البلاد
فجر الصحافة السعودية
تأسست عام ١٣٨٣ هـ

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

رئيس مجلس الإدارة
محمد عبدالله الخريجي

المدير العام
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

تكثيف الرقابة في رمضان على أسواق الخضار والسمك والأَنْعَام

جدة – بخيت الطالع

بدأت جدة الاستعداد لشهر الصوم المعظم ، وقال مساعد أمين أمانة جدة للبلديات المهندس ناصر المتعب بأنه تم الانتهاء من إعداد خطة أسواق النفع العام خلال الشهر المبارك والتي تشمل سوق الخضار والفاكهة وسوق السمك المركزي وأسواق الأنْعَام والمسالخ ويأتي ذلك ضمن جهود أمانة محافظة جدة لتقديم أفضل الخدمات لسكان وزوار محافظة جدة خلال شهر رمضان المبارك، حيث يتم تكثيف المتابعة من قبل الادارة العامة لأسواق النفع العام جهودها استعدادا لشهر رمضان المبارك للعام ١٤٣٧هـ وبشكل مستمر .

وأضاف المهندس ناصر المتعب : لقد تم استكمال التجهيزات اللازمة وتهيئتها لاستقبال مرتاديها من المواطنين والأهالي وأصحاب محلات الجزارة والمطاعم والمطابخ ومتعهدي الإعاشة .. الراغبين في ذبح إنعامهم داخل المسالخ ..والتي تتضاعف أعدادها خلال شهر رمضان المبارك لهذا العام ، وعلى مدار الأربعة والعشرين ساعة يوميا .. بالتعاون مع المؤسسات المستثمرة والمشغلة لهذه المواقع.

مضيفا : بأن أمانة محافظة جدة حريصة على تطوير خدماتها ،، من أجل توفير غذاء صحي وآمن، حيث قامت بحشد كافة الطاقات البشرية والفنية .. بزيادة أعداد المشرفين والمراقبين المكلفين من منسوبي إدارة المسالخ وأسواق النفع العام والتنسيق مع إدارة مراقبة النظافة ، وإدارة الوقاية الصحية ، وكذلك التنسيق مع بعض الجهات الحكومية الأخرى .

كما تم تزيين جميع المرافق بزينة رمضان المبارك و تكثيف أعمال النظافة والرش ووضع اللوحات التوعوية ونشر المراقبين والمشرفين في ساحات تلك المرافق.

كما تم زيادة كشافات الإنارة في المواقف الخاصة بسوق الخضار المركزي ، وذلك ضمن تكثيف المتابعة من قبل الادارة العامة لأسواق النفع العام جهودها خلال شهر رمضان الحالي .

رمضان كريم

أمانة جدة تلزم المطاعم والمطابخ بتوضيح أنواع اللحوم

جدة - إبراهيم المدني

ألزمت أمانة محافظة جدة جميع المطاعم والمطابخ وما في حكمها بتعليق لوحة ظاهرة مكتوب عليها أنواع اللحوم المتداولة في المطعم (جمل ، بقر ، غنم، ماعز، دواجن، أسماك) ومصدرها، مستوردة ويذكر (بلد المنشأ – مبردة – مجمدة) أو محلية (طازجة – مبردة) وستطبق لائحة الغرامات والجزاءات عن المخالفات البلدية على من لا يلتزم بذلك.

ووجهت أمانة جدة من خلال تعميم صادر في هذا الشأن جميع بلدياتها الفرعية للاطلاع والتقيد بمضمون التوجيهات ورفع تقارير دورية بما تم أنجازه حيال ذلك، ويأتي هذا في إطار توجيهات وزارة الشئون البلدية والقروية المبلغة للأمانات والبلديات والمتضمنة حرص الوزارة على تقديم أفضل الخدمات للمواطنين، وانطلاقاً من المهام المناطة بها في مجال المحافظة على صحتهم وسلامتهم ولما لاحظته الجهات الرقابية في بعض مناطق المملكة من وجود تحايل ومخالفات من بعض أصحاب المطاعم والمطابخ فيما يخص اللحوم التي تعد من قبلها وتقدم على أنها طازجة وهي خلاف ذلك، وتثمن أمانة جدة دور مرتادي المطاعم في المساهمة في إنجاح عملية الرقابة الصحية والذي سينعكس أثره على تحسن هذه الخدمة من خلال اطلاعهم على نوع ومصدر هذه اللحوم واختيار المناسب لهم والإبلاغ عن أي مخالفات.

