

بمناسبة شهر رمضان المبارك، واحتفالاً باليوم العالمي للمرأة، نظم مركز التوثيق والأنشطة الثقافية التابع للمندوبية الجهوية للشؤون الإسلامية بجهة الدار البيضاء-سطات، بتنسيق مع الوحدة الإدارية الجهوية لمؤسسة محمد السادس للنهوض بالأعمال الاجتماعية للقيمين الدينيين، والمندوبية الإقليمية للشؤون الإسلامية بعمالة مقاطعات الدار البيضاء أنفا، وكذا المندوبية الإقليمية للشؤون الإسلامية بعمالة مقاطعة عين الشق، ندوة علمية تحت عنوان: "رمضان فرصة للتوازن: مقاربات صحية وروحية لتعزيز صحة المرأة ومحاربة التوتر"، وذلك يوم الخميس 22 رمضان 1447هـ الموافق لـ 12 مارس 2026، على الساعة الحادية عشر صباحاً بالقاعة المتعددة التخصصات بالمركب الإداري والثقافي للأوقاف.

استُهلّت الندوة بتلاوة آيات بينات من الذكر الحكيم، أعقبها كلمة ترحيبية للسيدة مديرة مركز التوثيق والأنشطة الثقافية، أكدت من خلالها على أهمية الجمع بين المقاربة الصحية والروحية لتحقيق التوازن النفسي والجسدي، خاصة خلال شهر رمضان.

بعد ذلك، ألقت السيدة المنسقة الجهوية للوحدة الإدارية الجهوية لمؤسسة محمد السادس للنهوض بالأعمال الاجتماعية للقيمين الدينيين كلمة بالمناسبة، أبرزت فيها أهمية العناية بالجوانب الاجتماعية والصحية للقيمين الدينيين وأسراهم.

وتضمن برنامج الندوة مداخلتين علميتين؛ حيث قدمت الدكتورة آسية شكري، طبيبة مختصة في أمراض الجهاز الهضمي والكبد، مداخلته حول الصيام وصحة الجهاز الهضمي، تطرقت فيها إلى عدد من المشاكل المرتبطة بالجهاز الهضمي، مثل عسر الهضم، وارتجاع المريء، وحرقة المعدة، مبرزة دور التوتر والعادات الغذائية غير السليمة في تفاقم هذه الاضطرابات، كما قدمت مجموعة من الإرشادات الطبية والغذائية للمحافظة على صحة الجهاز الهضمي خلال شهر رمضان.

أما الأستاذة زينب حيدرا فقد تناولت في مداخلتها القيم التربوية للصيام ودورها في تحقيق السكينة النفسية ومواجهة التوتر، مسلطة الضوء على الأبعاد الروحية والتربوية للصيام في ترسيخ قيم الصبر والاعتدال وتعزيز الطمأنينة النفسية، واختتمت الندوة بفقرة إنشاد روحي شكلت لحظة روحانية مميزة، وهدية رمزية للنساء الحاضرات بمناسبة اليوم العالمي للمرأة.

















