تراحـــم

مجلة تراحم - العدد (13) - شعبان 1438 هـ

اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم

الأمير محمد بن سلمان .. اختيار حكيم لتعزيز النهضة التنموية الشاملة

العمل الخيري وفرصة بناء مجتمع معافى

6 ضوابط للعفو عن حفظة القرآن بالسجون

"تراحم مكة" تقدم 33 ألف وجبة يومياً إفطار للصائمين بالحرم



"العفيص" يشكر سمو ولي العهد ويثمن جهود منسوبي «تراحم»

ولي العهد الأمير محمد بن سلمان يقدم تبرعا سخيا

تلاحم غير مسبوق مع حملة "تفريج كربة".. وابتسامة على محيا أسر السجناء



استثمار

تثمين

خدمات تسويقية

تخطيط وتطوير أراضي

عرض العقارات عبر موقعنا على الأنترنت

مجموعة حمد الشويعر للاستثمار والتطوير العقاري

Hamad Al-Showair Group For Inv. & Real Estate Dev.

هاتف: ٤٥٤٥٠٦٣ ٠١١ فاكس: ٤٥٤١٣٢٣ ٠١١ ص.ب ٨٥٠٢٢ الرياض ١١٦٩١

Tel.: 011 4545063 - Fax: 011 4541323 P.O.Box 85022 Riyadh 11691

hamad@alshowair.com www.alshowair.com

ZOOMLION

Introducing

OUR BRAND NEW RT CRANE

SALES • RENTAL • SERVICE

Special Offers on Cash Deals



RT 60
ROUGH TERRAIN CRANE
60 Ton / 66 US Ton hook block

- 5 boom section
- 43 Mtr. working height
- U-shaped Forged Booms.
- US Cummins Engine
- US Dana Axle
- De Harishmen LMI System.
- 60% Imported World Class Components.
- Best In Class Maximum Loading Capacity.
- Unlimited One Year Warranty.
- ANSI Certified.
- ARAMCO Registered

we serve you from our established branches in Eastern, Western and Central Region

الربيعة والنصار للتجارة

RABIAH & NASSAR COMMERCIAL

Khobar: +966 13 8991566 - E: sales.eq@rancogroup.com
Riyadh: +966 11 4910590 - E: trading@rancogroup.com
For Inquiries Contact: Mr. Faisal Al Mobayedh: +966 56 7777383

@ranco.group @rancogroup

www.rancogroup.com

SBU of Rabiah & Nassar Group

أحدى نشاطات مجموعة الربيعة والنصار



يونيتشارم
الخليج للصناعات الصحية المحدودة

25th الذكرى السنوية

نبذة عن شركة يونيتشارم الخليج للصناعات الصحية المحدودة

تأسست شركة يونيتشارم الخليج للصناعات الصحية المحدودة منذ ٢٥ عاما (عام ١٩٩٢م) وتتخذ من المدينة الصناعية الثانية في الرياض مقرا لإدارتها ومصانعها وتمتلك معظم اسهمها شركة يونيتشارم اليابانية والتي تأسست عام ١٩٦١ وتعمل في ٨٠ دولة حول العالم وتحتل المركز الأول في اليابان والعديد من الدول الأخرى من خلال منتجاتها ذات الجودة العالية. و قد تجاوزت مبيعات الشركة الأم ٧ مليار دولار في عام ٢٠١٦.

و تقوم الشركة بتصنيع منتجات العناية بالطفل "بيبي جوي" و منتجات العناية بالصحة النسائية "سوفي"، و منتجات العناية بالكبار "ليفري" إضافة الى باقة متكاملة من المنتجات الورقية و التي تشمل مناديل الوجه و ورق الحمام و المطبخ و منتجات عديدة اخرى. و يتم توزيع منتجات الشركة من خلال ١٤ مركز توزيع منتشرة في انحاء المملكة و التي تهدف الى تحقيق البيع المباشر لجميع المنافذ المستهدفة. و تصدر الشركة منتجاتها الى أكثر من ١٨ دولة تشمل دول الخليج و دول منطقة الشرق الأوسط و شمال أفريقيا.

و تفتخر شركة يونيتشارم الخليج بانجازاتها خلال الـ ٢٥ سنة الماضية حيث تم بناء شراكة ناجحة بينها و بين المملكة العربية السعودية. و من أهم الإنجازات ما يلي:

١) إستمرار الشركة بالإستثمار في توسعة نشاطها في المملكة وآخرها توسعة قيمتها ٥٠٠ مليون ريال حيث بدأ الإنتاج الفعلي في مقر هذه التوسعة بالمدينة الصناعية بالرياض.
٢) إحلال التكنولوجيا اليابانية المتطورة لكافة منتجاتها الخاصة بالعناية بالطفل و المرأة و كبار السن حيث نالت منتجات الشركة ثقة المستهلك السعودي.
٣) توطين الوظائف من خلال توظيف و تدريب الكوادر السعودية رجالاً و نساءاً.
٤) دعم عمل المرأة السعودية حيث أنشأت الشركة مصنعا متخصصا للنساء يفوق موظفوه الـ ٧٠ سيدة سعودية و وفرت لهن ما يحتجنه من وسائل المواصلات و رعاية الأطفال للقيام بعملهن بنجاح. ومن الجدير بالذكر أن ثلث هذا العدد من السيدات ذوات الإحتياجات الخاصة.
٥) ساهمت الشركة في نمو صادرات المملكة من المنتجات غير النفطية حيث وصلت صادراتها الى أكثر من ١٨ دولة بقيمة تعادل ٠,٣٪ من اجمالي صادرات المملكة غير النفطية تماشيا مع أهداف رؤية ٢٠٣٠ للمملكة العربية السعودية.
٦) لم تغفل الشركة عن مسؤوليتها الإجتماعية من خلال رعاية و دعم العديد من النشاطات و المؤسسات الخيرية المرخصة في المملكة.



الغفيص يشكر سمو ولي العهد

ويثمن جهود منسوبي «تراحم»

توجّه معالي وزير العمل والتنمية الاجتماعية- رئيس اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» , بالشكر والإمتنان لصاحب السمو الملكي الأمير / محمد بن سلمان عبدالعزيز, ولي العهد, نائب رئيس مجلس الوزراء, وزير الدفاع, على دعمه السخي لحملات «تفريج كربة» التي أقيمت في كافة مناطق ومحافظات المملكة, والتي أثمرت بفضل الله عن إطلاق مئات السجناء المدينين العاجزين عن السداد.

كما ثمّن معاليه الجهد المبذول من قبل القائمين على حملات «تفريج كربة» من منسوبي اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» وفروعها في المناطق والمحافظات ممثلة, بالإدارات التنفيذية والأقسام النسائية, كما توجّه بالشكر والإمتنان لكل من دعم هذه الحملات وساهم في إنجاحها من الموسرين وفاعلي الخير, متوجهاً بالتهنئة للنزلاء والنزيلات المستفيدين من هذه الحملة, والذين تم لم شملهم بأسرهم.



شركة الراشد للتجارة والمقاولات
AL-RASHID TRADING & CONTRACTING CO.
RTCC
شركة مساهمة مقفلة
CLOSED JOINT STOCK COMPANY
رأس المال المدفوع (٥٠) مليون ريال
PAID CAPITAL (50) MILLIONS S.R.



ثقتكم
هدفنا

TÜV NORD
ISO 9001

Head Office :
P.O. Box (307) Riyadh 11411
Kingdom of Saudi Arabia
Tel. : +966 - (1) - 416 4111
Fax : +966 - (1) - 416 4222

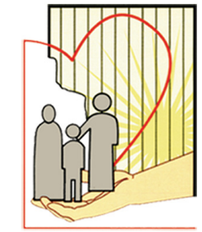
المركز الرئيسي
ص. ب (٣٠٧) - الرياض ١١٤١١
المملكة العربية السعودية
تليفون : ٤١١١١ ٤١٦-(١)-٩٦٦+
فاكس : ٤٢٢٢ ٤١٦-(١)-٩٦٦+

E-mail: info@rtcc.com.sa
www.rtcc.com.sa

تراحـــم

مجلة دورية تصدر عن:
اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم

الآراء الواردة في المجلة تعبر عن رأي صاحبها ولا تعبر عن وجهة نظر اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم



اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم

رئيس التحرير
محمد بن عائض الزهراني
أمين عام اللجنة

للمراسلة والإعلان في المجلة:
الرقم المجاني : 8001244244
ت: 2197767 ف: 2171611
ص. ب 25003 الرياض 11466
www.pcare.org.sa
tawasol@pcare.org.sa

المشرف الفني للمجلة
عبدالله بن محمد الموسى

أعضاء هيئة التحرير
فهد عبوش السهلي
أبو العلاء الحاج أحمد

امتياز التسويق والإخراج الفني
سما الجواد للتسويق الإعلاني

للإعلان من داخل المملكة
حي الملز - شارع جرير
ص.ب 2689 الرياض 31461
هاتف: 4720332 (011) 669+
فاكس: 4720785 (011) 669+

محتويات العدد

08 رئيس وأعضاء مجلس إدارة «تراحم»
يثمون اختيار الأمير محمد بن سلمان وليا للعهد

12 وزير العمل والتنمية الاجتماعية
يترأس الاجتماع الأول لمجلس إدارة «تراحم»

14 مشاهير القصيم
يشاركون تراحم في فك كرب سجناء الدين

16 مدير سجون الشرقية
يدشن أول معرض لبيع منتجات النزلاء والنزيلات

18 شركة المراعي
تدعم اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم»

19 «تراحم» جازان
تنفذ برنامجاً تربوياً لأبناء السجناء وشهداء الواجب

21 «تراحم» تكرم 60 محامياً
وتنقل تجربتها لـ 28 مدينـــة

22 «تراحم مكة»
مشروع التوظيف الموسمي للمفرج عنهم وأسر السجناء في (مشروع إفطار صائم)

24 «تراحم» تنظم دورة تدريبية لمنسوبيها
تشرح حقوق المشترك السجين وأسرته التأمينية

26 عطاء لا محدود ودور إيجابي في تنمية المجتمع
العمل الخيري .. وإتاحة الفرصة للبناء الاجتماعي والاقتصادي

38 فضل القرآن الكريم

44 أخطاء يمارسها الموظفين في العمل تزيد الوزن

30







سلمان يقدم تبرعا سخيا

حملة «تفريج كربة»

تنتظم في جميع مناطق المملكة وتشهد تفاعلاً غير مسبوق من مختلف شرائح المجتمع السعودي



























بايعوا سموه على السمع والطاعة

رئيس وأعضاء مجلس إدارة «تراحم» يثمنون اختيار الأمير محمد بن سلمان وليا للعهد

رفع رئيس وأعضاء مجلس إدارة اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم (تراحم)، أسمى آيات التهاني لصاحب السموّ الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز على الثقة الملكية الغالية باختياره وليًا للعهد، مبايعين سموه على كتاب الله وسنة نبيه وعلى السمع والطاعة في المنشط والمكره.

وأكدوا أن تعيين سموّه وليًا للعهد يأتي ليؤكد قوة وصلابة بيت الحكم السعودي والانتقال السلس لتولي ولاية العهد وهو ما يشكل أساسًا مهمًا للاستقرار الذي تنعم به بلادنا بفضل الله ثم بفضل حكمة وقيادة خادم الحرمين الشريفين.

وأشاروا إلى أن ما أصدره خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبدالعزيز -حفظه الله- من أوامر حكيمة امتداد لاهتمامه وحرصه الدؤوب على شؤون المواطنين وتعزيز تنمية الوطن ودعم للمسيرة الإدارية والقيادية في المملكة مما يؤكد مضي المملكة على نهج التطوير والإصلاح ولتبقى -بإذن الله- بلاد الأمن والأمان والتقدم والرقي على الطريق السوي الذي بدأته منذ عهد المؤسس المغفور له -بإذن الله- الملك عبدالعزيز آل سعود.

وقالوا: «إن اختيار الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز وليا للعهد هو بمثابة تعزيز المملكة لدور شبابها للتحرك في المرحلة المقبلة من أجل إحداث نقلة نوعية في المملكة وتحقيق رؤية المملكة ٢٠٣٠ على أرض الواقع والتحرك محليا وإقليميا ودوليا لتعظيم قوة ومكانة المملكة على الساحة الدولية، فسموه خير من يمثل جيل الشباب من خلال الفترة التي قضاها وليا لولي العهد واكتسابه لخبرات كثيرة في هيئة الخبراء وإمارة الرياض والديوان الملكي ووزارة الدفاع فضلا عن إمكاناته وقدراته ومهاراته الشخصية والتي جعلته شخصية متميزة فهو مهندس لرؤية المملكة ٢٠٣٠ التي ستسهم في إحداث تغير نوعي في اقتصاد المملكة ويجعلها ضمن منظومة الدول المتقدمة، كما أنه قاد التحالف العربي لدعم الشرعية في اليمن الشقيق، وكذلك تكوين التحالف الإسلامي لمكافحة الإرهاب فضلا عن إدارته لمجلس الشؤون الاقتصادية والتنمية».



ونوه رئيس وأعضاء مجلس الادارة إلى أن مبايعة الشعب السعودي من مسؤولين واعيان ومواطنين للأمير محمد بن سلمان آل سعود ولياً للعهد ما هو إلا دليل قاطع على ثقة الشعب في قيادته وفي حكمتها التي تدير بها نهج البلاد على مبادئ الكتاب والسنة النبوية الشريفة، كما أن المواطن السعودي لا يجهل أهمية الالتفاف حول قيادته وأثر ذلك على تحقيق الأمن الوطني الذي يجب أن يحافظ عليه كل مواطن سعودي وهذه الأمور لا يمكن أن يغفل عنها المواطن مما جعله يتمسك بالبيعة لولي العهد.

مؤكدين أن البيعة لولي العهد تعتبر مناسبة وطنية نعزز فيها الانتماء والولاء والحب لهذا الوطن الكبير، ونكرس فيها قصة تلاحم ما بين القيادة والشعب كشفتها مواقف وأحداث ليست ببعيدة عنا، حيث أن الوطن غالي، وأن اللحمة ما بين أبناء هذاالشعب وقيادته لا يمكن المساس بها، ولن نفرط في ديننا وقيادتنا وخيراتنا ومكتسباتنا وأمننا واستقرارنا.

وأضافوا: «إننا نشعر بالفخر والاعتزاز بهذه القرارات التي اتخذتها القيادة الرشيدة والتي تعتبر نموذجاً يحتذي في كافة دول العالم خاصة وأن المملكة تشهد طفرةً تنموية شاملة في جميع القطاعات قائمة على إنجازات يدعمها شباب وشابات المملكة»، مشيرين إلى أن سموه قد سجل مواقف ومنجزات تاريخية، فيما عهد إليه من مهمات ومسؤوليات، حيث قاد سموه عملًا كبيرًا في إطار الإصلاح الاقتصادي وتعزيز دور المملكة إقليميا ودوليا، والمملكة تسير إلى تحقيق منجزات تاريخية في ظل اهتمام القيادة بتعزيز الكيان الاقتصادي والسياسي والأمني، مما سيكون له أثر إيجابي على الاقتصاد الوطني وعلى مستوى المنطقة.

وتوقعوا أن تمضي المملكة خلال المرحلة القادمة نحو بناء مستقبل أكثر إشراقاً ونهضة تنموية اقتصادية تواكب الآمال المعهودة والتطلعات المنشودة، وتنسجم مع التحولات الاقتصادية ومتغيرات العصر التي يشهدها العالم اليوم، خاصة وأن الأمير محمد بن سلمان نهل من مدرسة والده العلوم القيادية والتربوية والإنسانية واكتسب من سلمان العزم والحزم الخبرة والحنكة ومكونات الإدارة العصرية التي انعكست (بنيوياً) على صقل شخصيته الكارزمية التي باتت اليوم تحظى بمكانة عالمية رفيعة ومرموقة بما يمتلكه سموه الكريم من صفات قيادية وما يحمله من فكر مستنير أبدع في التخطيط الاستراتيجي، وصياغة الرؤية الاستشرافية التي ستعبر بالاقتصاد الوطني إلى عالم الريادة والابتكار والتقدم المنشود، سائلين الله العلي القدير أن يوفق سمو ولي العهد الأمين، وأن يمده بالعون والسداد لإكمال مسيرة النماء والبناء، ويديم على هذا الوطن الغالي نعمة الأمن والأمان والاستقرار في ظل قيادته الحكيمة.

لجنة رعاية السجناء بالقصيم

تزور سجن بريدة وعنيزة

قام أعضاء مجلس إدارة لجنة رعاية السجناء بمنطقة القصيم «تراحم» بزيارة إلى سجن بريدة وعنيزة العام مؤخراً، واطلع أعضاء اللجنة على مرافق السجن والعنابر وأبرز احتياجات السجناء الاجتماعية، كما استمعوا إلى شرح مفصل حول آلية العمل بالسجن والفئات التي يحتضنها . وعقد بعد ذلك اجتماع بين المسئولين في اللجنة والمسئولين في إدارة السجون بمنطقة القصيم لبحث سبل التعاون الممكنة وآلية العمل المشتركة.

وعقب الاجتماع أوضح رئيس لجنة رعاية السجناء بمنطقة القصيم سليمان بن إبراهيم العمري أن هذه الزيارة تأتي في إطار تفعيل برامج لجنة رعاية السجناء بمنطقة القصيم «تراحم» والاطلاع على حاجات المستفيدين من برامجها وخدماتها المتنوعة.

