

الرشيـد: كـفالة الأجهـزة الأمانـية تقتصر على قروض السيارات فقط

بغداد / الزوراء: أعلن مصرف الرشيد أن كفالة الأجهزة الأمنية تقتصر على قروض السيارات فقط. وأوضح بيان صادر عن المصرف الحكومي: ان تطبيق قرار قبول كفالة منتسبي وزارة الدفاع والداخلية والأجهزة الأمنية على قروض السيارات في الوقت الحالي، وسيتم الإعلان عن شمول باقي الخدمات بالكفالة لاحقاً.وأعلن مصرف الرشيد، يوم الخميس، قبول كفالة منتسبي وزارة الدفاع والداخلية والأجهزة الأمنية.وكانت المصارف الحكومية في العراق لا تقبل بكفالة منتسبي الدفاع والداخلية وتشترط كفالة الموظف المدني للمستفيدين من القروض التي تمنحها هذه المصارف.

رئيس مجلس الإدارة رئيس التحرير مؤيد اللامي

رقم الاعتماد في نقابة الصحفيين (1)

يومية سياسية عامة تصدر عن نقابة الصحفيين العراقيين

غير مخصصة للبيع

العدد: 7696 الأحد 10 نيسان 2022

أول صحيفة صدرت في العراق عام 1869 م

السعر 500 دينار

No: 7696 Sun 10 Apr 2022

12

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صفحة

صف

زيدان: لا يوجد نص حرفي في الدستور بمصطلح حكومة تصريف الاعمال

جمهورية العراق لسنة ٢٠٠٥ بهذا الاسم انما (حكومة الطوارئ) وهنا ايضا لا يوجد نص صريح بهذا الاسم انما ورد في المادة (61/د) منه (في حالة التصويت بسحب الثقة من مجلس الوزراء بأكمله، يستمر رئيس مجلس الوزراء والوزراء في مناصبهم لتصريف الامور اليومية لمدة لاتزيد على ثلاثين يوماً الى حين تأليف مجلس الوزراء الجديد) كذلك ورد في المادة (64/ثانياً) من الدستور (يدعو رئيس الجمهورية، عند حل مجلس النواب، الى انتخابات عامة في البلاد خلال مدة اقصاها ستون يوماً من تاريخ الحل، وبعد مجلس الوزراء في هذه الحالة مستقيلًا، ويواصل تصريف الامور اليومية)“.

وبين انه “في كلا المادتين فأن القصد من عبارة (مجلس الوزراء) هو الدلالة على (حكومة تصريف الاعمال) حسب المعنى السياقي والمتعارف عليه والذي يصل الى ذهن القارئ. ونفس الحال ينطبق على ما يتداول بمصطلح

لكن دلالة على احدها اقرب من غيره.“ واضاف: “ولكل كلمة معناها الاساسي ومعناها السياقي، فالسياق هو الذي يحدد معنى الجملة وله اثر كبير في تحديد دلالة الكلمة على وجه الدقة وبوساطته تتجاوز كلمات اللغة حدودها الدلالية المألوفة لتفرز دلالات جديدة اذ يصعب احياناً تحديد دلالة الكلمة لان الكلمة لا تحمل في ذاتها دلالة مطلقة وإنما السياق هو الذي يحدد لها دلالتها الحقيقية والقيمة الدلالية للكلمة تكمن في معناها، والمعنى هو العلاقة بين اللفظ والمداول وعلى هذا يقع التغيير في المعنى كلما وجد اي تغير في العلاقة الأساسية“.

وتابع: انه“ يمكن القول ان لكل كلمة معنى معجمياً يمثل معناها الحقيقي ومعنى آخر حسب الاستعمال العرفي، وعلى سبيل المثال يتداول حالياً مصطلح (حكومة تصريف الاعمال) في حين لا يوجد نص حرفي في دستور

بغداد/ مصطفى فليح: أكد رئيس مجلس القضاء الأعلى، القاضي فائق زيدان، أنه لا يوجد نص حرفي في الدستور بمصطلح حكومة تصريف الاعمال. وقال زيدان في مقال نشره موقع مجلس القضاء الاعلى اطلعت عليه “الزوراء”: “قد تكون دلالة عبارة معينة على مراد المشرع الدستوري صريحة بحيث ينتفي احتمال خلافها وتوصف هذه العبارة بكونها صريحة على المعنى المراد، وقد لا تكون دلالة العبارة على مراد المشرع صريحة بل تحتمل عدة معان ولكن يبرز من بين هذه المعاني معنى متعارف عليه يصل الى ذهن قبل غيره وهنا يقال ان هذه العبارة ظاهرة في هذا المعنى، لذا يوصف النص الذي يدل على معنى واحد بأنه نص صريح فهو صريح في هذا المعنى وليس له معنى آخر اما الظاهر فيقال للنص الذي يدل على عدة معان

وزير التجارة يعلن بدء الموسم التسويقي لمحصول الحنطة لعام 2022

بغداد/الزوراء: أعلن وزير التجارة، علاء أحمد الجبوري، امس السبت، عن بدء الموسم التسويقي لمحصول الحنطة لعام 2022 بعد وصول عدد من الشاحنات الى مركز السماوة في محافظة المثنى. وذكر بيان للوزارة، تلقتّه “الزوراء” أن “وزير التجارة علاء احمد الجبوري، أعلن عن بدء الموسم التسويقي لمحصول الحنطة لعام 2022 بعد وصول عدد من الشاحنات الى مركز السماوة في محافظة المثنى، وتعد هذه الكميات الأولى للموسم التسويقي لعام 2022 ، وتمهيدا لبدء عمليات التسويق في المحافظات الجنوبية الأخرى“. وأضاف أن “الكميات الأولى المستلمة من الفلاحين في المحافظة، تم اجراء الفحص المختبري ومطابقتها للمواصفات القياسية بإشراف الكوادر الرقابية وهو رسالة تبعث الخير والنجاح للموسم التسويقي الحالي“. وأشار إلى أن “وزارة التجارة أعلنت

الأنواء: الطقس صحو إلى غائم جزئي مع ارتفاع درجات الحرارة

بغداد/ الزوراء: أعلنت هيئة الأنواء الجوية، امس السبت، عن حالة الطقس في البلاد للأيام المقبلة، فيما توقعت حالة الطقس صحو الى غائم جزئي مع ارتفاع درجات الحرارة. وذكر بيان للهيئة، تلقتّه “الزوراء”: أن “طقس البلاد ليوم الأحد سيكون في المنطقة الوسطى صحواً الى غائم جزئي، ودرجات الحرارة ترتفع قليلا عن اليوم السابق، وفي المنطقة الشمالية سيكون الطقس صحواً الى غائم جزئي، ودرجات الحرارة ترتفع قليلا عن اليوم السابق، وفي المنطقة الجنوبية سيكون الطقس صحواً الى غائم جزئي، ودرجات الحرارة تنخفض قليلا عن اليوم السابق“. وأشار إلى أن “طقس يوم غد الاثنين في المنطقة الوسطى سيكون صحواً مع بعض الغيوم، أما الطقس في المنطقة الشمالية فسيكون بين الصحو والغائم الجزئي، وسيكون الطقس في المنطقة الجنوبية بين صحو الى غائم جزئي، ودرجات الحرارة ترتفع قليلا عن اليوم السابق في عموم البلاد“. وأوضح أن “الحالة الجوية ليوم الثلاثاء في المنطقة الوسطى الطقس فيها سيكون صحواً مع بعض الغيوم، ودرجات الحرارة تنخفض عدة درجات عن اليوم السابق، والرياح شمالية غربية خفيفة إلى معتدلة السرعة (10-20) كم/س، تتشط على فترات الى تصل سرعتها (30-40) كم/س، مسببة إثارة الغبار، ومدى الرؤية (5-7) كم ،وفي الغبار (2-4) كم وأحياناً الى أقل من 1000م، وسيكون الطقس في المنطقة الشمالية صحواً مع بعض الغيوم، ودرجات الحرارة تنخفض قليلا عن اليوم السابق، والرياح شمالية غربية خفيفة إلى معتدلة السرعة (10-20) كم/س، تتشط على فترات الى تصل الى معتدلة السرعة (30-20) كم/س، مسببة تصاعد الغبار، ومدى الرؤية (5-7) كم ،وفي الغبار (2-4) كم ، وأحياناً الى أقل من 1000م.“.

الأعرجي: مناطق شرق سوريا تشكل تهديداً للأمن القومي العراقي

سوريا. وقالت بلاسخارت خلال كلمتها في المؤتمر الذي عقده مركز الرافدين للدراسات تابعته “الزوراء”: إنه “في الشهرين الماضيين تم عقد سلسلة من الموائد المستديرة بين الحكومة العراقية والأمم المتحدة والتي تم تنظيمها للتعامل بشكل جماعي مع العديد من الأسئلة المهمة والحساسة المتعلقة بعودة وإعادة التأهيل والإدماج للنازحين”، لافتة الى أنه “في حال وجود الضرورة يجب محاكمة بعض الأفراد النازحين في شمال شرق سوريا“.

وأضافت أن “بعض التطورات تستحق الثناء والدعم الكاملين من قبل بعثة الأمم المتحدة”، مشيرة الى أن “هناك حاجة ماسة لاتخاذ إجراءات جماعية حاسمة بشأن موضوع النازحين في شمال شرق سوريا“.



من جهتها، أكدت رئيسة بعثة الأمم المتحدة في العراق جينين بلاسخارت، على وجود حاجة ماسة لاتخاذ إجراءات حاسمة بشأن النازحين في

مخيم الهول وارسالهم الى بلدانهم لمحاكمتهم”، مؤكداً أن “العراق يعتبر مناطق شرق سوريا تشكل تهديداً للأمن القومي العراقي“.

للموجبات الأخرى“. داعياً “الاجتماع الدولي للوقوف مع العراق لتفكيك هذا المخيم ،ونقل جميع الإرهابيين الموجودين في

بغداد/ الزوراء:

أكد مستشار الأمن القومي قاسم الأعرجي، امس السبت، أن مناطق شرق سوريا تشكل تهديداً للأمن القومي العراقي ، أكدت رئيسة بعثة الأمم المتحدة في العراق جينين بلاسخارت، ضرورة اتخاذ إجراءات حاسمة بشأن النازحين في سوريا. وقال الأعرجي خلال كلمته في المؤتمر الذي عقده مركز الرافدين للدراسات تابعته “الزوراء”: إن “وجود مخيم الهول شرق سوريا يمثل تهديدا حقيقياً”، لافتاً الى أن “أكثر من 12 ألف إرهابي لدى قوات سوريا الديمقراطية ،وهناك محاولات لداعش لكسر هذه السجون“.

وأضاف أن “قيادة العمليات المشتركة وجهاز الأمن الوطني وجهاز المخابرات شكلوا فريقاً للتدقيق الأمني بجميع النازحين من مخيم الهول ،وسيستمر التدقيق

محافظة نينوى	
العدد / 8544	
قسم العقود	
التاريخ / 2022/4/6	
م / اعلان مناقصة عامة رقم 31 / 2022 / تجارة حبوب (خطة الارصدة المجددة لعام 2021)	
يعن ديوان محافظة نينوى عن مناقصة عامة لتنفيذ (تاهيل بناية الادارة مع مسقف في سايلو سنجار) (ضمن تخصيصات خطة الارصدة المجددة لمحافظة نينوى لعام 2021) وبكلفة تخمينية (420,851,000 دينار) اربعمئة وعشرون مليون وثمانمئة وواحد وخمسون الف دينار عراقي وبمدة تنفيذ (240) يوم . على مقدمي العطاءات من الشركات الراغبين بدخول المناقصة مراجعة قسَم العقود في ديوان المحافظة (خلال اوقات الدوام الرسمي وابتداءا من تاريخ نشر الاعلان ولغاية نهاية الدوام الرسمي ليوم 2022/4/20) للحصول على نسخة من الوثائق لقاء مبلغ مقطوع قدره 250,000 الف دينار فقط (مائتان وخمسون الف دينار) غير قابلة للرد . تسلم العطاءات من قبل صاحب العطاء او من يخوله بظرف مغلق ومختوم ويكتب عليه رقم المناقصة واسم مقدم العطاء وعنوانه ويودع في صندوق العطاءات لدى لجنة فتح العطاءات مرفقا معه الوثائق والمستمسكات المذكورة في الصفحة رقم (2) علما ان تاريخ الغلق يوم الخميس الموافق 2022/4/21 الساعة الثانية عشر ظهرا وسوف ترفض العطاءات بعد هذا الموعد . يكون مؤتمر ما قبل الغلق في الساعة العاشرة من صباح يوم الخميس الموافق 2022/4/14 للإجابة على الاستفسارات في العنوان المذكور في وثيقة العطاء ... مع التقدير.	
نجم عبد الله عبد	
محافظ نينوى	

محافظة نينوى	
العدد / 8543	
قسم العقود	
التاريخ / 2022/4/6	
م / اعلان مناقصة عامة رقم 30 / 2022 / تجارة حبوب (خطة الارصدة المجددة لعام 2021)	
يعلن ديوان محافظة نينوى عن مناقصة عامة لتنفيذ (تاهيل بناية الادارة مع مسقف في سايلو البعاج) (ضمن تخصيصات خطة الارصدة المجددة لمحافظة نينوى لعام 2021) وبكلفة تخمينية (361,669,000 دينار) ثلاثمئة وواحد وستون مليون وستمئة وتسعة وستون الف دينار عراقي وبمدة تنفيذ (180) يوم . على مقدمي العطاءات من الشركات الراغبين بدخول المناقصة مراجعة قسَم العقود في ديوان المحافظة (خلال اوقات الدوام الرسمي وابتداءا من تاريخ نشر الاعلان ولغاية نهاية الدوام الرسمي ليوم 2022/4/20) للحصول على نسخة من الوثائق لقاء مبلغ مقطوع قدره 250,000 الف دينار فقط (مائتان وخمسون الف دينار) غير قابلة للرد . تسلم العطاءات من قبل صاحب العطاء او من يخوله بظرف مغلق ومختوم ويكتب عليه رقم المناقصة واسم مقدم العطاء وعنوانه ويودع في صندوق العطاءات لدى لجنة فتح العطاءات مرفقا معه الوثائق والمستمسكات المذكورة في الصفحة رقم (2) علما ان تاريخ الغلق يوم الخميس الموافق 2022/4/21 الساعة الثانية عشر ظهرا وسوف ترفض العطاءات بعد هذا الموعد . يكون مؤتمر ما قبل الغلق في الساعة العاشرة من صباح يوم الخميس الموافق 2022/4/14 للإجابة على الاستفسارات في العنوان المذكور في وثيقة العطاء ... مع التقدير.	
نجم عبد الله عبد	
محافظ نينوى	

تقارير

بعد تأجيل انتخابات نقابة الصحفيين إلى الجمعة المقبل لعدم اكتمال النصاب

اللاممي يدعو الصحفيين إلى المشاركة الواسعة في الانتخابات لاختيار من يمثلهم



بغداد/ الزوراء:

قررت الهيئة القضائية المشرفة على انتخابات مجلس نقابة الصحفيين العراقيين تأجيل انتخابات أعضاء الدورة النقابية الجديدة الى يوم الجمعة المقبل الموافق 4-15 2022 ، وذلك لعدم اكتمال النصاب القانوني لأعضاء الهيئة العامة لنقابة الصحفيين العراقيين، فيما دعا نقيب الصحفيين العراقيين رئيس اتحاد الصحفيين العرب، مؤيد اللامي، الصحفيين الى المشاركة الواسعة في الانتخابات لاختيار من يمثلهم .

وذكر بيان لنقابة الصحفيين العراقيين تلقته "الزوراء"، ان الهيئة القضائية المشرفة على انتخابات مجلس نقابة الصحفيين العراقيين، قررت تأجيل انتخابات أعضاء الدورة النقابية الجديدة الى يوم الجمعة المقبل الموافق 4-15 2022 ، وذلك لعدم اكتمال النصاب القانوني لأعضاء الهيئة العامة لنقابة الصحفيين العراقيين. من جهته، قال نقيب الصحفيين العراقيين رئيس اتحاد الصحفيين العرب، مؤيد اللامي، في حديث لـ"الزوراء": انه نظرا لعدم اكتمال النصاب القانوني ليوم الجمعة الماضي تقرر تأجيل انتخابات اعضاء الدورة النقابية الجديدة الى الجمعة المقبل. داعيا الصحفيين

الى المشاركة الواسعة في الانتخابات لاختيار من يمثلهم. وكانت نقابة الصحفيين العراقيين قد أعلنت، في وقت سابق، فتح باب الترشيح لمنصب النقيب ونائبه وعضوية المجلس واللجان، فيما حددت الثامن من نيسان موعدا لانعقاد المؤتمر الانتخابي. وذكر بيان لمجلس نقابة الصحفيين العراقيين تلقته "الزوراء": ان «نقابة الصحفيين العراقيين تعلن عن عقد المؤتمر الانتخابي العام في دورته

الثانية والعشرين يوم الجمعة (8/4/2022) وفي حالة عدم اكتمال النصاب القانوني يكون يوم الجمعة (15/4/2022) موعدا لانعقاد المؤتمر، وذلك لانتهاء الدورة الحالية لمجلس النقابة». وأضاف: أنه «تقرر فتح باب الترشيح لمنصب النقيب، ونائبي النقيب وعضوية مجلس النقابة، ولجنتي المراقبة والانضباط ابتداءً من يوم الاثنين 28/3 ولغاية يوم

الاثنين 4/4/2022، فيما ستعلن أسماء الزملاء المرشحين لإشغال تلك المواقع يوم 6/4/2022 وقبول الاعتراضات لغاية يوم 8/4/2022». وأوضح أنه «تقرر تشكيل لجنة تدقيق العضوية من عدد من الزملاء الصحفيين لإعداد قائمة بأسماء الذين يحملون صفة عضو نقابة ممارس»، لافتا الى إن «هناك لجنة قانونية تتولى مهمة تسلم الترشيحات وفق الضوابط المعدة، لذا نهيب

بالزملاء الأعضاء ممن يحملون صفة العضوية الممارسة المجردة هوياتهم المشاركة الفعالة في المؤتمر الانتخابي لاختيار من هو مؤهل لإشغال المواقع القيادية في النقابة».

وتابع: «نأمل ان يكون هذا المؤتمر مناسبة لتأكيد دور النقابة الفاعل في الوسط الإعلامي والصحفي والمجتمع عموما وإبراز دور الصحفيين في هذه المرحلة من تاريخ العراق الجديد وتواصلها مع أحداثه وتعزيز دورها في خدمة الصحفيين والإعلاميين الذين قدموا تضحيات على طريق الكلمة الحرة ونقل الحقائق الى الرأي العام مما ينبغي أن يحظوا برعاية خاصة».

وأكد انه «سيكون هذا المؤتمر مناسبة أخرى لتقديم الرعاية والدعم المطلوب لهذه الشريحة المهمة، وسوف لن يسمح بالمشاركة في الانتخابات إلا لمن يحمل صفة عضو نقابة ممارس ومجددة هويته، وستستمر النقابة بتجديد الهويات لغاية نهاية الدوام الرسمي ليوم الخميس 14/4/2022».

أكد أن قانون الدعم الطارئ للأمن الغذائي هدفه توفير الحماية للشعب الكاظمي يدعو القوى السياسية إلى استكمال الاستحقاقات الدستورية والعمل بروح تضامنية



بغداد/ مصطفى العتايي:

دعا رئيس مجلس الوزراء مصطفى الكاظمي، القوى السياسية الوطنية إلى استكمال الاستحقاقات الدستورية والعمل بروح تضامنية، فيما أكد ان قانون الدعم الطارئ للأمن الغذائي هدفه توفير الحماية للشعب. وقال الكاظمي في كلمة خلال حضوره الاحتفال المركزي لحزب الدعوة في الذكرى السنوية (42) لاستشهاد المرجع السيد محمد باقر الصدر واخته بنت الهدى ، في بيان مكتبه تلقته "الزوراء": "تجتمع اليوم في ذكرى شهيد عظيم وشهيدة عظيمة، على يد الظلم والاستبداد، الشهيد السعيد محمد باقر الصدر (قدس)، حمل همّ العراق والعراقيين، كان وسيبقى، ملهماً لنا جميعا، في الموقف الحازم والتمسك بقول الحق والإيمان بالقضايا العادلة".

وأضاف: "هكذا كان موقف المبائي العالية للشهيد السعيد السيد محمد محمد صادق الصدر (قدس)، وشهيد المحراب السيد محمد باقر الحكيم (قدس)"، مؤكداً "نتعلم من شهداء العراق أن نتمسك بالحق والموقف، ونتعلم منهم أن نكون أصحاب الكلمة الجامعة، أصحاب الخطاب الوطني البعيد عن الحساسيات والعصبيات، حتى تكون مواقفنا لأجل الناس، فنؤسس دولة ذات حكم رشيد، أساسها العدل، واحترام الحقوق ووضونها، وأداء الواجبات على أكمل وجه". وتابع: "أدعو الجميع إلى التعلم من أخطاء الماضي، حتى لا نكرر أخطاءً وقعنا فيها، ولا نعيد إنتاج مأسّ ذقنا لوعتها، اليوم بين أيدينا فرصة، وعلينا استثمارها لأجل مستقبل أبنائنا"، مبينا ان "بناء الدولة ومؤسساتها هو المطلب الأهم، فهو يعني إعماراً وإصلاحا، وتعزيز حضور المؤسسات ودورها، بناء الدولة يعني قوات مسلحة قادرة على حماية الوطن

إصابة 14 شخصا بانفجار معمل الحديد في السليمانية

السليمانية / الزوراء: أعلنت شرطة محافظة السليمانية، امس السبت، إصابة 14 شخصا بانفجار معمل الحديد. وقال المتحدث باسم شرطة المحافظة سركوت احمد في تصريح صحفي: "إن انفجار وقع

محاكمة "بيتلز" داعش.. الضحايا يواجهون جلاديهم من دون قناع لأول مرة



واستنادا إلى مشكلة التعرف على الهوية هذه ينوي محامو الدفاع التركيز على أن موكلهم كان بالفعل مسلحا في تنظيم "داعش" لكنه لم يكن من أفراد "البيتلز". واعتقلت قوات سوريا الديمقراطية الشافعي الشيخ في 2018 مع أليكساندا كوتيي المتهم بأنه من أعضاء "البيتلز" أيضا وأقر بالتهم الموجهة إليه في سبتمبر 2020.

