لم الشمل بينهم. وعبر السفير التركي كوكسو عن امتنانه وسعادته بكون بعض المتضررين من غزة تمكنوا من رؤية أهاليهم في قطر. كما شكر السفير التركي جهود دولة قطر، وذكر بأن دولة قطر لم تنس الأمور السيئة التي تحصل في غزة. وتخوض إسرائيل حرب مع غزة منذ تاريخ 7 أكتوبر / تشرين الأول، مما أدى إلى أصابه العديد من الأشخاص والقتلى من أطفال، وكبار، ونساء، ورجال. وتسبب العدوان الإسرائيلي في مقتل أكثر من 31 ألف شهيد وإصابة حوالي 74 ألف، كما تسببت هذه الحرب أيضا في أضرار جسيمة وبلغه للمباني والبيوت، وجعل الحياة في غزة صعبة على أهاليها من عدم توفر المياه، والأغذية، وانعدام الأمن، والأمان.

رفقة مجموعة من طالبات جامعة قطر

وزير الشؤون الخارجية الإسباني يزور متحف الفن الإسلامي



زينب مديح

الطالبات لتعلم الإسبانية. كما قامت الطالبات بإعطاء مقترحات لتحسين العملية التعليمية وتعزيز الجسور الثقافية بين قطر وإسبانيا من خلال اقتراح تقديم برامج خاصة وتوفير فرص التبادل الطلابي بين الدولتين.

ومن جانبه قال السيد خافيير سانثيز ميساس، محاضر اللغة الإسبانية بجامعة قطر «تمثل هذه الجلسة التي جمعت بين سعادة وزير الشؤون الخارجية والاتحاد الأوروبي والتعاون الإسباني السيد خوسيه مانويل الباريس وطالبات جامعة قطر فرصة استثنائية، إذ تسنى لهنّ مناقشة الصعوبات التي يواجهنها خلال تعلم اللغة الإسبانية، إضافة إلى إبداء آرائهنّ وأفكارهنّ حول عملية التبادل الثقافي بين دولة قطر وإسبانيا وكيفية التحسين منها».

وجاءت هذه الزيارة ضمن جولته إلى ثلاث دول خليجية هي قطر، المملكة العربية السعودية، ودولة الإمارات المتحدة، وذلك بهدف مناقشة الأوضاع التي تشهدها المنطقة العربية، وتكثيف الجهود لتحقيق السلام في منطقة الشرق الأوسط، كما ناقش في زيارته بعضاً من الشؤون الاقتصادية والتجارية بين المملكة الإسبانية والدول العربية.

قام وزير الشؤون الخارجية والاتحاد الأوروبي والتعاون الإسباني سعادة السيد خوسيه مانويل الباريس بزيارة إلى متحف الفن الإسلامي بالعاصمة الدوحة، يوم 6 من شهر فبراير الماضي، رفقة عدد من طالبات جامعة قطر ومدرسي اللغة الإسبانية في الدولة.

وعبر سعادته عن إعجابه الشديد بالتطور الذي تشهده دولة قطر على جميع الأصعدة قائلاً «إن كل شيء هنا فاق تصوري، وأنا منبهر حقاً بقدرة قطر على تحقيق هذا التقدم الملحوظ خلال فترات وجيزة وفي مجالات متعددة، فقد مررت ببعض المباني التي لم أرها خلال زيارتي الأخيرة لقطر، وفوجئت بتصميمها الفريد والمتقن».

وزار سعادة السيد الباريس القسم المتعلق بالفن الإسباني، الذي يحتوي على عدد من المخطوطات والكتب التي تسوي تاريخ مملكة إسبانيا وإسهامات العرب في إثراء تراث المملكة. وفي جلسة مع مجموعة من طالبات جامعة قطر، اللاتي يدرسن اللغة الإسبانية، ناقش سعادة الوزير بعض الأمور الأكاديمية عن العملية التعليمية التي تخوضها

لولوة الخاطر... تألق في الإعلام وإشعاع في دبلوماسية الكلمة

زينب مديح



التجريبية والعلوم وتنمية المجتمع، كما عملت مديرة للتخطيط والجودة في الهيئة العامة للسياحة، لتتضمن لاحقاً إلى وزارة الخارجية بمنصب وزير مفوض. وبقدر رئيس مجلس الوزراء ووزير الداخلية رقم 20 لسنة 2019، عُينت سعادتها عضواً في مجلس إدارة المدينة الإعلامية، كما تشغل السيدة لولوة الخاطر منصب المدير التنفيذي لمتنّدى الدوحة، ونائب رئيس مجلس إدارة صندوق قطر للتنمية. في السابع من نوفمبر 2017، وبمقتضى القرار رقم 42 لنفس السنة، عيّنت سعادة نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الخارجية سعادة السيدة لولوة الخاطر في منصب المتحدث الرسمي لوزارة الخارجية لتكون بذلك أول سيدة تتولى هذا المنصب في دولة قطر. كما عينت مساعداً لوزير الخارجية بمقتضى القرار رقم 56 لسنة 2019 من قبل صاحب السمو أمير البلاد المفدى، وفي سنة 2023 أصدر حضرة صاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني الأمر الأميري رقم 4 بتعيين سعادتها بوزارة الخارجية ووزيراً للدولة للتعاون الدولي.

إلى جانب مهامها الرسمية، تعد السيدة لولوة الخاطر عضواً بمجلس الإدارة لمعهد الدراسات الفلسطينية، وعضواً بمجلس أمناء جامعة جورجتاون وكلية الدراسات الإسلامية في جامعة حمد بن خليفة، وعضواً

سيدة تعد نفسها من نتاج فترة الإصلاحات في قطر وخاصة التعليمية منها. و كان لتلك الفترة الدور الأكبر في رسم مسيرتها العلمية، لما عرفته من تشجيع كبير للبعثات العلمية وبرامج التبادل العلمي بين قطر وعدة دول، ما ساهم في صنع شخصية بارزة، تجد نفسها على أهبة الاستعداد للدفاع عن وطنها والنهوض به لتجاوز الأزمات التي تكاد تعصف بأمنه واستقراره، إنها لولوة الخاطر، أول متحدثة رسمية باسم وزارة الخارجية القطرية.