ونوّه العمري بالتوجيهات الكريمة والدعم غير المحدود الذي تجده اللجنة من قبل ولاة الأمر –حفظهم الله– في هذه البلاد المباركة، وحرصهم على الاهتمام بفئات المجتمع كافة، ورعاية أسر السجناء ودعمهم ومساندة المفرج عنهم مع اللجنة لأداء رسالتها المهمة في خدمة السجناء وأسرهم.

من جانبه، رحب مدير سجون منطقة القصيم اللواء فهد بن عبدالله النعيم بزيارة رئيس وأعضاء اللجنة وأطلعهم على عمل إدارة السجن وأحوال السجناء، مؤملاً أن تسهم هذه الزيارة في تفعيل العديد من الأعمال والبرامج التي تخدم السجناء والمفرج عنهم وأسرهم.

يذكر أن لجنة رعاية السجناء بمنطقة القصيم «تراحم» نفذت العديد من البرامج والمناشط والخدمات للسجناء والمفرج عنهم وأسرهم، شملت برنامج تفريج كربة وبرنامج تأهيل السجناء وبرامج الأنشطة الثقافية والترويحية والمعايدات لفئة السجناء، وبرنامج المساعدات المباشرة والتدريب والتوظيف والتوعية والإرشاد والبرنامج الرياضي والاجتماعي لفئة المفرج عنهم، وبرامج التدريب والتوظيف وحفلات النجاح ومتابعة التعليم والرعاية الاجتماعية لأسر السجناء.









تراحم «تبوك»

توزع سلال غذائية لأسر السجناء بتبوك

بدأت لجنة رعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم (تراحم) بمنطقة تبوك ، ممثلة بالقسم النسائي اليوم، توزيع ٦٠ سلة غذائية، لأسر النُزلاء والنزيلات، المشمولين بخدمات اللجنة، مساهمة منها في التخفيف من معاناتهم .

وأوضح رئيس قسم دعم الأسر باللجنة علي الغامدي، أن هذا الدعم يأتي ضمن البرامج التي تسعى اللجنة لاستمرارها و استكمالاً لحزمة من البرامج الخيرية، التي نفذتها لجنة (تراحم) مؤخراً، معرباً عن شكره لشركة المراعي على تعاونهم ودعمهم.

تراحم جازان

تسهم في إطلاق 6 من سجناء الحقوق الخاصة

نجحت جهود لجنة رعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم (تراحم) بمنطقة جازان خلال الفترة الماضية في احتواء معاناة ستة من النزلاء بالسجن العام بمدينة جازان والسجون الفرعية في محافظة الدرب ومركز الشقيري والموقوفين بموجب قرارات شرعية نهائية صادرة من محاكم التنفيذ على ذمة مطالبات مالية لعجزهم عن الوفاء بها في المواعيد المتفق عليها .

وبحسب رئيس اللجنة الأستاذ علي بن موسى زعلة فقد تم رصد هذه الحالات من خلال المتابعة الميدانية لأوضاع النزلاء الغارمين وبعد التأكد من إعسارهم جرى التواصل والتنسيق مع بعض فاعلي الخير من داخل المنطقة وخارجها حيث أبدى الجميع تفاعلهم مع دعوة اللجنة والمبادرة بتسديد المديونيات المترتبة بحقهم بمبلغ إجمالي خمسة وستين ألف ريال مما ساهم في إستكمال إجراءات إطلاق سراحهم وسرعة عودتهم لأسرهم .مشيراً لاستمرار اللجنة في فحص ودراسة ملفات باقي نزلاء الحقوق الخاصة تمهيداً لتفريج كرباتهم بمناسبة قرب حلول شهر رمضان المبارك .



وزير العمل والتنمية الاجتماعية

يترأس الاجتماع الأول لمجلس إدارة «تراحم»



ترأس معالي وزير العمل والتنمية الاجتماعية رئيس مجلس إدارة اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم (تراحم) الدكتور علي بن ناصر الغفيص في مقر اللجنة بالرياض، الاجتماع الأول لمجلس إدارة اللجنة للعام ١٤٣٨هـ، بحضور اللواء إبراهيم الحمزي – مدير عام السجون – نائب رئيس اللجنة، وكافة أعضاء المجلس.

وقال الأمين العام للجنة الأستاذ محمد الزهراني، إن المجلس ناقش عدداً من الموضوعات يأتي في مقدمتها مشروع الموازنة التقديرية للجنة للعام المالي الحالي، حيث تمت إجازته، كما اطلع المجلس على خطة الدراسة المعدة من قبل المركز الوطني للدراسات والبحوث الاجتماعية حول رصد التجارب الدولية والإقليمية الناجحة في مجال رعاية وتأهيل نزلاء السجون والإصلاحيات والمفرج عنهم وأسرهم.

وناقش محضر فريق العمل المشكل من عدد من الأعضاء وضع آلية لتعظيم دور القطاع الخاص في دعم برامج ومشاريع اللجنة.

كما اطلع المجلس على الدراسة المتعلقة بمعالجة أوضاع النزيلات المنتهية محكومياتهن، واللاتي يرفض ذووهن استلامهن، حيث قدم الدكتور ذعار المحيا، مدير عام مركز أبحاث مكافحة الجريمة بوزارة الداخلية، إيضاحاً بشأنها.

وفي ختام الاجتماع، قدم الأمين العام للجنة إيضاحاً للمجلس حول أبرز المستجدات والفعاليات لدى اللجنة الرئيسة وفروعها.

إلزام الجهات الصحية الحكومية

بعلاج جميع السجناء

تفيد معلومات حصلت عليها «عكاظ» أن توجيهات عليا شددت على إلزام الجهات الصحية الحكومية بعلاج جميع السجناء في جميع التخصصات سواء داخل السجن أو خارجه بالمستشفيات العامة أو التخصصية إضافة إلى أن الرعاية الطبية لنزلاء السجون تقع ضمن مسؤوليات وزارة الداخلية ووزارة الصحة وفقاً للأوامر السامية.

وأكدت التوجيهات عدم الموافقة على طلبات السجناء المرضى الذين يرغبون في العلاج عن طريق حسابهم الخاص أو عن طريق نظام التأمين الطبي، إلا عند الضرورة القصوى، وبعد عرض أمره للحاكم الإداري بالمنطقة للتوجيه.

وخلصت لجنة رفيعة المستوى شكلت لهذا الغرض بأن يتم أولا عرض حالة السجين على الأطباء بمركز صحي السجن والمستشفيات العامة والتخصصية بوزارة الصحة وإذا صدر بحقه تقرير طبي من الجهة المعالجة يفيد بعدم توافر علاجه لديها ويستدعي علاجه بالمستشفيات الأخرى غير التابعة لوزارة الصحة أو حسب تأمينه الطبي يعرض أمره.

وبينت اللجنة أن وزارة الصحة تقوم بعلاج السجين المحال إليها، وعند حاجة السجين إلى علاج أو تخصص غير متوافر لديها فإن المستشفى التابع لوزارة الصحة معني بتحويل المريض للجهة التي لديها إمكان علاجه بموجب تقرير طبي مع مراعاة أولوية توجيه هذه الحالات إلى مستشفيات وزارة الصحة المرخصة من الضمان الصحي مع التوثيق لوجود تأمين طبي باعث للإحالة إليها لضمان أعطاء الخدمة الصحية المثلى للمريض.

ولفتت إلى أن التعليمات والأوامر المبلغة للسجون تتضمن اتخاذ كافة الإجراءات الأمنية المشددة عند تحويل السجناء إلى خارج السجن، مع ضرورة توفير أماكن محصنة أمنياً ومناسبة لاستقبال السجناء المرضى بالمستشفيات الحكومية والخاصة.

تسجيل موظفي القطاع الخاص من السجناء في التأمينات

ألزمت وزارة العمل والتنمية الاجتماعية مؤخرا منشآت القطاع الخاص التي توظف سعوديين من نزلاء السجون بتسجيلهم في المؤسسة العامة للتأمينات الاجتماعية، محددة أربعة اشتراطات من شأنها تحسين أداء سوق العمل.

ووفقا لمعلومات حصلت عليها «مكة» فإن هذه الاشتراطات التي اتخذتها الوزارة من شأنها تحسين أداء سوق العمل في تحديد نسبة التوطين بالمنشآت، كما أن الوزارة تعمل على تشريع عدد من السياسات والقرارات التي تكفل تنظيم وتشجيع العمل بين أصحاب العمل ونزلاء السجون، والتخطيط لحزمة من الحوافز لتشجيع المنشآت للاستثمار داخل الإصلاحيات والسجون.

وأوضحت أن الوزارة بالتعاون مع المديرية العامة للسجون تعمل على ترغيب النزلاء للعمل داخل السجون والإصلاحيات أثناء فترات محكومياتهم، وذلك لكسب خبرة مهنية، وليكونوا مستعدين للعمل لدى هذه المنشآت في السجن، أو لدى أخرى عند انتهاء محكومياتهم، وذلك من باب دعم فئة السجناء وتنظيم العلاقة العمالية في توظيف تلك الفئة.

يذكر أن المديرية العامة للسجون أسهمت في تأهيل نزلائها من خلال المعاهد المهنية داخل السجون والإصلاحيات، وذلك للاستفادة من طاقاتهم باستغلال أوقات فراغهم بما يعود عليهم وأسرهم بالنفع والفائدة، واستقطاب المستثمرين في تشغيل المرافق ونزلاء السجون الذين تم تأهيلهم.

الاشتراطات:

- على منشآت القطاع الخاص التي توظف سعوديين من نزلاء السجون تسجيل العاملين لديها في المؤسسة العامة للتأمينات الاجتماعية.
- تلتزم المنشآت بدفع أجر شهري للعاملين فيها تكون قيمته مماثلة للراتب المسجل في التأمينات الاجتماعية.
- تنطبق أحكام هذا القرار على العقود التي تجدد بعد تاريخ هذا القرار.
- يعمل بهذه التوجيهات ابتداء من ١٤٣٨/٩/٢.

مشاهير القصيم

يشاركون تراحم في فك كرب سجناء الدين

نظمت رابطة التواصل الاجتماعي في القصيم أولى مبادراتها المجتمعية بالتعاون مع اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» وذلك في صالة معارض القصيم في بريدة.

وتستهدف الحملة التي أطلقت مؤخرا فك كرب بعض سجناء الدين والتبرع من المواطنين المقتدرين لتسديد ديون السجناء وإطلاق سراحهم، إضافة إلى تسديد ديون أكثر من ١٨٠ سجين، على أن يكون السداد لمن أمضى فترة أطول ويكون مبلغ الدين الذي سجن بسببه أقل من ٥٠ ألف ريال.

وشهدت الاحتفالية إقبال واسع من مشاهير مواقع التواصل الاجتماعي ومشاهير مدينة القصيم الذين شاركوا بالتبرع والحضور والدعوة للحفل الخيري.

وتداول رواد مواقع التواصل الاجتماعي مقاطع فيديو لمشاهير سناب شات مثل عبدالمجيد الفوزان، وسعود فهد، وراشد القحطاني، ومنصور الرقيبة، وعمر الدغيري.

ودشن مواطنون هاشتاق انسانيه -مشاهير- القصيم تعبيرًا عن مساندتهم ودعمهم للفكرة والعمل الخيري التطوعي لخدمة المجتمع السعودي وتنمية أفراده.

وجمعت الحملة التبرعات عن طريق أرقام حسابات عن طريق البنوك أطلقت عليها «حساب كربة» على عدة أرقام مختلفة.

وفي نهاية اليوم أعلن المنظمون للمؤتمر الخيري أن عدد المفرج عنهم وصل إلى٨٢ مفرج عنه بعد تسديد ديونهم وفك كربهم.

يذكر أن تراحم منطقة القصيم قد قدمت أمس ٦٣ وظيفة للمفرج عنهم بالمدينة وتعهدت اللجنة برعايتهم لمدة ٦ أشهر من النواحي المادية والعينية حتى توفير وظيفة مناسبة لهم وذلك في إطار مساعدة المفرج عنهم.





«تراحم» تنتشل

وجدان من ظلام السجون

قيل «الخيانة كالهواء تدلف إلى منازلنا بمجرد فتح الباب»ماذا عن خائن ضرب بوشائج الأخوة عرض الحائط؟. معاناة عاشتها «وجدان» بعد أن وكلت أخاها بهدف تقسيم تركة والدها، ليقوم (الغدار) بتوقيعها على أوراق بحجة تقسيم الإرث، ويستغل جهلها وثقتها به بصفته أخيها، تحمل بين طياتها ورقة مضمونها التنازل عن حقها، وإقرار دين يتوجب سدادها له، ليصدر بعد ذلك حكم غيابي ضدها، وحين امتنعت عن تنفيذ مضمون الحكم بسداد مبلغ يفوق ١٠٠ ألف ريال تم إيداعها السجن.

وبحسب جريدة «عكاظ»، فإنه هنا ظهرت لجنة تراحم ومدت يد العون لمساعدة «وجدان» في إعداد لائحة اعتراضية لطلب الالتماس، وإظهار الحقائق، وإخراجها من السجن إلى سكن خيري، وتوفير وظيفة تساعدها على إكمال حياتها بعد أن تخلى عنها أخوها واستولى على أموالها وميراثها، بل وجعلها مديونة له.

وتظل «تراحم» شعاع أمل سخرت قدراتها لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم، وهدفت إلى تذليل المشكلات المادية والمعنوية لأسر نزلاء الإصلاحيات والسجون والإسهام في تقديم الخدمات اللازمة لهم.

عضو لجنة المحامين في لجنة تراحم المحامية بيان زهران، كانت شاهدة على أعداد كبيرة من القضايا الإنسانية التي تكفلت اللجنة بحلها.

الجوهر:

تراحم عنيزة رعت 40 اسرة وسددت عن معسرين

أكد الاستاذ عبدالرحمن الجوهر مدير لجنة تراحم بمحافظة عنيزة ان اللجنة انجزت الكثير من الاعمال والمهام خلال الفترة الماضية، مشيرا إلى أنه تم ايجاد مقر متميز ومستقل للجنة وتم تدعيمها بالموظفين المؤهلين .

وعن البرامج الاجتماعية التي نفذتها لجنة تراحم في عنيزة قال: ان اللجنة تعني بشئون السجناء واسرهم بشكل عام وفي جميع المجالات الاجتماعية والمعيشية.

واضاف لقد تابعت اللجنة خلال الفترة القليلة الماضية شئون ٤٠ اسرة من اسر السجناء، حيث يتم صرف مبالغ مالية لهم بصفة شهرية تساعدهم على قضاء حوائجهم المعيشية، وكذلك تم تسديد ديون عدداً من السجناء المعسرين خاصة ممن تقل ديونهم عن الخمسين ألف ريال، اضافة الى ان اللجنة نفذت عدة برامج اجتماعية وثقافية ورياضية داخل سجن عنيزة، وامتدادا للمناشط الاجتماعية تنفذ اللجنة برنامج ترفيهي اسبوعي في استراحة خاصة وكل هذه البرامج كان لها اثر اجتماعي متميز ولله الحمد .



عبدالرحمن الجوهر

وعن احتفالية عيد الفطر المبارك قال الجوهر: لله الحمد والمنه فقد نفذت اللجنة بتمويل ودعم من لجنة اهالي عنيزة حفل خاص لنزلاء سجن عنيزة العام وذلك في الايام الثلاث الاولى من عيد الفطر المبارك وكان البرنامج ناجحاً جداً فنشكر لجنة اهالي عنيزة وادارة سجن عنيزة على تعاونهم الطيب والمستمر معنا حتى تحقق النجاح الذي تهدف اليه .

وعن مصادر تمويل اللجنة قال الجوهر: اللجنة قائمة على الزكاة والصدقات..ونحن نرجو من اهل الخير والاحسان دعم اللجنة أكثر حتى تتمكن من اداء رسالتها على الوجه المرضي بحول الله



مدير سجون الشرقية

يدشن أول معرض لبيع منتجات النزلاء والنزيلات

أكد مدير عام سجون المنطقة الشرقية اللواء مساعد الرويلي، على أهمية دعم النزلاء وتطوير قدراتهم وإمكانياتهم حتى يصبحوا أعضاء فاعلين بالمجتمع ويتمكنوا من الاعتماد على أنفسهم في الكسب المادي بعد خروجهم من السجون.

جاء ذلك خلال افتتاحه لأول معرض بمجمع تجاري لبيع منتجات النزلاء والنزيلات في بمجمع الراشد بالخبر ، والذي جاء ضمن برامج لجنة تراحم لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم بالمنطقة الشرقية.

من جانبه أوضح المدير التنفيذي لتراحم الشرقية د. يوسف الراشد، بأن هذا هو المعرض الدائم لمنتجات السجون كأول معرض من نوعه في المنطقة يعرض منتجات النزلاء والنزيلات، مبيناً بأن تراحم الشرقية أخذت على عاتقها توفير المشاريع ذات الاستدامة المالية التي ترتبط بتنمية النواحي المهنية للسجناء والسجينات التي توفر لهم مصادر دخل دائمة من إنتاجهم داخل السجن، فتعاونت تراحم الشرقية مع المديرية العامة للسجون وبرعاية وتمويل من مركز الزامل لخدمة المجتمع لإنجاح هذا المشروع، والذي يهدف إلى توفير المواد الأولية للسجناء والسجينات، وتوفير التدريب اللازم، وإخراج المنتجات بشكلها اللائق لتعرض في المعرض الدائم، داعياً كافة أفراد المجتمع لزيارة هذا المعرض، وإثراء الجمعية بآرائهم ومقترحاتهم لتطوير هذه المنتجات كنوع من الشراكة لدفع عملية التنمية للسجناء.

