



« على الطريق

عبدالرحمن آل فرحان

الفريق المنافس

الكل تأهب لهذه المباراة ، مشجعون من كل حذب وصوب ، لافتات تغطي الأفق ، أعلام ورايات ، تصفيق وهتافات ، حماس هنا ، وتوتر هناك ، أعين قلقة وأعين تتربص ، هكذا كانت الجماهير بعد أن أخذت أماكنها في المدرجات ، وما إن نزل الفريق الأول للملعب حتى ضجبت الأرجاء بالصيحات ، فاهترت على أثرها كل أركان الملعب .

انتظرت الجماهير نزول الفريق المنافس ، ثم طال الانتظار ولا أثر لأي فريق آخر !! وفجأة يطلق الحكم صفارة البداية ! مزحة بلا شك !! هكذا كنا نظن !! إنما الأمر في غاية الجدية !! ولا يوجد من لديه تفسير لما يحدث ! الكل يتساءل ماذا حل بأعراف كرة القدم وقوانينها ؟ هناك بلا ريب خطأ ما ! لكن ليس منا من يعلمه ، كل ما نعلمه الآن ونشاهده أن هذا الفريق منهمك في اللعب ! يركض في طول الميدان وعرضه بكل حماسة وبسالة !! لكن بمفرده ومن دون منافس !! أما الجماهير فسرعان ما تحولت هتافاتهن إلى صرخات تقوح منها رائحة الوجوم والامتعاض ولسان حالهم : أوقفوا هذه المهزلة . لكن لا محجب ، المباراة مستمرة رغم أنف الجميع !!

استوقف الإعلاميون أحدهم ، يبدو أنه المسؤول عن جميع الأندية ! سأله ماذا حدث ؟ ولماذا المباراة من فريق واحد ؟ أين الفريق الآخر ؟ فتبسم الرجل للمشاهدين وقال : لا وجود لشيء اسمه آخر !! كل الفرق شطبت ، اكتشفنا أنها لا تفهم كما يفهم هذا الفريق !! ولأننا المسؤولين والمرقبين والأكثر دراية بما يتمتع الناس ، فقد قررنا ألا نسمح لأي فريق آخر التواجد ضده ، فهو من الآن وصاعداً الفريق الوحيد الذي يمثل الجميع دون استثناء ، ولأنه يمثل الجميع دون استثناء فمن المغيب أن نسمح لفريق آخر بباريه ، فلربما تسبب ذلك في خسارته ، هل تريدون أن يخسر فريقنا الوحيد ؟ إن هذا مما يولت سمعنا ويهدد وحدتنا ويحط من قدرنا .. لذا إن كنتم تريدون مشاهدة مباريات في هذا الميدان فهذا من سيقدّمها لكم .. وإن أردتم فريقاً تشجعونه وتهتفون باسمه فليس أمامكم سواه ، لقد سمحنا له باحتكار اللعبة والملعب واللاعبين وذلك فقط من أجلكم .. لإمتاعكم بالانتصارات دائماً ، بل هذا وعد شريف .. طالما هذا الفريق بلا أي منافس فلن ترونه مهزوماً أبداً !! شجعوه ! فالمحتكرون لم يسبق أن هزمهم أحد ، إنه فن لا يجيده الكثيرون ، فقط هذا الفريق وبعض الشركات.

ad_alshihri@
adalshihri@gmail.com

رواد وقيادات في الصحافة السعودية يشيدون ب(البلاد)



د. فهد عقربان

الجريدة "قادرة على مواجهة هذه التحديات واستمرار الصدور والتطوير بإذن الله جاء ذلك على هامش اللقاء الثقافي الذي تم في منزل سمو الأمير خالد الفيصل مساء أمس الأول.



د. هاشم بن عبد الرحمن

الزميل ناصر الشهري المشرف على التحرير بأن هذه النقلة النوعية في البلاد رغم المرحلة الصعبة وظروفها في صناعة الصحافة الورقية والإمكانات المحدودة تشير إلى أن "البلاد



أ. عبد الله حياض

أعرب كل من الأستاذ عبد الله عمر حياض والدكتور هاشم بن عبد الرحمن والدكتور فهد عقربان عن إعجابهم بالتطوير الذي تشهده صحيفة البلاد مادة وإخراجاً. ووصفوا في حديث مع

بحث يوصي بإدخال الدوم في غذاء مرضى السكري وضغط الدم

وتم عمل ثلاث عينات من الكيك، الأولى خالية تماماً من الدوم، والثانية تحتوي على الدوم بنسبة ١٥٪، والثالثة تحتوي على الدوم بنسبة ٢٠٪.

وتم التقييم الحسي لعينات الكيك المضاف له الدوم من قبل أعضاء هيئة التدريس والطالبات في معمل التغذية في كلية العلوم والآداب بمحايل عسير.