تشمل "الجائلين" والمخابز والتميس .. أمانة جدة لـ (البلاد) :

خطة بلدية لمراقبة المباسط والأطعمة خلال رمضان والصيف

جدة – بخيت الطالع

بدأت أمانة جدة تنفيذ خطتها لشهر رمضان المبارك ، من خلال الفروع والمراقبين ولجان التفتيش ، وكانت الأمانة قد شكلت عددا من اللجان أبرزها لجنة متابعة الأسواق والمباسط ولجنة مكافحة بيع الأعشاب والأدوية ولجنة مكافحة الباعة الجائلين ولجنة مراقبة المخابز ومحلات بيع التميس وغيرها من اللجان التي ستضاعف أعمالها خلال هذا الشهر الفضيل.

واتمت الأمانة خططها وطاقاتها لجولات المتابعة اليومية ، خلال موسم إجازة الصيف وشهر رمضان المبارك معا ، من خلال تكثيف أعمال البلديات والإدارات العامة خصوصا فيما يتعلق بأعمال النظافة والرقابة البيئية ومتابعة الأسواق ومحلات بيع المواد الغذائية والبسطات الرمضانية.

ويأتي ذلك ضمن جهود الأمانة المستمرة ، لحماية سلامة وصحة سكان وزوار محافظة جدة ، ضمن خطط وبرامج موضوعها هدفها المتابعة اليومية ، والاطمئنان على سلامة المعروضات الغذائية ، التي يتناولها المشترون .

وأوضح لـ (البلاد) مصدر بأمانة محافظة جدة : أن خطة الصيف ورمضان تستمل على مضاعفة الرقابة الميدانية في المواقع المتوقع أن تشهد كثافات عالية، والتمشي مع التوقيتات الملائمة لمتغيرات شهر رمضان مع عدم الإخلال بالخطة التشغيلية الأساسية ودعم الفرق بما يلزم من العمالة الإضافية والمعدات، والعمل على مدار ٢٤ ساعة في اليوم خلال شهر رمضان مع مراعاة فترة الظهيرة والتي ستكون وفق الأنظمة والتعليمات في هذا الشأن.

وشكلت أمانة محافظة جدة لجان ميدانية للقيام بالجولات الرقابية على الأسواق التجارية ومحلات بيع المواد الغذائية والتأكد من استيفاء كافة الشروط الصحية، ومتابعة المباسط الموسمية مع التركيز على المحلات الخاصة بالمأكولات الشعبية مثل السمبوسك والمقلية والحلويات والمشروبات مثل السوبيا والعصيرات، والقيام بأخذ العينات وفحصها في مختبرات الأمانة.

يذكر أن أمانة جدة كانت قد شكلت عددا من اللجان أبرزها لجنة متابعة الأسواق والمباسط ولجنة مكافحة بيع الأعشاب والأدوية ولجنة مكافحة الباعة الجائلين ولجنة مراقبة المخابز ومحلات بيع التميس وغيرها من اللجان التي ستضاعف أعمالها خلال هذا الشهر الفضيل.

أطباء يتحدثون

أطل رمضان في جماله الأبدي وتألقه الخالد ، فأهلاً وسهلاً بك أيها الضيف السنوي الحبيب!

و(الصحة) تتقدم المستقبلين والمرحبين بهذا الشهر الفضيل ، فهو فرصة لإعادة النظر في عاداتنا وتقاليدنا ، نعزز ما ينفع ويفيد ونبتعد عما يضر ويؤذي ..

و دعني ابدأ بما اجمع العقلاء على نفعه و فائدته ، فقد قيل : (درهم وقاية خير من قنطار علاج) ،

و لم يجمع الأطباء في شرق الدنيا و غربها على ضرر مثلما اجمعوا على خطورة التدخين و ما يلحقه بالصحة من تلف و ضرر فضلاً عن إهدار المال و إضاعة الوقت ،

فعلى إختلاف في عدد المواد المسرطنة التي يحتويها التبغ ، اتفقّ الأطباء و العلماء انه سبب رئيس لأمراض سرطانية قاتلة و فتاكة ، فمن سرطان اللسان و سرطان الرئة الى سرطان المثانة!.

