

بغداد/ الزوراء: أعلنت إدارة مطاري بغداد وأربيل الدوليين، أمس الأحد، إيقاف حركة الطيران بسبب الظروف الجوية. وقالت إدارة مطار بغداد الدولي في بيان لها تلقته «الزوراء»: أنه «تقرر إيقاف حركة الطيران بسبب الظروف الجوية ووصول مدى الرؤية إلى 400 متر منذ الساعة الثالثة من صباح الأحد». وخاطبت الإدارة «جميع المسافرين وشركات الطيران العاملة في المطار بأنه سيتم الإعلان عن طبيعة أي مستجدات تخص الحركة الجوية في المطار». فيما أكد مدير مطار أربيل الدولي، أحمد هوشيار، أنه «تقرر إيقاف الرحلات الجوية في مطار أربيل الدولي بسبب الضباب». وتابع أن «إعادة استئناف الرحلات سيكون في الساعة ١٢- ظهراً». وبعد ساعات، أعلنت الشركة العاملة لخطوط الجوية العراقية استئناف الرحلات الجوية في مطار بغداد الدولي. وتقدمت الشركة «بالاعتذار للمسافرين عن تأخير تنفيذ رحلاتهم في موعدها».

بغداد/ الزوراء: قرر مجلس النواب تأجيل جلسته المقرر عقدها اليوم الاثنين إلى يوم غد الثلاثاء. وذكرت الدائرة الإعلامية لمجلس النواب في بيان تلقته «الزوراء»: أن «الجلسة ستعقد يوم الثلاثاء الموافق ٦/ ١٢/ ٢٠٢٢». وكان من المقرر أن يعقد مجلس النواب جلسته الاعتيادية اليوم الاثنين.

رقم الاعتماد في نقابة الصحفيين (1)

يوحية سياسية عامة تصدر عن نقابة الصحفيين العراقيين

No: 7851 Mon 5 Dec 2022

السعر 500 دينار

أول صحيفة صدرت في العراق عام 1869 م

العدد: 7851 الاثنين 5 كانون الأول 2022

أكدت أنها ستركز على المشاريع الاستثمارية والتنموية المالية النيابية لـ «الزوراء»: لا تغيير في سعر صرف الدولار مقابل الدينار في موازنة 2023

النزاهة: استقدام 10 من كبار المسؤولين في وزارة الكهرباء

بغداد/ الزوراء: أعلنت هيئة النزاهة الاتحادية، أمس الأحد، عن صدور أمر استقدام بحق 10 من كبار المسؤولين في وزارة الكهرباء بينهم وزير وأربعة وكلاء وزير أسبقين، غاية السبب إلى جراء مخالفات في أحد العقود التي أبرمتها الوزارة. وذكر بيان لدائرة التحقيقات في الهيئة تلقته «الزوراء»: أن «محكمة تحقيق الكرخ الثانية صادرت أمراً باستقدام (١٠) من المسؤولين في وزارة الكهرباء» على خلفية المخالفات المرتكبة في عقد تأهيل محطة كهرباء مع وزارة الصناعة والمعادن، بغرض تأهيل إحدى محطات الكهرباء في العاصمة بغداد». وتابع أن «الصادرة (٣٢١) من قانون العقوبات تنص على أن يعاقب بالحبس وبالغرامة أو إحدى هاتين العقوبتين: كل موظف أو مكلف بخدمة عامة ارتكب منفعة شخص على حساب آخر أو على حساب الدولة». يذكر أن هيئة التأهيل سيق إن «أعلنت إحصائية بعد التمهين في القضايا الجزائية الخاصة بوزارة الكهرباء والتي شملت (٣١٥) متهمًا، بينهم (٧) وزراء و(٥) وكلاء ووزير (١٧٧) مديراً عاماً و(٢٤٣٣) موظفاً بمنصب أدنى».

لجنة الاقتصاد النيابية، محمد الزبيدي، عن آخر تطورات إقرار الموازنة العامة، مطالبا الحكومة بإرسالها إلى مجلس النواب قبل يوم السادس من الشهر الحالي. وقال الزبيدي في تصريح صحفي: إن «مجلس النواب عمل ومن خلال النظام الداخلي على تمديد الفصل التشريعي الثاني من السنة الأولى من أجل العمل على إقرار الموازنة العامة»، مشيراً إلى أنه «يتحتم على الحكومة إرسال الموازنة العامة قبل يوم السادس من الشهر الحالي». وأضاف أن «وزارة المالية والجهات المعنية تواصل عملها من أجل إكمال إدراج جميع الفقرات في الموازنة العامة». وتابع أنه «في حال نجتحت الحكومة في إرسال الموازنة العامة إلى مجلس النواب، فإن الأخير سيمسح في عقد التأهيل لحين إقرارها بدون الحساب إلى المحطة التشريعية». وكانت اللجنة المالية قد كشفت، في وقت سابق، عن حجم الموازنة الاتحادية لعام 2023 التي ستبلغ أكثر من 210 تريليونات دينار (ما يقارب 130 مليار دولار)، مشيراً إلى تخصيص 8 تريليونات دينار لبرنامج تنمية الأقاليم، وذلك لأول مرة منذ 2003.

سعر الصرف لعدة أسباب وردت في التقرير من جانبها، قالت زميلتها في اللجنة الثانية، أخلص الدليمي، في حديث لـ «الزوراء»: إن الموازنة العامة لعام 2023 ستتراوح بين 130 إلى 140 تريليون دينار، وسترسل إلى البرلمان خلال اليومين المقبلين. وقالت عضو اللجنة الثانية، ثمرين معروف، في حديث لـ «الزوراء»: إن موازنة عام 2023 مازالت لدى الحكومة لكن من المتوقع أن تكون موازنة جيدة ومغايرة عن الموازات السابقة، وستركز على المشاريع الاستثمارية والتنموية، لتعويض غياب الموازنة عن عام 2022. مؤكدة: أن الحكومة كان من ضمن أولويات منهاجها هو إقرار الموازنة العامة بأسرع وقت. وأضافت: أنه حسب المناقشة مع الصراف للدولار مقابل الدينار، فإن الموازنة لا تتضمن تغيير سعر الصرف للدولار مقابل الدينار، لأن الحكومة ليس من صلاحياتها تغيير سعر الصرف، كون البنك المركزي العراقي هو الجهة المعنية حصراً برسم السياسة النقدية وفقاً للمادة ١١٠/ ثانياً من الدستور، وأكد مؤخرًا في التقرير الذي أرسل إلى اللجنة المالية النيابية عدم وجود نية لإجراء تغيير على



برئاسة العراق.. إطلاق منتدى الحضارات العريقة في بغداد.. ص2

ثنائية مبابي تقود منتخب فرنسا لتأهل إلى ربع نهائي المونديال على حساب بولندا
وكالة الفضاء ناسا تستثمر ٥٧ مليون دولار لبناء طرق ومنصات هبوط على القمر

السوداني يوجه بمعالجة ارتفاع سعر الصرف والبنك المركزي يقرر زيادة الحصص الأسبوعية لمبيعات الدولار

الاجنية في الأسواق المحلية تقرر زيادة الحصص الأسبوعية لمبيعات النقدية الدينار. وأصدر البنك المركزي إعاماً على جميع المصارف وشركات الصيرفة وشركات التحويل بيع وشراء العملة الأجنبية، أكد فيه أنه انطلاقاً من أهداف هذا البنك في تحقيق الاستقرار في السوق المالي، وطلب المرفوع على العملة

المواطنين الراغبين بالسفر أو العلاج خارج العراق. وأكد «الزوراء»: أن «البنك المركزي يقرر زيادة الحصص الأسبوعية لمبيعات النقدية الدينار». وأضاف أن «البنك المركزي يقرر زيادة الحصص الأسبوعية لمبيعات النقدية الدينار».

محمد شياع السوداني، التقى محافظ البنك المركزي مصطفى غالب مخيف، مبيناً أنه «استمع إلى إيجاز عن سير العمل التنظيمي وسياسات البنك المركزي في الطائعين المالي والنقدي، ووجهه السوداني «بإجراء المعالجات اللازمة لتوفير العملة الأجنبية في السوق المحلية وفق الآليات والأظمة القانونية للبنك المركزي، وأيضاً توفيرها

بغداد/ مصطفى العتايي: وجه رئيس مجلس الوزراء، محمد شياع السوداني، بمعالجة ارتفاع الحاصل في سعر صرف الدولار مقابل الدينار، فيما قرر البنك المركزي زيادة الحصص الأسبوعية لمبيعات النقدية من عملة الدولار. وقال المكتب الإعلامي لرئيس مجلس الوزراء في بيان تلقته «الزوراء»: أن «رئيس مجلس الوزراء،

رئيس الوزراء يوجه باستكمال متطلبات تثبيت المتعاقدين

بغداد/ الزوراء: بشأن تثبيت المتعاقدين الذين تزيد مدة خدمتهم عن سنتين، وصدرت أوامر التعاقد معهم وفقاً لقراري مجلس الوزراء (315)، و337 لسنة 2019، وإرسالها إلى وزارة المالية، للتدقيق والتثبيت على اللازم، وأضاف: أن القرار يأتي إصفاً لثريعة العقود والأجراء اليومية، ولغرض النهوض بمصداقهم المعيشي الواجب على خدماتهم.

بغداد/ الزوراء: يضمن الدول ١٣ الأعضاء في منظمة البلدان المصدرة للبترول (أوبك) بقيادة السعودية وحلفائها المسترة بقيادة روسيا، سيعقد في ٢٣ يونيو ٢٠٢٣ في ليبيا أن أعاد تحالف «أوبك بلس» في نهاية اجتماع أمس الأحد، أكد على قراره السابقة بما في ذلك تعديل وتيرة

بغداد/ الزوراء: بشأن تثبيت المتعاقدين الذين تزيد مدة خدمتهم عن سنتين، وصدرت أوامر التعاقد معهم وفقاً لقراري مجلس الوزراء (315)، و337 لسنة 2019، وإرسالها إلى وزارة المالية، للتدقيق والتثبيت على اللازم، وأضاف: أن القرار يأتي إصفاً لثريعة العقود والأجراء اليومية، ولغرض النهوض بمصداقهم المعيشي الواجب على خدماتهم.

عضو بالقانونية النيابية يقترح العودة لـ «سنت» ليفو بدوائر متعددة في قانون الانتخابات

بغداد/ الزوراء: مصطفى فليح: اقترح عضو اللجنة القانونية والنائب عن دولة القانون، عارف الجمامي، العودة لنظام سانت ليفو بدوائر متعددة في قانون الانتخابات الجديد الذي يجري نقاشه في الإسراع السياسية، فيما توقع تقديم مشروع القانون إلى البرلمان بحلول الشهرين. وقال الجمامي في حديث لـ «الزوراء»: أن «ما يجري حالياً بخصوص قانون الانتخابات هو نقاش وحل أفكار ومقترحات لتعديل القانون وليست خلافات، ودائماً وجهات النظر تكون مختلفة لأنها إن كانت متطابقة فما فائدة

الجلوس والحديث والنقاش». وأكد وجود دعوات من قبل الأقطار التسقيفي ودولة القانون للعودة إلى نظام الانتخابات، مشيراً إلى أن ذلك «وجهة نظر موجودة بل حتى في فكر نفسه هناك من يرى من النواب أن القانون الحالي نظام الدوائر أفضل، وأخرون يرون العودة إلى النظام القديم». مبيناً أنه «حتى نحن داخل دولة القانون لدينا وجهات نظرية ووجه نظر الشخصية اعتقد أن العودة إلى نظام سانت ليفو بدوائر متعددة أفضل ونقوم باختيار المنطقة أو المحافظة».

بغداد/ الزوراء: ذكرت وكالة رويترز أن الرئيس السوري بشار الأسد رفض اقتراحاً لتثبيت نفسه في منصبه كرئيس طيب أردوغان، وذلك نقلاً عن مصادر قالت أيضاً أن دمشق «ترجي الأمر وحسب»، وإن الشقاء قد يحدث. وتلقت «الزوراء» عن 3 مصداق ومشتقاً بأنها «مطلقة مع موقف سوريا من الأحداث المحتملة» إن سوريا تقاوم جهود وساطة روسية لعدة قمع مع أردوغان، بعد عدة مرير على مدى أكثر من عقد منذ بدء الأزمة في سوريا، إن مصيرين تركيين، أحدهما مسؤول كبير، قال إن «مشق سوريا». وأوضح أردوغان في نقاش نقله التلفزيون في نهاية الأسبوع «لا يمكن أن يكون هناك ضغينة في السياسة». ودول ذلك، نقلت رويترز عن ثلاثة مصداق أن الأسد رفض اقتراحاً لمقابلة أردوغان مع الرئيس الروسي فلاديمير بوتين، حسب الشهر الماضي، إن تركيا يمكن أن



بايدن يعلن نفسه أعظم رئيس في تاريخ بلاده وترامب يدعو إلى إنهاء العمل بالدستور

بغداد/ الزوراء: واشنطن/ متابعة الزوراء: أعلن الرئيس الأمريكي، جو بايدن، أنه أعظم رئيس في تاريخ الولايات المتحدة «نظراً للجهودات منقطعة النظير التي لبجها لبلاده». فيما دعا الرئيس الأمريكي السابق، دونالد ترامب، الذي أعلن مؤخرًا عن ترشحه لخوض انتخابات

التراسة في 2024، إلى إنهاء العمل بالدستور لإلغائها نتائج انتخابات 2020. وقال بايدن: «أقول لكم لمأذا، لا يوجد إدارة قد بذلت مجهودات مثل تلك التي قمنا بها هذه الإدارة تحت قيادته». وجاء تصريح الرئيس الأمريكي في اليوم الافتتاحي مؤتمراً قمة الأمم

القبيلة في البيت الأبيض Tribal Nations Summit. أثار الرئيس الأمريكي، جو بايدن، هذه التصريحات في البيت الأبيض خلال القمة التي استضافتها وزارة الداخلية وتمتص الفرصة للرابرة والزعماء القبليين لمناقشة السبل التي يمكن للحكومة الفيدرالية أن تستثمر بها في العلاقات بين

أقوم بذلك... يأتي هذا التصريح في أعقاب انخفاض شعبية الرئيس بشكل كبير وارتفاع معدل عدم الرضا عن أدائه الوطني، وأوضح ممثلون إن الفوز إلى حصة الديمقراطيين في الانتخابات الضئيلة لم يغير ذلك.

أكد أن العراق ماضٍ بترسيخ تجربته الديمقراطية في احترام الحقوق والحريات



الطبيب، فيما أشار إلى أن من حق كل مواطن أن يكون لديه سكن لائق.

وقالت رئاسة الجمهورية في بيان صحفي: «الزوراء» أن «رئيس الجمهورية عبد الله جمال رشيد استقبل في قصر بغداد، الأمين العام لمجلس الوزراء حميد جعفر الميمني» انه «تم خلال اللقاء، بحث مجمل الأوضاع العامة سيما ما يتعلق باحتياجات المواطنين».

وأكد «ضرورة تعزيز الحق التحتية بكل

بغداد / الزوراء:

شدد رئيس الجمهورية، عبد اللطيف جمال رشيد، أمس الأحد، على ضرورة تعزيز البنى التحتية وتقديم أفضل الخدمات للعراقيين، جبرته أكد ان العراق ماضٍ بتسيخ تجربته الديمقراطية في احترام الحقوق والحريات. وذكّر بيان لرئاسة الجمهورية، تلقته "الزوراء": أن " رئيس الجمهورية، عبد اللطيف جمال رشيد، استقبل، في قصر بغداد، وفداً يمثل الجالية العراقية في المملكة الأردنية الهاشمية".

