

أعزائي المسافرين..

مرحباً بكم على متن طيران أجنحة الشام، حيث تغمرنا سعادة اللقاء بكم عبر صفحات مجلّتكم «المسافر»، ونحن عازمون ومصممون على العمل بكل طاقاتنا للارتقاء دوماً بعملنا، حتى نجعل من رحلتكم معنا تجربة ممتعة ومتميزة.

على أثر المصاب الجلل الذي نزل ببعض المدن السورية، وتسبب بخسائر كبيرة بالأرواح والممتلكات، فإنّه لا يسعنا إلا التوجه إلى المولى عز وجل بأن يرحم الأرواح الطاهرة التي فقدناها، وأن يشفي ويعافى الجرحى، ويؤي المنكوبين.

ومنذ اللحظات الأولى لهذا الخطب، سارعت أجنحة الشام للطيران بأدلة قصارى جهدها للوقوف إلى جانب المنكوبين والمتضررين، من خلال تأمين جسر جوي لنقل شحنات المساعدات والإغاثات التي توجهت إلى سورية من بلدان متعددة، حيث أعلنت الشركة مباشرة عن وضع طائراتها في خدمة الجهات الرسمية والمنظمات الإنسانية، وأعلنت عن انطلاق مبادراتها الوطنية في نقل شحنات المساعدات الإنسانية من وجهاتها المختلفة إلى سورية مجاناً، لتسهم ما أمكن في تعجيل وتيرة وصول هذه المساعدات إلى المتضررين وبالسرعة القصوى.

لقد ساهمت أجنحة الشام خلال تلك الفترة بنقل مئات الأطنان من هذه المساعدات الإنسانية الإغاثية إلى سورية، وعملت على هامش ذلك في التبرع بتقديم عدد من شحنات المواد الغذائية، ومستلزمات الأطفال، والمواد الطبية للمتضررين، لتجسد دورها الإنساني الوطني، وتترجم مسؤوليتها المجتمعية على أكمل وجه.

نعم إنّه الواجب وليس التباهي، فمصاب بلدنا الغالي كان كبيراً وليس لنا إلا أن نعمل، وتتكاتف، ونجتهد، ونتعاون معاً حتى نبلسم الجراح، ونخفف وطأة الحزن والألم عن المتضررين والمنكوبين، ولكن الشدائد لا تدوم والقادم سيكون أجمل بعون الله، فورا كل منحة منحة بلا ريب، ونحن نبتهل إلى المولى بأن تحصل الأيام القادمة لوطنا وأهلنا كل خير.

إن أجنحة الشام للطيران تعمل جاهدة لزرع الأمل والفرح في قلوب الناس، فإلى جانب رسالتها في النقل الجوي، فإنّها تساهم في التخفيف من وطأة الألم والحزن، ليحل الفرح والسرور مع اقتراب شهر الربيع، وعيد ست الحبايب، وقد أطلق قسم العطلات لدى الشركة مجموعة من البرامج المتميزة بمناسبة عيد الأم، وبدء موسم الربيع والعطلات، واستعدت الشركة لدخول شهر الرحمة والغفران، «شهر رمضان المبارك»، متخذة مجموعة من الخطوات لوضع خطط من أجل تطوير خدماتها، إضافة إلى إيجاد وابتكار حزمة جديدة من الخدمات كي تلبى حاجات مسافريها وعملائها، وتُرضي أذواقهم وتطلعاتهم.

وتبقى إدارة الشركة حريصة كل الحرص على سماع ملاحظاتكم، ومعرفة آرائكم، من خلال استبياناتنا التي تُوزع على متن رحلاتنا الجوية، والتي تُهدف إلى تزويدنا بكل ما يمكننا مساعدتكم به، وذلك لتحقيق أمنياتكم، وتنفيذ رغباتكم، فلا تترددوا في إرسالها لنا، متمنين لكم رحلة مريحة وسعيدة، ووصولاً آمناً بإذن الله.

رئيس مجلس الإدارة

68



**طبيبة التغذية
دانة الحموي**
تتحدث عن
العادات
الغذائية
الصحية في
رمضان
صوموا تحبوا
هكذا أوطانا
النبوي ﷺ
في أحاديثه
الشريفة،
لكن لطالما
سببت العادات
الصحية الخاطئة
مشاكل
هضمية عديدة.

62



**لعشاق
العطور ...
هذه الوجوه
السياحية
تثري
حواسكم**
ربما تكون
حكاية العطور
مع البشر بدأت
منذ زمن قديم
جداً، لكن من أين
جاء العطر؟ وما
هي قِصته؟

58



**سكة الحجاز
محطة عبور نحو
الزمن**
جميعنا يشاهد
الأفلام، ويقراً
القصص عن
محطة الحجاز بين
دمشق والمدينة
المنورة، وقد
ذكرت الروايات
القديمة جمال
السفر وما يصحبه
من عناء عبر
السكك الحديدية.

52



**جبل طارق ...
أصول إسلامية
ومعالم سياحية**
يقع جبل طارق
في جنوب شبه
جزيرة إيبيريا، على
منطقة صخرية
يطلق عليها
اسم "جبرلتار"،
نسبة إلى اسم
أمير مدينة طنجة
وقتها وهو الأمير
"طارق بن زياد".

48



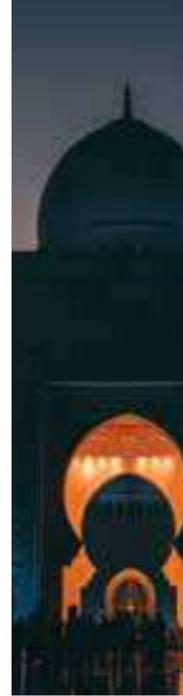
**قصر هشت
بشت في إيران
جنة الألوان
والفن**
من منا لا يرغب
في التعرف إلى
الحضارات القديمة،
واكتشاف
أسرارها من خلال
ما أورتته من
بقايا ممتلكاتها،
وروعة عماراتها،
وكل ما أبدعته.

42



**تعرفوا إلى
الطبيعة البكر
والتاريخ العريق
في أربيل**
لا يمكن للعديد
من المدن في
العالم أن تنبهي
بوجود تاريخ كبير
مثل أربيل.
فإن لم تكن
الأقدم، إلا أنّ
فيها قلعة أربيل
إحدى مواقع
التراث العالمي.

32



**عطلة عيد
الفطر ...**
تعد إجازة عيد
الفطر من أكثر
الإجازات خصوصية
كونها تتزامن
مع نهاية شهر
رمضان المبارك،
حيث يسعى
الأشخاص إلى
البحث عن الأماكن
السياحية.

26



**إلى سوق
الجزرية
الدمشقية
حيث تختلط
روائح العطور
مع البخور**
للأماكن روائح
تشبهها،
لا يدخل أحد
إلى دمشق
إلا وتأخذ
قدمها إلى حى
الجزرية القديم
والسوق
الأثرية في جوار
الجامع الأموي.

18



أهلاً رمضان ...
أهلاً رمضان شهر
الصيام والقرآن
وتجدد الإيمان،
من قبل جميع
المسلمين،
والمؤمنين
المتقدين،
الطائعين الأوابين،
الفرحين بقدمه،
المتجهين نحو
أبواب المساجد
أفواجا.

اقرأ
في هذا العدد



Welcome To Cham Wings Airlines

السياحية التي تمكّنك من اصطحاب 30 كغ من الحقائب والأمتعة، بالإضافة إلى 7 كغ باليد، إلى جانب وجبة فطور، غداء، عشاء مجانية.. أما مسافر درجة رجال الأعمال فيمكنك اصطحاب 40 كغ من الحقائب بالإضافة إلى 7 كغ باليد، كما نقدم لك أيضاً وجبة فطور، غداء، عشاء مجانية.

ونقدم إضافة إلى ذلك قائمة من الوجبات الشهية، المتنوّعة والمميّزة. أنت في عهدة أجنحة الشام للطيران... اختر ميزات سفرك على الدرجة السياحية أو درجة رجال الأعمال، إذ توفر أجنحة الشام للطيران نوعين من التذاكر، الأولى هي الدرجة

أجنحة الشام للطيران ترحب بكم

ستجعل السفر أكثر أريحيةً، وتناغمًا مع تطلعاتكم لأننا نوّقر كل الإمكانيات التي من شأنها أن تجعل رحلتكم ممتعة. وسائل إضافية لراحة أكثر، مرطبات منعشة، مجلة المسافر لتساعدكم على الاستمتاع والاسترخاء في رحلتكم.

نرحب بكم على متن طائرتنا، راحتكم وسعادتكم على متن خطوطنا الجوّية هي جل اهتمامنا. بفضل طاقم موظفينا المعروف بحسن ضيافته على متن طائرتنا، نحن دائماً على أتم الاستعداد لتلبية كل احتياجاتكم بأسرع وقت ممكن وأفضل الطرق.. التفاصيل الصغيرة ولمساتنا التي نضيفها



إثر الزلزال المدمر الذي وقع فجر الإثنين 6 شباط 2023 شمال سورية، وأدى إلى فقدان أرواح وممتلكات الأشخاص في العديد من المحافظات السورية، سارعت أجنحة الشام للطيران وفور وقوع الكارثة، إلى الإعلان عن البدء في نقل المساعدات، والشحنات الإغاثية، والإنسانية المتنوعة، من قبل المتبرعين على متن طائراتها الخارجية المباشرة إلى سورية مجاناً.

وقد أسهمت هذه المبادرة في التخفيف من معاناة المتضررين، وأسر الضحايا المنكوبة، من خلال إيصال هذه المساعدات بالسرعة القصوى، فليّن لعامل الوقت والزمن الدور الأهم في مثل هذه الظروف الصعبة.

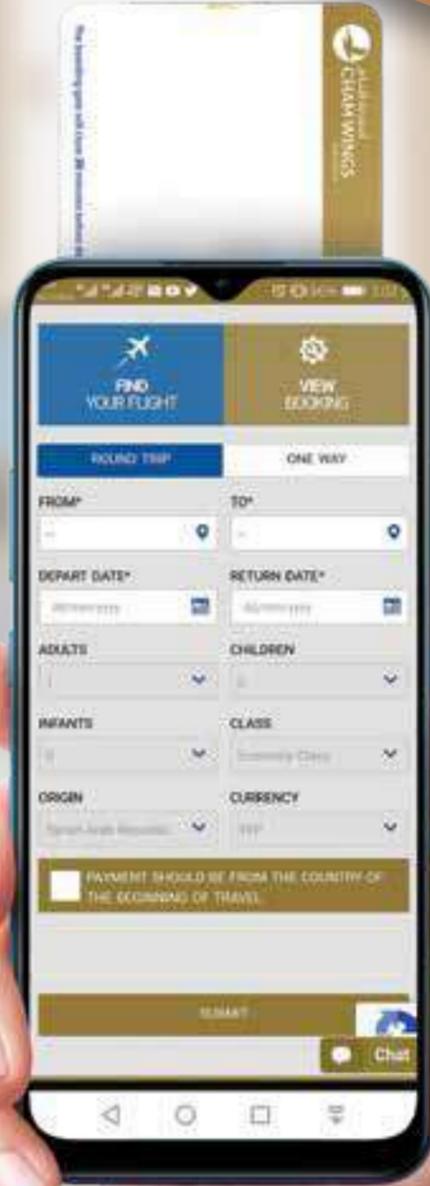


دعماً لأسر ضحايا منكوبي الزلزال أجنحة الشام للطيران تنقل شحنات المساعدات الإنسانية والإغاثية مجاناً إلى سورية



رحلتك... تبدأ بلمسة

أصبح بإمكانك تسديد قيمة تذركت
عبر بطاقتك البنكية بعد الحجز
عن طريق موقعنا
الالكتروني



وقد استطاعت أجنحة الشام، إيصال أطنان من المساعدات، والتجهيزات اللازمة، ومواد الإغاثة المختلفة، من " أبو ظبي - الشارقة - الكويت - مسقط - أربيل - بغداد - والنجف وغيرها"، إلى المطارات السورية مباشرةً في: دمشق وطب واللاذقية، بالتنسيق مع العديد من الهيئات، والمؤسسات الإغاثية، والتنمية، والأهلية، مثل "الأمانة السورية، والهلال الأحمر، وغيرهم"، والجمعيات والسفارات السورية في الخارج، وقامت الشركة بتقديم مساعدات غذائية، وإنسانية لمتضرري الزلزال، ومواد أساسية تخصّ غذاء الأطفال على نفقتها الخاصة. يأتي هذا العمل الإنساني، ليترجم دور الشركة تجاه المجتمع الأهلي الذي تنتمي إليه، وللدور الوطني الذي تقوم به في كل الظروف والأحوال، إيماناً برسالتها تجاه كافة القضايا الوطنية.





لا يزال دور شركة أجنحة الشام للطيران مستمراً في دعم الرياضة والرياضيين في سورية، حيث يشكل هذا الدعم حافز كبير للاعبين، يدفعهم لتحقيق مزيد من البطولات، وحصد العديد من الجوائز. ومن هذا المنطلق قدمت أجنحة الشام للطيران دعماً كاملاً لنادي الوحدة في بطولة دبي الدولية لكرة السلة بنسختها 2023. كما كانت الناقل الرسمي لأبطال النادي إلى الإمارات العربية المتحدة، ليشاركوا في هذه البطولة التي بدأت مجراياتها في 27 كانون الثاني واستمرت لغاية 5 شباط 2023، على أرض نادي النصر في دبي.



**أجنحة الشام للطيران ناقل وداعم
رسمي لنادي الوحدة في بطولة
دبي الدولية لكرة السلة**



وتعد مشاركة أجنحة الشام للطيران بهذا الحدث الدولي، خطوة مهمة تهدف للتعريف بالشركة من حيث الخدمات والوجهات. وتأكيداً على تواجد أجنحة الشام للطيران في كل المحافل والنشاطات السياحية المحلية، والإقليمية، والدولية، إضافةً إلى استمرار دورها الفعال في كونها ناقلاً جويًا وطنياً خاصاً يعمل للترويج لزيارة سورية، وجذب الأفراد والمجموعات السياحية، لزيارة بلد أرق ما يمكن وصفه بأنه بلد التنوع الثقافي، والحضاري، لما يحويه من كنوز عظيمة تستحق التعرف إلى تاريخها وزيارتها، ومع ما يشهده قطاع السياحة في سورية من تعافٍ ونماء.

شاركت أجنحة الشام للطيران ضمن جناح وزارة السياحة في الجمهورية العربية السورية في معرض فيتور الدولي للسياحة والسفر 2023م، والذي أقيم في الفترة الواقعة بين 18 ونهاية 22 كانون الثاني على أرض المعارض، في ثالث أضخم معرض للسياحة والسفر في العالم، والأول في إسبانيا، بمشاركة أكثر من ١٢٠ دولة في العالم حيث افتتح اليوم الأول من المعرض ملك إسبانيا فيليبي السادس.

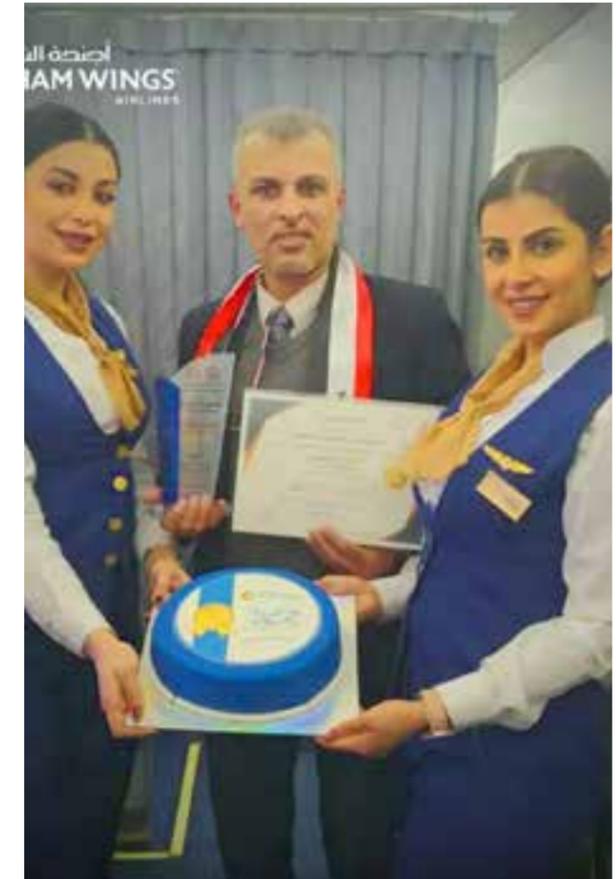


حضور مُميز لأجنحة الشام للطيران في المعرض الدولي للسياحة والسفر (فيتور 2023) في العاصمة الإسبانية مدريد..