و من تصلب الشرايين الى الذبحة الصدرية الى الموت المبكر او قل : القتل البطئ للصحة و للشباب ! و التدمير المتعمد لأجهزة الجسم الهضمي منها و التنفسي و العصبي و غير ذلك ! ..

يقتل المدخنون أنفسهم بهذا السم الزعاف ، و يقيدون أدمغتهم بسلاسل (النيكوتين) ليفرض عليهم الإدمان بقوته التي جعلته – أي النيكوتين – المادة الاولى في عالم الإدمان قوة و صلابة وانتشاراً!.

لا اريد ان استطرد في أضرار التدخين او ما في حكمه مثل (المعسل) و(الشيشة) فتكفي نظرة سريعة على علبة السجائر الفاخرة و قد كتب عليها بلسان عربي مبين (التدخين سبب رئيس لأمراض القلب والشرايين وسرطان الرئة) ! ..

و هناك عدة دراسات عن الإقلاع عن التدخين ملخصها ان الإرادة الصلبة و العزيمة الصادقة كافية لإيقاف هذا الهدر للصحة والحياة والجمال ، بالإضافة إلى الاستعانة – بعد الله سبحانه – بالجديد في هذا المجال من أمثال علاج varencline وهو بمسميات تجارية مختلفة chantex و champix و استخدامه بإشراف طبي . بالاضافة الى nicotine replacement therapy العلاج بتعويض النيكوتين وكذلك علاج bupropion ..

هذه بعض السبل والطرق للعازمين على الإقلاع عن تعاطي هذا الداء العضال ..

فهل سيكون هذا الشهر الفضيل هو المحطة التي سننطلق منها لعالم يخلو من سموم السجائر وروائحها الكريهة؟!.

× د. معيض محمد الحارثي
أخصائي طب الأسرة

السوق المركزي بالمدينة المنورة .. نشاط لا يتوقف قبيل رمضان

إعداد : خالد المطيري
تصوير : فايز المطيري

توفّر الأسواق والمجمعات التجارية ومحلات الأغذية في المدينة المنورة كميات وافرة من الأغذية ومختلف أنواع السلع لتلبية احتياجات ومتطلبات الأهالي والزائرين، وبخاصة الأصناف التي يكثر الإقبال على شرائها خلال شهر رمضان المبارك.

ورصدت جولة لـ "واس" إقبال المتسوقين إلى الأسواق التجارية، ومجمعات بيع المواد الغذائية والاستهلاكية بالمدينة المنورة لتأمين متطلباتهم للشهر الفضيل، في حين لجأت عديد من الأسواق إلى عروض التخفيضات الموسمية التقليدية لجذب المتسوقين من العائلات والزوار.

ويشكّل السوق المركزي الذي يتوسّط حاضرة المدينة المنورة، نقطة التقاء رئيسة بين الباعة والمتسوقين، حيث يعدّ السوق واجهة للعديد من الأنشطة التجارية، ويحتضن أسواقاً خاصة ببيع اللحوم والدواجن والأسماك، وساحة مخصصة لباعة الخضروات والفاكهة، وميداناً لتجمّع باعة التمور، إلى جانب عشرات المحال التجارية التي تصطف على امتداد السوق تبيع مختلف الأصناف من الأغذية والمجمدات والمشروبات والمواد الاستهلاكية والمصنوعات البلاستيكية.

ويرتاد سوق اللحوم أعداد كبيرة من المستهلكين لشراء اللحوم الطازجة قبل حلول شهر رمضان المبارك، حيث يحرص أصحاب محال الجزارة على توفير الأصناف المطلوبة من لحوم الماشية والإبل والبقر تلبية لرغبات الزبائن الذين يتوافدون لسوق اللحوم المغلق الذي يخضع لرقابة البلدية، وحراساً يلتزمون بفتح السوق وغلقه في أوقات محددة.

