



مواد تموينية غذائية من صناعة سيدات اخوية البشارة للروم الارثوذكس (أحمد علي)



المطران غطاس هزيم يفتتح البازار بحضور سفير قبرص حاد جيساناس شار الاميوس وسفير رومانيا دانييل تانسي وسفير القاتيكان المطران فرانسيسكو مونتيسيليو والأبنا بيجول

كنيسة الروم الأرثوذكس أقامت بازارها الخيري «من خيرات ربنا»

المطران هزيم: رسالتنا هي المحبة فيها تُبنى الأوطان وتزدهر

■ نعيش في الكويت عائلة واحدة بجميع الأديان والطوائف ولدينا أب واحد هو سمو الأمير.. ونبقى دائما الأبناء الصالحين المحبين



عدد من أبناء الرعية المشاركين في تنظيم البازار



جولة على أقسام البازار ويبدو القائم بالأعمال في السفارة السورية مصطفى ديوب وإبراهيم الحجل



سيدات اخوية البشارة للروم الارثوذكس وفريق الكشافة المنظم

الشيخ صباح الأحمد من رحلته العلاجية معافي، وقال: رفعا الصلوات ليحفظ الله امير البلاد الشيخ صباح الأحمد ويكمله بثوب الصحة والعافية ويحفظ الكويت من كل مكروه.

واضاف هزيم: اليوم نحن مجتمعون لنفتت من خلال تجمعنا أننا عائلة واحدة بجميع الأديان والطوائف، ولدينا أب واحد وهو سمو الأمير حفظه الله ورعاه. وأوصى ابناءه بأن يبقوا دائما الأبناء الصالحين المحبين للجميع وان تبقى المحبة هي اللغة التي تجمعنا، فرسالتنا الأولى والأخيرة هي المحبة فيها تبنى الأوطان وتزدهر.

بدوره، أكد القائم بالأعمال في السفارة السورية مصطفى ديوب أن مثل هذه الأنشطة والفعاليات تجسد نوعا من روح التعاون والمساعدة، خصوصا ونحن نرى هذا الكم من المشاركة المتفوعة والناجحة من حب العطاء والبذل لمساعدة المرضى المحتاجين في الكويت الشقيقة بلد الإنسانية، ونتمنى لهذا البازار النجاح وأن يحقق أهدافه الخيرية. كما عبر الحضور والمشاركين عن سعادتهم وحرصهم على تقديم الأفضل والمساهمة في هذا البازار لما فيه من أهداف نبيلة وسامية.

ندى ابونصر

أكد مطران بغداد والكويت ونوابهما لطائفة الروم المتروبوليت غطاس هزيم أن كل شيء يقام على المحبة يكون له طعم مختلف، والمحبة هي القيمة الأعلى في المسيحية والتي يبني عليها الإيمان المسيحي، داعيا الجميع إلى أن يعيشوا بمحبة وأن يكونوا يدا واحدة، ويجب أن نفرح لفرح بعضنا ونحزن لحزن بعضنا. وأضاف المطران هزيم خلال افتتاح البازار الخيري «من خيرات ربنا» الذي أقيم في كنيسة الروم الأرثوذكس بحضور لفييف من السفراء وشخصيات مرموقة من المجتمع الكويتي من اديان وطوائف مختلفة: أننا في الكنيسة الأرثوذكسية نعمل من أجل الجميع ونحن جزء من البلد الموجودين فيه، لغتنا المحبة بعيدا عن أي عنصرية أو طائفة أو دين.

وأوضح أن البازار يشمل مواد تموينية غذائية من صناعة سيدات اخوية البشارة للروم الأرثوذكس ويعود ريعه لمساعدة المرضى والطلاب المحتاجين. وهذا الكويت مواطنين ومقيمين بعودة صاحب السمو الأمير

أكدت أنها مصدر للبروتينات والأحماض الأمينية الأساسية

د. جنان الحربي: الحشرات وجبة شهية ولذيذة لأكثر من ملياري شخص حول العالم

كميات البروتين في الحيوانات و الحشرات الصالحة للأكل	
نسبة البروتين (الغرامات/100 غرام)	الجزء القابل للأكل
16 - 19%	البطيخ
17 - 28%	سمك السلمون
16 - 28%	سمك السلمون البحري
16 - 19%	الجمبري
17 - 19%	سرطان البحر
25 - 27%	الزواحف
14 - 18%	الجراد و الذباب
10 - 17%	دودة القز
7 - 36%	الخنفساء
8 - 25%	صرصور الليل
13 - 28%	الدمل الأبيض
19 - 26%	الدومب



