المؤسسون
البلاد
فجر الصحافة السعودية
تأسست عام ١٣٨٣ هـ

رئيس مجلس الإدارة
صوت الحجاز
أسسها: محمد صالح نصيف
في ٢٧/١١/١٣٥٠هـ - ٤/أبريل/١٩٣٢م
وعاودت الصدور باسمه (البلاد السعودية)
في ١/٤/١٣٦٥هـ - ٣/٤/١٩٤٦م
(البلاد السعودية/ عرفات) اندمجتا بمسمى البلاد
في ١٦/٧/١٣٧٨هـ - ٢٦/١/١٩٥٩م

المدير العام
محمد عبدالله الخريجي

المدير الرئيسي
عبدالحفيظ عبدالعزيز قاري

المقر الرئيسي:
شارع الصحافة - جدة
السنترال العام ٦٧١١٠٠٠
عشرة خطوط
wr@albiladdaily.com

الإدارة:
جدة شارع الصحافة:
ص.ب ٦٣٤٠ جدة ٢١٤٤٢
الفاكس: ٦٧١٢٥٤٥
info@albiladdaily.com

الإعلانات:
الإعلانات: ٦٧٣١٤٩٤
البلاد: ٦٧١١٠٠٠
تحويلة ٣٥٥ - ٣٩٩
الفاكس: ٦٧٣٢٠٠٦ - ٦٧١٦٢٤١
ad@albiladdaily.com
التوزيع والاشتراك: ٦٧٦٠٧١٧

رمضان كريم

وقفات مع صيام الرسول

أبها - البلاد

ينظم مركز الدعوة والإرشاد وتوعية الجاليات بمنطقة عسير اليوم محاضرة بعنوان " وقفات مع صيام رسول الله صلى الله عليه وسلّم " يلقيها محمد بن فايع بجامع الفرشة بمركز الفرشة.وتأتي المحاضرة ضمن جهود فرع وزارة الشؤون الإسلامية بالمنطقة لتعليم الناس ما ينفعهم في دينهم ودنياهم.