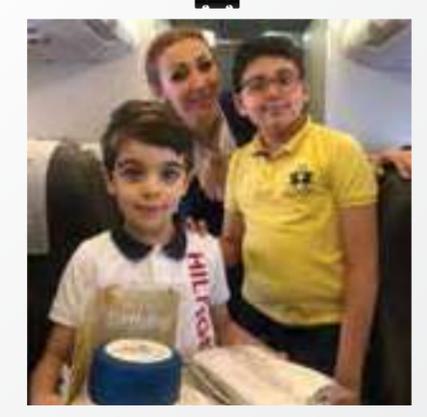
أجنحة الشام للطيران تبارك للدكتور ينال القدسي بعد فوزه بوسام الإبداع والتميز في دبي

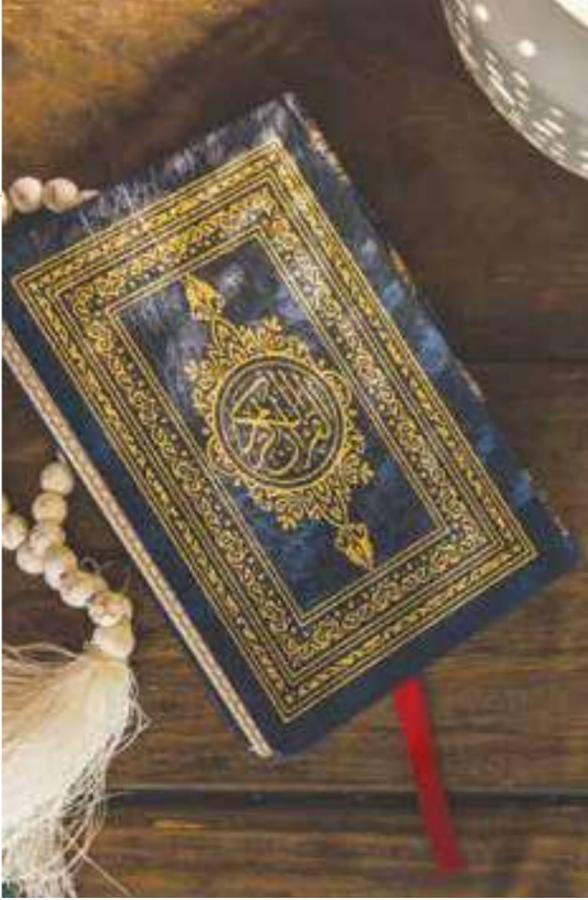
إيماناً منا بقدرات السوريين وإبداعاتهم العلمية في مختلف الأصعدة العالمية، ولأننا على دراية كبيرة بأهمية تقديم المقومات التي تسمح لهم بالتعبير عن فكرهم وتمثيل سورية بأبهى وأعرق طلة، سعت أجنحة الشام للطيران لأن تكون الداعمة للدكتور ينال القدسي في مسابقة "ملهمون3"، والتي أقيمت على هامش المؤتمر العربي الرابع (الإبداع العربي والريادة - التحديات والتحولت) في الفترة الواقعة بين الـ 27 والـ 31 من كانون الثاني الفائت في دبي- الإمارات العربية المتحدة حيث نال الدكتور القدسي على وسام الإبداع والتميز على مستوى الأفراد باسم الجمهورية العربية السورية.

يذكر أن الباحث الدكتور "ينال القدسي" من مواليد دمشق عام 1978 تعود أصوله إلى بلد الشيخ في حيفا، باحث علمي في قسم التقانات الحيوية، الهيئة العامة للبحوث العلمية الزراعية في دمشق ومدرس في قسم العقاقير، كلية الصيدلة، جامعة الرشيد الدولية الخاصة للعلوم والتكنولوجيا.



احجز تذكرتك بتاريخ
عيد ميلادك
لنحتفل معاً





أهلاً بـرمضان

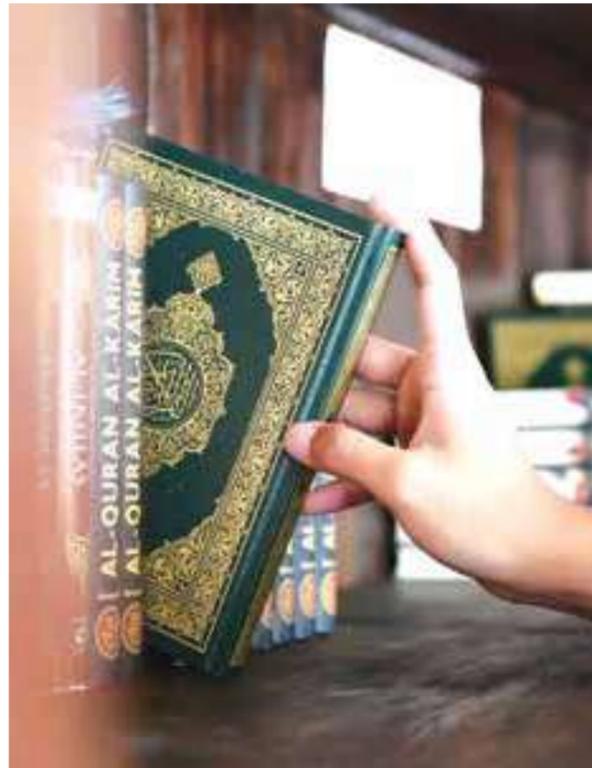
هذه هي الحكمة الكبرى لقيام شهر رمضان المبارك، وتلك هي فائدته العظمى التي تدور حول تربية النفس، وصلاح القلب، وتقوى الله عز وجل، وفيه أيضاً ليلة القدر المباركة، وهي ليلة لا تشبهها ليلة في تنزل الرحمات والمغفرة.

لا نعني به الامتناع عن الطعام والشراب فقط من الفجر حتى الفسق، بل نعني تهذيب أنفسنا، وضبط جوارحنا، وتوقير كبارنا، وطلاقة أرحامنا، فهو الشهر العظيم الذي ورد في قيامه آيات في كتاب الله العزيز، حيث قال الله تعالى: "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ".

أيام معدودات ينتظرها المسلمون ويلتمسونها في حلقات الذكر، وفي صفوف المطالين، في جلسات السحر، وموائد الإفطار، صوراً متعددة لشهر رمضان ما زالت تربط الماضي بالحاضر، تروي تعاقب الأزمنة، والعادات الرمضانية الزوانية، منذ القديم حتى يومنا هذا. إنه شهر الرحمة والمغفرة، شهر الإحسان والطاعات.

أهلاً بـرمضان شهر الصيام والقرآن وتجدد الإيمان، من قبل جميع المسلمين، والمؤمنين المتعبدين، الطائعين الأوابين، الفرجين بقدومه، المتجهين نحو أبواب المساجد أفواجا، ليحيوا أيامهم، ولياليهم بالصلاة، والذكر، وقراءة القرآن. وجوهاً قد آبت لخالقها بعد غيبة طويلة، فاهتدت إلى دروب التقوى، والإيمان، خاشعة لربها الرحمن.

لا يتميز رمضان بمواسم عباداتهم فقط بل إن هناك طقوس وأجواء أخرى اشتهر بها ، حيث تعد المدن العتيقة، والأزقة القديمة، والأسواق المسقوفة المكتظة بالبائعين والرّوّار، ظاهرة رمضانية قادرة على محاكاة ذاكرتنا، وإدخال الفرح إلى قلوبنا، حيث لك أن تتخيّل هذا المشهد الرمضاني المتمثّل بالبهالات الدنيّة المتبعثة من المحال التجاريّة، والفوانيس، والأضواء، والأهلة التي تزيّن كلّ مكان، وبأعني العرقسوس، والتمر هندي، والجلاب، وروائح الحلويات الشهية التي تعبق في أسواق الطعام قبيل آذان المغرب، إلى جانب مهن رمضانيّة ارتبطت بالشهر الكريم، كالمسكراشي، والحكواتي، وطهاة ولأئم الرّحمن، والمنشدين، والشاحدين الذين تبدع حناجرهم ضمن فترتي التسحر والإفطار في ذكر الله، ومدح النبي، وإظهار فضائل الصيام عبر ابتهالاتهم الدنيّة، كذلك القائمين على المساجد، فهؤلاء يشكّلون عموداً أساسياً في حياتنا الاجتماعيّة في رمضان.



عبادات وعادات ارتبطت بالشهر الكريم

شهر الله أي شهر الصيام والقيام، وإذا كان صوم رمضان الرّكن الخامس من أركان الإسلام، فإنّ الصلاة هي ركنه الثاني، فرضها الله على المسلمين من خلال خمسة أوقات، لكن في شهر رمضان تزداد الطلوات طلاتين، وتعدّان من أعظم ما يقوم به المسلمون في هذا الشهر بغية التقرب إلى الله تعالى، وهما صلاة التراويح التي تكون عقب صلاة العشاء، وتستمرّ يوماً طوال الشّهر الفضيل، وصلاة التّهجد في العشر الأواخر، إذ تكتظ المساجد بالمصلين الوافدين إليها من كلّ مكان، لتصبح هذه السنن النبوية واحدة من أجمل مواسم رمضان الروحانيّة.



وكبيرها، والإكثار من الطّاعات، فإنّه شهر الله الذي أدخّل المسلمون إيماناً بالله وتقرباً إليه، وعملوا على ربط عباداته بعبادات مجتمعيّة إسلاميّة تُبنى على إقامة الطلوات، وتلاوة القرآن، والتشبّث بالأخلاق الكريمة، والاحترام، والود، والعطاء، المنبثقين عن أصول الدين الإسلاميّ وفرائضه وتعاليمه السّميحة، مضيفين إليها سنن نبيه محمد ﷺ.

كان النبي ﷺ إذا دخل رمضان، أو اقترب دخوله، يروى لأصحابه: قد جاءكم شهر رمضان، شهر مبارك، افترض الله عليكم صيامه، يفتّح فيه أبواب الجنّة، ويغلق فيه أبواب الجحيم، وتغلّ فيه الشّياطين، فيه ليلة خير من ألف شهر، من حرم خيرها فقد حرم. لتستقبل رمضان بالفرح والسرور، والحفاوة والتكريم، فهذا شهر اختاره الله لفريضة الصيام، فينبغي أن نستقبله بالمبادرة إلى التّوبة من الذّنوب طغيها.

الإمارات العربية المتحدة ... أجواء رمضانية عريقة تسودها الحدائث

والأضواء، والتي تُقدم الطعام الإماراتي الشعبي إلى جانب كل المأكولات الرمضانية الشهيرة. وكذلك التسوق من أكثر أمور الجذب السياحي، حيث يزداد الطلب على مختلف السلع مع مهرجانات الخصومات والتخفيضات، وفي أواخر الشهر تزداد الأسواق نشاطاً، خاصة محلات الألبسة، والطويات، وأسواق الذهب.

تعدّ دولة الإمارات واحدة من الدّول التي تستحقّ الزيارة خلال شهر رمضان لمزجها بين عديد من الأمور العصريّة، والتقليديّة من أجل الاحتفال بهذا الشّهر بعد أن يُلتمس هلاله، إذ ما زال صوت مدفع الإفطار يلزم شعائر الإمارات الرمضانية في تقليد راسخ بالجذور، ومن أهم المشاهد المتميّزة في المجتمع الإماراتي، تجربة إفطار مميزة في الخيم الرمضانية المزيّنة بالفوانيس



المدن تبتهج بروحانيّة شهر الصّوم

يحرص كثير من المسلمين على اغتنام هذه الأيام المباركة للذهاب إلى رحلات سياحية دينيّة، يتعرّفون من خلالها إلى أجمل المساجد، والمتاحف، والشعائر الإسلاميّة في الشهر المبارك، ويحاولون تجربة عادات وتقاليد المجتمعات الإسلاميّة الأخرى، والأطعمة المختلفة المذاق وعادات الصيام، وهناك عدد لا يحصى من الأماكن التي تنبض بالحياة خلال هذا الشّهر الإسلاميّ، تمكّن الضّائم من قضاء أجمل الأوقات.

مكة المكرمة مدينة رسول الله

تعدّ مكة المكرمة أقدس مدينة في الدّين الإسلاميّ، ويذهب المسلمون من جميع أنحاء العالم برحلة الحجّ إلى هذه المدينة، وخلال شهر رمضان يعتمر المسلمون إليها لينالوا رضا الله، وينعموا بسكينة مدينة نبيه محمد ﷺ.

إضافة إلى تزيين مكة على نحو جميل وهذه بالتأكيد متعة خاصة، ويمكن للمسافرين العثور على بازارات رمضان في جميع أنحاء هذه المدينة في المملكة العربيّة السعوديّة، وإقامة الحلوات في ربابها الطّاهر.



رحلة مليئة بالترفيه

A FLIGHT OF ENTERTAINMENT



إلى إسطنبول وأجمل المواسم الرمضانية

تجسّد إسطنبول موسماً رمضانياً وروحانياً ممتعاً، بكلّ ما يحفل به من أجواء إيمانية وشعائر فلكلورية جميلة، من تناول الإفطار في ساحات الجامع الأزرق تحت الهواء الطلق، إلى بضع لقيمات يتسحرون بها على متن يخت في مضيق البسفور.

وستجدون كثير من الفعاليات اللطيفة على متن هذه المراكب، التي تقيم إفطارات وسهرات رمضانية عائلية مذهلة، وتنتشر هناك السهرات المولوية في الزوايا الصوفية، وخاصة في محيط منطقة السلطان أحمد، وقصر توبكابي.



تحتضن هذه السوق بشهرة واسعة بين سكان دمشق وزوارها، وهي سوق مختصة ببيع الأعشاب والبخور والعود وزيت الزيتون والسمن والصابون، إلى جانب الفواكه المجففة والتوابل والسكر والملبس الدمشقي، وأنواع الشكولاتة والراحة والنوغا المحشوة بالفستق الحلبي بأشكال ونكهات مختلفة، والسكر نبات وغزل البنات.

لكن يمل الزائر من التجول في أركان تلك السوق ولكن يحزن على إنفاق كافة مدخراته في دكاينها العتيقة، ولاسيما أن للنفود هناك بديل آخر.



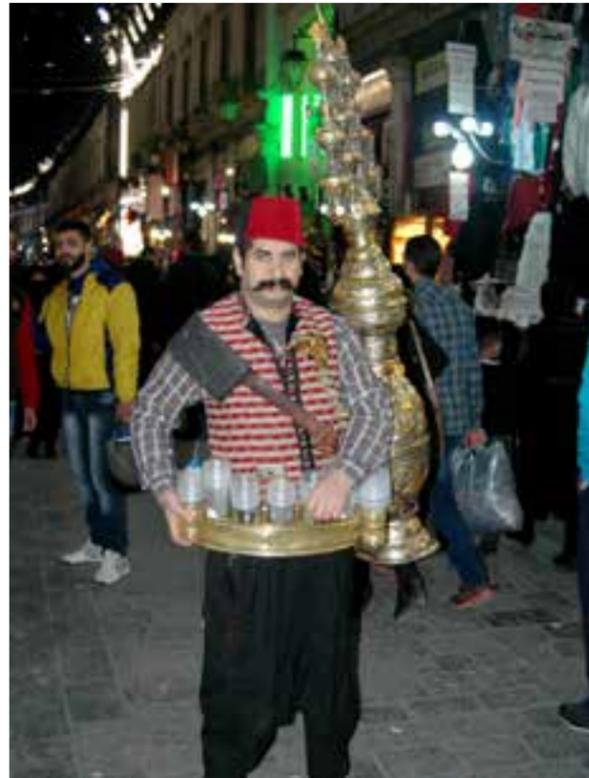
لأماكن روائح تشبهها، لا يدخل أحد إلى دمشق إلا وتأخذ قدمها إلى حي البزورية القديم والسوق الأثرية في جوار الجامع الأموي، إنها السوق الأكثر ألفة في المدينة القديمة، وكان لدكاينها أرواح تخاطب الأشخاص من حولها، لتحدثهم عن تاريخ دمشق، وتشدهم إليها بروائح الزكية والطيبة وألوان وأشكال الحلويات التقليدية المتنوعة والمعروضة داخلها في كل مكان.



إلى سوق البزورية الدمشقي حيث تختلط روائح العطورات مع البخور



تمتد السوق على طول كيلومتر من دمشق القديمة من منطقة الدقايقين والشاغور حتى الجامع الأموي المجاور لقصر العظم، وهناك العديد من الأماكن التراثية والسياحية التي يمكن للزائر استكشافها، إذ تحتوي سوق البزورية على عدة أسواق صغيرة تعتبر فروعاً متخصصة، منها سوق العطارين التي تتميز بالحوانيت الصغيرة والمنتشرة على الجانبين لبيع الأعشاب الطبية والخلطات الغربية، العقاقير، وسوق الحلويات، وسوق البهارات، كما يمكن للزائر أن يأخذ قسطاً من الراحة في بعض الخانات القديمة حول السوق كأن يحتسب كوباً من الشاي في خان الصنوبر، أو يصادف عرضاً فنياً في خان أسعد باشا الذي يتوسط السوق ويتفعل في نسيجها المعماري فيضيف طلة رائعة الجمال بمداميكه الحجرية. أما من أراد أن يكمل مشواره فلا بد له من الولوج إلى حرم الجامع الأموي الكبير في دمشق، والذي يعد أسطورة تاريخية ودينية تجمع الماضي بالحاضر.