حصلت سعادة السيدة لولوة الخاطر على ماجستير العلوم من جامعة إمبريال كوليدج لندن، الذي أهلها لاحقاً لبدء مسيرتها المهنية في مجال الغاز والنفط، إلا أنه لم يشبع ميلها الداخلي للأدب واهتماماتها الواسعة بالقضايا السياسية، إلى أن قررت الالتحاق بجامعة حمد بن خليفة والحصول على ماجستير السياسات العامة في الإسلام، إضافة إلى ترشيحها لنيل درجة الدكتوراه في الدراسات الشرقية من جامعة أكسفورد البريطانية.

شغلت سعادة السيدة لولوة الخاطر العديد من المناصب من أبرزها إدارة المشاريع البحثية في مؤسسة قطر

بدء العدوان الإسرائيلي على القطاع في السابع من أكتوبر الماضي لإيصال المساعدات القطرية والإشراف على عملية إدخالها. شاركت معالي لولوة الخاطر في العديد من المؤتمرات والندوات العلمية، ونشرت العديد من الدراسات من أبرزها «مخرجات التعليم واحتياجات سوق العمل: دراسة حول مشكلات سوق العمل في دول مجلس التعاون وسبل التعامل معها» الذي نشر عن طريق الأمانة العامة لمجلس التعاون الخليجي، كما شاركت في تأليف كتاب «صنع السياسات العامة في الدول التي تمر بتحويلات: دولة قطر أنموذجاً» والذي نشر بدوره من قبل دار النشر

بمجلس أمناء متاحف قطر، وباحثاً مشاركاً في متنّدى أكسفورد لدراسات الخليج والجزيرة العربية، إضافة إلى تجربة التدريس التي خاضتها سعادتها كمحاضر في معهد الدوحة للدراسات العليا، وعن هذه التجربة قالت في لقاء خاص مع مبادرة «نساء قطر»، «اعتبرها من أروع التجارب بالنسبة لي لأنني كنت أحصد ردة فعل مباشرة. كذلك، فإن الطلبة ليسوا مجبرين على التواصل معي بعدها ولكن كونهم يتواصلون معي أكبر دليل على وجود علاقة جيدة بيننا وهو شعورٌ مكافئٌ جداً». وخلال تجربتها الدبلوماسية، فرضت السيدة لولوة الخاطر مكانتها من خلال خطاباتها التي ألقتها، وتصريحاتها الصحفية التي أكدت فيها موقف بلادها من العديد من القضايا الإقليمية والدولية. وقد برزت الخاطر في أول كلمة لها سنة 2017 متحدثة فيها بالأدلة والبراهين عن الحصار وتبعاته السلبية وعن موقف دولة قطر من تلك الأزمة التي فرضت عليها من قبل الدول المجاورة. كما أثبتت سعادتها للعالم سابقة بلادها في مد يد العون للدول العربية الشقيقة في الشدة والرخاء، إذ كانت ضمن الوفد الدبلوماسي القطري الذي يعد أول وفد عربي وغير عربي يقوم بزيارة إلى قطاع غزة مساء يوم الأحد، السادس والعشرين، من نوفمبر الماضي، منذ

البريطانية «بالجريف ماكميلان»، وتسلط الخاطر الضوء في أبحاثها على قضايا الإسلام والحداثة في عصر النهضة العربية. وبعيدا عن الحياة الجادة، تحرص السيدة لولوة الخاطر في تصريحاتها وحواراتها دائما على تشجيع المرأة القطرية إلى المزيد من الجهد والعطاء في جميع المجالات، وترى بأن قطر هي الدولة الوحيدة التي لا تزال متماسكة بمبادئها. وفي الوقت ذاته تتمتع برؤية وسطية للعالم، وهو ما يطرح للنساء القطريات الكثير من الفرص التي يجب عليهن استغلالها خاصة أننا نشهد العديد من القطريات في مناصب إدارية في مختلف المجالات.

أطلقت مبادرة لعلاج المصابين في الدوحة

قطر موقفها ثابت تجاه القضية الفلسطينية

موزه المناعي



تعرض قطاع غزة لهجوم شرس من قبل الاحتلال الإسرائيلي وذلك على خلفية الهجمات التي شنتها حركة المقاومة الفلسطينية حماس نتيجة التوتر بين الجانبين والاستفزازات التي يتعرض لها أهالي غزة والإعتداءات المتكررة التي ترتكبها إسرائيل بحق الشعب لفلسطيني وفي 7 أكتوبر قامت حركة حماس بشن هجوم غير مسبوق راح نتج عنه عدد من القتلى والجرحى.. ومن هنا بدأت إسرائيل بقصف قطاع غزة واستمر الهجوم إلى يومنا الحالي وقد قتلت آلاف من الأبرياء وشردت الأطفال ومنعت دخول الغذاء والدواء على أهالي القطاع. وتسيطر إسرائيل على المجال الجوي فوق غزة وشريطها الساحلي، وتفرض قيوداً على البضائع المسموح لها بالدخول والخروج عبر معابرها الحدودية. وبالمثل، تسيطر مصر على ما يدخل ويخرج عبر حدودها مع غزة، لأسباب أمنية. وأعلنت الحكومة الإسرائيلية عن فرض «حصار كامل» على غزة يشمل منع، وصول الغذاء، والماء، والوقود.

ومن هذا المنطلق أعربت قطر عن أدنتها الشديدة للأحداث التي يتعرض لها قطاع غزة كما استنكرت العدوان الإسرائيلي على القطاع واستهداف المدنيين وقد حملت قطر على عاتقها القضية الفلسطينية في كافة المحافل والمؤتمرات الدولية حيث كان موقفها ثابت وقد نادت بحق الشعب الفلسطيني إمام العالم اجمع وأيضا ساهمت قطر في إدخال المساعدات إلى المنكوبين وكان لها حراك سياسي موسع على كافة الأصعدة والمجالات. وقامت بتقديم المساعدات الطبية للجرحى وقامت بإدخال عدد كبير من المرضى إلى مؤسسة حمد الطبية لتلقي العلاج اللازم. كما أدانت دولة قطر مصادقة الاحتلال الإسرائيلي على بناء نحو 3500 وحدة استيطانية جديدة في الضفة الغربية المحتلة، وقالت إن الأمر يمثل اعتداء سافرا على حقوق الشعب الفلسطيني. وأكدت أن المصادقة على الوحدات الاستيطانية تلك تمثل انتهاكا صارخا للقانون الدولي وقرارات الشرعية الدولية، لا سيما قرار مجلس الأمن الدولي رقم 2334. وشددت قطر على أن الخطط الاستيطانية، ومحاولات تهويد أجزاء واسعة من الضفة الغربية، ومن بينها القدس، تشكل تهديدا خطيرا للجهود الدولية الرامية إلى تطبيق حل الدولتين، كما تعوق

