

شهر رمضان المبارك

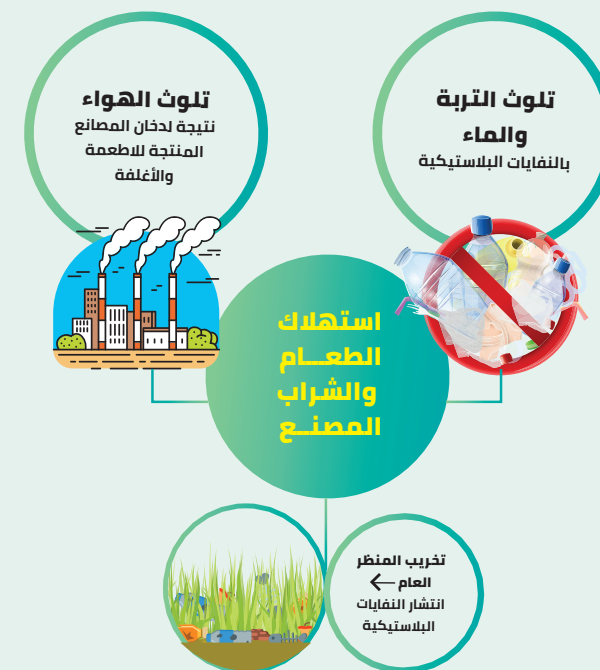
نشرة توعوية

الاقتصاد في الاستهلاك
والاحسان الى البيئة



الحفاظ على البيئة الاحسان الى البيئة

2. الاسراف في الطعام والشراب المصنع



يأدروا الى استغلال ايام الشهر الفضيل واحسنوا الى البيئة بحسب ما يحثنا ديننا الحنيف، وساهموا بجعلها نظيفة وصحية من أجلكم وأجل الأجيال القادمة

- قللوا من شراء الاطعمة وانتاج النفايات
- افصلوا النفايات البلاستيكية في الحاويات المخصصة للتدوير



الحفاظ على البيئة الاحسان الى البيئة

سواء كان الطعام طبيعي أو مصنع فإن الإفراط في استهلاكه مضر ليس فقط بالصحة بل وبالبيئة، وذلك على النحو التالي:

1. الاسراف في الطعام الطبيعي



الاقتصاد في الاستهلاك الاحسان الى النفس والاخرين

لقد نهى ديننا الحنيف عن الإسراف في الطعام والشراب.
حيث قال تعالى :

{ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ }

ان للاقتصاد في الاستهلاك في شهر رمضان
فوائد متعددة ومنها



- الاقتصاد في استهلاك السعرات الحرارية
- تجنب الامراض والحفاظ على صحة وسلامة العائلة

● الحفاظ على الصحة النفسية

(زيادة الوزن تسبب القلق وانعدام الثقة بالنفس)

● تخفيف العبء عن ربة المنزل -

تقليل كميات الطبخ

● الاقتصاد في استهلاك الموارد

● والتخفيف من عبء المصروفات المنزلية

استهلاك الماء ←

(غسل وطبخ الطعام والاطباق)



التوفير في استهلاك الطاقة

(غاز للطبخ - وكهرباء للتنظيف)



● النفايات الناتجة عن فائض الطعام والشراب

(تبذير لميزانية وموارد المجالس المحلية)



الاحسان الى البيئة في شهر الاحسان

الصيام، الاسراف والحفاظ على البيئة في شهر رمضان المبارك

أصبحت مشكلات البيئة (انتشار النفايات، تلوث الموارد الطبيعية كالماء والهواء وتغيرات المناخ وغيرها) تفسنا جميعا، وهي بحاجة الى الاهتمام من الجميع، كبارا وصغارا، إن الاسراف في الاستهلاك هو أساس كل المشكلات البيئية. لذلك، فإن الحد من الاستهلاك يعتبر أنجع طريقة لحل هذه المشكلات.



كيف نتبنى نمط حياة صحي في شهر رمضان المبارك؟

1. نقلل من كميات الطعام المطبوخة
2. نعتد الاكلات الطبيعية التقليدية والموسمية الخالية من الاطعمة الصناعية
3. نتجنب استهلاك الطعام والشراب المغلف بالمواد البلاستيكية