

تخفيض مبالغ التأمين المفروضة على المتبرين والحجاج
بغداد/ الزوراء:
أعلنت الهيئة العليا للحج والعمرة، عن تخفيض مبالغ التأمين المفروضة على المتبرين والحجاج من قبل الجانب السعودي، وذكر بيان للهيئة لثقتهم «الزوراء» أن «رئيس الهيئة سامي السعيد زار المملكة العربية السعودية وبعد التواضع مع الجانب السعودي، تم تخفيض مبالغ التأمين التي فرضت على المتبرين والحجاج، وأشار إلى أن التأمين الخاص بالمتبرين تم تخفيضه من (230 و 220 ريالاً) إلى (180 و 170 ريالاً)، أما نسبة للحجاج فأصبحت التأميلات 26 ريالاً بدلاً من 29 ريالاً»، وأهابت الهيئة «شركات العمرة بمراعاة الأجر الخاصة في أداء مناسك العمرة للراغبين».

رئيس مجلس الإدارة رئيس التحرير مؤيد اللامي
رقم الاعتماد في نقابة الصحفيين (1)
بوعينة سياسية عامة تصدر عن نقابة الصحفيين العراقيين

12 صفحة

السوداني يتلقى من أردوغان دعوة رسمية لزيارة تركيا
بغداد/ الزوراء:
رحب رئيس الوزراء محمد شياع السوداني ورئيس التركي رجب طيب أردوغان بأمن حصة العراق من مياه دجلة والفرات، وقال مكتب السوداني في بيان، «تلقى رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني، أمس الثلاثاء، اتصالاً هاتفياً من الرئيس التركي رجب طيب أردوغان، جرت خلاله مناقشة مجمل العلاقات الثنائية بين البلدين، كما شهد الاتصال بحسب البيان، «مناقشة سبل تنمية التعاون الاقتصادي، والجهود المبذولة لضبط الحدود المشتركة، والتنسيق لملاحقة الجرائم الإرهابية في الحدود المشتركة بين البلدين، وجدد أردوغان «دعوته لرئيس مجلس الوزراء» إلى زيارة رسمية للجمهورية التركية، فضلاً عن توجيه الدعوة إلى حضور منتدى أنطاكية البيولوجيا، وجرى خلال الاتصال «البحث في تأمين حصة العراق من مياه دجلة والفرات، واستمرار التعاون في مجال التجارة والاستثمار ومشاركة الشركات التركية في مشاريع البنى التحتية والإعمار بالعراق، كما تم التطرق إلى الربط السكني بين ميهة الفاو في البصرة والأراضي التركية».

مختصون لـ «الزوراء»: بطولة خليجي 25 ستفتح صفحة جديدة من العلاقات بين العراق ودول الخليج على مختلف الصعد

البنك المركزي: عودة سعر صرف الدولار إلى 1470 خلال أسبوعين
بغداد/ الزوراء:
أعلن البنك المركزي العراقي، أمس الثلاثاء، أن «الوضع المالي للدول مريح جداً»، مشيراً عن عودة سعر صرف الدولار إلى 1470 خلال الشهر الحالي، فيما أشار إلى التوجه لفتح نوافذ بيع العملة في المحافظات قريباً، وقال مستشار البنك، إحسان شمران الياسري، في تصريح صحفي: إن «البنك المركزي ملتزم وممثل بمقررات المجتمع الدولي، وطالما هناك دول محظورة عليها أسلحة الممنوع، إذاً فإنها لا يمكن أن يفتتح ذلك ولا يخرق الضوابط، وبشأن عودة أسعار صرف الدولار، أكد أن «اضطراب أسعار الدولار هو حالة مؤقتة، وخلال أسبوعين سيستعيد سعر الدولار إلى وضعه الطبيعي المستقر».

بفتح صفحة مشرقة من العلاقات الطيبة المبنية على التنسيق والتعاون المشترك في مختلف المجالات، وأضاف: إن الطويلة نجحت قبل انطلاقها من خلال الاستقبال الحافل لاهالي البصرة لخواصهم الخليجيين والترحيب الكبير والكرم الذي عكس صورة رائعة عن شعب العراق اجمع.