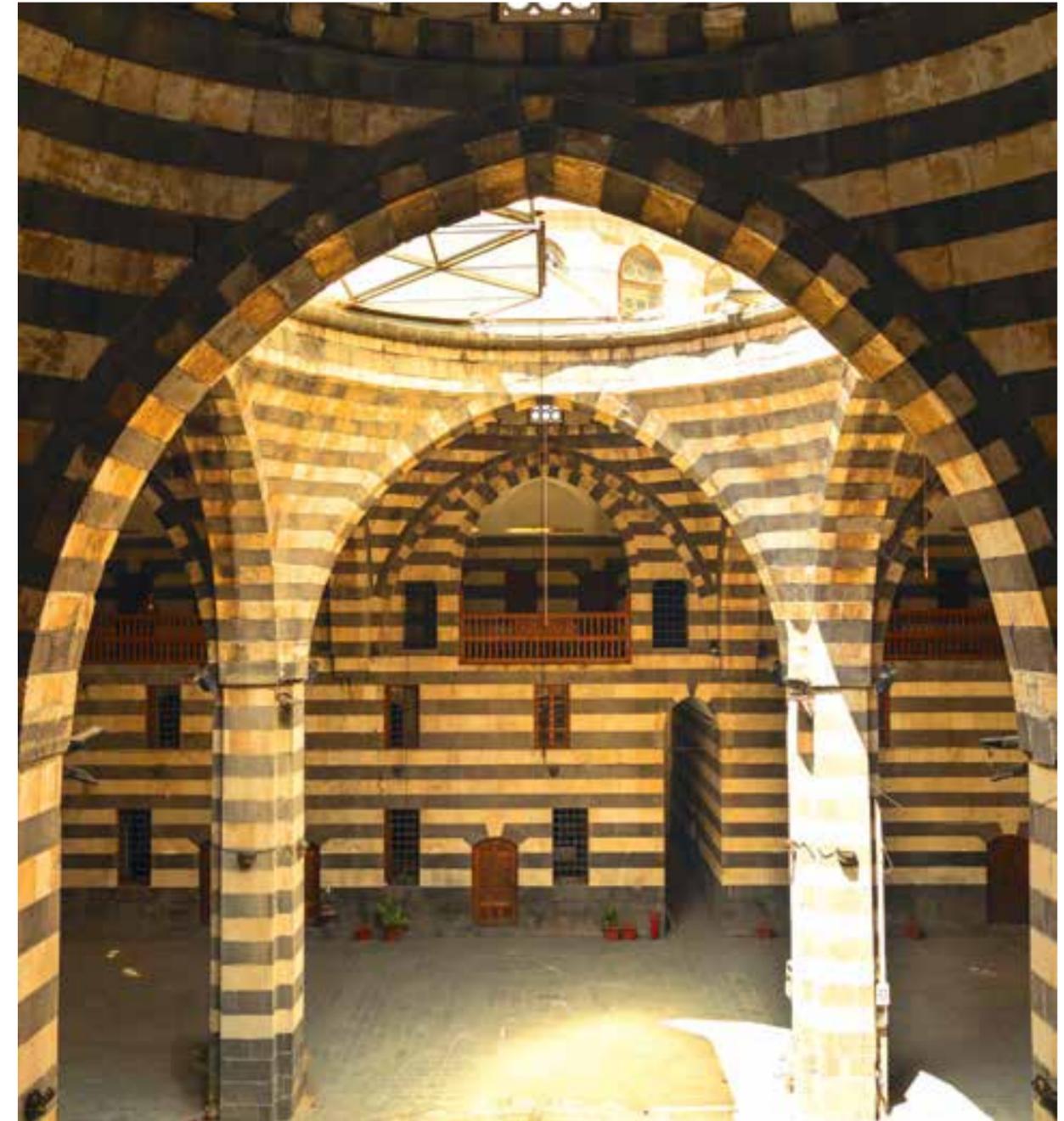


فهناك مزيج عجيب من الاختلاط يؤلف فصلاً حياً في سياق ذاكرة المكان، حيث يمعن السوريون في حبها والارتباط بها ضمن تاريخ موغل في القدم، يألفونه ويجالسونه، مكان قادر على صناعة مشهد يومي متجدد في قدمه متعدد في وجوهه، وبين غرب السوق وشرقها تقوم الدنيا من الساعة الخامسة صباحاً ولا تقعد إلا عند الثامنة ليلاً، ففي الوسط تتعثر الأشياء وتتناثر في فوضى منظمة، بائعون يفترشون الأرض يعرضون أشياء السوق، أناس بمختلف الأعمار، شيوخ يجرون سنين عمرهم، وأصوات أكثر من لغة بشرية ولهجات من شمال سورية وجنوبها وغربها وشرقها.



خان أسعد باشا العظم

إن أكثر ما يميز خان أسعد باشا هو تصميم الباحة الداخلية التي زخرفت أبوابها بالأرابيسك، وتتوسطها بركة رخامية مثمرة، تعلوها قبة مركزية يحيط بها ثمانى قباب مصممة بتقنية العقود المتقاطعة وبطريقة الانتقال من الشكل المربع إلى الشكل الدائري، وهي تعد من أكثر السمات جذباً للانتباه فى الخان.



انفيرتر من الماركة العالمية فيلسيتي سولر Elicitysolar®

Make life full of hope



IVPM

2800W
3500W
5000W
6000W
7500W
8000W
10000W

24V/48V

IVEM

3000W
5000W

24V/48V

متوفر بطرازين منزلي/صناعي

متوفرة لدى صالات شموط أوتو
والمراكز المعتمدة في المحافظات

☎ 011-9260



كفالة لمدة 12 شهر



اكتشف الفصول الأربعة في أرمينيا

هل أنت مستعدٌ للاستمتاع بجواهر العمارة الدينية الأرمينية الممزوجة بسلاسة، مع المناظر الطبيعية، والحضيرة الرائعة، وربابة صدر السكان؟ إنها أرمينيا التي تجتمع كل تلك الصفات في فصلٍ واحدٍ ومدينةٍ واحدةٍ، إذ تشتهر أرمينيا بأنها دولةٌ قديمةٌ، لكن قليلٌ من الناس من يدرك مدى روعة المناظر الطبيعية الخلابة، والمعالم التاريخية التي لا تعد ولا تحصى، والتراث الثقافي في هذا البلد المشمس، والجميل، والمضياف، حيث يمكنكم اختيار رطتكم الخاصة من بين العديد من الجولات العامة، والمتخصصة، كالتعرف إلى الثقافة، واكتشاف المدن والقرى عن طريق المشي لمسافات طويلة بين الجبال، والطرق الوعرة، ومراقبة الطيور، والحيوانات الليفة. وسييسد أولئك الذين يقومون بجولة الطهي بسماع أنّ معظم التجمعات الأرمينية تُركّز على الطعام، وأنّ يريفان هي موطن لمجموعة واسعة من المطاعم، التي تقدم أفضل المأكولات الأرمينية.



عطلة عيد الفطر... أوقات مبهجة ووجهات مذهلة تنتظركم

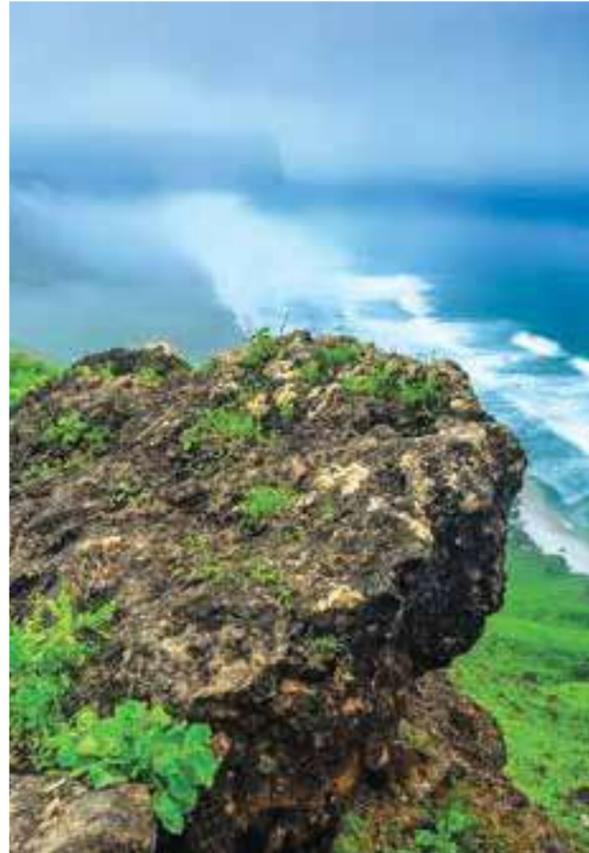
تعد إجازة عيد الفطر من أكثر الإجازات خصوصيةً كونها تتزامن مع نهاية شهر رمضان المبارك، حيث يسعى الأشخاص إلى البحث عن الأماكن السياحية التي تلبى حاجاتهم للاسترخاء والتسلية، ولا تتنافى مع ما قاموا به من ضوابط أخلاقية ودينية خلال شهر الصوم. ومن هنا نقدم لكم أجمل الأماكن السياحية التي قد تروؤن لكم، خاصة مع بدء الاعتدال الحراري في أغلب المناطق الشرق أوسطية.



”طلالة“ وجهة عشاق الطبيعة

تعد طلالة موطن لبعض الشواطئ الجميلة مثل الخندق، والحفة، والبليد، إضافة إلى احتوائها على العديد من العيون، والأنهار، والشلالات، ما يجعلك تعيش تجربة طبيعية لا مثيل لها في العالم، ورغم أنها العاصمة السياحية لسلطنة عمان، تعد طلالة من المناطق الرخيصة نسبياً، وهذا يُمكنكم من التسوق والإقامة فيها بسهولة.

نتحدثكم بزيارة مسجد السلطان قابوس الذي يقع وسط المدينة، إنّه مبنى ضخم بمزيج أنيق من العمارة العربية والحديثة، حيث ضمت الديكورات الداخلية لغرس شعور التقاء، والتواضع للمؤمنين في أثناء الصلاة.



ساحة يريفان فيرنيساج، فهي ساحة تسوق ضخمة افتتحت في ثمانينيات القرن الماضي على يد فنانيين قرروا بيع أعمالهم الفنية، ثم تحولت مع مرور الزمن إلى مركز تسوق ضخم يعجّ بالقطع الفنية الأرمينية، التي يقبل عليها السياح كتحف تذكارية. أمّا إذا كنتم من هواة الاستماع إلى الموسيقى الأرمينية فيمكنكم التوجه إلى أوبرا يريفان، حيث تُقدم عروض موسيقية رائعة، وعروض باليه مميزة بأسعار بسيطة.

يمكنكم زيارة ”محمية شيكاوغي“ فهي موطن للحيوانات بما في ذلك الفهود، والديبة، والماعز البري، والأفاعي، ويمكنكم زيارة بحيرة سيفان، إذ تعد هذه البحيرة الفيروزية أكبر بحيرة في البلاد، ومكان جميل للزيارة خلال العطلات في البلاد، فالبحيرة محاطة ببعض الأديرة المذهلة، أكثرها إثارة للإعجاب هو دير سيفانافانك الشهير. إضافة إلى ذلك نتحدثكم بزيارة المسجد الأزرق في يريفان، ومتحف التاريخ، وميدان الحرية، أو التسوق في



دبي ... وجهة العائلات الترفيهية

جميع من زار دبي يعلم جيداً أنها تضم كل ما يسعى زوارها إليه، وخاصةً في فترة الأعياد والعطلات، لاسيما عيد الفطر المبارك، إذ تسعى مراكز التسوق والمنتجعات إلى تقديم كثير من العروض التي تتناسب مع العائلات، وتقدم المتعة لأطفالهم.



تتعدد الأماكن السياحية التي يمكنكم زيارتها في دبي خلال فترة عطلة عيد الفطر مع أفراد عائلاتكم أو أصدقائكم، فغالباً أنتم تريدون التجول في كل أرجائها، وأخذ كثير من الصور الجميلة مع عراقتها، وروعة بناؤها.



مدينة العلا إحدى عجائب الدنيا السبع

تتميز العلا بأنها تقع في قلب الصحراء الشمالية الغربية للمملكة العربية السعودية، أي في المدينة المنورة، وتشتهر بأنها عبارة عن متاهة من المنازل المهجورة. إن تجربة السياحة في العلا هي تجربة فريدة من نوعها، حيث شهدت هذه المدينة حضارات متنوعة على مر العصور، من بينها الحضارة المعينية، والنبطية، واللاحينية، والديمانية، وكثير غيرها من الحضارات التاريخية العريقة، التي جعلتها من الوجهات السياحية الهامة في السعودية، التي يقصدها السياح، والزوار المحليين على حد سواء، وخاصةً عند طول ساعات المساء، حيث يذهب عشاق الفلك والنجوم إلى غراميل العلا، وهي تكوينات صخرية مذهلة، تحيط بها مجموعة من ليلئ مجرة درب التبانة العظيمة، فعندما يغم المساء، وتعتم سماء العلا، تُضيء قناديل درب التبانة السادرة، وتظهر السماء صافية لا يوجد فيها غير أنوار المجرة الرائعة، التي تنعكس على تكوينات الغراميل الجميلة.



رحلة عيد الفطر موسكو - إيران - أربيل دبي - يريفان



CHAM WINGS
Holidays

Tel : 00963 9211 / EX : 323

Mobile : 00963 94 00 111 08

E-mail : Holidays@chamwings.com

المسافر
THE TRAVELER

أما بالنسبة للأطفال فيمكنكم إدخال السرور إلى قلوبهم، عند توجيهكم إلى دبي باركس آند ريزورتس، أو سكن دبي، أو آي إم جي، التي تُعرف بكونها أكبر وجهة ترفيهية داخلية مغلقة في العالم.



إذا كنتم من هواة الطبيعة، فهناك كثير من الحدائق البيئية التي يمكنكم زيارتها كدبي ميراكل جاردن، أم حديقة دبي المعجزة، وأما إذا كنتم من هواة الأنشطة الصحراوية، فجميل جداً أن تقوموا برحلة سفاري تنقلكم إلى وسط الصحراء، لتُحظون بتجربة سياحية بنكهة القهوة العربية الأصيلة بين الكثبان الرملية. ولا تنسوا زيارة برج خليفة، والنافورة الموسيقية، والمتاحف الرائعة، مثل متحف ساروق الحديد الأثري، ومتحف المرأة، ومتحف تاريخ السينما في دبي.



Golden Mazzeh Hotel

فندق غولدن مززة

The Newest Five Star Hotel in Damascus

أحدث فندق خمس نجوم في دمشق



GOLDEN
MAZZEH

★★★★★



Symphony

Our fine dining restaurant with hand-picked selections of international cuisines. Symphony serves as an all-day restaurant as well.

Flamingo Lounge

Our elegant lobby café is the perfect place to relax and enjoy a variety of drinks and snacks.

Sky Diyar and Sky Diyar Terrace

Introducing the authentic Syrian cuisine with creative modern touches, along with the breath taking panoramic view of Damascus.

Food Truck by the Pool

Providing our swimming pool guests with a selection of fast foods, juices, summer cocktails, and ice cream.



Dining

Golden Mazzeh Hotel's is home to various restaurants, offering a diverse selection of food and beverages, and interesting concepts.

المطاعم

يتميز فندق غولدن مززة باحتوائه على عدة مطاعم فريدة من نوعها، تقدم خيارات متنوعة من المأكولات والمشروبات.



سيمفوني

المطعم الفاخر، بما يقترحه من خيارات متنوعة بعناية من الأطباق العالمية. كما يقدم سيمفوني أيضاً خدمة المطعم اليومي.

سكاي ديار وسكاي ديار تراس

يقدمان المطبخ السوري العريق بطريقة عصرية وإبداعية مع الاستمتاع بالإطلالة البانورامية الشاهقة على مدينة دمشق.

فلامينغو لاونج

مقهى البهو الأنيف والمتميز، والمكان الأفضل للتمتع بخيارات المشروبات والوجبات الخفيفة.

شاحنة الطعام على المسبح

تقدم لرواد المسبح تشكيلة من الوجبات السريعة والعصائر والمشروبات الصيفية والبوظة.

111 Rooms & suites
1 Ballroom
3 Meeting rooms
غرفة وجناح
قاعة حفلات
قاعات اجتماعات

+963 11 9663

Eastern Mazzeh Roundabout - Damascus, Syria
دوار المززة الشرقية - دمشق - سورية

www.golden-mazzeh.com

goldenmazzeh



لا يمكن للعديد من المدن في العالم أن تتباهى بوجود تاريخ كبير مثل أربيل.

فإن لم تكن الأقدم، إلا أنّ فيها قلعة أربيل إحدى مواقع التراث العالمي لليونسكو، كونها مثلاً مذهباً على تل أثري متعدد الطبقات، يُطلّ اليوم على مدينة حديثة أنشئت بعدها بقرون.

هي عاصمة كردستان العراق، وتحتوي على بازارات قديمة رائعة، ومقاهي تقليدية تسعد زوارها بتفاصيلها البسيطة، وتحمل مدينة أربيل كثيراً من المعالم السياحية الجميلة، كالشلالات الغزيرة، والجبال المثيرة، وقلعتها الضخمة، إضافة إلى برج الساعة، والمنارة، وجامع المرحوم الحاج جليل الخياط، ذاك الجامع الذي لا بد لزياره أربيل من حط الرحال فيه حرمة وفناءه، وعدد كبير من المتاحف كمتحف النسيج الكردي الذي يعود تاريخه إلى عام 2014م، وهو مخصص لمنتجات المنسوجات المحلية، مثل الأقمشة والملابس، سيمنك التجول فيه كثيراً من المعارف عن إنتاج الشعب الكردي للمنسوجات في العصور القديمة، كذلك متحف التراث السرياني الأثري، الملئ بالمتحف السريانية القديمة، مثل الكتب، والنصوص، والمنحوتات، والملابس، والأدوات المنزلية.



تعرفوا إلى الطبيعة
البكر والتاريخ العريق
في أربيل

اكتشف "دهوك" وتمتع بأجمل الأماكن السياحية



يعود تاريخ هذه المدينة العراقية إلى العصور الحجرية، وهي من أجمل الأماكن التي تتيح للزائر الاستمتاع والاستجمام، لما تحتويه من أماكن دينية، وترفيهية تجذب السياح، ومن أهم هذه الأماكن، قلعة العمادية المرتكزة على صخرة وحيدة ومحاطة بالجبال، وسميت بالعمادية نسبة إلى مؤسسها عماد الدين الزنكي، وذلك في عام 537 هجري.

ليس ذلك فحسب بل لا بد لكم من زيارة قرية القوش، وهي واحدة من أقدم القرى المسيحية شمال العراق، تقع على سلسلة جبلية تفصل محافظتي نينوى ودهوك، وهي مناسبة جداً لهواة التاريخ، إذ تعود نشأتها إلى ما قبل ميلاد المسيح.