كما أجلت قطر 89 فلسطينيا من حملة الإقامة القطرية من قطاع غزة، عن طريق مدينة العريش، بواسطة طائرة تابعة للقوات المسلحة القطرية، بالتنسيق مع الحكومة المصرية. وكانت وزيرة الدولة للتعاون الدولي بوزارة الخارجية القطرية سعادة السيدة لولوة الخاطر قد زارت قطاع غزة في 26 نوفمبر/تشرين الثاني الماضي ضمن وفد دبلوماسي قطري، للإشراف على عملية إدخال وإيصال حزمة مساعدات قطرية إضافية للشعب الفلسطيني. وكانت هذه أول زيارة لمسئول عربي رفيع إلى القطاع منذ بدء العدوان الإسرائيلي في السابع من أكتوبر/تشرين الأول الماضي.

الفلسطينيين بقطاع غزة، تمهيدا لعلاجهم في الدوحة، ضمن مبادرة حضرة صاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني أمير البلاد المفدى، لعلاج 1500 فلسطيني من القطاع. وتأتي هذه المبادرة استمرارا لدعم دولة قطر الثابت وجهودها المستمرة للتخفيف عن الشعب الفلسطيني الشقيق في قطاع غزة، بالتعاون مع مختلف الشركاء الإقليميين والدوليين، في ظل الظروف الإنسانية الصعبة التي يشهدها القطاع حاليا. والجدير بالذكر أن هذه المبادرة تأتي في إطار دعم دولة قطر الثابت للشعب الفلسطيني الشقيق، لا سيما في ظل الظروف الإنسانية الصعبة التي يتعرض لها حاليا.

استنخاف العملية السلمية على أساس القرارات الدولية ومبادرة السلام العربية. ودعت قطر المجتمع الدولي إلى تحمل مسؤولياته القانونية والأخلاقية بإلزام إسرائيل باحترام قرارات الشرعية الدولية، وحماية الفلسطينيين، وإنهاء احتلال كافة الأراضي العربية، ووقف السياسات الاستيطانية، ورفع الحصار الجائر عن قطاع غزة، وحل مشكلة اللاجئين بشكل عادل ووفق قرارات الأمم المتحدة.

علاج الجرحى

وصلت إلى الدوحة طائرة تابعة للقوات المسلحة القطرية تحمل الدفعة الخامسة عشرة من الجرحى

قطر تدين مصادرة الاحتلال الصهيوني للأراضي الفلسطينية في الضفة الغربية



عالية الاسمر

وشددت الوزارة على أن الخطط الاستيطانية والمحاولات المستمرة لتهويد مناطق واسعة من الضفة الغربية بما فيها - القدس - تشكل تهديدا للجهود المستمرة والهادفة لحل الدولتين وتعطل مبادرة السلام العربية. ودعت الخارجية المجتمع الدولي للالتزام والاضطلاع بمسؤولياته، من خلال اتخاذ الاجراءات اللازمة لتنفيذ قرارات مجلس الأمن، ووقف سياسة الاحتلال الاستيطانية في الأراضي المحتلة.

الدولي مسؤوليته الأخلاقية والقانونية لتوفير الحماية اللازمة للشعب الفلسطيني» وخاصة أن توسيع المستوطنات يعني تهجير السكان من محلهم، مما يرقى إلى جريمة حرب بحسب القانون الدولي. وجددت دولة قطر موقفها الثابت والداعم للقضية الفلسطينية، المستند لقرارات شرعية دولية بما يضمن إقامة دولة فلسطينية عاصمتها القدس الشرقية.

وترحيل الشعب الفلسطيني قسراً من أراضيه وسلب حقوقه. وشددت الخارجية القطرية في بيانها يوم الأربعاء، رفض دولة قطر التام على التعدي على حقوق الفلسطينيين، محذرة من أن الاحتلال يعمل على فرض القوة وازدراء القانون الدولي والقانون الإنساني الدولي والقضاء على فرض السلام في ظل استمراره بالعدوان على قطاع غزة، كما طالبت الخارجية القطرية بـ"تحمل المجتمع

أدانست دولة قطر إعلان سلطات الاحتلال الصهيوني عن قرار مصادرة 8 آلاف دونم من منطقة الأغوار بالضفة الغربية - شرقي الأراضي الفلسطينية المحتلة - لإقامة وحدات استيطانية جديدة، واعتبرته امتدادا لسياسة الكيان الإسرائيلي المنهج لتوسيع المستوطنات

فلسطين: بين الأمل والألم



وما يحز في نفس المواطن الفلسطيني أن المواقف التي رآها من الغرب، كجنوب إفريقيا مثلاً وتبنيهم لقضية في محكمة العدل الدولية في - لاهاي - ضد الكيان الصهيوني كانت أقوى بكثير من أي رد لدولة عربية - مسلمة تجاه العدوان الحاصل في قطاع غزة، حيث اكتفت الدول العربية - الإسلامية بتنظيم مظاهرات تناشد «بوقف الحرب على غزة» - ومناشدة إسرائيل لوقف الحرب، بينما في الطرف الآخر وفي بلدان يختلف أصحابها دينياً، وعرقياً، ولغوياً عن المواطن الفلسطيني إلا أنها أعدت عدتها للضغط على الكيان الصهيوني وإجراجه سياسياً وقانونياً وعلى الصعيد الدولي، وهنا نذكر موقف - إسبن بارث إيدي - وزير الخارجية للنرويج - الذي أدلى بتصريحات قاسية ضد الكيان الإسرائيلي، والوحيد الذي لم يدع لإطلاق سراح الأسرى في غزة وقال: «إن الدول الأوروبية تفقد مصداقيتها عندما لا تدين إسرائيل كما أدانت من قبل الحكومة الروسية وما سنته من حرب على أوكرانيا». بالإضافة إلى أن النرويج دعمت جنوب إفريقيا في قضيتها التي رفعتها على إسرائيل في محكمة العدل الدولية. حيث قال - وزير الخارجية النرويجي - إن إسرائيل قد لا تكون اقترفت إبادة جماعية ولكنها ترتكب جرائم ضد الإنسانية وجرائم حرب تجاه الشعب الفلسطيني.