ويقول أحد الباعة الذي يعمل منذ خمس سنوات في مهنة بيع لحوم الإبل، أن الطلب على شراء لحوم الإبل يزداد بشكل ملحوظ في رمضان حيث تفضله كثير من الأسر في إعداد الولائم العائلية المحدودة، فيما يفضّل البعض مفروم الإبل في إعداد أصناف غذائية ضمن وجبة الإفطار الرمضانية، ويضيف أنه لا يقوم بانتقاء الإبل بنفسه، إلا أنه ملتزم باتفاق مع أحد تجّار الماشية لتلبية احتياجات المحل من الإبل يومياً، مبيناً أنه لم تطرأ أي زيادة على أسعار الكيلو جرام من لحم الأبل فهي بواقع ٥٠ ريالاً للكيلو جرام للأبل الصغيرة سنا ، فيما يقل سعر الكيلو جرام من لحم الابل الأكبر سناً ليصل إلى ٣٠ ريالاً، في حين يتراوح سعر الكيلو جرام من اللحم البقري بين ٣٥ إلى ٤٥ ريالاً بحسب نوعه واحتوائه على العظم.

وفي محل مجاور يقوم البائع ماهر ذو العشرين عاماً بتقطيع اللحم تلبية لطلب أحد الزبائن، ويقول : أنه تعلّم هذه المهنة من والده الذي تركها مؤخراً.

ويقول ماهر بينما يعرض أجزاء معلقة من لحوم الأغنام على أحد زبائن المحل، أن الإقبال على شراء اللحوم يزداد في رمضان لاسيما من العائلات، مضيفاً أنه تعلّم أن كسب ثقة الزبون تشكّل أهم متطلبات هذه المهنة، مشيراً إلى أن بعض الزبائن من الأسر والأشخاص يتصلون به لتجهيز الكمية المطلوبة من لحم الإبل أو الغنم، بسبب اكتسابه ثقتهم، ويلبي طلبهم بكل أمانة.

ويقول المواطن أمين الرحيلي، أنه أتى إلى السوق قادماً من سوق الماشية، مبيناً أن أسعار المواشي تشهد حالياً انخفاضاً ملحوظاً مقارنة بالفترة ذاتها من العام الماضي بما فيها المواشي المحلية والمستوردة، وعلى مقربة من سوق اللحوم، يجلس معلا اللهيبي أمام صناديق رطب "الربيعة" الذي نضج حديثاً، ليتمكن من تصريفها وشراء مستلزمات رمضانية أخرى.

ويرى اللهيبي أن دخول موسم الرطب متأخراً هذا العام يفقد أهالي المدينة المنورة أهم عناصر المائدة الرمضانية على الإطلاق، حيث أن الأصناف الأكثر شهرة ومبيعاً من "الرطب" الذي تمثّل جزءاً رئيساً في مائدة إفطار رمضان تحتاج أياماً قليلة لتملأ جنبات السوق خاصة الأصناف الشهيرة التي يزداد الطلب عليها كالروثانة، مبيناً أن المعروض حالياً يشكّل جزءاً يسيراً مما تنتجه مزارع تقع في ضواحي المدينة المنورة ولأصناف محدودة من الرطب أبرزها "الربيعة" و"لونة مساعد"، ويتراوح سعره بين ٤٠ إلى ٥٠ ريالاً للصندوق زنة ٣ كيلو جرام، فيما يتدنى في آخر الموسم ليصل سعر الصندوق إلى ٨ ريالات.

بينما تقف شاحنات وسيارات النقل أمام المحلات داخل السوق المركزي لتنزيل حمولتها من مختلف أنواع البضائع، يتوافد المتسوقون لشراء احتياجاتهم من الأغذية والمشروبات، يقول عبدالله أن أسعار الأغذية انخفضت هذا العام مقارنة بالعام الماضي، مفيداً أن أسعار الأرز والزيوت والأجبان والمشروبات الرمضانية والدجاج كلها انخفضت بنسب متفاوتة، ويوافق الرأي معتصم، الذي يعمل في محل لبيع المنتجات البلاستيكية في انخفاض الأسعار قليلاً، مبيناً أن أكثر طلبات المتسوقين حالياً تنحصر في شراء الأدوات المنزلية ومواد التغليف والأكواب البلاستيكية والسفر والمنظفات.