أما مدينة عقرة العراقية القديمة، فهي مدينة تحمل معاني دينية وتاريخية عميقة، فهي كونهما تضم الجامع الكبير، الذي يعود إلى 1400 سنة، وكاتدرائية مريم العذراء، ما يجعلها مقصداً هاماً لمختلف السياح، ولا تنسوا زيارة قلعتها التاريخية الهامة.

كما يوجد فيها مزار ديني يقع في الجزء الغربي من المدينة، وهو ضريح الشيخ عبد العزيز الكيلاني، حيث يحمل هذا المزار أهمية كبيرة تعود لحدود الشيخ الكيلاني في معارك تحرير القدس تحت قيادة صلاح الدين الأيوبي عام 1187م، وهي منطقة خضراء نظرة، مثمرة بالأشجار الخضراء والبساتين.



تسوق في بازار القيصرية

إنها السوق المحيطة بقلعة أربيل العريقة، يمكنكم التجول فيها، والاستمتاع بالأجواء التراثية، حيث يوجد فيها جميع المنتجات الشعبية، مثل الطويات، والبسطة المصنوعة يدوياً بأسعار رائعة، وهي من أقدم الأسواق المفضلة في العالم، ويعود تاريخها إلى العهد العثماني.



قم بزيارة قلعة أربيل التاريخية

من زار أربيل لابد له من زيارة هذه القلعة، كونها مكاناً تاريخياً محضاً بالكامل، كما أنها صنفت واحدة من مواقع التراث العالمي لليونسكو في يونيو 2014م، إضافة إلى ذلك، هي واحدة من أقدم الأمكنة المأهولة بالبشر في العالم.

هناك كثير من الحياة في أنحاء القلعة، سترى هناك أشخاصاً يعزفون الموسيقى، وأطفالاً يركضون ويلعبون، وغيرهم من السكان المحليين والسياح يشربون الشاي، ويدخنون الأراجيل، مما يجعلها موقفاً يستحق الاستكشاف، والاستمتاع بالإطلالات الخلابة على المدينة.



لابد من التعرف إلى جامع جليل الخياط في أربيل

يعد جامع جليل الخياط مزيج من العمرانية، والروحانية التي ينشرج لها الصدر، ويرتاح بها الفؤاد في أثناء العبادة، وعند ذكرنا هذا المسجد لا بد من وصف واكتشاف الزخارف الإسلامية، والأنماط الزهرية التي تزيينه، فهي نتاج جهد كبار فناني الزخرفة الذين جاء بهم من مصر، والمغرب، لإتقانهم هذا الفن، واحترافهم للنقوش الإسلامية الفريدة، التي زينت بها جدران القاعة الرئيسية في جامع جليل الخياط، مما أكسب هذا العمران تفرداً عن كل مساجد العراق.

الصلاة في هذا الجامع لها طعم خاص، ويشجع على الاعتكاف فيه في العشر الأواخر من رمضان، لأن اختيار الأئمة بأصوات جميلة يعطي الصلاة روحانية تختلف عن كثير من جوامع العراق.



السليمانية مدينة كل شئ

إلى هواة الطرقات الوعرة بين الجبال، هناك واحدة من أكثر المدن السياحية ترحيباً، واسترخاءً في شمال العراق، مدينة الطبيعة والأطباق التقليدية الشهية، حيث يمكنكم الاستمتاع بالكفتة المسننة، وكذلك البرياني، ومجموعة من الأطباق الشهية الأخرى.

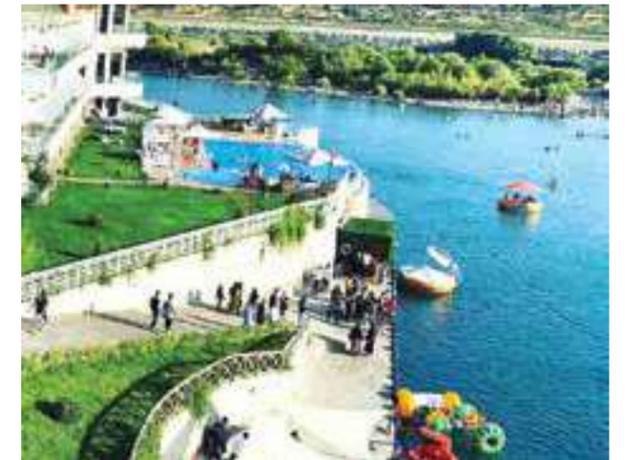
يمكنكم استكشاف قائمة شاملة من الخيارات في أثناء زيارتك للمدينة، سواء كانت الآثار التاريخية، أو الأماكن الترفيهية، أو المواقع الطبيعية، أو حتى الأسواق والبازارات.



بارزان مدينة الكهوف الأثرية

منطقة جميلة تقع بين العراق وتركيا وإيران، وهذا الموقع الإستراتيجي جعل منها جنة حقيقية تغني قلب وروح زوارها، بأشجارها المتنوعة وخاصة الجوز منها، وحقولها الخضراء المثمرة، وهي موطن كثير من الحيوانات المتنوعة، مما يكوّن فيها مناخ بيئي عالٍ المستوى.

يمكنكم قضاء وقتكم فيها عن طريق التخطيط لرحلة سفاري مدهشة، تكتشفون من خلالها الطبيعة البكر، التي ترويهما الشلالات العذبة النقية، وخاصة في منتجع ريزان الذي يقع على نهر الزاب الكبير.



المنارة المظفرية

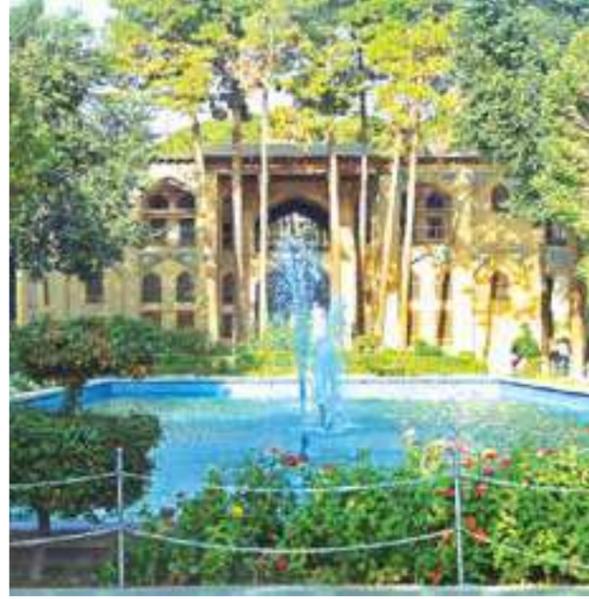
تعد المنارة المظفرية ثاني أكبر معلم بعد قلعة أربيل، ذاع صيتها لجمال منظرها، وهندسة بنائها في إقليم العراق كردستان، أنشئت في زمن مظفر الدين كوكبوري تتكون المنارة من الأسفل على شكل هندسي مثمان، وجزء علوي أسطواني، وهي مشيدة بالآجر الأحمر والجص، ويوجد في داخلها أسطوانة يصغر قطرها كلما صعدت إلى الأعلى.



صدر السماء، فالسلام، والطمع الذي توقّره الحديقة جنباً إلى جنب مع الجداريات اللافحة للظن، وهندستها المعمارية الفريدة، يبعد الناس عن الحياة اليومية الحائقة المجهددة عالية السرعة، فلا شك في أنّ هذا القصر المبهر لا يمكن تسميته بأحد شيء سوى الجنة.

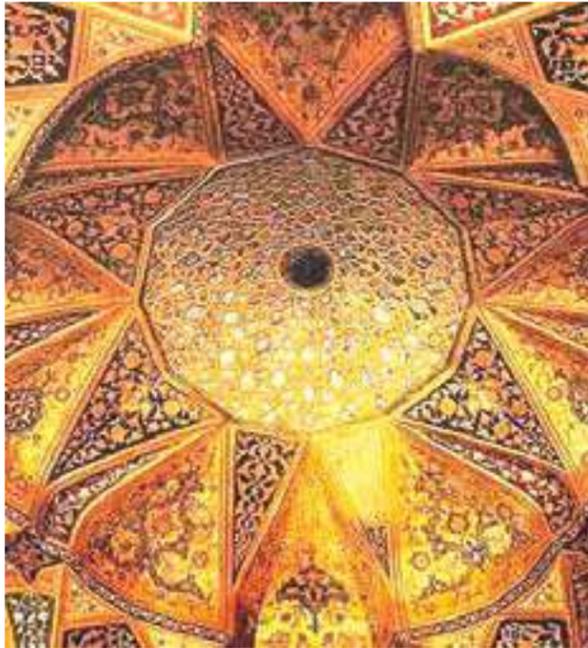


إلى قصر Hasht Behesht، الذي يعود إلى العصر الصفوي، وتعني تسميته "الجنّات الثمانية"، أي حرفياً بوابة إلى جنة آلون، والفنّ، والضوء، والجمال المدهش. وما يجعل هذا القصر استثنائياً، هي تلك العلاقة الروحية بين القصر والحديقة السماوية المحيطة به، ما يمنح الزوّار شعوراً بالراحة المطلقة بين متانة الأرض ورحابة



الأحداث التاريخية عن قصر هشت بهشت

كانت أصفهان غارقة في تاريخ وثقافة غنيين، وكانت ذات يوم مفترق طرق للتجارة الدولية، والدبلوماسية في إيران، شهيرة بأبنيتها وعماراتها، بما في ذلك قصرها الصفوي هذا. "هشت بهشت" الذي بُني في عام 1669م، كواحد من بعض القصور الأربعة التي أقيمت في أصفهان خلال حكم الصفويين، حيث اختار الشاه عباس، أول ملك للإمبراطورية الصفوية مدينة أصفهان كعاصمة له، وقرّر جعلها مدينة مختصة لإمبراطوريته. وقد كان هذا القصر منزلاً لزوجات الشاه عباس الثمانية، حيث كان أربعة منهم يعيش في الطابق الأول، والأربعة الآخرون في الطابق الثاني.



قصر هشت بهشت في إيران جنة الألوان والفنّ

لا مثيل لها، والبازارات، والمتاحف، والحدايق، والشوارع التي تصطف على جانبيها الأشجار، ليصفها كثيرون من زوّارها أنّها مدينة للتجول مشياً على الأقدام، مدينة ينوه زوّارها بين جنات البازارات المذهلة، ولطالما أطلق على المدينة اسم Nesf-e-Jahan، والتي تترجم إلى "نصف العالم"، بمعنى أن رؤيتها ذات صلة برؤية العالم كلّها.

من منا لا يرغب في التعرف إلى الحضارات القديمة، واكتشاف أسرارها من خلال ما أورثته من بقايا ممتلكاتها، وروعة عماراتها، وكلّ ما أبدعته، واعتقدته ضمن حقبة زمنية معينة. رحلتنا هنا إلى مدينة أصفهان وسط إيران، حيث للتاريخ أصول عريقة ولفنّ إبداع لا متناه، إنّها واحدة من أفضل الوجهات السياحية في إيران لأسباب وجيهة، إذ تمتلئ المدينة القديمة بالعديد من العجائب المعمارية، مثل المباني الإسلامية التي

محلولة .. اشترى الآن وسدد لاحقاً
مع أول بطاقة ائتمان إسلامية من بنك الشام

استلمها الآن

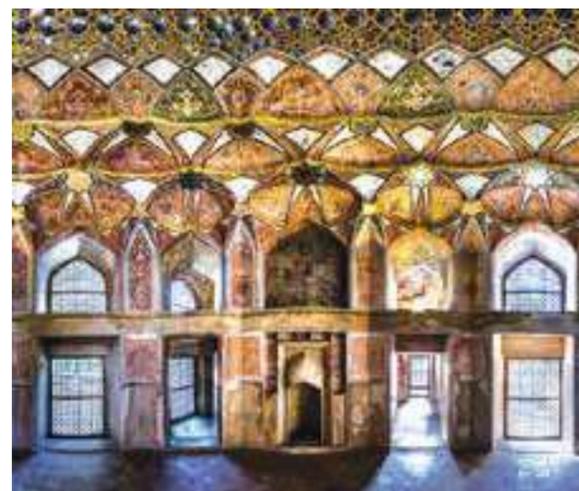


فاتورة
Fatora
ePayment Company



Call Center:
011-9398
www.chambank.sy
info@chambank.sy

بنك الشام
CHAM BANK



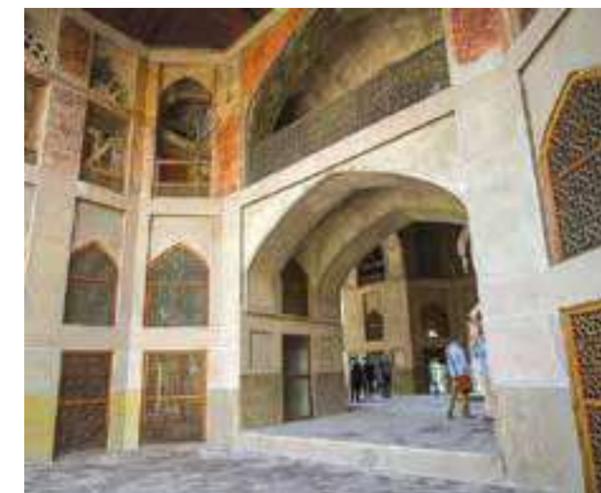
تميّز القصر بأروع الزخارف المعمارية، كالفسيفساء المذهبة، وأعمال المرايا، والأفاريز الخشبية، وألواح الديباج، وألواح الرخام، والقوالب الجصية. إذا ذهبتكم لزيارة القصر اليوم، فلن تتمكنوا بعد الآن من رؤية السياج، والإطارات الخشبية، إضافة إلى النوافذ الملونة، التي كانت تميّز هشت هشت والعديد من اللوحات، إذ شملت التغييرات العميقة أجزاء كبيرة من الجزء الخارجي للمبنى، ولكن على الرغم من كل هذا، لا يزال القصر من بين أكثر المباني التاريخية جمالاً في إيران.



اكتشف الهندسة المعمارية والتصميم الداخلي

على الرغم من حجمه المتواضع، إلا أنّ القصر لديه خطة معقدة إلى حد ما، تُشعر المرء أنّه قد دخل بمناهة من الغرف المستطيلة، والمثمنة المترابطة مع السقف المقبب المرّين بالمرايا، والذي يغطي القسم الرئيسي من المبنى، وكذلك جدران الغرف المبطنّة بأعمال الجص الملونة، واللوّحات السّادرة.

أما الهندسة المعمارية الرائعة للقصر بتصميمه، وزخارفه جعلت منه قصراً أسطورياً بامتياز، وخاصة تلك الحديقة الواسعة التي بنى فيها، والتي كانت جزءاً من حديقة نقش جهان الكبيرة، التي بُنيت بأمر من الشّاه إسماعيل الأوّل، وانقسمت في عهد خلفائه وخاصة الشّاه عباس الأوّل إلى قطع مختلفة.



سيدهشكم تصميم جدران الطابق الأول، إذ يحتوي على لوحات، وهندسة معمارية فريدة، في حين يتجلى جمال الطابق الثاني بخصوصية التصميم الداخلي للغرف، والنوافذ، والأبواب، وهنا ننصحك بالبحث عن بركة اللؤلؤ الموجودة في إحدى القاعات هناك، وهي عبارة عن مسبح رخامي شديد الرّوعة، تتدفق منه المياه مثل اللؤلؤ.



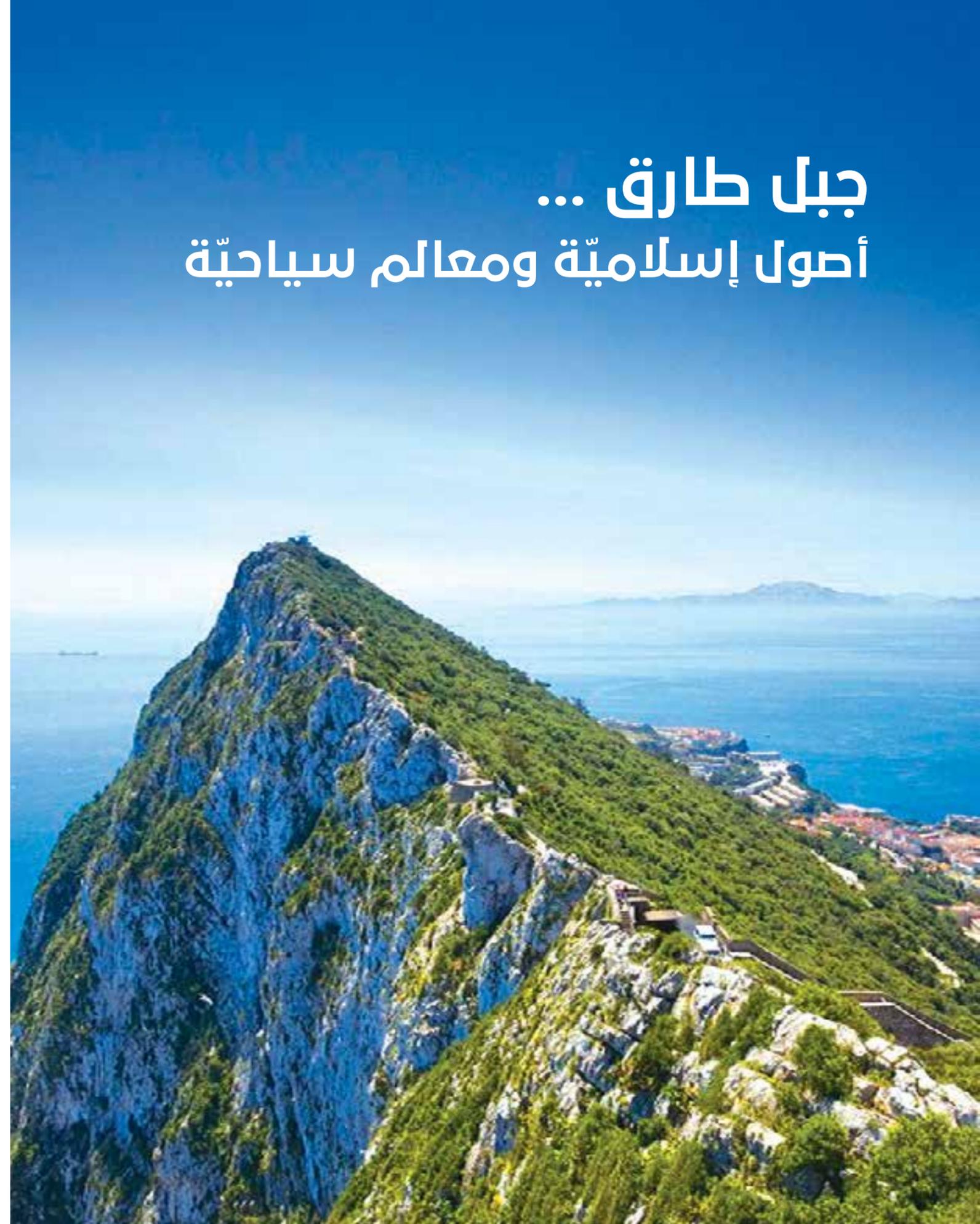
يقع جبل طارق في جنوب شبه جزيرة إيبيريا، على منطقة صخرية يطلق عليها اسم "جيرلتار"، نسبة إلى اسم أمير مدينة طنجة وقتها وهو الأمير "طارق بن زياد"، ومن الجدير بالذكر أنّ هذه المنطقة تتّسم بكونها متوغلة على نحو كبير في مياه البحر الأبيض المتوسط. ضُفَّ جبل طارق كأقدم منطقة سُكنت منذ قديم الأزل، حيث إن أوّل شعب استعمره هو الفينيقيّون، وذلك سنة 950 قبل الميلاد، ثم جاء بعدهم الرومان وأنشؤا فيه مستوطنة ظلّت إلى أن انتهت الإمبراطورية الرّومانيّة، ثم ضُمت للمملكة الإسبانيّة إلى أن جاء الفتح الإسلاميّ.