وعلى الجهة الأخرى، نرى كيفية مساندة المستوطنين لحكومتهم في هذه الحرب، حيث يمكن مشاهدة مجموعة - تساف 9 - التي منعت دخول الشاحنات الإغاثية من معبر - كرم أبو سالم - لقطاع غزة لإدخال المساعدات للفلسطينيين، على عكس ما يقوم به أهالي الأسرى من مطالبة لوقف الحرب من أجل عودة أبنائهم الأسرى للمنزل، والمطالبة بعزل نتنياهو بسبب قراراته في هذه الحرب.

وما يحز في قلب كل مسلم هو السؤال بمتى تنتهي هذه الحرب؟ ومتى سيقف حكام العرب في وجه بيدق المدفعية - الكيان الصهيوني - وأين العرب من هذا الموقف وأين الحكومات التي بإمكانها وعبر كنزها الحقيقي - النفط والغاز الطبيعي - من إيقاف هذه الحرب القائمة، والضغط على الكيان الصهيوني من أجل وقف الحرب أو على الأقل إدخال المساعدات الإنسانية؟ وما الذي يجري خلف الكواليس ومن الممسك بقبضة إنهاء الحرب؟ فعند مشاهدة الوضع الراهن هناك، نرى أنه يرثى له من الناحية الإنسانية فأبسط حقوق الإنسان لم تُعط للمواطن هناك ولم تلتفت إليه مؤسسات حقوق الإنسان.

وفي النهاية يقولون «أن الكبار يموتون والصغار ينسون» ولكن لم يعلموا أن الصغار لم ولن ينسوا ما عايشوه وشاهدوه منذ بداية الحرب فهذه المشاهد وهذه الأحداث لا يمكن نسيانها وحتى إن مضى الزمن.

الفلسطينية العالم كله أمام مرآى بداية « المعركة الكبرى » لإنهاء الاحتلال الصهيوني، ودعا « محمد الضيف » - قائد الأركان في كتائب عز الدين القسام - الفلسطينيين في الضفة الغربية وأراضي المحتلة للإنضمام لهذه الحرب بكل ما يملكون من خلال الاحتجاجات، والاعتصامات، أو من خلال أسلحتهم النارية والبيضاء، كما دعا الشعوب الإسلامية والعربية لدعمهم من خلال الاعتصامات والمظاهرات وكل أشكال الضغط الشعبي، بعد أن خذله رؤساء العرب.

وقد أقيمت بالفعل محاولات من خلال جهود قطرية وأخرى مصرية لفض النزاعات والتوصل لحل ينهي الحرب القائمة في قطاع غزة لإنهاء الكارثة البشرية التي تحدث هناك، ولكن يبدو أن الموقف العربي تجاه هذه القضية في تراجع، إذ بات أضعف من ذي قبل، ولا يتخطى إلا مرحلة « رفع العتب » بالرغم من أن كل ما يحدث خلف الستار يؤكد لنا أننا أمام مرحلة مفصلية للمنطقة برمتها، وأمام مرحلة مفصلية في تاريخ الصراع الفلسطيني - الإسرائيلي، وهنا يستوجب السؤال: ليست الحرب القائمة في غزة خير دليل على انهيار منظومة باكملها تسمى الأمة العربية؟

عالية الاسمر

إن ما يحدث الآن في قطاع غزة أمر لا يكاد أن تصدقه العيون وتسمعه الأذان، بل حتى وإن كُتب في كتب التاريخ قد يصعب أن يصدقه أي بشري. فما شاهدناه نحن العرب في هذه الحرب وفي حضرة السكوت لما يحدث من مجازر، ودماء، وحبس بشري ملقاة على قوارع الطرق تنهشها الحيوانات الضالة لم نستطع أن نحرك ساكناً لها، ولم نستطع بلداناً أن نتقف في صف الدفاع وتحرك جيوشها من أجل الدفاع عن حق مواطني تلك البلاد، وما يحدث الآن هو أخطر من أن يمر بلا تعليق!

إن المقاوم الفلسطيني الذي ترك منزله وعائلته ليدافع عن حق معيشتة وشبهته وسائل الإعلام الغربية بالإرهابي، وهو الذي يناضل وينادي بحق المعيشة في بلده المسلوب منذ أكثر من 74 عام. وما تعرضه لنا شاشات التلفاز بدءاً من عملية طوفان الأقصى وحتى الآن من عمليات إطلاق صواريخ من قبل المحتل والرد عليها من جهة المقاومين لا يقاس بما يحدث ويشعر به الفلسطيني هناك. في بداية عملية طوفان الأقصى وضعت المقاومة

◀ ما تعرضه لنا شاشات التلفاز بدءاً من عملية طوفان الأقصى وحتى الآن لا يقاس بما يحدث ويشعر به الفلسطيني

◀ ما يحز في قلب كل مسلم هو السؤال متى ستنتهي هذه الحرب؟



وزارة العدل والأمانة العامة لمجلس الوزراء يحتفلان باليوم الرياضي لدولة قطر



زينب مديح

إلى بعض الآلات الثابتة لممارسة التمارين الخفيفة». وشهدت الفعالية عددا من الأنشطة والمسابقات الرياضية المشتركة، استجابة للقرار الأميري رقم 80 لسنة 2011، الذي ينص على اعتماد يوم الثلاثاء للألعاب الرياضية من كل عام عطلة رسمية للقطاعات العام والخاص احتفالاً باليوم الرياضي للدولة. وذلك بهدف غرس ثقافة الرياضة، ونشر الوعي حول أهميتها والحث على المحافظة عليها وجعلها أسلوب حياة وسلوك يومي دائم.

وتنوعت فعاليات اليوم الرياضي، لتشمل ركنا صحيا يقوم فيه خبراء متخصصون في المجال الصحي والغذائي بأخذ القياسات الحيوية، وتقديم النصائح للمشاركين في الفعالية. إضافة إلى إقامة تمارين الإحماء الصباحية، ومباراة كرة قدم ودية، جمعت بين كوادر وزارة العدل والأمانة العامة لمجلس الوزراء في أجواء حماسية تظهر فيها مشاعر الترابط والروح الرياضية بين الفريقين.