(رمضاننا كدا) يميط اللثام عنها

الغوال .. أساس المهن الحجازية العتيقة

جدة ـ أحمد شرف الدين

بين زوايا "حارة كنا كدا" بفعاليات "رمضاننا كدا٣١"، بالمنطقة التاريخية بجدة، يتعالى صوت "غوال" الحارة"، بين عموم الزائرين، وهو يجلس على تلة مرتفعة بعض الشيء، استندت عليها "جرة الغول"، مرتدياً عمته الحجازية...تحاول الفعاليات الرمضانية، أن تعيد وهج مهنة "الغوال"، التي تعد أساس المهن الحجازية التي لا زالت باقية منذ عقود طويلة، إلى واجهة الجيل الجديد، ولكن بشيء من قصص التاريخ وسيرورته...مشخص مهنة الغوال في "رمضاننا كدا٣١"، من أبناء حارة المظلوم، وهو كمال البعداني، الذي يعمل في الأساس مهندساً لشبكات أجهزة الحاسوب الآلي، يشدك الانتباه إليه من اتقانه لهذا الدور، وما سلط عليه أجواء عدسات الفلاشات، لكل من شاهده...يتحدث البعداني عن الملمح التاريخي لهذه الصنعة، التي اشتهرت بها عوائل امتازت فيها، إلى حد أنها أضحت علامات مهنة "الغوالين" في جدة القديمة على مدار سبعة عقود (٧٠ عاماً)...ومن عوائل الغوالين الشهيرة "حسن الجدادي، عثمان الأمير، والقرموشي، والعمودي، ومحمد الحضرمي"، حيث كان طبق الغول يباع بقرش وقرشين، وكانت تمثل كانت رجية الغول بالنسبة لقاطني حارات جدة القديمة الأربع "المظلوم، والشام، والبحر، واليمن"، الوجبة الرئيسية، أو كما يطلق ب"لحم الفقراء"... البعداني المتقمص لشخصية "مهنة الغوال"، استطاع بعشقه للتراث الحجازي، أن ينقل صورة "طبق الأصل"، فهنا يأتيه سقا الماء -في مشهد تمثيلي-غاضباً من عدم إيصال صبي الغوال "زبدية الغول" لمنزل الأخير، ليؤكد أن صبيه أوصلها، وكل ذلك بأدب ولطف، وهو أحد المظاهر الاجتماعية التي سادت حقبة سور المدينة القديم قبل هدمه ١٩٤٧... الجدير بالذكر أن الغول عرف منذ أيام الفراعنة ويعتبر مصدراً بديلاً للبروتين. يستعمل كثيراً في المطبخ العربي، ويعتبر الأكلة الشعبية الأولى في العديد من الدول العربية ، خاصة كوجبة إفطار ...يقدّم عادةً الغول مع تتبيلة من الثوم، عصير الليمون الحامض، زيت الزيتون، الفلفل الأسود، الكمون والملح... – الغول مصدر لكثير من المعادن بما في ذلك النحاس والحديد والفسفور والبوتاسيوم والمغنيسيوم كما يحتوي على حامض الفوليك والمنجنيز ... الغول لا يحتوى على أي دهون مشبعة ... الغول يحتوي على الفيتامينات B وفيتامين K وفيتامين A... يحتوى على نسبة عالية من البروتينات والألياف الغذائية ... يحتوي الغول على هرمون النمو، والمعروف أيضا باسم هرمون النمو البشري. والذي يساعد في حدوث نشاط وانعاش للعضلات بعد القيام بالتمرينات او أي عمل يسبب الإجهاد... الغول يساعد على انقاص الوزن ويقاوم التوتر والإجهاد الذي يمكن أن يصيب الانسان من التمرينات او العمل الشاق نظرا لأنه غني بالسعرات الحرارية ... مفيد جدا للقلب والأوعية الدموية حيث أنه يحافظ على مستوى الكولسترول في الدم ...يقاوم أمراض السرطان وخاصة التي تصيب الفم نظرا لاحتوائه على مركبات كيماوية ...يحافظ على مستوى السكر في الدم ...يعمل على خفض ضغط الدم لدى السيدات وخاصة في مرحلة سن اليأس ...يساعد الغول على عدم وصول المواد الضارة للمخ والتي تؤثر على إفراز مادة السيراتونين التي تسبب السعادة ...يعمل على تكوين خلايا الدم الحمراء والحفاظ على عظام قوية ...يدعم الغول الجهاز المناعي ومقاومة الجسم ضد الأمراض المختلفة ...قشور الغول تساعد في علاج الإمساك الذي يصيب الجسم ...يزيل اصباغ الجسم الزائدة ، وخصوصاً الكلف و النمش ...تستخدم أزهار الغول في زيادة إدرار البول ... إلا أنه يجب الحذر حيث الإفراط في تناول الغول له سلبيات ، فالغول وكما هو شائع يسبب البلادة فعلاً، حيث هضمه يحتاج إلى جهد، لأن تركيزه يكون أكبر في الدم في المعدة . لذلك ينصح بالاعتدال في تناول الغول للحصول على فوائده بشكل صحيح ...وحيث إنه من البقوليات و يحتوى على نسبة عالية من البروتين فإن الافراط فيه قد يسبب النقرس وهو داء الملوك ولهذا فإن الاعتدال في كل شئ مطلوب .

(زمزم) توزيع كتيب (صحتك في رمضان) مع حملة توعية ٢٠ ألف أسرة

جدة – بخيت

طالع الزهراني

أطلقت جمعية زمزم للخدمات الصحية التطوعية الخيرية حملة توعية تزامناً مع شهر رمضان المبارك حول صيام صحي وآمن. وأوضح مساعد المدير العام للجمعية المتحدث الرسمي الأستاذ فهد بن محمد الزهراني بأن حملة "صحتك في رمضان" التوعوية السنوية تستهدف توعية الأسر بمختلف محافظات منطقة مكة المكرمة بصحتهم أثناء الصيام والتوعية بالغذاء الصحي المتكامل خلال شهر رمضان بما يضمن مساعدة الصائم على صيام كامل شهر رمضان المبارك وهو بصحة جيدة، مبينا بأن الجمعية أطلقت حملتها عبر توزيع ٢٠ ألف نسخة من كتيب "صحتك في رمضان" عبر أكثر من ٢٠ مكتبا موزعة في مختلف محافظات منطقة مكة المكرمة.