وفي ساحة مغلقة داخل السوق المركزي تتعالى أصوات باعة الخضار والفاكهة لترغيب مرتادي السوق في الشراء من بضائعهم، حيث يقول الشاب مصطفى، إن الأسعار ثابتة في رمضان وقبل رمضان في الكثير من الفواكه والخضروات، عدا صنفين هما "الكزبرة" و"البقدونس" التي يفوق الطلب عليها حجم العرض ما ينعكس على الأسعار التي تسجّل ارتفاعاً مع دخول رمضان بنسبة ٢٠٠٪ على هذين الصنفين من الخضروات، باعتبار أنها تدخل في إعداد وجبات رمضانية عديدة أشهرها السمبوسه.

ويؤكد المواطن محمد العوفي إمكانية التأقلم مع الأسعار مهما بلغ ارتفاعها، إذ يرى أن وجود بدائل عديدة للمنتجات الغذائية مثل الأرز وكذلك الفواكه المستوردة والمحلية التي تمكّن الأسر من اختيار ما يناسبها وفقاً للسعر والجودة بما يرضي الباعة والمستهلكين.

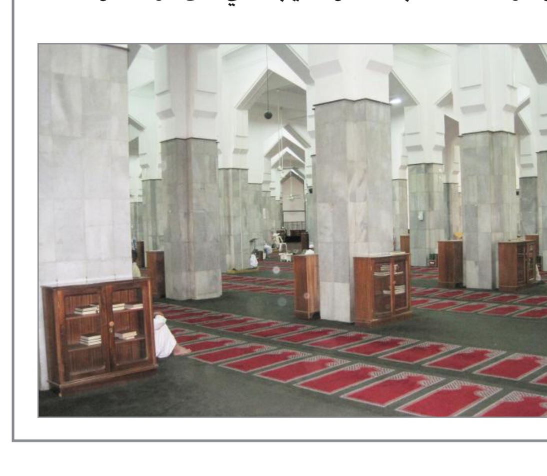
مساجد لها تاريخ

مسجد العباس

يعد مسجد عبد الله بن عباس رضي الله عنه من أشهر مساجد مدينة الطائف الجبلية، وأنشئ عام ٥٩٢هـ أيام الناصر لدين الله أبي العباس أحمد بن المستضيء العباسي، وسمي بذلك لأنه يقع بجوار مقبرة حبر هذه الأمة وفقيهها الصحابي الجليل عبد الله بن عباس رضي الله عنهما الذي تنبأ رسول الله بموته ودفنه في الطائف.

يقول المؤرخ عيسى القصير: "أحب ابن عباس التنقل بين الشام والمدينة المنورة والطائف لنقل العلوم الدينية وتعليمها للناس إلا انه أحب الطائف لقربها من مكة المكرمة، واستقر بها حتى وافته المنية عام ٦٨هـ، ودفن بها في الجهة التي تقع أمام مصلى النساء حاليا، وهي مسورة بالزنك، وبني بعد ذلك المسجد حوله وسمي باسمه".

ويقع بجوار قبر ترجمان القرآن، قبر الإمام محمد بن الحنفية بن علي بن أبي طالب، الأخ غير الشقيق للحسن والحسين، وهناك بعض الروايات التي تؤكد أن هناك قبرا ثالثا لعبد الله بن رسول الله، الملقب الطاهر الطيب الذي دفن هو الآخر هناك.