د. جنان الحربي

تؤكد خبيرة علم الحشرات والأستاذة المساعدة في قسم العلوم بالتعليم التطبيقي د. جنان الحربي أن تربية الحشرات أصبحت من الصناعات الحديثة، مشيرة إلى أن ما يعادل مليوني شخص حول العالم يعتمدون على الحشرات كجزء من غذائهم اليومي، وتقول في تعقيب لها على ما نشر في «سي إن إن العربية» أن أكل الحشرات محبوب لدى الحريصين على صحتهم ولدى الشعوب الفقيرة، وفيما يلي تصريح د. جنان: تعتبر الحشرات من الوجبات الشهية واللذيذة مذاقاً لأكثر من ملياري شخص حول العالم لاحتوائها على قيمة غذائية عالية، فهي مصدر غني للعديد من العناصر مثل البروتينات والأحماض الأمينية الأساسية والفيتامينات بالإضافة المعادن والإصلاح مثل الزنك والحديد والكبريت واليود. من الصناعات الحديثة الرائدة عالمياً أصبحت بعض الشركات تستثمر في قطاعات كبيرة بقصد تربية الحشرات المفيدة للاستهلاك الأدمي. هناك ما يعادل 2 مليار من الناس يعتمدون الحشرات كجزء

من غذائهم اليومي حيث يوجد أكثر 2000 نوع من الحشرات الأمنة والصالحة لمتناول الإنسان مثل الخنفسان واليرقات والنحل والنمل والجراد. إذا كانت فكرة أكل الحشرات مقززة لديك فسوف يصيبك الذهول والعجب عندما تتعلم أنك تأكل الحشرات يوميا منذ سنوات طويلة. أكل الحشرات أصبح آمناً بعدما صرحت رسمياً هيئة الغذاء والدواء FDA بالسماح لوجود عدد من الحشرات ومنتجاتها أو بيضهم بنسب محددة مدرسة في ذلك لصعوبة التخلص منهم كلياً. فعلى سبيل المثال في 250 مل من عصير الفواكه الملعبه يسمح بان تحتوي على 1 بركة، وفي 25 جم من مسحوق الكاري يسمح 100 جزء من الحشرات (أرجل، رأس، وجسم) وكذلك يسمح في التمر المقطع عدد لا يزيد على 100 حشرة كاملة مية، أما الشوكولاتة فمسموح حتى 60 جزءاً من الحشرات. وللعلم هذه القائمة في تحديث مستمر ويمكن ان تضاف اليها مواد جديدة غير متوقعة. بالرغم من ان شكل الحشرات لا يفتح الشهية ولكن أكلها قد يكون محبباً عند الحريصين على صحتهم ولدى الشعوب الفقيرة. فهناك بعض الحشرات تصل نسبة

البروتين لديها إلى 80٪ ومنخفضة الكربوهيدرات مقارنة بلحوم الأبقار. فمن مميزات لحوم الحشرات أنها تحتوي على أغلب الأحماض الامينية الأساسية ودهون الأوميغا 3 غير المشبعة المفيدة لصحة الإنسان. وهناك بعض الحشرات الغنية بالحديد مثل الجراد، فكل 100 جم منها يحتوي على 20 ملجم من الحديد مقارنة بلحم البقر الذي لا تزيد نسبة الحديد فيه على 6 ملجم. أكل الحشرات أصبح حقيقة على ارض الواقع ورائجاً لدى العديد من دول العالم مثل بريطانيا وأستراليا وسويسرا

والدنمارك ودول شرق آسيا وأميركا وأفريقيا. فالخبز المحمص والباستا اللذيذة المصنعة من طحين حشرة الكريكت أصبحت تصدر المبيعات في محلات بيع الخبز والحلويات في مناطق عديدة حول العالم حتى ان سويسرا قامت بتصنيع الهامبرغر من لحم الحشرات. شجعت منظمة الأغذية والزراعة (الفاو) على اعتماد الحشرات كبديل بروتيني في غذاء البشر، فلا نستغرب من توافر منتجات مصنعة من الحشرات في المغرب العربي. سيكون هو غذاء المستقبل.