لزوم الصمت وارتداء ملابس مدنية، لا تؤثر هذه الذكريات. وعلى غير العادة، لم يطلب الإدعاء من الرهائن السابقين التعرف على الرجل الجالس أمامه بنظرته الكبيرة. وفي ختام شهادة فيديريكو موتكا، اقترح القاضي توماس سيلبي إيليس طرح هذا السؤال عليه. لكن المدعي العام دينيس فيتزباتريك، اضطر للاعتراف بأنه ليس "واثقا" من قدرة الشاهد على الإجابة.

وأضاف "مع الحراس الآخرين تمكنت من رؤية بعض التفاصيل لكن ليس معهم. بالكاد تمكنت من كشف لون بشرتهم الداكن قليلا". وأوضح الإيطالي، فيديريكو موتكا، الذي يعمل في المجال الإنساني واحتجز لديهم 14 شهرا، أن الرجال الثلاثة فرضوا عليها "قاعدة". فبمجرد دخولهم "كان علينا أن نركع، ووجهنا نحو الجدار وألا ننظر إليهم"، على حد قوله. أما النساء، حسب فريدا سايده، العاملة السابقة في منظمة أطباء بلا حدود، التي احتجزت ثلاثة أشهر، فكان عليهن "تغطية وجههن" بمنديل. وقال المراسل الفرنسي السابق نيكولا إينان "ظنوا على الأرجح أن ذلك سيجنبهم الملاحقات". وأضاف "لم يكن ذلك فكرة جيدة على ما يبدو".

حتى من دون رؤيتهم، يستطيع الرهائن السابقون التعرف عليهم بسهولة. وقال إدوار إلياس "كانت لديهم طريقة خاصة للطرق على أبوابنا". وأضاف "كنا نشعر بهم". وتابع أنهم كانوا "مجهزين بشكل أفضل" من الحراس المحليين بمسدساتهم وأذيتهم. لكن في محاكمة يمتلك فيها المتهم الحق في

واشنطن / متابعة الزوراء: عند جلوسهم على مقعد الشهود في محكمة أمريكية، دقق عدد من الرهائن السابقين لدى تنظيم داعش بفضول في وجه المتهم. فلمرة الأولى تمكن هؤلاء من كشف ملامح الذي كان على الأرجح أحد سجنائهم وجلاديهم. وينظم القضاء الأمريكي منذ عشرة أيام محاكمة الشافعي الشيخ (33 عاما) المتهم بالانتماء إلى مجموعة من ثلاثة مسلحين اتسموا بـ"الوحشية" وأطلق عليهم سجنائهم اسم خلية "البيتلز" بسبب لهجتهم البريطانية. ومنذ بدء المحاكمة، قدم ثمانية من رهائنهم السابقين إفاداتهم أمام هيئة المحلفين. وقد وصفوا جميعا بالتفصيل أعمال التعذيب التي ارتكبتها هؤلاء أو أماكن احتجازهم. لكن لم يكن أي من هذه الشهود قادرا على وصف ملامحهم. والسبب هو أن هؤلاء الرجال الثلاثة كانوا يغطون وجوههم بالكامل باستثناء شق صغير لأعينهم، ويضعون قفازات. وقال المصور الفرنسي إدوار إلياس الذي احتجز رهينة من يونيو 2013 إلى أبريل 2014 في المحكمة الجمعة "كانوا يحاولون دائما إخفاء هويتهم".

واشنطن تحيي برنامجا من الحرب العالمية الثانية لدعم أوكرانيا

زيلينسكي يطالب بـ"رد عالمي شديد" بعد مجزرة محطة القطار

للولايات المتحدة بإعادة إمداد الحلفاء بسرعة من دون عقبات إجرائية تستغرق وقتاً طويلاً". ومؤخراً، وافق الكونغرس على ما يقرب من 14 مليار دولار من المساعدات العسكرية والإنسانية لأوكرانيا وجيرانها في مواجهة روسيا. وقد تم بالفعل توزيع بعضها. والثلاثاء الماضي، أعلنت وزارة الخارجية عن تمويل إضافي بقيمة 100 مليون دولار لصواريخ جافلين ومواد أخرى، وبذلك يصل إجمالي المساعدة الأمنية إلى 1.7 مليار دولار منذ بدء الهجوم الروسي على أوكرانيا في 24 فبراير. ولعب برنامج "الإعارة والاستئجار" دورا مهما في دحر النازية بقيادة أدولف هتلر في الحرب العالمية الثانية، حيث عملت الولايات المتحدة على إمداد حلفائها، منهم الاتحاد السوفيتي، بالأسلحة والمواد الاستراتيجية، ولم يستخدم منذ ذلك الحين.

مع زيلينسكي "أنا على ثقة عميقة بأن أوكرانيا ستنتصر في هذه الحرب وأن الديمقراطية ستنتصر في هذه الحرب". وتبذل أميركا جهود حثيثة لدعم أوكرانيا في هجومها على روسيا، كان أحدثها مصادقة مجلس الشيوخ على قانون يقضي بإحياء برنامج "الإعارة والإيجار"، الذي جرى استخدامه إبان الحرب العالمية الثانية، مما اعتبره الكرملين "يضر بمحادثات السلام". وأقر مجلس الشيوخ بالإجماع تشريعا رئيسيا لإحياء برنامج من حقبة الحرب العالمية الثانية، يسمح للرئيس جو بايدن بإرسال أسلحة وإمدادات أخرى بكفاءة أكبر إلى أوكرانيا في مواجهة الهجوم الروسي.

أوكراي. ورفض مسؤول أمريكي رفيع المستوى في وزارة الدفاع الموقف الروسي. وقال المسؤول: "أشير إلى أنهم في البداية تحدثوا عن ضربة ناجحة ثم تراجعوا فقط بعد ورود معلومات عن سقوط ضحايا مدنيين". وسقط الصاروخ عند الساعة 10:30 (07:30 غرينتش) في الوقت الذي تجمع فيه الراغبون بالمغادرة منذ أيام بالمئات للهرب من دونباس التي باتت الهدف الرئيسي للجيش الروسي. وزارت رئيسة المفوضية الأوروبية أورسولا فون دير لاين برفقة وزير خارجية الاتحاد الأوروبي جوزيب بوريل أوكرانيا، حيث نددت بـ"هجوم مقيت". وتوجه المسؤولان الأوروبيان إلى بوتشا قرب كييف التي باتت رمزا للفظائع التي تتهم روسيا بارتكابها. وقالت خلال مؤتمر صحفي مشترك



واشنطن / متابعة الزوراء:

طلب الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي "ردا عالميا شديدا" بعد القصف الذي طال محطة في كراماتورسك حيث كان يتجمع مدنيون هربا من المنطقة خشية وقوع هجوم روسي ما أسفر عن سقوط عشرات القتلى وأثار موجة تنديد غربية، فيما تبذل أميركا جهود حثيثة لدعم أوكرانيا في هجومها على روسيا، كان أحدثها مصادقة مجلس الشيوخ على قانون يقضي بإحياء برنامج "الإعارة والإيجار"، الذي جرى استخدامه إبان الحرب العالمية الثانية.

وقال زيلينسكي في رسالة مصورة متحدثا عن الهجوم الصاروخي الذي أسفر الجمعة عن سقوط 52 قتيلًا بينهم خمسة أطفال، وفق حصيلة أوردتها السلطات المحلية: "هذه جريمة حرب أخرى ترتكبها روسيا سيحاسب عليها كل شخص صالح فيها".

واتهم الرئيس الأمريكي جو بايدن موسكو بارتكاب "فظاعة مروعة" بينما اعتبر وزير الخارجية الفرنسي جان إيف لودريان أنها "جريمة ضد الإنسانية".

إلا أن موسكو نفت مسؤوليتها عنها مؤكدة أنها لا تملك نوع الصواريخ المستخدمة، ونددت بحصول "استفزاز"

وأضاف: "نددت القوى العظمى بهجوم روسيا على كراماتورسك. ننتظر الآن ردا عالميا شديدا على جريمة الحرب هذه".

تهدف إلى التباحث حول ثلاثة محاور رئيسية

الموارد المائية تكشف عن مفاوضات عراقية تركية لحسم ملف المياه الشهر المقبل

دول بالعالم تأثراً بتلك التغيرات باعتباره دولة مصب من حيث موقعه الجغرافي، وأيضاً دول المنبع تأثرت بالتغيرات حيث تعتبر فترة الربيع هذه فترة ذوبان الثلوج ويفترض أن تكون معدلات الإبرادات عالية، ولكن انحباس الأمطار أثر وأدى الى قلة الإبرادات المائية التي كان من المؤمل أن ترتفع الى أعلى من المتحقق الآن».

وبين أن «نسبة المياه الموجودة في السدود والخزانات هي ضمن البرامج والخطط التي تلبي جميع المتطلبات والاستخدامات البشرية والبيئية ومن ضمنها شط العرب في البصرة»، مبيناً أنه «خلال هذه الفترة سنلاحظ إنخفاضاً في مناسيب نهر دجلة والفرات خصوصاً في بغداد وبعض المناطق «وهذا الانخفاض مدروس ضمن خطط وزارة الموارد المائية».

وفي ما يتعلق الخطة الزراعية أوضح أن «هناك العديد من الاجتماعات من المؤمل أن تعقد خلال الفترة المقبلة مع وزارة الزراعة والوزارات المعنية بإقرار الخطة الزراعية الصيفية للموسم القادم وفق المعطيات والخزين المائي والإيرادات وطبيعة السنة المائية»، مؤكداً أن «الاجتماعات ستكون مستمرة للخروج بالصيغة النهائية».



حقوق العراق المائية»، مبيناً أن «الوضع المائي في العراق يمر بالظروف الصعبة التي يمر بها العالم بشكل عام والمنطقة بشكل خاص جراء التأثير الكبير من التغيرات المناخية».

وأشار إلى أن «العراق صنف كأحد أكثر خمس

للسود التركية للموسم الصيفي وكل المواسم بهذا الخطوة جيدة لتحديد الخطط المستقبلية وما يضمن حقوق العراق المائية».

ولفت إلى أن «هذه المواضيع التي ستتم مناقشتها ستكون ذات أهمية كبيرة لضمان

بغداد/ الزوراء:

كشفت وزارة الموارد المائية، امس السبت، عن مفاوضات عراقية تركية لحسم ملف المياه الشهر المقبل.

وقال المتحدث باسم وزارة الموارد المائية علي راضي في تصريح صحفي: إن «هناك اجتماعات ستكون مع الجانب التركي للتفاوض بملف المياه»، مبيناً أنه «خلال الشهر المقبل ستكون هناك زيارة مهمة للمبعوث الخاص للرئيس التركي فيصل أراوغلو الى بغداد تهدف الى التباحث حول ثلاثة محاور رئيسية منها محور النقاش في حصة العراق من المياه، مؤكداً أن «العراق سيسعى لتأمين حصة المياه العادلة وفق استحقاقاته».

وأضاف أن «المحور الثاني سيرتكز على مركز البحث المستمر بين العراق وتركيا حيث استكملت كل الأمور اللوجستية من جانب العراق وسيكون مركزاً بحثياً مشتركاً بين العراق وتركيا وتكون إدارته بشكل مشترك بين البلدين، أما المحور الثالث فستتم فيه مناقشة تقاسم الضرر في فترات الشح المائي مع وجود التغيرات المناخية فضلاً عن المباحثات لمناقشة الخطة التشغيلية

حملة أمنية تطيح بمجموعة متهمين بينهم «هارب» من أحد السجون

وأوضح أنه «على الفور تم استدعاء الجهد الهندسي ورفعها بدون اي حادث في منطقة شبیشه ضمن قاطع المسؤولية بجانب الكرخ».

ولفت البيان الى انه «تم حالة المتهمين والمواد الضبوظة الى الجهات المختصة لإتخاذ الاجراءات القانونية بحقهم».

ايضا عن ضبط كدس للمواد المتفجرة عبارة عن جلكان مملوء بمادة C٤٤ سعة ٥ لتر عدد(٣) ، مسطرة تفجير مختلفة الانواع عدد(٧) ، صاروخ قاذفة RBGV ضد الدروع عدد(١)، صمام هاون عدد (٥)، مخلفات حربية لعصابات داعش الإرهابية».

وتابع البيان «كما تمكنت المفارز الأمنية من اعتقال متهم اخر بحوزته (آلة جارحة) قام بالتهجم على المواطنين بعد ورود معلومات من احد المتعاونين تفيد بتواجده وهو يعترض طريق المارة ضمن منطقة المحلانية بجانب الكرخ».

وأشار البيان إلى أن «الحملة أسفرت

بغداد/ الزوراء:

أعلنت قيادة عمليات بغداد، امس السبت، القبض على عشرة مطلوبين قضائياً بينهم متهم بالخطف محكوم «هارب من سجن بادوش».

وذكرت القيادة في بيان ورد «الفرارز الأمنية القت

تعزية

الى الأستاذ الدكتور (محسن عبود كشكول) رئيس قسم الصحافة في كلية الإعلام بالجامعة العراقية.

ببالغ الأسى والحزن وبقلوب مؤمنة بقضاء الله وقدره، تلقيت خبر وفاة والدتكم رحمها الله، أشاطركم ألكم وأحزانكم بهذا المصاب الجلل، وأتقدم إليكم بتعازينا القلبية الحارة، وبمشاعر المواساة الأخوية المخلصة، سائلا المولى عز وجل أن يتغمد فقيدتكم بواسع رحمته ويسكنها فسيح جناته، وينعم عليها بعفوه ورضوانه، ويلهمكم جميل الصبر والسلوان وحسن العزاء.

إنا لله وإنا إليه راجعون

يحيى الزيدي

النزاهة: الحكم على مسؤولين في نينوى لهدرهما 8 مليارات دينار

وأوضحت أنَّ «الحكمة بعد اطلاعها على الأدلة المتحصّلة في القضيتين والمتّصلة بأقوال الممثّلين القانونيّين لمُحافظة نينوى، والتقارير المُقدّم من قسم التدقيق الخارجيّ في هيئة النزاهة، إضافة إلى الكتب الصادرة عن الأمانة العامّة لمجلس النواب ومُحافظة نينوى وقيادة الحشد الشعبي فيها، وجدتها كافية ومُقنعة للإدانة».

وبيّنت الدائرة أنَّ «المحكّمين قرّرتا الحكم غيابيّاً على المدانين بالسجن لمدّة سبع سنوات لكل منهما وفق أحكام المادة (٢٤٠) من قانون العقوبات، مع الاحتفاظ لمُحافظة نينوى بحق المطالبة بالتعويض أمام المحاكم المدنيّة».

للمادّة (٢) -نفقات -١- (أولاً) من تعليمات تنفيذ الموازنة العامّة الاتحاديّة لسنة ٢٠١٥، فضلاً عن وجود مُغالاة في الأسعار؛ ممّا أدّى إلى هدر بالمال العام بلغ (٢,٧٦٤,٣٥٤,٣٧٠) مليار دينار».

واضافت الدائرة أنَّ «محكمة جنابات مُكافحة الفساد المركزيّة قرّرت إدانة مُدير إدارة قسم المشاريع في مُحافظة نينوى، في موضوع عدم تسوية مبلغ السلفة الخاصّة بإنشاء البنى التحتيّة لمُخيمات النازحين في المحافظة»، لافتة إلى أنَّ «مقدار السلفة المُستلمة من وزارة الهجرة والمهجرّين بلغ (٥,٠٠٠,٠٠٠,٠٠٠) مليارات دينار».

بغداد/ الزوراء:

كشفت هيئة النزاهة الاتحاديّة، امس السبت، عن صدور قرارى حكم غيابيّين بالسجن لمدّة سبع سنوات بحق مسؤولين في مُحافظة نينوى؛ لإلحاقهما الضرر بالمال العام.

داشرة التحقيقات في الهيئة أشارت في بيان ورد لـ «الزوراء» إلى أنَّ «محكمة جنابات نينوى - الهيئة الأولى أصدرت قرارها بإدانة مُحافظ نينوى الأسبق؛ لقيامه بصرف مبالغ ماليّة على معسكرات الحشد الوطني(زليكان، دوبردان، مخمور، ربيعة) خلافاً للضوابط والتعليمات، إضافة إلى تجاوزه الصلاحيّات الماليّة للصرف خارج بنود الموازنة، ومُخالفته

شرطة كركوك تشرع بخطة أمنية استباقية

كركوك/ الزوراء:

شرعت قيادة شرطة كركوك، امس السبت، بخطة أمنية استباقية لمنع تسلل بقايا داعش الإرهابية.

وقال قائد شرطة كركوك العميد كاوه غريب عبد الرحمن في تصريح صحفي: إن «قيادة شرطة كركوك نفذت فجر السبت خطة أمنية استباقية تحسباً لأي طارئ نتيجة استمرار العواصف الترابية التي من الممكن أن تستغلها العصابات الإرهابية»، لافتاً إلى أن «الخطة تضمنت نشر المفارز والدوريات في شوارع مركز المحافظة والأقضية والنواحي».

وأضاف أنه «وعلى الرغم من سوء الظروف الجوية إثر العواصف الترابية التي تشهدها المحافظة إلا أن القيادة وجهت جميع القيادات الأمنية بالتواجد داخل الأحياء السكنية والشوارع الرئيسة ونشر المفارز بشكل مكثف لمنع أي خرق أمني يحدث من قبل بقايا العصابات الإرهابية».

اعتقال متهم بحوزته عدد من الرمانات اليدوية في ميسان

بغداد/ الزوراء:

أعلنت فرقة الرد السريع القاء القبض على متهم بحوزته عدد من الرمانات اليدوية في ميسان.

وذكر بيان لوزارة الداخلية تلقته «الزوراء»: أنه لغرض منع انتشار الاسلحة غير المرخصة والسيطرة على الزعزعات العشوائية نفذ اللواء الثاني التابع الى فرقة الرد السريع في وزارة الداخلية وضمن قاطع عمليات ميسان حملة تفتيش في منطقة كصبية الأولى بمحافظة ميسان، أسفرت عن القاء القبض على متهم بحوزته عدد من الرمانات اليدوية وعتاد أسلحة متوسطة».

وأضافت انه «ضبط عدد من الاسلحة الخفيفة وكمية من العتاد الخفيف» ، مؤكداً انه «تم تسليم الاسلحة والمعتقل الى الجهات المختصة أصولياً».

الإطاحة بمبتز إلكتروني ساوم فتاة بنشر صورها في بغداد

بنشر صورها على مواقع التواصل الاجتماعي إذا لم تدفع له مبلغاً مالياً قدره (مليون دينار عراقي)». وأشارت الى ان عملية القبض تمت « بعد أن استجندت المشتكية بمفازر مكتب الحرية لمكافحة الإجرام حول تعرضها لإبتزاز إلكتروني من قبل أحد الأشخاص وتهديدها بنشر صورها، ليتم تشكيل فريق عمل بالتعاون

بغداد/ الزوراء:

أطاحت قوة من مكافحة الإجرام بمبتز إلكتروني ساوم فتاة بنشر صورها مقابل مبالغ مالية في بغداد. وقالت وزارة الداخلية في بيان تلقت «الزوراء» نسخة منه: إن «مفازر مديرية مكافحة إجرام بغداد تمكنت من إلقاء القبض على متهم لقيامه بإبتزاز فتاة إلكترونيا وتهديدها

جمهورية العراق مجلس القضاء الاعلى رئاسة محكمة استئناف ذي قار الاتحادية محكمة الاحوال الشخصية في الشرطة اعلان	العدد: ٧٤٥ ش / ٢٠٢٢ التاريخ:
الى / سلام جايد سعدون اقامت المدعية (سارة ستار شخير) الدعوى المرقمة اعلاه تطلب فيها الحكم بتصديق الطلاق الواقع خارج المحكمة. وحيث انك مجهول محل الإقامة في الوقت الحاضر حسب شرح القائم بالتبليغ ومختار المنطقة، عليه تقرر تبليغك بالصحف المحلية للحضور امام هذه المحكمة او من ينوب عنك صباح يوم ١٤ / ٤ / ٢٠٢٢ وبعبكسه ستجري المرافعة بحقك غيابيا وعلنا وفق الاصول.	القاضي انمار عبد العزيز محمد

وزارة الكهرباء

الشركة العامة لإنتاج الطاقة الكهربائية / المنطقة الوسطى

م / تمديد تاريخ غلق المناقصة العامة المحلية المرقمة (L5G-017)

نشر في صحيفتنا بالعدد ٧٦٨٢ في ٢٠٢٢/٣/١٧ إعلان المناقصة العامة المحلية المرقمة (L5G-017) والخاصة (بشراء ونصب جهاز تحليل الغازات GC) لمحطة كهرباء الدورة الرشيد الغازية وتقرر تمديد موعد الغلق ليكون ٢٠٢٢/٤/١٨ بدلاً من ٢٠٢٢/٤/٤ .