بأهمية الرياضة وممارستها، بل يستهدف كلا من الجانب الاجتماعي والنفسي للفرد، من خلال الأنشطة التي تعمل على تعزيز العلاقات بين أفراد الأسرة والمجتمع. دون إغفال متابعة الصحة البدنية أثناء ممارسة الرياضة.

وأضاف سعادته أن هذه النسخة مميزة عن سابقتها، إذ اجتمعت فرحة اليوم الرياضي باحتفال البلاد بفوز العنابي للمرة الثانية على التوالي بكأس آسيا 2023، بعد تغلبه على منتخب الأردن الليلة السابقة. وهو ما زاد القلب فرحة ونشاطا للممارسة الرياضة خلال هذا اليوم السعيد.

أما عن مجهودات الدولة في توفير الأماكن المناسبة لتسهيل عملية ممارسة الرياضة، فقال سعادته: «لقد وفّرت دولة قطر جميع السبل لنجاح اليوم الرياضي، إذ تنتشر المرافق الرياضية في جميع أنحاء المدينة وحتى خارجها. لتصبح بذلك أحد سمات المكونات المعمارية للدولة، فنلاحظ وجود الممرات المخصصة للمشاة، ولركاب الدراجات الهوائية، إضافة

احتفلت كل من وزارة العدل والأمانة العامة لمجلس الوزراء، صباح يوم 13 من فبراير، بفعالية اليوم الرياضي لدولة قطر، التي تم تنظيمها بمقر جامعة الدوحة للعلوم والتكنولوجيا، وبحضور سعادة السيد ابراهيم بن علي المهدي وزير العدل ووزير الدولة لشؤون مجلس الوزراء، والسيد خميس محمد الكواري، وكيل الوزارة المساعد لشؤون الخدمات المشتركة، وعدد من كبار المسؤولين والقيادات، والموظفين المنتسبين للوزارة.

وبهذه المناسبة، أكد سعادته السيد ابراهيم بن علي المهدي وزير العدل ووزير الدولة لشؤون مجلس الوزراء أهمية هذه المبادرة السنوية التي تعكس الرؤية الاستراتيجية الحكيمة حضرة صاحب السمو الشيخ تميم بن حمد آل ثاني، أمير البلاد المفدى، حفظه الله، وما لها من دلالات ومعان عميقة. وأضاف سعادته أن اليوم الرياضي لا يأتي فقط للتوعية

المركز القطري للصحافة ينظم بطولة الصحافة الرمضانية لكرة القدم السادسة للمرة الأولى

زينب مديح

انطلقت بطولة الصحافة الرمضانية لكرة القدم السادسة نهاية الأسبوع الأول من شهر رمضان المبارك، الموافق للسابع عشر من مارس الحالي، والتي أقيمت بصالة النادي العربي الرياضي تحت إشراف المركز القطري للصحافة للمرة الأولى.

وشارك في هذه النسخة من البطولة العديد من الجهات الإخبارية والإعلامية، المتمثلة في المؤسسة القطرية للإعلام، وكالة الأنباء القطرية، وبعض الصحف المحلية كالشرق، العرب والراية، إضافة إلى قنوات الكاس وقناة الريان وشبكة قنوات بي إن سبورتس الرياضية.

وعبّر سعادة السيد سعد بن محمد الرميحي رئيس مجلس إدارة المركز القطري للصحافة عن سعادته بالإشراف على تنظيم المسابقة قائلا: «تعتبر هذه المرة الأولى التي يقوم فيها المركز بتنظيم بطولة الصحافة الرمضانية لكرة القدم السادسة، التي تعد أحد أهم وأشهر بطولات الشهر الفضيل، كما أننا نسعى لاستمرارها وتطويرها وزيادة أعداد الفرق والجهات المشاركة فيها».

وأكد سعادته أن أهمية هذه البطولة تكمن في تعزيز دور الرياضة في حياة العاملين بالقطاع الإعلامي، فضلا عن تكثيف دور المركز في التشجيع على إقامة مختلف أنواع الأنشطة الرياضية



والاجتماعية التي تساهم في توطيد العلاقة بين الصحفيين والإعلاميين. كما نوه إلى أن المركز سيقوم برعاية وتوفير جميع متطلبات المنافسة من ملابس وأدوات وجوائز مالية وكؤوس وميداليات للفريق الفائزة.

ومن جانبه، أشار السيد علي حسين أشكناني مدير البطولة، أن إشراف المركز القطري للصحافة على إقامة هذه البطولة، يمثل ضمنا قويا للمحافظة على استمراريتها وتحقيق نجاحها، لافتا إلى أن المسابقة حافظت على تتابع إقامتها سنويا منذ انطلاقتها للمرة الأولى سنة 2012، إذ شارك على مدار السنوات السابقة مجموعة من

المؤسسات الإعلامية الناطقة باللغتين العربية والإنجليزية، إضافة إلى القسم الإعلامي لكل من اللجنة الأولمبية، ووزارة الثقافة، والاتحاد القطري لكرة القدم وتم تقسيم الفرق إلى مجموعتين، فجمعت المجموعة الأولى كلا من حامل اللقب قناة الريان، والمؤسسة القطرية للإعلام، إضافة إلى فريق شبكة قنوات بي إن سبورتس وجريدة العرب. بينما تضمن الفريق الثاني كلا من جريدة الراية والشرق، ووكالة الأنباء القطرية وقنوات الكاس. وكما جرت العادة، فقد انطلقت المباريات يوميا قبل الإفطار، فوق أرضية كل من النادي العربي والنادي الأهلي الرياضي.