وأكد الرئيس، خلال اللقاء أن «البناء» الجائيات العراقية في بلدان العراق المختلفة يعملون رسالة مهمة وكبيرة تعكس صورة العراق وعق حضارته وتاريخه ودوره في خدمة الإنسانية، مشيراً إلى أن العراقيين «الخرج» مع سفراء بلدهم يمثلون بأخلاقتهم وقيماتهم و«تاريخهم».

وأشار إلى أن «البلد بحاجة ماسة إلى جهود أبنائه، ليسهموا في بناء العراق وتطوره وتقدمه».

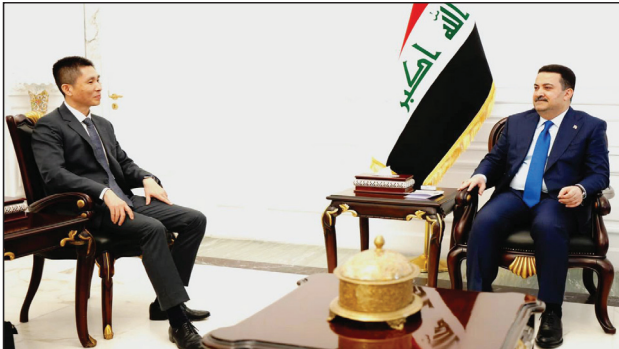
وأضاف راشد أن «العراق حاضرت به بطريق الديمقراطية ولعبت فيه دوراً يسرّخ فيه احترام الحقوق والحريات، لإسما أن الحكومة عازمة ضمن برنامجها على تقديم أفضل

خدمات والارتقاء بواقع العراقيين ومنهم
بناء الجاليات في دول العالم، ومد جسور
تواصل والتفاهم وتعزيز التقارب بين جميع
العراقيين".

استمع الرئيس إلى شرح من أعضاء الوفد عن
عقبات والمشاكل التي تواجههم في حياتهم
تأرجع البلد، مؤكداً استعدادهم لتسخير
طاقاتهم من أجل خدمة العراق وتطوره في
الجيلات كافة.

غضون ذلك، أكد رئيس الجمهورية، عبد

شكّل لجنة لتدقيق أرزاق أفراد القوات الأمنية وأعداد حمايات الضباط
بعلن مشاركة العراق في القمة العربية الصيد
عقدها في الرياض



مهام البعثة في إطار التعاون الأمني والعسكري مع العراق التي ينطوي عليها المشورة والتطوير وبناء قدرات القوات الأمنية العراقية. موضحاً أن "القوات الأمنية السودانية ضمن نشاطاتها أجزت زيارة رسمية إلى المملكة الأردنية وبحثت مع ملك الأردن العلاقات الثنائية والتأكيد على صاولة العلاقات والتشاور بين البلدين بما يحقق مصالح البلدين". وتابع أن "السوداني أجرى أيضاً زيارة إلى دولة الكويت، وبحث مع رئيس الوزراء الكويتي عبد الله

وأضاف أن "هذه
العام للقوات المسلحة
السوداني خلال
هو اجتماع بلجنة
الاجتماع للظفر في
ضوء الأولويات
ضرورة تقديم الدف
التسليح والتجهيز
أهمية".
وأشار إلى أن "ه
شياع السوداني
قائد بعثة الناتو
جيوغرافي م. ابي

بغداد/ الزوراء:
أعلن رئيس الوزراء، محمد شياع
السوداني، أمس الأحد، مشاركة
العراق في القمة العربية الصينية
المرمعة عقدها في العاصمة السعودية
الرياض، وفيما أشار إلى أن العراق
اعتمد مبدأ التوازن في العلاقات
الخارجية، أمر بتشكيل لجنة لتدقيق
أوضاع أفراد القوات الأمنية وأعداد
حمايات الضباط.

وذكر المكتب الإعلامي لمجلس الوزراء أن "الزوراء" هي "السواندي" استقبلت سفير جمهورية العراق الشعبية في العراق نسوي وجرى خلال اللقاء التباحث في توطيد العلاقات الثنائية بين البلدين. وتضمنتها، في المحادثات الاقتصادية والثقافية، كذلك في مجال الطاقة والاستثمار.

وبيّن المصدر، بحسب البيان: أن العراق اعتمد مبدأ التعاون في العلاقات الخارجية، مع اعزاز من استقرار وتحقيق مصالح شعبه في المنطقة، مشيراً إلى "غبة" الحكومة في توسيع آفاق التعاون مع الصين في مختلف القطاعات.

وأكد خلال اللقاء "مشاركة العراق في التنمية العربية الصينية الرامعة في العاصمة العراقية الموصل".

من جانبه، نقل السفير الصيني تحتيات العلاقات الصينية لريسي مجلس الوزراء، حرصها على إقامة علاقات التعاون والشراكة مع

خلال أعمال منتدى الحضارات العريقة بنسخته السادسة

وزير الخارجية يعلن إعادة ١٨ ألف قطعة أثرية ويؤكد أن العراق تعرض لسرقة ممنهجة لآثاره

ولفت إلى أن "الحكومة العراقية بذلت جهوداً لوقف العمليات التخريبية ضد الآثار، إذ تمّت إعادة أكثر من 18 ألف قطعة أثرية مهربة"، معرباً عن "امله بتعزيز التعاون الثنائي والتنسيق لإعادة الآثار المسروقة كافة".

وتابع أن "المنتدى الحضاري فرصة للتواصل النوعي"

وبدوائر متعددة

وهناك مسؤولية أمامه في المستقبل للأخذ بزمام التعاون المشترك،" منوها بأن "تحديات التغيير المناخي تتطلب تعاوناً مشتركاً".

وتابع أن "منتدى الحضارات يعد نهجاً دبلوماسياً لدعم الجهود العالمية في مواجهة التحديات"، مبيناً أن "العراق تعرض في فترات مختلفة لسرقة منهجية لتهديب تراثه الثقافي".

سنة ليغيا إلى الانتخابات

بيرة بسبب الأزمات واختلاف المصالح، مبيّناً "الحوار الثقافي يمثل شرطاً لتعزيز التفاهم".

إضافة أن "أغلب حضارات العراق تعرضت لهجمات مختلفة، والإرهاب كانت له يد في تدمير معالم الحضارية، إلا أن تلك الأعمال الإرهابية لم تكنها طمس التاريخ".

وأشار إلى أن "العراق يتجه رؤية تشاركية،

**رفع تقديري مشروع القانون
النيابية يقترح القانون**

بغداد/ الزوراء:
انطلقت في العاصمة بغداد، امس الأحد، أعمال
متمتد الحاضرات العربية بنسخته السادسة
بمشاركة دولي، فيما أعلن وزير الخارجية فؤاد
حسان إعادة 18 ألف قطعة أثرية مهربة.
وقال حسين، في كلمته خلال افتتاح المنتدى
تابعته "الزوراء"، إن "العراق يواجه تحديات

عضو بالقانونية

حضور ممثلي الوزارات المعنية،
على أن رئيس مؤسسة الأبراراني
خيرية موسى احمد وممثل عن
وزارة الداخلية في إقليم كردستان
سين كلاري.

كدت جابرو خلال الاجتماع: أن
لوزارته تعمل بصورة مستمرة على
مواجهة كافة الاحتياجات وتقديم
مساعداً الضرورية لكافة
نازحين اللاجئين من مطلق
سؤوليتها الخدمية والانسانية.

من جهة، أكد كلاري أن "زيارته"
بغداد هي ضمن استراتجية
استجابة الانسانية ودعم النازحين
شديداً العودة الطوعية، مشيداً
بجهود الوزير خلال السنوات
الاضائية لخيمات النزوح وللنازحين
سورة عامة.

بغداد / الزوراء:
أعلنت وزارة الهجرة والمهجرين
أنها وافقت على جابرو، أصم الأحد،
حرس الوزارة واللجنة العليا
للإغاثة وجميع المهجرين في توفير
الخدمات المناسبة والأمن لضمان
سكوتهم جميع المهجرين إلى مناطق
استخدامهم الأصلية.
وقالت الوزارة في بيان تلقته
"الزوراء:" إن "جابرو أكدت
حرس الوزارة واللجنة العليا
للإغاثة وجميع المهجرين في توفير
الخدمات المناسبة والأمن لضمان
سكوتهم جميع المهجرين إلى مناطق
استخدامهم الأصلية". لافتة إلى أنه
"جاء ذلك خلال رؤسها اجتماع
اللجنة العليا للإغاثة وجميع المهجرين
(الجلسة ١٦٤ سنة ٢٠٢٢).

الشمري يؤكد ضرورة منع الإرهاب من الحصول على مواد تدخل في صناعة أسلحة غير تقليدية



بغداد/ الزواء؛ أكد وزير الداخلية، عبد الأمير الشمري، أمس، أن الإبراهيم بن الحضور على حصوله في العراق، من شأنه أن يفتح صفحة جديدة في العلاقات العراقية مع إيران، وقال الشمري، "إننا نأمل أن تكون هذه الزيارة الأولى لوزير الداخلية الإيراني في العراق، وأن تكون بداية لتعاون أكبر بين البلدين في مختلف المجالات".

**وزير الثقافة: منحة الصحفيين
والفنانين ستوزع بشكل كامل**



**وزير التعليم يوجه باستكمال تطوير
المختبرات التعليمية في جامعة تكريت**

[illegible]

وزير الهجرة: حريصون على تأمين جميع احتياجات ومتطلبات النازحين



بغداد/ الزوراء: فاضل وزير الهجرة والمهجرين إيفان شكوت جابريو، أمس الأحد، حرص الوزارة واللجنة الأعلى لإغاثة ودعم النازحين على توفير العونة المالية والأمانة لضمان عودة جميع النازحين إلى مناطق سكناهم الأصلية.

وقالت الوزارة في بيان تلقته "الزوراء"، إن "جابريو أكد حرص الوزارة واللجنة الأعلى لإغاثة ودعم النازحين على توفير العونة المالية والأمانة لضمان عودة جميع النازحين إلى مناطق سكناهم الأصلية"، لافتة إلى أن "جاء ذلك كإحدى ترسيخاته استمساكاً بالالتزامات التي تعهدت عليها اللجنة الأعلى لإغاثة ودعم النازحين، (الجنة الأعلى) لسنة ١٩٦٤ (٢٠٢٢).

النواء رسول يعلن عن توجيهات لمسك الخط الصفري وتسليم ملف المدن للشرطة



بغداد/ الزوراء: أعلن المتحدث باسم القائد العام للقوات المسلحة اللواء يحيى رسول، أمس الأحد، عن توجيهات لمسك الخط الصفري، فيما أشار إلى البدء بتسليم ملف المدن للشرطة. وقال رسول في مؤتمر صحفي إن «القائد السويدي أكد خلال الاجتماع الأمني الوزاري ضرورة مسك الحدود من قوات حرس الحدود ومسك الخط الصفري من القوات الجارية إيران وتركيا»، مشيراً إلى «أهمية تعزيز قيادة قوات حرس الحدود بالأسلحة والمعدات والأشخاص بما يضمن أن تمسك الحدود بشكل جيد».

وتشدّد أن «العراق يرفض أن تستخدم أرضه بإعتداء على أي دولة جارة»، لافتاً : «إننا نمتلك علاقات طيبة مع دول الجوار كافة ونسعى إلى تطويرها بما يخدم مصلحة الأوطان، مع ضرورة احترام سيادة العراق».

وأضاف أن «تعزيز الحدود أمر منطقي بالقيادة العسكرية، والأمر المهم هو مسك

الحدود والخط الصفري»، مشيراً إلى أن «العمل مستمر وفق توجيهات القائد العام للقوات المسلحة من أجل حفظ الأمن والاستقرار وسيادة العراق».

وبشأن تسليم ملف المدن للشرطة، أكد رسول أن «التوجيهات التي صدرت تتضمن أن يكون حفظ الأمن داخل المدن على قوات الشرطة القادرة، لافتاً إلى أن «قوات الداخلية قادرة على حفظ الأمن وتمتلك كل الفاصل التي تستطيع من خلالها حفظ الأمن الداخلي في المدن».

وسين «الجيش يجب أن يخرج من المدن ويكون في معسكرات خاصة به لإعادة التنظيم، حيث أن واجبه الدفاع عن العراق في حال وجود أي تهديد على أرضه»، مشيراً إلى أن «الخطوات تجري بشكل دقيق وباتت عملية استبدال بعض قطاعات الجيش بقوات الشرطة».

وذكر أن «الأمن الداخلي من أولويات وزارة الداخلية»، موضحاً، إن «البلاد تشهد أمن واستقرار وهذا جاء بتعليمات كبيرة قدمها الشعب العراقي».

الإعدام لقاتل القيادي في حركة «العصائب» وسام العليايوي

ميسان/ الزوراء: قضت محكمة جنابات محافظة ميسان بالإعدام بحق قاتل القيادي في حركة عصائب أهل الحق، وسام العليايوي. وقال مصدر قضائي إن «محكمة جنابات ميسان حكمت بالإعدام بحق المتهم سجاد أسعد علي أكيحظ على خلفية قتل القيادي في حركة العصائب وسام العليايوي».

وقتل وسام العليايوي مع شقيقه عصام جراء هجوم على مقر حركة العصائب في ميسان، وفق ما أعلنته الحركة في نشرتين الأول ٢٠١٩.

الأنبار تعلن اجتاحتها للجهد الخدمي وتوضح بشأن تملك الأراضي الزراعية

الأنبار/ الزوراء: أصدر قائممقام قضاء الرماحي، إبراهيم العوسج، أمس الأحد، توضيحاً بشأن تملك الأراضي الزراعية في المحافظة، فيما أكد حاجة المدينة إلى الجهد الخدمي. وقال العوسج في تصريح صحفي إن «التعليمات الخاصة بتمليك الأراضي الزراعية لم تصل إلّا الآن من الأمانة العامة لمجلس الوزراء والآليات الخاصة بها، وكذلك لم تصل التعليمات من قبل وزارة البلديات والأشغال العامة لوجود إشكالية في مصادرة التصاميم وتغيير الاستعمالات». وأضاف أن «تمليك الأراضي الزراعية يحتاج إلى موافقة وتدخل من قبل وزارة البلديات والأشغال العامة»، مؤكداً أن «الدوائر المختصة في المحافظة مسعدة للمباشرة بالقرار حال وصول التعليمات من الأمانة العامة لمجلس الوزراء». وفي سياق آخر، أوضح العوسج أن «مدينة الرماحي تحتاج إلى جهد هائل في مجالات عدة وخصوصاً الجاري والخدمات البلدية والكهرباء وكذلك إلى آليات ودعم خاصة مع بداية فصل الشتاء».

وتابع أن «هناك مشاكل كبيرة ما زالت عالقة حتى الآن، ونحتاج إلى الجهد في مجالات عدة».



بغداد/ الزوراء: أصدر مجلس الخدمة الاتحادية، أمس الأحد، توضيحاً جديداً بشأن التعيينات، فيما أشار إلى أن التعيينات الحالية لذوي المهن الصحية الساندة فقط.