للاُسبوع الثاني.. انخفاض واردات أمريكا النفطية من العراق

النفط: التزام “أوبك بلاس” بكميات الإنتاج أسهم في امتصاص الفائض

3 ملايين و300 ألف برميل من المنافذ الجنوبية“.

من جهتها، أعلنت إدارة معلومات الطاقة الأمريكية، أمس السبت، انخفاض الصادرات العراقية النفطية لأمريكا للأسبوع الثاني على التوالي لتصل الى معدل 71 ألف برميل باليوم. وقالت الإدارة في تقرير اطلعت عليه “الزوراء”: إن “متوسط الاستيرادات الأمريكية من النفط الخام خلال الاسبوع الماضي من سبع دول بلغت 5549 ملايين برميل يوميا مرتفعة بمقدار 16 ألف برميل باليوم عن الاسبوع الذي سبقه والذي بلغ 5533 ملايين برميل يوميا“.

واضافت ان “صادرات العراق النفطية لأمريكا بلغت معدل 71 ألف برميل يوميا خلال الاسبوع الماضي، منخفضا عن الأسبوع الذي سبقه والذي بلغت متوسط الصادرات فيه 82 ألف برميل يوميا“.

وأشارت إلى أن “أكثر الإيرادات النفطية لأمريكا خلال الأسبوع الماضي جاءت من كندا وبمعدل بلغ 3.923 ملايين برميل يوميا، تلتها المكسيك بمعدل 619 ألف برميل يوميا، ومن ثم السعودية بمعدل 573 ألف برميل يوميا“.

السلة	السعر للكنغ الواحد	السلة	السعر للكنغ الواحد
الباميا	13.000 دينار	البرتقال	1500-1250 دينار
الطماطة	1500 دينار	الو	3000 دينار
البطاطا	1500دينار	التفاح	1500-1000 دينار
الخيار	1250-1000 دينار	الليمون	1250-1000 دينار
الفلفل	1500دينار	لالنكي	1500 دينار
الباننجان	1500-1250 دينار	نارنج	1000 دينار
البصل	750دينار	الموز	1500 دينار
الجزر	1250دينار	رمان	1500 دينار
فاصوليا	3000 دينار	رقعي	750-500 دينار
لهانة	750 دينار	بطيخ	1250 دينار
قرنابيط	1000 دينار	العنب	3000 دينار
شجر	1250 دينار	كريب فروت	1500 دينار
خس	750 دينار	الكيوي	2000-1500 دينار
شلغم	750 دينا	السندي	1500 دينار
شونذر	750 دينار	تمر مستورد	3000-2000 دينار
اللويبا	2500 دينار	علبة فراولة	1500 دينار
باقلاء	500 دينار		

أسعار المواد الغذائية

المادة	السعر
زيت الطعام الدار (1 لتر)	3000 دينار
رز محمود (5 كغم)	10500 دينار
رز العربية (4,5 كغم)	8,500 دينار
سكر (1 كغم)	1,250 دينار
معجون طماطم (كبيرة)	2000 دينار
فاصوليا (1 كغم)	2,500 دينار
لوبيا (1 كغم)	2,500 دينار
باقلاء(1 كغم)	2,500 دينار
عدس(1 كغم)	2,000 دينار
حمص(1 كغم)	2,750 دينار
برغل طبخ (1 كغم)	1,250 دينار
ماش(1 كغم)	2,250 دينار

أسعار اللحوم والدواجن

المادة	السعر
لحم غنم عراقي (1 كغم)	13,000 – 15,000 الف
لحم عجل عراقي (1 كغم)	12,000 – 14,000 الف
لحم عجل مستورد (1 كغم)	8,000 – 9,000 الف
دجاج عراقي حي (1 كغم)	3500-4000 دينار
سمك كارب حي (1 كغم)	7500 – 8000 دينار
فخذ دجاج عراقي (1 كغم)	4000 دينار
فخذ دجاج مستورد (1كغم)	4000 دينار
اجنحة مستوردة (١ كغم)	4500 دينار
اجنحة عراقية (١ كغم)	4500 دينار
صدر دجاج عراقي (١ كغم)	6500 دينار
صدر دجاج مستورد (١ كغم)	6500 دينار
طبقة البيض العراقي	4,500 – 5,500 دينار

أسواق

بغداد/ الزوراء:

أكدت وزارة النفط أن التزام أعضاء أوبك بلاس بكميات الإنتاج أسهم في امتصاص الفائض النفطي بالأسواق، فيما حددت 3 عوامل تؤثر على السوق وتزيد أو تخفض الطلب العالمي. من جهتها، أعلنت إدارة معلومات الطاقة الأمريكية، أمس، انخفاض الصادرات العراقية النفطية لأمريكا للأسبوع الثاني على التوالي لتصل الى معدل 71 ألف برميل باليوم.

وقال المتحدث باسم وزارة النفط، عاصم جهاد، في تصريح صحفي: إن “الصادرات العراقية للنفط الخام حققت في الشهر الماضي أعلى معدل منذ عقود بواقع 3 ملايين و244 ألف برميل يوميا وبإيرادات بلغت 11.7 مليار دولار“.

وأشار إلى أن “الأسواق النفطية تتأثر بعدة عوامل، منها الحروب والتوترات السياسية والصحية، وبزيادة الطلب وانخفاضه على النفط ولاحظ أن الحرب الروسية – الأوكرانية تسببت في زيادة الطلب لقللة الإمدادات وبالتالي هناك ارتفاع في أسعار النفط أو الغاز”، مبيناً أن “روسيا تعد من الدول المنتجة الرئيسة والموردة الى أوروبا، حيث إن

دعوات إلى استثمار هذه الإيرادات لدعم الاقتصاد الوطني

الكشف عن حراك برلماني جاد لتنويع مصادر الإيرادات المالية



البلد بشكل كبير وستسهم في عدم الاعتماد على المصادر الخارجية مثل الاستيراد وغيرها“. وتابع أنه “من مصادر التنويع الأخرى التي ستسهم في انتعاش اقتصاد البلد هي السياحة ومنها الدينية من خلال

نائب: إجراءات وزير الزراعة أضرت بالشعب

بغداد/ الزوراء: اتهم النائب عن محافظة البصرة، ضرغام المالكي، أمس السبت، وزير الزراعة محمد الخفاجي باتخاذ إجراءات أضرت بالشعب العراقي، محذرا من ثورة جياع بسبب إغلاق المنافذ الجنوبية . وقال المالكي في تصريح صحفي: إن “إغلاق منافذ الجنوب يمثل تهديشا للبصرة



والمحافظات الجنوبية”، منتقدا “ضعف وتراخي الاداء في وزارة

قفزة بأسعار الذهب في الأسواق المحلية

بغداد/ الزوراء: قفزت أسعار الذهب “الإجنبي والعراقي” في الأسواق المحلية، أمس السبت. وقال مصدر إن أسعار الذهب في أسواق الجملة بشوارع النهر في العاصمة بغداد سجلت صباح امس، سعر بيع للمنتقال الواحد عيار ٢١ من الذهب الخليجي والتركي والأوربي بلغ ٣٩٩ الف دينار، وسعر شراء ٣٩٥ ألفا، فيما كان سعر البيع ليوم الخميس الماضي ٣٩٤ الف دينار للمنتقال (خمس غرامات).

بغداد/ الزوراء: اتهم النائب عن محافظة البصرة، ضرغام المالكي، أمس السبت، وزير الزراعة محمد الخفاجي باتخاذ إجراءات أضرت بالشعب العراقي، محذرا من ثورة جياع بسبب إغلاق المنافذ الجنوبية . وقال المالكي في تصريح صحفي: إن “إغلاق منافذ الجنوب يمثل تهديشا للبصرة

الدولار يحافظ على استقراره في البورصة الرئيسية

بغداد/ الزوراء: استقرت أسعار صرف الدولار الأمريكي مقابل الدينار العراقي، أمس السبت، في البورصة الرئيسية بالعاصمة بغداد.وقال مصدر إن بورصتي الكفاح والحارثية المركزيين في بغداد، سجلتا صباح امس، سعر صرف بلغ ١٤٧٥٠٠ دينار عراقي مقابل ١٠٠ دولار أمريكي، وهي الأسعار نفسها التي سجلت صباح يوم الخميس الماضي.وأشار إلى أن أسعار البيع والشراء استقرت محال الصيرفة بالاسواق المحلية في بغداد، حيث بلغ سعر البيع ١٤٨٠٠٠ دينار لكل ١٠٠ دولار، بينما بلغت أسعار الشراء ١٤٧٠٠٠ دينار لكل ١٠٠ دولار.اما في اربيل عاصمة اقليم كردستان، فإن بورصة الدولار لا تتداول ايام العطل الرسمية فيها.

جمهورية العراق وزارة العدل دائرة التنفيذ مديرية تنفيذ الشرطة	العدد: ٢٧٩/ ت/ ٢٠٢٢ التاريخ: ٣/ ٤/ ٢٠٢٢
إعلان بيع سيارة تبيع مديرية تنفيذ الشرطة السيارة المرقمة (٧٩٢٣/١) نوع تويوتا هايولكس ذي قار / اللون ابيض) العائلة ال الدين (علي زاجي عبدالله) لقاء طلب الدائن (ضياء كامل وأخوانه محمد كامل زاجي – علاء كامل زاجي – انتصار وأزهار ودعاء كامل زاجي) فعلى الراغب بالشراء مراجعة هذه المديرية خلال مدة عشرة ايام تبدأ من اليوم التالي للنشر مستصحباً معه التأمينات القانونية البالغة ١٠٪ من القيمة المقررة وشهادة الجنسية العراقية وأن رسم التسجيل والدالية على المشتري.	
المنفذ العدل عمار كامل ياسر	
المواصفات: ٢٩,٩٧٩,٠٠٠ مليون	

الفاو: أسعار السلع الغذائية العالمية بلغت أعلى المستويات

استنفار حكومي لمنح موافقات إجازات استيراد المواد الزراعية

وفي السياق ذاته، أعلن رئيس هيئة المنافذ الحدودية أن «الهيئة مستمرة بعملها على مدار الساعة من دون توقف في تسهيل دخول المواد الغذائية واللازمة التي تخص المواطن العراقي». من جانب متصل، بلغت أسعار السلع الغذائية العالمية «أعلى المستويات على الإطلاق» في مارس/ آذار في وقت عرقل الغزو الروسي لأوكرانيا صادرات القمح والحبوب، حسبما أعلنت منظمة الأغذية والزراعة التابعة للأمم المتحدة (الفاو) الجمعة. وارتفع مؤشر أسعار السلع الغذائية لدى المنظمة بنسبة ١٢,٦ بالمئة بين فبراير شباط ومارس آذار «في قفزة عملاقة إلى

الشركة العامة للمعارض العراقية في وزارة التجارة، وتتم هذه العملية بإشراف مباشر من قبل السيد وزير الزراعة، بغية منح إجازات الاستيراد للتجار والمستوردين». وأضاف «يأتي ذلك، لتعزيز السوق المحلية ورفدها بالمنتجات الزراعية، لمواجهة الأزمة الغذائية، واستنادا إلى ما جاء في قرارات مجلس الوزراء الصادرة بشأن السماح باستيراد المواد الغذائية». وأكدت أن «وزير التجارة وجه ملاكات الوزارة، باتصام عملية المصادقة على إصدار تلك الإجازات فور ورودها من وزارة الزراعة؛ الأمر الذي يسهل عملية استيراد المواد الغذائية».

بغداد/ الزوراء: أعلن قسم الإعلام الحكومي، أن وزارتي الزراعة والتجارة استنفرتا جهودهما لمنح موافقات إجازات استيراد المواد الزراعية، من جانب متصل، بلغت أسعار السلع الغذائية العالمية «أعلى المستويات على الإطلاق» في مارس/ آذار في وقت عرقل الغزو الروسي لأوكرانيا صادرات القمح والحبوب، حسبما أعلنت منظمة الأغذية والزراعة التابعة للأمم المتحدة (الفاو).

وقال الإعلام الحكومي في بيان «تواصل ملاكات وزارتي الزراعة والتجارة المعنيتان بمنح الموافقات الاصولية؛ لغرض منح إجازات الاستيراد من قبل



إدارة الشرطة تستغني عن النيجيريين اوهانو وتشيكيا

بغداد / متابعة الزوراء

استغنت إدارة نادي الشرطة الرياضي عن المحترفين النيجيريين مايكل أوهانو وجودوين تشيكيا بالتراضي. وقال مصدر مقرب من نادي الشرطة ان إدارة النادي توصلت إلى تسوية مع الثنائي النيجيري، لفسخ العقد بالتراضي، بالتنسيق مع الجهاز الفني للفريق». وأضاف «المحترفان النيجيريان غادرا العراق بعد مشاركة قصيرة مع متصدر الدوري». ولعب مايكل أوهانو ٦ مباريات مع الشرطة في الدوري الممتاز، منها ٣ لقاءات بشكل أساسي، ومثلها كبديل، وسجل هدفا واحدا فقط. وخاض جودوين تشيكيا مباراة واحدة فقط ولم ينجح في التسجيل أو صناعة أي هدف.

No: 7696 Sun 10 Apr 2022

www.alzawraapaper.com

العدد: 7696 الأحد 10 نيسان 2022

الجوية يهزم الجزيرة الاماراتي بدوري الابطال

حكيم شاكر: اقتقدنا لياقة المباريات وفوز الازرق كان مستحقا رغم الغيابات

اللجنة الأولمبية: من يسيء لرموزنا الرياضية مفلس ليس إلا



بغداد /إعلام اللجنة الأولمبية

أصدرت اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية توضيحاً بصدد الأكاذيب التي تتولى نشرها بعض الصفحات المشبوهة عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وفيما يلي نص التوضيح. تفنّد اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية الأخبار الكاذبة التي تنثرها صفحات مشبوهة عبر مواقع التواصل الاجتماعي والتي تنال من رئيس ورموز الحركة الأولمبية في العراق، وكان آخرها بمزاعم إحضار رئيس اللجنة الأولمبية أمام إحدى المحاكم العراقية، بالقوة، بسبب تهمة موجهة إليه وتوقيفه على ذمة ذلك. اللجنة الأولمبية الوطنية تفنّد تلك الأكاذيب، وسوها، وتؤكد أنها تعلم جيدا من يدفع بها، ويمولها، والذي أثبت إفلاس خلقه وسلوكه بعد إفلاسه مما بقي له في المشهد الأولمبي الوطني، وستتخذ اللجنة الأولمبية، خلال الأيام القليلة المقبلة الإجراءات القانونية المفترضة بحق ناشر، وممول، هذه الإساءات التي لا تستهدف رموز العمل الأولمبي بشخصهم فقط إنما تسعى لتعطيل الحركة الأولمبية الوطنية، والتشهير بها محليا وعربيا وقارياً ودولياً، الأمر الذي يستلزم المساءلة والمحاسبة في ظل القضاء العراقي الموقر.

الوصيف الطلبة يواصل تدريباته تحضيراً للقاء زاخو

بغداد / متابعة الزوراء

عادود الطلبة مرانه في ملعب البرج بالعاصمة بغداد، تحضيراً لمواجهته المقبلة مع ضيفه زاخو، ضمن الجولة 27 من الدوري الممتاز. ويجري وصيف الدوري تدريباته بعدما منح الجهاز الفني بقيادة السوري أنس مخلوف راحة للاعبين، عقب العودة من البصرة. وشهد المران رفع المجهود البدني للاعبين،

بعد المباراة أمام نطف البصرة التي انتهت بالتعادل السلبي، مع تطبيق بعض الجمل التكتيكية، ومعالجة الأخطاء التي راقت المواجهة السابقة. وحضر التدريبات الدكتور علي حميد، رئيس النادي، إلى جانب عدد من أعضاء مجلس الإدارة. وذلك لمساندة ودعم الفريق، قبل خوض مباراته المقبلة أمام زاخو، في الرابع عشر من نيسان الجاري.



الدقيقة 56، كرة بالكعب لعبها زايد العامري.

وأضاع عبد الأمير فرصة سهلة للتسجيل للقوة الجوية، في الدقيقة 72، بعدما ذهبت تسديده إلى جوار القائم، وهو في التعادل للجزيرة، في الدقيقة 43، إثر كرة وصلته بالخطأ من مدافع الفريق العراقي.

وزادت سرعة الأداء في الشوط الثاني، وردت عارضة مرمى القوة الجوية في

الدقيقة 39، بعدما ذهبت تسديده بجوار القائم، وهو على بعد خطوات من مرمى القوة الجوية.

وتمكن زايد العامري من تسجيل هدف التعادل للجزيرة، في الدقيقة 43، إثر كرة وصلته بالخطأ من مدافع الفريق العراقي.

وزادت سرعة الأداء في الشوط الثاني، وردت عارضة مرمى القوة الجوية في

الأهداف عن الشباب السعودي، المتصدر بفوزه على مومباي سيتي الهندي (3-0).

في المقابل، يأتي الجزيرة في المركز الثالث بلا رصيد، أمام مومباي سيتي. ونجح حسين جبار في افتتاح التسجيل الثانية من دوري أبطال آسيا.

وبذلك، احتل القوة الجوية المركز الثاني في المجموعة، برصيد 3 نقاط، بفارق

والأمال، وعكس صورة جميلة عن الكرة العراقية.

وحقق فريق القوة الجوية فوزا مهما على منافسه الجزيرة الإماراتي بهدفين لواحد على استاد الملك فهد الدولي في الرياض، ضمن الجولة الأولى للمجموعة الثانية من دوري أبطال آسيا.

وبذلك، احتل القوة الجوية المركز الثاني في المجموعة، برصيد 3 نقاط، بفارق

الموسوي: خيار المدرب الأجنبي الأقرب وتغييرات كبيرة في صفوف الوطني



بغداد / متابعة الزوراء

كشف الاتحاد العراقي لكرة القدم عن مواصفات وشروط اختيار المدرب المقبل للمنتخب العراقي وجنسيته المرغوبة، وفيما بين أن الهدف المقبل هو التركيز على التأهل لكأس العالم 2026، أكد أن المنتخب سيشهد تغييرات واضافات عديدة في صفوفه من اللاعبين المحليين والمحترفين.

وقال عضو اتحاد الكرة، الناطق الإعلامي باسمه احمد الموسوي: إن "الاتحاد بدأ جديا وبالتنسيق مع لجنة الخبراء والمستشارين بمناقشة اسم المدرب الذي سيتم الاتفاق معه لتدريب منتخبنا في المرحلة المقبلة".

وأضاف الموسوي "من ضمن الشروط اللازمة لاختيار المدرب المقبل هو أن يكون اسم كبير ومعروف في عالم التدريب، وصاحب خبرة واسعة، وله سيرة ذاتية محترمة، ولا يكون كبيرا بالسن، ويعمر مناسب أقرب للشباب، وقيادته المنتخب في العراق أو أي مكان يطلب منه"، لافتا إلى "أن الرغبة تتجه صوب المدرب الاجنبي ولا نستبعد المدرب المحلي بالتسمية".

وأشار عضو اتحاد الكرة إلى أن "أسماء عدة تم تحديدها وستتم مناقشتها خلال المدة المقبلة لاختيار الأنسب من الأسماء المطروحة لقيادة منتخبنا الوطني".

وأوضح الناطق الإعلامي للاتحاد أن "رؤية الاتحاد في اختيار المدرب المقبل هي مستقبلية والتفكير ينصب للتأهل لكأس العالم 2026، مبينا أن "المنتخب الوطني سيشهد تغييرات واضافات عديدة بصقوفه"، وسيكون أغلب لاعبي المنتخب من المواهب الواعدة ومن المحترفين المميزين خارج العراق".

ولفت الموسوي إلى أن "أقرب مباراة ودية رسمية لمنتخبنا الوطني سيكون في (الفيفا دي) شهر حزيران المقبل".

ويعد اتحاد الكرة اجتماعات متواصلة من أجل مناقشة خروج المنتخب العراقي من تصفيات كأس العالم واتخاذ قرارات بشأن لاعبيه وكادره التدريبي واختيار مدرب جديد والإبقاء على عناصر المنتخب من عدمه.

بغداد / نوار الركابي

أبدى عمر معتصم، لاعب نادي تروجان نورشوبينج السويدي للركبي، سعاده بدعوته لصفوف المنتخب العراقي، من أجل تمثيله في بطولة غرب آسيا لفتة 15، التي ستقام في إيران خلال الشهر المقبل.

وقال معتصم: كنت أنتظر هذه اللحظة منذ زمن طويل لارتداء قميص المنتخب العراقي، حيث رفضت دعوة من الاتحاد السويدي للركبي من أجل تمثيل منتخب السويد، بسبب رغبتني في اللعب مع العراق في المحافل الدولية".

وواصل معتصم: "بدأت اللعب في عام 2010، ومثلت العديد

معتصم: فضلت تمثيل منتخب الركبي على حساب منتخب السويد

من الأندية السويدية مثل نومندز وباربيرينز، فضلا عن مشاركتي في الدوري الأردني، ثم انتقلت للعب في صفوف تروجان السويدي". وتابع :

"أنا سعيد جدا بالدعوة التي قدمت لي من قبل الاتحاد العراقي، لتمثيل المنتخب الأول في بطولة غرب آسيا، وأمتلك الرغبة والحماس لخدمة بلدي، من خلال رياضة الركبي".

يذكر أن لاعب ريثيروس الإيطالي، عثمان عبد السلام، انضم هو الآخر إلى قائمة المنتخب العراقي، الذي يستعد للمشاركة في بطولة غرب آسيا، التي ستقام في طهران خلال أيار المقبل.