من جهته أكد مساعد الزامل ممثل مركز المسؤولية المجتمعية بمجموعة الزامل، بأن المركز يسعى لدعم المبادرات النوعية التي نراهن بحول الله على نجاحها، لاسيما فيما يتعلق بدعم الأسر المنتجة ومنها مشاريع السجون، فنجد بأن هناك منتجات إبداعية سواء من النزلاء أو من النزيلات تستحق الدعم والتشجيع، وهذا ما دفعنا لتبني هذه المبادرة التي نأمل أن يعم انتشارها على مستوى المملكة، وأن تكون بمثابة الدعم النفسي للنزلاء وإعادتهم لجادة الصواب، مبيناً بأن جمعية تراحم نجحت في تبني الكثير من البرامج المتميزة للاهتمام بالأسر المستفيدة، وفتحت المجال لهم وهذا يشجع القطاع الخاص على الدعم والمؤازرة لمثل تلك المشاريع الناجحة.





محامو تراحم

يترافعون في 110 قضايا مجانا

كشف رئيس لجنة المحامين في اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» المحامي والمستشار القانوني أشرف السراج، أن اللجنة تولت ١١٠ قضايا في عام ٢٠١٦، ضمت ٣٠ محاميا ومحامية يقدمون المشورة القانونية ويعدون اللوائح ويترافعون عن السجناء من غير القادرين على تحمل أتعاب المحاماة.

وأوضح السراج، أن محامين اللجنة ساهموا في إطلاق عشرات الحالات من خلال المتابعات اليومية مع المحاكم العامة والجزائية والإدارية والسجون وهيئة التحقيق والادعاء العام والإمارة والمحافظة وأقسام الشرط، وأن اللجنة تتواصل مع المحاكم في جدة، وتتعاون مع مختلف الجهات ذات العلاقة لما فيه مصلحة السجناء ومساعدة الأسر في كتابة المعاريض وخطابات الاسترحام، مؤكدا على أن جميع أعمالها تطوعية.

جاء ذلك خلال تكريم اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» بجدة المحامين المتطوعين في القضايا الواردة للجمعية التي أطلقت مبادرة تعد الأولى من نوعها على مستوى المملكة للترافع عن الموقوفين والسجناء تطوعيا تحت مسمى «خدمة المرافعات المجانية» وذلك بغرفة جدة، بحضور رئيس اللجنة صالح التركي، ونائب رئيس مجلس الغرف السعودية الدكتور سامي العبيدي، والمشرف العام على «تراحم» بجدة الدكتور عبدالله الغامدي، وعدد من منسوبي «تراحم» والمهتمين بالشأن الحقوقي والقانوني.

شركة المراعي

تدعم اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم»



أطلقت شركة المراعي وللسنة السادسة على التوالي مشروع الدعم السنوي للجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم (تراحم) من خلال تزويد فروع اللجنة في مختلف مناطق المملكة بمئات الآلاف من منتجات الشركة المتنوعة لتوزيعها على أسر السجناء المستفيدين من خدمات اللجنة.

وقال عبدالله العتيبي مدير العلاقات العامة بشركة المراعي: «إن الشركة تضع دعم الجمعيات الخيرية واللجان المجتمعية على رأس أولوياتها، لأنها تدرك جيداً أن العمل مع المجتمعات المحلية وخدمتها ليس من قبيل الواجبات التي تمليها طبيعة الأعمال التجارية الربحية، وإنما هو استشعار مسؤول لدور المواطنة في القطاعات الخاصة».

وأضاف العتيبي قائلاً: «أن المراعي لا تعتبر المسؤولية الاجتماعية نشاطاً مكملاً لأعمالها الرئيسية وجانباً هامشياً يقتضيه بناء الصورة الإعلامية فقط، وإنما هي في ثقافة الشركة الراسخة جزء أصيل لا يمكن الاستغناء عنه، وأحد الأعمدة الرئيسية التي يقوم عليها وجود المراعي منذ تأسيسها».



«تراحم» جازان

تنفذ برنامجاً تربوياً لأبناء السجناء وشهداء الواجب





بمبادرة ودعم من شركة أرامكو السعودية، بدأت لجنة رعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» بمنطقة جازان، في تنفيذ فعاليات البرنامج التعليمي المتكامل، والذي يهدف لتوفير الرعاية التربوية والاجتماعية والنفسية لأبناء وبنات النزلاء والنزيلات بسجون المنطقة وشهداء الواجب، بالتعاون والتنسيق مع إدارتي التعليم بمنطقة جازان ومحافظة صبيا.

ووفقاً لعضو اللجنة والمشرف العام على البرنامج مكي آل عيسى، فإن هذه الفعاليات تشمل: تأمين وصرف الحقيبة والزي المدرسي لـ٥٠٠ طالب وطالبة، وتنظيم رحلة إلى المشاعر المقدسة لأداء مناسك العمرة بمشاركة عدد من الطلاب بالمرحلتين المتوسطة والثانوية، إلى جانب دورات تدريبية متخصصة وورش عمل نوعية لتنمية المهارات الشخصية وتعزيز الثقة بالنفس لدى هذه الفئات، وإقامة فصول تقوية مسائية لرفع مستوى التحصيل الدراسي لهم، تحت إشراف إدارات وأقسام التوجيه والإرشاد للبنين والبنات بتعليم جازان وصبيا.

تكريم منسوبي سجون حائل

قامت اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم (تراحم) بتكريم المشاركين من منسوبي سجون منطقة حائل، وذلك لجهودهم في أنجاح فعاليات أسبوع النزيل الخليجي الموحد الخامس تحت شعار (معا لتحقيق الإصلاح) بمكتب مدير سجون المنطقة، حيث سلم المدير التنفيذي للجنة شهادات الشكر للمشاركين في أنجاح فعاليات الأسبوع وقدم شكره لإدارة سجون المنطقة على تعاونها المستمر مع اللجنة.

كما قدم سعادة مدير سجون المنطقة العميد/ محمود الغفيلي نيابة عن منسوبي سجون المنطقة شكره وتقديره لإدارة اللجنة لدعمهم المستمر للبرامج والأنشطة لنزلاء سجون المنطقة والأخذ بيد النزيل ومساعدته أثناء مكوثه وبعد خروجه من السجن من أجل دمجه بالمجتمع.



العميد الغفيلي كرم عدداً من منسوبي سجون حائل

بناءً على توصيات خبراء مجلس الوزراء..

تعديل ضوابط العفو عن حفظة القرآن بالسجون

وافقت الجهات المختصة مؤخرًا على محضر اللجنة المكلفة بإعادة صياغة ضوابط العفو عن حفظة القرآن الكريم بالسجون، متضمنًا آلية اختبارهم، وفق ٦ ضوابط أوصى بها مندوبو الجهات ذات العلاقة. واستندت ضوابط المحضر إلى إيضاحات هيئة الخبراء بمجلس الوزراء، التي درست الموضوع وأعدت المحضر رقم ٩١٦ بتاريخ ١٤٣٨هـ، الذي رأى فيه المجتمعون مناسبة إجراء بعض التعديلات..

وكشف محضر الاجتماع المعد بهذا الشأن توصية المجتمعين بالرفع إلى المقام السامي للنظر في الموافقة على إجراء بعض التعديلات على الضوابط المقترحة.

وفيما يلي نص الضوابط والآليات المقترحة للعفو عن كل سجين أو مودع في دار الملاحظة الاجتماعية أو مؤسسة رعاية الفتيات، حفظ جزءًا أو أكثر من القرآن أثناء فترة سجنه أو إيداعه:

يشترط للاستفادة من هذا الإعفاء:

• أن تكون عقوبة السجن أو الإيداع في الحق العام.

• ألا تقل مدة السجن عن ٦ أشهر، ولا تقل مدة الإيداع عن ٣ أشهر.

• ألا تكون جريمة المحكوم عليه إذا كان معلمًا للقرآن الكريم، مرتبطةً بعمله.

• ألا يكون قد صدر في حق المحكوم عليه أمر سامٍ بعدم شموله بأي عفو أو تخفيف من مدة السجن.

• ألا تكون عقوبة السجن أو الإيداع ناتجة عن جريمة متعلقة بقضايا الأمن الوطني التي يحددها وزير الداخلية.

تحدد مدة الإعفاء وفق الآتي:

• من حفظ القرآن كاملًا، يعفى من نصف مدة العقوبة؛ فإن عاد إلى ارتكاب أي جريمة وحكم بسجنه وأعيد اختباره واتضح أنه لا يزال يحفظه، فيعفى من ربع المدة، شريطة أن يكون الفارق الزمني بين قضيته الثانية وخروجه من السجن لا يزيد على أربع سنوات. أما إذا كان الفارق أكثر من ذلك فيعفى من نصف مدة العقوبة.

• من حفظ القرآن كاملًا وكانت جريمته تهريب المخدرات -عدا القات- وما في حكم التهريب؛ فإنه يعفى من ربع مدة العقوبة، فإن عاد إلى ارتكاب أي جريمة وحكم بسجنه أو إيداعه، فلا ينظر في إعفائه.

• من حفظ جزءًا أو أكثر من القرآن فتكون مدة العفو بنسبة ما حفظ؛ فإن عاد إلى ارتكاب أي جريمة وحكم عليه بالسجن، فيطالب للاستفادة من العفو من بعض المدة بأن يحفظ أجزاء غير التي سبق أن حفظها أثناء سجنه إذا كان الفارق بين القضيتين لا يزيد على سنتين من تاريخ خروجه.

تشكل في كل منطقة لجنة أو أكثر للاختبار كالتالي:

• تتكون لجنة الاختبار من مندوب وزارة الشؤون الإسلامية رئيسًا للجنة، ومندوبين من التعليم، وتتولى إدارة السجن أو دار الملاحظة سكرتارية اللجنة.

• يشترط في أعضاء اللجان أن يكونوا سعوديين مؤهلين في العلوم الشرعية، حافظين لكتاب الله، متقنين لقراءته.

• تعقد اللجنة اجتماعاتها لإجراء الاختبار مرة في الشهر، وكلما دعت الحاجة إلى ذلك. ولا يكون انعقاد اللجنة صحيحًا إلا بحضور جميع أعضائها.

• يعامل أعضاء اللجنتين فيما يخص مكافآتهم المادية، وفقًا لما ورد في المادة ١٣ من لائحة اللجان الحكومية المشتركة وتنظيم أعمالها، الصادرة بقرار مجلس الخدمة المدنية بتاريخ ١٤٢٨هـ، المعتمدة بالأمر السامي.

• تعد إدارات السجون ودور الملاحظة الاجتماعية، ومؤسسات رعاية الفتيات؛ قاعدة بيانات لحفظ محاضر اللجان وتوصياتها.

• تتخذ إدارات السجون ودور الملاحظة ودور الملاحظة الاجتماعية، ومؤسسات رعاية الفتيات؛ جميع الإجراءات والترتيبات اللازمة لقيام لجان الاختبارات بعملها.

محاضر اللجان:

• تعد اللجنة محضرًا يتضمن نتيجة اختبار السجين أو المودع وتوصياتها، يوقعه رئيس اللجنة وأعضاؤها، وتحيله إلى إدارة السجن أو دار الملاحظة الاجتماعية أو مؤسسة رعاية الفتيات، بحسب الحال، خلال ٣ أيام عمل.

• ترفع إدارات السجون، ودور الملاحظة الاجتماعية، ومؤسسات رعاية الفتيات؛ توصيات لجان الاختبارات الواردة في محاضرها إلى وزير الداخلية أو من يفوضه، خلال ٥ أيام عمل؛ وذلك لاستكمال الإجراءات اللازمة.

• تعد إدارات السجون ودور الملاحظة الاجتماعية، ومؤسسات رعاية الفتيات؛ قاعدة بيانات لحفظ محاضر اللجان وتوصياتها،

توزيع الدرجات:

يخصص لكل اختبار ١٠٠ درجة، منها ١٠ درجات للمواظبة، و٩٠ درجة للحفظ، وفق معايير تعدها وزارة الشؤون الإسلامية والدعوة والإرشاد، بالتنسيق مع وزارة التعليم، خلال ٦٠ يومًا من تاريخ اعتماد هذه الضوابط، على أن يكون الحد الأدنى للنجاح هو ٦٠ درجة.



«تراحم» تكرم 60 محامياً

وتنقل تجربتها لـ 28 مدينة

أعلن نائب رئيس مجلس الغرف التجارية رئيس غرفة الطائف الدكتور سامي العبيدي، الاتفاق مع اللجنة الوطنية لرعاية السجناء في جدة؛ لتعميم مبادرة محاميي جدة المتطوعين على كافة مناطق المملكة لتشمل ٢٨ غرفة تجارية.

جاء ذلك خلال حفل تكريم ٦٠ محامياً ومحامية المتطوعين في لجنة تراحم أخيرا، بحضور رئيس اللجنة الوطنية لرعاية السجناء وأسرهم صالح التركي، ونائبه الدكتور عبدالله بن محفوظ، ومشرف اللجنة الدكتور عبدالله الغامدي، ورئيس لجنة المحامين في تراحم المستشار أشرف سراج.

وأعرب صالح التركي عن امتنانه لجهود لجنة محامي تراحم ووصفهم بالجندي المجهول لتطوير المجتمع كقدوة تقدم عملا مميزاً للترافع عن السجناء مجانا والإسهام في إطلاق سراحهم.

وذكر التركي أن «تراحم» التي أنشأت بمرسوم ملكي باتت تقدم عملاً كبيراً ومهماً مما يستوجب نقل التجربة لمناطق أخرى، لافتاً إلى أن وجود المحامين مع السجناء من شأنه تطوير مستوى القضاء.

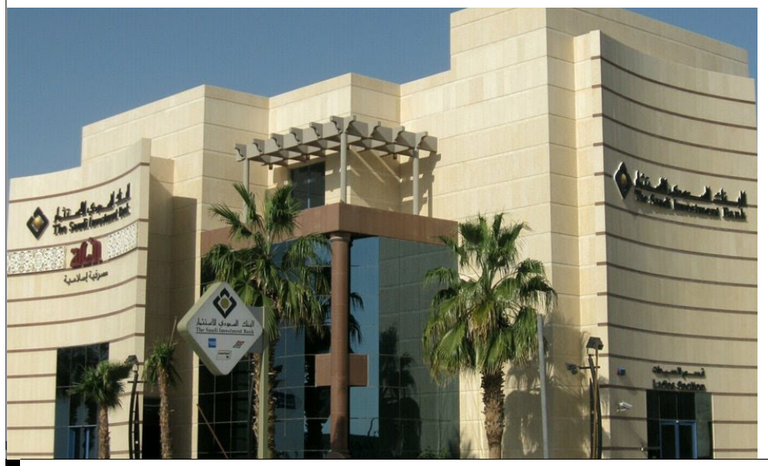
ونوه التركي بقيمة المجهود الشخصي للعمل الاجتماعي وتقديم ساعات عمل تطوعية توازي ملايين الريالات، مبينا أن هناك دراسة لتقييم جهود المحامين وصرف مكافآت؛ تقديرا الجهود المميزة وفق شروط وضوابط يجري الإعداد لها.

واستعرض المحامي أشرف السراج جهود المحامين المتطوعين الذين ترافعوا في ٣٥٠ قضية خلال السنوات الثلاث الأخيرة.

«السعودي للاستثمار» يدعم «تراحم مكة» بـ145 ألف ريال

قال رئيس اللجنة الوطنيَّة لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» بمكَّة يحيى الكناني: تلقَّت اللجنة دعمًا ماديًّا بلغ ١٤٥ألف ريال في المرحلة الأولى، نظير الشراكة المجتمعيَّة التي تمَّ تفعيلها بين البنك السعودي للاستثمار واللجنة لدعم أنشطة اللجنة عبر استبدال نقاط برنامج «واو» بمبالغ نقدية لدعم البرامج والأنشطة المتنوِّعة في اللجنة الداعمة لأسر السجناء والمفرج عنهم.

وأكد أن اللجنة حقَّقت تفاعلاً كبيرًا وجهودًا مميزةً في تنمية الشراكات المجتمعيَّة مع كافَّة القطاعات الحكوميَّة والخاصَّة من خلال استثمار الفعاليَّات الوطنيَّة والثقافيَّة والترفيهيَّة للتعريف باللجنة ودورها في دعم السجناء وأسرهم.





«تراحم مكة»

مشروع التوظيف الموسمي للمفرج عنهم وأسر السجناء في

(مشـروع إفطار صائم)

تنتشـر في معظم مدن وقرى المملكة خلال شـهر رمضان المبارك مشاريع إفطـار صائـم والتي غالبا ما تكون في المسـاجد وداخل الأحياء المختلفة، وهي من المشاريع التي ارتبطت بهذا الشهر الفضيل لما لها من فضائل عدة.