د.نورة المليفي تقدم احد إصداراتها إهداء إلى مدير إدارة «دار سيف الجابري للنشر» د.سيف الجابري

نورة المليفي حلت ضيفة في معرض الشارقة الدولي للكتاب

حلت د.نورة المليفي ضيفة في دار سيف الجابري للنشر بمعرض الشارقة الدولي للكتاب، حيث وقعت إصداراتها، الأول «النفاس في الكويت قديماً، كأول بحث في الكويت والخليج والوطن العربي في الموروث الشعبي، تناول حياة المرأة الكويتية في فترة النفاس قديماً، والإصدار الثاني ديوان «زيارة مقدسية»، وصرح مدير الدار د.سيف الجابري بأن تواجد د.المليفي في معرض الشارقة الدولي للكتاب مكسب حقيقي وإثراء للحركة الثقافية، التي تعكس عمق التعاون الثقافي بين الإمارات العربية المتحدة والكويت. ولعل ما قدمته د.نورة المليفي يعتبر كنزاً وإراثاً لا يقدر بثمن، فبحثها النفاس في الكويت انطلاقاً لأبحاث فولكلورية تخص الموروث الشعبي النسائي، والذي تخرج الباحثون الذكور عن الخوض فيه وعن توثيقه، وما فعلته د.المليفي هو إعلان عنها لفتحت الباب على مصراعيه للكتابة في الموروث الشعبي النسائي والحفاظ على معتقداته.

نظمت فعالية حول السياحة والمطبخ والعادات الهندية العريقة

«المرأة الدولية» استعرضت «التراث الهندي»



السفير الهندي جيفا ساغار وانبنا دي فوجل خلال قطع كيكة الحفل(محمد هاشم)

الغنى الرفيع والتجانس بين الحركة الاستعراضية والموسيقى التعبيرية. وتخلل الحفل أيضاً مسابقة حول الفيلم الوثائقي الذي تم عرضه مسبقاً عن السياحة في الهند وشارك جميع الحضور في هذه الفقرة المميزة وتم توزيع الجوائز على الفائزات، وبما أن المطبخ الهندي يتميز بتنوع أطباقه وكثرة التوابل التي تضيف النكهات اللذيذة، تم عمل عرض حي لتحضير طبق هندي بسيط أمام الجمهور

نظمت لجنة المرأة الدولية بالتعاون مع السفارة الهندية لدى الكويت فعالية التراث الهندي صباح أمس في فندق كراون بلازا بحضور أعضاء اللجنة ونخبة من سيدات المجتمع وزوجات السفراء المعتمدين لدى الكويت. وبدأت الفعالية بكلمة لرئيسة اللجنة أنبنا دي فوجل والتي رحبت فيها بالضيوف والمشاركين، مقدّمة بأسمى آيات التهاني للكويت حكومة وشعباً بمناسبة عودة صاحب السمو الأمير سالما معافي إلى أرض الوطن. وتم استقبال الضيوف بالطريقة التقليدية وفقاً للعادات الهندية وتعطيرهم بعماء الورد تعبيراً عن الترحيب بهم، وتميزت القاعة بديكور استثنائي منحها أجواء تقليدية تراثية على الطراز الهندي وخلفية موسيقية على انغام الآلات الهندية. بدوره، ألقى سفير الهند لدى الكويت جيفا ساغار كلمة عبر فيها عن التزام بلاده الراسخ باستمرار العلاقة الوثيقة والودية مع الكويت، وحرص الهند على مواصلة وتعزيز تلك العلاقات المتجددة في التاريخ والتي تغذيها الروابط الحضارية والتقارب بين الشعبين وخلال الفعالية تم عرض فيلم وثائقي عن السياحة في الهند تضمن العديد من المواقع الرائعة في مختلف أرجائها، واستمتع الحضور بمشاهدة المناظر الطبيعية الخلابة والخراء الثقافي الهندي، ولان الرقص من العادات التراثية الهندية فقد تضمن الاحتفال عرض رقصتين من الفولكلور الهندي الكلاسيكي التي تحاكي العادات والتقاليد، وتميزت الوصلات بالأداء



استعراض البهارات الهندية خلال الفعالية