وأوضحت نتائج التقييم الحسي أن العينة التي تحتوي على ١٥٪ من الدوم هي الأفضل من حيث اللون، تليها العينة التي تحتوي على ٢٠٪ من الدوم، ثم العينة الخالية من الدوم، مما يؤكد أن إضافة الدوم تحسن لون الكيك، حسب تقييم المقيمين.

وكشفت أن العينة التي تحتوي على نسبة ٢٠٪ من الدوم هي الأفضل من حيث الطعم، كما حصلت العينة الخالية من الدوم على أقل الدرجات من حيث الطعم، مما يؤكد أن إضافة الدوم للمكك تعطي طعماً أفضل من الكيك الخالي من الدوم. وأظهرت أيضاً أن العينة التي تحتوي على دوم بنسبة ١٥٪ هي الأفضل من حيث النكهة، تليها العينة التي تحتوي على ٢٠٪ دوم، كما أن هناك قبولاً يصل إلى ٥٠٪ للكيك المضاف إليه الدوم.



المائي مفيد أيضاً لعلاج البلهارسيا، وشجرة الدوم من الأشجار المعمرة وثمارها أكبر منظم للضغط، ويمكن استهلاكها على صورتها الطازجة، كما يمكن نزع النواة منها ثم تجفيف الطبقة اللحمية وطحنها والحصول عليها في صورة مسحوق ناعم، وأيضاً من مميزات هذه الثمرة أنه يمكن استخدامها في منتجات الخبز، لأن لها أثراً في اللمس والنكهة والقيمة الغذائية.

وأجرت الباحثة تجربة، حيث قامت بإضافة الدوم لمنتجات الخبز لاحتوائه على الفيتامينات والألياف والعناصر المعدنية والمواد المضادة للأكسدة، ولأنه يضيف إلى منتجات الخبز خواص حسية مرغوب فيها،

أبها - مرعي عسيري

أوصى بحث صادر عن جامعة الملك خالد بإضافة الدوم لمنتجات الخبز، وإدخاله في غذاء مرضى السكري وضغط الدم والكلية، والحرص على تناوله لاحتوائه على الألياف الغذائية، ولأنه مضاد للأكسدة، إضافة إلى تناوله كعصير، لتعويض ما فقده الجسم من الفيتامينات والأملاح المعدنية.

وجاء البحث بعنوان (أسرار ثمرة الدوم) أجرته الطالبة بقسم الاقتصاد المنزلي بكلية العلوم والآداب للبنات بمحايل صالحة عسيري، تحت إشراف الدكتورة ليمياء عثمان ملاسي، واستخدم البحث المنهج الوصفي التجريبي.

وهدف البحث إلى كشف إمكانية إضافة الدوم إلى منتجات الخبز، مثل الكيك، لرفع القيمة الغذائية وتحسين الخواص الحسية، إضافة إلى إدخال الدوم في غذاء مرضى السكر ومرضى ارتفاع ضغط الدم والكلية والكوليسترول، واستخدام عصير الدوم لتعويض النقص في الفيتامينات والمعادن.

وأوضح البحث أن الدوم هو نوع من شجر النخيل، وهو بيضاوي الشكل صالح للأكل، جيد لعلاج ارتفاع ضغط الدم، والمستخلص



« هذا سبيلي

د. سعيد بن علي الفقيه

انتحار الإنسانية

مسكينة أينها الإنسانية، تتسابق الدول الكبرى على تمزيق بل ونحر، وهم يحملون اللاتفات، ويرفعون دفاعاً عنك الأصوات!! وهم والله من اغتالك، وكل يوم يكون عليك بكاء الخائنين الخائنين بدموع التماسيح !!

طاولة كبيرة ليست مستديرة بل يقف في رئاستها وزعامتها الخمسة الإخوان الخونة !! بل والقتلة !! مجرمين بالسليقة، ومهوسين برؤية أشلاء الإنسانية، وشم دماء الأبرياء من أبناء الشعوب المغلوب على أمرها، باسم الإنسانية!! والبقية من جلاس تلك الطاولة وحاضريها، كمنابر لتكلمة النصاب، وإبراز مزيد من الاهتمام، بأننا هنا اليوم مجتمعون، ليس من أجل شيء!! بل من أجل الإنسانية !! تلك الطاولة التي وضع على منتهى ملاءمة بيضاء وعليها زهور جذابة!! لكن بضمونها ودخلها خناجر للإنسانية مسمومة !! تقطر تلك الطاولة من باطنها دماء، وتتساقط منها أشلاء، ضحيتهم الإنسانية!! إنها هيئة الأمم المتحدة!! نعم إنها متحدة في الظلم، متفرقة في الإنصاف والعدل، وتحقق المساواة، بل إنقاذ البشرية!! إنهم قتلة الإنسانية!!