وضمن هذه المشاريع والمبادرات المجتمعية أطلقت اللجنة الوطنية لرعاية أسر السجناء والمفرج عنهم وأسرهم بمكة المكرمة (تراحم) للسنة الثالثة علـى التوالي برنامجها السـنوي الذي تنفذه كل عـام لإفطار الصائمين بالحرم المكي الشـريف وساحاته الخارجية، حيث قدمت اللجنة ما يزيد على ٣٣ ألف وجبة يومية تستمر طيلة شهر رمضان المبارك.

وأوضـح رئيس لجنـة «تراحم مكة» الشـيخ يحيى الكنانـي، أن برنامج إفطـار الصائمـين بالحرم المكي الشـريف مسـتمر طوال العـام، ويتم تكثيف النشـاط في شـهر رمضان الفضيل، بوضع خطة متكاملة لذلك بالتعاون مع شـؤون الحرمـين، حيث تقدم اللجنة خلال شـهر رمضان المبـارك أكثر من مليون وجبة إفطار صائـم، موضحا أنه في هذا العام تم إشـراك ٣٢٦ شابا وفتاة وسـيدة من الأسر المستفيدة من اللجنة في البرنامج، حيث تم تقسـيمهم لعدة فرق إشراقية وميدانية تتولى تجهيز الوجبات ومد سـفر الإفطار وتوزيع الوجبات علـى الصائمين، ومن ثم المساعدة في رفع السفر حفاظا على نظافة المسجد الحرام وساحاته.

وقال الكناني: «فكرة إشـراك الأسـر المسـتفيدة من اللجنة في مشروع إفطـار صائم، انطلقت من رؤية أمير منطقـة مكة المكرمة الأمير خالد الفيصـل في بناء الإنسـان وتنمية المـكان، وذلك بهـدف تنمية قدرات ومهـارات هؤلاء الأفراد فـي العمل الخيري والعمـل الجماعي المنظم، واغتنـام فرصة الشـهر الفضيـل في غرس مبـدأ التراحـم والتلاحم بأنفسهم واستثمار طاقاتهم وتشغيلهم في هذا المشروع بمكافآت مالية تعـود عليهم بدخل مادي يجنبهم العـوز والحاجة»، مثمناً لإمارة منطقة مكة المكرمة، ممثلة في لجنة السقاية والرفادة وللرئاسة العامة لشؤون الحرمين، تعاونها مع اللجنة، وتسـهيل مهامهم في ساحات الحرم المكي الشـريف، مبينـاً أن مشـروع إفطار صائـم يتم وفقاً لخطـط تنفيذية منظمـة؛ إذ بـدأ توزيع الوجبات من أول يوم في شـهر رمضان المبارك، وسيستمر حتى آخر يوم في الشهر.

فيما نوه بدعم وتفاعل أهالي الخير اللامحدود، وإسهامهم السخي في المشـروع انطلاقاً من قيمنا الإسـلامية الحنيفة التي حثت على البذل والسخاء في شهر الخير والعطاء.

وأشـار إلى أن المشـروع وفر ٣٢٦ وظيفة موسـمية للأسر المستفيدة من اللجنـة، منوها بالدعـم الكبير الذي تتلقـاه اللجنة من رجـال الأعمال والمحسـنين، بالإضافة إلى المشاريع الاسـتثمارية التي تعمل على تنمية موارد اللجنة والتي ستضمن بإذن الله، دعم أسر السجناء وأبنائهم والمفرج عنهم، واستمرار البرامج التدريبية والاجتماعية المقدمة لهم والخروج من مفهوم الإطعام وبذل الأموال، وتخطي ذلك بالمشـاريع التنموية التأهيلية الاجتماعية الإنتاجية التي تحول أسر السجناء والمفرج عنهم وأسرهم من الاحتياج إلى الإنتاج والاندماج الفاعل في المجتمع.

وأكد الكناني، إن مشروع إفطار صائم يأتي تكريسا لقيم العمل الخيري والتكافـل الإنسـاني بين أبناء المجتمـع الواحد خلال الشـهر الفضيل وتعزيـزا لرسـالة اللجنـة الداعمة للسـجناء والمفرج عنهم وأسـرهم، من خلال توظيفهم واسـتثمار أوقاتهم وتأهيلهـم ودمجهم في المجتمع وايجاد مصادر دخل لهم من كسب يدهم والاسـتفادة منهم كأعضاء منتجين في مجتمعهم، مبينا أن جميع المتقدمين من أبناء السجناء وبناتهم أخضعوا للقاءات تأهيليـة لمعرفة أساسـيات التعامل مع الـزوار والمعتمرين وفن تقـديم وجبات الإفطار لهم، مع وجود مشـرفين عليهم مـن قبـل اللجنـة لمتابعـة سـير العمل لتقـديم الحوافـز المالية والتشـجيعية الاضافيـة للمتميزيـن منهـم فـي أداء الأعمال المنوطة به.













«تراحم» تنظم دورة تدريبية لمنسوبيها

تشرح حقوق المشترك السجين وأسرته التأمينية



تقرير: محمد فتحي

نظمت اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم»تراحم، والمؤسسة العامة للتأمينات الاجتماعية في الفترة من ١٩-٢٠ أبريل ٢٠١٧ بفندق ميرال كراون، البرنامج التدريبي السابع تحت عنوان»شرح نظام التأمينات الاجتماعية واللوائح التنفيذية وحقوق السجين المشترك وأسرته التأمينية»، للمدراء التنفيذيين ورئيسات الأقسام النسائية بلجان»تراحم» بحضور عدد من المهتمين والاعلاميين.

وقدم المستشار ماجد أبو مراد المستشار القانوني بالتأمينات الاجتماعية،وفهد العمار الدورة التدريبية، وقال ماجد أن الدورة تأتي ضمن أهداف التأمينات الاجتماعية لنشر الوعي التأميني خاصة بالسجناء، تضمن أهم المناحي التي تقدمها نظام التأمين للمستفيدين، خاصة لأفراد عائلة السجين من حقوق، والمستحقات التي يجب أن يتم صرفها لهم في حال سجن المشترك.

مبيناً أن للسجين أحكام في نظام التأمينات الاجتماعية، ففي حال صدور حكم في حقه ٣ أشهر، أو بقي في السجن هذه الفترة بدون حكم، يحق لأفراد عائلته صرف معاش تقاعدي شهري من التأمينات الاجتماعية في فترة سجن معينهم، بشرط أن يكون للمشترك السجين فترة ١٢٠ شهراً أو أكثر.

شروط استحقاق المعاش

وفي السياق ذاته بين فهد العمار أن هنالك شروط لاستحقاق معاش التقاعد المبكر منها تقاعد المشترك قبل بلوغ سن الستين، وتوافر مدة اشتراك لا تقل عن (٣٠٠) شهر، والتوقف عن مزاولة العمل الخاضع للنظام، والتقدم بطلب لصرف المعاش، وأن يكون قدرصدر حكم بالسجن أو أمر من صاحب الصلاحية لمدة ٣ أشهر أو أكثر، أو بقاء المشترك في السجن هذه المدة، وتوافر مدة اشتراك لا تقل عن (١٢٠) شهراً، ويكون صاحب العمل قد أنهى خدمته.

وأيضاً المفقود أو الغائب بتوافر مستند يثبت حدوث الفقد أو الغياب أو حكم قضائي باعتباره ميتاً حكماً، والتوقف عن مزاولة العمل الخاضع للنظام (انتهاء الخدمة)، مشيراً الى أن أفراد عائلة المشترك المفقود أو الغائب يعامل معاملة أفراد عائلة المشترك المتوفى فيما يتعلق بالحقوق التأمينية.

من جانبه قال محمد عائض الزهراني الأمين العام للجنة الوطنية أن الأمانة العامة تحرص دائماً على عقد برامج تدريبية ذات قيمة تنموية، تعمل على رفع مستوى الأداء لمنسوبيها ومنسوباتها في فروع اللجنة الخامسة عشر فيما يتعلق بمهارات التعامل مع النزيل وأسرته والرعاية النفسية، والاجتماعية، والتنموية.

موضحاً أن الدورة تهدف الى تطوير قدرات العاملين في اللجان، بحيث أن التأمين هم مشترك بين منسوبيهم وفئاتهم المعنية بالرعاية، وضرورة شرح نظام التأمينات الاجتماعية، وأشار الى أن هنالك جزئية في هذه الورشة تتعلق بحقوق السجين المشترك وأسرته التأمينية، مما يساعد على مساعدة السجين وأسرته للحصول على حقوقهم التأمينية أثناء فترة السجن.

وعلى الصعيد نفسه قال أحمد ابراهيم اليحيى المدير التنفيذي للجنة بالرياض أن الأمانة العامة للجنة الوطنية تعمل على اقامة دورات تدريبية لرفع المستوى المعرفي للعاملين في لجان تراحم لأثراء عمل اللجان في مجال التطوير الاداري، والقدرات المهنية، وأنظمة العمل التي لها علاقة بعمل اللجان مثل (أنظمة السجون، التأمينات، العمل التطوعي).

وأوضح اليحيى أن البرامج التدريبية كانت لها أثر ايجابي في مسيرة اللجان، في رفع مستوى الأداء من حيث المعايير، وأيضاً فيما تقدم من خدمات للجهات الأخرى(أسر النزلاء، النزلاء)، مشيراً أن دورة علاقة التأمينات الاجتماعية بالسجين من الدورات المهمة، وسترتقي بعمل لجان»تراحم» على مستوى المملكة.

مبيناً أن الدورات التدريبية تطويرية تفرضها حاجة المستفيدين على مستوى تطوير «الخدمات، ادارة البرامج، مستوى الاحتياج لدى أسر النزلاء أو النزلاء)، بالأضافة لدورات تثقيفية ومعرفية لفئات المجتمع، للتعرف على الخدمات التي تقدمها اللجان.

من جهته بين فهد العمار أن التأمينات الاجتماعية في سبيل رقمنة خدماتها التأمينة أنشأت التأمينات أون لاين عبارة عن مجموعة من خدمات نظام سيمس (SIMIS) يمكن للجهات الخارجية المستفيدة الوصول لها عن طريق الإنترنت وتنفيذ العمليات اللازمة.

ويهدف الموقع الى تقديم خدمات أفضل للمشتركين وأصحاب العمل، والدقة في قبول إصابات العمل، وتسهيل وتسريع حركة أعمال أصحاب العمل، وتقديم العديد من الاستفسارات للمشتركين والجهات الحكومية حسب العمار.







العمل الخيري .. وإتاحة الفرصة للبناء الاجتماعي والاقتصادي

عطاء لا محدود ودور إيجابي في تنمية المجتمع



يشكل العمل الخيري قيمة إنسانية كبرى تتمثل في العطاء والبذل بكل أشكاله، حيث يلعب دورا مهما وإيجابيا في تطوير المجتمعات وتنميتها، إذ يتاح لكافة الأفراد من خلال المؤسسات التطوعية الخيرية الفرصة للمساهمة في عمليات البناء الاجتماعي والاقتصادي اللازمة، فضلاً عن أنه يساعد على تنمية الإحساس بالمسؤولية لدى المشاركين ويشعرهم بقدرتهم على العطاء وتقديم الخبرة والنصيحة في المجال الذي يتميزون فيه.

وفي الوقت نفسه لعبت الخدمات التطوعية الخيرية دوراً كبيراً في نهضة الكثير من الحضارات والمجتمعات ونشر الأفكار عبر العصور بصفتها عملا خاليا من الربح العائد وليست مهنة، بل هي عمل يقوم به الأفراد لصالح المجتمع ككل تأخذ أشكالا متعددة بدءا من الأعراف التقليدية للمساعدة الذاتية إلى التجاوب الاجتماعي في أوقات الشدة ومجهودات الإغاثة إلى حل النزاعات وتخفيف آثار الفقر ويشتمل المفهوم على المجهودات التطوعية المحلية والقومية وأيضا تلك التي توجه إلى خارج الحدود.

وفي هذا السياق تنشط الجمعيات الخيرية الاجتماعية في المملكة بشكل كبير، حيث تقدم أعمالا جليلة للمجتمع فضلاً عن أنها تتمتع بصلاحيات واسعة ومساحة كبيرة من التحرك في وسط المجتمع للتعرف على مشاكله واحتياجاته، إلى جانب تفاعل المجتمع مع الأعمال والمشاريع التي تتبناها تلك الجمعيات التي تأسست قبل أكثر من ٤٠ عاما تقريبا لخدمة المحتاجين والمساهمة بسخاء لا محدود، ما جعلها تنمو وتزدهر بشكل لا يوصف

وظلت هذه الجمعيات تقدم طوال الفترة الماضية الكثير من الأعمال لخدمة أبناء البلد من المحتاجين والفقراء و لكافة أبناء المجتمع، من خلال قدرتها الكبيرة على العمل في الجانب الاجتماعي الذي الجانب المهم في حياة جميع أبناء المجتمع بكل طبقاتهم وشرائحهم ومستوياتهم الفكرية والمادية، والسعي في إصلاح ذات البين، والقضاء على المظاهر الاجتماعية السلبية، و في تدريب وتأهيل أبناء المجتمع بما يساعدهم في مستقبلهم الاجتماعي والتعليمي والمهني، وكذلك في الجانب الصحي والتربوي من خلال إنشاء المراكز الصحية ورياض الأطفال، ودور العجزة والمسنين، ومراكز التدريب والمعارض، وإقامة الفعاليات.

ومن المعروف أن التراث الإسلامي حفل ابتداء بتأصيل العمل الخيري عقائديا بما ورد من آيات قرآنية وأحاديث نبوية شريفة شواهد تعزز من قيمة العمل الخيري ومنها قوله تعالى : (ليس البر أن تولوا وجوهكم قبل المشرق والمغرب ولكن البر من آمن بالله واليوم الآخر والملائكة والكتاب والنبيين وآتى المال على حبه ذوي القربى واليتامى والمساكين وابن السبيل والسائلين وفي الرقاب وأقام الصلاة وآتى الزكاة والموفون بعهدهم إذا عاهدوا والصابرين في البأساء والضراء وحين البأس أولئك الذين صدقوا وأولئك هم المتقون) البقرة (١٧٧) وفي هذه الآية تأكيد على اقتران العمل التطوعي بالعبادة ورضى الله سبحانه وتعالى كما أكدت ذلك الأحاديث الو رادة في فضل العمل الخيري وهي كثيرة أيضا ففي حديث رسول الله صلى الله عليه وسلم (إن لله عبادا اختصهم لقضاء حوائج الناس حببهم للخير وحبب الخير إليهم أولئك الناجون من عذاب يوم القيامة) .

كما جاءت سيرة النبي صلى الله عليه وسلم وصحابته الكرام رضي الله عنهم والتابعين الذين تأسو بهم إقداما على الخير تطبيقا استجابة لتلك النصوص فالتاريخ الإسلامي، سجل حافل بأعمال الخير التي تعددت وتنوعت سبلها من العناية بالمحتاجين والأيتام وطلاب العلم وغيرهم إلى تقديم العون لطالبي الزواج والمدينين وشق الطرق وإقامة الاستراحات للمسافرين، وغيرهم حتى امتد خيرها ليصل الحيوان.

كذلك اكتسب مفهوم العمل الخيري أهمية بارزة في السياق الفكري الاجتماعي بصفة عامة وقد استمد هذا المفهوم أهميته من اتصاله بمفهوم أكثر محورية وهو مفهوم المجتمع المدني حيث تتباين وظائفه وأدواره في برامج الحركات الاجتماعية وتطور المجتمعات.

وبلا شك كان للقيم الاجتماعية وخاصة الدينية المتجذرة والمتعمقة في المجتمع العربي الإسلامي دور أساسي في تعميق روح العمل الخيري حيث امتاز الدين الإسلامي بأنه لا يفصل بين مساعدة الآخرين بمفهومها التطوعي وبين الصدقة بمفهومها الإسلامي ومن هنا كان العمل الخيري هو الموائمة بين الصدقة والتطوع ، فيما لعب المتطوعين دوراً هاماً كماً وكيفاً في رعاية و تطوير الدول الصناعية منها والنامية من خلال البرامج القومية، في مجالات المساعدات الإنسانية والتعاون التقني، كما يشكل التطوع أيضاً أساساً لكثير من نشاطات المنظمات غير



الحكومية ومنها الجمعيات بشتى مسمياتها .