إدارة الزوراء: اللبناني محمد قدوح اقتتل الإصابة لمغادرة النوارس

الزوراء بفك الارتباط، حيث تبقى شهر ونصف في مسابقة الدوري، ولا أرى أنه بإمكانني إعطاء الإضافة".

وأشار إلى أن فسخ العقد جاء بالتراضي بينه وبين إدارة نادي الزوراء. موضحا "إدارة الزوراء محترمة للغاية، والإجراءات تمت بكثير من الرضا والمحبة بين الطرفين، وأنا جاهز للعودة إلى المستقبل للفريق حال احتاج إلى خدماتي"

وشكر قدوح جماهير الزوراء على دعمها له بالإضافة للجهازين الفني والإداري وكل زملائه اللاعبين.

وختم "وصلت إلى العاصمة بيروت وسأتابع فترة علاجي في لبنان".

الاستغناء للاعب قدوح".

ومن جهته، كشف محمد قدوح نجم فريق الزوراء ومنتخب لبنان، سبب فسخ عقده مع الفريق العراقي والعودة إلى العاصمة بيروت. وأكد قدوح أنه تعرض لإصابة طفيفة مع منتخب لبنان في منطقة الفخذ لقدمه، وأصبحت مشاركته في باقي الموسم مع الفريق صعبة.

وقال "انضمت إلى فريقي في العراق وتفاقمّت الإصابة خلال التدريبات، حيث أجريت صورة ليعتبر أنه يوجد تمزق عضلي يحتاج ابتعاض عن اللاعبين لمدة شهر". وأضاف قدوح "كل ما يحكى في الإعلام هو مجرد شائعات، أنا من طابعت إدارة

الإصابات التي ادعاها اللاعب".

وبيّن عضو إدارة النادي أن "السبب لاجبو المنتخب لبلدانهم ومن بينهم قدوح الذي سافر الى بيروت كونه يلعب ضمن منتخب بلده".

وأضاف أن "بعد التصفيات المؤهلة لكأس العالم اتصل وكيل قدوح صعبة بسبب عدم تقديمه شيء لفريق الزوراء خلال الجولات السابقة من الدوري الممتاز".

وتابع مشرف الفريق أن "مدير أعماله أكد أن قدوح يرغب بفسخ عقده مع الزوراء كاشفا الأسباب الحقيقية والتي خصت عدم رغبته بالاستمرار لان المدرب اوديشو يغيره في مباريات الدوري ويجعله بديلا في اغلب اللقاءات، وليست

إنه "بعد مباراة الفريق بالملحق الاسوي مع نادي الشارقة، التحق لاعب المنتخب لبلدانهم ومن بينهم قدوح الذي سافر الى بيروت كونه يلعب ضمن منتخب بلده".

وأضاف أن "بعد التصفيات المؤهلة لكأس العالم اتصل وكيل قدوح صعبة بسبب عدم تقديمه شيء لفريق الزوراء خلال الجولات السابقة من الدوري الممتاز".

وتابع مشرف الفريق أن "مدير أعماله أكد أن قدوح يرغب بفسخ عقده مع الزوراء كاشفا الأسباب الحقيقية والتي خصت عدم رغبته بالاستمرار لان المدرب اوديشو يغيره في مباريات الدوري ويجعله بديلا في اغلب اللقاءات، وليست

العالم، مفضلا العودة الى لبنان، مطالبة اللاعب وناديه السابق بإعادة الأموال التي تلقوها من الزوراء.

وقال عضو ادارة النادي، مشرف الفريق عبد الكريم عبد الرزاق

بغداد / امير الداغستاني- متابعة الزوراء

أعلنت إدارة نادي الزوراء الأسباب الحقيقية التي غادر لأجلها المحترف اللبناني محمد قدوح فريق النادي بعد تصفيات كأس

بغداد / امير الداغستاني- متابعة الزوراء

أعلنت إدارة نادي الزوراء الأسباب الحقيقية التي غادر لأجلها المحترف اللبناني محمد قدوح فريق النادي بعد تصفيات كأس



رئيس القسم الرياضي في صحيفة الزوراء نائب رئيس الاتحاد العربي للصحافة الرياضية الدكتور هادي عبد الله، احتفل بعيد ميلاده قبل أيام قليلة، خالص الأمنيات للدكتور العزيز بالعلم المديد ومواصلة النجاح في حياته ومشواره المهني.

إعلامنا الرياضي



مسؤول الشعبة الرياضية في القناة الاخبارية بشبكة الاعلام العراقي الزميل اوس محمود، اكد ان زوجته زينة الخطاب مذيعة النشرة الرياضية في القناة العراقية الاخبارية، تعرضت لحادث في المنزل اجبرها على الرقود في الفراش خلال الأيام الماضية، خالص دعواتنا للزميلة زينة بالشفاء العاجل وان يمن عليها الرحمن بالصحّة والعافية التامتين.

رئيس القسم الرياضي في صحيفة الزوراء نائب رئيس الاتحاد العربي للصحافة الرياضية الدكتور هادي عبد الله، احتفل بعيد ميلاده قبل أيام قليلة، خالص الأمنيات للدكتور العزيز بالعلم المديد ومواصلة النجاح في حياته ومشواره المهني.

كين يستعد لتصدر قائمة الأساطير مع المنتخب الإنجليزي



هذه الإنجازات، التي قد تصبح باهتة بالمقارنة مع ما يمكن أن يقدمه اللاعب في السنوات المقبلة. ويرى المراهنون أن كين قادر على الفوز بالحذاء الذهبي مجددا في مونديال 2022 ليصبح أول لاعب في التاريخ يتوج هدافا لنسختين مختلفتين من المونديال.

التي تتزامن مع هذه الترشيحات والتوقعات. ويضعاف من هذه الضغوط أن كين حجز مكانه بالفعل بين أساطير كرة القدم الإنجليزية وبالتحديد بين أساطير منتخب "الأسود الثلاثة" من خلال ما قدمه من أرقام مع الفريق حتى الآن. ومن بين 49 هدفا سجلها اللاعب حتى الآن في 69 مباراة دولية مع المنتخب الإنجليزي، أحرز كين 43 هدفا في المباريات الرسمية وهو ما لم يحققه أي لاعب من قبل على مدار تاريخ المنتخب الإنجليزي. كما يضع هذا السجل الخاص بنسبة التهديف المهاجم كين في مكانة مرموقة بين الهادفين على مدار التاريخ الحديث لكرة القدم. ويقتسم كين رقما قياسيا إنجليزيا مهما مع الأسطورة جاري لينيكز كونهما الأكثر تهديفا للمنتخب الإنجليزي في البطولات الكبيرة لمبريد 10 أهداف لكل منهما. كما يقتسم كين رقما قياسيا آخر مع جورج هيلسدون وديكي دان كونهم الأكثر تهديفا للمنتخب الإنجليزي في غضون عام ميلادي واحد برصيد 12 هدفا لكل منهم. ومع هذا، فإن مستواه المذهل حاليا مع توتنهام الإنجليزي يدعو إلى المناقشة بشأن

قبل 4 سنوات، حفر المهاجم الإنجليزي الخطير هاري كين، اسمه بحروف من ذهب في تاريخ بطولات كأس العالم لكرة القدم، بعدما توج هدافا للنسخة الماضية من المونديال، والتي استضافتها روسيا في 2018. وفرض كين نفسه بقوة على فعاليات البطولة، وقاد فريقه ببراعة للمربع الذهبي في تلك النسخة، ليكون أفضل أداء لمنتخب "الأسود الثلاثة" في البطولات الكبيرة منذ فترة طويلة. ورغم مشاركة هدافين بارزين في هذه النسخة من المونديال بروسيا؛ ومن بينهم الفرنسي كيليان مبابي والأرجنتيني ليونيل ميسي والبرتغالي كريستيانو رونالدو، كان الإنجليزي كين هو من خطف جائزة الحذاء الذهبي التي تمنح لهداف البطولة. وسجل كين 6 أهداف في مونديال 2018، ليدون اسمه في سجل هدافي المونديال على غرار البرازيلي رونالدو والألماني جيرد مولر والبرتغالي إيزيبيو. كما رشحه المراهنون لتكرار هذا في بطولة كأس العالم المقبلة بقطر، حسبما أفاد موقع الاتحاد الدولي للعبة (فيفا). لكن كين (28 عاما) سيكون أمام العديد من التحديات في المونديال القطري في ظل الضغوط

البرتغالي رونالدو والفرنسي مبابي. كما تركزت فرص كين في تكرار إنجاز 2018 على قدرة المنتخب الإنجليزي نفسه على الوصول بعيدا في النسخة المرتقبة بقطر. ولكن كين يستطيع تحقيق إنجاز آخر حتى قبل بداية المونديال وهو خطف لقب "الهداف التاريخي" للمنتخب الإنجليزي حيث يحتاج فقط إلى تسجيل 5 أهداف فقط لاجتياز رصيد الهداف التاريخي الحالي وهو واين روني الذي سجل للفريق 53 هدفا. وكان كين اجتاز مؤخرا رصيد الأسطورة لينيكز (48 هدفا) وعادل رصيد بوبي تشارلتون (49 هدفا). ويدرك روني أن تحطيم رقمه القياسي أصبح قريبا، وأشاد بمواطنه كين قائلا: "هاري لاعب وهداف رائع.. إذا كنت أقوم ببناء فريق، فسيكون هو الشخص الذي سأبدأ به. هاري كين هو اللاعب رقم 9، ثم سأبني باقي الفريق من حوله". وأضاف: "الأرقام القياسية رائعة بالطبع، ولكنها تحققت ليتم تحطيمها. وعندما يحطم هاري هذا الرقم، سيستحق كل الإشادة والتقدير الذي يحظى بهما لأنه شرف كبير أن تستحوذ على هذا الرقم القياسي".



أكد النجم المصري، محمد صلاح، بأن الوقت الراهن ليس الوقت المناسب للحديث عن وضع تعاقد مع ليفربول، في ظل استهداف الريزج برعاية تاريخية هذا الموسم. وينتقي عقد صلاح في يونيو / حزيران 2023، وبات قريبا من التوصل لاتفاق بشأن تجديد تعاقد مع اللبء في صفوف ليفربول حتى نهاية مسيرته.

وقال صلاح في حوار مع شبكة "سكاى سبورتنس": "لا يوجد الكثير لقوله عن تعاقد مع ليفربول، لكن ما يمكنني قوله أن هناك العديد من الأمور التي لا يعرف عنها أحد أي شيء". وأضاف: "لا يمكن أن أكون أنانيا والتحدث عن وضعي الحالي، نحن نمر بأهم فترة للفريق، وبالتالي يجب فقط الحديث عن الفريق والتركيز على ما هو قادم، هذا أهم شيء". وتابع: "هذا كل ما يمكنني قوله، نأمل أن نتمكن بالإيجابية بصورة أكبر، وسنرى ما سيحدث". وعن مدى ثقته في التوصل لاتفاق بشأن تجديد تعاقد: "لا يمكنني قول نعم أو لا، سبق وأن صرحت بما أريده، ولكن مرة أخرى لا أريد الحديث عن تعاقد الآن كون الوضع حساسا". وواصل: "الفريق يريد الفوز ولا يمكن أن أذهب لوسائل الإعلام للحديث عن عقدي، أركز مع الفريق هذا كل شيء". وبالنظر إلى تأثر مستواه بالحديث عن مستقبله: "لا، أتحدث مع المدرب من وقت لآخر وأنا لاعب محترف وأعرف عملي جيدا، أنا أول من يأتي إلى هنا وآخر من يرحل، أعرف ماذا أفعل، وبالتالي لا أشعر بالانزعاج وأركز مع الفريق وأركز على الفوز بالبطولات، سأقدم كل ما بوسعي للنادي". وبالنظر إلى سباق التنويع بلقب الريميرليج مع مانشستر سيتي: "هم يتفوقون بنقطة عنا ونواجههم على ملعبهم في المباراة المقبلة، وبالتالي هذا يمنحهم الأفضلية". واستكمل: "نحن نملك الخبرة الآن حيث نلعب مع بعضنا منذ 4 سنوات، ونعرف كيفية خوض المباريات الكبرى، نأمل أن نفوز بالمباراة المقبلة، أهم شيء ألا نخسر اللقاء حتى لا يتسع الفارق، المدرب تحدث معنا وأخبرنا بضرورة الاستمتاع".

الدوريات الأوروبية لكرة القدم انتصار صعب لنيوكاسل على وولفرهامبتون وفوز مثير لإشبيلية على غرناطة



موريرينسي يهزم فيسنتي بالدوري

البرتغالي فاز موريرينسي على مضيفه جل فيسنتي 2/1، خلال المباراة التي جمعتهم، في الجولة التاسعة والعشرين من الدوري هدي موريرينسي، جيفيرسون لورينان رصيده إلى 31 في المركز، هدف جل فيسنتي، صامويل لينو في الدقيقة 89. وشهدت المباراة طرد فابيو باشيكي، لاعب موريرينسي، في الدقيقة 47. ورفع موريرينسي رصيده إلى 23 نقطة، في المركز السابع عشر، وتوقف رصيد جل فيسنتي عند 46 نقطة، في المركز الخامس.

وفي الدقيقة 61، سجل إنزو لو في الهدف الثالث للوريان، قبل أن يعود كوني ويسجل الهدف الرابع في الدقيقة 65. وعاد تيريم موفي ليسجل الهدف الخامس في الدقيقة 87، قبل أن يختم كويتين بوبسجارد مهرجان الأهداف في الدقيقة 89. ورفع لورينان رصيده إلى 31 في المركز السادس عشر، فيما تجمد رصيد سانت إيتيان عند 27 نقطة في المركز الثامن عشر. جو أميد إيجلز يقسو على فيليم أكسج جو أميد إيجلز ضيفه فيلم (4-0)، ضمن منافسات المرحلة 29 من الدوري الهولندي. وتقدم إيزاك لايدبرج لجو أميد إيجلز في الدقيقة الأخيرة.

الوقت بدل الضائع للمباراة، قبل أن يختم أليخاندرو جوميز أهداف الفريق، في الدقيقة العاشرة من الوقت بدل الضائع. ورفع إشبيلية رصيده بذلك إلى 60 نقطة، في المركز الثاني، بينما توقف رصيد غرناطة عند 29 نقطة، في المركز السادس عشر.

دورتموند يستعيد توازنه بهدي براندت

قاد جوليان براندت فريقه بوروسيا دورتموند، للعودة مجددا لطريق الانتصارات في الدوري الألماني، وذلك بالفوز على شتوتجارت 2/0، ضمن منافسات المرحلة 29 من المسابقة. وسجل براندت هدفي دورتموند، في الدقيقتين 12 و71. وكان دورتموند قد خسر أمام لايبزيغ 1/4، في المرحلة الماضية، وقبلها كان قد تعادل مع ماينز 1/1، ليأتي الفوز على شتوتجارت ليعيد الفريق لنقطة الانتصارات. وارتفع رصيد دورتموند إلى 60 نقطة، بفارق 6 نقاط خلف بايرن ميونخ المصدّر، الذي يمكنه توسيع الفارق إلى 9 نقاط، في حال فوزه على ضيفه أوجسبورج أمس السبت. على الجانب الآخر، تجمد

فاز نيوكاسل على ضيفه وولفرهامبتون 1/0، خلال المباراة التي جمعتهم، في إطار الجولة الثانية والثلاثين من الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم. ويدين نيوكاسل بالفضل في هذا الفوز للاعبه النيوزيلندي كريس وود، الذي سجل هدف المباراة الوحيد في الدقيقة 72، من ركلة جزاء. ورفع نيوكاسل رصيده بذلك إلى 34 نقطة، في المركز الرابع عشر، وتوقف رصيد وولفرهامبتون عند 29 نقطة، في المركز الثامن.

إشبيلية يتنزع قوفا صعبا على غرناطة

– قلب إشبيلية تأخره بهدف أمام ضيفه غرناطة إلى فوز (4/2)، خلال المباراة التي جمعتهم، في الجولة 32 من الدوري الإسباني لكرة القدم. وتقدم غرناطة بهدف سجله داروين ماتشي في الدقيقة 23، وتعادل إشبيلية عن طريق ديجو كارلوس في الدقيقة 32. وسجل لوкас أوكامبوس الهدف الثاني لإشبيلية في الدقيقة 66، إلا أن فيكتور دياز أحرز هدف التعادل لغرناطة، في الدقيقة 88. واقتنص راغا مير الهدف الثالث لإشبيلية، في الدقيقة الثالثة من

مفكرة الزوراء

الوقت	البطولة	المباراة
١٣:٣٠	الدوري الإيطالي	جنوى * لاتسيو
١٦:٠٠	الدوري الإيطالي	نابولي * فيورنتينا
١٦:٠٠	الدوري الإيطالي	ساسولو * أتالانتا
١٩:٠٠	الدوري الإيطالي	روما * ساليرنيثانا
٢١:٤٥	الدوري الإيطالي	تورينو * ميلان
١٥:٣٠	الدوري الهولندي الممتاز	بي إس في آيندهوفن * آر كي سي فالفيك
١٧:٤٥	الدوري الهولندي الممتاز	هيراكليس الميلو * فينورد روتردام
٢١:٠٠	الدوري الهولندي الممتاز	بي إس في زفوله * إي زد ألكمار
١٦:٠٠	الدوري الإنجليزي الممتاز	نورويتش سيتي * بيرنلي
١٦:٠٠	الدوري الإنجليزي الممتاز	ليستر سيتي * كريستال بالاس
١٦:٠٠	الدوري الإنجليزي الممتاز	برينتفورد * وست هام يونايتد
١٨:٣٠	الدوري الإنجليزي الممتاز	مانشستر سيتي * ليدز يونايتد
١٦:٣٠	الدوري الألماني	بوخوم * باير ليفركوزن
١٨:٣٠	الدوري الألماني	آينتراخت فرانكفورت * فرافبورغ
٢٠:٣٠	الدوري الألماني	لايبتيش * هوفنهايم
١٨:٠٥	الدوري الفرنسي	لانس * نيس
٢٠:٠٠	الدوري الفرنسي	ستراسبورغ * ليون
٢٢:٠٠	الدوري الفرنسي	مارسيليا * موناكو
٢٠:٠٠	الدوري البرتغالي الممتاز	فيتوريا غيماريش * بورتو
٢٢:٣٠	الدوري البرتغالي الممتاز	فيز يلا * سبورتنغ براغا
٢٠:٣٠	الدوري التركي الممتاز	فريضة * غلطة سراي
٢٢:٠٠	الدوري الإسباني	ليفانتي * برشلونة
٢٠:١٥	دوري أبطال آسيا	شباب أهلي دبي - الإمارات * فولاد - إيران
٢٠:١٥	دوري أبطال آسيا	سباهان اصفهان - إيران * الدحيل - قطر
٢٣:١٥	دوري أبطال آسيا	الغرافة - قطر * أهال - تركمنستان
٢٣:١٥	دوري أبطال آسيا	التعاون - السعودية * باختاكور - أوزبكستان

خلال لقائه نقيب الصحفيين العراقيين الجبوري يشيد باستعدادات النقابة للانتخابات ويثمن ما حققته على الصعيدين العربي والعالي

العربي والعالي.وقال الجبوري، بحسب البيان، «اطلعت على بناية النقابة الجميلة وحدائقها وزرت الاقسام وشاهدت طريقة العمل في انجاز المعاملات وفق البيات واساليب عمل حديثة واعجبت بحجم العمل الجاري فيها ورايت الصحفيين وهم يستعدون للانتخابات في نقابتهم برفع اللافتات التعريفية والصور». واضاف: «كان لنا عدد من اللقاءات التي بينت المسيرة الصحفية التي تعزز المسيرة الديمقراطية من خلال اجراء انتخابات شفافة ونزيهة وياشراف قضائي عراقي، تمننى الفوز لن يستحق ونقدم التحايا للإستاذ مؤيد اللامي والطاقم العامل بمعيته، من اجل اعلاء الكلمة الصرة الصادقة الشريفة في محراب صاحبة الجلالة الصحافة».



بغداد/ النزراء: أشاد رئيس تجمع الاكاديميين العراقيين النائب السابق هيثم الجبوري، خلال لقائه نقيب الصحفيين العراقيين رئيس اتحاد نقابة الصحفيين العرب مؤيد اللامي، باستعدادات نقابة الصحفيين العراقيين للانتخابات الدورة النقابية الجديدة، مثمنا ما حققته النقابة على الصعيدين العربي والعالي. وذكر بيان لنقابة الصحفيين العراقيين تلقته «النزراء»: ان نقيب الصحفيين العراقيين رئيس اتحاد الصحفيين العرب مؤيد اللامي استقبل الدكتور هيثم الجبوري النائب البرلماني السابق، رئيس تجمع الاكاديميين العراقيين، حيث اشاد الجبوري بدور النقابة في رعاية الصحفيين وخدمتهم وما حققته النقابة على الصعيدين

حينما يحسن الربان قيادة السفينة بأمان... مؤيد اللامي أنموذجا



سمير السعد
لا احد يختلف على ان العمل النقابي في العراق بعيد ٢٠٠٣ شهد العديد من الاضطرابات سواء كان على المستوى الداخلي التنظيمي او الخارجي المؤسساتي مع الحكومة ودوائرها المختلفة وذلك نتيجة للفوضى التي اجتاحت البلاد حينها، إلا في العمل النقابي الصحفي في العراق فقد شهد استقرارا واضحا في وقت مبكر جدا من تاريخ ما بعد سقوط الصنم ونأى بنفسه عن كل هذه الفوضى والتجاذبات وبقي القرار الصحفي العراقي مستقلا وحاضرا بقوة في عراقنا المضطرب على الرغم من ان الوسط الصحفي والاعلامي العراقي جاء في الترتيب الثاني من بعد الدولة في عدد الشهداء الذين قدموا ارواحهم فداء للعراق والكلمة الحرة، إلا انه حتى هذه اعطت للصحافة والاعلام في العراق مكانة خاصة اهلتها لتكون سلطة رابعة بامتياز اداءً وتضحية.