يجتمعون بين الفينة والأخرى، رافعين شعارات لا للظلم، لا للاستبداد، لا لهضم حقوق الشعوب، لا لإسقاط الأنظمة (قصدهم أنظمتهم التي وضعوها وتخدم مصالحهم، وتبلي توجهاتهم، وتنفذ أوامره، وتحقق مطالبهم، وترصد ليل نهار على أمنهم وأمانهم)!!

نعم باليد اليمنى وردة بيضاء للإنسانية رمزاً للعدل والصدق والوفاء، وفي اليد الأخرى خنجرًا مسموماً تغرسه في جسد الإنسانية، وهي تبكي عليها، وتصبح وتنجح، وتطيط على أكتافها، ثم تنهض لتندد وتتوعد، تزيد وترعد، تسب وتهدد من فكر في قتل الإنسانية!! ومن خطط لذلك، ومول، ومن قام بالفعل ونفذ!! مسرحية هزلية، مكررة وتافهة!! جلست من الإنسانية أسيرة لها مقيدة!! تنتظر في كل مرة، سطوة أولئك الجلادين، المجرمين الخمسة!! فتراها مستسلمة لمصيرها، صابرة لقررها، لا حول لها ولا قوة!! تنضح على نفسها، وتوهما بأن من يجلس على تلك الطاولة والذين يقررون مصيرها، من الجالسين مع المجرمين الخمسة، أنهم في يوم ما سيقررون رفع الظلم عنها، ونصرتها، ولو كان ذلك لا يتعدى حبراً على ورق، أو كلمة باللسان قبل فوات الأوان!! أمال وحلام لا تسمن ولا تغني من جوع!! لكن هيئات هيئات أن يمر من خلال تلك الطاولة قرارا دون تنفيذ وتمحيص!! فإن كان ضد الإنسانية صوتوا له!! وإن كان مع الإنسانية البرية المظلومة، السلوية الحق والارادة، ووافق عليه الكباريس (الدول ذات العضوية في مجلس الأمن، التابع للأمم المتحدة) رفض القرار احد المجرمين الخمسة، من خلال السلاح الذي لا يردعه سلاح!! وهو حق النقض (الفيتو) الذي يستخدمه أحد الخمسة باتفاق بينهم، لقتل أي قرار يصب في مصلحة الإنسانية، دون خجل، أو خوف، أو هم منه أو وجل!!

المجرمون الخمسة - أمريكا وروسيا وبريطانيا وفرنسا والصين !! بنس القرار، وبنس المكان، وبنس المجال وبنس الأخوة !! بل بنس الجمعة، وبنس الاجتماع!!

مسكينة أينها الإنسانية، عبث بك المجرمون، من أعصاب عصبة الأمم!! لكن من المؤكد أن كل ليل لابد أن يعقبه نهار .. وكل ظلمة يعقبها نور، وكل ظالم له نهاية، ولابد في يوم من الأيام أن يظهر الحق وينتصر، مهما طال ليل الظالمين.. ووقتها ستردد الإنسانية مع ما بقي منها؛ ظهر الحق وزهق الباطل، إن الباطل كان زهوقاً..

الرياض

Drsaeed1000@hotmaill.com - Twitter @drsaeed1000

إحباط تهريب أكثر من ألف (طير زينة)



من مكيف المركبة للتوبة، وأشار العتيبي أنه بالمحاولة الثانية وبنفس طريقة التهريب السابقة عُثر على عدد (٤٨٠) "طير زينة". مشيراً إلى أنه تم اتخاذ الإجراءات اللازمة حيال ذلك.

الدمام- حمود الزهراني

تمكن رجال الجمارك السعودية في جمرج جسر الملك فهد من إحباط محاولة لتهريب (١٠,١٨٠) ألف ومئة وثمانون "طير زينة" عُثر عليها مخبأة داخل مركبتين قادمة إلى الجمرج.

وفي التفاصيل يقول الأستاذ ضيف الله العتيبي مدير عام جمرج جسر الملك فهد المكلف أنه تم إحباط هذه الكمية من خلال محاولتين، حيث قدمت أولاً مركبة خاصة وأثناء إنهاء الإجراءات الجمركية المعتادة عُثر على كمية من "طير زينة" بلغ عددها (٧٢٠) طير، كانت مخبأة بطريقة فنية داخل صندوق حديدي مُعد لغرض التهريب أسفل أرضية المركبة وتوصيل مكان الإخفاء بأنايب بلاستيكية



٥٥ متبرعا بالأعضاء في ماراثون (أركض لأجل الحياة)

الدمام- حمود الزهراني

نظمت الجمعية الخيرية السعودية لتنشيط التبرع بالأعضاء بالمنطقة الشرقية " إيثار " بالتعاون مع شركة أركمو السعودية قسم تدريب الأمن الصناعي، ماراثون " أركض لأجل الحياة " للتعريف بأهمية التبرع بالأعضاء وتعزيز الاهتمام بالرياضة لسلامة الجسم وصحته ، شارك فيه نحو ١٣٠ متدرباً ، فيما تم استقبال الراغبين بالتبرع بالأعضاء بعد الوفاة من المشاركين وبلغ عددهم ٥٥ متبرعا.