وبحسب المختصين في هذا المجال، فإن مفهوم العمل الخيري والتطوعي يرتبط بالتنمية الشاملة، من خلال الكثير من تلك الأعمال والبرامج التي تستهدف الإنسان وترقى به ابتداء بالفرد ثم الأسرة ومن ثم تمتد إلى المجتمع، تلك الحلقات الثلاث المترابطة بمجموعها ومفرداتها فصلاح الأسرة من صلاح الفرد وصلاح المجتمع من صلاح الأسرة، لافتين أن العمل الخيري وخططه يجب أن ترتبط فيما يمكن أن تحدثه من تأثيرات وتغيرات في المجتمع باتجاه التنمية الشاملة، إضافة إلى نمية الفرد حيث تقوم المنظمات والهيئات الخيرية بالعناية بالفقراء أطفالا ونساء ورجالا من مختلف الفئات العمرية وهوما يتطلب أن تكون المساعدة في اتجاه إيجابي يؤهل ذلك الفرد بعد مضي فترة من المساعدة للاعتماد على نفسه مع مراعاة بعض الحالات الخاصة ككبار السن، فمثلا عند تقديم المساعدة يجب أن تتجه المساعدة إلى العناية الشاملة بأولئك الأطفال بحيث تسير خطة المساعدة نحو تأهيل الطفل اليتيم للنهوض بنفسه والاعتماد على قدراته وذلك بعدم اقتصارها على توفير مبلغ من المال شهريا أو سنويا حسب خطة المؤسسة ، بل يجب أن يتم العمل على تطوير مفهوم الكفالة ليشمل الرعاية التربوية والصحية والتعليمية فهناك حاجة للتوعية والإرشاد والتوجيه بحيث يستفيد اليتيم و أسرته من تلك الخدمات، لينشأ اليتيم قويا واعيا مدركا قادرا على الاختيار والعمل، وكذلك رعاية الطالب المحتاج بحيث يوجه الطالب إلى اختيار تخصص ودراسة يمكنه الاستفادة منها شخصيا بان توفر له فرصة عمل، وكذلك بان يكون التخصص في إطار حاجات المجتمع، وكذلك المرأة والرجل والمعاق يتم دراسة الحالة وعمل خطة للمساعدة بحيث ينهض ذلك الفرد بنفسه فحتى المعاق هناك من الأعمال والحرفية يمكنه بشيء من التدريب والعناية أن ينهض من خلالها بنفسه مع الإشارة إلى أهمية برامج الإرشاد والتوجيه المصاحبة ومن هنا يأتي مفهوم التنمية .

ومن تلك الأعمال أيضا تنمية الأسرة، انطلاقاً من أن الأسرة عماد المجتمع وبترابطها وصلاحها صلاح المجتمع فالعناية بالأسرة ركن أساسي في مسيرة العمل الخيري، فالعمل لمساعدة الأسرة الفقيرة يجب أن يكون من خلال تأهيلها وتنميتها بالبحث عن عناصر الإنتاج المحلية المتوافرة في محيط الأسرة وبيئتها وتنمية تلك العناصر وتحويلها إلى آلة إنتاج من خلال التدريب وتوفير وتمليك وسائل وأدوات الإنتاج القادرة على تحويل تلك الأسرة من أسرة معاله محتاجة إلى أسرة منتجة قادرة على العطاء بالدخول إلى دورة الاقتصاد القومي لتتمكن من المساهمة في اقتصاد الدولة والمجتمع بشراء وبيع واستخدام السلع والخدمات.

ولابد من التأكيد على أن الأسرة لا تحتاج فقط إلى عناصر الإنتاج والتدريب بقدر ما هي بحاجة إلى التوجيه والإرشاد، بحيث تستطيع الأسرة التكيف وتطوير إمكاناتها وقدراتها في إدارة شؤونها الأسرية الخاصة كالعناية بالأفراد وبخاصة الأطفال والفتيان من شباب وشابات من النواحي التربوية والتعليمية والصحية، وإدارة آلة الإنتاج التي تم توفيرها لها وحسن التصرف بالعائد وأساليب إنفاقه السليمة، ويمكن تحقيق ذلك من خلال مجموعة من البرامج والدورات التأهيلية والتدريبية والزيارات الإرشادية الدورية للباحثات الاجتماعيات.

لا شك أن هناك علاقة جدلية بين التنمية ومدى نجاحها في المجتمع والعمل التطوعي، حيث تشير الشواهد الواقعية والتاريخية إلى أن التنمية تنبع من الإنسان الذي يعتبر وسيلتها الأساسية، كما أنها تهدف في الوقت ذاته إلى الارتقاء به في جميع الميادين الاقتصادية والاجتماعية والصحية والثقافية، ومن المسلمات أن التنمية تقوم على الجهد البشري وهو ما يستلزم بالإضافة إلى الخطط الواضحة والمحددة وجود الإنسان الواعي القادر على المشاركة في عمليات التنمية.

ومن هنا يأتي دور العمل الخيري في التنمية بالاستفادة من الموارد البشرية، حيث يلعب العمل الخيري دورا إيجابيا في إتاحة الفرصة لكافة أفراد المجتمع للمساهمة في عمليات البناء الاجتماعي والاقتصادي اللازمة في كل زمان ومكان ويساعد العمل التطوعي على تنمية الإحساس بالمسؤولية لدى المشاركين ويشعرهم بقدرتهم على العطاء وتقديم الخبرة والنصيحة في المجال الذي يتميزون فيه.



العمل التطوعي..

ظاهرة اجتماعية تحقق التآلف بين أفراد المجتمع

يلعب العمل التطوعي دوراً أساسياً في حياة أي مجتمع، إذ يحتاج إليه قطاع عريض من أفراد المجتمع خاصة في فترات الأزمات والكوارث، لذلك يعد خدمة إنسانية وطنية تهدف إلى حماية الوطن وأهله من أي خطر، كما أنه يسعى لخلق روح انسانية تعاونية بين أفراد المجتمع الواحد والمجتمعات المختلفة.

وفضلاً عن ذلك فقد حث عليه الإسلام ودعا إليه النبي عليه الصلاة والسلام، فالعمل التطوعي ظاهرة اجتماعية تحقق الترابط والتآلف والتآخي بين أفراد المجتمع حتى يكون كما وصفه الرسول صلى الله عليه وسلم بقوله: (مثل المؤمنين في توادهم وتعاطفهم وتراحمهم كالجسد الواحد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد كالحمى والسهر) رواه مسلم، والعمل التطوعي من أهم الأعمال التي يجب أن يعتني بها، فكل إنسان ذكراً كان أو أنثى مطالب بعمل الخير بما يتناسب مع قدراته انطلاقاً من قوله تعالى:(وَتَعَاوَنُواْ عَلَى الْبرِّ وَالتَّقْوَى وَلاَ تَعَاوَنُواْ عَلَى الإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ)(سورة المائدة:٢)، وقال تعالى: قال الله تعالى:(لاَّ خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّن نَّجْوَاهُمْ إِلاَّ مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلاَحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاء مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا)(سورة النساء:١١٤)، فالأمر في هذه الآية الكريمة عمل تطوعي بدني سواء كان أمراً بصدقة أو أمراً بمعروف، والسعي بالإصلاح بين الناس عمل تطوعي بدني.

ويقول الحسن البصري رحمه الله:(لأن أقضي حاجة لأخ أحب إلي من أن أصلي ألف ركعة ولأن أقضي حاجة لأخ أحب إلي من أن أعتكف شهرين)، وكان ابن عباس رضي الله عنهما يقول:(لأن أعول أهل بيت من المسلمين شهراً أو جمعة أو ما شاء الله أحب إلي من حجه ولطبق بدرهم أهديه إلى أخ لي في الله أحب إلي من دينار أنفقه في سبيل الله).

كما بيّن المصطفى صلى الله عليه وسلم مكانة العمل التطوعي في الإسلام في أحاديث كثيرة منها قوله صلى الله عليه وسلم:(كل سلامي من الناس عليه صدقة كل يوم تطلع فيه الشمس تعدل بين أثنين صدقة ،تعين الرجل على دابته فتحمله عليها أو ترفع عليها متاعه صدقة ، والكلمة الطيبة صدقة وبكل خطوة تمشيها إلى الصلاة صدقة، وتميط الأذى عن الطريق صدقة)متفق عليه،وقال صلى الله عليه وسلم (لقد رأيت رجلاً يتقلب في الجنة في شجرة قطعها من ظهر الطريق كانت تؤذي المسلمين) رواه مسلم،وقال صلى الله عليه وسلم:(المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يسلمه ،من كان في حاجة أخيه كان الله في حاجته، ومن فرج عن مسلم كربه من كرب الدنيا فرج الله عنه كربة من كرب يوم القيامة ومن ستر مسلما ستره الله يوم القيامة)متفق عليه،وقال صلى الله عليه وسلم: (الساعي على الأرملة والمسكين كالمجاهد في سبيل الله أو القائم الليل الصائم النهار)(متفق عليه)،وقال صلى الله عليه وسلم:(من مشى في حاجة أخيه كان خيراً له من اعتكاف عشر سنوات)، وانظر كيف وضح لنا النبي صلى الله عليه وسلم أن إعانة ذوي الاحتياجات الخاصة من أفضل الأعمال وكف الشر عن الناس درجة عليا من درجات العمل التطوعي، وذلك فيما أخرجه الإمام مسلم في صحيحه عن أبي ذر رضي الله عنه قال قلت يا رسول الله أي الأعمال أفضل؟ قال: الإيمان بالله والجهاد في سبيله. قلت: أي الرقاب أفضل ؟ قال أنفسها عند أهلها وأكثرها ثمناً .قال قلت:فإن لم أفعل؟قال: تعين صانعاً أو تصنع لأخرق قال: قلت يا رسول الله إن ضعفت عن بعض العمل ؟ قال: تكف شرك عن الناس فإنها صدقة منك على نفسك، والضائع هنا: هو ذو الضياع من فقر أو عيال كثير.

ونجد في هذه الأحاديث النبوية السابقة وغيرها أن النبي صلى الله عليه وسلم حث أمته على فعل الخير والمشاركة فيه بكل ما يستطيع الإنسان وبكل ما يملك من قوة وقدرة، وأن في هذه الأعمال التطوعية الخالصة لله تعالى الأجر العظيم والثواب الجزيل في الدنيا وفي الآخرة.

وفي الوقت نفسه نجد أن الشريعة الإسلامية بينت مفهوم العمل التطوعي بشكل واسع لا حد له، وذلك حين لا يجد المسلم أي عمل خير يمكن أن يقدمه إلى مجتمعه وأمته بالفعل فإنه يمكن لكل أحد أن يقدم عملاً صالحاً لمجتمعه وأمته ولنفسه بالترك بحيث إذا عجز عن ذلك أجمع فإنه يكف شره عن الناس فإنها صدقة منه على نفسه وعلى الناس، ولا يعجز ولو أن يكون كأبي ضمضم فيتصدق بعرضه على من شتمه.

وبالتالي فما أحوج المسلمين اليوم إلى معرفة قيمة العمل التطوعي في الإسلام والقيام به خير قيام كما أمر ربنا جل وعلا ونبينا صلى الله عليه وسلم حتى تحقق السعادة والسكينة والطمأنينة للفرد والمجتمع.



ولي العهد الأمير محمد بن سلمان يقدم تبرعا سخيا

حملة «تفريج كربة»

تنتظم في جميع مناطق المملكة وتشهد تفاعلاً غير مسبوق من مختلف شرائح المجتمع السعودي

انتظمت في جميع مناطق المملكة المختلفة منذ بداية شهر رمضان المبارك 1438هـ انطلاق حملة «تفريج كربة» التي أطلقتها اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم (تراحم)، حيث شهدت تفاعلاً غير مسبوق من قبل كافة شرائح المجتمع، ما ساهم في لم شمل العديد من السجناء مع أسرهم.



بتوجيهات أمير منطقة مكة
الأمير عبدالله بن بندر يطلق حملة تفريج كربة

وشملت هذه الحملة جميع سجناء الدين الموجودين سواء في السجن العام، أو الموجودين في السجون العسكرية الخاصة بكل منطقة، وتهدف حملة «تفريج كربة»، إلى جمع شمل السجناء مع أسرهم خلال شهر رمضان لكريم وذلك عن طريق تقديم الدعم المالي للمساجين الذين تعثروا في سداد المطالبات المالية، وقد ترتب على ذلك صدور قرارات شرعية نهائية لتسهيل الإجراءات الخاصة بالإفراج عنهم.

وبينما تدافع أبناء الوطن رجالا ونساء وأطفالا نحو المساهمة بما تجود به أيديهم الكريمة، قام صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبد العزيز، ولي العهد، نائب رئيس مجلس الوزراء، وزير الدفاع، بالتبرع لهذه الحملة بحوالي ٢٠ مليون ريال سعودي منها ٤ ملايين ريال تم تخصيصهم لسجناء المنطقة الشمالية، و٣ ملايين ريال لسجناء منطقة عسير، و٤ ملايين ريال لسجناء منطقة نجران.

وكان نائب أمير منطقة مكة المكرمة الأمير عبدالله بن بندر بن عبدالعزيز قد أطلق في مقر الإمارة بمحافظة جدة، حملة (تفريج كربة) التابعة للجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم بمحافظة الطائف (تراحم) والتي تشمل تربة والخرمة ورنية.

ويأتي إطلاق حملة الطائف والمحافظات المجاورة لها، بعد نجاح الحملة في محطتها الأولى بجدة والتي دشنها الأمير عبدالله بن بندر وقدّم لها دعماً مالياً بمبلغ مليوني ريال، إذ تم جمع قرابة ١٥ مليون ريال لإطلاق سراح أكثر من ٢٠٠ سجين في جدة، كما وجه حينها بتعميمها على كل محافظات المنطقة.

وهدفت حملة (تفريج كربة) في الطائف والمحافظات المجاورة لها لجمع مبلغ ١٢ مليون ريال لإطلاق ١١٥ نزيل، وتستند في عملها على معلومات دقيقة عن السجناء المستحقين للاستفادة من المبادرة،





ابطلاق حملة «تفريج كربة» بالطائف بتبرعات تجاوزت ١٠ ملايين ريال

وحضر تدشين الحملة عدد من المسؤولين ومدراء الإدارات الحكومية بمنطقة مكة المكرمة، ورجال الأعمال والإعلام والناشط الاجتماعي الفنان فايز المالكي.

وقد بدأت الحملة بالقرآن الكريم ثم ألقى رئيس لجنة تراحم بمكة المكرمة الأستاذ يحي الكناني كلمة رفع فيها الشكر والتقدير والامتنان لخادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبدالعزيز وسمو ولي عهده الأمين -حفظهم الله ورعاهم – بمناسبة المكرمة الملكية الكريمة بالإفراج عن عدد من السجناء في كافة مناطق مملكتنا الحبيبة في هذا الشهر الكريم.

وأشار لنعمة الأمن والأمان والاستقرار ولله الحمد التي تعيشه بلادنا الحبيبة في ظل قيادتنا وحكومتنا الرشيدة بعدها شاهد الحضور عرضاً مرئياً عن الحملة.

ثم بدأت فعاليات الحملة مع الفنان فائز المالكي حيث تجاوز مبلغ التبرعات ٢٢ مليون ريال، فيما لايزال باب المساهمة مفتوح عن طريق الحسابات الجارية في البنوك المحلية.

وابتدر رجل الأعمال يوسف الأحمدي التبرعات بمبلغ ١,٥ مليون ريال، فيما أعلن فايز المالكي عن تبرع الأمير محمد بن سلمان بن عبد العزيز ولي العهد نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الدفاع بمبلغ مليوني ريال لصالح الحملة.

واستمرت حملة التبرعات، حيث قدم الشيخ صالح كامل تبرعا سخياً، وكان لأعضاء مجلس إدارة غرفة مكة المكرمة السابق وجوداً كبيراً، حيث تبرع كل من مصطفى رضا ومروان شعبان وزياد فارسي، ومؤيد السنوسي، وجمعية الشيخ مرعى بن محفوظ ومشعل الزايدي وغيرهم من أهالي وتجار مكة المكرمة.

في حين نجحت الحملة الكبيرة التي أطلقتها لجنة رعاية السجناء بالرياض «تراحم» في الإفراج عن أكثر من ١٢٠ سجين من المساجين الغارمين، ولَمّ شمل أُسر هؤلاء النزلاء بعائليهم قبل حلول شهر رمضان الماضي، وذلك عقب تنظيم حملة لجمع المبالغ النقدية، وتقديم الدعم المادي للنزلاء المتعثرين في سداد المطالبات المالية التي سُجنوا بسببها؛ حيث شملت الحملة السجناء السعوديين المطالبين بحقوق مالية لا تتجاوز ٢٠٠ ألف ريال في مختلف سجون وإصلاحيات منطقة الرياض.

وكانت لجنة رعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم بمنطقة الرياض «تراحم»، أطلقت حملة «تفريج كرب مساجين الديون»، وذلك بسجن الخرج بعد صدور موافقة ومباركة الرئيس الفخري للجنة، أمير منطقة الرياض، الأمير فيصل بن بندر بن عبدالعزيز، لإطلاقها بالتعاون مع محافظة الخرج، وإدارة السجن.

وفي حال زيادة التبرعات عن «المبلغ المستهدف» سيتم استثمارها في الإفراج عن عدد آخر من السجناء العسكريين الموقوفين في مراجعهم، والذين يتم اختيارهم طبقاً لمجموعة من المعايير الدقيقة، فيما تتواجد لجنة اجتماعية من تراحم بالتعاون مع إدارة السجون تتولى تحديد الأكثر أحقية بالدفع عنهم والاستفادة من المبادرة.

فيما حقق متبرعو حملة تفريج كربة في مكة المكرمة -والتي أُقيمت في غرفة مكة بتوجيه من صاحب السمو الملكي الأمير خالد الفيصل مستشار خادم الحرمين الشريفين أمير منطقة مكة المكرمة – أعلى رقم للتبرعات في الحملة التي جابت مناطق ومحافظات المملكة العربية السعودية لمساعدة السجناء المعسرين .

وهدفت الحملة، للمساهمة في الإفراج عن المساجين الغارمين، ولَمّ شمل أُسر النزلاء بعائليهم، من خلال تقديم الدعم المادي للنزلاء المتعثرين في سداد المطالبات المالية التي سُجنوا بسببها؛ ليتم الإفراج عنهم.