الكاليسثنكس.. رياضة تحدي اللياقة البدنية



مدرّب اللياقة البدنية ورياضة الكاليسثنكس 'جعفر مراد' (تصوير: زينب مديح)

زينب مديح

الكاليسثنكس رياضة لاقت شعبية واسعة خلال الخمس سنوات الأخيرة، وكان لفترة الكورونا الفضل الأكبر في انتشارها حول العالم. وتعد الكاليسثنكس أحد أنواع التمارين التي تعتمد على استخدام وزن الجسم والجاذبية من أجل تحدي مستوى اللياقة البدنية للجسم، ومن أجل الوصول إلى أعلى مستويات التحكم بالجسم في وضعيات مختلفة. ويرجع أصل تسمية هذه الرياضة إلى الجمع بين كلمتين يونانيتين هما (كالوس ستينوس) أي الجمال والقوة أو القوة الجمالية، ومن هنا فقد ظهر لهذه الرياضة أسماء عديدة من أبرزها الرياضة التجميلية، رياضة الشوارع، أو التمارين الحرة. وتجمع رياضة الكاليسثنكس بين حركات الجيمباز وتمارين المقاومة، مع استخدام أقل قدر ممكن من الأجهزة والمعدات، وهو ما يجعلها أحد أقل الرياضات كلفة والتي لا تستوجب تمارينها الاشتراك في النوادي الرياضية، بل يمكن أدائها في الأماكن المفتوحة كالشوارع، الحدائق، وحتى في المنزل

رياضة تناسب الجميع

وبفضل مرونة رياضة الكاليسثنكس وسهولة

ممارستها فإنها تعد من الرياضات المشتركة بين الرجال والنساء لما لها من فوائد متنوعة، وفي حديث خاص للمرسل مع الأستاذ جعفر مراد مدرّب اللياقة البدنية ورياضة الكاليسثنكس بأحد تناسب جميع الأعمار، وذلك لأنها رياضة تدريبية تحتوي على المستويات المبتدئة والبسيطة وصولاً إلى المتقدمة والمعقدة، فمثلاً يمكن البدء بممارسة تمارين التوازن والوقوف ثم المشي على اليدين ومن ثم الوقوف على يد واحدة أو ممارسة تمارين الضغط، أو حتى البدء بالعلق على قضيب معدني. فالكاليسثنكس لا تستوجب أي خلفية رياضية، ويمكن بداها من الصفر حتى إتقانها. ثم إن أبرز ما يميز هذه الرياضة أنها وسيلة مناسبة للتخلص من الوزن الزائد مع الحفاظ على الشكل الصحي للجسم، إضافة إلى أنها تمنع انغلاق وتقصر العضلات كما نراه مع العديد من رافعي الأثقال وممارسي رياضة كمال الأجسام، ويستطيع كل من الرجال والنساء من ممارستها.

متعة غير محدودة

وبالرغم من بساطة الكاليسثنكس إلا أنها تحمل العديد من المتعة والتحدي أو كما يعتبرها مؤدوها،

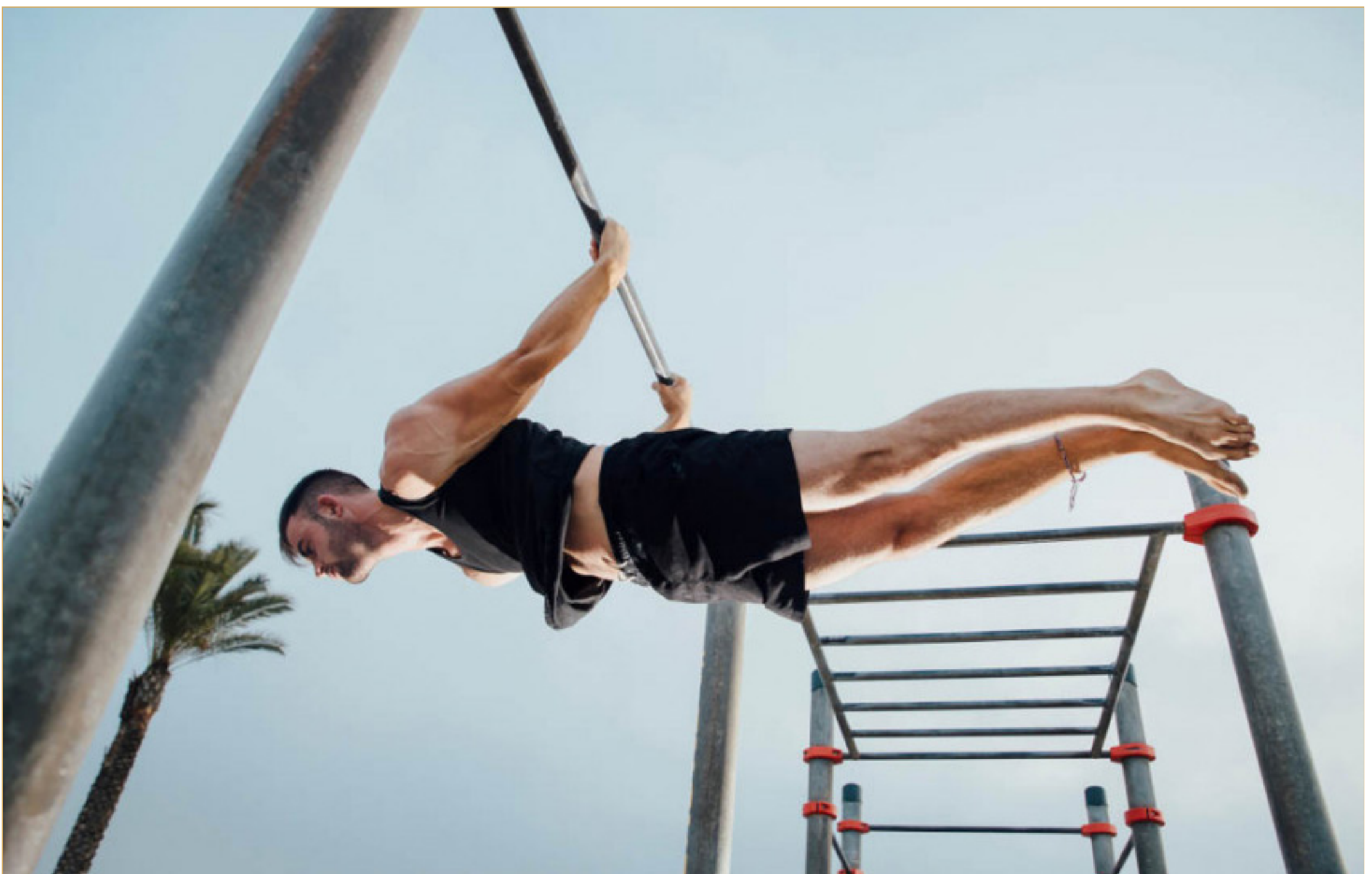
خاصة أنها من الرياضات السهلة ذات النتائج الفعالة، غير أنها تحتاج كغيرها من الرياضات إلى الالتزام والمواصلة، فالكاليسثنكس يعتمد على تكرار الحركات حتى إتقانها ومن ثم الانتقال إلى أجمل مافي هذه الرياضة الشعور بانعدام الجاذبية والقدرة على التحليق»، إذ يصل المتدرب إلى مستوى عال من التوازن والتحكم في جسمه وثباته خاصة عند أداء تمارين العقلة وتمرين الانتقال من البلاك إلى رفع الأقدام عكس اتجاه الجاذبية. كما يساهم تنوع التمارين في زيادة المتعة، إذ تنقسم الكاليسثنكس إلى تمارين باستخدام الأثقال، وتمارين بدون استخدام أي أدوات، أو يمكن التركيز على استهداف عضلات معينة وتقويتها، أو حتى الاعتماد على الأسلوب الحر فيرتجل اللاعب في أدائه، ونجد من أشهر تمارين الكاليسثنكس تمارين الضغط والبلايك، تمارين العقلة، القرفصاء، القفز فوق الأجسام المرتفعة، تعليق الجسم في الهواء...