وكل هذا الاستقرار النقابي والحضور المهيب للأسرة الصحفية والاعلامية في المشهد العراقي برمته ما كان له ان يتحقق لولا حكمة القرار النقابي ووعي ومسؤولية من يتصدى لذلك القرار المتمثل بالسيد نقيب الصحفيين العراقيين الزميل مؤيد اللامي، والتاريخ فإن الرجل استطاع وبجدارة عالية ان ينهض بالعمل النقابي ويعبر به الى ضفة الامان رغم كل مامر به العراق من خلافات واختلافات وفوضى، إلا انه بدراية وتخطيط ونوايا حسنة نأى بنقابة الصحفيين العراقيين عن الانحياز لأي طرف او جهة او أي خطاب غير العراق والانتصار للمهنية لا غير فحقق امرين لا ثالث لهما وهما: اولاً - وطنية المؤسسة، ثانياً- مهابة العاملين فيها.

ان حكمة اللامي والتمسك بالجميع حوله من صحفيين واعلاميين طيلة الفترة الماضية اكسبت نقابتنا وكل المنتسبين لها ثقة الشارع العراقي اولاً، واحترام الحكومة والمؤسسات ثانياً على عكس كل النقابات والاتحادات الأخرى التي شهدت انقسامات وتقاطعات اضعفت من بنيتها النقابية واساءت لحضورها الحكومي والجماهري في المشهد العراقي، لذلك نقول للتاريخ وبكل ثقة ان اللامي كان ولايزال صمام امان النقابة واساس حضورها المهيب .

ولم يتوقف عطاء الرجل في رصف الصفوف وترسيخ مفهوم الانتماء وانعاش الروح النقابية لدى كل المنتسبين للنقابة وفي عموم المحافظات بل مضى لتحقيق مكاسب عززت عنها نقابات واتحادات أخرى تمثلت بالمنح التشريعية الذي كان هو عرابها الاول وقطع الاراضي التي قاتل من اجل توفيرها، فضلاً عن احتواء الجميع وخلق روح من الانسجام مابين كل المؤسسات الصحفية والاعلامية حتى شهدت الاسرة الصحفية والاعلامية في زمن نولي الرجل لمنصب نقيب الصحفيين العراقيين هدوءاً وانسجاماً ومحبة لم تشهدهما من قبل، لا بل فتح ابواب النقابة حتى للأصوات الرافضة له او المنتقدة وما هو إلا شعور عالٍ بالمسؤولية لا يعمل به غير اللامي الذي خبر الكل دماثة خلقه ورعايته للجميع دون استثناء ووقوفه مع الصحفيين والاعلاميين بمواجهة اي خطر او مشكلات تعترضهم .

إن قيادة بهذا الحلم والحكمة والمسؤولية والوطنية والحب والرعاية وهذه المكاسب الكبيرة استطاعت فيها قيادة سفينتها بسلام وسط امواج متلاطمة من الفوضى والتحديات تستحق ان تكون دائماً بالصدارة، وان تجد لها الثقة بقدر جها للعراق وانتمائها للكلمة الحرة ونضالها المستمر من اجل سلامتها ومهابة حروفها .

صحيفة «لوموند» الفرنسية تطلق نسخة رقمية بالإنكليزية

باريس/ا.ف.ب: أطلقت «لوموند»، إحدى أهم الصحف اليومية الفرنسية، نسختها الرقمية الأولى باللغة الإنكليزية ، مع مقالات مترجمة جزئياً بواسطة الذكاء الاصطناعي. وأشارت الصحيفة إلى أنها ستبدأ بنشر مجموعة كبيرة من المحتويات بالإنكليزية، كجزء من مهمة ترمي إلى مضاعفة قاعدة مشتركيها إلى مليون بحلول عام ٢٠٢٥. وسيقوم المحتوى بشكل رئيسي على ترجمات لمقالاتها الفرنسية التي أعدها «وكالات دولية، بمساعدة أداة للذكاء الاصطناعي»، رغم أن التحرير سيحصل على خدمات صحفيين ناطقين بالإنكليزية. وقالت الصحيفة في بيان، إن «التحدي طموح ويتمثل في إيجاد مكان لصحيفة (لوموند) في عالم ناطق بالإنكليزية يخرز بوسائل الإعلام الجيدة».

وستكون مجموعة مختارة من المقالات مجانية، لكن قراءة معظم المقالات ستكون مدفوعة بما يتماشى مع النموذج المعتمد في النسخة الفرنسية.

وكانت الصحيفة قد فكرت في إطلاق طبعة باللغة الإنكليزية منذ سنوات، على قولها، لكنها اختارت بدلاً من ذلك تعميق انتشارها في العالم الناطق بالفرنسية، إذ أطلقت T.e Monde Afrique الموجهة إلى القراء في أفريقيا عام ٢٠١٥.

أنقرة تطوي صفحة خاشقجي مع الرياض القضاء التركي يحيل الملف رسمياً إلى السلطات السعودية

العلاقات. ويشير مراقبون إلى أن الرياض تترك أيضاً أنه ليس من صالحها التخلّف عن مجارة السياق الإقليمي المتحول، لاسيّما في ظل عمليات التطبيع الجارية بين أنقرة من جهة، ودول مثل إسرائيل والإمارات المتحدة ومصر من جهة ثانية.

وأعلن أوغلو الخميس الماضي أن بلاده ستقدم قريباً على خطوات بخصوص تطبيع العلاقات مع مصر. جاء ذلك في مؤتمر صحفي عقده عقب مشاركته في اجتماع وزراء خارجية دول حلف شمال الأطلسي "الناتو" في العاصمة البلجيكية بروكسل.

وقال وزير الخارجية التركي في هذا الخصوص "أقدمنا على عدد من الخطوات في إطار تطبيع العلاقات مع مصر، وخلال الأيام المقبلة سنقدم على خطوات أخرى في هذا الخصوص".

المهتزة. ويراهن أردوغان في تحقيق هذه الانتعاشة على تطبيع العلاقات مع الدول الخليجية القريبة، وقد بدأ هذا المسار مع الإمارات العربية المتحدة، وسط ترجيحات بأن يفرض قرار القضاء التركي إلى تسريع خطوات عودة العلاقات مع المملكة.

وتأتي التطورات الأخيرة بعد تصريح لوزير الخارجية التركي مولود جاويش أوغلو، قال فيه إن هناك "خطوات مهمة" في سبيل تطبيع العلاقات بين بلاده والسعودية.

وقال جاويش أوغلو خلال لقاء تلفزيوني إنّ نظيره السعودي فيصل بن فرحان بن عبدالله أعلن في وقت سابق أنه يعتزم زيارة تركيا، مشيراً إلى أنه لم يتحدد بعد موعد "لهذه الزيارة"، بسبب الزخم الموجود في الحراك السياسي.

وكان الوزيران قد التقيا في الاجتماع الثامن والأربعين لجلس وزراء خارجية منظمة التعاون الإسلامي في العاصمة إسلام آباد، وبحيث العلاقات الثنائية بين البلدين.

وصرح أردوغان الشهر الماضي بأن تركيا تواصل "النفّاش الإيجابي" مع السعودية، وترغب في اتخاذ خطوات ملموسة لتحسين

تجري المحاكمة منذ العام ٢٠٢٠. "قرنا إحالة القضية إلى السعودية".

وقالت خديجة جنكيز، خطيبة خاشقجي التركية، التي جرى توظيفها من قبل حكومة بلاده في حشد الرأي العام الدولي ضد المملكة، "إنها تشعر بالدهشة والحزن تجاه هذا القرار السياسي". وأضافت جنكيز "القضية كانت تمضي ببطء نحو التوقف في الجلسات السابقة... وكنت بدأت أشعر باليأس لكنني لم أتوقع مثل هذا القرار".

ويرى مراقبون أن قضية خاشقجي تم استغلالها من قبل أردوغان منذ البداية لغايات سياسية، من بينها السعي إلى الإضرار بصورة المملكة، ومحاولة عزلها دولياً، لكن الظروف حالياً اختلفت، وقد بدأت أنقرة منذ العام الماضي في مسار تعديل سياساتها الخارجية، لاسيّما تجاه دول المنطقة، بعد أن ثبت لها عقم السياسات السابقة التي لم تجلب لها سوى العداوة والعزلة في المنطقة.

ويواجه الرئيس رجب طيب أردوغان مصاعب اقتصادية كبيرة، وسط مخاوف من تعرضه لعقاب من الشعب التركي في الانتخابات التشريعية والرئاسية المقبلة، ما لم يسارع إلى تحقيق انتعاشة تعيد ثقة المواطن التركي

إسطنبول/ متابعة النزراء: طوت تركيا صفحة مقتل الصحفي السعودي جمال خاشقجي، بعد قرار القضاء التركي بإيقاف المحاكمة الجارية بحق ستة وعشرين سعودياً متهمين بالتورط في القضية، وإحالة الملف إلى السلطات السعودية.

ويمهد قرار تركيا بوقف محاكمة السعوديين المشتبه بهم في قضية مقتل خاشقجي وإحالة الملف رسمياً إلى السعودية، الطريق لتطبيع العلاقات بين الدولتين، بعد سنوات من التوتر. وكان قرار القضاء التركي متوقفاً بعدما دعا المدعي العام الأسبوع الماضي إلى إحالة المحاكمة الغيابية التي تجري في إسطنبول لستة وعشرين سعودياً إلى السلطات السعودية. ووافق وزير العدل التركي في وقت لاحق على الطلب.

وشكلت قضية مقتل خاشقجي في القضية السعودية في إسطنبول قبل أربع سنوات، سبباً رئيسياً في التوتر بين أنقرة والرياض، حيث قاد الرئيس التركي رجب طيب أردوغان بنفسه حملة واسعة ضد المملكة، واستهدف من خلالها وبشكل مباشر وفي العهد الأمير محمد بن سلمان، محاولة لعزله دولياً. وأعلن قاضي المحكمة في إسطنبول، حيث

طفرة الأخبار في العالم تراكم ثروات بعض وسائل الإعلام "تايمز" و"صنداي تايمز" تضاعفان أرباح التشغيل لأعلى مستوى منذ 1990

الجانِب قد تغرت بشكل كبير. وركزت الضغوط التنظيمية والضغط على جانبي المحيط الأطلسي على خلق ساحة لعب أكثر إنصافاً وضمان تداول أكثر عدلاً. وأعلنت شركة "نيوز كوربوريشن" علناً أنها توصلت إلى صفقات بقيمة "تسعة أرقام" سنوياً، وستُأثّر التراجع الحتمي للطباعة أثناء الوباء، بينما أصبح أيضاً أكثر تكلفة بشكل ملحوظ حيث وصلت أسعار ورق الصحف إلى أعلى مستوياتها في ثلاثة عقود وسط ارتفاع التضخم في جميع أنحاء العالم، مع توقع أن تتجاوز عائدات الإعلانات الرقمية في سوق الصحف والمجلات في المملكة المتحدة عائدات الإعلانات المطبوعة نهاية العام المقبل لأول مرة.

الآن لأول مرة يمكن للمديرين التنفيذيين للصحف رؤية وتخيل وتصور مستقبل على الإنترنت". وعلى الرغم من ذلك، تظل غوغل وميتا، الشركة الأم لـفيسبوك وإنستغرام، منافسين مخيفين للإساق الاعلاني. ففي عام ٢٠٢٢ سيحقق عمالقة وادي السيليكون أكثر من ١٦ مليار دولار أمريكي من عائدات الإعلانات في المملكة المتحدة وحدها، وهو ما يصل إلى ٦٣ في المئة من إجمالي السوق، وفقاً لـ"أي.ماركتر". وفي غضون ذلك، ستبلغ قيمة سوق الإعلانات الرقمية والمطبوعة للصحف في المملكة المتحدة ١,٥ مليار جنيه إسترليني. ومع ذلك، فإن العلاقة أحادية

منذ عام ١٩٩٠، وتحولت صحيفة "ذي صن"، التي كانت ضحية بارزة للتحول الرقمي من العودة إلى الربح التشغيلي لأول مرة منذ عقد. وأعلنت الشركة الأم للصحيفة "نيوز كوربوريشن" أن القيمة السوقية تضاعفت إلى ١٣ مليار دولار منذ عام ٢٠١٩، وهي الأحدث التي تكشف عن دفعة مالية كبيرة بفضل القراء المتعطشين للأخبار الذين يبحثون عن منافذ إعلامية موثوقة بها.

وبأرقام قياسية، أعلنت وسائل الإعلام الكبرى الأخرى زيادة ثرواتها. وحققت صحيفة "نيويورك تايمز" هدفها المتمثل في ١٠ ملايين اشتراك قبل ثلاث سنوات، وقال رئيسها التنفيذي ميريديث كوبييت ليفين إن

لندن/ متابعة النزراء: اجتذبت الصحف أعداداً قياسية من القراء الذين يبحثون عن مصادر موثوقة في أوقات عدم اليقين. ومن الوباء ثم الحرب في أوكرانيا، تستفيد الصحف من طفرة إخبارية مربحة ماليًا. ومع ذلك، يتساءل مراقبون هل تخفض صناعة الأخبار معركة البقاء "الأخيرة" ضد التكنولوجيا، أم أن هذا دليل على أن الناشئين قد صاغوا أخيراً نماذج تجارية مناسبة لعصر الإعلام الجديد؟

وفي إشارة إلى زيادة ثرواتها وسط أحداث إخبارية غير مسبوقة، ذكرت صحيفة "تايمز" و"صنداي تايمز"، المملوكتان لرجل الأعمال روبرت مردوخ الأسبوع الماضي مضاعفة أرباح التشغيل إلى أعلى مستوى لها

ماذا يمكن أن تستفيد من مركز التوجيه للمبادرات الإعلامية الناشئة؟

يفرد البرنامج، بالإضافة إلى المهارات المتعلقة بالإدارة والتسويق، أهمية كبيرة للمحتوى الصحفي الذي يتم عرضه على منصات المشاريع التي تمّ اختيارها، وبناءً عليه يقدم البرنامج ورش عمل متخصصة تحت إشراف صحفيين وأساتذة مرموقين حول مواضيع التحرير الصحفي، أخلاقيات المحتوى الصحفي، ويقدم عُدة صحيفة شاملة تساعد المشاركين في تجويد محتوى منصاتهم الإعلامية.

بعد كل ما قرأت، إن وجدت نفسك مهتماً بالمشاركة، عليك أن تكون مستعداً لما يلي:

التفرغ لخمس ساعات أسبوعياً على الأقلّ لمتابعة المشروع مع الموجهين؛ المشاركة في ثلاث اجتماعات على الأقل عبر شبكة الانترنت مع الموجهين والمتدربين الآخرين من أجل مناقشة التحديات المشتركة والحلول الممكنة؛

الالتزام بكافة مراحل البرنامج ومتطلباته؛ إعداد مقالات حول المهارات والدروس والمعارف الجديدة التي تلقاها خلال البرنامج، ليتمّ نشرها عبر شبكة الصحفيين الدوليين. (عن/شبكة الصحفيين الدوليين- يوسف أسكور)

أفضل المبادرات الإعلامية الناشئة والتي يتم اختيارها بعناية، وهو ما يمكنك استثماره بشكل جيد في تبادل التجارب والأفكار مع إمكانية التعاون مع مشاريع إعلامية من دول أخرى بحيث تقوم بتوسيع قاعدة متابعي.

إمكانية الحصول على التمويل بالإضافة إلى التمويل الأولي الذي يتيح المشروع لبعض المشاريع الفائزة في نهاية البرنامج، فإنه يمكنك العمل طيلة فترة المشروع وبتوجيه من الموجهين على تقديم طلبات تمويل لمؤسسات مانحة تهتم بموضوع مبادراتك الإعلامية، وتحظى بمواكبة خاصة حول كيفية تقديم مشروعك؟ وكيفية صياغة نموذج ميزانية؟ ومهارة التوصل مع المانحين بشكل يبرز من حظوظك في إنجاحهم بجدوى مشروعك.

العربي يقدم لك البرنامج أيضاً إمكانية تقاسم تجاربك ومعارفك مع القراء من مختلف ربوع العالم، حيث يمكنك تحرير مقالات ذات صلة بالمجال الإعلامي ونشرها على الموقع الرسمي لشبكة الصحفيين الدوليين.

مهارة التحرير الصحفي

الهامة التي تساعد في استدامة المبادرات الإعلامية وهو هاجس يلاحق جميع المؤسسات الإعلامية خصوصاً الناشئة منها. لهذا تستفيد المبادرات الإعلامية التي يتم اختيارها من ورشات عمل متعددة تساهم في مساعدة هذه المبادرات على بلورة نموذج اقتصادي قوي وواضح يقوم على دراسة واقعية للسوق الإعلامية بمنطقة الشرق الأوسط وشمال افريقيا، بحيث يساهم في تحقيق فهم أكبر للمشروع ومجال تنزيه.

هوية بصرية جيدة يساعدك البرنامج في تحسين هويتك البصرية بشكل تصير معه أكثر إقناعاً وتعبيراً عن هوية مشروعك الإعلامي، وهو ما يسعفك في تقديم مشروعك بشكل جيد، ويعزز من حظوظك في أن تكون أكثر إقناعاً وتأثيراً.

ورش عمل تحت الطلب يتيح لك المشروع إمكانية طلب الحصول على ورش عمل متخصصة في موضوع يعينه تجد أنك بحاجة إليه، وتتكلف إدارة البرنامج بتخصيص مدرب متخصص يساعدك في تحسين مستواك وتجاوز نقاط الضعف في مشروعك.

شبكة صحفيين وصحفيات يتيح البرنامج لك قائمة تتضمن

تقاسم التحديات والمشاكل التي تواجههم والعمل عليها مع موجهين متخصصين ومتفرغين لتطوير مشاريعهم، ويسمح البرنامج بحرية تحديد مواعيد اللقاءات التي تكون في الغالب أسبوعية.

تتيح برجة ورشات التوجيه بشكل أسبوعي، للمبادرة الإعلامية التطور بشكل أسرع ووفق منهجية عمل تقوم على تقسيم الهدف العام إلى أهداف صغيرة قابلة للتحقق وتساهم بضمان حافزية حاملي المبادرات الإعلامية بشكل مستمر.



باريس/ متابعة النزراء: برنامج مركز التوجيه للمبادرات الإعلامية الناشئة في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا هو أبرز البرامج المتخصصة في احتضان ومواكبة المشاريع الإعلامية، ولعلك وأنت تتابع بعض المنصات الإعلامية صادقت أحد خريجي هذا البرنامج، الذي ساهم منذ دورته الأولى في إعطاء دينامية متميزة للمجال الإعلامي بمنطقة شمال أفريقيا والشرق الأوسط.