جبل طارق في العهد الإسلاميّ

اتّجه المسلمون إلى جبل طارق بعدما تركوا المغرب بقيادة القائد العظيم طارق بن زياد، وذلك في عهد الخليفة عبد الملك بن مروان الأمويّ سنة 711م. إلى أن جاء الجيش الإسبانيّ سنة 1333م وسيطر على المدينة بالكامل، فعزمت قبيلة بني مريّن على تحريرها، وتمكّنت بالفعل من إعادتها لمملكة غرناطة سنة 1374م، ولكن من المؤسف عام 1442م سقطت مدينة جبل طارق بالكامل على يد الإسبان، وهكذا انتهى العصر الإسلاميّ في جبل طارق، والذي ظلّ مدة سبعة ومائة وخمسين عاماً تقريباً.

جبل طارق ... أصول إسلاميّة ومعالَم سياحيّة



تجربة الأاميدا

AWCP هو منتزه صغير للحياة البرية يقع في حدائق النباتات "الأاميدا" في جبل طارق، وهو موطن لمجموعة من الحيوانات الغريبة والمحلية. حيث يمكنك إطعام الحيوانات اللطيفة ومشاهدتها عن كثب، وهي رطة مناسبة جداً للأطفال.



خطوات البحر الأبيض المتوسط

خطوات البحر الأبيض المتوسط هي مسيرة شديدة الانحدار، وفي بعض الأحيان شاقّة، إلا منطقة جاذبة خاصةً خلال فصل الربيع، عندما يستقبل الزائر بمجموعة من الزهور، وأصوات طيور النورس المثيرة للاهتمام والجميلة جداً، حينها ستشعر وكأنك بين حافتي عالم، تستلهم منه الجمال في كل مكان.

يمتدّ المسار على طول الجانب الشرقي من الصخور، وهي منطقة تتكوّن غالباً من المنحدرات، لكن عند توغلك فيها ستمنك إطلالة خلابة على شمال إفريقيا عبر المضيق، ومن هنا نواصل السير في طريق ضيق ورطة شديدة الانحدار، تأخذنا إلى كهوف شعر الماعز التوام، حيث إنّه لأمر مدهش أن نرى هذه الكهوف التي كانت ذات يوم عند مستوى سطح البحر! إذ تشير الحفريات والأعمال البحثية إلى أنّ الناس في عصور ما قبل التاريخ عاشوا ذات مرة على الصخرة وسكنوا العديد من كهوفنا، بما في ذلك تلك الموجودة في البحر الأبيض المتوسط.

اكتشف بقايا السفن الغارقة

يقع جبل طارق عند بوابة البحر الأبيض المتوسط، ويتميز بتنوّع بيولوجي بحري مذهل، وهنا ننصحك أن تكتشف الشعب المرجانية الطبيعية والاصطناعية، فالأمر بسيط يمكنكم الوصول إليها بسهولة عن طريق الشاطئ، أو أحد القوارب الموجودة، وبإمكانك أيضاً التنقيب عن الآثار المتبقية منها.



جبل طارق صخرة عاصرت التاريخ

لمنطقة جبل طارق العديد من المعالم السياحية التي تستهوي كثيراً من السائحين في أنحاء العالم، إذ يصفها خبراء السياحة بأنها بوتقة حضارية، وتاريخية، ولغوية، ومعمارية، وثقافية، فهذه المنطقة مزجت العديد من الحضارات الإسلامية البريطانية، والإسبانية، والبرتغالية، والإيطالية، وبلاد المغرب العربي.

نافذة ساحرة تطل على المتوسط

إذا كنت تعتقد أنّ جبل طارق يبدو مثير للإعجاب من الأرض أو حتى من البحر، فانتظر حتى تراه من الأعلى، عبر تجربة التلفريك الذي يقع على ارتفاع 412 متراً فوق مستوى سطح البحر، حيث سيستغرق الأمر ست دقائق فقط للوصول إلى القمة، وهناك ستجد ثلاثة تراسات كل منها يضيف وجهة نظر فريدة إلى المناطق المحيطة تحته، وسترى قارنتين وجسمين مائين وثلاث دول.

يمكنك بعدها الذهاب إلى نزهة ممتعة للغاية من Top Station إلى المحمية الطبيعية، فهي موطن الطيور المهاجرة التي تقدر بالملايين، والتي تهجر بين أوروبا وإفريقيا، وتضم أيضاً العديد من النباتات والحيوانات.

وتنصحك بزيارة كهف سانت مايكل الذي يقع على بعد عشرين دقيقة سيراً على الأقدام من المنحدرات ويستحق الزيارة، إذ رويت عنه العديد من الأساطير، وحالياً بات الكهف معداً لإقامة الحفلات الموسيقية وبعض الفعاليات الثقافية.

يقع أيضاً في محطة التلفريك العلوي مقهى Top of the Rock، ومطعم Mons Calpe Suite، حيث يمكنك الاستمتاع بتناول الطعام في أثناء الاستمتاع بالمناظر الخلابة.



DORCEN G70s

عندما يكمن الجمال
بسيارة واحدة



الإدارة العامة: دمشق - برامكة - المنطقة الحرة
صالة العرض 1: دمشق - برامكة - المنطقة الحرة
صالة العرض 2: حوش بلاس مقابل أفران شمسين
مركز الصيانة: حوش بلاس مقابل التاون سنتر

011 92 60 - 099 111 92 60
011 635 17 01 - 011 635 17 00
011 635 41 02 - 011 635 41 03



جسر وندسور المعلق

من أحدث مناطق الجذب السياحي في جبل طارق بالتأكيد ليس لضعاف القلوب، بل لأولئك الذين يريدون اندفاع الأدرينالين، حيث يمكنهم زيارة الجسر المعلق الجديد في Royal Anglian Way، الذي يبلغ طوله 71 متراً، عبر ممرٍ بعمق 50 متراً، مما يوفر للزوار إطلالات رائعة عبر المضيق والخليج والمدينة.



القلعة المغاربية

تقع قلعة المغاربية فوق البلدة القديمة لجبل طارق، وتطل على ساحة كاسيماتيس، إذ يعود بناؤها إلى القرن الرابع عشر، وحالياً لم يتبق منها إلا برجها وبوابتها الضخمة، ومن الجميل جداً أن تأخذوا بعض الصور التذكارية المتجذرة في التاريخ بجانب تلك الآثار.



معرض جبل طارق للفن الحديث - GEMA

جبل طارق، وعرض الأعمال الفنية لمجموعة حكومة جبل طارق.
تطلق الجدران الحجرية الأطلية في Bastion خلفية مميزة لمجموعة الأعمال الفنية، والتي تشمل اللوحات والمنحوتات والفيديو والتكريب والتصوير الفوتوغرافي.

معرض جبل طارق للفن الحديث "GEMA"، هو مساحة معرض فريدة من نوعها، تقع في Montagu Bastion, Line Wall Road، قبل تحويله كمعرض فنّي، وقد استخدم الموقع التاريخي كمتجر لسنوات عديدة، والآن يهدف إلى الاحتفال بعمل فناني



وقد أسهم إنشاء المحطة في تطوير حركة العمران، وفي إضاءة المدينة المنورة بالكهرباء لأول مرة، حيث ابتدأت إنارة الحرم النبوي الشريف يوم افتتاح سكة الحديد، وربطت شبكة الهاتف والتلغراف الموجودة مسبقاً بالمحطات الكبيرة بين المدينة ودمشق مثل العلاء، ومدائن صالح، وتبوك، ومعان، وعرعا، ودمشق.

افتتحت في الأول من سبتمبر عام 1908م، وهي من أبرز المحطات، فقد بُنيت بتصميم معماري فريد على مقربة من مسجد العنبرية الذي بناه السلطان عبد الحميد الثاني، وبنى السكة بمحطاتها.

وعند وصول الوالي العثماني فخرى باشا إلى الحجاز أمر بتأسيس شبكة اتصال هاتفية داخل المدينة المنورة، وأضر مقسماً بسعة 50 خطاً هاتفياً، وجعل المدينة محافظة مستقلة مرتبطة مباشرة بالوزارة الداخلية العثمانية.

جميعنا يشاهد الأفلام ويقرأ القصص عن محطة الحجاز بين دمشق والمدينة المنورة. وقد ذكرت الروايات القديمة جمال السفر وما يصحبه من عناء عبر السكك الحديدية وخاصة في طريق الحج، لذا سنقدم لكم اليوم لمحة تاريخية سياحية عن محطة سكة الحديد في المدينة المنورة.

إنها من المعالم الأثرية الهامة التي توجد في المدينة المنورة، وهي أقرب محطة مترو لشارع الحجاز، وتعد المحطة النهائية لخط سكة الحديد بالحجاز الذي كان يبدأ من مدينة دمشق وينتهي بالمدينة المنورة، حيث سهّلت في ذلك الوقت اجتياز المسافة من دمشق إلى المدينة المنورة في خمسة أيام فقط بدلاً من أربعين يوماً، فكان الوقت الفعلي الذي يستغرقه القطار هو "72" ساعة فقط، أما بقية الأيام الخمسة فكانت تُهدر في وقوف القطار في المحطات وتغيير القطارات.



سكة الحجاز ... محطة عبور نحو الزمن

MOUALLA VILLAGE

SERVICE 24/7
LUXURY SUITES / GYM / HEALTH CLUB / SWIMMING POOLS



تذكرة طيران
اجنحة الشام
تمنحكم حسم ١٠%
على الإقامة

الإقامة

بقرية معلا

تتضمن

نادي صحي

نادي رياضي

مطاعم صيفية وشتوية

خدمة غرف 24/24

للحجز والاستعلام
0948313131



العديد من المقتنيات الأثرية التي تمثل حقبة تاريخية تعود إلى العصر العثماني، منها الأسلحة والتحف وكل ما كان يستخدم في ذلك الحين.

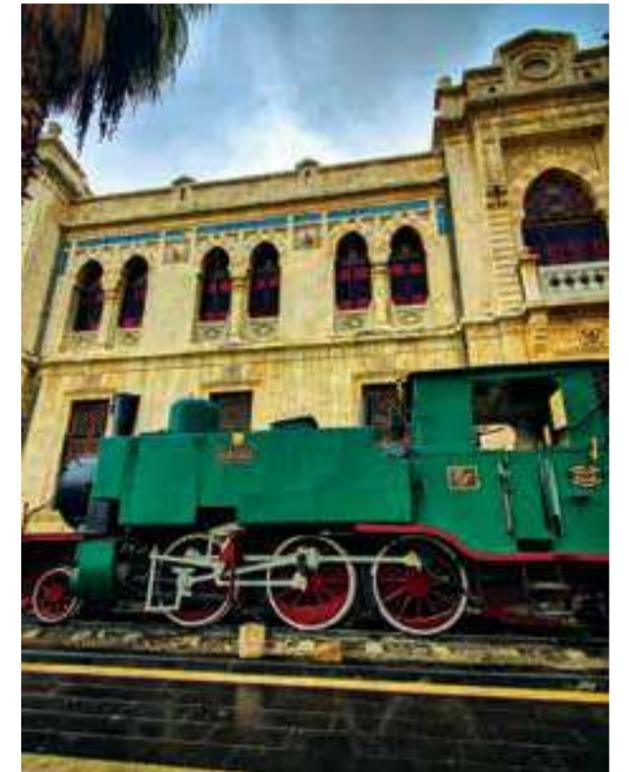
إضافة إلى ذلك يمكنكم الانغماس باكتشاف الآثار والنقوش الإسلامية، حيث برع العرب بالكتابات القرآنية وحفر أسماء الجلالة بخطوط مختلفة على الأحجار والأواني واللوحات، وهناك أيضاً نسخة نادرة من القرآن الكريم موضوعة في صندوق زجاجي يرجع تاريخه إلى القرن الثاني عشر الهجري.

كذلك باستطاعتكم زيارة أحد المساجد التاريخية من عهد الرسول ﷺ، وهو مسجد السقيا الذي بنيت قبة الرسول ﷺ في موضعه عندما استعرض جيشه عند خروجه لغزوة بدر. فقد كان جزءاً من الأرض التي بنيت عليها المحطة، حيث قام مصممو المحطة بترك المسجد في موضعه مع إجراء بعض الترميمات والإصلاحات.

أما محبو الصناعات القديمة، فهناك مجموعة كبيرة من السكك الحديدية القديمة التي تختلف بشكل كبير عما نراه اليوم في عالم نقل القطارات السريعة.

كان هذا مجداً من أمجاد التاريخ في ذلك الوقت إلى أن توقفت المحطة عن العمل نهائياً في أواخر عام 1334م، وحوّلت إلى متحف أثري في عام 1419م، وفتح المتحف أبوابه لجمعية الزائرين من كل مكان من أجل الاستمتاع بكل ما يحتويه من مقتنيات وآثار تاريخية وإسلامية. اشتهرت محطة قطار الحجاز بالمدينة المنورة باسم "الأستسيون" أو "الأستطيون" وهي كلمة تركية "istasyon" تعني المحطة، وتقع غرب المسجد النبوي الشريف وتبعد عنه كيلو متراً واحداً تقريباً، في المنطقة المعروفة حالياً "بالعنبرية" بجوار مسجد العنبرية وباب العنبرية، الذي أزيل لغرض توسعة الشوارع.

عند الدخول إلى بوابة المحطة ستستوقفكم حديقة كبيرة رائعة الجمال، تحتوي على عدد كبير من النباتات والأشجار، التي تبعث الراحة والاسترخاء في نفوس الزوار. وتتضمن المحطة ثلاثة عشر مبنى، من بينهم مركز للصناعات اليدوية، وورش عمل، ومبنى خاص للقطارات، وسيارة للشحن، وعندما نلج إلى داخل المتحف سنشاهد





وقد امتد الاختراع إلى أوروبا في القرن الثاني عشر، وتحديداً عام 1221م، فبرع الإيطاليون في تركيبه، واستطاع الهنغاريون أن يمزجوه بالكحول، وهي المادة التي بقيت تُستخدم في صناعته حتى الآن، وذلك عام 1370م، بأمر من الملكة إليزابيث البولندية، زوجة الملك شارل الأول، وقد أطلق على المزيج اسم "ماء هنغاريا"، ولم تكن هذه الملكة الوحيدة التي شغفت بالعبور، فملكة فرنسا، كاترين دي ميديسيس، صنعت ممراً سرياً بين جناحها لمعمل العطر الخاص بها، لكي لا تتسرب أي معلومة عن تركيباتها الحصرية.



قبل عشرة آلاف سنة، وكان اسمها "تابوتي بلاتكليم"، حسب ما جاء في الألواح المسمارية، التي تذكر أنها كانت إحدى النساء المهمات في القصر الملكي في زمانها، وهي أول من اخترع العطر، أما العلماء العرب، وعلى رأسهم الطبيب "ابن سينا"، فلهم سبق آخر في مجال صناعة العطور، لأنهم هم من ابتكروا طريقة تقطير الزهور، التي ما زالت متبعة في استخراج ماء الورد، ومستخلصاته العطرية إلى يومنا هذا، إذ نجد في كتاب الكيميائي الشهير "أبو يوسف يعقوب الكندي" قرابة مئة وسبع طرق لصناعة العطور.