فوائد ممارسة الكاليسثنكس

تستهدف رياضة الكاليسثنكس زيادة قوة العضلات ورفع القدرة على التحمل وهو ما جعل الجيش الأمريكي يدرجها ضمن التمارين الأساسية

لتحسين اللياقة البدنية أثناء التدريب القتالي، إذ تساعد تمارين الكاليسثنكس على تنشيط أنسجة العضلات وتجديدها مما يؤدي إلى اكتساب الياف عضلية جديدة، وهو ما يعني أن الجسم يصبح أكثر قوة، إضافة إلى أهمية التكرار والالتزام في هذه الرياضة الذي يؤدي إلى زيادة مقاومة الجسم وقدرة تحمله خاصة أثناء تمارين الضغط وغيرها. كما تعمل رياضة الكاليسثنكس على تحسين مرونة الجسم من خلال التمارين التي تساعد على تمديد العضلات. ومن الجدير بالذكر أن هذه الرياضة لا تقتصر على المنافع البدنية فحسب بل تعمل على تحسين جودة التركيز وتخفيف التوتر، كما أنها تساعد على تنشيط العقل وتقوية علاقته بالبدن. فضلاً عن أنها تساعد على حرق الدهون والحفاظة على الجسم الصحي.

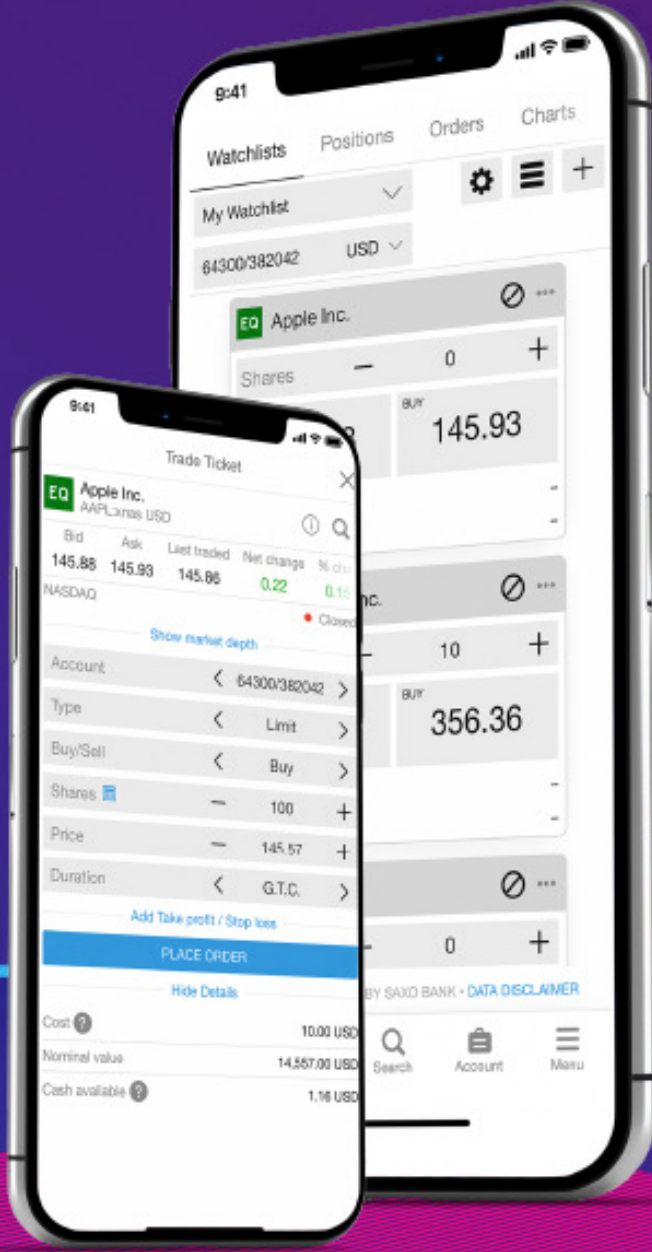
تعتبر رياضة الكاليسثنكس واحدة من الرياضات الحديثة التي لاقت اهتماماً واسعاً في الفترة الأخيرة، إذ تم فتح العديد من النوادي الخاصة بتعليم هذه الرياضة لما لها من الفوائد البدنية المتعددة، إضافة إلى دورها في تحسين وتطوير الجانب النفسي والعقلي، وهي من الرياضات سهلة التعلم إذ يمكن المواظبة عليها منزلياً لتكون بذلك أسلوب حياة صحي وسليم.





استمتع

بالاسترداد
التقدي



تداول أكثر وتوفير أكبر
مع تطبيق سي بي تداول



تسري الحملة من ١٧ يناير وحتى ١٥ أبريل ٢٠٢٢

وزارة التجارة والمالية
تسويق
بنقة 16001
رقم الترخيص 2022/137

QNB

مواعيد العمل

من السبت الى الخميس
من ١ صباحاً الى ٣ عصراً



متواجدون الآن في مجمع
بلاس قاندوم



بيسان عودة

نموذج فلسطيني

للممود والنضال

عجوز يلهمها صمودها أو من أطفال ينظفون محيط - مجمع الشفاء -

وبالرغم من الكوابيس التي أصبحت جزء لا يتجزأ من حياة بيسان، كما تقول في أحد التسجيلات، إلا أنها كانت مصرة على الاستمرار بإمسك هاتفها لتوثيق ما تخاضت أو عجزت عنه وسائل الإعلام الكبرى متقلبة بين الشهداء والانتقاض.