وكأي شاب مهتم بالمجال الإعلامي، قدمت طلب المشاركة في البرنامج ثلاث مرات، وبإلحاح كبير حالفني الحظ خلال الدورة الثامنة من البرنامج، حيث قضيت مدة البرنامج في تطوير مهارتي الإعلامية "مقرب الثقافة"، وقد أسعفني البرنامج في تحقيق تطور ملموس على المستويين الشخصي والمهني، وهو ما أثبت أن أنقاسمه معكم اليوم، من خلال الجواب عن سؤال « ماذا يمكن أن تستفيد من مركز توجيه المبادرات الإعلامية الناشئة؟»

يمكن أن تستفيد ممّا يلي:

تطوير فكرتك

يعمل مركز التوجيه للمبادرات الإعلامية الناشئة على برمجة ورشات متخصصة برفقة خبراء

قراءة انطباعية في مجموعة «جذوة نوفمبر» للقاصة إيمان كاظم

23

القاصة إيمان كاظم (في قصة / فرح خلف ابواب موصدة / نجد شخصية عبر الام امام شخصية امها بلحظة توحيد امام فقد الابنة ، وعبر الابنة التي فقدتها امها اما ابنتها فرح ، اي بمعنى توحيد موقف ام عبر يوم فقدت عبر مع موقف عبر وهي تفقد ابنتها فرح وتساوت فرح المفقودة مع امها يوم فقدت في طفولتها ، جميع شخصيات هذا المنجز وقفت امام شخصيات ثانية من اجل التضاد والتوافق ، البرزخ في برزخ يوم ماطر ميثم النجار ، مع الريف الحياتي صديق المقبرة ، وفي نفس الموقف هو التوافق الروحي بين ميثم الحي صديق المقبرة وبين ميثم القبر وزائر المقبرة ، وشخصية معتز الضجر من حياته امام شخصية الثري وبيت معتز المتواضع امام قصر رياض الضخم — الزوجتين — الانباء ، الالتزام الاخلاقي صور تقابلية تكشف عن عمق العواطف والافكار ، كل عالم له اعتباراته مما يسمح للبرزة العاطفية والتعلق مع ذهنية التلقي كل عالم من العالمين له متعلقات حياتية في الواقع المعاش ، لدينا نماذج كثيرة من امثال معتز ولدنيا ونماذج كثيرة مثل رياض ، ولدنيا بيوت فقيرة تزدهم باهلها ويعيشون بها بامان ولدنيا قصور يعيش فيها دون امان ، وقد استثمرت الكاتبة الاستفهام من أجل كشف معنى الشخصية وما يحمل من ضغوطات داخلية نتيجة الازمات فتنتقل عبر الاستفهام من السرد الخيري لكسر نمطيته بالاستفهام ، لتلون جملها السردية وتظهر الاثر الجمالي وتضفي الكثير من الدلالات في قصة ظلال الصمت اشتغل الاستفهام في معنى الموت (منذ أيام وكل شيء استسلم للموت ولكن كيف تنتزع روحنا وبأي طريقة وبأي أداة ؟) ص7 الملاحظ ان الاستفهام مثلا يجعل كل شخصية قادرة ان تعبر بأسلوب الاستفهام عما تريده باختصار (هل يعقل أنني نجوت وثمة من أتى من الجنة ليصحبني بعيدا عن جسمي الذي هتك ستره ص8 وحتى في لقاء السجينة مع باندورا تسأل

(ماذا تقولين ؟ ماذا يعني باندورا ؟ وعن أي زمن سحيق تتكلمين ؟ أنا لأفهم منك شيئا ؟) وتسأل (ما التوقيت الآن ؟ أدفع عمري الفاني ثمنا لأعرف ان كنا ليلًا أم نهارًا ؟) ص9 مثل هذه الاسئلة تعكس قضية الانسان العراقي في زمن حاصره هذه السياسة وهددته السياسة ؟ وأجد ان مثل هذه القراءة هي محاولة لقراءة وجدانية ربما استطاعت ان تقدم شيئا لمنجز كبير يستحق التأمل

حياته بنعيمه ، يطرح النص السردى في مجموعة جذوة نوفمبر ، بنى فكرية متعددة ، افكار واره وحكم ومواقف ، يتضافر السرد والوصف وتراكيب الزمان وتدرج المكان ، والدلالات فالمعنى يستخرج من مجموع العلاقات تقول السجينة في ظلال حزن ، (كنت أظن جمال وجهي سيكون شفيعي وحسن سيرى صك الانقاذ من المواقف الحرجة ، لكن لم يشفع لي وجهي ولم تنفع سيرتي ، مجرد تقرير ملفق وكاذب كان كفيلا يرمي الى هذه الزنانة) ص10

الوعي يؤدي الى يقظة الشعور ، والشعور وحده لا يستطيع استيعاب جميع المواقف النفسية وهذه القضية محور الكثير من عبارات هذه المجموعة من منصة فرح خلف ابواب موصدة (على نحو غريب فقد احساسها بالآلم ربما فرط الاحساس ببعض المشاعر يولد نقيضها ذاتيا ، نحن بنو البشر أحيانا نفرح بالدموع ونحزن بنوبة ضحك أقرب ما تكون للجنون) ص16

للصراع النفسي عند كل شخصية الاثر الأهم لطرح رؤية عبر فكرة أو جملة هي حصاد معاناتها ففي قصة (قاب قلبين أو منفى) تصل الى قناعة (.. ان الزمن مهما طال لا يغير سوى الملامح) ص26 هذه الفكرة اساسا لا تكون معيارا حقيقيا لعقل الانسان لكن ممكن ان تكون مثل تلك الرؤى قادرة على تغيير الكثير من القناعات مادامت تحت الظرف القاسي هذا بمعنى ان الوعي يعطي تبرايرا لكل معنى ، في قصة (مرايا صدئة) دوافع الانسان عن قيمة التجربة الحياتية ليطلق احكاما فنجد الطبيب اعترافات الطبيب النفساني (نحن لسنا سوى منظرين فاشلين نحاول مداواة الضعفاء والأخذ بيدهم ونحن معبؤون بالعلل والقلق والتعصب والانفعال لن اسامح نفسي على ما اقترفته في حياتي من أمور سيئة) ص58

التأمل في الشخصية الذي هو أداة ووسيلة تعبير عن الرؤية ، مختبر القيم الانسانية ، معظم شخصيات المنجز شخصيات مسحوقة تضعها القاصة امام شخصيات التقابل والتضاد مثلا وضعت شخصية السجينة امام شخصية باندورا ومحور الشخصيتين سيجعلنا مباشرة امام الفكرة والتقاطع الزماني والمكاني بين الواقع والخيال وبين الزنانة والصندوق ، افكار ودلالات الرؤية ، التوافق والتضاد ثنائيات هي هوية الكتابة عند



وأكثر .. كل من فيها له رغبة في الحياة ، لكن امرا ما طارئا في السماء حدد لهم هذا الموعد للخروج من شرنقة الجسد) ص31

مضامين العقل هي اجابة عن اسئلة الوجود ، التصور لرؤية معرفية و لتنمية الفكر واقعا ، في هذه القصص اسلوب فكري ونمط ثقافي يتجلى في فهم واستيعاب التحول الى الحياة الأخرى ، يرى ميثم النجار ، (فكرة الراحة بعد الموت من دون عذاب ليست مغربة وحسب بل هي المصير الاثير الذي يسعى اليه كل انسان مؤمن بحياة ما بعد الموت) ص33 وبعد المحاوره يكشف شاهدة قبر ليثم النجار ، والفلسفة الحقيقية هي التفكير في شؤون الحياة ، تقول الراوية أكثر ما كان يخشاه هو الجزع من حالة البؤس التي يعيشها مع متطلبات عائلته ، هذه القضايا البسيطة تحيلنا الى الفلسفة ليست تعاسة الانسان الحقيقية الفقر بل الجهل لماذا يولد ولماذا يموت؟ ، بطل القصة معتز يكتشف سعادته من خلال النقيض وهذه حسنة الثنائيات التي تعتمد عليه هذا المجموعة واذا بمعتز يسمع حوار ام البيت القصر ليعرف ان معاناتهم أكبر وظلمهم لانفسهم لا يطاق ، الاب زير نساء متصايي مع امتلاكه ابنتين معاقنتين كأنهما جنتان ، راجع حساب حياته ، ثنائية واضحة جنة القصر بجحيمها وجحيم



الهدايا افروديت واعطاها زيوس صندوق امرها ان لا تفتحه غير ان باندورا فتحت الصندوق واخرجت كل شرور البشر منه ، اسرعت باندورا لأغلاق الصندوق وخرج في النهاية ضوء ساطع وهو الأمل ، البعد الذي ركزت عليه هذه المرأة ، السجينة المظلومة بالمقابل امرأة سببت الشرور ، الهدف من اقتران امرأتين النقيضتين جعلتنا ندفق أما جملة (نسيت أن اخبرك بان في الصندوق شيئا مضيئا ومنهجا كان) (الأمل) تشبثي به ربما تسامحين ذات فرج) ص14

وتعيد هذا الاقتران بين ثريا وجنية سرقت حسنها في قصة (جذوة نوفمبر) ص60 كانت الجنية تدفعها الى الانتحار لتتخلص من قبحها بعد حادثة الحرق الذي شوه جمالها فكانت تقودها الى النار – واخيرا كان الانتحار ، تكمن فلسفة الشرور في قصور الإرادة الانسانية ومنه من يفسر الامر لغيبات خارجة عن ارادة الانسان أغلب معاناة الانسان انه يعجز عن فهم معناه ، التدخل الغيبي في قصة (برزخ يوم ماطر) يرى فيها بطل القصة (ان القبور تنبض بشيء من الحياة) ص27 أغلب شخصيات هذه المجموعة تحتاج الى قراءة تأملية لكل شخصية لها ابعادها الفلسفية ولتأمل في محاوره ميثم النجار في قصة (برزخ يوم ماطر) أنظر الى هذه القبور الممتدة على وسع نظرك

تراث الماء الشعبي العراقي



تأشير بعض المضامين التي تخص المياه في الثقافة الشعبية العراقية ومنها:

-تحولات حركة الأنهار وتسمياتها
-انواع القوارب بناء واستخداما وفي كل بقعة، ذلك أن (الكلك) لا يصلح لمكان ويصلح في آخر.(الشختور) يتواجد في مكان دون آخر.ولكل بقعة قواربها وصناعها
-أغاني القواربيين المرتحلين مع النهر وعكسه
-أغاني الصيادين من بربرة وصيادي فالة في الهور وصيادي شبك
- انواع الصيد وامكنته وتجارته عبر التاريخ والتحويلات الاجتماعية
-اغاني العشاق الصياديين وقصص الحب المتوارثة
- حكايات القتال الشعبية من اجل المياه بين التجمعات السكانية



الليلة التاسعة هطل المطر مددرا واغسل الأشجار والبيوت والشوارع وتعالى نشيج المرازيب معلنا عن حزن يحصد القلوب..وقف الشيخ امام النافذة المسدلة ساهما مطعونا بليلالي الانتظار التسع مؤرقا غادره النوم وعذبه الصبر، اشاح براسه الى اليسار وشاهد تحت ضياء المصباح الواهن صورا وحصرانا وخنجرا غافيا في غمده منذ ثلاثين عاما، تحت صورة الغبار معلقا على الجدار، تحت صورة له التقطها بشق الانفس نزولا عند رغبة مصور ذي ذائقة عالية لم يكن يقبل باقل من صورة معبرة موحية..

البناء في النهاية. انسحبت الشمس بعد مدة لتحل الليلة الثامنة بمواجهها غفنة امام غرفة البنث في الطبقة العلوية.. نظر الشيخ الى الباب الموصد منذ سبعة ايام ولم يستطع ان يماسك فانفجر باكيا محاولا ان يخفف شيئا من هذا العبء الجاثم على صدره وجل ما كان ينتظره هو زواجه المتكورة عند عتبة المطبخ طرقات شديدة تقتل هذا الصمت الرابض منذ سبع ليال، لم يكن هناك وقت للعتاب والحوار لقد اقتنعا دون اتفاق ان الامر قد حصل وانتهى. وما من شيء عاد يشغلهم غير عودة احد

الان امام صفقة مؤلمة ستتشيعة الى قبره حتما. كانت العجوز اكثر تماسكا، اسندت الشيخ وبذلت ما بوسعها لتهديته او في الاقل لإعادة ذاكرته التي انطفأت للتو. اسدلت الستائر منذ تلك الليلة واحكم رتاج الباب واوصدت النوافذ واكتفت الشمس بزيارة الفناء في ساعات قليلة من النهار وتسرب الملل الى نفسيهما وهما يكابدان مرارة الانتظار المريع الذي بدأ يتفاقم يوما بعد اخر.. ثلاث برقيات ارسلت على الفور احداها الى الابن الأكبر في احدى الجامعات الراقية والثانية الى موظف يعمل في مدينة قصية والثالثة الى الجندي الذي غادر قبل ما يزيد على شهرين.. اعقب ذلك انتظار ممض والآن مهلكة انقضت على العجوزين الغارقين في احزانهما النهار يمضي بطيئا موجعا والمؤونة المتبقية اوشكت على النفاذ مع ان العجوز لم تكن تضع الا كسرة خبز عفنة امام غرفة البنث في الطبقة العلوية..

جمال نوري
انتشر الخبر مثل رائحة حصان نافق أزكم الأنوف، وافقد العقول صوابها، وما كان كل ذلك قادرا على انتزاع الشك الذي ساور الساكنين في الجوار منذ ليلة امس، ولولا انهم تأكدوا عن كذب من احكام رتاج الباب وانكفاء العجوزين في غرفتيهما في الطبقة الاولى لما صدقوا من ذلك شيئا... ومع ما يمتلك العجوزان من قدرة واهنة في تمييز الاشياء، لكنهما استطاعا ان يدركا بما لا يقبل الشك ان ابنتهما تخاطر بأشياء كبيرة متذرة بالآلاف الاعذار مزهوة بغياب آخر الاخوة الذي غادر البيت بملابسه الخاكية فاسحا لها كل الفرص لتمهد لعلاقة مع مستطرق آخر يجوب الشوارع باحثا عن سقط المتاع والصنادل القديمة وأواني الطعام المستهلكة لقاء اجر زهيد.. ضاق ثوبها الوردي منسحبا الى الاعلى قليلا كاشفا عن كرة صغيرة سرعان ما بدأت تتسع وتتكور ورغم كل ما فعلته لإخفاء ذلك او لإسقاطه الا انها اخفقت في ذلك وانصرف الى التفكير بحلول أخرى تضمن مزيدا من الوقت ومع ان الامر كان سينطلي لولة اخرى على العجوزين الا ان الامر ادركت بفطنتها ان الامر متحقق تماما.

ارتضى الشيخ على السرير تاركا خلفه سبعين عاما من المصاعب والأهوال استنفذت جسده ومشاعره ووضعت

قصة قصيرة

الرائحة

إسلام رصاص

نعمت خلّات / العراق



من أي بلد أنت؟

.....

أنا يا سيدي

من البلد الذي فضّ بكارة أول حرف

وقال للعالم

هذه أبجديتي على طبقٍ من ضوءٍ وفُخارٍ

... تعلموها

ومن غير مساميرٍ

على صدر الغيم علقُ جناثَهُ

وسقاها من دعاء الماء وتراتيله

وبرموشِ نخلاتها ..

ظلال قيلولَة الكون

وقال للهواء ...

هاك رثَتي تنفّس

.....

أنا يا سيدي

من بلد ابتلّعتهُ عشبُهُ خلودٍ وهو يطاردها

فاودعته صدقةُ جاري

في جيوبِ حروبه

كفارةٍ غير مستجابةٍ عن آثامٍ

لم يقرّفها

فارتعن قدره على حبلِ سبركٍ مغامرٍ

يمسك عقدتيه نصالَ خنجر ..

إستطابَ له رطوبةُ غمدِ العمالةِ

يا سيدي

لو ...

إستفاق البشرُ من كوابيسِ الفولاذِ

وهشّ نسخَ الزيتونِ ديدانُ البارودِ

عن مُقلِ الماءِ

ونضبَ الوردُ نفسه قاضيًا لمُشانقِ القنابلِ

تأكّد يا سيدي

أنّ جسّدَ العراقِ حينها سيكون ...

أولَ خيارٍ

وأخّرَ ميدانٍ

لإعدامِ آخرِ رصاصَة

من على هذا الكوكبِ

نحو مستقبل أفضل ... لها

كيف تُظهرين إهتمامك بزوجك في شهر رمضان؟



تنشغل العديد من السيدات في المهام الرضائية التي لا تنتهي، بين الأعمال المنزلية والواجبات الاجتماعية وغيرها، وبالتالي يتراجع اهتمامك بزوجك في هذا الشهر الكريم.

ولكن لا تستسلمي وتتركي علاقتك بزوجك في خطر، فهناك بعض الطرق البسيطة التي يمكنك التعبير بها عن حبك واهتمامك بزوجك.

إليك نصائح لإظهار الاهتمام بزوجك في شهر رمضان:

1. احرصى على أن يكون المنزل هادئاً ومنظماً

بعد العودة من العمل، يحتاج زوجك إلى الحصول على الراحة في منزل منظم وهادئ.

اجعلي منزلك هو الوجهة الآمنة المريحة التي يقصدها زوجك، هذا يشعره بأنك تهتمين براحته، ويدفعه إلى بذل الجهد والاهتمام بك في المقابل.

2. أعدي الأطعمة المفضلة لزوجك عندما تعدين أصناف الطعام

والحلويات المفضلة لزوجك، فإنه يشعر باهتمامك وحبك له.

3. أظهرى الاحترام والتقدير لزوجك

قدمي لزوجك الشكر والثناء على كل ما يفعله من أجلك، وتحديثي معه باحترام أمام أطفالك، وتحديثي عنه بمحبة أمام الآخرين، و الاحترام

والتقدير وكلمات المجاملة، تشعر زوجك بالاهتمام والمحبة، ويصبح هذا الأسلوب متبادلاً بينكما.

4. كوني كريمة مع عائلته

5. ضعي زوجك على قائمة أولوياتك لا تجعلي الأطفال أولاً طول الوقت، فمهما كان زوجك يقدر أهمية اهتمامك بأطفالك، يكون أيضاً بحاجة إلى الشعور بالأولوية في حياته بين الحين والآخر.

6. تواصل مع زوجك خصصي وقت للحديث مع زوجك، واحرصي على التواصل الحميمي معه بالقبلات والعناق واللمسات الرومانسية، وبهذا تحافظين على تواصلك الدائم مع زوجك خلال الشهر الكريم عبر هذه الطرق البسيطة التي لن تحتاج إلى وقت أو مجهود.

7. حافظي على انتظام العلاقة الحميمة

أدرجي وقت العلاقة الحميمة ضمن جدولك الرضائي، فالعلاقة الحميمة من أكثر الأمور التي تشعر الرجل بالاهتمام، فحافظي على معدل العلاقة الحميمة وانتظامها.

8. خططي لعطلة العيد من الآن ابديني بالتخطيط لعطلة عيد الفطر المبارك، حتى يشعر زوجك باهتمامك بقضاء وقت جيد معه.

عائلة زوجك أحد أهم المفاتيح لقلبه، استغلي شهر رمضان وأعدي لهم وليمة، وتحلي بالكرم وحسن الضيافة.

احذر وامتنع من أخطاء شائعة ...

إحذر أن تكثر من شرب الماء المثلج!



وأكدت شويتا مهاديك، أخصائية التغذية الهندية، أنه لا توجد مخاطر صحية كبيرة مرتبطة بشرب الشخص الماء البارد في يوم حار، وفقاً لدراسة أجريت عام 2012، فإن شرب الماء البارد أثناء التمرين يمكن أن يساعد في الحفاظ على الجسم من الحرارة الزائدة، وبالتالي يجعل جلسة التمرين أكثر نجاحاً، ربما يرجع السبب في ذلك إلى أن شرب الماء البارد يسهل على الجسم البشري الحفاظ على درجة حرارة أساسية منخفضة."

هل الماء الدافئ خيار أفضل؟ وأكدت شويتا مهاديك، أخصائية التغذية الهندية، أنه لا توجد مخاطر صحية كبيرة مرتبطة بشرب الشخص الماء البارد في يوم حار، وفقاً لدراسة أجريت عام 2012، فإن شرب الماء البارد أثناء التمرين يمكن أن يساعد في الحفاظ على الجسم من الحرارة الزائدة، وبالتالي يجعل جلسة التمرين أكثر نجاحاً، ربما يرجع السبب في ذلك إلى أن شرب الماء البارد يسهل على الجسم البشري الحفاظ على درجة حرارة أساسية منخفضة."

وأكدت شويتا مهاديك، أخصائية التغذية الهندية، أنه لا توجد مخاطر صحية كبيرة مرتبطة بشرب الشخص الماء البارد في يوم حار، وفقاً لدراسة أجريت عام 2012، فإن شرب الماء البارد أثناء التمرين يمكن أن يساعد في الحفاظ على الجسم من الحرارة الزائدة، وبالتالي يجعل جلسة التمرين أكثر نجاحاً، ربما يرجع السبب في ذلك إلى أن شرب الماء البارد يسهل على الجسم البشري الحفاظ على درجة حرارة أساسية منخفضة."

وأكدت شويتا مهاديك، أخصائية التغذية الهندية، أنه لا توجد مخاطر صحية كبيرة مرتبطة بشرب الشخص الماء البارد في يوم حار، وفقاً لدراسة أجريت عام 2012، فإن شرب الماء البارد أثناء التمرين يمكن أن يساعد في الحفاظ على الجسم من الحرارة الزائدة، وبالتالي يجعل جلسة التمرين أكثر نجاحاً، ربما يرجع السبب في ذلك إلى أن شرب الماء البارد يسهل على الجسم البشري الحفاظ على درجة حرارة أساسية منخفضة."

وأكدت شويتا مهاديك، أخصائية التغذية الهندية، أنه لا توجد مخاطر صحية كبيرة مرتبطة بشرب الشخص الماء البارد في يوم حار، وفقاً لدراسة أجريت عام 2012، فإن شرب الماء البارد أثناء التمرين يمكن أن يساعد في الحفاظ على الجسم من الحرارة الزائدة، وبالتالي يجعل جلسة التمرين أكثر نجاحاً، ربما يرجع السبب في ذلك إلى أن شرب الماء البارد يسهل على الجسم البشري الحفاظ على درجة حرارة أساسية منخفضة."

أن يتسبب الماء البارد في حدوث خلل في الجسم وإبطاء عملية الهضم.

و إذا تم استهلاك الماء المبرد أثناء الوجبات، فإن أجسامنا تبدأ في استخدام الطاقة التي تنظم درجة حرارة الجسم، والتي كانت ستستخدم لولا ذلك في هضم وامتصاص العناصر الغذائية، وقال الدكتور سولانكي: "هناك سبب آخر لتجنب شرب الماء المثلج، خاصة أثناء أو بعد الوجبات، وهو أنه يزيد من فرص الإصابة بالغشاء المخاطي المهيج، والتهاب الحلق، وانسداد الأنف".

والحفاظ على درجة حرارة الجسم الطبيعية، والحفاظ على صحة الأعضاء والأنسجة، كما أنه يساعد في تجنب الجفاف الذي يمكن أن يسبب مشاكل صحية أخرى.

هل يجب تجنب الماء البارد؟ قال الدكتور سونام سولانكي، استشاري أمراض الرئة بالهند، إن درجة حرارة أجسامنا عادة هي 37 درجة مئوية، لذلك إذا كنت تستهلك الماء المبرد، فسيتم توجيه الجسم نحو تنظيم درجة الحرارة هذه عن طريق قصف الطاقة، بعبارة بسيطة، يمكن

يعتبر استهلاك المشروبات الباردة والمياه المثلجة خلال أشهر الصيف للتغلب على الحرارة الشديدة أمراً شائعاً، على الرغم من أنه يساعد على التخلص من العطش ويجعل المرء يشعر بالانتعاش مع الإحساس بالبرودة الفورية.

ولكنه يمكن أن يكون ضاراً بصحتك؟ في السطور القادمة سنعرف تأثير شرب الماء المثلج على الصحة.