وذكر المجلس في بيان ورد له -«الزوراء»- أنه «بأبانتنا الخريجين جميعاً وخصوصاً فئة حملة الشهادات العليا والأوائل والعلوميين بعدم الانجرار وراء محاولات الإقتران من قبل أصحاب النفوس الضعيفة، والحد من الحذر ممن يبتز الخريجين بغية الحصول على منافع شخصية مقابل ادعاءات زائفة تتعلق بتعيينهم، أو من يحاول بث إشاعات حول الموضوع نفسه أو حول طريقة توزيع الوظائف وحملة الشهادات على الوزارات والهيئات والمؤسسات».

وأضاف البيان أن «مجلس الخدمة العامة الاتحادي قد أكد في أكثر من مناسبة أن التعيينات تسير وفقاً لإجراءات قانونية ومعايير زهيرة ووصية وحرس المجلس على عدم إتاحة أي مجال للتلاعب بهذه التعيينات».

وتابع أن «المجلس ليست لديه حالياً أية تعيينات عدا تعيينات ذوي المهن الصحية الساندة، والبالغ عدد درجاتها ٣٧٩١ ثلاثة آلاف وسبع مائة وواحد وتسعين درجة وظيفية»، مستذكراً «وقد انجز كل كواتها وسيعمل تناحش المتقدمين إليها في الاستمارة الإلكترونية».

اعتقال 6 تجار مخدرات وإرهابي بداعش في ثلاث محافظات



بغداد/ الزوراء: أعلنت خلية الإعلام الأمني، أمس الأحد، اعتقال ٦ متهمين بتجارة المخدرات والإرهابية بداعش في ثلاث محافظات. وذكرت الخلية في بيان ورد له -«الزوراء»- أنه «وفقاً لمعلومات استخبارية دقيقة

أُلقت مفارز مديرية استخبارات وأمن بابل التابعة إلى المديرية العامة للاستخبارات والأمن في وزارة الدفاع القبض على أحد عناصر عصابت بداعش الإرهابية، نفذ العديد من العمليات الإرهابية استهدفت قواتنا الأمنية في الإصوام (٢٠١٣-٢٠١٤)».

الكهرباء تحدّد آلية احتساب كمية الطاقة الواردة من الربط مع دول الجوار



بغداد/ الزوراء: حذرت وزارة الكهرباء، أمس الأحد، ٥ أهداف إيجابية من الربط مع دول الجوار، وفيما بيّنت أن الربط سيهدد مناطق مهمة غربي البلاد، أكدت أن الضياعات في الربط لن تتجاوز الـ ٣ بالمائة. وقال المتحدث باسم وزارة الكهرباء أحمد موسى في تصريح صحفي إن «الربط الكهربائي مع دول الجوار يحقق استقرارية لشبكة وتبادل منفعة للطاقة بأوقات الذروة»، مبيّناً أن «الربط الكهربائي جاء وفق ما معمول به عالمياً، في دول الاتحاد الأوروبي ودول الخليج العربي».

وأضاف أن «العراق سيتحاسب على أساس ما يحتاجه من طاقة التي ربما تنقضي الحاجة إليها بأوقات وتسددي بأوقات الذروة لسد جزء من النقص الحاصل في الطاقة»، لافتاً إلى أن «مشايع الربط الكهربائي تدعم وتزيد ساعات التجهيز في بعض المناطق الكاربت الكهربائي العراقي - الأردي والذي من شأنه أن ينغش مناطق القائم وعكاشات وحصية».

وأشار إلى أن «تلك المناطق عانت من تدفق البني التحتية لقطاع الكهرباء، وتحتاج إلى مدد زمنية بغية إنشاء محطات وخطوط

للطاقة»، موضحاً أن «جملة تلك المشايع هي أساس لما عرضته الوزارة من تحقيق فائدة للبلد ودخل العراق يسوق الطاقة». وأكد، أن «البلاد في أوقات الذروة قد تحتاج إلى طاقة وتجاوزها ويحقق معالجة انخفاض الفولتيات ويعالج الاستقرار أي مبالغ مالية»، مستذكراً أن «العراق لديه فجوة ما بين العرض والطلب قرابة ١٠ آلاف ميغا واط، فنياً في جميع دول العالم».

الأسدي: سنطبق قانون العمل الذي يلزم تشغيل عامل عراقي مقابل كل أجنبي



بغداد/ الزوراء: الأسدي، أمس الأحد، تطبيق قانون العمل الذي يلزم تشغيل عامل عراقي مقابل كل أجنبي.

بغداد/ الزوراء: الأسدي، أمس الأحد، تطبيق قانون العمل الذي يلزم تشغيل عامل عراقي مقابل كل أجنبي.

مركز بحثي يناقش أزمة المياه ويستعرض الحراك الحكومي مع دول المنبع



بغداد/ الزوراء: أقام مركز الفرائين للدراسات والبحوث ورشة حوارية تحت عنوان «مشكلة المياه... حلول ومعالجات» بحضور حكومي ونيابي. وقال مستشار وزارة الموارد المائية محمد العزاوي في تصريح صحفي إن «الندوة تناولت مشكلة المياه ببعديها الداخلي والخارجي»، مؤكداً التركيز على البعد الداخلي على الرغم من سياسية دول المنبع التي تريد الحفاظ على مصالحها الذاتية».

وأشار إلى أن «الندوة ركزت على أهم التحديات التي تواجهها وزارة الموارد المائية لإدارة المياه في الشأن الداخلي ونحتاج إلى الكثير من التشريعات وتضمن مواد دستورية وإجراءات توعية جميع المستويات بأهمية المياه».

فيما قال مدير عام الدائرة الفنية وزارة البيئة عيسى الفياض في تصريح صحفي: «إن استهلاك الفرد العراقي كبيرة مقارنة بشخص المياه جميع دول العالم تعاني أزمة شح مائية بسبب التغير المناخي وتقليل المياه من دول المنبع». وأضاف أن «كمية المياه التي يحتاجها العراق من دول المنبع تعتمد على درجة التوعية ومواسم الزراعة ومعالجة مياه الصرف الصحي لغراض الزراعة والري». وأكد، إن «هذه الاقتراحات ستقدم بشكل رسمي إلى وزارة الموارد المائية ورئاسة الوزراء والجهات ذات العلاقة».

وتقليلها من دول المنبع».

البيئة تكشف عن أربعة جوانب مهمة للعراق في اتفاقية باريس للمناخ

بغداد/ الزوراء: كشفت وزارة البيئة، أمس الأحد، عن 4 جوانب مهمة للعراق في اتفاقية باريس للمناخ. فيما أشار إلى تأسيس صندوق خاص بالخسائر والأضرار المتعلقة بالتأثيرات الناتجة من التغيرات المناخية. وقال مدير عام الشؤون الفنية في وزارة البيئة عيسى الفياض في تصريح صحفي إن «اتفاقية باريس لتغير المناخ والموقعة في العام ٢٠١٥ مرتبطة بالمياه والزراعة والصناعة والكهرباء، والهدف منها تقليل

بغداد/ الزوراء: الأسدي، أمس الأحد، تطبيق قانون العمل الذي يلزم تشغيل عامل عراقي مقابل كل أجنبي.

سكالوني: هولندا لا تقدم كرة جميلة

الدوحة / متابعة الزوراء: أكد المدير الفني لمنتخب الأرجنتين ليونيل سكالوني سعادته بالأداء الذي قدموه في لقاء أستراليا، إذ انتصر راقصو التانجو 2 - 1 في ضمن نهائي كأس العالم قطر 2022. وقال سكالوني في مؤتمر صحفي عقب اللقاء إن منتخب بلاده لم يكن يستحق المعاناة في نهاية هذه المواجهة. وأوضح أن مباريات الموندال الحالية «صعبة للغاية» خاصة أن المنتخب الأسترالي يجيد الضغط. وعن مواجهة هولندا بقيادة المدرب لويس فان جال، قال سكالوني: «أشعر بالفخر فهو مدرب كبير وكان يقود برشلونة حين كنت لاعبا في ديورتيفو لأكورونيا. فان جال مدرب كبير ويعلم منه الجميع». وأشار إلى أن منتخب هولندا لا يقدم حاليا الكرة الجميلة المعتادة، لكن اللقاء سيكون قويا، لكن للأسف أحد المنتخبين سيفقد من ربع النهائي». وأكد سعادته «بالحضور الجماهيري الرائع»، وصرح: «أشعر أنني ألعب في الأرجنتين، هذه ذكريات جميلة ستبقى معي بعد العودة إلى بلادي».

No: 7851 Mon 5 Dec 2022

www.alzawraapaper.com

العدد: 7851 الاثنين 5 كانون الاول 2022

مرايا الموندال



نجم كوريا الجنوبية يغلق هاتفه بعد منات طلمات الزواج



الدوحة / متابعة الزوراء:

كشفت تقارير صحفية إنجليزية عن معاناة اللاعب الكوري تشو جيو سونغ بعد تألقه مؤخرا في كأس العالم من محاولات الجماهير التواصل معه. وجاء هذا بحسب ما ذكرت صحيفة «ديلي ميل»، والتي أكدت أن اللاعب اضطر لإغلاق هاتفه من كثرة طلبات الزواج التي تصله في مكاتبات منافسة. وأوضحت الصحيفة أن اللاعب الذي كان حسابه في «إنستغرام»، بوجه فيه 20 ألف متابع فقط، قد تضاعف ذلك الرقم لديه لحالي مليوني متابع في ليلة وضحاها. وكان اللاعب قد سجل ثنائية ضد غانا ساهمت في صعود المنتخب الكوري إلى دور الـ 16. إذ نجحوا أيضا في قلب تأخرهم أمام البرتغال بهدف نظيف إلى تقدم بهدفين بهدف.

جدير بالذكر أن المنتخب الكوري على موعد مع مباراة العالم في المباراة التي تقام مساء اليوم الاثنين.

اليوم الثالث من دور الـ 16

منتخب السليساو يريد إنهاء حلم الشمشون والخبرة الكرواتية تهدد الأعلام اليابانية



الدوحة / متابعة الزوراء:

رغم محاربة لجنة الإصابات لعدد كبير من نجومه، يسعى منتخب البرازيل لمواصلة حلمه نحو استعادة لقب كأس العالم الغائب عن خزائنه منذ 20 عاما، حينما يواجه كوريا الجنوبية، اليوم الإثنين، في دور الـ 16 لموندال قطر.

وقبل المواجهة المرتقبة التي تجري على ملعب (974)، تعرض 5 من نجوم المنتخب (السامبا) للإصابة خلال البطولة، إذ كانت البداية مع أبرز نجومه نيمار، الذي تعرض للثلاثاء في كاحل القدم في بداية لقاءات البرازيل بالبطولة أمام منتخب صربيا، مما تسبب في غيابه عن مباراتي الفريق الأخيرين بمرحلة المجموعات. كما يعاني دانييلو وأليكس ساندرو من إصابة حرمتهما من اللعب أمام الكامريون، في آخر مباريات البرازيل بدور المجموعات، والتي شهدت إصابتي بالغلتي في الركبة لكل من جابريل جيسوس وأليكس تيليس، لاضطررا لعدم استكمال اللقاء.

وبينما يسابق نيمار الزمن للحاق بمواجهة كوريا الجنوبية، خصوصا بعد مشاركته في تدريبات الفريق مؤخرا، فإن الشكوك ما زالت تحوم بشأن إمكانية مشاركة ساندرو ودانييلو في اللقاء، بينما تأكد غياب جيسوس وتيليس عن باقي مباريات البرازيل في الموندال.

وتضع جماهير كوريا الجنوبية آمالا كبيرة على كاهل هيونج مين سون،

يحدثهما في مواصلة مشاورهما بالموندال.

وستكون المباراة التي تجري على ملعب (الجنوب) بمثابة مواجهة بين خيرة المنتخب الكرواتي وطموحات منتخب اليابان، من أجل الصعود لدور الثمانية بالموندال القطري. وصعد منتخب كرواتيا، الذي يشارك في كأس العالم للمرة السادسة في تاريخه، لدور الـ 16، بعدما



نوير: نشعر بألم وخيبة

ميونخ / متابعة الزوراء:

أعرب مانويل نوير، حارس مرمى منتخب ألمانيا، عن حزنه بسبب الخروج المبكر لمنتخب بلاده من كأس العالم (قطر 2022). ووقع منتخب ألمانيا كأس العالم من دور المجموعات، بعد احتلال المركز الثالث خلف اليابان وإسبانيا.

وقال نوير، عبر حسابه على «إنستغرام»: «الألم وخيبة الأمل عميقة». وأضاف: «الأمر المحبط بشدة، هو أننا لم نتمكن من إظهار أدائنا بشكل

بصير: الأسود أعادوا الاعتبار لجيل 98

الدوحة / متابعة الزوراء:

بين جيل 1986 بقيادة بادو الزاكي وعزيز بوقريالة وعبد المجيد الظلمي ومحمد التيمومي وغيرهم، وقد أجاد عدة كان في موندال فرنسا 1998 بوجود لاعبين مميزين يخترقون في أوروبا، أبرزهم في تلك الحقبة مصطفى حجي وعبد الجليل حداد، وكماشوش والمدافع الصلب نور الدين النيت وصلاح الدين بصير.

حذر بصير في حديث لوكالة فرانس برس من خطورة منتخب «لا روحا» الذي يمتلك كتيبة من الشبان الناضجين رغم صغر الفوز».

سهم «تكمين خصوصية إسبانيا في الاستحواذ، ولا يفقد لاعبوها الكرة بسهولة. في الوقت عينه لا يمكن منهم المساحات في الخلف وهذا سيكون أمرا صعبا على المنتخب المغربي».

وتابع صاحب الـ 27 هدفا في 59 مباراة دولية بين 1994 و2002 «من الناحية التكتيكية، ينبغي على المدرب (الركاكي) اللعب بأسلوب الدفاع المتقدم لخلق المنافذ أمام لاعبي إسبانيا وجعل استحوذهم سلبيا، والاعتماد على المراتد السريعة التي قد تكون مفتاح الفوز».



مفكرة الزوراء

الوقت	البطولة	المباراة
١٨:٠٠	كأس العالم ٢٠٢٢	اليابان * كرواتيا
٢٢:٠٠	كأس العالم ٢٠٢٢	البرازيل * كوريا الجنوبية

بعد الخروج من الدور الأول ... مقترح لتطوير كرة القدم السعودية



الدوحة / متابعة الزوراء:

لا صوت يعلو فوق صوت ضرورة احتراف اللاعبين السعوديين عقب كأس العالم قطر 2022. وطالب الإعلامي الرياضي محمد الدهش اتحاد كرة القدم السعودي ووزارة الرياضة بتحمل المسؤولية، لإخراج أكثر من لاعب للاحتراق الخارجي خلال الفترة المقبلة، رافضا التوقف عند النقطة نفسها بعد كأس العالم قطر 2022.

هناك أكثر من لاعب في المنتخب السعودي برز خلال موندال قطر وأصبح حديث الصحافة الأوربية، فبدأت أصوات الإعلام السعودي تتصاعد لمطالبة بفتح باب الاحتراف أمام اللاعبين.

أهم ما يحول دون احتراف اللاعبين السعوديين هو الراتب الكبير الذي يتقاضونه في الدوري المحلي، وهنا قدم الدهش مقترحه، إذ قال خلال تصريحاته لبرنامج «أكشن مع وليد»: «السعودية ليس لديها لاعب محترف، بعد كأس العالم هناك أكثر من لاعب ممكن أن يخرج

محمّد كنو وسعود عبد الحميد، خياران من الأفضل، لكن كيف يتم تسويقهما؟». وأضاف: «الإشكالية كم راتب اللاعب في الدوري السعودي؟ وكم سيتقاضى عندما يرحل؟ هناك حلقة مفقودة، لا بد من تدخل وزارة الرياضة واتحاد القدم للتكفل بالفارق بين الراتبين، نحن أمام مشروع وطن، لا بد أن نعمل على عامي 2026 و2030، علينا ألا نتوقف».