لعشاق العطور .. هذه الوجهات السياحية تثرى حواسكم

ربما تكون حكاية العطور مع البشر بدأت منذ زمن قديم جداً، لكن من أين جاء العطر؟ وما هي قِصته؟ ولقن يعود الفضل في تزيين أجسادنا، وإثقال الهواء حولنا بعِيق شهيق؟ يعود الفضل في ذلك لامرأة غير عادية، عاشت في بابل

مصنع ومتحف جاليمار في فرنسا

لم تنته من فرنسا بعد فهنا عاصمة العطور، لذلك ننصحكم بالعروج على مصنع ومتحف جاليمار -The Galimard Factory & Museum التاريخي في باريس عاصمة العطور الأولى بالعالم. فهنا مصنع ومتحف جاليمار تكتشفون أسرار صناعة العطور، ومقتنيات من أشهر أعمال خبراء العطور في فرنسا، وذلك في جولة حية نابضة بالجمال، مع مرشد مختص، وغالباً ما تُقدّم الجولات، والشروح باللغة الإنكليزية، مع توافر لغات أخرى مثل الصينية، والروسية.



متحف باريس للعطور في فرنسا

يقع متحف باريس للعطور Musee de Parfum بالقرب من قصر غارنييه، ويُعدّ أحد أهم المتاحف في الضواحي الباريسية التي يمكنكم زيارتها بالمجان. يهتم المتحف بعرض الدور الفرنسية في صناعة العطور، ويوثق تطوّر اكتشاف واستخدام العطور على مرّ التاريخ، بدايةً من مصر القديمة، وحتى القرن العشرين. يضمّ المتحف مجموعة من المقتنيات الثمينة تاريخياً، مثل زجاجات العطور من بلاد الرافدين، اليونان، إيطاليا، ألمانيا، التشيك ودول أخرى كثيرة.



ما لا يعرفه كثيرون أنّ سبب ربط العطر الثمين بمدينة باريس الفرنسية، دون غيرها من مدن العالم، يُخفي وراءه قصة غريبة لمرض نفسي وليس لسبب تجميل، فالملك الفرنسي لويس الخامس عشر كان يعاني هوساً نفسياً، يدفعه لاستهلاك كمّيات هائلة من العطور التي ينثرها على كلّ ما يحيط به من أثاث، وأدوات، وملابس، ولإشباع حاجات القصر التي لا تنتهي من هذه المادة، زرع الفرنسيون الورد وأنسجوا مصانعه، ما جعل فرنسا تحتلّ المركز الأول عالمياً منذ ذلك الحين في صناعة العطر.



اكتشف أهم مزارات عشاق العطور

متحف برشلونة للعطور في إسبانيا

تأسس متحف برشلونة للعطور Museu del Perfum عام 1961م، بغرض تقصي أثر وتوثيق تطور قناني أو عبوات العطور على مرّ العصور. يحوز المتحف أكثر من 5000 زجاجة يعود تاريخها للحضارة المصرية القديمة، والحضارة اليونانية، والدولة الرومانية والعرب وغيرهم. كذلك يحتوي المتحف على مقتنيات نفيسة، منها زجاجتان عطريتان من أغراض الملكة الفرنسية "ماري أنطوانيت"، وزجاجة عطر Le Roi Soleil من تصميم الفنان السريالي "سلفادور دالي".



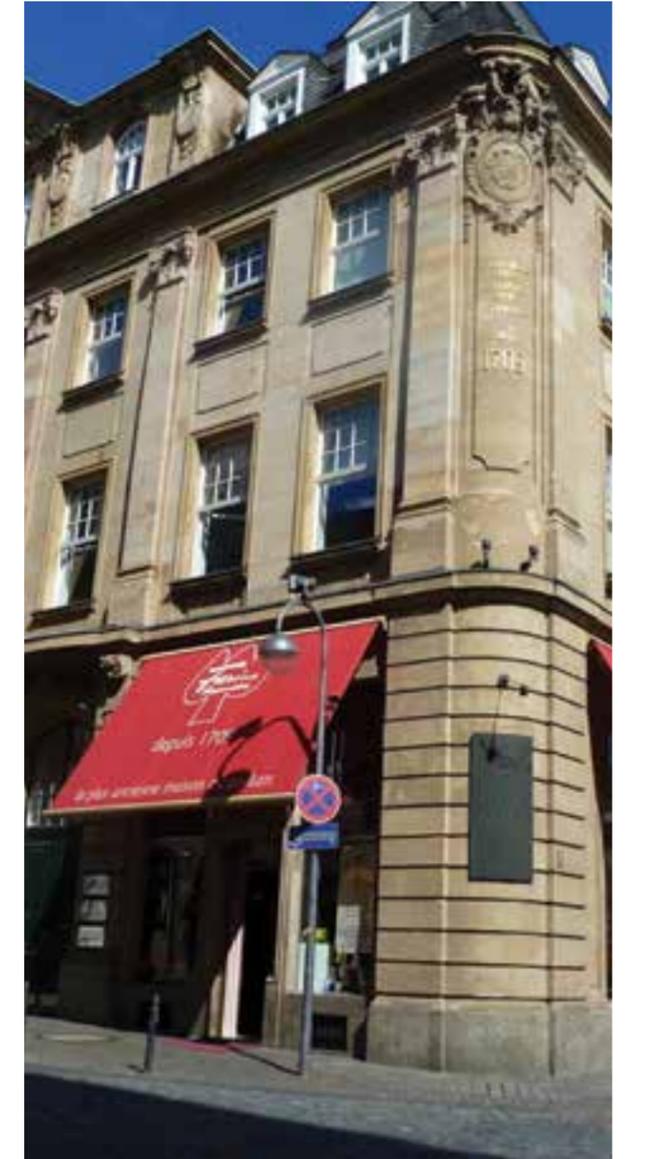
نهر العطر في فيتنام

نهر العطر Perfume River بالإنجليزية، و Song Huong في الفيتنامية، هو نهر يقطع مدينة هوي Hui الكائنة في وسط البلاد، حيث تتساقط أزهار البساتين الواقعة على ضفاف النهر في فصل الخريف، فتعطيها رائحة عطرية طيبة يلاحظها كل العابرين في النهر. دون أي آلات أو تدخّل بشري، اذهبوا بجولة نهريّة في نهر العطر، وقوموا بزيارة المواقع القريبة من المجرى النهريّ في حال أردتم ذلك، أمّا إذا رغبتم في إتمام رحلتكم وتعزيزها بمغامرة جبلية فيمكنكم ذلك عبر جبل Ta Bat Son، وجبل Huu Bat Son الواقعين على جانبيّ النهر.



متحف العطور في ألمانيا

يقع متحف العطور الألمانيّ The Farina Fragrance Museum في مدينة كولونيا، مُؤملاً أحد أهم معالمها التي تأسست في بداية القرن الثامن عشر. يستعرض متحف العطور في ألمانيا لزوّاره مراحل تطور صناعة العطور على مرّ الزمن، وإذا كنتم ممن يهتم بالتفاصيل، فيمكنكم التعرف إلى تفاصيل تقنية في المجال العطريّ.





لذلك التقينا الدكتورة دانة الحموي الحائزة على إجازة دكتوراه في الطب البشري من جامعة دمشق، وشهادة الماجستير في التغذية البشرية والحميات من إنكلترا من جامعة شفيلد، إضافة إلى كونها اختصاصية التغذية لجمعية الإمارات لمرضى السكر، وفازت بجائزة الأخصائي المتميز في المهن الصحية في مدينة دبي الطبية. نتحدثنا عن أهم نصائح التغذية في شهر الصوم فقالت:

مع طول شهر رمضان المبارك، لا بد من التفكير بالطريقة الصحية التي يمكن فيها صيام الشهر الكريم بدون مشاكل صحية، فالتغييرات التي تطرأ على عادات الأكل والنوم يمكن أن تؤثر على أدائنا الجسدي والذهني، لكن من خلال تعديلات بسيطة على هذه العادات الغذائية يمكننا الاستفادة من صيام الشهر الكريم في تخفيف الوزن الزائد، وتقليل خطر الإصابة بكثير من الأمراض المزمنة.

وافتتحت الحموي نصائحها ببيان أهم العادات الخاطئة التي يقوم بها الصائمون خلال فترة الصوم وهي:

-أن عملية التسوق الغذائي مهمة جداً خلال شهر رمضان، ويجب أن تكون بعد الإفطار وليس خلال الصيام، وذلك لتجنب شراء مواد غذائية غير ضرورية، ومن ثم الوقوع في مطبّ زيادة الوزن.



طبيبة التغذية دانة الحموي تتحدث عن العادات الغذائية الصحية في رمضان

صوموا تحسوا هكذا أوامنا النبي ﷺ في أحاديثه الشريفة، لكن لطالما سببت العادات الصحية الخاطئة مشاكل هضمية عديدة للصائمين، إلى جانب ازدياد الوزن المفرط أو نقصانه.

6. شرب الماء بكميات كافية في الفترة الممتدة بين الإفطار والسحور.
7. عدم الاستلقاء أو النوم مباشرة بعد الطعام، وزيادة الحركة والنشاط، وتعد الصلاة وخاصة صلاة التراويح من أفضل التمارين الرياضية في شهر رمضان، فهي تُنشّط الدورة الدموية بالجسم، وتُسهّل عملية الهضم وحرق الدهون.
8. تفادي تناول السكر في المشروبات الساخنة السريعة، والعصائر المعلبة، والحلويات.
9. تناول طعام صحي ومتوازن، وعدم تناول الحلويات إلا بالمناسبات، واستبدالها بالفواكه.
10. تجنب تناول الطعام المُقلّب وعدم استعمال السمّنة والزبدة في تحضير الطعام، واستبدالها بالزيوت النباتية أو زيت الزيتون بكميات معتدلة.



وقدمت الدكتورة دانة من خلال حديثها مع "مجلة المسافر" أهم مبادئ الإفطار الصحي في رمضان، والتي تساعد الصائم على إتباع نظام غذائي غني بالعناصر الغذائية وهي:

1. أنصح باتياع السنة النبوية الشريفة ببدء الإفطار بثلاث حبات من التمر مع كوب ماء معتدل الحرارة، ثم أداء صلاة المغرب، ومن ثم العودة لمائدة الإفطار.
2. عدم بدء الإفطار على سوائل مثلجة.
3. عدم الإفراط في تناول الأكل كمّاً ونوعاً، فالإفراط بالطعام قد يسبب سوء هضم وحرقة هضمية، وهبوط ضغط ونعاسي.
4. الحرص على تناول الأطعمة الغنية بالألياف الغذائية، كالبقول ومنتجات الحبوب الكاملة والخضار والفواكه.
5. عدم تناول الطعام بسرعة وإثماً مَضغُه جيداً وبيطء.

- في أثناء فترة الإفطار، الغالب عند الصائمين الاهتمام بمائدة الإفطار وتجهيزها بأشهى الأطباق الغنية بالدهن، والمقبلات، والحلويات المتنوعة التي يقبل عليها الصائم بشهية، فيأكل ما يزيد عن حاجته اليومية، ويُعرّض نفسه للتخمة وقلّة النشاط.

- الفترة الممتدة ما بين الإفطار والسحور، تتحول إلى فترة مفتوحة لتناول المزيد من التسالي من مكسرات وحلويات، وذلك في أثناء الجلوس الطويل أمام شاشة التلفاز، دون أن يدرك الصائم الكَمّ الهائل من السعرات الحرارية التي يدخلها إلى جسمه، والتي لا يستطيع التخلص منها بسبب قلة نشاطه وحركته، فيصاب بالخمول والبدانة متجاهلاً الحديث النبوي الشريف: "صوموا تحسّوا".

- لذا أنصح بأن نجعل رمضان هذا العام صحياً أكثر، وذلك من خلال إتباع عادات غذائية تحافظ على الصحة والنشاط والرشاقة، وتخلّص الجسم من السموم والفضلات، وتساعّد في إنقاص الوزن عند الأشخاص الذين يعانون البدانة.



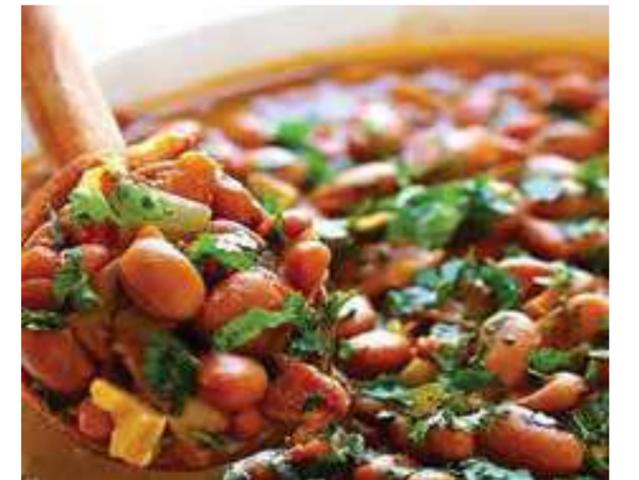
أطعمة مفيدة خلال شهر رمضان

لفتت الحمور أنّ هناك أطعمة مفيدة لا بد للوائم من الحصول عليها خلال فترة إفطاره، كالخضار والفواكه الطازجة، والتي يُنصح بتناولها يومياً على وجبتى الإفطار والسحور لغناها بالماء والغذاء الضروري للجسم. كذلك النشويات البطيئة الامتصاص "كالبرغل، وخبز الحبوب الكاملة، والأرز البنى، والكينوا، والشوفان" خاصة فى وجبة السحور فهى تؤخر الشعور بالجوع وتعطى طاقة فترة أطول. وأوضحت أهمية تناول الأسماك المشوية أو المسلوقة أو المطهّوة بطريقة صحيّة بدون قلى مرتين فى الأسبوع، لغناها بدهون أوميغا 3 التى تساعد فى خفض الكوليسترول السيء بالدم، والوقاية من أمراض القلب. مضيقة اللبن الذى يعد مصدر أساسى للكالسيوم والبروبايتوكس، واللوز والمكسرات النيئة أو المحمصّة منزلياً دون إضافة الملح، ونصحت بتناول سناك حذى بين الإفطار والسحور. أمّا ما يخص الفواكه فقد اقترحت تناول الموز، فهو من الفواكه المحبذ تناولها فى شهر رمضان خاصة فى وجبة السحور، لأنّه يزوّد الجسم بالطاقة والألياف الغذائية، ويعد مصدراً جيداً لمعدن البوتاسيوم والمغنيزيوم، إضافة إلى أنّه يزوّد الجسم بالسيروتونين الذى يحسّن المزاج، كذلك التمر الذى يُعد غذاء أساسياً ومثالياً لكل الأعمار، فهو يزوّد الجسم بالطاقة إضافة إلى محتواه الغنى بفيتامين A-، ومجموعة فيتامينات B- والمعادن من مغنيزيوم، وحديد وفوسفور وبوتاسيوم، مما يساعد فى الوقاية من ارتفاع الضغط الشريانى. وعلاجه، كذلك تساعد الألياف الغذائية فى التمر على مكافحة الإمساك وعلاجه. واختتمت الحمور حديثها أخيراً... لا يسعنى إلا أن أبارك لكم قدوم شهر رمضان الكريم، وأتمنى أن يعود عليكم وعلى الأمة العربية والإسلامية بالصحة والسلامة.



تسحرُوا فإن فى السحور بركة

أشارت طبيبة التغذية إلى أهمية احتواء وجبة السحور المثالية على النشويات الغنية بالألياف الغذائية، والتي تزود الجسم بالطاقة كالخبز أو رقائق الحبوب، إضافة إلى ضرورة تناول البروتين الذى يؤخر الشعور بالجوع كالبيض، أو الحليب واللبن، أو البقول كالفول والحمص، مع الحرص على تناول الخضار والفواكه الطازجة. وقالت: لا أنصح بتناول الأطعمة الغنية بالدهن كالوجبات السريعة أو الحلويات الغنية بالسكريات، فهى تزيد من الشعور بالعطش والجوع فى اليوم التالى.



وجبة إفطار صحية

من بين أكثر الأمور التى يرغب الأشخاص فى الاستفسار عنها هو موضوع فقدان الوزن، لذلك قدمت طبيبة التغذية دانة لقرء "مجلة المسافر" جدول إفطار صحى لكل من يرغب فى عدم اكتساب وزن زائد خلال شهر رمضان، من خلال بضعة أمور.

1. لنكسر صيامنا بتناول ثلاث حبات تمر مع كوب ماء معتدل الحرارة أو كوب من حساء الخضار أو العدس.
2. ثم أداء صلاة المغرب
3. وبعد ذلك نبدأ وجبة الإفطار التى تتألف من طبق السلطة المضاف له ملعقتين صغيرتين من زيت الزيتون والخل أو عصير الليمون، وطبق صغير مكون من أربع أو خمس ملاعق طعام من الأرز الأسمر أو المعكرونة السمراء أو البرغل أو الكينوا المطبوخة بإقلي من الزيت النباتى، إلى جانب خمس ملاعق طعام من يخنه الخضار المطبوخة بكمية قليلة من زيت الزيتون، مع قطعة صدر دجاج مشوى أو مسلوقة ومنزوع الجلد أو شريحة فيليه سمك مشوية أو شريحة فيليه لحم مشوى.
4. ثم تناول فنجان القهوة البيضاء والتى تحتوى على ماء ساخن مضاف له قطرات ماء الزهر وشريحة ليمون وأوراق نعنع أخضر.
5. ثم بعد الإفطار بساعتين أو بعد صلاة التراويح يمكن تناول ثمرة فاكهة كالتفاح أو البرتقال أو الإجاص، وعند المناسبات يمكن تناول قطعة طوى صغيرة.



يوم لتعتني بنفسها ...

مارأيك أن تتجه إلى أكبر مراكز التجميل العالمية، وتقوم بحجز يوم ممتع لوالدتك في عيدها؟ نعم حيث تسعى كافة مراكز التجميل والاسترخاء والمساج بتقديم العروض المتعلقة بالاعتناء بالسيدات خلال عطلة عيد الأم، لتستمتع بالاسترخاء والراحة في المنتجعات الصحية والحمامات الفاخرة.