أهمية شرب الماء: من المناسب استهلاك كمية كافية من الماء يومياً لدعم وظائف الجسم، بما في ذلك الهضم والتمثيل الغذائي،

تحدث العواصف الترابية بفعل عدة عوامل، أهمها ارتفاع سرعة الرياح ووجود مناطق تحتوي تربة جافة وطرية -غير متماسكة مثل الرمال-

الأمر الذي يؤدي إلى رفع هذه الجزيئات مع الرياح، وتتكون العاصفة الترابية من جزيئات صلبة صغير الحجم (partic -late matter) وتكون محملة في جو العاصفة.

وفقاً لوكالة الحماية البيئية في الولايات المتحدة، فإن الجزيئات التي يكون قطرها 10 ميكرومترات أو أصغر تستطيع عبور الأنف والحلق والدخول للرئتين. ومع تخطي خطوط الدفاع الخاصة بالرئة والتجمع فيها، فإنها تؤدي إلى إحداث

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

المطبخ ...

السماك المسكوف على الطريقة البغدادية



المقادير
٢/٨ كيلوغرام سمك كبير،
منظف
٤/٨ كوب خل
١ ملعقة صغيرة كاري
١ ملعقة صغيرة زيت زيتون
ملح
الصلصة
٢ بصل، مفروم ناعم
٢ طماطم، مفرومة صغيرة
١ بقودونس باقة، مفروم ناعم
٢ ملعقة كبيرة زيت نباتي
٣ ملعقة كبيرة معجون الطماطم
طريقة تحضير سمك المسكوف العراقي
١. ادهني صينية بالزيت وضعي السمكة عليها ثم وزعي عليها الملح والكاري والخل.
٢. ضعها في الفرن حوالي نصف ساعة على حرارة متوسطة.
٣. لتحضير الصلصة: إقلي البصل والبندورة بالزيت، ثم البقدونس وأضيفي معجون

أهم عنصر في الوقاية هو البقاء في المنزل وعدم الخروج منه، مع الحرص على إغلاق النوافذ لمنع تسرب الغبار.

عدم ممارسة الأنشطة العنيفة التي تؤدي إلى زيادة معدل التنفس.

ليس كمamات على الأنف والفم قد يساعد في منع تسرب جزيئات الغبار الكبيرة إلى الرئة، ولكن الجزيئات الصغيرة التي تكلمنا عنها قد تتمكن من عبور الكمامات والتسرب للرئتين.

يجب الانتباه لأية أعراض أو مشاكل تنفسية والاتصال بالطوارئ فوراً إذا تطورت، وخاصة إذا كان الشخص من الأفراد الذين ترتفع لديهم مخاطر المضاعفات.

الحساسية.
نوبات الربو.
تنفس الغبار على المدى البعيد يؤدي إلى حدوث مشاكل مزمنة في التنفس والرئتين.

من الأشخاص الأكثر تأثراً بمخاطر عواصف الغبار؟ الأطفال والرضع والمراهقون. المسنون.

المصابون بالربو. مرضى القلب. النساء الحوامل.

المصابون بمشاكل في الجهاز النفسي.

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل الصيام للجسم بإزالة السموم من الجهاز الهضمي لأننا نمتنع عن الشرب والأكال طوال اليوم وعندما يبدأ الجسم في تناول مخزون الدهون لتوليد الطاقة، فإنه سيقرق أيضاً أي سموم ضارة قد تكون موجودة في رواسب الدهون.

امتصاص المغذيات يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

يعزز الصحة العقلية الصوم يجعل الدماغ أكثر مرونة وقدرة على التكيف



الصغير أثناء التنفس. سيلان الأنف.

مشاكل في العينين نتيجة دخول الغبار إلى العينين.

صعوبات في التنفس.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

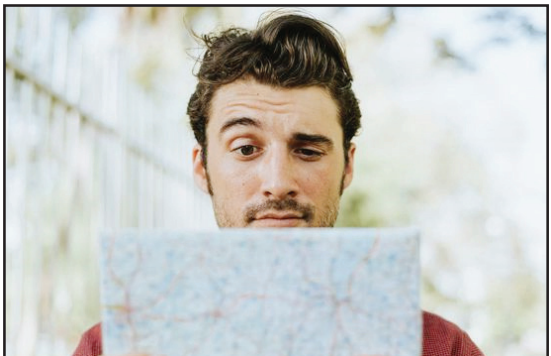
أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

أضرار بأنسجة الرئتين. وتشمل الأعراض والمضاعفات التي قد تؤدي إليها عاصفة الغبار ما يأتي: السعال.

دراسات حديثة ...

تفسير علمي وراء شعور الرجل بأحقيقته دائماً



دائماً يتحدث الرجال ويبدون رأيهم وكأنهم على حق وكل ما يتفهمون به هو الصح! ونشر أحياناً أن هذا التصرف سببه هو أن المجتمع يعطي الرجل السلطة التي تشعره أنه على حق، ويضع المرأة دور أقل شأناً منها ولذلك سكون الرجل بفكرة باطنية أنه على حق دائماً.

لكن بالإضافة إلى المجتمع وعقل الرجل الباطني، جسدي الرجل يملك هورمونات تشعره أنه على حق دائماً! كيف؟ وضعت دراسة 243 رجلاً تحت المجهر من أجل ربط نظرية أن هرمون التستوستيرون، أي الهرمون الذكوري، مرتبط بكون الرجل متسرع بالحكم ولا يستخدم تفكيره بشكل صحيح عند التقويم. وقد قسم العلماء الرجال إلى مجموعتين، مجموعة زُودت بتستوستيرون والثانية زودت بمادة ليس لديها أي تأثير وبعد ذلك، خضع الرجال لامتحان عبارة عن سؤال حسابي بسيط. والنتيجة؟ تبين أن الرجال تحت تأثير الهرمون يعطون الإجابة بكل ثقة ومن دون خوف ولهذا معظم إجاباتهم كانت خاطئة، بينما الرجال ممن دون تأثير

وحسن المزاج والذاكرة. ووفقاً لدراسة أجراها علماء أمريكيون، فإن التركيز الذهني الذي يتحقق خلال شهر رمضان يزيد من مستوى عامل التغذية العصبية المشتق من الدماغ، والذي يجعل الجسم ينتج المزيد من خلايا الدماغ، وبالتالي تحسين وظائف المخ، ويعزز صفاء الذهن ويقلل من التوتر، خاصة عندما يؤدي الصيام إلى انخفاض واضح في كمية هرمون الكورتيزول الذي تنتجه الغدة الكظرية. وإلى جانب ذلك، يبدأ الجسم في التكيف مع نمط الأكل والشرب الجديد حيث تظهر مستويات أعلى من الإندورفين في الدم، ما يجعلنا أكثر يقظة وسعادة، وبالتالي إضافة دفعة لرفاهيتنا العامة.

مستويات السكر الصحية يؤدي الامتناع عن الطعام إلى انخفاض مستويات السكر في الدم، ما يساعد الجسم بدوره على استخدام الجلوكوز المخزن للحصول على الطاقة، وينخفض إنتاج الأنسولين. ويمكن أن يؤدي الصيام أيضاً إلى تقليل مقاومة الأنسولين، وهذا بدوره يمكن أن يساعد في جعل الجسم أكثر حساسية للأنسولين، والذي يترجم إلى سكر دم أكثر استقراراً وتقليل حالات الارتفاع والانخفاض. ومع ذلك، يجب على الأشخاص الذين يعانون من مخاوف تتعلق بالإنسولين أو السكر طلب المشورة الطبية قبل الصيام.

الحساسية.
نوبات الربو.
تنفس الغبار على المدى البعيد يؤدي إلى حدوث مشاكل مزمنة في التنفس والرئتين.

من الأشخاص الأكثر تأثراً بمخاطر عواصف الغبار؟ الأطفال والرضع والمراهقون. المسنون.

المصابون بالربو. مرضى القلب. النساء الحوامل.

المصابون بمشاكل في الجهاز النفسي.

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

يعزز الصحة العقلية الصوم يجعل الدماغ أكثر مرونة وقدرة على التكيف

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

يعزز الصحة العقلية الصوم يجعل الدماغ أكثر مرونة وقدرة على التكيف

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

كل يوم معلومة ...

لماذا يجب غلق باب الغرفة أثناء النوم؟



هناك نوع من البشر لا ينام دون أن يغلق باب الغرفة عليه وتتنوع الأسباب بين الانفصال عن الضوضاء أو الأضواء خارج الغرفة أو زيادة الشعور بالأمان، وهناك نوع آخر لا يحب أبداً ذلك، وإذا كنت من النوع الأخير فأليك سبب قد يدفعك إلى تغيير هذه العادة. شارك رجال إطفاء في ولاية كونيتيكت صورتين؛ لتسليط الضوء على سبب مهم لغلق باب غرف النوم دائماً، ففي أواخر يناير، استجابت دائرة الإطفاء المحلية في نيو فريفلد بولاية كونيتيكت إلى بلاغ عن حريق منزلي تسبب في أضرار كبيرة.

واخذت صورتان تعودان إلى احد الابواب، ولكن بينما آثار الدخان والخشب المحروق يبدو جلياً من الجهة الخارجية، إلا أن الجهة الداخلية من الباب تبدو غير تالفة، ما يدل على أن مجرد إغلاق باب غرفة نوم في الليل يمكن أن يكون سبباً محتملاً لإنقاذ الحياة.

نُشرت الصورتان على الصفحة الرسمية لقطعة إطفاء مدينة نيو فريفلد على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك"، وجاء التعليق كالتالي: "الصورتان التاليتان مثال عظيم على أهمية غلق أبواب غرف النوم دائماً أثناء النوم، الباب مَصُور من كلا الجانبين، الداخلي والخارجي، وقد أنقذ بالفعل محتويات الغرفة، وقد ينقذ حياتكم وحياة أبنائكم في ظروف أخرى.. ابقوا آمنين".

بعد أيام، شارك أحد رجال قسم إطفاء الحرائق في بورت سبرينغ في نيويورك قصة أيضاً، قائلاً: "كأب، أستطيع أن أقول إنه من الصعب إقناع الأطفال الصغار على النوم مع إغلاق الباب، دائماً يريدون فتحه ولو قليلاً، وفي نفس الوقت فأنا أعمل كرجل إطفاء وأشترك في دورات تدريبية في الطوارئ لتلاميذ المدارس، وإعطاء نصائح حول الوقاية من الحرائق، وأشدد دائماً على شيء واحد وهو مدى أهمية إغلاق الأبواب أثناء النوم".

وتشير الإحصاءات إلى أن العديد من الوفيات المتعلقة بالحرائق والإصابات، تأتي نتيجة استنشاق الدخان بنسبة 41%، و5% من الوفيات تكون بسبب الحروق وحدها، و13% من كلا السببين. يُذكر أن أكثر من 18 ألف طفل في أمريكا يموت كل عام بسبب الإصابات المنزلية، وتأتي الحرائق في المركز الثالث بين الأسباب، وتنتسب في وفاة 3 آلاف طفل سنوياً.

المطبخ ...

السماك المسكوف على الطريقة البغدادية



المقادير
٢/٨ كيلوغرام سمك كبير،
منظف
٤/٨ كوب خل
١ ملعقة صغيرة كاري
١ ملعقة صغيرة زيت زيتون
ملح
الصلصة
٢ بصل، مفروم ناعم
٢ طماطم، مفرومة صغيرة
١ بقودونس باقة، مفروم ناعم
٢ ملعقة كبيرة زيت نباتي
٣ ملعقة كبيرة معجون الطماطم
طريقة تحضير سمك المسكوف العراقي
١. ادهني صينية بالزيت وضعي السمكة عليها ثم وزعي عليها الملح والكاري والخل.
٢. ضعها في الفرن حوالي نصف ساعة على حرارة متوسطة.
٣. لتحضير الصلصة: إقلي البصل والبندورة بالزيت، ثم البقدونس وأضيفي معجون

أهم عنصر في الوقاية هو البقاء في المنزل وعدم الخروج منه، مع الحرص على إغلاق النوافذ لمنع تسرب الغبار.

عدم ممارسة الأنشطة العنيفة التي تؤدي إلى زيادة معدل التنفس.

ليس كمamات على الأنف والفم قد يساعد في منع تسرب جزيئات الغبار الكبيرة إلى الرئة، ولكن الجزيئات الصغيرة التي تكلمنا عنها قد تتمكن من عبور الكمامات والتسرب للرئتين.

يجب الانتباه لأية أعراض أو مشاكل تنفسية والاتصال بالطوارئ فوراً إذا تطورت، وخاصة إذا كان الشخص من الأفراد الذين ترتفع لديهم مخاطر المضاعفات.

الحساسية.
نوبات الربو.
تنفس الغبار على المدى البعيد يؤدي إلى حدوث مشاكل مزمنة في التنفس والرئتين.

من الأشخاص الأكثر تأثراً بمخاطر عواصف الغبار؟ الأطفال والرضع والمراهقون. المسنون.

المصابون بالربو. مرضى القلب. النساء الحوامل.

المصابون بمشاكل في الجهاز النفسي.

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل الصيام للجسم بإزالة السموم من الجهاز الهضمي لأننا نمتنع عن الشرب والأكال طوال اليوم وعندما يبدأ الجسم في تناول مخزون

الدهون لتوليد الطاقة، فإنه سيقرق أيضاً أي سموم ضارة قد تكون موجودة في رواسب الدهون.

امتصاص المغذيات يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

يعزز الصحة العقلية الصوم يجعل الدماغ أكثر مرونة وقدرة على التكيف

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

يعزز الصحة العقلية الصوم يجعل الدماغ أكثر مرونة وقدرة على التكيف

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

يعزز الصحة العقلية الصوم يجعل الدماغ أكثر مرونة وقدرة على التكيف

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

يعزز الصحة العقلية الصوم يجعل الدماغ أكثر مرونة وقدرة على التكيف

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

يعزز الصحة العقلية الصوم يجعل الدماغ أكثر مرونة وقدرة على التكيف

يمكن للصيام طوال اليوم أن يجعل عملية الأيض لدينا أكثر كفاءة ويفضل الجمع بين الصيام وتناول الطعام في وقت متأخر من الليل والذي ينتج عنه زيادة في هرمون يسمى أديبونيكتين (سيبتوكين دهني)، ما يسمح لعضلاتنا بامتصاص المزيد من العناصر الغذائية وستتمكن مناطق مختلفة من الجسم بعد ذلك من الاستفادة من العناصر الغذائية اللازمة للعمل بشكل فعال.

يعزز الصحة العقلية الصوم يجعل الدماغ أكثر مرونة وقدرة على التكيف

مرفأ

صورة وحركة



حدث في مثل هذا اليوم

غزل عراقي

كون الكلب بيه باب واتشوفه العيون
جان أعذرتني الناس حته اليلومون

شنهى اشبعد تردين هدمتي حيلي
اتكالب أويه العظيم قطع دليـلي

ريت الله لاينطيك يلصحت باسمه
فرفرت العصفور كلبى شيلزـمه

دك دكتين أرداف كلبى وسكت ليش
أحترك دم البيه ينبض بعـد بيش

لسمج يبعد اجلاي فدوج آنـمه
لو كلبى مادك يوم انت أـمجانـمه

نص الكلب معلول ونطيته لهواك
عمري لحبيبي انذور ولومتنت لـبلاك



من الأسماء

من الأسماء



من الأسماء

من الأسماء

اختبارات شخصية ...

اكتشفي شخصيتك من

صيامك في رمضان!



شخصيتك أثناء الصيام ليست بالضرورة تعني أنك شخصية عصبية، أو متقلبة المزاج، إذا كنت تودين التعرف أكثر على شخصيتك أجيبى عن الاختيار التالي، الذي أعدته مجموعة من خبراء علم النفس لبحلواوا شخصيتك عن طريق صيامك وتصرفاتك في شهر رمضان:

قبل أن يبدأ شهر رمضان بيوم:

- أ- تنتظرينه بفارغ الصبر.
- ب- لا فرق لديك.
- ت- تتمنين أن يتأخر يوماً إضافياً.
- في أي يوم تفضلين أن يكون أول يوم من رمضان؟
- أ- يوم الاثنين أو الخميس.
- ب- أي يوم من أيام الأسبوع.
- ت- في عطلة نهاية الأسبوع.
- كيف تشعرين في نهار رمضان؟
- أ- كأي يوم عادي.
- ب- بالجوع والعطش.
- ت- بالخمول والتعب.
- كيف يكون مزاجك في نهار رمضان؟
- أ- صاف ومنظم.
- ب- متقلب.
- ت- عكر.

- أ- اليرامح والمسلسلات الدينية.
- ب- اليرامح الطبخ.
- ت- المسلسلات الاجتماعية.
- ما الذي لا تغليه عادة في رمضان أبداً؟
- أ- النوم إلى ساعة متأخرة في النهار.
- ب- الذهاب إلى السوق.
- ت- العمل.
- النتيجة:
- إذا كانت أغلب إجاباتك تتمحور حول الخيار (أ): أنت تعشقين شهر رمضان وتشعرين بالحنين والشوق إلى هذا الشهر. ولا تنزعجين من الصيام طوال النهار وتفضلين وقتك في العبادة والصلاة.
- إذا كانت أغلب إجاباتك تتمحور حول الخيار (ب): أنت تحبين شهر رمضان ولكن بأسلوبك الخاص. تشعرين أنه مميز ويختلف عن باقي أشهر السنة.
- إذا كانت أغلب إجاباتك تتمحور حول الخيار (ت): أنت تشعرين بالثقل من شهر رمضان بسبب التغير في روتين حياتك اليومي، لأنك من الشخصيات الثابتة، والتي لا تحب التغير.

350 شخصاً آخرين.
2017 - محكمة عُرفيَّة حُكوميَّة باكستانيَّة تحكم على الضابط البحري الهندي السَّابق كولبوشان ياداف بالإعدام بتهمَتَي التحجُّس على باكستان لصالح المخابرات الهنديَّة والتحريض على الإرهاب.
2019 - تليسكوب أفق الحدث يكشف عن أول صورة مباشرة لقُلب أسود، الثُقب الأسود فائق الكتلة M87.

2021 - ريال مدريد يهزم برشلونة بنتيجة 2-1 على الملعب المؤقت وهو ألفريدو دي ستيفانو لتكون هذه المرة الأولى التي يخسر فيها مدرب لبرشلونة أول مباراتين في الكلاسيكو منذ عام 1980 وتكون هذه المرة الأولى التي يفوز فيها ريال مدريد ومباراتين متتاليتين في الذهاب والإياب في جميع المسابقات منذ عام 2017 في كأس السوبر الإسباني، حيث انتهى الذهاب بنتيجة 1-3 للملكي والإياب بنتيجة 2-0 للملكي كذلك.

ناصر وكمال عدوان وأبو يوسف النجار فيما عرف باسم عملية فردان.
1998 - التوقيع على اتفاق بلغاست بين الحكومة البريطانية وجمهورية أيرلندا والأحزاب في أيرلندا الشمالية.
2009 - الإعلان عن فوز الرئيس الجزائري عبد العزيز بوتفليقة بفترة رئاسية جديدة بعد حصوله على %90.24 من الأصوات في الانتخابات التي جرت في اليوم السابق، والأمين العام لحزب العمال الجزائري لوييزة بعد تحل ثانية بنسبه 4.22% من الأصوات.

2010 - تحطم طائرة تقل رئيس بولندا ليخ كاتشينسكي أثناء محاولتها الهبوط بالقرب من مطار مدينة سمولينسك أوبلاست في روسيا تؤدي إلى وفاته مع جميع مرافقيه وبينهم زوجته.

2016 - اندلاع حريق في معبد كولام في الهند يتسبب بمصرع أكثر من 100 شخص وإصابة

للاضمام إلى حلف بغداد.
1959 - زواج ولي العهد الياباني الأمير أكيهيتو من ميتشيكو شودا.

1960 - مجلس الشيوخ الأمريكي يقر قانونًا للحقوق المدنية شكل علامة مهمة في طريق كفاح الزواج من أجل الحصول على كافة الحقوق والحريات باعتبارهم مواطنين في الولايات المتحدة.
1965 - سقوط طائرة مدنية تابعة للخطوط الملكية الأردنية غرب دمشق في منطقة الحدود السورية-الليبنانية. كانت الطائرة في رحلة من عمان إلى بيروت، وقد قتل جميع ركابها وعددهم 54.

1970 - المغني بول مكارتنبي يعلن عن انفصاله عن فرقة البيتلز.
1972 - الولايات المتحدة والاتحاد السوفيتي وسبعون دولة أخرى يوقعون على المعاهدة الدولية لحظر الأسلحة البيولوجية أو الجرثومية.

1973 - إسرائيل تغتال كمال

1657 - توكوغاوا ميتسوكوني يؤسس معهد للتحرير في إيدو وميتو ويبدأ بكتابة تاريخ اليابان.

1834 - صدور الميثاق الملكي الإسباني الذي بموجبه أنشئ البرلمان الإسباني (الكورتيس).
1928 - إجراء أول انتخابات تشريعية في سوريا لتشكيل جمعية تأسيسية لوضع دستور للبلاد. جرت المرحلة الثانية من الانتخابات في 24 نيسان وفازت بها الكتلة الوطنية.

1941 - القوات الألمانية بقيادة المشير إرفين رومل تتجح بالاستيلاء على مدينة سرت الليبية وتطرده القوات البريطانية منها.
1946 - عقد أول انتخابات في اليابان بعد الحرب العالمية الثانية، وكان من نتائجها فوز امرأة.