واليوم وبعد نصف سنة تقريبا على الإبادة الجماعية الحاصلة في القطاع، قررت - عودة - بإعادة استئناف برنامجها حتى ولو كان بصيغة جديدة فرضها الحرب، حيث جلست مع مجموعة من أصدقائها النازحين وأهلها أمام وقدة نار في خيمة برفح، لتحكي لهم قصصا عن «كيف ومن أين أتت غزة» وتقول: لم تعد القصة عن قطاع غزة... بل صارت غزة هي القصة.

ومع كل فيديو تسجله بيسان وهي تروي الحكايات المختلفة من القطاع، تذكرنا أن هذه القصص قيمة وستضل حية ما دامت مسجلة وموثقة بمقاطع فيديو وصور يشهد عليها العالم أجمع ويرى وحشية الاحتلال الصهيوني، وتعلمنا بيسان من خلال نشرها لهذه الحكايات على مواقع التواصل الاجتماعي، أن هذه الوسائل نعمة ونقمة في نفس الوقت، فتعكس نعمة هذه الوسائل بتوثيقها لهذه الوحشية وهي تقف شامخة مع ذاتها ووفية لقيمها، وتعكس نقمة هذه الوسائل بفضح كل من يرى ولا يفعل أي شيء أمام هذه المجازر التي تحدث.

وتواصل «الحكايات» - بيسان - بإطلاق حكايات القطاع دون ملل أو كلل وتعلمنا معنى الصمود في وجه الصعاب حتى وإن كانت في أوجها، وتمثل رمز فلسطيني يمكن أن يحتذى بها فيه بالأجيال القادمة.

عالية الأسمر

اعتادت الشابة الفلسطينية - بيسان عودة - (24 عاما) قبل العدوان القائم من قبل الاحتلال الإسرائيلي على غزة على الجلوس أمام أحد الأماكن التاريخية في غزة، لتسرد قصصها وحكايات بابتسامة لا تفارق وجهها، واكتسبت لقب «الحكايات» الذي أصبح عنوان برنامجها الذي تطل منه على متابعيها في الفيسبوك لتقدم قصص تراثية وتاريخية عن فلسطين وأهل فلسطين ولكن مع الحرب الدموية المتواصلة التي شنها الجيش الإسرائيلي وحكومته وارتكب فيها جرائم ومذابح مروعة بحق المدنيين هناك، تغيرت حياة الشابة كليا واليوم بدلا من أن تطل بابتسامتها على مواقع التواصل الاجتماعي لتروي حكايات عن تاريخ بلادها العريق وأبرز أثاره، باتت تطل لتقول: «مرحبا، أنا بيسان وأنا لسا عايشة وما يحدث في قطاع غزة الآن هو أن القوات الإسرائيلية تقوم بتطهير عرقي... وعائلات بأكملها حُذفت من السجل المدني».

تحولت يوميات - بيسان - أمام عنف ووحشية القصف الإسرائيلي الذي طال معداتها وأغراضها حيث اضطرت للنزوح مع عائلتها كباقي العائلات لمجمع الشفاء الطبي الواقع في مفرق طرق بالمنطقة الغربية الوسطى لمدينة غزة. وبالرغم مما مرت به - عودة - إلا أن ذلك زادها إصرار وجعلها تستمر في تصوير فيديوهات تشرح عن بشاعة ما يقوم به الاحتلال في حق الفلسطينيين في غزة. ومع الدمار والماسي والخراب الذي تنقله إلا أنها تؤكد لمتابعيها تمسكها بالأمل والحياة، حيث تراه تارة من



كاريكاتير



عمود

المبادرة في الإدارة

عندما قرأت كتاب ستيفن كوفي (العادات السبع للناس الأكثر فعالية)، فوجئت بأن عادة المبادرة كانت العادة الأولى ضمن العادات السبع الأكثر فعالية، بل أوضح الكاتب أن قوة العادات الست الأخرى تعتمد على عادة المبادرة، وذكر الكاتب أيضاً أن الناس الذين يتمتعون بهذه العادة يدركون تماماً معنى المسؤولية ولا يعلقون سلوكياتهم على الظروف أو الأحوال لأنهم يعون تماماً أن سلوكياتهم هي ناتج لاختيارهم الواعي الجني على أساس القيم، وليست وليدة الظروف التي يمرّون بها والمبنية على المشاعر. وأضاف الكاتب أن الأشخاص المبادرين يركزون على دائرة التأثير ويختارون العمل على الأشياء التي لديهم مقدرة في تغييرها وهذا ينتج عنه اتساع في دائرة التأثير على عكس ما يحدث للأشخاص غير المبادرين.

في الإدارة، اعتقد أن المبادرة من المهارات التي تجعل الشخص مطلوباً على مستوى الوظائف القيادية، لأنها تظهر قدرة الفرد على العمل بشكل مستقل من دون الانتظار ليتم تكليفه بأمر مهم، وتظهر قدرته على النمو والتطور من دون الاعتماد على أحد، والأشخاص المبادرون لديهم رغبة دائماً في مساعدة الآخرين ونقل المعرفة لهم وعادة ما يظهر الأشخاص المبادرون القدرة على إنجاز المهام التي يتجنبها الآخرون وعلى البحث عن مسؤوليات إضافية.

أتذكر كيف كان مديري يؤكد على نهج المبادرة سواء في العمل أو في بناء العلاقات مع الآخرين، وهو أحد المختصين في مجال الاستثمار والذي كان دائماً شخصية مبادرة في القيادة، وهو الشخص الأول الذي أخذ بيدي وشجعني على أن أكون شخصية مبادرة، وعملت معه تسع سنوات حتى اقتبست نهجه وطريقته في الإدارة، التي تحث على المبادرة والعطاء. وكان يؤمن أن دوره في الحياة يتعدى نجاحه وأن النجاح الحقيقي هو صناعة نماذج تخدم الوطن والمجتمع.

اليوم أنا حريصة على أن أتبنى نهج المبادرة في الإدارة وأن أعطي فإن الله سيضاعف العطاءات المقدمة، لذا أحاول أن أجعل رسالتي في الحياة هي المبادرة والعطاء.