كما شهدت محافظة عفيف، وبالتعاون مع لجنة رعاية أسر السجناء والمفرج عنهم بمنطقة الرياض «تراحم» حملة لجمع التبرعات ومساعدة سجناء الحقوق المالية المتعثرين بالمحافظة والقضاء عنهم، وذلك بمقر ديوان المحافظة.

بدوره أوضح المدير التنفيذي للجنة رعاية أسر السجناء والمفرج



أكثر من ٢٢ مليونًا لاطلاق سراح السجناء المعسرين بمكة

عنهم بمنطقة الرياض « تراحم « أحمد اليحيى أن هذه الحملة بعفيف تهدف إلى الإفراج عن السجناء المطالبين مالياً بأقل من مائتي ألف ريال وعجزوا عن السداد لعدم المقدرة.

فيما أطلقت سجون الأحساء عددًا من السجناء المعسرين، الذين شملتهم حملة تفريج كربة السجناء التي نظمتها محافظة الأحساء بالتعاون مع عددٍ من الجهات ذات العلاقة، بناءً على توجيهات أمير المنطقة الشرقية «الأمير سعود بن نايف بن عبدالعزيز.

كما تم أيضا بتوجيه من الأمير سعود بن نايف بن عبدالعزيز إطلاق حملة تفريج كربة السجناء المعسرين في الحق الخاص بمحافظتي الخفجي وحفر الباطن، بالتعاون مع فرع اللجنة الوطنية لرعاية أسر السجناء والمفرج عنهم بالمنطقة الشرقية «تراحم».

كذلك سلمت اللجنة الوطنية لرعاية السجناء «تراحم» حقوق خصوم السجناء بحضور سعادة محافظ محافظة تيماء الأستاذ سلطان بن شخبوط ال سلطان ومدير سجن تيماء النقيب سعد النجم وذلك بعد اكتمال المبلغ المطلوب وكفالتها للسجناء وخروجهم يوم ١٧ رمضان الماضي.

كما أطلقت بسجن محافظة المجمعة حملة للتسديد عن أصحاب الدين والغارمين الموقوفين والبالغ عددهم ١٢ سجيناً، بقصر الفخامة للاحتفالات بمحافظة المجمعة، وذلك بموافقة من صاحب السمو الملكي الأمير فيصل بن بندر بن عبدالعزيز أمير منطقة الرياض وتحت إشراف اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم (تراحم).

كما أطلقت لجنة رعاية السجناء وأسرهم في منطقة تبوك (تراحم)، حملتها الإعلامية لتسديد ديون سجناء منطقة تبوك، وانطلقت الحملة تحت شعار «تفريج كربة»، بإعلان لجنة رعاية السجناء في منطقة تبوك «تراحم»، تبرعها بمليون ريال، ونجحت في إطلاق سراح ٢٦ سجيناً.

وأوضح رئيس لجنة رعاية السجناء بمنطقة تبوك أحمد بن عطية الحارثي أن هذه الحملة استهدفت إخراج ٣٥ سجيناً، وتسديد ديونهم البالغ مجموعها ستة ملايين ريال؛ مؤكداً أن الحملة مستمرة ثلاثة أيام، والتبرع من خلال الإيداع في حساب اللجنة في بنك الراجحي.

وفي ذات الوقت أفرجت إدارة السجون بمنطقة الحدود الشمالية،

تبوك.. حملة «تفريج كربة» تطلق سراح ٢٦ سجيناً في أول ليلة









أمير الحدود الشمالية يرعى أطلاق حملة تفريج كربة لرعاية السجناء





نائب أمير جازان يدشن حملة التبرع لاطلاق سجناء جازان

النظر في معالجة باقي قضايا النزلاء أصحاب الحقوق الخاصة.

فيما شهدت منطقة جازان برعاية صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن ناصر بن عبدالعزيز أمير منطقة جازان، الرئيس الفخري للجنة رعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم « تراحم » بالمنطقة، تدشين صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن عبدالعزيز بن محمد بن عبدالعزيز نائب أمير المنطقة، حملة « تفريج كربة « لإطلاق سجناء جازان للمطالبات المالية، وذلك بفندق راديسون بلو .

وألقى رئيس لجنة « تراحم « بجازان علي بن موسى زعلة كلمة استعرض خلالها أهداف الحملة في تقديم الدعم المادي للمساهمة في الإفراج عن عدد كبير من النزلاء الغارمين، ولَمِّ شملهم بأسرهم في هذا الشهر المبارك، من خلال تقديم الدعم المادي للنزلاء المتعثرين في سداد المطالبات المالية المترتبة بحقهم بموجب قرارات شرعية نهائية لتسهيل إجراءات الإفراج عنهم.

ودعا رجال الأعمال وفاعلي الخير من داخل المنطقة وخارجها للتفاعل مع الحملة، والمساهمة في تفريج كُرَب المساجين، ولَمِّ شملهم بأسرهم بالتزامن مع شهر رمضان المبارك وعيد الفطر السعيد ، متطلعاً إلى مساهمة فاعلة من الجميع ، ومقدما شكره لسمو أمير منطقة جازان ولسمو نائبه لدعم وتشجيع كافة الأنشطة الخيرية والتطوعية والاجتماعية .

إثر ذلك ألقى مدير سجون منطقة جازان العقيد الدكتور شايع بن سعد القحطاني كلمة أكد خلالها أن حملة « تفريج كربة « تأتي تعزيزًا لمبدأ التكافل الاجتماعي سعيًا لإطلاق سجون جازان المتعثرين في سداد المطالبات المالية .

بعدها شاهد سموه والحضور عرضًا عن لجنة رعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم « تراحم « بمنطقة جازان التي تهدف عن الدفعة الأولى من سجناء الحق الخاص للمطالبات المالية، المستفيدين من حملة «تفريج كربة» التي نظمتها اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم بمنطقة الحدود الشمالية (تراحم) بالمنطقة البالغ عددهم ٤١ سجين.

وأوضح مدير السجون بمنطقة الحدود الشمالية عضو لجنة «تراحم» بالمنطقة اللواء موسى بن سعود العميره، بأنه تم إطلاق سراح ٤١ نزيلاً كحصيلة أولية، حيث تم التسديد عنهم بمبالغ تجاوزت أربعة ملايين ريال والعمل جارٍ لإطلاق بقية السجناء تباعاً ممن تنطبق عليهم الشروط المتوقع أن يصل عددهم إلى ٨٠ سجيناً وفق المبالغ المتوفرة، مشيراً إلى أن أمير المنطقة شدد على سرعة



أمير منطقة الباحة يُطلق حملة «تفريج كربة» بالمنطقة



لتهذيب نزلاء السجون وإصلاحهم ومساعدتهم لتخطي العقبات والعمل على تذليل المشكلات المادية والمعنوية لأسر السجناء ، وكذلك مساعدة المفرج عنهم ليكونوا أفرادًا فاعلين في المجتمع .

عقب ذلك دشّن سمو نائب أمير منطقة جازان الحملة بتبرع سخي من صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز ولي العهد نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الدفاع بمبلغ ٢,٠٠٠,٠٠٠ ريال، وتبرعاً شخصياً من سمو نائب أمير جازان بمبلغ ٢,٠٠٠,٠٠٠ ريال ، وتبرعًا عن أبناء سموه بمبلغ ٣٠٠,٠٠٠ ريال .

ثم توالت التبرعات من رجال الأعمال والميسورين من أهل الخير بمنطقة جازان الذين تفاعلوا مع الحملة التي تنظمها لجنة رعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم « تراحم « بالمنطقة، حيث وصل إجمالي التبرعات لحملة « تفريج كربة « ٦,٥٦٣,٢٠٠ ريال ، لإطلاق ٨٥ سجينًا بجازان .

في حين أسهمت حملة «تفريج كربة» لسجناء المطالبات المالية التي نظمتها اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» في منطقة الباحة، في يومها الأول في إطلاق ثمانية عسكريين و٢٥ مواطناً، وخمسة مقيمين، علماً بأن أقل شخص موقوف بسجن الباحة دينه يبلغ ٢٦٠ ألف ريال.

وكان أمير منطقة الباحة والرئيس الفخري للجنة «تراحم» في المنطقة صاحب السمو الملكي الأمير الدكتور حسام بن سعود أطلق الحملة في قاعة الأمير فيصل التعليمية. وأكد أهمية الدور الذي تضطلع به اللجنة، لمتابعة ورعاية أحوال السجناء وأسرهم، في ظل ما تقدمه حكومة خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبدالعزيز، من رعاية واهتمام بالسجناء وأسرهم، مؤكداً دعمه المستمر للحملة ولكل ما يعود على المنطقة وأهلها بالخير وخصوصاً هذه الفئة الغالية من مجتمعنا وأسرهم، وحاثاً الجميع على التفاعل المثمر مع البرامج والحملات التي تعود على المنطقة بالفائدة، ومنوهاً بما وجده من الجميع من دعم لهذه الحملة وما أبدوه من حماس للمشاركة بدعم حملة التبرعات.

بعدها، انطلقت الحملة بتبرع سخي من ولي العهد نائب رئيس مجلس الوزراء وزير الدفاع صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بمبلغ مليوني ريال، وكذلك تبرع من صاحب السمو الملكي الأمير الدكتور حسام بن سعود أمير منطقة الباحة بمبلغ مليون ريال، عقب ذلك توالت التبرعات من رجال الأعمال والميسورين وعامة أهالي منطقة الباحة الذين تفاعلوا مع الحملة، إذ بلغ عدد المفرج عنهم من سجناء المطالبات المالية ٣٨ سجيناً، فيما تجاوزت التبرعات خلال نصف ساعة مبلغ ٦ ملايين ريال، فيما تستمر اللجنة في استقبال التبرعات لمدة خمسة أيام.

كذلك أسهمت حملة «تفريج كربة» التي أطلقتها اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم بالقصيم «تراحم» ممثلة بفرعها بمحافظة الرس بمقر الغرفة التجارية الصناعية بمحافظة الرس، بمباركة من صاحب السمو الملكي الأمير الدكتور فيصل بن مشعل بن سعود بن عبدالعزيز أمير منطقة القصيم الرئيس الفخري للجنة، بالإفراج عن ٤٣ سجيناً، حيث بدأت الحملة بمكالمة هاتفية من أمير منطقة القصيم ثمن خلالها الجهود التي بذلتها لجنة تراحم بالإفراج عن السجناء الذين عليهم مديونيات مالية، مبدياً فخره بأن منطقة القصيم كانت صاحبة الفكرة ، مؤكداً أن اللجنة تقوم بدور مجتمعي مهم، وتفاعل المحسنين ومحبي الخير من رجال الأعمال والأفراد والقطاعات الأهلية في المساهمة بتفريج كرب المساجين، ولم شملهم بأسرهم بالتزامن مع شهر رمضان المبارك وعيد الفطر السعيد يرتكز على محور التكافل الاجتماعي بين أفراد المجتمع السعودي.

وألقى محافظ الرس محمد العساف كلمة قدم في مستهلها الشكر والتقدير لأمير منطقة القصيم على دعمه وتشجيعه لكافة الأنشطة





أمير منطقة القصيم يدشن حملة «تفريج كربة سجين» بمحافظة الرس

الخيرية والاجتماعية بالمنطقة، داعيًا الله سبحانه وتعالى أن تكون أعمال ومبادرات أمير المنطقة وأعمال المتبرعين في ميزان حسناتهم ، مؤكداً أن الحملة تأتي تعزيزًا لمبدأ التكافل الاجتماعي وسعيًا لإطلاق السجناء المتعثرين في سداد المطالبات المالية، مثمناً دور اللجنة وما قامت به من جهود، مثنياً على ما قامت به الغرفة التجارية من استضافة للحملة، مشيداً بتفاعل الجميع مع هذه الحملة الإنسانية الخيرية في شهر الخير. فيما بدأت الحملة باستعراض ظروف كل نزيل بدون ذكر اسمه والمبلغ الذي عليه وتسديده ليتم إطلاق سراحه بعد إنهاء الإجراءات اللازمة، وبين مدير لجنة تراحم بالرس عبدالملك العقيل أن عدد نزلاء السجن الذين استفادوا من حملة تفريج كربة سجين بلغ ٤٣ نزيلاً في السجن من الغارمين، لافتاً إلى أن الحملة شملت رجال الأمن الموقوفين بديون مالية والنساء الموقوفات من نزلاء السجن العام اللاتي عليهن ديات، مفيداً أن أقل مبلغ هو ١٢٤٥٠ ريالاً وأكثر مبلغ قرابة ٣٠٠ ألف ريال، وأن الحملة استهدفت المواطنين والوافدين ، مؤكداً أن إطلاق سراح نزلاء الحق الخاص سوف يستمر حتى نهاية شهر رمضان المبارك بإذن الله.

بعد ذلك توالت التبرعات من رجال الأعمال والميسورين والقطاعات الأهلية وعامة الأفراد من أهالي منطقة القصيم ومحافظة الرس الذين تفاعلوا مع الحملة، حيث بلغ عدد المفرج عنهم من سجناء المطالبات المالية ٤٣ سجيناً، فيما بلغت التبرعات مبلغ ٤ ملايين و٧٠٠ ألف ريال.

وفي السياق ذاته أعلن صاحب السمو الملكي الأمير منصور بن مقرن بن عبدالعزيز نائب أمير منطقة عسير عن المبالغ التي قدمت لحملة "تفريج كربة" والتي نظمتها اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» بمنطقة عسير حيث قدم صاحب السمو الملكي الأمير مقرن بن عبدالعزيز آل سعود تبرعاً مالياً بمبلغ مليون ريال، وقدم صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز ولي العهد تبرعاً مالياً بمبلغ ثلاثة ملايين ريال، وقدم صاحب السمو الملكي الأمير فيصل بن خالد بن عبدالعزيز أمير منطقة عسير مبلغاً مالياً بمبلغ اثنين مليون ريال، وقدم سموه تبرعاً مالياً بمبلغ مليون ومئتين ألف ريال .

كما قدم عدد من رجال الأعمال والجهات الحكومية والخاصة تبرعاتها المالية ليصبح إجمالي التبرعات للحملة حوالي ١٦ مليون ريال .

وفي ذات الوقت شهدت نجران برعاية صاحب السمو الأمير جلوي بن عبدالعزيز بن مساعد أمير منطقة نجران، الرئيس الفخري للجنة «تراحم» بالمنطقة، تدشين وكيل إمارة المنطقة المكلف الدكتور عقاب بن صقر اللويحق حملة «تفريج كربة» لسجناء المطالبات المالية بمنطقة نجران التي تنظمها اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» بالمنطقة، وذلك بقاعة الحمرور بالغرفة التجارية بنجران.

ودُشنت الحملة بتبرع سخي من صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز ولي ولي العهد النائب الثاني

نائب أمير عسير يدشن حملة «تفريج كربة» أفرجت عن٢٥٤ سجيناً





لمجلس الوزراء وزير الدفاع بمبلغ ٤ ملايين ريال .

عقب ذلك توالت التبرعات من رجال الأعمال والميسورين وعامة أهالي منطقة نجران الذين تفاعلوا مع الحملة، حيث بلغ عدد المفرج عنهم من سجناء المطالبات المالية ٥٠ سجيناً، فيما تجاوزت التبرعات مبلغ ٩ ملايين ريال.

وأوضح رئيس اللجنة منصور العمار أن الحملة مستمرة لإخراج أكبر عدد من سجناء الحق الخاص بالمنطقة حتى نهاية شهر رمضان تحقيقاً لأهدافها وتطلعات أبناء حائل، مبينا أن العمل جار على إكمال إجراءات ما تبقى ممن تم السداد عنهم، مقدماً الشكر والتقدير لسمو أمير منطقة حائل على اهتمامه وحرصه





ابطلاق حملة «تفريج كربة» بنجران بتبرعات تجاوزت ٩ ملايين ريال

وعلى الصعيد ذاته انطلقت برعاية صاحب السمو الملكي الأمير فهد بن بدر بن عبدالعزيز أمير منطقة الجوف، انطلقت حملة « تفريج كربة « لسجناء المطالبات المالية التي تنظمها اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم «تراحم» بالمنطقة، بحضور وكيل إمارة منطقة الجوف المساعد للحقوق زايد الزايد، وذلك بمركز الملك عبدالله الثقافي بمدينة سكاكا .

وأعلن رئيس لجنة «تراحم» بالجوف حمود مشعل السهيان في بداية الحملة تبرع سمو أمير منطقة الجوف بمبلغ مليون ريال ، مثنيا في كلمة ألقاها على دعم ورعاية سمو أمير المنطقة للحملة، مقدما الشكر لسموه على دعمه السخي ، حاثا الجميع على التبرع و الدعم في هذا الشهر الفضيل .

من جانبه أوضح المتحدث الإعلامي للحملة عبد العزيز بن عبد الواحد الحموان أن الحملة شهدت تفاعلاً متميزًا من المواطنين، حيث بلغت التبرعات في اليوم الأول ٧٠٢٠١٦٠ ريالاً أسهمت في الإفراج عن الدفعة الأولى وعددهم ١٢ سجين، مشيرا إلى أن العدد المتوقع للمفرج عنهم بنهاية الحملة ١٠٠ سجين بإذن الله، مهيباً بمشاركة الجميع في هذا الشهر الكريم.