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: ٠٤٨٢٣٨٩٤٠ - الرياض هاتف: ٠١٤٦١٠٦٩٧-٠١٤٦١٠٤٩٦ فاكس: ٠١٤٦٢٧٨٤٢ - الدمام هاتف: ٠٣٨٣٤٠٩٥١ فاكس: ٠٣٣٣٣١٢١ - القصيم هاتف: ٠٦٣٢٣٤٧٥٧ فاكس: ٠٦٣٢٤٠١٩٨ - الطائف هاتف: ٠٧٣٨٤٩٦٩ - ٠٧٣٨١٧٢٢ - ٠٧٣٣٠٧٠٩ فاكس: ٠٧٣٢٤٠٥٥ - أبها هاتف: ٠٧٢٢٤٩١٩٤ فاكس: ٠٧٢٢٤٩٧٣٨ - الباحة هاتف: ٠٧٧٢٧٠٥٥١ فاكس: ٠٧٧٢٧٠٥٥١ - نجران هاتف: ٠٧٥٢٢٣٣٠١ فاكس: ٠٧٥٢٢٥٩٠٨ - جازان هاتف: ٠٧٣٢٢٦٥٥٩ فاكس: ٠٧٣٢٢٣٦٦١ - ينبع هاتف: ٠٤٣٩١٦٦٨٣ فاكس: ٠٤٣٩١٦٦٨٤ - الاحساء هاتف: ٠٣٥٨٥٠٦٧٦ فاكس: ٠٣٥٨٣٥٥٢٦

البلاد
فجر الصحافة السعودية
تأسست عام ١٣٨٣ هـ

جولات تفتيشية لمدير سياحة الباحة .. تزامنا مع رمضان

البلاد – بخيت الطالع الزهراني

قام مدير هيئة السياحة والتراث الوطني بمنطقة الباحة الاستاذ زاهر محمد الشهري بجولات تفتيشية مفاجئة على عدد من الفنادق والوحدات السكنية المفروشة بالمنطقة التقى خلالها بعدد من المصطافين والنزلاء.

واطلع على مدى التزام مشغلي قطاع الإيواء باشتراطات الترخيص ومعايير التصنيف وأوضح أن هذه الزيارات تأتي بتوجيهات سمو رئيس الهيئة العامة للسياحة والتراث الوطني صاحب السمو الملكي الأمير سلطان بن سلمان، الدائمة بتنفيذ جولات دورية لمرافق القطاع السياحي .

ومنها قطاع الإيواء ومقدمي الخدمات السياحية والسعي لاستيعاب المستثمرين للوائح وأنظمة وثقافة تشغيل المرافق السياحية، وخصوصًا خدمات قطاع الإيواء لنشر المنافسة نحو كسب النزيل، وتوفير المعلومة والمعرفة لدى السائح بحقوقه. ونبه إلى أهمية معايير الترخيص والتصنيف التي اعتمدتها الهيئة، إضافة إلى الدور الفاعل في تشجيع الاستثمار في قطاع الخدمات السياحية وهو الدور الذي تطلع به الهيئة في تطوير قطاع الإيواء السياحي.

وثمن الاستاذ الشهري حرص صاحب السمو الملكي الأمير مشاري بن سعود أمير منطقة الباحة رئيس مجلس التنمية السياحية ودعمه لقطاع السياحة بالمنطقة وتوجيهاته الدائمة بتحسين مستوى الخدمات لقاصدي المنطقة .

وأشار إلى أن الجولات التفتيشية التي يقوم بها الفرع للوقوف على جودة الخدمات في الفنادق والشقق المفروشة، ضمن خطة الهيئة للرقابة والمتابعة على جميع المنشآت السياحية، ويجري تحديثها بشكل دوري.

أطباق في المناطق

السويق والرواكة تبهجان الصائمين في عسير

جدة – ابراهيم المدني

تعتبر السفرة في عسير من اغنى السفر الرمضانية في حجم السعرات الحرارية حيث تحرص ربات المنازل على اعداد وجبات الافطار الغنية بها مثل وجبة السويق وهي تعد من طحين الشعير الذي يتم قطفه وهو لم ينضج في سنابله ويكون عند الخضرة والاصفرار ثم يعجن في إناء ويطهى.

وبعد طهيه يقدم مع العسل والسمن اما الرواكة ولها عدة اسماء فهي تسمى ايضا الهيدة والفرقة ونصنع من دقيق القمح او الذرة ويضاف اليها البهارات وكذلك العسل وعادة يتناولها كبار السن كما تحرص الاسر في عسير على اعداد وجبات اخرى مثل الخموعة والخمير والحنيذ والعصير والقورمة والفتة.

ويشكل القمح والعسل واللحم الجزء الاكبر من وجبات الافطار والسحور في عسير.