وأوضح الزهراني بأن الحملة تتضمن العديد من الفوائد والنصائح الخاصة بالصائمين، وكيفية المحافظة على صحتهم في هذا الشهر المبارك حتى يؤدوا هذه الشعيرة العظيمة وهم في أتم صحة وعافية.

وبين بأن المكاتب التعريفية الخاصة بالجمعية تسعى لتعريف روادها ببدور الجمعية ورسالتها وأهدافها وأبرز ما تقدمه، إضافة إلى توزيع المطبوعات التي تصدر عن الجمعية.

يُشار إلى أن جمعية زمزم للخدمات الصحية التطوعية الخيرية بمنطقة مكة المكرمة وضعت لنفسها رؤية وهي أن تكون النموذج الرائد للرعاية الصحية الخيرية والتطوعية، وحددت رسالتها في تقديم الرعاية الصحية بمختلف أنواعها لذوي الاحتياج في منطقة مكة المكرمة آخذين بعين الاعتبار أولوية وجودة الخدمة.

فهد الزهراني

مساجد لها تاريخ

مسجد الرحمة بجدة

أول مسجد في العالم يبنى على سطح البحر، يستقبل الحجاج والمعتمرين لزيارته ويعتبر من أهم المعالم في جدة، حيث وصل عدد زوار المسجد في عام ٢٠٠٩ إلى ٢٠,٠٠٠ زائر من الحجاج والمعتمرين من جميع الجنسيات المختلفة.

المسجد هو مزيج رائع للعمارة الحديثة والقديمة والفن الاسلامي ولقد بني بأحدث التقنيات والمعدات وبأنظمة صوت وإضاءة متطورة. يتكون من ٥٢ قبة خارجية تحيط بالمسجد بالإضافة إلى القبة الرئيسية -الكبيرة- ذات القواعد الثمان التي تقع في المنتصف. وعدد ٢٣ مظلة خارجية. مطرز من الخارج والداخل بآيات قرانية مخطوطة بعدة خطوط مختلفة كالنسخ والرقعة والديواني. تحتوي اطراف القبة الرئيسية على زجاج معشق يسمح بمرور الضوء -اشعة الشمس- داخل المسجد عبر ٥٦ نافذة حول القبة المصممة على الطراز الإسلامي، بالإضافة إلى أرابيسك ونقوش الجدران والنوافذ الإسلامية، ومصلى نسائي خشبي -معلق- مرتفع في المنتصف الأخير من المسجد، يتسع لحوالي ٥٠٠ مصلية. بالإضافة إلى المرافق الخدمية للمسجد حيث خصصت أماكن للوضوء ودورات المياه وقاعات مريحة للعبادة مجهزة بالكامل.