يذكر أن المنتخب السعودي ودع موندال قطر متقبلاً مجموعته برصيد ثلاث نقاط فقط، حصدها من فوز تاريخي أمام الأرجنتين بثنائية مقابل هدف وحيد، ثم هُزم أمام بولندا والمكسيك.

حديث الموندال

أليسون .. جدار البرازيل الصلب

ومن المتوقع أن يستعيد أليسون مركزه الأساسي ضد كوريا الجنوبية على ستاد 974 اليوم الاثنين بالإضافة إلى ثنائي قلب الدفاع المخضرم ماركينيوس وفالكاند تاجوس سيلفا وأمامهما لاعب الوسط الدفاعي الخبير كاسيميرو.

ويدرك حارس ليفربول الإنجليزي، الذي اختير أفضل حارس في العالم من قبل فيفا في 2019، أنه سيكون لديه المزيد من العمل مع بداية مرحلة خروج المغلوب حيث يتكسب حراس الرمي لكن الأهم متزايدة لا سيما في الوصول إلى ركلات الترجيح.

أهمية حارس فيفا في العالم من قبل فيفا في 2019، أنه سيكون لديه المزيد من العمل مع بداية مرحلة خروج المغلوب حيث يتكسب حراس الرمي لكن الأهم متزايدة لا سيما في الوصول إلى ركلات الترجيح.

أهمية حارس فيفا في العالم من قبل فيفا في 2019، أنه سيكون لديه المزيد من العمل مع بداية مرحلة خروج المغلوب حيث يتكسب حراس الرمي لكن الأهم متزايدة لا سيما في الوصول إلى ركلات الترجيح.

منيت بهدف في الوقت بدل الضائع. ما يعنى هذا الهدف، البرازيل من أن تكون أفضل دفاع في المسابقة بالتساوي مع خمسة منتخبات. وقال تافاريل مدرب حراس الرمي في النسخة الحالية، «يريدنا دفاع بطريقة جيدة جدا، الأمر لا يتعلق فقط بمدافعتنا أو لاعبي الوسط، لأن المهاجمين يسهمون بذلك أيضا وهذا أمر إيجابي لدينا، عندما تمنح الفريق المنافس من خلق الفرص فهذا يؤكد على قوتنا».

وقال تافاريل ميتسما: «أعلم أن حارس الرمي يشعر بالملل في بعض الأحيان، ويريد المشاركة، لكن (أليسون) جاهز».

وأضاف: «أرىته شديد التركيز، منتبها جدا للعبة، إنها شكل آخر من أشكال المشاركة في اللعبة، من خلال التواصل، من خلال مراقبة الحركة بنسبة مئة في المئة».

الدوحة / متابعة الزوراء: يتمتع منتخب البرازيل بأحد أفضل خطوط الدفاع في موندال 2022 حتى الآن، بموازاة مخزون لا يتفوق من المهاجمين في صفوفه، لدرجة أن حارس مرماه أليسون بيكر لم يتم بأي تصد قبل مواجهة كوريا الجنوبية اليوم الاثنين في الدور ثمن النهائي. الإحصائيات تؤكد ذلك بما لا يقبل الشك: ففي المباراتين اللتين انتهتا بفوز سيليساو على صربيا 2 - 0 ثم على سويسرا 1 - 0، لم يسدد المنافسان أي كرة باتجاه عرين أليسون، ما سمح للبرازيل بحسم تأهلها للدور التالي مبكرا قبل خوض مباراتها في الجولة الثالثة ضد الكامريون التي خسرتها 0 - 1، علما بأنها لعبتها بالتشكيلة البريئة.

في مواجهة الكامريون، وخلف دفاع معدل للغاية، شارك الحارس البديل إيدرسون وقد أبدى بلاء حسنا في التصدي لهجمات المنتخب الأفريقي، لكن شبابه

وفاة الإعلامي المصري مفيد فوزي

عن حسابه بموقع "تويتر": "الكاتب الصحفي الكبير مفيد فوزي بعد رحلة معاشه مع المرض، حيث أمضى ما يقارب الشهر تقريبا بأحد المستشفيات الخاصة، رحم الله الفقيد الغالي وألهم أسرته الصبر والسلوان".

وبعد الراحل مفيد فوزي، واحدا من أهم الإعلاميين والصحفيين وله تاريخ كبير في العمل الإعلامي والصحفي.

ولد فوزي في عام 1933 بمحافظة بني سويف، وسبق له أن قدم عشرات البرامج منذ ظهوره الإعلامي وتحديدا داخل أروقة ماسبيرو.



القاهرة/ متابعة الزوار:
توفي الإعلامي المصري الكبير مفيد فوزي، عن عمر ناهز الـ89 عاما.

وتدهورت صحة الإعلامي المصري، في وقت سابق، عقب عملية جراحية أجراها إثر تركيب قسطرة ودعمه في القنوات المرارية، و مر مفيد فوزي بأزمة نفسية كبيرة في الفترة الماضية بعد وفاة اثنين من أقرب أصدقائه، وهما الفنان سمير صبري والكاتب الصحفي صلاح منصور، وفقا لوسائل إعلام مصرية.

وكتب النائب المصري مصطفى بكري،

بوركنيا فاسو تقرر "التعليق الفوري" لبث إذاعة فرنسا الدولية "حتى إشعار آخر"



باريس / ا.ف.ب:

قررت بوركنيا فاسو "التعليق الفوري" وحتى إشعار آخر" لبث إذاعة فرنسا الدولية (إر إف إيه)، مخففة إياها خصوصا بنقل "رسالة تهريب" منسوبة إلى "زعيم إرهابي"، وفق ما أعلن المتحدث باسم الحكومة.

وجاء في بيان وقعه المتحدث باسم الحكومة جان إيمانويل أويديراغو أن الإذاعة، بنقلها هذه الرسالة، تسهم "بمناورة يائسة للجماعات الإرهابية بهدف ردع آلاف المواطنين من بوركنيا فاسو الذين تمت تعبئتهم للدفاع عن الوطن".

مطلع الأسبوع، نشرت "جماعة نصر الإسلام والمسلمين" التابعة لتنظيم القاعدة، مقطع فيديو يظهر فيه أحد قادتها في بوركنيا فاسو يهذّب بمهاجمة قري يدافع عنها جهاز "مطوعي الغرض عن الوطن" المؤلف من عناصر مدنيين لساندة الجيش والذي جند لثو 90 ألف عنصر خلال ثلاثة أسابيع أوجهه تصاعد الهجمات الإرهابية.

وتتهم الحكومة أيضا الإذاعة الفرنسية الحكومية، بأنها نقلت عن صحف الجمعة "معلومات مضللة تفيد بأن (الرئيس الانتقالي إبراهيم تراوري يقول إن محاولة انقلاب استهدفت سلطته)".

وذكر البيان بأنه "في الثالث من نوفمبر/ تشرين الثاني الماضي، عثرت الحكومة على استيائهما من السلوك المنحاز للصحفيين في وسيلة الإعلام هذه (إر إف إيه) وميلهم إلى تشويه صورة النضال الذي يخاطر فيه شعب بوركنيا فاسو من أجل قدر أكبر من الحرية والكرامة". وأضاف: "نظرا لكل ما تقدم، قررت الحكومة التعليق الفوري وحتى إشعار آخر، لبث برامج إذاعة فرنسا الدولية على كامل التراب الوطني".

وأفاد صحفي في وكالة فرانس برس بعد الظهور بأنه تعذر عليه الاستماع إلى الإذاعة. إلا أن الحكومة حرصت على "تجديد التأكيد للرأي العام الوطني والدولي على تسهكها بحرية الصحافة والبراري" و"بـ"حق الجمهور في الحصول على المعلومات"، مع "دعوتها إلى احترام القواعد والبادئ المفروضة في هذا الشأن" في بلدنا.

من جهةها قالت إدارة "إر إف إيه" في بيان مساء السبت أنها "ستستمر بشدة هذا القرار وتحتج على الاتهامات التي لا أساس لها من الصحة والتي تشكل في مهنتها".

وأضافت: "حدث قطع البث هذا بلا سابق إنذار ومن دون تنفيذ الإجراءات المنصوص عليها في اتفاقية بث إر إف إيه التي وضعها المجلس الأعلى للاتصالات في بوركنيا فاسو".

وأشارت إلى أن مجموعة "فرانس ميديا موند" التي تنتمي إليها "إر إف إيه" ستستجيب في "كل السبل للتوصل إلى إعادة بث إر إف إيه"، مذكرة بـ"تسهكها الثابت بحرية الإعلام وبالعامل المهني الصحفيين".

خبر في العلوم الإنسانية يرصد العلاقة بين الإعلام والهجرة



الرباط/ متابعة الزوار:

قال الدكتور المغربي عبد الله بوصوف، الخبير في العلوم الإنسانية، خلال مشاركته في ندوة نظمتها نادي الصحافة بطنجة، إن "هناك دينامية إيجابية تسجل في تناول الإعلام للهجرة في السنوات الأخيرة من الناحية العديدة، خصوصا مع الانتشار الواسع للجراند والمواقع الإلكترونية".

وأوضح أن عوامل أساسية ساهمت في هذه الدينامية، هي "حضور الهجرة بشكل متزايد كموضوع وكحقل دراسات في التكوينات الجامعية في مختلف الجامعات المغربية، وحتى في معاهد تكوين الصحفيين مثل المعهد العالي للإعلام والاتصال".

و"تخصيص عدد من الجرائد الإلكترونية وركنا قرا للمهاجرين ضمن اختيارها التحريرية"، والاستعمال المكثف للمهاجرين بوسائل التواصل الاجتماعي في التعريف بأنفسهم ونقل معيشتهم اليومية ومساكنهم.

وقدم الخبير ذاته بعض المقترحات المنهجية في التعامل مع قضايا الهجرة، حيث سجل أن معالجة وسائل الإعلام الغربية لمواضيع الهجرة من الضروري أن تأخذ بعين الاعتبار بعض الخصوصيات في بناء الموضوع، مشيرا إلى أن "غيا معرفة عميقة بإشكاليات الهجرة وغيا صحفيين متخصصين في قضايا الهجرة، بالإضافة إلى ضعف المعرفة بسياقات بلدان الهجرة الاقتصادية والثقافية والسياسية، يفرغ الموضوع من بعده الاستراتيجي، سواء في

يرتبط انتشارها بقوة الآلة الإعلامية والمالية التي تقف وراءها، وبالتالي وجب الحذر من المخاطر المتداولة على وسائل التواصل الاجتماعي، واكتساب الأدوات الفكرية والمهنية للمقاربة وتدقيق الأخبار قبل تحريرها، خصوصا تلك التي تجعل المهاجرين مصدرا للفوضى والجريمة والشغب وعدم الاستقرار في المجتمعات، والتي تكون مصحوبة بصور وحتى فيديو مفرجة.

مسألة ذات بعد استراتيجي بالنسبة للدول الأوروبية التي تشهد حضورا كبيرا للمهاجرين المغاربة، وموضوعا أساسيا في جميع المحافل الانتخابية، مع غلبة التوجه المحافظ الرافض للأجانب والمدايع عن الحماية الثقافية والدينية الغربية على حساب قيم التعدد والتنوع".

وأضاف أن الهجرة، على غرار باقي القضايا ذات النشئ السياسي، أصبحت مجالا خصبا للأخبار الزائفة، التي

الأجندة العالمية أو الأجندة الوطنية". كما ورد في كلمة بوصوف أن "خاصية السرعة التي تميز وسائل الإعلام الحديثة، وإن كانت تمكن من الوصول في وقت قياسي إلى الخبر من مصدره، فإنها تكفي في الوقت نفسه بمعالجته بشكل سطحي، مما يجعل حيزه الزمني قصير الأمد ephemère وتأثيره محدودا في الرأي العام".

وأكد بوصوف أن "الهجرة أصبحت

دروس مستفادة من تدريبات مركز التجويز وآراء الصحفيين المشاركين

شكل كبير في تطوير استراتيجية وخطة عمل لشروع الناشئ، وتحديد جمهور المستهدف وطرق الوصول له، كما أهتمت بالعديد من الأفكار التي يمكن تنفيذها مستقبلا لتطوير مشروع وتحقيق الاستفادة. وقال: "برنامج مركز التجويز غير تفكري تماما فيما يخص التعامل مع مشروع الناشئ، تعرفت أكثر على آليات السوق وطبيعة المانحين وتمكنت من تطوير خطط مختلفة في تخصص طرق الإبراء وصناعة المحتوى وتنويع مصادر الربح والتسويق للعلامة التجارية". وأضاف: "كما لغت الجلسات انتباهي لأهمية عمل الشراكات مع المؤسسات الأخرى، وهو ما بدأت تحقيقه على الفور، وأفادني بشكل كبير".

توازينا، قالت قبول العيسى، وهي رئيسة مؤسسة قرار للإعلام والتنمية وناشطة في شؤون اللاجئين الميمنين، إن أهم ما تعلمت من مركز التجويز هو البحث عن آفاق وآليات جديدة تضمن الاستفادة والعمل وتحقيق التوازن في مصادر الدخل، وعدم الاعتماد بالتحكم في المقدمة من الممولين فقط، والعمل على التسويق الإلكتروني للمؤسسة.

وكانت جلسة صفاء البيانات بالنسبة لقبول ذات أهمية قصوى، حيث تعلمت منها طرق الاستفادة من البيانات لاستدامة عمل المؤسسة، وإمكانية عمل تحقيقات مدعومة بالبيانات في مجالات مختلفة كالفن والثقافة والرياضة. وتقول: "ساهمت الجلسات في توضيح رؤيتي حول أهمية بناء شبكات العلاقات، والتوسع في عمل الشراكات لفتح آفاق جديدة للمؤسسة، والعمل على أشكال مختلفة من التعاون مع المؤسسات الأخرى، والتي لا تقتصر على التمويل فقط، مضيفة: "من أهم الأشياء التي تعلمتها أيضا، أنه قبل البدء في عمل أو مشروع لا بد من تحديد الفئات المستهدفة واحتياجاتها".

وأشارت العيسى بجلسات الموجه أحمد عصمت، التي ساعدته في تحديد الأهداف والرؤية لمؤسستها الناشئة عبر وضع نموذج واضح، ساعدها على رسم خطط عملية واضحة.

من جهته، قال سيف علي من العراق، والمشارك في برنامج مركز التجويز بمشروع أكد شوار، وهو موقع مستقل للتقارير الإخبارية مستعينا بالوسائل المتعددة والفيديوهات، إنه تغذى بمعلومات كثيرة من تدريبات مركز التجويز، وكان الصليب الأكبر منها في طريق جلسات الموجه أحمد عصمت، التي ساعدته على تطوير مشروعه، بجانب استفادته من الجلسات التي تناولت مسألة التمويل والاستدامة المالية.

(والاستدامة المالية (شبكة الصحفيين الدوليين)

كما ذكر السائق طرق العصور على أفكار إبداعية ومختلفة لنقص الفيديو، واستخدام عناصر التشويق والإثارة في كتابة القصة الصورية، وكذلك استخدام التقنيات الحديثة في عرض الفيديو، وشارك السائق في الإذاعة مجموعة من التطبيقات سهلة الاستخدام لمساعدة الصحفي في جميع مراحل إنتاج الفيديو، كالتصوير والمونتاج وغيرها.