وأوضح الأمين العام للجمعية الدكتور كامل سلامة أن الهدف من القيام بالفعالية هو التعريف بأهمية التبرع بالأعضاء والجهود التي تقوم بها الدولة بحفظها الله في هذا الجانب ، بالإضافة إلى تعزيز الاهتمام بالرياضة لسلامة الجسم وصحته والتعريف عن البرامج التطوعية التي تفيد المجتمع بشكل عام ، مبيناً بأنه أقيم على هامش الميثاقون معرض مصاحب لهذه الفعالية ، يبين أهمية التبرع بالأعضاء وأهداف الجمعية ورسالتها واللجان التابعة لها وتم عرض بعض الأرقام التثقيفية لتوضيح الفكرة للحضور.

بناء تكريم الداعمين والمشاركين في قافلة الصيف



ومردودها الإيجابي على الأيتام المشاركين فيها والقيم التربوية التي تسعى الجمعية لاكتسابها لهم وبين الخالدي في كلمته إن القافلة انطلقت من الدمام زارت أربع مناطق بوطننا الحبيب واشتملت على العديد من البرامج والفعاليات المصاحبة كزيارة جمعيات الأيتام في تلك المناطق والتقاء الأبناء بآباء تلك الجمعيات بهدف التعارف وإقامة الصداقات كما زارت المتاحف والمعالم بكل محطة من محطات القافلة الأربع فيما احتتمت القافلة جولتها ببرنامج هيا ترتقي لإعداد القادة والذي أقيم بمحافظة الطائف.

الدمام- حمود الزهراني

أقامت الجمعية الخيرية لرعاية الأيتام بالمنطقة الشرقية بناء حفل تكريم الداعمين والزعماء والمشاركين في رحلة صيف بناء برعاية معالي الشيخ الدكتور صالح بن عبدالرحمن اليوسف نائب رئيس مجلس إدارة الجمعية بفندق النوفيل بالدمام ، وقد استفاد من الرحلة ٢٥ طالباً من أبناء الجمعية. وفي بداية الحفل القى الأستاذ عبدالله بن راشد الخالدي مدير عام الجمعية المشرف العام على القافلة كلمة تحدث فيها عن أهداف الرحلة

رفع ١٣ قاربا تالفا من مرفأ الصيادين بالخبر



بالضوابط التي تقضي بالحفاظ على شاطئ الخبر ، وعدم التلوث البيئي أو البصري والالتزام بالأماكن المحددة والمخصصة لوقوف قوارب الصيد ، مشيراً إلى أن البلدية تبذل جهوداً كبيرة للحفاظ على نظافة الشاطئ ، وداعياً أصحاب القوارب إلى التعاون مع البلدية والالتزام بالتعليمات والمساعدة في الحفاظ على شواطئنا وإزالة كافة المخلفات جنباً للغرامات.



الدمام- حمود الزهراني نظمت بلدية محافظة الخبر حملة لإزالة قوارب الصيد التالفة بمرفأ الصيادين بكورنيش الخبر الجنوبي ، وذلك نتيجة استغناء أصحابها عنها أو تحويلها إلى مخازن لمعدات وأدوات الصيد القديمة، ما أدى إلى تشويه المنظر الجمالي لشاطئ المدينة.

وقال رئيس بلدية محافظة الخبر المهندس عصام بن عبداللطيف الملا إن هذه الحملة تأتي ضمن جهود البلدية للحفاظ على المظهر الحضاري والجمالي للمدينة، مشيراً إلى أن مراقبي البلدية رصدوا عدداً من قوارب الصيد التالفة في الموقع إضافة إلى معدات بحرية نتيجة إهمال أصحابها وتم توجيه إندارات لهم بضرورة إزالتها.

وأضاف بأنه تم خلال الحملة رفع وإزالة ١٣ قارب و٤ عربات قوارب و عدد ٤ مكائن للقوارب ، مؤكداً أن البلدية ستستخذ الإجراءات النظامية اللازمة تجاهها، ونوه إلى أن البلدية تسعى لتنظيم حملة لتوعية أصحاب قوارب الصيد بضرورة الالتزام