رئيس التحرير
علي محمد الحسون

مديرا التحرير
ناصر عبد الرحمن الشهري
جبر نور العتيبي

سكرتير التحرير
بخيت طالع الزهراني

التحرير:
ص.ب ٧٠٩٥ جدة ٢١٤٦٢
الفاكس ٦٧٢٠٠٦٢
wr@albiladdaily.com

المكاتب:
مكة المكرمة هاتف: ٠٢٥٥٤٠٠٣٨ - ٠٢٥٥٠٠٦٧٨ فاكس: ٠٢٥٥٨٦٥٥٨ - المدينة المنورة هاتف: ٠٤٨٢٥٥٢٥٠ فاكس: ٠٤٨٢٣٩٤٤٠ - الرياض هاتف: ٠١٤٦٦٠٩٦٧ - ٠١٤٦١٠٤٩٦ - ٠١٤٦٢٦٧٨٤٢ فاكس: ٠١٤٦٢٦٧٨٤٢ - الدمام هاتف: ٠٣٨٣٤٠٩٥١ فاكس: ٠٣٨٣٣١٢١ - القصيم هاتف: ٠٣٣٣٤٧٥٧ فاكس: ٠٣٣٤٠١٩٨ - الطائف هاتف: ٠٧٣٨٤٩٦٩ - ٠٧٣٨١٧٢٢ - ٠٧٣٠٧٠٩ فاكس: ٠٧٣٤٠٤٥٥ - أبها هاتف: ٠٧٢٢٤٩١٩٤ فاكس: ٠٧٢٢٤٩٧٣٨ - الباحة هاتف: ٠٧٧٧٠٠٥٥١ فاكس: ٠٧٧٢٧٠٥٥١ - نجران هاتف: ٠٧٥٢٢٣٣٠١ فاكس: ٠٧٥٢٢٥٩٠٨ - جازان هاتف: ٠٧٣٢٢٥٥٩ فاكس: ٠٧٣٢٢٣٦٦١ - ينبع هاتف: ٠٤٣٩١٦٦٨٣ فاكس: ٠٤٣٩١٦٦٨٤ - الاحساء هاتف: ٠٣٥٨٥٠٦٧٦ فاكس: ٠٣٥٨٣٥٥٢٦

البلاد
فجر الصحافة السعودية
تأسست عام ١٣٨٣ هـ

الهلال الأحمر في مهرجان المنطقة التاريخية

جدة – بخيت ال طالع الزهراني

تنفيذا للخطة الموضوعة من قبل هيئة الهلال الأحمر السعودي والمنطقة من مبدأ التعاون بين الدوائر الحكومية في سبيل المصلحة العامة إقامة إمارة منطقة مكة المكرمة محافظة جدة وبالتعاون مع وحدة هيئة الهلال الأحمر في محافظة جده والهيئة العامة للسياحة والآثار بإحياء فعاليات مهرجان (رمضاننا كدا ٣) لعام ١٤٣٧هـ والكائن بالمنطقة التاريخية بمحافظة جده ، والذي يستمر بمشيئة الله ٢٩ يوما من غرة شهر رمضان الكريم حتى اليوم ٢٩منه.

حيث تشارك هيئة الهلال الاحمر السعودي بمحافظة جدة بتواجد ٤ سيارات إسعاف مجهزه بالكوادر الطبية المتخصصة من منسوبي الهيئة على البوابة الشمالية من مقر المهرجان وتواجد سيارة اسعاف بسوق الجمعة وسيارتين داخل المسار ومساندة مركز اسعاف البغدادية ومركز اسعاف البلد لسرعة الاستجابة في حالة حدوث أي طارئ بالإضافة لأربع فرق إسعافيه تطوعية راجلة متواجدة على طول المسار للارتقاء بمستوى الخدمات الصحية المقدمة للزوار المنطقة التاريخية والاسهام في تثقيف الزوار وتوعيتهم بأهمية الاسعافات الاولية للالتحاق بالدورات التدريبية بمراكز التدريب .

وتعريف الجمهور بخدمات هيئة الهلال الاحمر السعودي وتعريفهم برقم ٩٩٧ اضافة الى تقديم الخدمات الصحية الاسعافية لرواد المهرجان تهدف الهيئة من خلال المشاركة إلى نشر التثقيف الصحي بالتعاون مع مديرية الشئون الصحية بمحافظة جدة بتوزيع المطويات والكتيبات والهدايا على زوار المهرجان من المشاركين من منسوبي الهيئة والفرق التطوعية بإشراف مدير العلاقات العامة ومنسق المشاركات بهيئة الهلال الاحمر السعودي بمحافظة جدة مع رئيس اللجنة الميدانية لفعاليات رمضاننا كدا في مهرجان جدة التاريخية بمحافظة جدة ويأتي ذلك ضمن حرص هيئة الهلال الاحمر السعودي النابع من توجيهات القيادة الحكيمة بتسخير جميع الموارد والإمكانيات لخدمة المواطنين والمقيمين والزائرين لهذا البلد المعطاء ..صرح بذلك للبلاد المتحدث الرسمي لهيئة الهلال الاحمر السعودي بمنطقة مكة المكرمة الدكتور تيمور جان.