وفي جلسة بعنوان "صفاء الواقع الافتراضي: الطريقة الجديدة لرؤية القصص"، عرفت هديل عرجة، مؤسسة Tiny Hand والمؤسسة المشاركة لـ Frontline، الواقع الافتراضي بأنه خلق واقعا موازيا للمشاهد يمكنه من أن يكون جزءا من الصورة الافتراضية، مشيرة إلى أهمية الواقع الافتراضي في منح المتلقي تجربة مستخدم مختلفة تجعله أكثر ارتباطا بالقضايا الناشئة.

كما تحدثت عرجة عن أهمية الواقع الافتراضي في سرد القصص، من خلال خلق التأثير باستخدام تقنية VR، مؤكدة أهمية تحديد الجمهور المستهدف والقضايا والموضوعات التي يهتم بها، من أجل تحديد للنص الإعلامي، تعرض القصص الافتراضية وطرق ترويجها بشكل جيد.

وشرحت عرجة خطوات ما قبل التصوير وكيفية بناء النص من الناحية التقنية لتسهيل مشاهدتها، مع مراعاة عدة نقاط أثناء التنفيذ، كالربط الجيد بين المشاهد وتقديم رسالة قوية وواضحة، وشاركت أيضا تجربتها في عمل الشراكات التي أسهمت في ترويج عملها والوصول إلى المانحين.

وفي الختام، كانت جلسة صفاء خريجي مركز التجويز التي تبادلوا الأفكار والدروس المستفادة من المشاركين الحاليين. وقدمت الصحفية الجزائرية سمر الدري خالصة تجربتها في مركز التجويز وقدمت بعض النصائح للمشاركين للتشجيع على الجهاد المثاب.

في ختام المعسكر التدريبي لبرنامج مركز التجويز للممارات الناشئة، عبر المشاركون عن مدى استفادتهم من الجلسات التدريبية، وكيف ساعدهم البرنامج بشكل عام في تطوير أفكارهم ومشروعاتهم الناشئة.

قال أحمد شوقي العطار، صحفي استقصائي مصري ومتخصص في صحافة المناخ، وشارك في مركز التجويز بمشروع "أوزون"، وهي منصة إعلامية متخصصة في قضايا تغير المناخ في مصر والشرق الأوسط، إن ما شاركته إبداعية بتكاليف قليلة، تحظى بإعجاب وتفاعل الجمهور، لافتا إلى أن قمة الفيديو

بعضها استلهمتها منها صلاح الدين، المدربة في صحافة البيانات، جلساتها التي حملت عنوان



عن "بناء العلامة التجارية للصحفيين"، تناول خلالها مفهوم العلامة التجارية أو الـ "Branding"، مشروعا إعلامية، موضحة الفرق بين التسويق والترويج.

وشرح عصمت خطوات بناء العلامة التجارية للمؤسسات الصحفية الناشئة وأبرز الأخطاء التي يقع فيها البعض أثناء هذه العملية، وكيفية تلافيها، موضحة بالأخطاء كيف تجتذ المؤسسات الشهيرة في بناء علاماتها التجارية، كذالك المفردة التي حفر في أذهان الجماهير.

تحدث عصمت عن ضرورة ارتباط العلامة التجارية برسالة أهداف المشروع، وكيفية الترويج لها في خلال الألوام والأشكال المختلفة، مؤكدا أن النهاية على ضرورة أن يكون الصحفيون أنفسهم علامة تجارية خاصة بهم وبعملهم، يتميزهم على الجمهور.

بدأت جلسات اليوم الثاني بجلسة جديدة لرمزي تسدر، بعنوان "تطوير المنتج وإدارة المشروع"، تحدث خلالها عن كيفية تحويل المحتوى الصحفي إلى منتج يمكن تسويقه والاستفادة منه، وذلك عبر دراسة الجمهور المستهدف، وتحديد شخصيات المستخدم وعمره وموقعه وأهتماماته وأفكاره واحتياجاته والصعوبات التي تواجهها، لتتمكن المؤسسات في النهاية من جذب إلى منتجاتها الصحفية والإعلامية.

تحدث تسدر عن الطرق المثلى لإجراء الشروع الناشئ، وكيفية الوصول للجمهور المستهدف، وشهد الأبحاث الخاصة لتطوير المؤسسات الناشئة وإنجاحها.

في ختام جلسات اليوم الأول للمعسكر التدريبي، عاد أحمد عصمت، بجلسة أخرى

الوسائل الجديدة: كيف يمكننا استحداث الذكاء الاصطناعي للمساعدة في تحقيق أهداف الاستدامة، شرح خالد وإيد، خبير التحول الرقمي في الوسائط الجديدة والتقنيات الناشئة وتطوير منتجات الوسائط الذكية، أنواع التقنيات التي يمكن للصحفيين استخدامها خلال عملهم، وكيفية توفير الذكاء الاصطناعي في العمل الصحفي.

وقدم وإيد قائمة كاملة بمجموعة من أشهر التطبيقات والأدوات التي تعتمد على الذكاء الاصطناعي لدعمها في العمل الصحفي بهدف توفير الوقت والجهد وتقليل التكلفة، ما يحقق بعض أهداف الاستدامة.

الجلسة التالية كانت لملحمة رمزي تسدر، وهو مؤسس الموقع الإخباري المستقل في الأردن "حبر" والمدير التنفيذي لخدمة الاستدامة "صوت"، وحملت عنوان "المقترحات لجمع التمويل ولتخ والترويج"، وتحدث خلالها عن الطرق المثلى لتقديم مقترح لجهات المانحة بهدف تمويل المشروعات والمبادرات الإعلامية الناشئة، وكيفية التعامل مع هذه الجهات، وما يجب على أصحاب المشروعات الناشئة عمله قبل التوجه بطلب تمويل، بجانب ضمان عامة حول مصادر التمويل المختلفة لضمان استدامة المشاريع الإعلامية.

قال تسدر إن البحث الجيد والمسبق لفرصة كل المعلومات المتاحة من المانحين وأهدافهم ومشروعاتهم السابقة وشروطهم وتفضيلاتهم وتكلفة التفاصيل ذات الصلة، هو نقطة البداية في عملية تقديم مقترح تمويل ناجح.

في ختام جلسات اليوم الأول للمعسكر التدريبي، عاد أحمد عصمت، بجلسة أخرى

باريس / متابعة الزوار:

حضر المشاركون /ات في برنامج مركز التجويز للممارات الإعلامية الناشئة في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا التابع لشبكة الصحفيين الدوليين تدريبات مكثفة لمدة يومين خلال المعسكر التدريبي الذي أقيم في عمان /الأردن وشارك فيه خبراء في مجال تطوير الشراكات الناشئة والأدوات الرقمية والاستدامة.

ويستمر برنامج مركز التجويز لمدة ١٠ أشهر بهدف مد يد العون ومساعدة صحفيين /ات من أصحاب المشاريع الإعلامية الرقمية الناشئة، في تحقيق أهدافهم من الصحفيين من خلال تزويدهم بالمهارات الرقمية والمهنية وربطهم ببعض الخبيرين في الصحافة والتمويل والاستدامة المثابة.

بدأ اليوم الأول للصحفيين التدريبي بجلسة ليديفي داس، مدير شبكة الصحفيين الدوليين IJNet، بعنوان "الإبراء الفعالة للفرق: النصائح والأدوات"، شرح خلالها تجربته في إدارة فريق متعدد الجنسيات من المخرجين والكاتب والمترجمين من جميع أنحاء العالم، وشارك خبراته في إدارة المشروعات وأستاليب، التواصل الفعال مع الصحفيين حول العالم من أجل توفير المساعدة الإعلامية لهم.

من جهتها، قدمت مساعداة البرامج في المركز الدول للصحفيين أت فرجسون جلستة في مركز التجويز تحدثت خلالها عن البرنامج الذي يقدمها المركز لخدمة الصحفيين حول العالم.

الجلسة التالية كانت بعنوان "أفضل نماذج الربحية لوسائل الإعلام الناشئة"، قدمها أحمد عصمت، استشاري تكنولوجيا الإعلام والتحول الرقمي، والموجه والمترجم في برنامج مركز التجويز، أجاب خلالها عن السؤال الملح لدى العديد من أصحاب المشروعات الإعلامية الناشئة: كيف يجب التمويل بذكاء؟

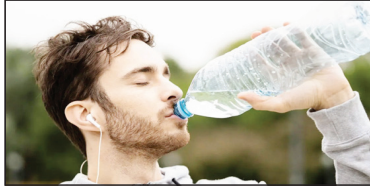
تحدثت عصمت عن أنواع مصادر الدخل ونماذج الربحية التي يمكن أن تعتمد عليها المؤسسات الإعلامية بخلاف المنح، وركز على نماذج الدفع مقابل المحتوى المقدم من وسائل الإعلام وأنواعه، وطرق الاستفادة منه لتحقيق الاستدامة.

كما شرح أنظمة التمويلات المختلفة، ومتى تنتقل المؤسسات من نوع إلى آخر، وسألها بالعديد من التجارب الدولية الناجحة في التعامل مع الشراكات والتدفع مقابل المحتوى. تحدثت عصمت مجموعة مصادر أخرى لتحقيق الأرباح في المؤسسات الإعلامية الناشئة، منها استخدام البيانات بطرق مبدعة، واستغلال المواهب والمهارات لدى العاملين، والاستفادة من مؤسسات المجتمع المدني والعمل معها.

وفي جلسة أخرى بعنوان "الذكاء الاصطناعي

طبيبك في بيتك...

فوائد غير متوقعة لشرب لترين من الماء في اليوم



قدم العديد من الأطباء والمختصين نصيحة بضرورة تناول الإنسان العادي ما لا يقل عن 8 أكواب من الماء للحصول على لترين من السوائل يوميًا، ولكن قد تكون هذه التوصية الشهيرة بتناول ثمانية أكواب في اليوم أكثر من اللازم بالنسبة للكثيرين منا. وحسب البحث فإن من يعيشون في مناخ غير حار، أو يقضون أغلب حياتهم تحت المكيف في المكاتب والمنازل، يحتاجون فقط إلى ما يقرب من 6 - 7 أكواب ماء أو 1.5 و 1.8 لتر فقط. وهذه المياه تتضمن إجمالي السوائل التي تدخل الجسم من الحليب والمشروبات الغازية والشاي والقهوة وغيرها. وأوضحت الدراسة أن شرب الماء بكمية أكبر من احتياج الجسم يسبب مخاطر صحية، ويجعل الشخص يستيقظ في منتصف الليل للذهاب إلى الحمام من أجل التخلص من هذه الزيادة كما قد تتسبب المياه الزائدة في إفساد أصوات من العدة بشكل مزمن. المعلومات الشائعة التي تحتاج إلى تصويب لا تقتصر على كمية الماء المطلوب شربها، بل تشمل كذلك توقيت الشرب، حيث يعتقد كثيرون في وجود فوائد صحية جمة لشرب الماء الدافئ عقب الاستيقاظ من النوم، لكن مجلس الصحة لدول مجلس التعاون الخليجي أكد أن ما يتناول في هذا الشأن "شائعة"، ولا يوجد أي إثبات علمي يؤكد أوقات محددة أكثر فائدة للشرب من غيرها، كما أنه لا يوجد فرق بين الماء البارد والدافئ من حيث الفائدة، خاصة أن فوائد الماء لا تتغير بتغير درجة حرارته. وتوضح المجلس بالالتزام بالحصول على الكميات المناسبة من الماء من أجل تجنب جفاف الجسم وسلامة الجهاز الهضمي وتحسين حركة الأمعاء، ويشكل الماء، فإن شرب الماء في درجة حرارة الغرفة ضروري لعملية الهضم، في حين أن شرب الماء المثلج يمكن أن يؤدي إلى أضرار صحية عديدة، مثل الإمساك والغثض وفقدان الإحلال والإضرار بصحة القلب والصداق وتراكم الدهون والدوار.

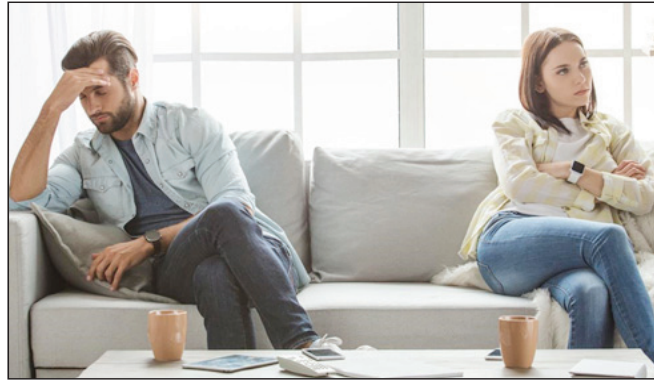
نصائح طبية

احذر من هذه الرائحة خلال تنفسك..

قد تشير لإصابتك بمرض الكبد الدهني

يصدر الجسم روائح غريبة غير معتادة في المراحل المتقدمة من مرض الكبد الدهني، حيث يوجد لدى معظم الناس بعض الدهون في الكبد، ولكن إذا تجاوزت التراكيز خمسة في المائة، فهذا يعني أنهم مصابون بمرض الكبد الدهني وفي هذا الحجم، يعاني الكبد من اضطرابات في أدائه الطبيعي بسبب توقف الدورة الدموية. ويعد مرض الكبد الدهني من بين الحالات الطبية "الصامتة"، التي لا تظهر عليها أعراض في المراحل الأولية، ويمنع الصعب تجاهل تطور مرض الكبد، لأن أمراض الكبد الخطيرة مثل تلف الكبد والغشلي الكبدية تنتج أعراضا مزمنة، ويعرف التشنج الكبدية بأنه سمة راسخة لأمراض الكبد الشديدة التي تسبب رائحة حلوة أو عفنة في كل من التنفس والبول، ويوضح موقع WebMD الطبي: "التنفس الكبدية رائحة نفس مميزة يمكن أن يعاني منها الأشخاص المصابون بأمراض الكبد إنه ليس لطيفا فيفصه الناس رائحة مزيج البيض الفاسد والوثم لكنها لا تتعلق بالرائحة أو صحة الأسنان". ويعني آخر، لا يمكن أن يساعد تفريش الأسنان في حل المشكلة، لذلك سيكون هناك ما يبرر المزيد من التدخل الطبي لعلاج السبب الأساسي والرائحة ناتجة عن إفراز ثنائي ميثيل ثاني كبريتيد وميثيل مركباتان، الناتج عن زيادة الميثيونين. ويؤدي هذا إلى تراكم مواد الكبريت في مجرى الدم وتنتقل طريقها إلى الرئتين قبل الزفير، وفي مرض الكبد الحاد، يتأخر الجهاز الهضمي بآي من وظائفه الطبيعية بسبب التهاب هذا يعني أنه سيواجه مشكلة في تصفية المواد السامة، والتي قد تسبب أضرارا جانبية كبيرة للأعضاء الأخرى. ويشرح موقع Medline Plus أن معظم التغيرات في رائحة البول ليست علامة على المرض وتخفي في الوقت المناسب وقد تؤثر بعض الأطعمة والأدوية، بما في ذلك المكملات، على رائحة البول وعلى سبيل المثال، بسبب تناول الهليون رائحة بول مميزة.