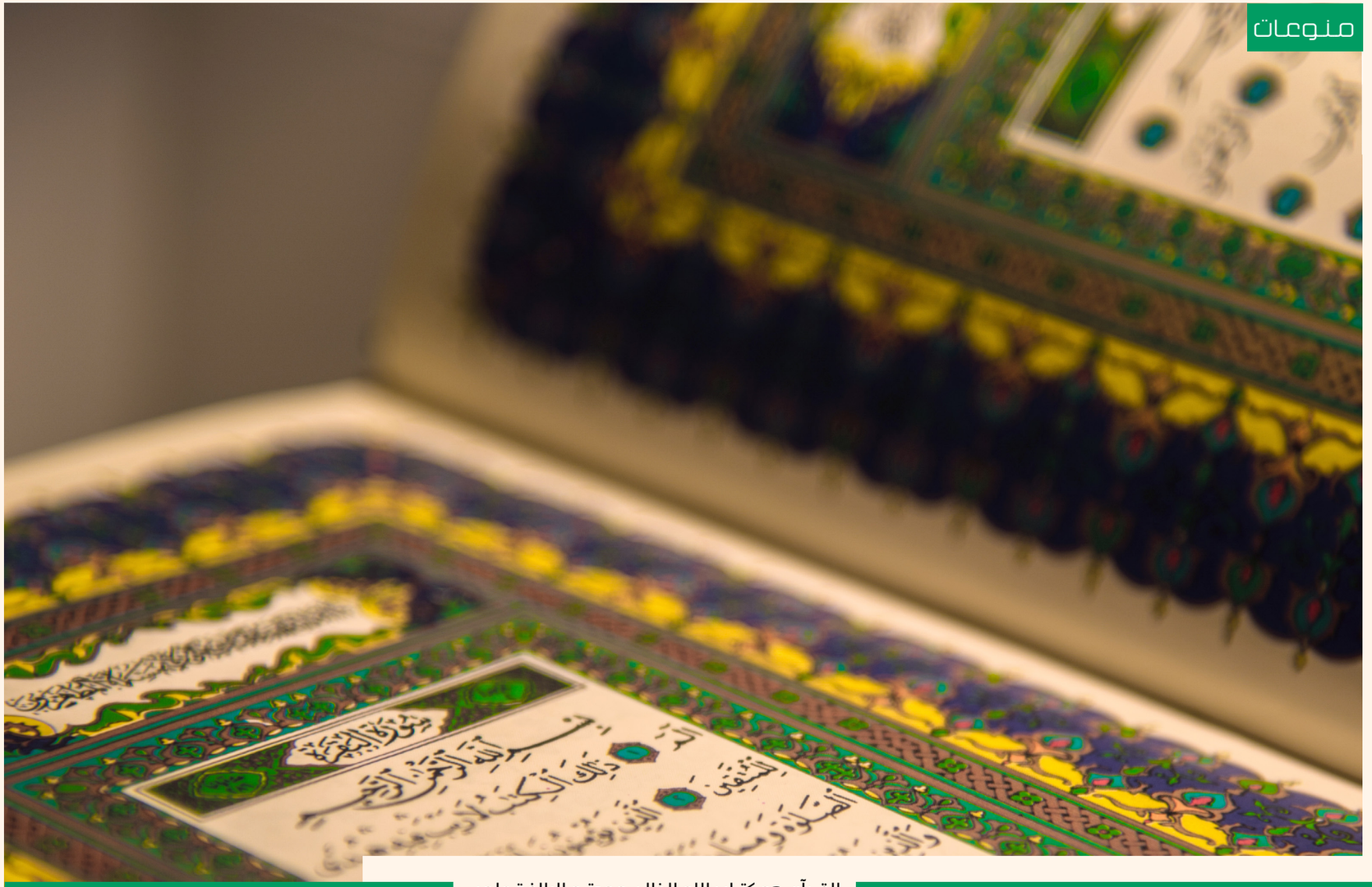
كما أطلقت سجون منطقة حائل بالتعاون مع اللجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم (تراحم) بالمنطقة سراح الدفعة الثانية من السجناء المستفيدين من (حملة تفريج كربة ١٠٠ سجين) بالمنطقة وذلك بعد إنهاء محكمة التنفيذ الإجراءات النظامية بحقهم وشملت المواطنين من مدنيين وعسكريين وكذلك المقيمين.

ومتابعته لأحوال السجناء بالمنطقة ، منوهاً بتعاون محكمة التنفيذ وإدارة السجون وسرعة إنجازهم الإجراءات، داعياً أبناء المجتمع إلى البذل والعطاء ومد يد العون لإخراج إخوانهم السجناء.

حملة «تفريج كربة» بالجوف تفرج عن ١٢ سجيناً في يومها الأول







فضل القرآن الكريم:

القرآن هو كتاب الله الخالد، وحجته البالغة على الناس جميعا، ختم الله به الكتب السماوية، وأنزله هداية ورحمة للعالمين، وضمّنه منهاجا كاملا وشريعة تامّة لحياة المسلمين، قال تعالى: {إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْراً كَبِيراً} (الإسراء: ٩).

والقرآن معجزة باقية ما بقي على الأرض حياة أو أحياء، أيّد الله تعالى به رسوله محمدا صلّى الله عليه وسلّم وتحدّى الإنس والجنّ على أن يأتوا بسورة من مثله، فكان عجز البلغاء والفصحاء قديما وحديثا أكبر دليل على سماويّة هذا الكتاب وأنه كلام ربّ العالمين، قال تعالى: ﴿قُلْ لَئِنِ اجْتَمَعَتِ الْإِنْسُ وَالْجِنُّ عَلى أَنْ يَأْتُوا بِمِثْلِ هذَا الْقُرْآنِ لا يَأْتُونَ بِمِثْلِهِ وَلَوْ كانَ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ ظَهِيراً﴾ (الإسراء: ٨٨). ولبيان فضل القرآن نتناول وصف الله تعالى، ووصف رسول الله صلّى الله عليه وسلّم له، وشهادة أحد أعداء الإسلام بفضله.

الله عزّ وجلّ يصف القرآن الكريم:

وصف الله القرآن بأوصاف عديدة هي أسماء له، تدلّ على عظيم فضله وعلوّ منزلته:

- وصفه الله بأنه روح، والروح بها الحياة، قال تعالى: ﴿وَكَذلِكَ أَوْحَيْنا إِلَيْكَ رُوحاً مِنْ أَمْرِنا ما كُنْتَ تَدْرِي مَا الْكِتابُ وَلَا الْإِيمانُ﴾ (الشورى: ٥٢).
- ووصفه بأنّه نور، والنور به الإبصار، قال تعالى: ﴿قَدْ جاءَكُمْ مِنَ اللَّهِ نُورٌ وَكِتابٌ مُبِينٌ (١٥) يَهْدِي بِهِ اللَّهُ مَنِ اتَّبَعَ رِضْوانَهُ سُبُلَ السَّلامِ وَيُخْرِجُهُمْ مِنَ الظُّلُماتِ إِلَى النُّورِ بِإِذْنِهِ﴾ (المائدة: ١٥- ١٦).
- ووصفه بأنه الهادي إلى أفضل طريق: ﴿إِنَّ هذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ﴾ (الإسراء: ٩).
- ووصفه بأنه شفاء ورشاد، قال تعالى: ﴿قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدىً وَشِفاءٌ﴾ (فصلت: ٤٤).
- وهو كتاب الحق الذي لا يعرض له الباطل قط، قال تعالى: ﴿وَبِالْحَقِّ أَنْزَلْناهُ وَبِالْحَقِّ نَزَلَ﴾ (الإسراء: ١٠٥٥) وقال سبحانه: ﴿وَإِنَّهُ لَكِتابٌ عَزِيزٌ (٤١) لا يَأْتِيهِ الْباطِلُ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَلا مِنْ خَلْفِهِ تَنْزِيلٌ مِنْ حَكِيمٍ حَمِيدٍ﴾ (فصلت: ٤١- ٤٢).

النبيّ العظيم يصف القرآن:

ووصف النبيّ صلّى الله عليه وسلّم القرآن الكريم، فكان وصفا حافلا بمزايا القرآن، جامعا لفضائله؛ روى الترمذيّ عن عليّ رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلّى الله عليه وسلّم يقول: «ألا إنها ستكون فتنة. فقلت: ما المخرج منها يا رسول الله؟ قال: كتاب الله، فيه نبأ ما كان قبلكم، وخبر ما بعدكم، وحكم ما بينكم، هو الفصل، ليس بالهزل، من تركه من جبّار قصمه الله، ومن ابتغى الهدى في غيره أضلّه الله، وهو حبل الله المتين، وهو الذكر الحكيم، وهو الصراط المستقيم. هو الذي لا تزيغ به الأهواء، ولا تلتبس به الألسنة، ولا يشبع منه العلماء، ولا يخلق (لا يبلى) على كثرة الردّ، ولا تنقضي عجائبه، هو الذي لم تنته الجنّ إذ سمعته حتى قالوا: ﴿إِنَّا سَمِعْنا قُرْآناً عَجَباً (١) يَهْدِي إِلَى الرُّشْدِ فَآمَنَّا بِهِ﴾ (الجن). ومن قال به صدق ومن عمل به أجر، ومن حكم به عدل، ومن دعا إليه هدي إلى صراط مستقيم».

أهمية القرآن في حياة المسلمين:

تكمن أهمية القرآن الكبرى فيما اشتمل عليه من هداية إلى العقائد الصحيحة، والعبادات الحقة، والأخلاق الكريمة، والتشريعات العادلة، وما اشتمل عليه من تعاليم بناء المجتمع الفاضل، وتنظيم الدولة القوية. وإنّ المسلمين لو جدّدوا إيمانهم بأهمية هذا الكتاب الكريم، وكانوا جادّين في الالتزام والطاعة لما فيه من أوامر وتوجيهات إلهية حكيمة، فإنهم يجدون ما يحتاجون إليه من حياة روحية طاهرة، وقوة سياسية وحربية، وثروة وحضارة، ونعم لا تعدّ ولا تحصى؛ قال تعالى: ﴿وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرى آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنا عَلَيْهِمْ بَرَكاتٍ مِنَ السَّماءِ وَالْأَرْضِ وَلكِنْ كَذَّبُوا فَأَخَذْناهُمْ بِما كانُوا يَكْسِبُونَ﴾ (الأعراف: ٩٦).

وإذا أراد المسلمون الخير والصلاح والعزّة لأنفسهم وأمتهم، فعليهم اتّباع هدي نبيّهم صلّى الله عليه وسلّم وصحابته الكرام رضي الله عنهم في حفظ القرآن وفهمه والعمل بما فيه؛ لأنه لن يصلح آخر هذه الأمة إلا بما صلح به أوّلها.

فضل تلاوة القرآن:

تلاوة القرآن سنة من سنن الإسلام والإكثار منها مستحبّ، لأنها وسيلة إلى فهم كتاب الله والعمل به، وفضلها ثابت في القرآن الكريم والسنة الشريفة، قال الله تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَنْفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً يَرْجُونَ تِجَارَةً لَنْ تَبُورَ (٢٩) لِيُوَفِّيَهُمْ أُجُورَهُمْ وَيَزِيدَهُمْ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّهُ غَفُورٌ شَكُورٌ﴾ (فاطر).

وروى مسلم عن أبي أمامة رضي الله عنه: أنّ رسول الله صلّى الله عليه وسلّم قال: «اقرءوا القرآن، فإنه يأتي يوم القيامة شفيعا لأصحابه».

وروى أبو داود والنسائي والترمذي، عن رسول الله صلّى الله عليه وسلّم قوله: «يقال لصاحب القرآن اقرأ وارتق، ورتّل كما كنت ترتّل في الدّنيا، فإنّ منزلتك عند آخر آية تقرأ». والتلاوة مع إخلاص النية عبادة يؤجر عليها المسلم، وتقرّبه من خالقه؛ روى الترمذيّ عن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلّى الله عليه وسلّم يقول: «من قرأ حرفا من كتاب الله تعالى فله به حسنة، والحسنة بعشرة أمثالها، لا أقول (الم) حرف، ولكن ألف حرف، ولام حرف، وميم حرف».

وروى البخاريّ ومسلم عن عائشة رضي الله عنها: أن النبيّ صلّى الله عليه وسلّم قال: «الماهر بالقرآن مع السفرة الكرام البررة، والذي يقرأ القرآن ويتتعتع فيه وهو عليه شاقّ له أجران».

وكان الصحابة رضوان الله عليهم يحافظون على تلاوة القرآن، ومنهم من كان يختم في اليوم والليلة، ومنهم من كان يختم في أكثر؛ روى البخاري ومسلم عن عبد الله بن عمرو رضي الله عنهما قال: قال لي رسول الله صلّى الله عليه وسلّم: «اقرأ القرآن في شهر». قلت: إني أجد قوة، قال: «اقرأه في عشر». قلت: إني أجد قوة، قال: «اقرأه في سبع ولا تزد على ذلك».

وأما القدر الذي ينبغي للمسلم أن يقرأه ليختم القرآن: فيختلف باختلاف الأشخاص، يقول النووي في كتابه (الأذكار): «المختار أن ذلك مختلف باختلاف الأشخاص، فمن كان يظهر له بدقيق الفكر لطائف ومعارف فليقتصر على قدر يحصل له معه كمال فهم ما يقرأ، وكذلك من كان مشغولا بنشر العلم أو فصل الحكومات أو غير ذلك من مهمّات الدين والمصالح العامة، فليقتصر على قدر لا يحصل بسببه إخلال بما هو مرصد له، ولا فوات كماله، وإن لم يكن من هؤلاء المذكورين فليكثر ما أمكنه من غير خروج إلى حدّ الملل أو الهذرمة في القراءة».

آداب التلاوة

القرآن الكريم كلام الله تعالى، ولتلاوة كلام الله آداب يجب مراعاتها والمحافظة عليها، وهي:

- إخلاص النية لله، والتجرّد عن الأهواء والرغبات والأغراض الدنيوية الزائلة، لأن بعض هذه الأشياء إن وجد كان حجابا كثيفا بين القارئ أو السامع وبين كلام الله تعالى.
- تحسين الهيئة واستقبال القبلة، والتّطهّر والتّطيب، وتنظيف الفم بالسّواك، وترك العبث أو الالتفات.
- استحضار القلب، والتّأهّب لقراءة القرآن كأنما يسمع من الله سبحانه.
- الاستعاذة: عند ابتداء القراءة؛ لقوله تعالى: ﴿فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ﴾ (النحل:٩٨). ثم البسملة في مطلع كل سورة سوى سورة (براءة).
- الخشوع والتدبّر في معاني القرآن، والوقوف على كل عبرة ومعنى والتأثر بكل وعد ووعيد؛ قال تعالى: ﴿أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ وَلَوْ كَانَ مِنْ عِنْدِ غَيْرِ اللَّهِ لَوَجَدُوا فِيهِ اخْتِلَافاً كَثِيراً﴾ (النساء: ٨٢). وقال سبحانه: ﴿وَيَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ يَبْكُونَ وَيَزِيدُهُمْ خُشُوعاً﴾ (الإسراء: ١٠٩).
- تحسين الصوت بالقرآن، وتجويده وترتيله ترتيلا حسنا؛ قال تعالى: ﴿وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا﴾ (المزمل: ٤).
- وقال رسول الله صلّى الله عليه وسلّم: «زيّنوا القرآن بأصواتكم».
- الاجتماع للقراءة، وتوسيع المجلس ليتمكن القرّاء من الجلوس فيه؛ لما روى مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلّى الله عليه وسلّم: «ما اجتمع قوم في بيت من بيوت الله، يتلون كتاب الله ويتدارسونه بينهم، إلا نزلت عليهم السكينة، وغشيتهم الرحمة، وحفّتهم الملائكة، وذكرهم الله فيمن عنده»
- ويجب على السامع للقرآن أن ينصت ويفكّر في آياته، سواء أكان يسمعه من قارئ أو من مذياع... قال تعالى: ﴿وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ﴾ (الأعراف: ٢٠٣).



اكتشاف علاج محتمل للزهايمر والشلل الرعّاش

قال باحثون من جامعة إيموري بأتلانتا إنهم توصلوا إلى الإنزيم الذي يتحكّم في الأكسدة العصبية التي ترتبط بتطور مرضي الزهايمر والشلل الرعّاش (باركنسون)، وإن وقف نشاط هذا الإنزيم يمكن أن يحمي من الإصابة بكلا المرضين.

وأوضح فريق البحث الذي يعمل تحت إشراف البروفيسور كيكيانغ يي أن تجاربهم على الحيوانات ربما تكون قد توصّلت إلى عقار يمنع نشاط هذا الإنزيم المسبب للمرضين.

نُشرت نتائج هذه الأبحاث في مجلة «نيتشر ستراكتشرال أند موليكولار بيولوجي»، وتوصلت نتائجها إلى العامل المشترك بين مرضي الزهايمر والشلل الرعّاش وهو بروتين يسمّى «الفا- سينوكلين» الذي يقوم بقتل خلايا الدماغ.

ويُعتقد أنه في حالة الزهايمر يقوم بروتين «الفا-سينوكلين» بتشكيل كتل محول المناطق الخارجية والوسطى من الدماغ، ويؤدي ذلك إلى إعاقة تغذية هذه المناطق ووفاتها من الجوع.