خالد راشد.. أصغر معتمر.. طار فرحا

جدة - بخيت طالع

استطاع خالد راشد الزهراني ان يكون اصغر معتمر الى بيت الله الحرام خلال الاسبوع الاول من رمضان ١٤٣٧هـ عندما لبس رادائي العمرة وتوجه مع والديه الى مكة المكرمة ولبس كذلك كمام الوقاية من الاتربة والابخرة ونجح في اتمام كل مراحل العمرة من طواف وسعي باتقان برفقة عائلته وبدت عليه السعادة وعبر عن ذلك من خلال الفرحة التي كانت مرسومة على عينيه وهو الطالب المنقول من الصف الاول الى الثاني الابتدائي متمنيا ان تتكرر قريبا رؤيته للكعبة المشرفة والارتواء من مياه زمزم المباركة.

أطباق في رمضان

السلقة والمرسة والصيادية من أشهر وأفضل الأكلات الشعبية في جازان

جدة - البلاد

تتميز سفرة الافطار في منطقة جازان بتنوعها وحرصها على تلبية احتياجات الصائمين في شهر رمضان المبارك حيث تشمل اصنافاً متعددة والتي تحتوي على كميات من البروتين والنشويات اضافة للكسريات والفيتامينات وبالاضافة للشربة والسمبوسك والتمر تقدم الاسر الجازانية طحين الذرة بالمرق والمرسة والسلتة والشغرت والعيش بالميغا والمغشي وتعتبر السلتة من الاكلات الرئيسية في محافظة ابو عريش ففي هذه المحافظة تحرص معظم الاسر على تواجد السلتة في وجبة الافطار وهي تتكون من اللحم المفروم والحلبة والتوابل والبعض يقوم بخلطها مع البيض كما تحرص الاسر على اعداد الكسبة باللحم والدجاج والارز مع السمك في كثير من ايام الاسبوع.

د. عجاجة : انسيابية الحركة في الطرق دليل على ارتفاع نسبة الوعي

د. سالم باعجاجة

جدة - ابراهيم المدني

ارجع الاكاديمي بجامعة الطائف الاستاذ الدكتور سالم باعجاجة انخفاض نسبة الحوادث المرورية خلال الاسبوع الاول من رمضان المبارك لهذا العام مقارنة بنفس الفترة من العام الماضي والاعوام التي سبقته الى ارتفاع نسبة الوعي لدى الصائمين من المواطنين والمقيمين في محافظة جدة واضاف في حديث للبلاد ان مؤشر انخفاض الحوادث المرورية دلالة على ارتفاع نسبة الوعي وحرص سائقي المتركبات على تجنب كثير من السلبيات التي كانت تحدث في السابق مثل السرعة وقطع اشارة المرور وغيرها من المخالفات المرورية التي كانت تحدث ولم تجد حزماً من المرور

ولفت الدكتور سالم باعجاجة الى ان كاميرات ساهر وتواجد رجال المرور في الطرق الرئيسية ساهم في الحد من المخالفات المرورية والتي كانت ولا تزال من الاسباب في وقوع الحوادث المرورية وفي السياق نفسه اشار الدكتور سالم باعجاجة الى ان انسيابية حركة السير في معظم الطرق الرئيسية بمحافظة جدة هذا العام تأكيد على ارتفاع نسبة الوعي لدى كثير من سائقي السيارات وحيث لاحظ عدم تكدس السيارات عند المطاعم الشعبية ومحلات بيع المواد الغذائية وهذا الامر مؤشر ايجابي على حرص المواطن والمقيم على الابتعاد عن الزحام وتوفير احتياجاته في وقت مبكر.