على التفاز وغيرها... فهذه القصص البسيطة قد تشعر المرأة بالضيق، الشك والغيرة على الزوج لأنها تخاف من أن تصبح الضحية يوماً ما. - نظرت الزوج إلى الأخريات: تعتقد المرأة أن من السهل جداً على الرجل أن يقترف خطأ الخيانة، لذا تتأثر في شكل كبير بأبسط الأمور وتشعر بالغيرة إن نظرت زوجها إلى الأخريات. - عدم رضى الزوج عن حياته: تشعر الزوجة بالتهديد إن قال لها زوجها إنه غير مرتاح أو غير سعيد في حياته، فهي قد تأخذ الأمور لمخني شخصي وتعتقد أنها السبب وراء تعاسة زوجها. وبالتالي تراودها الشكوك بأن زوجها سيحاول أن يبحث عن السعادة مع شخص آخر.



أهم العوامل التي تعزز غيرة الزوجة على الزوج!!

هل كنت تعلمين أن هناك عوامل خارجية مختلفة تعزز غيرة الزوجة على زوجها؟ اكتشفينا في هذا المقال:

- تراجع الثقة بالنفس: أثبتت الدراسات أن نسبة الغيرة لدى المرأة تزداد كلما تقدمت في السن. أي قد تتراجع ثقة المرأة بنفسها إن كسبت الوزن، ظهرت علامات الشيخوخة وغيرها من المشاكل التي قد تظهر مع الوقت. فهذه الأمور تؤثر سلباً في ثقة المرأة بنفسها وبمظهرها الخارجي، ما قد يجعلها تعتقد أن زوجها سيميل منها أو سيصبح غير منجذب إليها.
- قصص الخيانة: إن المرأة حساسة وعاطفية، بالتالي قد تتأثر بأبسط الأمور مثل سماع قصة خيانة من صديقها أو مشاهدة فيلم

دراسات حديثة...

على عكس المعتاد.. تعرف على فوائد المشي للوراء

تمتلك رياضة المشي فوائد عديدة، ولكن هل للمشي طريقة عكسية أي للخلف أي تأثرات على الصحة؟ وبخلاف ما يعتقد غالبيةنا بأن المشي عملية سهلة، إلا أنها تتطلب حيلة الأمل لتتسبب بين الأنظمة الرياضية والذهنية (الأحاسيس) المرتبطة بحركات مثل الدوران أو التحرك بسرعة، ونظام التحسس العميق (الوعي) ويمكن وجود أجسامنا في المحيط الذي نتواجد فيه).

ويصبح الأمر أصعب عندما نسير إلى الوراء، إذ يتطلب ذلك وقتاً أطول حتى تتمكن أدمغتنا من معالجة المعلومات الإضافية لتتسبب هذه الأنظمة ومع ذلك، فإن هذا المستوى المتزايد من التصدي يجلب معه فوائد صحية عديدة، فيجسب دراسة صادرة عن جامعة شرق لندن، فللمشي للخلف

فوائد كثيرة أبرزها تحسين التوازن. ويمكن للمشي للخلف أن يحسن المشي إلى الأمام (كيف يصفي الشخص) والتوازن للبالغين الأصحاء والذين يعانون من هشاشة العظام والركبة، ويؤدي المشي للخلف إلى اتخاذ خطوات أقصر وأكثر تكراراً، ما يؤدي إلى تحسين القدرة على التحمل العضلي لعضلات أسفل الساقين مع تقليل العبء على مفاصلنا. ويمكن أن تؤدي إضافة التغييرات في اللم إلى الانحدار أيضاً إلى تغيير نطاق حركة المفاصل والعضلات، ما يخفف الألم في حالات مثل التهاب الفافقة الأخرى، والتي يعد أحد الأسباب الأكثر شيوعاً لألم الركبة. وتستخدم التغييرات الوضعية الناتجة عن المشي للخلف أيضاً المزيد من العضلات التي تدعم العمود الفقري القطني، لذا تكون هذه

فوائد كثيرة أبرزها تحسين التوازن. ويمكن للمشي للخلف أن يحسن المشي إلى الأمام (كيف يصفي الشخص) والتوازن للبالغين الأصحاء والذين يعانون من هشاشة العظام والركبة، ويؤدي المشي للخلف إلى اتخاذ خطوات أقصر وأكثر تكراراً، ما يؤدي إلى تحسين القدرة على التحمل العضلي لعضلات أسفل الساقين مع تقليل العبء على مفاصلنا. ويمكن أن تؤدي إضافة التغييرات في اللم إلى الانحدار أيضاً إلى تغيير نطاق حركة المفاصل والعضلات، ما يخفف الألم في حالات مثل التهاب الفافقة الأخرى، والتي يعد أحد الأسباب الأكثر شيوعاً لألم الركبة. وتستخدم التغييرات الوضعية الناتجة عن المشي للخلف أيضاً المزيد من العضلات التي تدعم العمود الفقري القطني، لذا تكون هذه



احذر وامتنع من أخطاء شائعة...

اللحوم المصنعة تشكل خطراً على صحة أسرتك

الإصابة بالسرطان بأنواعه، لذا احرصي على منح أي أطعمة تحتوي على مادة النيتريت، وأرأسها اللحوم المصنعة، لحمايتها من أضرارها من خطر الإصابة بمرض السرطان بأنواعه.

التخلي عن هذه المادة الخطيرة. وقد أشارت دراسة أجريت عام ٢٠١٥ إلى خطورة مادة النيتريت على صحة الإنسان، إذ أثبتت أن هناك علاقة بين تناول الأطعمة التي تحتوي على مادة النيتريت، وبين ارتفاع معدلات

وكشفت دراسة أجريت في مركز الاستشارات العلمية Campden، لصالح جمعية معالجة اللحوم البريطانية، أنه يمكن تصنيع اللحوم المصنعة دون استخدام النيتريت، إلا أن شركات اللحوم المصنعة ترفض

النيتريت. تدخل مادة النيتريت في تصنيع اللحوم المصنعة لغرضين، الأول هو إطالة مدة صلاحية المنتج، لأنها مادة تقاوم نمو البكتيريا، أما الغرض الثاني فهو منح اللحوم المصنعة اللون الوردي المميز.

اللحوم المصنعة لا يتم تصنيفها ضمن الأطعمة الصحية، ليس فقط لاحتوائها على مواد حافظة والأوان صناعية وغيرها من المواد غير الصحية، ولكن لأنها تحتوي على مادة خطيرة جداً على الصحة، وهي مادة

تدبير منزلي...

طرق التطهير لمفارش السرير



الأبيض في الغسالة، في أثناء دورة شطف مفارش الأسرة، مع ترك الأخيرة تجف في الهواء الطلق، ما يعطر الأنسجة المذكورة كما ينعمها.

تتواجد مواد كثيرة فعالة في تطهير مفارش الأسرة، بطريقة مثالية وجذابة للغاية في الآتي، طريقة استخدام هذه المواد، بصورة مفضلة، مع الإشارة إلى أن المواد سهلة التوفر. صودا الخبز والخل الأبيض صودا الخبز، مسحوق معروف بخصائصه المثالية في تنظيف الأنسجة، وتطهيرها، بما في ذلك مفارش السرير في هذا الإطار، يُضاف نصف الكوب من صودا الخبز إلى حوض كبير متناسب مع حجم مفارش السرير، مع النقع في الماء، لمدة ٣٠ دقيقة، قبل الغسل في الغسالة حسب الطريقة المعتادة. الخل الأبيض، سائل رائع، في إطار تنعيم الملابس، فهو بديل عن منعم الأقمشة ذي التركيب العالي بالمواد الكيميائية في هذا الإطار، يصب نصف الكوب من الخل

الطبخ...

بيتزا القرنبيط



المقادير:

- ٤/٨ ملعقة ثوم بودر.
- ٢/٨ ملعقة أوريجانو الزبدة.
- قومي بوضع القرنبيط بمحضرة الطعام والمهزجة سابقاً حتى يصبح كالفاتا.
- ضعي القرنبيط في مصفاة فوق قدر به ماء مغلي على النار حتى ينضج على البخار ثم أزيليه واتركيه ليبرد.
- قومي بخلط القرنبيط وجبن الموزاريلا والبارميزان

المقادير:

- حرارة ٤٠٠ مئوية.
- بطني صينية الفرن بورق المزيج.
- قومي بوضع القرنبيط بمحضرة الطعام والمهزجة سابقاً حتى يصبح كالفاتا.
- ضعي القرنبيط في مصفاة فوق قدر به ماء مغلي على النار حتى ينضج على البخار ثم أزيليه واتركيه ليبرد.
- قومي بخلط القرنبيط وجبن الموزاريلا والبارميزان

ما معدل ضربات القلب الطبيعي حسب العمر؟



الأفضل قياس معدل النبض أثناء الراحة بعد فترة قصيرة من الاستيقاظ، وذلك من خلال وضع إصبعي السبابة والوسطى على الجانب الداخلي للمعصم أسفل أصبع الإبهام، ثم القيام بعد دقائق لمدة 30 ثانية تقريباً وبعد ذلك، يتم ضرب القيمة في 2 للحصول على معدل ضربات القلب في الدقيقة.

ويذكر أن الرياضيين غالباً ما يكون لديهم معدل ضربات قلب أقل أثناء الراحة، نظراً لأن القلب يضخ المزيد من الدم عبر الجسم في الدقيقة الواحدة بسبب التدريب المتكرر.

بعد معدل النبض أثناء الراحة يعني معدل النبض في أثناء الجلوس أو الاستلقاء، ويقع لدى البالغين بين 60 و 80 دقة في الدقيقة.

وقالت مؤسسة القلب الألمانية: "إن معدل النبض أثناء الراحة قد يرتفع عن هذا المعدل بفعل الكافيين أو التوتر النفسي، مشددة على ضرورة استشارة الطبيب في حال ارتفاع المعدل عن 100 دقة في الدقيقة؛ إذ أنه قد يمثل حينئذ علامة تحذيرية أول على الإصابة باضطرابات نظم القلب أو أمراض أخرى". وأوضحت المؤسسة أنه من

مرقأ

غزل عراقي



تعب خلكي شكرت تعيني التفكيـ
خلكي من التعب مل حته من خلـ
انه اتنازلتلك وبجروحي ارضـ
لان شفحك صدك مزناح بالفركـ
اريد الخيالك وحب بعد وتعـ
ومرسومه تضل بشفافك الضحكـ
خل يبقه الحزن طلقه وبه كلبي نـ
وخل يبقه الزمن شابل علي تفكـ
باجر تعشك وبهواك غير انسـ
واذا كلك يحبك مثلي لتصدكـ
نعم تلكه الحبك وانه لاضن الكـ
بس كد ماهوينك واللسه مانـ
اكثر من ابوك وامك انه اهـ
واضن باين عليه بساعة المـ



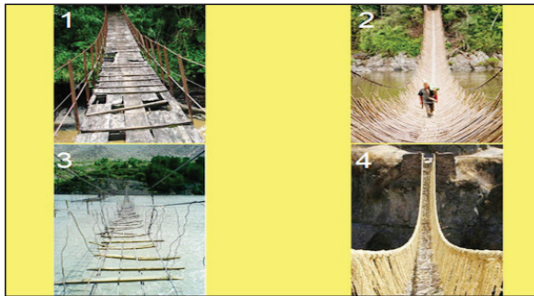
حدث في مثل هذا اليوم

١٩٤٢ - توفي أبو أحمد عبد الله المستعصم بالله الخلافة العباسية.
١٩٤٢ - أصبح كريستوفر كولومبوس أول أوروبي يحط على جزيرة هيسبانولا (هايتي الآن وجمهورية الدومينيكان).
١٩١٨ - انطلاق ثورة المجاهد السوري صالح العلي ضد القوات الفرنسية من معقله في الساحل السوري.
١٩٣١ - تدمير كاتدرائية المسيح المخلص في موسكو بأمر من جوزيف ستالين.
١٩٣٦ - انضمام جمهوريات أرمينيا السوفيتية الاشتراكية وأذربيجان الاشتراكية وجورجيا السوفيتية الاشتراكية وقيرغيزستان إلى الاتحاد السوفيتي.
١٩٥٧ - مطالبة الرئيس الإندونيسي أحمد سوهارتو بخروج كافة الهولنديين من بلاده.
١٩٦٧ - حدوث مذبحة داك سون في فيتنام.
١٩٨٩ - إطلاق العراق صاروخ العابد من قاعدة الأنبار الجوية.

١٩٤٢ - توفي أبو أحمد عبد الله المستعصم بالله الخلافة العباسية.
١٩٤٢ - أصبح كريستوفر كولومبوس أول أوروبي يحط على جزيرة هيسبانولا (هايتي الآن وجمهورية الدومينيكان).
١٩١٨ - انطلاق ثورة المجاهد السوري صالح العلي ضد القوات الفرنسية من معقله في الساحل السوري.
١٩٣١ - تدمير كاتدرائية المسيح المخلص في موسكو بأمر من جوزيف ستالين.
١٩٣٦ - انضمام جمهوريات أرمينيا السوفيتية الاشتراكية وأذربيجان الاشتراكية وجورجيا السوفيتية الاشتراكية وقيرغيزستان إلى الاتحاد السوفيتي.
١٩٥٧ - مطالبة الرئيس الإندونيسي أحمد سوهارتو بخروج كافة الهولنديين من بلاده.
١٩٦٧ - حدوث مذبحة داك سون في فيتنام.
١٩٨٩ - إطلاق العراق صاروخ العابد من قاعدة الأنبار الجوية.

اختبارات شخصية

ما الجسر الأكثر خطورة بنظرك في الصورة؟



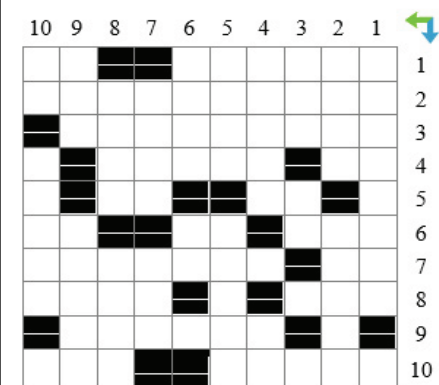
كبيرة بنفسك وبمشاعر
وتشكلين مصدر الإلهام للعديد
من الأشخاص من حولك
بنظرك المختلفة للحياة.
إن اخترت الجسر رقم ٣: أنت
شخصية مغامرة وتعشقين
التجارب الجديدة والمشوقة.
تكرهين الروتين والاستقرار،
فحرصين على عيش كل يوم
من حياتك بشكل مختلف. الملل
يصيبك بالإحباط، ولكنك نادراً
ما تستسلمين له، فتجدين
دائماً حيلة للخروج من المنزل
والقيام بشيء مشوق أو
مسل!