وأظهرت الأبحاث أنه في حالة مرض الشلل الرعّاش يعمل بروتين «الفا- سينوكلين» بنفس الطريقة فيؤدي إلى قطع الإشارات العصبية والمغذيات عن بعض مناطق الدماغ، فيتطوّر المرض.

ويعتقد البروفيسور يي وزملاؤه أن إنزيم «AEP» هو ما يحفّز بروتين «الفا- سينوكلين» على زيادة نشاطه وبالتالي زيادة أكسدة هذه المناطق العصبية في الدماغ.

وقد توصل الباحثون من خلال تجارب على الحيوانات إلى إمكانية كبح إنزيم AEP وعكس تأثيراته على أعصاب الدماغ، واستعادة نشاط الذاكرة الطبيعي، كما أنه يمكن استخدام نفس الطريقة للوقاية من كل من الزهايمر والشلل الرعّاش عند وجود علامات على خطر الإصابة بأحدهما.



البكتيريا تدل الشرطة على الجناة

توقعت صحيفة بريطانية أن تتمكن الشرطة قريبا من إضافة سلاح جديد إلى ترسانتها بعد أن أظهرت دراسة علمية إمكانية تحديد هوية شخص ما من الجرائم (البكتيريا) التي يخلفها وراءه بعد لمسه جمادا مثل لوحة مفاتيح الحاسوب أو جهاز الهاتف.

صحيح أن بصمات الأصابع يمكنها أن تكشف تطابقا دقيقا بين المادة الجامدة والشخص الذي لمسها، غير أن التقنية الجديدة تستفيد من الحقيقة القائلة بأن كل إنسان يتفرد بنوع من الميكروبات تستوطن يده إلى الحد الذي يمكن معه استغلالها دلالة على هويته الشرعية. ونقلت صحيفة ذي إندبندنت عن علماء قولهم إنه بمزيد من التطوير قد تتمكن الشرطة قريبا من أخذ عينة بمادة ماصة من جهاز ما والتعرف على من كان يستخدمه قبل أيام أو حتى أسابيع مضت، حتى ولو لم يكن بمقدورها الحصول على أي بصمات للأصابع.

وقد أثبتت التجارب الأولية أن التقنية الجديدة تتميز بمعدل دقة يتراوح بين ٧٠ و٩٠٪ في التعرف على الشخص الذي استخدم فأرة الحاسوب من بين ٢٧٠ عينة لجراثيم يد جُمعت عشوائيا. ويقول العلماء إن معدل صحة هذه التقنية ومدى دقتها يمكن أن يتحسن بمزيد من البحث والدراسة. ودلّت دراسة سابقة أجريت عام ٢٠٠٨ على أن تجمع الجراثيم في يد شخص من الأشخاص –وهي حوالي ١٥٠ سلالة من البكتيريا- سمة فريدة يتميز بها الشخص نفسه ولا تتأثر بغسل اليدين. وتعرّفت تلك الدراسة على ما يربو على ٤٧٠٠ سلالة من الجراثيم المختلفة في ١٠٢ من أيادي البشر، لكن خمسا منها فقط هي التي وجدت في أيدي المشتركين بالدراسة جميعهم وعددهم ٥١ شخصا بينما اكتُشف أن ١٣٪ من الجراثيم التي عُثر عليها في يد واحدة يتشاطرها كل شخصين.

5 أخطاء يمارسها الموظفين في العمل تزيد الوزن



أشارت تقارير طبية حديثة إلى أن هناك خمس عادات غذائية سيئة غالبا ما يتبناها الكثير من الموظفين، مشيرة إلى كيفية تجنبها، إذ تؤثر هذه العادات بشكل مباشر على الأشخاص الذين يرغبون في التخلص من بعض الوزن أو المحافظة على رشاقة أجسامهم.

وبينت التقارير، إن تناول الكعك في المكتب، بالإضافة إلى المناسبات العائلية الاسبوعية، وغيرها من العادات، من شأنها أن تخل بتوازن النظام الغذائي للأفراد. كما يتبع جملة من الموظفين العديد من العادات الغذائية الخاطئة التي من شأنها أن تزود الجسم بسعرات حرارية تفوق حاجته.

وحصرت التقارير جملة من الأخطاء الرئيسية التي عادة ما نرتكبها العديد من الناس خلال العمل:

أولا: تجاهل وجبة فطور الصباح. ونتيجة لذلك، عادة ما يشعر الموظف بالخمول كامل اليوم، مما يؤدي بدوره إلى إحساس الشخص بالجوع طوال الوقت. وبالتالي، سيهرع إلى شراء رقائق البطاطس والحلوى، أو غيرها من المأكولات المشابهة.

وبينت التقارير أنه يفضل تخصيص ١٠ دقائق في الصباح لتناول فطور صحي، يحتوي على البروتينات والكربوهيدرات والدهون الصحية. وفي حال لم يتمكن الموظف من تناول فطور الصباح في المنزل، يمكنه أن يعده ويتناوله في العمل.

ثانيا: الحلويات أو قطع الشوكولاتة التي يقدمها لنا زملاؤنا في العمل، تعد مضرة بالصحة، خاصة في حال حدوث ذلك بشكل يومي. وفي هذا الصدد، أكد خبراء التغذية، أنه «على الرغم من أن الكثيرين يعتقدون أن هذا السلوك غير مضر البتة، إلا أنه يمكن أن يُكسب الشخص حوالي ١٢٠٠ سعرة حرارية إضافية في اليوم». وأردفوا أن «هذه العادة من شأنها أن تتسبب في زيادة أكثر من كيلوغرام في شهرين فقط» وحتى يتمكن الموظف من تفادي مثل هذه التبعات الصحية وينجح في التخلص من بعض الوزن، ينصح باستبدال جميع هذه الوجبات الخفيفة، ببعض الفواكه المفيدة.

ثالثا: التهام وجبة الغداء أمام شاشة الكومبيوتر تعتبر من الممارسات السيئة. ففي الغالب، يساهم ذلك في زيادة الوزن، حيث لا يعي الموظف كمية الطعام التي يتناولها أثناء عمله أمام الحاسوب.

وينبغي للموظفين أن يُخصصوا وقتا لتناول الطعام، والحديث مع زملائهم، وأخذ قسط من الراحة، وذلك لتجنب تداعيات مثل هذه العادات الغذائية الخاطئة. وفي حال لقي البعض صعوبة في القيام بذلك، يستطيعون على سبيل المثال، تناول نصف الكمية أثناء عملهم، وتناول بقية الوجبة بهدوء فور انتهائهم من العمل.

رابعا: تناول الطعام بغية التغلب على الإجهاد والتوتر، يعتبر المساعد الأول لزيادة الوزن. ففي معظم الأحيان، يؤدي الإحساس بالإجهاد إلى إفراز هرمون الكورتيزول وانخفاض مستويات السكر، مما يولد لدى الشخص الرغبة في تناول وجبات غنية بالسكريات والكربوهيدرات.

والرغبة الشديدة في تناول الطعام بسبب التوتر، نابعة بالأساس عن شعور داخلي وليست مرتبطة بالإحساس بالجوع. وفي مثل هذه الحالة، «يفضل اللجوء إلى وسائل للتخلص من الشعور بالتوتر عوضا عن تناول كعكة". وفي هذا السياق، شدد خبراء التغذية، على أهمية "أخذ قسط من الراحة، أو مشاهدة مقطع فيديو مضحك، أو الإجابة عن رسائل الواتسآب».

خامسا: من الضروري للغاية إحضار وجبات خفيفة من المنزل للعمل، وذلك لتجنب اكتساب وزن زائد. في واقع الأمر، يعتقد الكثيرون أنه ليس هناك داع لإحضار بعض الوجبات المنزلية. ولكن، فور شعورهم بالجوع، يسارعون لشراء وجبات خفيفة، تكون مصنعة في الغالب.

وأكدت تلك التقارير أنه يمكن التخلص من هذه العادات التي تهدد صحة الموظفين ورشاقتهم، من خلال إحضار وجبات خفيفة وصحية من المنزل. فعلى سبيل المثال، يمكن تناول كعكة الحبوب الكاملة، أو المكسرات أو الفواكه... أثناء العمل.

6 نصائح تجنبك مخاطر الحر وقت الظهيرة

عند ارتفاع الحرارة خاصة في منتصف النهار نتعرض لعدد من الأمراض المرتبطة بالحرارة، ومنها ضربات الشمس وإجهاد الحرارة المرتفعة والجفاف وغيرها من المشكلات، والتي يمكن الوقاية منها من خلال عدد من النصائح الصحية والخطوات البسيطة التي تتبقيك بأمان في الطقس الحار، وهي:

- الاستماع إلى تقارير الطقس قبل الخروج من المنزل لمعرفة الحرارة.
- البقاء في الداخل خلال فترة منتصف النهار مع استخدام تكييف الهواء قدر الإمكان عندما تكون درجات الحرارة في أعلى مستوياتها، هذه النصيحة خاصة للأشخاص الذين يزيد عمرهم عن ٦٥ عاما لأنهم الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالأمراض المرتبطة بالحرارة.
- ارتداء ملابس خفيفة ذات ألوان فاتحة وفضفاضة.
- تغطية أكبر قدر ممكن من الجلد مع ارتداء الملابس المناسبة واستخدام مظلة من أشعة الشمس.
- ارتداء نظارة شمسية للوقاية من ضرر أشعة الشمس.
- تناول وجبات خفيفة، لأن الوجبات الدسمة من الممكن أن تزيد من درجة حرارة الجسم الأساسية.
- ممارسة الأنشطة الرياضية في الهواء الطلق وخلال ساعات الصباح الباردة قبل سطوع الشمس، إذا كان ذلك ممكنا.
- لا تنتظر حتى تشعر بالعطش لتتناول الماء، لكن عليك بزيادة كمية السوائل، خاصة إذا كنت تعمل أو تلعب في الهواء الطلق، فوقتها تحتاج إلى استهلاك اثنين إلى أربعة أكواب من الماء كل ساعة.
- انتبه لأى أعراض إجهاد أو غيرها من الأعراض المرضية غير المألوفة لك وتحرك عند الإصابة بها لأقرب طبيب.



دراسة تحذر من خطورة ادوية التخسيس على المراهقين

حذرت دراسة طبية حديثة المراهقين من تناول أدوية التخسيس، وذلك لتداخلها مع النظام الغذائي للجسم، وتسببها في نقص بعض العناصر خاصة الحديد والكالسيوم.

وكشفت الأبحاث أن أدوية التخسيس تحتوى على مواد كيميائية سامة يمكن أن تغير من هرمونات المراهقين، والصحة النفسية، في حين أنهم مازالوا في مرحلة التطوير والنمو.

وحذر الخبراء من أن تناول حبوب الحمية باستمرار يمكن أن يسبب تمزق بطانة المعدةويمكن أن ذلك إلى الموت.

وأوضح الأطباء المشرفون على الدراسة أن المواد التي تكون بأدوية التخسيس تعمل على تغير في لوائح الجسم الطبيعية، بالإضافة إلى عدد من الآثار الجانبية بما في ذلك زيادة معدل ضربات القلب، والإغماء،والنزيفوالنوباتالقلبية.

وذكرت إدارة الاغذية والعقاقير الأمريكية ٦٩ نوع من الحبوب الغذائية تحتوي على مواد يمكن أن تسبب النوبات والسكتات الدماغية، ومن خلال تخليل استخدام حبوب التخسيس بين طلاب المدارس الثانوية، وجد أن عنصرا مشتركا كان مرتبطا بالتسبب في السكتات الدماغية.

وبدلا من أدوية التخسيس أكد الأطباء، أن هناك طرق صحية أخرى لإنقاص الوزن من خلال ممارسة الرياضة، وشرب المزيد من المياه.

«تراحم» وتفريج كربة



الأستاذ/ محمد بن عائض الزهراني*

أخذت اللجنة على عاتقها بذل أقصى الجهود لرعاية الفئات الثلاث, نزلاء السجون و الإصلاحيات, المفرج عنهم, أسر السجناء خلال سجن عائلهم, وحيث أن أقصى درجات الرعاية للأسرة هي إخراج عائلها من سجنه ليقوم هو بشأن أسرته ويرعاها, لذلك فقد حرصت اللجنة من خلال فروعها الخمسة عشر في المناطق والمحافظات, على تنفيذ حملة «تفريج كربة», بهدف سداد ديون السجناء المدينين العاجزين عن السداد.

وقد لقيت الحملة تفاعلاً كبيراً من كافة شرائح المجتمع مؤسسات وأفراداً, وقد أثمرت عن إطلاق سراح المئات من نزلاء السجون ذكوراً وإناثاً, ولم شملهم بأسرهم وتمكينهم من صيام ما تبقى من الشهر الفضيل والإحتفال بعيد الفطر المبارك بين ذويهم وأفراد أسرهم.

كما حظيت الحملة بدعم مشكور من صاحب السمو الملكي ولي العهد, نائب رئيس مجلس الوزراء, وزير الدفاع, وأصحاب السمو الملكي أمراء المناطق الذين رعوا الأمسيات التي أقيمت في مختلف المناطق.

و «تراحم» إذ تتقدم بجزيل الشكر ووافر الإمتنان لكل من أسهم في إنجاح هذه الحملة من الموسرين وفاعلي الخير, ومشاهير وسائل التواصل الإجتماعي, لتعتز بالجهد الكبير لمنسوبيها-رجالاً ونساءً-الذين واصلوا الليل بالنهار للعمل على إنجاح تلك الحملات.

كما تثمن للزملاء منسوبي المديرية العامة للسجون جهودهم المباركة وعلى رأسهم سعادة اللواء/ إبراهيم بن محمد الحمزي مدير عام السجون-نائب رئيس اللجنة.

وتتوجه بالتهنئة لكل من إستفاد من هذه الحملة من السجناء والسجينات, وتدعوهم لمراجعة النفس, وعدم الوقوع في فخ الإقتراض الذي أودى بآلاف من المواطنين إلى السجن.

والله الموفق ،،،

* الأمين العام للجنة الوطنية لرعاية السجناء والمفرج عنهم وأسرهم (تراحم)

سما الجواد
sama al-jawad

* تنظيم المؤتمرات والندوات والإحتفلات الرسمية.
* قسم المجلات والكتب وإصدارات الوكالة.
* قسم التحرير الصحفي وإعداد التقارير والبحوث العلمية.
* قسم الانتاج الفني (الإخراج الصحفي والجرافيكس).
* قسم التسويق والمبيعات.
* قسم اللوحات الإعلانية.
* قسم المجسمات والدروع التذكارية والهدايا.



ص . ب : ٢٦٤٨٤ – الرياض ١١٤٨٦– المملكة العربية السعودية
ت: ٠١١٤٧٢٠٣٣٢– ٠١١٢٩٢٩٤٧ فاكس : ٠١١٤٧٢٠٧٨٥
E: sama.aljawad@gmail.com

مؤسسة سليمان بن عبدالعزيز الراجحي الخيرية
SULAIMAN BIN ABDUL AZIZ AL RAJHI CHARITABLE FOUNDATION

مؤسسة سليمان بن عبدالعزيز الراجحي الخيرية

الريادة في العمل الخيري

الرؤية

تتطلع المؤسسة إلى أن تكون
رائدة في العمل الخيري



فروعنا

١٣

فرعاً ومندوبية
في جميع أنحاء المملكة

الرسالة

تسعى المؤسسة إلى إرضاء المستفيدين
منها من خلال عمل مؤسسي متجدد.

الفرع	الهاتف	الفاكس
الرياض	٠١٤٩٣٢٣٢٣	٠١٤٩٦٠٣٤٨
مكة المكرمة	٠٢٥٦١٣٩٣٣	٠٢٥٦١٣٩٣٢
الدمام	٠٣٨١٥٨٨٩٩	٠٣٨١٥٨٨٦٦
القصيم	٠٦٣٨٢٤٧٨٨	٠٦٣٨٢٤٧٧٣
حائل	٠٦٥٣١٧٠٠٠	٠٦٥٣٤٧٩٩٧
أبها	٠٧٢٢٨١٦١٩	٠٧٢٢٨١٦١٩-١٠٣
جازان	٠٧٣٢٥٠٩٩٥	٠٧٣٢٥٤٢٩١

الفرع	الهاتف	الفاكس
المدينة المنورة	٠٤٨٤٤٧١٢٣	٠٤٨٤٤٧١٢٣-٢٢
الباحة	٠٧٧٢٤٠٠١٤	٠٧٧٢٤٠٠٤٧ (مندوبية)
نجران	٠٧٥٢٣٨٧١٣	٠٧٥٢٢٨١٧٣
تبوك	٠٤٤٢٤٥٦٠١	٠٤٤٢٤٥٦٠١-١٠٥ (مندوبية)
الجوف	٠٤٦٢٤٢١٢٣	٠٤٦٢٤٢٥٢٣ (مندوبية)
عرعر	٠٤٦٦٣٥٧٧٠	٠٤٦٦٣٧٤٤٠ (مندوبية)

الإدارة العامة

هاتف : ٠١٢٤١١٦٠٠

فاكس : ٠١٢٧٠٤٣٤٢

ص.ب ٢٥٧٥٩ الرياض ١١٤٧٦

مع تحيات إدارة العلاقات العامة والإعلام