1957 - الحكومة الأردنية برئاسة سليمان النابلسي تقدم استقالتها للملك حسين بسبب تصادم الرؤى بينهم حول السعي

مشاكل وحلول ...

وسواسي غسيل الملابس!



التدريب على تمارين معينة عبر مشاهدة فيديوهات على الإنترنت.
- المهم أن الاعتراف بالحالة هو بداية العلاج، وفي حالتك نصيحتي أن تخبري طبيبك عن عدم استفادتك من الأدوية الكيميائية، واسألي عن أساليب العلاج

أنا زوجة وأم، عمري 44 عاماً وأعاني من مدة طويلة من الوسواس القهري وغسل ملابس عائلتي بشكل متكرر، وصف في الدكتور أدوية اكتئاب تقلل من الوسواس، لكنني تعبت وأصبحت متوترة زيادة.

- الوسواس القهري يصيب كثيرين من رجال ونساء، وقد لا يكون له علاقة بمرض نفسي مزمن يحتاج إلى علاج بالأدوية، لكن في بعض الحالات والمراحل من المرض يضطر الطبيب لوصف نوع من أدوية المهدئات التي تساعد المصاب على الاسترخاء مما يسبب له رغبة في النعاس والنوم، وهذا بدوره يخفف من حدة الهواجس التي تنطلق من الدماغ وتتشابك في حالة الإصابة

قصة مثل ...

يوم الزلك يريد انشد حزامه

كان معروف بالشتاء وخاصة ايام المطر انه من الصعوبة المشي بالطرقات فكلها خطر بسبب ترحلق الناس فعليهم الحذر او مسك الجدران للمشي بتأن وحذر.
أما المثل فهو قيل لشخص لا يأبه للعيش ولا يريد العمل ولا يتعلم ولا يجهد نفسه للبحث عن لقمة الحياة ويريد ان تساعد ونعلمه في الايام الحرجة والصعبة التي

كلمات متقاطعة															
	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
أفقي															1
															2
															3
															4
															5
															6
															7
															8
															9
															10
															11
															12
															13
															14
															15
عمودي															
1- مصارع عالمي- الفاسدة															
2- دولة افريقية (م)- علم مؤنث (م)															
3- الشوق (م)- عكس نهايتكما															
4- تجن- آلة موسيقية (م)- اقتربت															
5- عملة اسبوية- متشابهة															
6- حرف عطف- حرف جر- بشر- ردد الكلام بلجاجة															
7- من فصائل الحيوانات (م)- زهق- علم مؤنث															
8- من الاسماء الخمسة (م)- عكس المخاصمة (م)															
9- عتاب- مطرب لبناني كبير															
10- تنوعت (م)- الحركة من مكان لآخر (م)- شتم															
11- اجتمع بهما- عكس المحرم (م)															
12- الثابتون- قطة بالانجليزي															
13- نعيم (م)- من حالات البحر (م)- نغم بالروسي (م)															
14- ارجل- الاستخدام (م)															
15- المتاعب والمشاكل (م)- يستفيدون															

كلمات متقاطعة

أبراج

الحمل

الحمل: 21 آذار - 19 نيسان
تتلقى اليوم بعض الأخبار أو المعلومات الجديدة التي تدفعك وتحفزك على معرفة المزيد عن موضوع ما. تهتم اليوم باستخدام مهارتك وخبرتك الجديدة في مشروع مع أحد شركائك. اتخذ القرارات التي تتعلق بوضعك المادي الآن فهذا هو أنسب وقت.

الثور

الثور: 20 نيسان - 20 أيار
ستكون جريئاً اليوم في طرح الموضوعات والدفاع عن حقك، لكن شرط التحرك في الإطار الصحيح. المساواة بينك وبين الشريك تكون مصلحة الطرفين، وهذا ما يعزز الثقة والتفاهم بينكما. كثرة الضغط الذي تواجهه في العمل وفي محيطك تنعكس سلباً على صحتك ومزاجك.

الجوزاء

الجوزاء: 21 أيار - 21 حزيران
حاول أن تتخذ القرارات العاجلة بالنسبة للأمور الجوهرية التي تواجهها الآن في العمل، لا تتردد فهناك الكثير من المترشحين لك ينتظرون سقوطك، واحرص على التركيز في العمل. شعور بالإعياء قد تشعر به اليوم جراء التقلبات الجوية غير المستقرة، أفضل ما يمكنك القيام به الآن هو مراقبة حالتك الصحية والعمل على حمايتها من التدهور.

السرطان

السرطان: 22 حزيران - 22 تموز
على الرغم من أنك شخص ذكي وماهر ولكنك لا تستطيع تفسير الأحلام، ولذلك لا تحاول أن تفسر لمن حولك أحلامهم لأنك قد تفسرها بطريقة خاطئة وتسبب لهم الذعر والقلق، إذا كان الحلم يخصك شخصياً، عرضه على أحد أصدقائك المخلصين حتى يساعدك في تفسيره.

الأسد

الأسد: 23 تموز - 22 آب
الأوقات التي تمر عليك مع الحبيب لا يمكن تعويضها، فلا تدع أعمالك تشغلك عن الاهتمام به حتى لا تصاب حياتكما بالملل والفقر. قد تقوم اليوم بخطوة مميزة في مجال العمل يحسبك عليها الزملاء.

العذراء

العذراء: 23 آب - 22 أيلول
تعود اليوم من رحلة سفر طويلة جداً، لا شك أن السفر سيغير سلوكيات البعض ويؤثر فيها ولكن في حالتك أنت سيؤثر فيك السفر تأثيراً نفسياً عميقاً. أنت مقبل على مرحلة صعبة جداً، حيث تواجه العديد من المشكلات. إذا كنت تحب التغيير، فماداً تنتظر؟ ابدأ الآن في تغيير حياتك.

الميزان

الميزان: 23 أيلول - 22 تشرين الأول
الهدوء الذي تشعر به اليوم قد يستمر لفترات طويلة جداً. من المتوقع خلال الفترة القادمة حدوث تغير ملحوظ في علاقتك بشخص ما قريب منك في العمل. لا يفضل أن تزعم نفسك بمشاكل الآخرين. اتركهم وشأنهم الآن.

العقرب

العقرب: 23 تشرين الأول 21- تشرين الثاني
تبدو سريع البديهة اليوم ولذلك ستفهم كل ما يدور حولك دون طلب المساعدة أو العون من الآخرين. ستستغل هذه الميزة اليوم لصالحك وستحاول التعرف على أخبار الآخرين. قد تتعرف على شخصيات جديدة وتكون صداقات مميزة.

القوس

القوس: 22 تشرين الثاني 21- كانون الأول
نكاؤك يفوق كل الحدود اليوم فتستطيع أن تتعامل مع التحديات والصعوبات بطريقة حكيمة. الوضع العاطفي غير مستقر هذه الفترة فتشعر أن الشريك غير متعاون مек أو لا يبادلك نفس الشعور. حان الوقت الآن لتقييم العلاقة من جديد.

الجدي

الجدي: 22 كانون الأول 19-كانون الثاني
ربما تشعر اليوم أنك تنطلق بسرعة نحو أهدافك. ليس بالضرورة أن يكون النجاح في العمل فقط بل قد تنجح في إقناع أسرتك بفكرة معينة، أو قد تنجح مثلاً في التغلب على الصعوبات التي تواجهك منذ فترة. قد تكتشف في لحظة ما أنك يجب عليك تغيير الطريق الذي تسير فيه، واتخاذ طريق آخر. لا تقلق فالأمر سهل جداً.

الدلو

الدلو: 20 كانون الثاني 18 شباط
قد يمر أحد أفراد أسرتك بنوبة غضب شديدة جداً وربما تتساءل عن السبب، قد تظن بعض الوقت أنك السبب في ذلك. الأمر لا يتعلق بك إطلاقاً. مهمتك اليوم هي إسعاد هذا الشخص وحل مشاكله. اهتم بصحتك فالمناخ غير مستقر هذه الفترة.

الحوت

الحوت: 19 شباط 20 آذار
ربما تشعر اليوم أنك لست محبوباً من الآخرين حتى إذا لم تجد سبباً أو مبرراً لذلك. علاقتك قد تكون أقوى هذه الفترة فلم تفكر بهذه الطريقة السلبية. قد يكون السبب في ذلك هو الملل والروتين اليومي الذي لا يتغير. اذهب للتسوق الآن أو شاهد فيلمك المفضل مع أسرتك.

اقرأها صباح كل يوم



alzarawraanews@yahoo.com
http://alzarawraapaper.com
https://www.facebook.com/alzarawraapaper
https://twitter.com/alzarawraanews

الأخيرة

للدخول إلى موقع الصحيفة



الزوراء

عين على العالم

نظارات ذكية تحمي العينين وتجري اتصالات هاتفية!



يحتاج البعض لاستخدام نظارات لحماية العينين بسبب قضاء الكثير من الوقت في التحديق بالشاشات سواء الهواتف الذكية أو الحاسوب اللوحي أو المحمول وشاشات التلفزيون، وينصح الخبراء باستخدام نظارات ذات عدسات مخصصة لترشيح الضوء المنبعث من الشاشات للحفاظ على صحة العينين.

وتم مؤخراً ابتكار نظارات ذكية متعددة الوظائف يمكنها تصفية الضوء الأزرق بل والأشعة فوق البنفسجية بهدف تقليل الآثار السلبية والحفاظ على صحة العينين، كما تدمج النظارات المتطورة تقنية استقبال الصوت المتوافقة بواسطة البلوتوث مع أجهزة الهاتف الذكي والحاسوب مع الاحتفاظ بمظهر أنيق ولا تقصر استخدام النظارات الجديدة على مجرد الحماية من الضوء الأزرق المنبعث من مختلف الشاشات أو كمنظرة شمسية تقي

تويتر تسعى إلى إضافة خاصية «تعديل التغريدات»

أفادت شركة تويتر بأنها تعمل على إضافة خاصية (تعديل) التغريدات منذ العام الماضي وستختبرها مع أعضاء محددين في خدمة تويتر بلو في الأشهر المقبلة. وتأتي هذه الأخبار، التي أثارها تويتر لأول مرة في أول أبريل، في الوقت الذي تواجه فيه الشركة تغييراً واسعاً في الاتجاه بعدما أصبح إيلون ماسك أكبر مساهم فيها وانضمامه إلى مجلس الإدارة بعد التشكيك في التزام منصة التواصل الاجتماعي بحرية التعبير. وكشف ماسك عن حيازته حصة 9.2 في المئة في تويتر، وبدأ الاستطلاع حول هذه الخاصية التي طال انتظارها والتي تعمل الشركة عليها. لكن تويتر ذكرت في تغريدة أنها لم تحصل على فكرة خاصة التعديل من استطلاع الرأي الذي

جوجل ستدمج قريباً نتائج البحث عن النص والصور معاً



بدأت جوجل في اختبار ميزة جديدة للبحث المتعدد لعدد قليل من مستخدمي الإصدار التجريبي، ووفقاً للمعلق التكنولوجي، ستسمح لك ميزة البحث المتعدد الجديدة في العدسة بنجاح مربع البحث وطرح أسئلة حول ما تراه. وباستخدام الميزة الجديدة، يمكنك طرح سؤال حول كائن أمامك أو تحسين البحث حسب اللون أو العلامة التجارية أو السمة المرئية، ويعد الحصول على الميزة الجديدة، عندما تضغط على أيقونة كاميرا Lens في تطبيق جوجل وتبحث عن أي صورة في المعرض أو من الكاميرا، ستتمكن من التمرير سريعاً والنقر فوق الزر «+» إضافة إلى البحث الخاص بك».

ويعد إضافة العنصر إلى البحث، ستتمكن من تحسين البحث، فعلى سبيل المثال، يمكنك إضافة لقطة شاشة فستان يرتقي أنيق وإضافة طلب البحث «أخضر» للعثور عليه بلون آخر أو التقاط صورة لمجموعة

علم من مصادر متابعة أن الجزء الثاني من مسلسل «صالون زهرة» المؤلف من ثماني حلقات فقط، سيبدأ تصويره في الصيف المقبل وسيستمر لأيام قليلة، فيما أصبح واضحاً أن العرض سيكون نهاية السنة الحالية على منصة «شاهد».

وتلتزم نادين نسيب نجيم وفريق العمل الصمت حالياً لإنهاء الكتابة نادين جابر كتابة النص المفترض أن يحمل جديداً بحسب ما تريد نادين نسيب نجيم، وأن يعزز دورها لتتبرير الجزء الثاني منه.

وكانت نادين نسيب نجيم تصدرت قبل أيام «ترند» على موقع تويتر بعد نشر إعلان شركة «زين» للاتصالات والتي عادت به إلى ذاكرة انفجار مرفاً بيروت، وأدت نجيم

دنيا سمير غانم تخوض تجربة جديدة

بعد غيابها فترة ليست قصيرة عن الدراما الرمضانية، يبدو أن الفترة القادمة ستشهد عودة لدنيا سمير غانم ولكن بتجربة مختلفة تخوضها للمرة الأولى.

بعد خروج المسلسل من الموسم الرمضاني فجأة، تتجه الشركة المنتجة لمسلسل «عالم موازي» لتغيير خطة عرض المسلسل بعد تأجيل عرضه ما يقرب من عامين، الأمر الذي جعل المنتج هشام حمال يعرض فكرة عرضه عبر شاشة إحدى المنصات الإلكترونية فور إنهاء تصوير حلقاته وما زال الأمر قيد الدراسة لحين إنهاء التصوير، حيث يبقى له ما يقرب من نصف حلقات المسلسل لإكمال التصوير، والمسلسل ينتمي لدراما 15 حلقة.

ويشارك في بطولته عمرو وهبة وشيماء سيف وأوتكا وإسلام إبراهيم، وهو يعد آخر الأعمال الدرامية التي حملت اسم الراحلة دلال عبد العزيز قبل وفاتها.

على صعيد آخر، من المقرر أن تشارك دنيا سمير غانم في موسم عيد الفطر المبارك بفيلمها السينمائي الجديد «تسليم أهلي»، الذي كانت قد أنهت تصويره قبل فترة على أن يُعرض في موسم السينما القادم، والفيلم يشارك في بطولته هشام ماجد وتودر أحداثه في إطار رومانسي كوميدي.

وفاء الكيلاني تثير موجة من الجدل بعد إعراف معجبة بحبها لزوجها

أحدثت الإعلامية المصرية وفاء الكيلاني موجة من الجدل، وذلك بعدما ردت على تعليق إحدى متابعياتها التي اعترفت بحب زوجها الفنان السوري تيم حسن على تطبيق تبادل الصور (إنستغرام). وقال المتابعة في تعليقها: «بتعرياني كنت بحب تيم، وانتبي اخدتي مني، بس يلا مبروك وان شاء الله تنهنون يا رب، بحبكم ردي علي بلين»، لتصددها وفاء بالرد، حيث قالت: «بتهال معليش حبيبتي كمي حبك أنا سمحالك.. و يشار إلى



الموسم الرمضاني ٢٠٢٢ لم يشمل الفنان تيم حسن من الأعمال الدرامية والفنية، بينما أعلن عن انطلاق تصوير فيلم الهيبية الذي ينهي به مسيرة خمسة أجزاء من المسلسل الشهير الذي حقق نجاحاً كبيراً جداً.

تغريدات

السيد عمار الحكيم



خالد العبيدي

موعد عرض «صالون زهرة ٢» نهاية السنة الحالية



دوراً متميزاً وواقعياً استحق أن ينال نسبة متابعة جيدة وفرادة في الفكرة. إلى ذلك، تغيب نجيم هذا الموسم عن دراما رمضان والسبب هو فترة استراحة

روان بن حسين تطرح أغنية «مشتاق»

في كل مرة تطرح فيها الفنانة والمؤثرة الكويتية، روان بن حسين، عملاً تحاول من خلاله أن توصل رسالة عميقة إلى المجتمع، إيماناً منها بمدى تأثير كل منا بحسب خبرته ومن خلال القصص التي يمتحنها في الحياة.

وإيماناً منها بأن شهر رمضان المبارك هو شهر الخير ولَمْ شمل الأحبة والعائلة، طرحت روان أغنية جديدة باللهجة اللبنانية بعنوان «مشتاق» من كلمات وألحان بشار الشطي وتوزيع

مي عز الدين تتعرض لوعكة صحية خلال تصوير «جزيرة غمام»

أصبحت الممثلة المصرية مي عز الدين بحالة إجهاد شديد أثناء تصوير مشاهداتها في مسلسل «جزيرة غمام»، الذي تجسد فيه دور «العاقبة»، خصوصاً أنها اضطرت إلى أن تصور ليومين متتاليين بشكل متواصل من دون راحة، بأمر من القائمين على العمل رغبة في انتهاء تصوير المسلسل في الوقت المحدد له قبل انتهاء شهر رمضان، وهو ما دفع صناع العمل للاستعانة بوحدة تصوير إضافية، حيث يعمل حالياً مخرجان على



مضاعف، ويأمر وحدة التصوير الإضافية المخرج إسلام خيرى، بجانب مخرج العمل الأصلي حسين المنباوي.

تربغ في الحصول على أسلوب يمكنها من التعبير عن نفسها كريستل بشارة.. فنانة معاصرة تحول شغفها إلى عمل تجاري



محترف منذ حوالي ١٢ عاماً عندما انتقلت إلى دبي، وبدأت في تجربة أسلوب جديد يجمع بين ولعي بالأساليب الفنية في وسط واحد نسج في حب للأقمشة والأنماط الرسومية، والرسم عمل فني ديناميكي وملون يعبر عن الجمال في تنوع الموضوعات المختلفة.

هل الرسم تجارة أم هواية؟ -كريستل بشارة هي ملك - Pay Gap - كانت المرأة بشكل عام النسوية من المواضيع البارزة والعريضة في لوحاتي. في العام الماضي عملت في مبادرة آرت جاب (Art Gap) لزيادة الوعي حول فجوة التفاوت بين الجنسين. وأسعار الأعمال الفنية. وفقاً لدراسة مثلاً تقاضى النساء أجراً أقل بمقدار النصف تقريباً على أعمالهن الفنية، مقابل الرجال (أي أن الرجال يتقاضون ٤٧,٦٪ أكثر مقابل عمل معادل).

وماذاً فعلت بذلك؟ دبي / الزوراء / ظافر جلود: كريستل بشارة، فنانة لبنانية معاصرة حائزة على عدة جوائز، تشتهر بأنماطها الديناميكية وألوانها التعبيرية.. كريستل بشارة، كزوجة وأم لطفلين، تستكشف المدن حول العالم للحصول على الإلهام، وتتناول أحدث مجموعاتها بعنوان «الاحتفال بالمرأة» العديد من القضايا النسائية مثل فجوة الأجور بين الجنسين.. لقد حولت كريستل بشارة بالفعل شغفها إلى عمل تجاري ناجح.. الزوراء زارت معرضها المقام في دبي حالياً. وكان لنا هذا الحوار القصير .

نقرأ بعضاً من تجربتك وتأثرك؟ -أنا متأثرة بالوالدي الراحل الذي كان فناناً ونحاتاً سورياً.. لا بد أنني حصلت على موهبته وقد شجعت على التعبير عن نفسي وإبداع الفن منذ أن كنت طفلة.. بدأ انتقالي من هاوٍ فني إلى فنان

غادة عبد الرزاق تكشف عن سر غيابها في رمضان



وكريستل بشارة، فنانة لبنانية معاصرة حائزة على عدة جوائز، تشتهر بأنماطها الديناميكية وألوانها التعبيرية.. كريستل بشارة، كزوجة وأم لطفلين، تستكشف المدن حول العالم للحصول على الإلهام، وتتناول أحدث مجموعاتها بعنوان «الاحتفال بالمرأة» العديد من القضايا النسائية مثل فجوة الأجور بين الجنسين.. لقد حولت كريستل بشارة بالفعل شغفها إلى عمل تجاري ناجح.. الزوراء زارت معرضها المقام في دبي حالياً. وكان لنا هذا الحوار القصير .

كشفت الفنانة غادة عبد الرزاق عن سر غيابها عن الموسم الرمضاني الجاري، بعد مواظبتها لمدة ١٤ عاماً على الظهور في الموسم الدرامي الأكبر في العام. وقالت الفنانة المصرية إن غيابها هذا العام عن الموسم الرمضاني، هو «استراحة محارب».. مضيفة «سأبذل للمحب لغيري، وسعمر ما حد يعرف يأخذ مكانتي في الفن».

وأضافت غادة عبد الرزاق خلال استضافتها، برنامج «كلام الناس» في رمضان، مع الإعلامية ياسمين عز، «ممكن أكون ذكية وأرد برد ذكي، لكن سأقول الحقيقة تركت الملعب هذا العام لأحد غيري يلعب فيه، أريد أن أشاهد من بعيد وأعيد حساباتي في أمور كثيرة».

وتابعت: «الجو العمومي اختلف، والحسابات الموجودة الآن اختلفت، وأشعر أن هذا ليس رمضان الذي تعودت عليه خلال السنوات الماضية».

وردت على سؤال حول إن كان غيابها هذا الموسم قد يؤدي إلى ظهور نجوم قد يأخذون مكانها على الساحة الفنية، قالت غادة عبد الرزاق: «كانوا عرفوا يعملوها وأنا موجودة، عمر ما حد عرف يأخذ مكانتي، وأنا يتعرض عليها أعمال كثير ويرفضها».

وتابعت: «انت عارفين كويس إن بيتعرض عليها أعمال، وعارفين إنني كنت هبقى متواجدة، وعارفين كويس أي إن كل اللي يتقولونه ده أي كلام، وأنا قاعدة السندي عشان نفسي أتفرج عليكم زي أي مشاهد».