لإرشادهم في اتخاذ القرارات
الأمل سواء كانت صغيرة أم
مفصلة.
إن اخترت الجسر رقم ٢: أنت
شخصية دقيقة الملاحظة
بشكل كبير. إن استطعتين
رصد كل الأمور من حولك
من مختلف أبعادها بشكل
مغابر ومتفوق على الآخرين.
تتعاملين مع محيطك بكل
وضوح وصرامة، فتفضلين
قول الحقيقة والتعرض لبعض
المشاكل على الكذب وإخفاء
تفاصيل ولو بسيطة، فتتقن

صورة، بل استندي في إجابتك
على حدسك والإجابة الثقافية
التي تهاوت إلى ذهنك أولاً.
وللحصول على تحليل دقيق
لشخصيتك، قارني الرقم الذي
حصلت عليه بالترميزات
التالية:
إن اخترت الجسر رقم ١: أنت
شخصية منطقية وتتمتعين
بقدرة تحليل مذهلة وسريعة.
يلحظ كل من يلقي بك
أنت ذكية بشكل فطري،
وتستخدمين ذكاءك هذا
لمساعدة الآخرين، بالأخص

سأدا لو قلنا لك أن مخاوفك
قد تكشف الكثير عن طريقة
تفكيرك؟ إن بإمكاننا تحليل
أبعاد شخصية من خلال ما
تخشينه ثقافياً في صورة
واحدة لا أكثر!
جزئي هذا الاختبار:
كل ما عليك فعله هو تصفية
ذهنك والنظر إلى الصورة أدناه
بهود. أطرحي عندها السؤال
الثاني على نفسك: «أي جسر
يبدو الأكثر خطورة وتخشين
عبوره بشكل أكبر؟»
لا تفرطي في تحليل عناصر كل

كلمات متقاطعة



الكلمات العمودية

- مخترع مقياس الحرارة فهرنهايت.
- إله الشمس والروح والخصوبة عند قدماء المصريين.
- رجل (مبكرة) «حرك وخض شدة».
- من هم في ستوا في التفكير «غم ناضج».
- ضعف (عامية من الإنجليزية) «موقع النزال».
- والنافة (معكوسة).
- زيد قليلاً «لربط طرف القضيص».
- هيرة «حيوان أليف من الممالك السنوية».
- مخترع البندقية «مخترع قرش الأسنان».
- المسور الحامل للصفات الوراثية في الأحياء «شارب به القوة».
- غير أي شيء في التصرف وغير ني هدام في الشكل «مخترع النطاد».

الكلمات الأفقية

- مخترع الغزور الكهربائي ه سبج
- مخترع القنطرة.
- مخترع النظارة الطبية.
- مشتاهايان «الكل يصيب إليه في السباقات».
- قام بهيمة ونشاط «نصف نرحل».
- شجر معمر معروف في لبنان ه سال ه زهر
- تكره في تحية الصباح.
- مشتاهايان ه مخترع الاسلاك.
- رقاينة زائدة ه ملب (معكوسة).
- دواء لوجع الرأس
- مخترع الدافع الرشاش ه لعبة كرة للمرب.



قصة مثل

كال له: طلكها ... كال له: ماعندي وكيت

جدر الشلغم وقالت له: ((أخذ هذا جدر الشلغم بيعة وتعال فذهب الرجل فقضى صدر اليوم في بيع الشلغم. وما عاد وقت الظهر وجد زوجته قد أعدت له طيك حب ركي. وقالت له: ((ياالله عيني.. مثل ماقلت له: ((ياالله عيني.. عمل الرجل فذهب. وكان الشهاير قد مضى وحل المساء، فوجد زوجته واقفة له وراء الباب، فدخلته وسلمته بندقية، وقالت له: ((ياالله عيني واويني شطارتك.. أخذ هادي الشفكة وصير جرحه جي.. ودير بالك زين من الحرامية)).. فأخذ الرجل البندقية وذهب فعمل حارسا طيلة ليله.. ولم يزل هذا دأب الرجل حتى أنهكه التعب، وأضعفته كثرة العمل فصادف في أحد الأيام، أحد أصدقائه القدياء، فشكى له ما يلاقيه من زوجته من بلاء وعناء، ونصب وشقاء، فقال له صاحب: ((أحسن شي تسوي.. طلكها واتخلص منها)).. فقال الرجل: ((اشوكت أملكها.. إذا مشغول من الصباح الثاني يوم الصبح.. وين عندي وكيت أملكها)).. فشاخ هذا الحديث بين الناس فقالوا: ((كال له: طلكها... كال له: ماعندي وكيت)).. وذهب ذلك القول مثلا..

يضرر للشخص الذي يتجبر في دنياه، فيعسى وراء مباحج الحياة وذاتها، مالم تشغله الدنيا بشؤوها، وتلهيه بمناعتها والامها.. قد أعدت له طيك حب ركي. وقالت له: ((ياالله عيني.. مثل ماقلت له: ((ياالله عيني.. عمل الرجل فذهب. وكان الشهاير قد مضى وحل المساء، فوجد زوجته واقفة له وراء الباب، فدخلته وسلمته بندقية، وقالت له: ((ياالله عيني واويني شطارتك.. أخذ هادي الشفكة وصير جرحه جي.. ودير بالك زين من الحرامية)).. فأخذ الرجل البندقية وذهب فعمل حارسا طيلة ليله.. ولم يزل هذا دأب الرجل حتى أنهكه التعب، وأضعفته كثرة العمل فصادف في أحد الأيام، أحد أصدقائه القدياء، فشكى له ما يلاقيه من زوجته من بلاء وعناء، ونصب وشقاء، فقال له صاحب: ((أحسن شي تسوي.. طلكها واتخلص منها)).. فقال الرجل: ((اشوكت أملكها.. إذا مشغول من الصباح الثاني يوم الصبح.. وين عندي وكيت أملكها)).. فشاخ هذا الحديث بين الناس فقالوا: ((كال له: طلكها... كال له: ماعندي وكيت)).. وذهب ذلك القول مثلا..

أبراج العمل

الحمل: 21 آذار - 19 نيسان
ظروف سيئة في العمل قد تجعلك تشعر بعدم الرضا في الساعات الأولى من يومك. المناقشة مع زملاء في العمل ضرورية جدا حتى تنزع فتيل الأزمة القائمة حاليا. المناقشات الواضحة تعد أمرا ضروريا للغاية لتجنب أي سوء تفاهم.

الثور

الثور: 20 نيسان - 20 أيار
تخضع لضغط كبير، وتعيش التوتر الذي يؤثر سلباً في صحتك، ما يستدعي الهدوء والابتعاد عن الإرهاق إذا استطعت. الأعمال الضاغطة تعزل عنك خطتك. تبدو الظروف معاكسة هذا اليوم على جميع الصعد تقريباً، فتواجه بعض الإرباكات في حياتك المهنية، وتحاول عبثاً أن تجد لها المخرج والحلول.

الجوزاء

الجوزاء: 21 أيار - 21 حزيران
تسجل نقاطا لمصلحتك في الأيام المقبلة، ولو أن الأمر يتطلب جهوداً مضاعفة. قد تتخلل عن مشروع لكى تكسر وقتك واهتمامك بشيء أكثر واقعية وموضوعية. تواجه قرارات ومسؤوليات لا يستهان بها. تشكل الشؤون الحياتية والعاطفية قلقاً بالنسبة إليك.

السرطان

السرطان: 22 حزيران - 22 تموز
تجمعك مع بعض الأشخاص واختلاط بهم قد يدعم بصفتك عامة. تصلك اليوم العديد من الرسائل والخطابات من الأسرة، ومن أقرب الأصدقاء أو ربما من الحبيب. قد تكون هذه الخطابات تتعلق برحلة ما كان مكنت تمنى أن تقوم بها. الحظ يحذك بيوم جميل ومميز.

الأسد

الأسد: 23 تموز - 22 آب
انشغلت الأيام الماضية في دراسة مادة ما أو موضوع ما وأخيراً تشعر بنمار جهود اليوم، أو ربما تصل إلى النقطة الغامضة التي قد كنت تبحث عنها. أنت تفكر بطريقة عملية، وفعالة وذلك ستبدأ بיוםك وهدفك الوحيد هو النجاح، فلا تجعل أي شيء يعرقل طريقك.

العذراء

العذراء: 23 آب - 22 أيلول
مواعيدك مع أصدقائك قد تتعارض مع مواعيد التناكك بالحبيب. ربما تزورك مجموعة من الأشخاص اليوم وزيارتهم قد تستغرق وقتاً طويلاً، ومجهوداً وعناء، ولذلك ستشعر بعبية العمل. أنت لست خادماً، فانت من حقا أن تستمتع بوقتك. خصص جزءاً من وقتك بأي طريقة لتقضي مع الحبيب.

الميزان

الميزان: 23 أيلول - 22 تشرين الأول
تشعر هذه الأيام أنك متعلق بشخص ما في العمل، فكن متفائلاً فربما ترتبط بهذا الشخص في القريب العاجل. لا تنزعج إذا عبر لك بعض الأشخاص عن متعتهم في الحوار معك فأنت شخصية مميزة جداً. قم بعمل صداقات جديدة وكن اجتماعياً.

العقرب

العقرب: 23 تشرين الأول - 21 تشرين الثاني
هل تنتظر اتصالاً أو خطاباً يتعلق بالعمل أو بالحبيب منذ وقت طويل؟ لا تقلق سيحقق حلمك اليوم. لا تياس إذا وجدت أن الخطاب أو الكلمة طويلة، فربما تستفيد منها كثيراً. بعد انتهاء الكلمة ستشعر أنك متحمس لتحقيق أهدافك بأسرع وقت ممكن.

القوس

القوس: 22 تشرين الثاني - 21 كانون الأول
هل فكرة أن تسجل اسمك في إحدى الدورات التدريبية أو ورش العمل؟ يوم رائع حقاً للقيام بهذه الخطوة ومعرفة التفاصيل اللازمة لتسجيل اسمك. تركز اليوم على أهداف التعليمية وتسمى لتحقيقها في القريب العاجل. لا تتنازل عن أي حلم أو فكرة. فانت شخص ذكي وديق.

الجدي

الجدي: 22 كانون الأول - 19 كانون الثاني
تحاول اليوم أن تنكر جميع الحقائق والمعلومات التي تعرفها. أنت أناني نوعاً ما، ولذلك إن تقدر أي فكرة تعرض عليك، حاول أن تغير طريقك في التفكير حتى تتقبل آراء الآخرين. كلما تفاقم مع الآخرين، ازداد احترامهم لك وسعادتهم بوجودهم حولك.

الدلو

الدلو: 20 كانون الثاني - 18 شباط
الهدوء في المعاملة مطلوب ولكن مع الحزم أيضاً، من المهم جداً أن تنقل إلى الآخرين ما تقصده، فقد قال سقراط «تكلم حتى أراك» فحاول أن تخرج ما يضييق به صدرك.

الحوت

الحوت: 19 شباط - 20 آذار
ربما يقتر بمتك شخص ما اليوم ولكنه قد يؤثر في حالتك النفسية وعلى مزاجك بكلامه الصاد ولهجة الشديدة. قد تشعر أنك مقوض ولا تستطيع القيام بأي شيء ولا تستطيع التفكير في مستقبلك. ننصحك بأن تقضي معظم الوقت بمفرده حتى تعيد ترتيب حياتك قبل أن تتخذ أي خطوة.

اقرأها صباح كل يوم

الزوراء

alzwraaenews@yahoo.com

http://alzwraapaper.com

https://www.facebook.com/alzwraapaper

https://twitter.com/alzwraaenews

سوانح وبنوار

كيف سقينا الفولاذ

طله جَزَاع

شيء ما استفذ ذاكرتي، وأعادي لي ما يقرب من 45 عاماً إلى الوراء، إلى منتصف ونهايات السبعينيات، بعد اطلاعي على خبر تفكيك النصب التذكاري للروائي الأوكراني نيقولا أوستروفسكي صاحب الرواية الشهيرة «كيف سقينا الفولاذ». وكان هذا النصب قد أقيم تخليداً للكتاب في قرية شيبينوكا الأوكرانية بجوار متحف منزله حيث مكث فيها مع أسرته لمدة غير قصيرة أثناء مرضه الطويل الذي لازمه منذ إصابته في الحرب الأهلية الشرسة وهو في العشرين من عمره، وبقي مشلولاً مقعداً ثم أصيب بالعمى حتى نهاية عمره القصير الذي لم يتجاوز 32 عاماً.

في تلك السنوات كان الأب القادم من الاتحاد السوفيتي هو الشغل الشاغل للشباب العراقي الملتف للثورة، بأنهم في الغالب محمولاً على أجنحة دار التقدم الروسية مترجماً إلى اللغة العربية على أيدي أربح المترجمين وفي مقدمتهم سامي الدروبي وأبو بكر يوسف وغائب طعمة فرمان، ومعروفاً بـ لا قيود وبأسعار مناسبة على رفوف المكتبات، ومنها على وجه التحديد مكتبة الصداقة في شارع الخيام المخصصة بالمكتب والطبوعات والبطاقات البريدية والطوابع والعملات والتذاكر الدعاية المطبوعة والمنجحة في موسكو، لقد كانت تلك السنوات هي ربيع الأب الروسي للقاء العراقيين ولعموم القراء العرب، ولم تكن مكتباتهم الشخصية تلخو من أعمال ذلك الأب الكلاسيكي في العصر القيصري أمثال روايات وقصص ومسرحيات نيكولا غوغول وتولستوي ودوستوفسكي وتشخوف، ولم أضافوا لها انجذاباً إيديولوجياً فكرياً، أو منعة أدبية خالصة، أعمال العصر الكلاسيكي أكثر وبروز اسم مكسيم غوركي وروايته «الأم»، رغم أنها كتبت قبل الثورة، مع أسماء أدباء روس أو من قوميات أخرى منضمرة في الاتحاد السوفيتي، أمثال جينكينز أيتاموف وروايته «وداعاً ياغولساري»، وميخائيل شولوخوف الفائز بجائزة نوبل لعام 1965 عن روايته «الدون الهائل»، وأخيراً الروائي المشلول والأعمى الذي سقى الفولاذ نيلواي أوستروفسكي، وهو من تفكك أوكرانيا اليوم متحالة دون أن تتكرر بقولته الشهيرة المنشورة على قاعدته والتي وردت على لسان بافل كوروتشينغين بطل الرواية، «تعمل أن تعيش حتى ولو أصبحت حياتك لا تلاق».

وفي أعقاب الحرب الروسية الأوكرانية، وبعد الإجراءات التي اتخذتها بعض المحافل الغربية تجاه الأدباء والفنانين والبراضين الروس، أو تجاه الأبحاث المتبادلة بين روسيا وأوكرانيا اللتين منعتا عن أو تداول أعمال موسيقية أو فنية أو أدبية لفنانين وأدباء من البلدين، على الرغم من أن غالبية تلك الأعمال كانت تنتمي لحقبة كانا فيها يشكلان بلداً واحداً هو الاتحاد السوفيتي، تصالاب لم يجوز أن تُحجّم الفنون والأدب في خضم الحروب، وهل من التساليل أن يدفع أب أو فنان عاش ومات في حقبة متقدمة من الحروب اللااحقة ضريبة موقف فكري أو إيديولوجي أو سياسي، فتمت إزالة آثاره وحظر أعماله؟. وفي المثال الأوكراني فإن أوستروفسكي محسوب على تاريخ الأدب الأوكراني أكثر من الروسي، ومع كل فإن روسيا احتفلت عام 2006 بمرور مائة عام على ميلاده، وأوكرانيا تفككت نصيبه بعد ثمانية عشر عاماً على ذلك، وهو الذي كان اسمه مكتوباً على الدبابات الأولى التي اقتحمت برلين لنتهي الحرب العالمية الثانية بسقوط برلين على أيدي جنود الاتحاد السوفيتي عام 1945. وكانت رواية «الفولاذ كيف سقيناها»، كما يقال، تراقب الطلبة في مدارسهم، والجنود في كتائبهم.