الطبيعة الأم مكان مذهل تثمر فيه السيدات

كثير من الأمهات يرغبن بالانغماس في الطبيعة وتناول الفاكهة الطازجة وقطف بعض الأزهار من حقولها النضرة، ومن بين أكثر الجوزات التي تشهد ارتفاعاً في طلبها أثناء شهر آذار هي الرحلات إلى الطبيعة وخاصة الجبال، لأنها تمد كبار السن بطاقة إيجابية، وفي المغرب تتوفر العديد من الأماكن الجاذبة لقضاء يوم في قلب الطبيعة، وخاصة في جبال أطلس، كذلك الأمر في جبال أرمينيا حيث الهدوء والسكينة.



أفكار استثنائية لوالدتك في عيد الأم

سبيل المثال إذا كانت والدتك من هواة التاريخ يمكنكم اصطحابها في رحلة تاريخية إلى البتراء في الأردن أو البصرة في العراق، أو العلا في المملكة العربية السعودية، أما إذا كانت من أصحاب القلوب القوية فلما لا تذهبوا إلى المرتفعات الجبلية وتكتشفوا الطبيعة؟ هنا سنقدم لكم أجمل الأمكنة التي يمكنكم اصطحاب أمهاتكم إليها في عيد الأم لهذا العام.

مع طول 21 آذار من كل عام تشغل أذهاننا هدية عيد الأم، ونبحث عن أكثر الأفكار غريبة بغية إسعاد أمهاتنا ورد فضلهن الذي لا يقابله شيء في الدنيا. ولعل أكثر ما يحتاجه كل إنسان، وخاصة السيدات في أعيادهن هو الإسترخاء والهدوء، وتقديم عروض مغرية في الاعتناء بالبشرة والغذاء وباقات الزهور من موطنها الأساسي، ولكن عليكم أن تختبروا رغبات أمهاتكم فعلى

تمتع بالرفاهية عند حجزك على
درجة رجال الأعمال
وزن زائد - مقعد مريح - وجبة خاصة

المسافر
THE TRAVELER



التسوق ثم التسوق

جميعنا على دراية كبيرة برغبة النساء العارمة في التسوق، وذلك لا يتأثر بالعمر أو المكان والزمان، فإذا كنت ترغب بشيء استثنائي حقاً، ما رأيك أن تضع ميزانية عالية تمنح والدتك من خلالها التسوق في أكبر الأسواق والمولات في العالم، كأن تتوجه إلى دبي مول أو مول دبي مارينا، كذلك الأمر يمكنك التوجه إلى أسواق باريس المذهلة.

دعها تكتشف أسرار الطهاة العالميين

إن كانت والدتك من هواة الطبخ فلا بد لك من زيارة أشهر المدن المعنية بذلك، فلما لا تتوجه إلى بيروت مثلاً لاكتشاف أسرار المطبخ اللبناني الشهير، وكل مايقدمه من وجبات ومقبلات شرقية بطابع غربي. أو لربما أرادت والدتك التوجه إلى إيطاليا والتعرف إلى أسرار طهاة الباستا، كما يمكننا اقتراح بعض المطابخ الآسيوية التي تتيح فرصة تذوق ما لم تتذوقونه من قبل، مع الكثير من الأطعمة البحرية المتنوعة.



أجنحة الشام
CHAM WINGS
AIRLINES

من خلال لقاء خاص لمجلة المسافر، بيّن خالد القيش مدى تعلقه بأسرته رغم جميع ظروف عمله فقال:
أعيش حياةً أسريةً سعيدةً، وأنا ممتنٌ لزوجتي على هذا الاستقرار الذي تقدمه لنا داخل العائلة، فهي أم، وزوجة، وربة منزل رائعة، قادرة على الاستيعاب وتقدير جهود العمل، وتتمتع بنفسها طيب في إعداد الأطعمة التي أحبها.

وفي سياق الحوار تطرّق القيش إلى بعض النقاط المتعلقة بشخصيته فقال: "أنا ممن يحب ممارسة الرياضة، ولا يقتصر ذلك على كونها هوايةً لي، بل هي من أهم تفاصيل حياتي، كما أنني من هواة السفر، حيث أجد فيه فرصة مناسبة للتعرف إلى ثقافات الشعوب وحضاراتهم، وعلى الرغم من أنني لا أملك الوقت الكافي للسياحة، إلا أنّ مدينة دبي تعد الأقرب إلى قلبي، فهي تحظى بجاذبيّة خاصة ونضارٍ مبهرّة، إضافة إلى كونها المدينة التي أجتتمع فيها مع أصدقائي".



الفنان خالد القيش من مواليد 11 أكتوبر 1977م، بدأ مسيرته الفنية بعد تخرجه من المعهد العالي للفنون المسرحية في دمشق. ومع أنّه ابن الجولان، إلّا أنّ مواقفه المعادية للاحتلال التي تجسدت في العديد من أدواره، وأبرزها دوره في مسلسل التفرّيب الفلسطينية للمخرج الراحل "حاتم علي"، تسببت بحرمته من العودة، والدخول إلى الجولان المحتل.

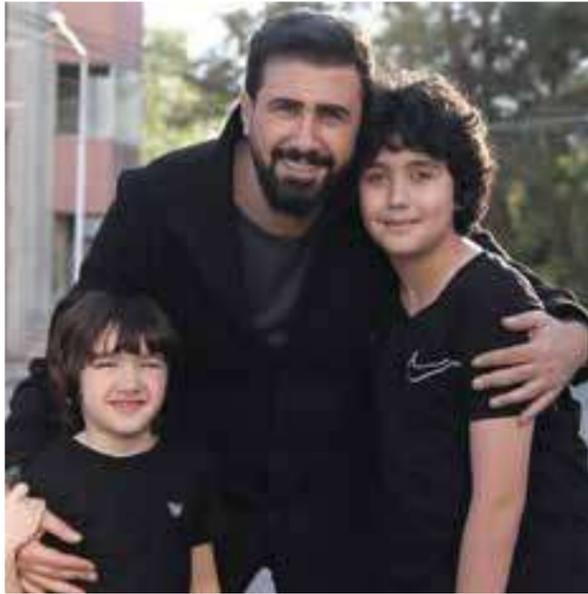
لم يكن زواج خالد القيش تقليدياً، بل كان ثمرةً لقصة حب جمعتهم مع ياسمين بكر، وقد عقد حفل زفافه في العاصمة الأردنية عمان، ليستقر بعدها في العاصمة دمشق، وينجبا ولدين هما "فارس وأصيل".



خالد القيش لمجلة المسافر: أحب السفر ودبي هي الأقرب إلى قلبي

بعد شهر رمضان هو الموسم الدرامي الأقوى لكل النجوم والفنانيين، وتزامناً مع الموسم الرمضاني 2023، ازدحام الشاشات بعدد هائل من الأعمال الدرامية التي التقى "مجلة المسافر" بالنجم "خالد القيش" ابن الجولان السوري، الذي استطاع أن ينفرد بموهبة خاصة جعلت منه رقماً صعباً بين كبار نجوم الدراما.

ففي ختام الحديث أشار الفنان خالد القيش إلى طموحه في تجسيد شخصية عالمية، فقال: أرغب في تقديم دور زعيم الثورة السورية الكبرى "سلطان باشا الأطرش"، إذ لم يسبق لأحد أن قدم مثل هكذا عمل درامي أو سينمائي، وأنا أعمل شخصياً على بناء النص وجمع المعلومات، وقد أصبح لدي رصيد كافي سيمكّنني من تنفيذ هذا المشروع الخاص.



فارس خالد القيش

على الرغم من رغبته في إبعاد عائلته عن الأضواء، إلا أن المخرجة رشا شربتجي قد رأت في ابنه "فارس" مستقبلاً واعداً، وهنا بيّن خالد القيش نظرتَه في ذلك فقال: "أحببت ما قام به فارس في مسلسل حارة القبة، كان أدائه عبارة عن عفوية طفل، تحت إدارة مخرجة مهمة تستطيع إعطاء ملاحظات صحيحة، وهي من اختارته ليكون بهذا النوع وهذا الدور، مضيفاً: أنا لا أمانع دخول فارس عالم الفن، وهو من سيختار أين سيكون في المستقبل".

وعن صعوبات العمل الدرامي اليوم، والانتشار الواسع للدراما المشتركة، فقد أجاب القيش: "إن صعوبات العمل الدرامي اليوم، تشبه إلى حد كبير صعوبات أي مواطن سوري، من ضغوطات وحصار وعدم تسويق وعقبات سفر، إضافة إلى صعوبة المعيشة في دمشق، كل هذا قد عمل على ازدياد صعوبات الدراما، جنباً إلى جنب مع فقدان النصوص الدرامية الجيدة، فأصحاب الخبرات والكفاءات توجهوا نحو الخارج، ما تسبب في تراجع الدراما، إلا أننا نسعى بقصاري جهدنا إلى العمل والتصوير داخل سورية، وتقديم ما يحبه الناس. لكن ما يخص الدراما المشتركة فيجب أن تكون خياراً صحيحاً من ناحية النص والإنتاج، والممثل السوري والفن السوري، قد قدما كثيراً لهذه الدراما المشتركة من خبرة وشهرة واسعة، إذ أثبتوا للجميع أنهم الحصان الرابح دائماً".



عصام في دقيقة صمت، وغازي بيك في حارة القبة، وقع خاص لدي.

وعن أعماله الدرامية في موسم 2023، فقد كشف القيش عن وجوده للمرة الأولى في الدراما المصرية، من خلال مسلسل "الإمام الشافعي"، وهو مسلسل تاريخي يروي قصة الإمام الشافعي من إخراج الليث حجو، ومسلسل "القبان" للمخرج سيف سبيعي، والذي تدور أحداثه عن أحزان وهموم المجتمع السوري، مبيّناً أهمية هذه الأعمال في تسليط الضوء على الفساد والمساهمة في إعادة بناء وتطوير البلاد.

هذا إضافة إلى أن موسم 2023 سيعيد الفنان خالد القيش إلى البيئة الشامية، من خلال مشاركة بسيطة في مسلسل "مربا العز" مع المخرجة رشا شربتجي.



بداياته وأعماله

يعد دور أبو يوسف الذي قدمه في مسلسل "ذكريات الزمن القادم"، بمثابة المشاركة الدرامية الأولى له، والذي عُرض في عام 2003م، لتتوالى أعماله الفنية، حيث شارك بالعديد من الأعمال الضخمة نذكر منها دور أبو بكر بن زيدون في مسلسل "ملوك الطوائف"، باب الحارة 3، هند خانم، ما بين حب وحب، حارس الجبل، انتقاد بارد، المنصة، مذكرات عشيقه سابقة، غزلان في غابة الذئاب، العراب، مذبذون أبرياء، وراء الوجوه، ضبو الشتات، طاحون الشر، عن الخوف والعزلة، قمر الشام، و فارس و خميس عوانس، الذي لم يُعرض حتى الآن.

تحدث الفنان خالد القيش خلال اللقاء عن حبه لأعماله التي قدمها، واصفاً إياها بأولاده، فقال: "أحب كل الأدوار التي قُمت بتجسيدها، ولا أستطيع أن أفوز دوراً على آخر، فلا أحد يفرق بين أولاده، "التغريبة الفلسطينية، سكر وسط، للموت، كسر عظم" جميعها أعمال تحمل ميزات وتفردات خاصة، لكن ربما كان للعميد



جامع عمرو بن العاص.. أوّل مسجد في مصر وإفريقيا والرابع في الإسلام

يعدّ جامع عمرو بن العاصّ أقدم وأوّل جامع في مصر وإفريقيا، ولقّب "بناج الجوامع" ويعرف أيضًا "بالجامع العتيق". أنشأه الصحابيّ الجليل عمرو بن العاصّ في عام 21هـ/ 641م بعد أن قام بفتح مصر سنة 20هـ/ 640م بأمر من الخليفة عمر بن الخطّاب، وأسس مدينة الفسطاط عاصمة البلاد في ذلك الوقت. تجاوز جامع عمرو بن العاصّ دوره كمسجد للصلاة، ليصبح مركزاً إدارياً واجتماعياً مؤثراً، وضمّ بيت المال، بحسب وصف الرّحالة ابن رسته، وهو بيت مال اليتامى وليس بيت مال الدّولة الرئيسيّ. حين تلمس الأقدام عتبات جامع عمرو بن العاصّ، يرنّ بالاذان صدى النّداء الأوّل الذي انطلق من باكورة مساجد مصر منذ 1400 عام، تجربة أبت أنّ عنها زوّارهم، وسجّلها العاقبة والأئمة الذين صدحت حناجرهم في فضائه بالقرآن. وخلال شهر رمضان، كان جامع عمرو بن العاصّ بمصر القديمة في القاهرة الجامع الوحيد الذي بُنيت منه صلاة العشاء والتراويح إذاعياً سابقاً بتاريخ 3 مايو/أيار، وبحضور إمام المسجد واثنين من العاملين به فقط، وفقاً لموقع بؤابة الأهرام، أمّا اليوم فسترون الأسر التي تفتersh الأرض في ساحته الفسيحة انتظاراً لحلول وقت المغرب ليبدؤوا في تناول طعام الإفطار.



“العالم بين يديك”

”لوجوس هوب“ ... أكبر مكتبة عائمة تجوب العالم

في جميع أنحاء العالم، وتعرض في منطقة الاستقبال فيلماً قصيراً يؤرخ زيارات السفينة لأهم موانئ العالم، وعروضاً تفاعلية عن السفينة الحديثة لتعريف الجمهور بها.

بدأت السفينة المكتبة رحلتها منذ عدة شهور فزارت قبرص في 25 نوفمبر 2022، لتصل بعده إلى ميناء بيروت، وبورسعيد، والعقبة، والعديد من الأماكن والموانئ الأخرى، حيث ستزور كل بلدان العالم، وتستقر في كل مدينة لمدة أسبوعين.

يمكن لزوار المدينة التّجول في كل أرجائها، إذ تفتتح السفينة معرضها العائم لآلاف الزّوّار يومياً من الطّلاب، ومحبّي القراءة من الفئات العمريّة بين 13 أو 65 عاماً، مقابل رسم رمزيّ لزيارة السفينة والمشاركة في فعاليّاتها، أمّا الأطفال الذين يقلّ أعمارهم عن 13 عاماً، فيمكنهم الدّخول إلى السفينة مجاناً.

غالباً ما يكون عشاق القراءة مائلين إلى الهدوء والسكينة، فهم أكثر صمتاً وبحثاً عن النّقاء من غيرهم، فإذا كنتم من هواة الكتب، ومحبّي البحار والمحيطات، فنحن نتحدث عن شيء ما يثير اهتمامكم، لوجوس هوب، أو سفينة الأمل، أكبر مكتبة عائمة تجوب العالم، لتبحث عن القراء من مختلف الأعمار والخلفيات الثقافيّة، بغية تبادل الثقافات والحضارات، ونشر الكتب في كل أنحاء العالم.

يبلغ طول المكتبة العائمة قرابة 132 متراً، وتضمّ بأثنا أكبر مكتبة عائمة في العالم، ويصل عدد الفريق بها إلى أكثر من 400 متطوّع، من أكثر من 60 جنسيّة مختلفة، وتعود ملكيتها للمنظمة الخيرية الألمانية ”كتب جيّدة للجميع“.

تحتوي المكتبة العائمة على أكثر من 50 ألف عنوان، وتستهدف بما تضمّه من ثروة ثقافيّة نشر الثقافة



مقهى خاصّ بالنساء في مكة المكرمة

تحرص مدينة مكة على الالتزام الديني التام، فتقدّم لزائراتها فرصة الاستراحة في مقهى خاصّ بالسيدات، وهو من أوّل الكافيهات النسائيّة الموجودة في مكة المكرمة تحديداً في حيّ العوالي، فُصص للنساء فقط، ويعدّ من أفضل أنواع السياحة في مكة وغير مسموح لدخول الرجال فيه، حتّى العاملين في الكافيه من النّساء فقط.

يقدم الكافيه أشهى وأفضل المشروبات الساخنة، من أشهرها القهوة العربيّة، والمشروبات الباردة، مثل العطائر إضافة إلى الحلويّات اللذيذة.



بايكال ... البحيرة الروسية الأعرق حول العالم



عندما يتعلق الأمر بتحطيم الأرقام القياسية، يصعب التغلب على بحيرة بايكال، تلك البحيرة المتصدعة الضخمة عالية الارتفاع في المناطق الجبلية الروسية في سيبيريا، وهي أقدم وأعمق بحيرة في العالم. خلال أيام الصيف ستجد أن بحيرة بايكال بانتظارك، فهي وجهة شهيرة للتجديف بالكاياك ورحلات القوارب والتنقل بين الجزر لاكتشاف الشواطئ، كما يمكنك أن تجرب الغطس داخل مياه البحيرة التي يصل عمقها إلى 1642 متراً، وخاصة السكوبا، إذ يحظى غوص السكوبا بشعبية خاصة وممتعة للغواصين، إلى جانب الكثير من الرياضات المائية.

أما أثناء الصقيع وتشكل الجليد، فيتكون الجليد بشكل شفاف على سطح البحيرة، مما يشعرك بأنك ستسقط أو أنه سهل الانكسار، ولكنه في الواقع سميك جداً ويتحمل أوزاناً ثقيلة، وهذا يعود إلى ضعف تمعدن المياه مما يجعل من الجليد شفاف بشكل مدهش.



كما توجد على ضفاف بحيرة بايكال العديد من الكهوف وعندما تتجمد بحيرة بايكال في فصل الشتاء تظهر موجات نوازل جليدية مذهلة في الكهوف، وهناك أيضاً قرية شهيرة تقع على الحافة الغربية لبحيرة بايكال، وهي Listvyanka، التي لديها الكثير لتقدمه بهندسة معمارية جذابة وسوق مشهور يبيع الأسماك والأطعمة الروسية الشهية، ويوجد فيها متحف بايكال الذي يعرض النباتات والحيوانات الإقليمية من المنطقة بالإضافة إلى مرصد جنوب القرية.