لأعلم تماماً ما لي جعل هذه الرواية تتردد كثيراً على ألسنة جيل السبعينيات من الأبناء وطلبة الجامعات وطلبة القراء، ليس في العراق وحده وإنما في البلدان العربية وأغلب أرجاء العالم، ربما لأنها تمثل فتحاً جديداً في الأوقعية الاشتراكية بعد رواية «الأم»، ربما بسبب حياة مؤلفها المسأولة التي عاشت في سن الشباب بعد عذاب طويل مع التهاب المفاصل والشلل العام، ومع كل بقي على سيرير المرض صامداً صلياً يفتحن حتى النهاية بالحريّة والنضال في سبيل القضية والاشتراكية والحب والانسانية، غير أن سحر الرواية باق لم يغب عن الأجيال الجديدة، فقد طبعت مرات عديدة، وترجمت ترجمات مختلفة، وكانت ترجمة غائب طعمة فرمان من أوائل الترجمات وآخر ما صدر من طبعاتها ما أصدرته دار المدى قبل تسعة أعوام. ربما يكون الأوكرانيون الذين نادوا مرة مرة بكتابتها ومأسايتها أسباهاهم، ولا أحد يمكنه أن يلومهم على ذلك، مثلاً الروس أسباهاهم، لكن هل يمكن للمرء أن يحلم بأن تكون الحروب يوماً ما بعيدة عن الساس والاضرار وبمعالم الآداب والفنون التي هي جزء من الحياة الإنساني وما ذاكرة البشر. وهل من الضروري تحطيم تماثيل ونصب الأدباء والفنانين وتغيب أعمالهم بعد تغيير الأنظمة، وتقلب أمزجة الحكام والشعوب؟

قد يذهب نصب نيقولا أوستروفسكي أخيراً إلى مصهر الفولاذ، وفي ذلك حكمة ودرس بقدر ما فيه من مفارقة عجيبة، وسخرية من مساحر التاريخ.

twitter

تغريدات

كانت زيارة دولة الأخ رئيس الوزراء محمد شياع السوداني لتفجير واقع السجون العراقية مهمة. إطلع فيها على واقع سامراء خصوصاً والمحافظة عموماً، وكنا على تواصل معه قبلها وخلافاً وستتابع مع دولته صغرها وتناجها.

نامل خيرا من زيارة د. خالد شواني لسجن الكرخ لتفجير واقع السجون العراقية

البائس، ومعاملة النزلاء بمعايير حقوق الانسان، وحالة المتلاعبين بعقود الإطعام إلى القضاء.

ونجده مطالبنا بالإسراع بتشريع قانون العفو العام.

الفنانة بتول عزيز تكشف عن أعمالها خلال رمضان المقبل

بغداد/ الزوراء:

تطل الفنانة العراقية بتول عزيز خلال شهر رمضان المقبل عبر اشتراكها في مسلسلين تلفزيونيين مهمين.

وقالت الفنانة بتول عزيز في تصريح لوكالة الأنباء العراقية (واع): «سأطرح على جمهوري الكريم من خلال الشاشة عبر اشتراك في عملين مميزين دراميين، المسلسل الأول بعنوان (الحياة) من تأليف محمد حنشل وإخراج بهاء خداج، والمسلسل الثاني الذي حمل اسم (كاتب) من تأليف أحمد هاتف وإخراج سامر حكمت».

وأضافت: «أكملت المشاهد الرئيسية التي تخصني في التمثيل وما زالت هناك مشاهد متفرقة انتظر تصويرها في الأيام المقبلة». وأشارت إلى أن «مسلسل (حياة) يشارك فيه نخبة من نجوم الفن العراقي الفنان طه علوان، والفنان كريم محسن، والفنان سامي قطفان، الفنانين الشباب رويدة، وسيف،

في رده على تساؤلات اعتناقه الإسلام

جورج قرداحي: القرآن منارة للحياة سواء للمسلم أم للمسيحي

قرداحي حقيقة تغيير ديانته واعتناقه الإسلام، وقال جورج قرداحي، خلال لقائه ببرنامح «حبر سري» تقديم الإعلامية أسماء إبراهيم، المذاع عبر فضائية «القاهرة والناس»: «كانت شائعة منذ أن قدمت برنامح «من سريح المليون».

وأضاف: «عندما كنت أقدم البرنامج، كنت أتو القرآن الكريم بشكل جيد وسليم، ومن خلال حفظي لآيات كثيرة من القرآن التي اعتبرها منارة للحياة سواء للمسلم أو للمسيحي أو لأي إنسان آخر». وقابع جورج قرداحي: «هذه الآيات قيم الهية وقيم إنسانية مختصرة بلغة الإعجاز ولكن شائعة اعتناقي الإسلام تكررت كثيراً وفقيتها».

وعن حقيقة إفلاسه بعد تركه العمل في وسائل الإعلام السعودية، رد قاتلاً: «إفلاسي شائعة مغرضة وسخيفة والسوشيال ميديا كارثة وطلع أشياء محدث يحسب لها».

داليا مصطفى تهاجم جمهورها بسبب الدروس الخصوصية

عرضت الفنانة المصرية داليا مصطفى نفسها لهجوم كبير وذلك بعدما خرجت في بث مباشر عبر شوبها الخاص في موقع التواصل الاجتماعي (فيس بوك) هاجمت فيه المدرسين الذين يدفعون أسعار الدروس الخصوصية، وأوضحت في البث المباشر عن معاناتها في البحث عن مدرس خصوصي لإنبتها «سليم» إلا أن ما صدمها هو سعر الحصة حيث تصل إلى 900 جنيه، والحصة المصاعفة قد تصل إلى 700 جنيه. ودر داليا الرد على منتقديها خلال لقائها في برنامح «حدثني في مصر» مع الإعلامي شريف عامر، خاصة

سلمى أبو ضيف متألقة في السعودية ونجاح جديد في مسيرتها

تألقت النجمة سلمى أبو ضيف على السجادة الحمراء في افتتاح مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي والذي يطلق بالملكة الأحمر السينمائي في الفترة ما بين 10 وحتى 10 ديسمبر المقبل. وتشارك سلمى أبو ضيف خلال فعاليات المهرجان بفيلم كينج الحلبة، والذي يعرض في قسم سينما السعودية المختلفة، حيث شاركت كضيفة شرف في مسلسلي الاختيار 3 وسوتس بالعربي، كما قدمت شخصية ولا في مسلسل راجين يا هوى والتي حازت على اهتمام وتعاطف الجمهور. سلمى أبو ضيف فنانة شابة، درست المسرح والتمثيل في ستوديو Stella Adler الشهير، لفت الأنظار إليها مبرعاً عبر المشاركة في مسلسلي لا تغفل الشمس للمخرج محمد شاكر خضير وملاوة الدنيا للمخرج حسين المنياوي، تألقها في الدراما دفعها للتعاون في أول أعمالها السينمائية مع المخرج عمرو سلامة في فيلم شيخ جاكسون، لتتمكن من الحصول على مساحة أكبر في أعمالها التالية، مثل بطولتها لمسلسل لدينا أقوال أخرى مع النجمة يسرا ومسلسل إلا أن العمل المخرج مريم الأحمدى، كما تصدرت بطولة مسلسل المشهد الأخير الذي عُرض حصراً على لأول مرة عام 2020.

مايا دياب تكشف سبب ابتعادها عن مجال التمثيل

على هامش حفل افتتاح مهرجان البحر الأحمر، تحدثت النجمة اللبنانية مايا دياب عن سبب ابتعادها وابتعادها عن مجال التمثيل. وقالت مايا دياب، خلال لقائها مع قناة one اللبنانية على هامش حضورها حفل افتتاح مهرجان البحر الأحمر السينمائي الدولي في دورته الثانية: «عندما أشر إلى لابد من وجودي السينمائي أو عرضي على عمل جيد ساكون موجودة وأشارك بأعمال فنية، ولكن في الوقت الراهن لا تكون أعمال جيدة». وأضافت: «كما أن هناك طوال الوقت مشاورات وعرض أعمال، ولكن لا يوجد اتفاق جاد حتى الآن».

وعن مشاركتها وحضورها في مهرجان البحر الأحمر السينمائي، أشرت مايا دياب إلى أنه لا بد من وجود مشاركة لبنانية سواء من فنانين أو مخرجين أو مبدعين في الاحتفالات العربية والعالمية، فالفنانون اللبنانيون أصبحوا لهم بصمة في كل أنحاء الوطن العربي، ووجود اللبنانيين اليوم ضروري. اختارت مايا دياب فسفاناً أبيض اللون برسمه لشكل الجسم وتطريزات عند منطقة الصدر على شكل فراشة، في حفل افتتاح مهرجان البحر الأحمر السينمائي في دورته الثانية.

الأخيرة

للدخول إلى موقع الصحيفة

الزوراء

عين على العالم

ماسك يعلن عن موعد تجربة شريحة تعيد البصر للأعمى

كشف الملياردير الأمريكي إيلون ماسك أنه من المتوقع بدء التجارب على البشر باستخدام أداة لاسلكية تطورها شركته «نيورالينك» المتخصصة في صنع شرائح المخ، في غضون ستة أشهر، مضيفاً أن أحد أوائل التطبيقات المستهدفة هو استعادة البصر.

وتقوم الشركة بتطوير وصلات شريحة للمخ، تقول إنها قد تمنح المرضى المصابين بإعاقات، القدرة على الحركة والتواصل من جديد، وقد أجرت «نيورالينك» تجاربها على الحيوانات في الأعوام القليلة الماضية، وتسعى للحصول على موافقة الجهات

ناسا تستثمر 57 مليون دولار لبناء طرق ومنصات هبوط على القمر

تستثمر ناسا في تطوير تقنيات لبناء منصات هبوط وموائل وطرق على سطح القمر، فهناك حاجة إلى تقنيات جديدة لمواجهة التحديات الفريدة لعيش البشر على القمر. إن ذلك منحت وكالة الفضاء الأمريكية ناسا شركة ICON (مقرها في واشنطن) 57.2 مليون دولار لبناء ذلك.

وقال نيكو ويريجس، مدير نضج التكنولوجيا في مديرية مهام تكنولوجيا الفضاء (STMD) في ناسا: «من أجل استكشاف عوالم أخرى، نحتاج إلى تقنيات جديدة مبتكرة تتكيف مع تلك البيئات واحتياجات الاستكشاف لدينا»، «دفع هذا التطور إلى الأمام مع شركائنا التجاريين يسبق القدرات التي نحتاجها للمهام المستقبلية».

ويستمر العقد حتى عام 2028 وتبلغ قيمته 57.2 مليون دولار، وستعتمد الجائزة على أنشطة التجارة وغيرها من الأعمال مع وكالة ناسا، وفي عام 2018، قامت ICON ببناء أول منزل مطبوع ثلاثي الأبعاد في الولايات المتحدة ومنذ ذلك الحين قامت بتسليم مجتمعات كاملة من هذه المنازل إلى الولايات المتحدة والمكسيك.

وأطلقت الشركة مشروع أوبيموس في عام 2020، معتبرة أن تقنياتها يمكن أن تساعد في بناء البنية التحتية الحيوية مثل منصات الهبوط والطرق والموائل على القمر والمريخ، وقامت ICON بالفعل ببناء موطن كوكب المريخ مع مساحة التزوير رواد الفضاء على مهام طويلة الأمد.

في النهاية، بدأ ناسا في إنشاء قاعدة على سطح القمر في هذه المراحل إلى المريخ بحلول أواخر الثلاثينيات أو أوائل الأربعينيات.

أطباء يحذرون من تحدي خطير على (تيك توك)

قدم أطباء تحذير خطير من أحدث اختراق صحي مزيف على تطبيق (تيك توك) للوزن. إنهم يحذرون من أن استخدام التطبيق يمكن أن يؤدي إلى فقدان الوزن، ويحذرون من أن استخدام التطبيق يمكن أن يؤدي إلى فقدان الوزن، ويحذرون من أن استخدام التطبيق يمكن أن يؤدي إلى فقدان الوزن.

وخلصت مقاطع الفيديو على (تيك توك) التي تصيد فوائد تسكير الفم (مثل الألأف من الإشارات إحدى هذه الفوائد، وفقاً لشركة 80mm - fix المصنعة لشريط الفم، هي أن إجبار نفسك على التنفس من خلال الأنف يعزز فقدان الدهون فقط. ويدعي المؤيدون أيضاً أنه يحسن تدفق الهواء، ويريح الجسم، ويوقف الشخير ويساعد الناس على النوم، لكن الدكتور راج داسجوبتا، أخصائي النوم في جامعة جنوب كاليفورنيا، قال: «إن لصق الفم يمكن أن يؤدي إلى مشاكل خطيرة، مثل إعاقة التنفس والاختناق، وموصفاً أنه إذا كنت تعاني من انقطاع النفس الانسدادي النومي، نعم، يمكن أن يكون هذا خطيراً للغاية». وبعد إغلاق الفم أحدث اتجاهات (تيك توك) المثيرة للجدل، على الرغم من تحذيرات المتخصصين في الرعاية الصحية، ويخشى الخبراء من أن المشاركة في هذا الاتجاه يمكن أن تضر 22 مليون أمريكي يعانون من انقطاع النفس أثناء النوم - وهي حالة يتوقف فيها التنفس بشكل متكرر ويبدأ في الليل. ويمكن أن يحدث عندما يؤدي استرخاء عضلات حلق الشخص أثناء النوم إلى إعاقة الحلق الهوائية، أو عندما لا يبرس اللسان لإشارات إلى الجسم بشكل صحيح كإشارة للتنفس.

أطباء يحذرون من تحدي خطير على (تيك توك)

قدم أطباء تحذير خطير من أحدث اختراق صحي مزيف على تطبيق (تيك توك) للوزن. إنهم يحذرون من أن استخدام التطبيق يمكن أن يؤدي إلى فقدان الوزن، ويحذرون من أن استخدام التطبيق يمكن أن يؤدي إلى فقدان الوزن.

وخلصت مقاطع الفيديو على (تيك توك) التي تصيد فوائد تسكير الفم (مثل الألأف من الإشارات إحدى هذه الفوائد، وفقاً لشركة 80mm - fix المصنعة لشريط الفم، هي أن إجبار نفسك على التنفس من خلال الأنف يعزز فقدان الدهون فقط. ويدعي المؤيدون أيضاً أنه يحسن تدفق الهواء، ويريح الجسم، ويوقف الشخير ويساعد الناس على النوم، لكن الدكتور راج داسجوبتا، أخصائي النوم في جامعة جنوب كاليفورنيا، قال: «إن لصق الفم يمكن أن يؤدي إلى مشاكل خطيرة، مثل إعاقة التنفس والاختناق، وموصفاً أنه إذا كنت تعاني من انقطاع النفس الانسدادي النومي، نعم، يمكن أن يكون هذا خطيراً للغاية». وبعد إغلاق الفم أحدث اتجاهات (تيك توك) المثيرة للجدل، على الرغم من تحذيرات المتخصصين في الرعاية الصحية، ويخشى الخبراء من أن المشاركة في هذا الاتجاه يمكن أن تضر 22 مليون أمريكي يعانون من انقطاع النفس أثناء النوم - وهي حالة يتوقف فيها التنفس بشكل متكرر ويبدأ في الليل. ويمكن أن يحدث عندما يؤدي استرخاء عضلات حلق الشخص أثناء النوم إلى إعاقة الحلق الهوائية، أو عندما لا يبرس اللسان لإشارات إلى الجسم بشكل صحيح كإشارة للتنفس.