هل سبق وسمعتم عن سياحة التَّنَزُّه مع القرش؟



إذا كنت تبحث عن الإثارة والتشويق، فأنت أمام نزهة حقيقية مع سمكة القرش، ولا يُشترط فيها أن تتعلم الغطس أو حتى العوم، كل ما عليك فعله هو أن تذهب إلى أحد الشواطئ التي توجد بها أسماك القرش، وهناك ستجد القوارب المجهزة لمثل هذه الرّحلة الشّائقة، وما إن تصل إلى أماكن وجود القرش في عرض البحر، يُدْخلك الغطّاسون وعمال المركب في قفص حديديٍّ أعدّ خصيصاً لهذا الغرض، ويُنزل هذا القفص إلى عمق مناسب، وما هي إلا دقائق حتى تقابل سمكة القرش وجهاً لوجه، ليس هذا فقط، بل من الممكن أن تحاول هذه السمكة الارتطام بهذا القفص من أجل فتحه والحصول على وجبتها الدسمة، لكن اطمئن؛ فهذه الأقفاص مصمّعة لتحتمّل هذه الصدمات، فلا تقلق وعش لحظات من المتعة والتّرفيه مع سمكة القرش.



- عدم السفر بالطائرة إذا كنت مصاباً بالتهاب الجيوب الأنفية أو احتقان الأنف.
- استخدام سدادات الأذن لموازنة الضغط ببطء.
- استخدام مزيلات الاحتقان قبل السفر بنحو ثلاثين دقيقة على الأقل.
- ينصح دائماً بشرب كميات مناسبة من المياه، التي تقلل بدورها من مشاكل ضغط الأذن وتعمل على ترطيب الجهاز التنفسي والجسد.
- إذا كانت لدى المسافر أذنان حساستان، فيجب عليه حجز مقعد بالقرب من مقدمة الطائرة حيث لا يكون صوت المحرك مرتفعاً، وهذا لا يعني بالضرورة حجز مقعد في الدرجة الأولى، ولكن من الأفضل اختيار مكان أمام أجنحة الطائرة.
- الأطفال أكثر عُرضة للتأثر في هذه الحالة، لأن القناة قصيرة وصغيرة وضيقة المجرى مقارنةً بالبالغين، لذلك ينصح بإرضاع الأطفال الصغار أو إعطاء المصاصة للأطفال الأكبر عمراً.



- وإذا أردنا أن نتعمق علمياً أكثر فيجب علينا شرح ماهية عمل الأذن، حيث يوجد في الأذن جزء من أنبوب استاكايوس المتصل بالأذن الوسطى، والمسؤول عن تنظيم الضغط ومعادلته، ولكن عندما تقلع الطائرة وتهبط، يتغير ضغط الهواء بسرعة كبيرة، وغالباً ما لا يستجيب أنبوب استاكايوس في الوقت المناسب، مما يسبب أعراض طنين الأذن، لذلك يؤدي فعل البلع أو التثاؤب إلى توسيع أنبوب استاكايوس، مما يسمح لمزيد من الهواء بدخول الأذن الوسطى، مما يعدل الضغط على الأذن.



كيف تتخلص من طنين الأذنين المزعج في أثناء الرحلات الجوية؟

- التثاؤب المتكرر
- المضغ والبلع في أثناء الإقلاع والهبوط، حيث يساعد الابتلاع على فتح أنبوب أوستاش، وهو الأنبوب الذي يستنزف السائل من الأذن وينظم ضغط الهواء، وهذا يمكن أن يساعد على تخفيف الألم عند السفر، وينصح المسافر بمضغ علكة للتخفيف من أعراض الضغط على الأذنين.
- تجنب النوم في أثناء الإقلاع والهبوط.



"تفسيرات صحية"

طنين الأذن أو انسدادها على متن الطائرة

من أكثر الأمور التي تزعج المسافرين ويسعى إلى تفسير أسباب حدوثها، هو طنين الأذن وانسدادها في أثناء السفر الجوي، وتحديد وقت الإقلاع والهبوط، وذلك بسبب الضغط الجوي الكبير، إليكم التفسيرات والطول لألم الأذن العميق داخل الطائرة.

يحدث طنين الأذن على متن الطائرة عندما لا يكون الضغط في الأذن الوسطى والضغط المحيط متساويين، أي عندما يغيب التوازن بين الضغط في الأذن الوسطى والضغط الخارجي في البيئة المحيطة، مما يتسبب في اهتزاز طبلة الأذن بنحو غير طبيعي.

طريقة التحضير

- نضع طبقة من رقائق الفيلو وندهنها بالسمنة المذابة، ثم نضع طبقة أخرى من الرقائق ونعيد الطبقات، حتى يصبح لدينا السماكة المطلوبة (حوالي 8 ل 12 طبقات حسب سماكة الرقائق).
- نقوم ببرش الجبنة البيضاء، ونخلطها مع ما تبقى من الأجبان المفضلة، ونضيف حبة البركة، مع الملح والفلفل الأسود، "البقدونس اختياري"، ثم نقوم بمد طبقة الجبنة فوق طبقة الرقائق. نعيد تكرار طبقات الرقائق مع السمنة (من 8 ل 10 طبقات).
- ثم نقوم بتقطيعهم إلى مربعات حسب الحجم المفضل لكم.
- ثم نلظ كويلاً من الحليب مع بيضة واحدة.
- والملح والفلفل ونضيفهم فوق السوبرك.
- أخيراً ندخلها إلى فرن بحرارة 180 درجة، مدة 30 دقيقة تقريباً، حتى نشفان السوائل، واحمرار الوجه.
- يُزين وجهها بحبة البركة والسمسسم.



سوبرك Su börek

مناسبة لإفطار صباحي بالأيام العادية، ومقبلات على إفطار رمضان، أو حتى في فترة السحر.

المكونات:

(رقائق عجينة الفيلو، سمنة حيوانية، جبنة بيضاء بلدية "أو ممكن استخدام اللحوم أو العكاوي"، كوب حليب، بيضة واحدة، حبة بركة، ملح وفلفل أسود، من الممكن إضافة البقدونس "اختياري").



وصفات ومقبلات شهية للإفطار والسحور

الطريرك أو طاطا برك:

من أجد الأطباق الرمضانية اللذيذة التي تُقدم على مائدة الإفطار، وهي سهلة وسريعة التحضير.

المكونات لعجينة الطريرك:

(طحين وماء وملح).

مكونات للحشوة:

(لحم مفروم، سمنة، بصل، ملح وفلفل أسود).

لإعداد الطلعة نحتاج إلى:

(لبن، ثوم، ملح، سمنة "على الوجه").

لزينة الوجه نحتاج إلى: (بقدونس، رمان، صنوبر).



طريقة التحضير

- نضع الطحين مع الملح، ونضيف الماء بالتدريج مع العجن، حتى تصبح عجينة متماسكة. لتحضير الحشوة: نقوم بقللي اللحم المفروم بالسمنة حتى يتغير لونه، ثم نضيف إليه مكعبات البصل والملح والفلفل الأسود، ونغطيها حتى يذبل البصل وينضج اللحم.
- نقوم برق العجينة وتقطيعها إلى دوائر، ووضع الحشوة السابقة، ونطبق العجينة بإحكام حتى يصبح لدينا شكل هلال.
- نضع قطع الطريرك برك بالماء المغلي مع القليل من الملح، مدة 5 إلى 10 دقائق تقريباً حتى تنضج العجينة.
- نقوم بخلط اللبن بحرارة الغرفة، مع ملح وثوم.
- ثم نضع قطع الطريرك برك المسلوقة فوق خلطة اللبن، ونزين وجهها بالبقدونس والرمان والصنوبر، وأخيراً سمنة حامية، وساخنة على الوجه.



- (8) إذا قَدِمَ المسافرُ أثناء النَّهارِ مُفطرًا، فقد اختلف أهلُ العِلْمِ في إمساكِه بقيَّةِ اليومِ، على قولين: القول الأول: لا يجِبُ عليه إمساكُ بقيَّةِ النَّهارِ، وهو مذهب المالكيَّةِ، والسَّافعيَّةِ، وروايةٌ عند الخنابلة. القول الثاني: يلزُمه الإمساكُ، وهو مذهب الحنفيَّةِ، والمعتمدُ عند الخنابلة، ووجهٌ عند السَّافعيَّةِ.
- (9) يباحُ الإفطارُ للمسافرِ، ولو كان سقَرَه بوسائلِ النَّقلِ المريحة، سواءً وَجَدَ مشقَّةً أو لم يجِدْها.

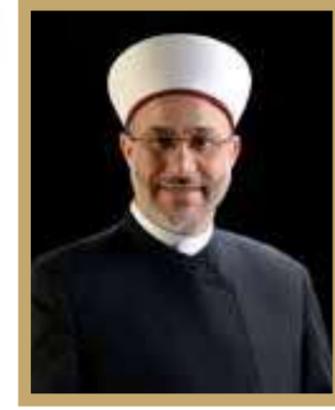
(10) على أيِّ توقيتِ يُفطر المسافر بالطائرة؟

ذكر علماءُنا الأجلاءُ حفظهم اللهُ تعالى وعلى رأسهم فضيلة أستاذنا العلامة د. علي جمعة: أنَّ الشرعَ علَّقَ الإفطارَ والإمساكَ بتبيُّنِ الطَّائِمِ غروبِ الشمسِ وطلوعِ الفجرِ، فقال تعالى: «وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ثُمَّ أَتُمُوا الصِّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ». وقال النبي: طلى الله عليه وسلم: «إِذَا أَقْبَلَ اللَّيْلُ مِنْ هَاهُنَا، وَأَذْبَرَ النَّهَارَ مِنْ هَاهُنَا، وَعَزَّيْتَ الشَّمْسُ، فَقَدْ أَفْطَرَ الطَّائِمُ» وهذا يدل على أن العبرة في الإفطار تحقُّقِ الطَّائِمِ من الظُّلْمَةِ إمَّا جسًّا برؤيته هو أو خبرًا بتصديق من يُعتدُّ بإخباره في ذلك، وكذلك الحال في الإمساك، العبرة فيه بتحقيقِ المكثَّفِ من طلوعِ الفجرِ الصادقِ إمَّا جسًّا أو بإخبار من يُعتدُّ بإخباره.

ومن المعلوم أن الإنسان كلما ارتفع عن سطح الأرض تأخر غروب الشمس وذلك بسبب كُرْوَيَّةِ الأرض، وحينئذٍ فمقتضى القواعد الشرعية أنه لا إفطار حتى تغرب الشمس في حق الطَّائِمِ نفسه، ولهذا فإن الإفطار المعتبر في حق المسافرين بالطائرة إنما هو برؤيتهم غروب الشمس بالنسبة إليهم، وفي النقطة التي هم فيها، ولا يفطرون بتوقيت البلد الذي يُخلِّقون عليه، ولا الذي سافروا منه، ولا الذي يتجهون إليه، بل عند رؤيتهم غروب الشمس بكامل قُرْبِهَا.

فإن طال مدةُ الصيامِ طولًا يَشُقُّ مثله على مستطيع الصوم في الحالة المعتادة، فلهم أن يفطروا للمشقة الزائدة المركبة في السفر، وليس لانتهاه اليوم، وعليهم أن يقضوا الأيام التي أفطروها. ملحوظة: بإمكان المؤمن أن يأخذ بأيِّ قولٍ شاء من أقوال الفقهاء المذكورين.

تقبل الله صيامكم وقيامكم، وجعلنا وإياكم من عتقاء شهر رمضان. رئيس لجنة الإفتاء في دمشق د. أحمد سامر القباني



الحمد لله، والصلوة والسلام على سيدنا رسول الله، وعلى آله وصحبه وجميع أنبياء ورسلى الله. باسم شركة أجنحة الشام نبارك للإخوة المسافرين على متن خطوطنا الجوية وللأمة جمعاء طوَل شهر رمضان المبارك، ونبين أهمَّ الأحكام الشرعية للصيام فيما يخصُّ المسافرين.

بعض أحكام الصيام للمسافر:

- (1) إذا لم يَشُقَّ الصَّوْمُ على المسافرِ، واستوى عنده الصَّوْمُ والفِطْرُ، فاختلف أهلُ العِلْمِ في الأفضلِ له: الصَّوْمُ أم الفِطْرُ: ذهب جُهور الفقهاء من الحنفيَّةِ، والمالكيَّةِ، والسَّافعيَّةِ إلى أن الصَّوْمُ أفضلُ له.
- (2) إذا شُقَّ الصَّوْمُ على المسافرِ، بحيث يكونُ الفِطْرُ أرفقَ به، فالفِطْرُ في حقه أفضلُ؛ وهذا باتِّفاق المذاهبِ الفقهيَّةِ الأربعة: الحنفيَّةِ، والمالكيَّةِ، والسَّافعيَّةِ، والخنابلة؛ لأنَّ ارتكابَ المشقة مع وجودِ الرخصة يشعُرُ بالجدولِ عن رخصةِ اللهِ عزَّ وجلَّ.
- (3) لا يُفطرُ المُسافرُ إذا نوى الإقامةَ خمسة عشرَ يوماً فأكثرَ، وهذا مذهبُ الحنفية، وعند المالكية والسَّافعية والخنابلة لا يُفطر إذا نوى الإقامةَ أربعة أيامٍ فأكثرَ.
- (4) إذا أفطرَ المسافرُ وجب عليه قضاء ما أفطرَه من أيَّامٍ؛ لقوله تعالى: (فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ).
- (5) إذا دخل على المسافرِ شهرُ رَمَضانَ وهو في سقَرِه، فله الفِطْرُ.
- (6) إذا سافر أثناء الشَّهرِ، وخرج من بلدته قبل الفجرِ، فله الفِطْرُ في صبيحةِ اللَّيلةِ التي يخرُجُ فيها وما بعدها؛ باتِّفاق المذاهبِ الفقهيَّةِ الأربعة: الحنفيَّةِ، والمالكيَّةِ، والسَّافعيَّةِ، والخنابلة، وهو قولُ عامَّةِ أهلِ العِلْمِ، وخصَّ الإجماعُ على ذلك.
- (7) إذا سافرَ أثناء نهارِ رَمَضانَ، وخرج من بلده، فله أن يفطرَ، وهو مذهبُ الخنابلة، واختاره ابنُ المُنذرِ.

CHAM WINGS Fleet

طائرات أجنحة الشام



AIRBUS
BAE A320-231



AIRBUS
BAG A320-212



AIRBUS
BAB A320-211

FLY BEYOND THE LIMITS

مكاتب الشركة الرئيسية

حلب - شيراتون
هاتف: +963 21 2116855

دمشق - داما روز
هاتف: +963 11 2229200 - 364

دمشق - شارع الفردوس
هاتف: +963 11 2158111

دمشق - مطار دمشق الدولي
هاتف: +963 11 5400714

دمشق - السيدة زينب
هاتف: +963 968 888 778

الوكلاء المعتمدون:

الإمارات العربية المتحدة

فلاي أند مور
T: 0097142222777
Email: info@flyandmore.com

روسيا/موسكو

Charter Green Light Moscow
T: +7 (495) 6406989
E-mail: info@aerocgl.ru
Web: www.aerocgl.ru

إيران / طهران

مهد البراق
T: +982 188 007070
F: +982 188 951 953

العراق / أربيل

زوزوك للطيران
T: 07501000405
T: 07501000406
Email: chamwing@zozi-air.net

عمان / مسقط

أجنحة الياسمين للسياحة والسفر
T: +968 96345222
Email: yousef.karam.mct@gmail.com

الكويت / الكويت

مالك للسياحة والسفر
T: +965 2244434
F: +965 22442434

العراق / النجف

الرافدين للسياحة والسفر - النجف
T: +964 78 10 61 58 19

لبنان / بيروت

Dream Route
T: +96181710701
Email: dreamroute.sarl@gmail.com

سورية / القامشلي

أجنحة الشام
T: +963 52 42 6782
F: +963 52 44 76544
F: +963 938 455 948

كوالا لمبور / ماليزيا

KK BAKTI TRAVEL & TOURS
M: (+60) 183688453
T: (+60) 327138736
327138735
Gulf United Travel & Tours
M: (+60) 1160737569
Email: info@gulf-united.net

سورية / اللاذقية

أجنحة الشام
T: +936900205
M: +963 930475775
M: +963 0 412565246

العراق / بغداد

أجنحة الشام - بغداد
T: +964 770 796 2651
F: +964 790 514 3434

السودان / الخرطوم

صبرا للسياحة والسفر
T: +24 918 3799 861
F: +24 918 379 9323

سورية / حمص

فندق السفير
T: +963 031 216 0202

يريفان

Wings Tour
Mashtots16- Khorenatsi
T: 00374 11 202015
M: 00 374 41 852896
Email: wingstourarm@gmail.com

باكستان/كراتشي

Quantum Aviation (Pvt.) Ltd
T: +92-21-34527687
T: +92-21-34326262
Email: info@quantumaviation.aero

جدة / السعودية

أجنحة الشام للسياحة والسفر
T: 012 2895275
مكتب لمار للسفر
T: 012 6988877

الرياض / السعودية

أجنحة الشام للسياحة والسفر
T: 011 2227855
مكتب لمار للسفر
T: 011 4193222
الشاهين للسياحة والسفر
T: 011 4651115
مكتب أسفار للسفر
T: 011 2414726

وجهات أجنحة الشام للطيران Cham Wings Network



وجهات مباشرة —●—
وجهات غير مباشرة ●-----

تابعونا على مواقع التواصل الاجتماعي

FOLLOW US ON SOCIAL MEDIA