لـ «الزوراء»: ان توقبت اقامة بطولة خليجي 25 كان جيدا في ظل الاستقرار الذي يشهده العراق على المستوى السياسي والاقتصادي والبدء الاشواق الخليجيين من العراق والبدء مع العلاقات بين العراق ودول الخليج وعلى مختلف الصعد، فيما أشاروا الى ان البطولة لها ابعاد اقتصادية وسياسية واجتماعية، وقال الخبير الاقتصادي احمد الماجدي في حديث

حسن فالح: رأى مختصون للشأن السياسي والاقتصادي في العراق، ان بطولة كأس الخليج العربي بنسختها الـ 25 في البصرة ستفتح صفحة جديدة

الدفاع تجدد موعد احتساب شهادات منتسبها خلال الخدمة
بغداد/ الزوراء:
حددت وزارة الدفاع، موعد احتساب شهادات منتسبها خلال الخدمة، فيما أوضحت بشأن مصرح نقل عدد من المهندسين إلى هيئة التصنيع العسكري. وقالت مدير عام المديرية العامة للأفراد في الوزارة، بان فائق شهاب، في تصريح صحفي: إن «قانون احتساب الشهادات

3 دول عربية تشتري نحو 100 طن من الذهب بينها العراق
بغداد/ الزوراء:
أعلن البنك المركزي العراقي، أمس الثلاثاء، أن «الوضع المالي للدول مريح جداً»، مشيراً عن عودة سعر صرف الدولار إلى 1470 خلال الشهر الحالي، فيما أشار إلى التوجه لفتح نوافذ بيع العملة في المحافظات قريباً، وقال مستشار البنك، إحسان شمران الياسري، في تصريح صحفي: إن «البنك المركزي ملتزم وممثل بمقررات المجتمع الدولي، وطالما هناك دول محظورة عليها أسلحة الممنوع، إذاً فإنها لا يمكن أن يفتتح ذلك ولا يخرق الضوابط، وبشأن عودة أسعار صرف الدولار، أكد أن «اضطراب أسعار الدولار هو حالة مؤقتة، وخلال أسبوعين سيستعيد سعر الدولار إلى وضعه الطبيعي المستقر».

أب لمنة يقرر وقف الإنجاب وأخرستين ولدا يبيحث عن الزوجة الرابعة الأخيرة
بغداد/ الزوراء:
أعلن البنك المركزي العراقي، أمس الثلاثاء، أن «الوضع المالي للدول مريح جداً»، مشيراً عن عودة سعر صرف الدولار إلى 1470 خلال الشهر الحالي، فيما أشار إلى التوجه لفتح نوافذ بيع العملة في المحافظات قريباً، وقال مستشار البنك، إحسان شمران الياسري، في تصريح صحفي: إن «البنك المركزي ملتزم وممثل بمقررات المجتمع الدولي، وطالما هناك دول محظورة عليها أسلحة الممنوع، إذاً فإنها لا يمكن أن يفتتح ذلك ولا يخرق الضوابط، وبشأن عودة أسعار صرف الدولار، أكد أن «اضطراب أسعار الدولار هو حالة مؤقتة، وخلال أسبوعين سيستعيد سعر الدولار إلى وضعه الطبيعي المستقر».

الكويت تهزم الإمارات بهدف قاتل والبحرين أول المتأهلين لنصف نهائي خليجي 25
بغداد/ الزوراء:
تغلب منتخب الكويت على نظيره الإماراتي بهدف للشاوي، فيما تأهل المنتخب البحريني النصف نهائي كأس الخليج بعد تغلبه على نظيره القطري بهدفين بهدف ضمن منافسات خليجي 25 في البصرة. وحظف منتخب الكويت فوزاً قاتلاً من منتخب الإمارات، بفوزه بنتيجة (1 - 0)، في المباراة التي جرت في ملعب الميناء الدولي، مساء امس الثلاثاء، ضمن الجولة الثانية من دور المجموعات بكأس الخليج 25. وسجل هدف الأحرق اللاعب البيدي أحمد عبد الله، في الدقيقة 3 من الوقت بدل الضائع. وفي المباراة الثانية تغلب المنتخب البحريني على نظيره القطري بنتيجة (2 - 1) في المباراة التي جرت في ملعب الميناء الدولي، ضمن الجولة الثانية من دور المجموعات بكأس الخليج العربي، وتقدم المنتخب القطري عن طريق اللاعب احمد علاء الدين في الدقيقة 34 بينما عادل المنتخب البحرين عن طريق كامل الاسود في الدقيقة 72، في حين ضاعف البحرين النتيجة عن طريق عبد الله يوسف في الدقيقة 89، وبهذه النتيجة تأهل المنتخب البحريني الى الدور الثاني برصيد 6 نقاط بينما تجمد رصيد المنتخب القطري عند الـ 3 نقاط.

أوصى بإعفاء رئيس وأعضاء مجلس الأمناء لشبكة الإعلام العراقي

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

مظهر محمد: مسودة موازنة 2023 باتت شبه مكتملة

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

انخفاض أسعار النفط ويرتد يهبط لأقل من 80 دولارا

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين
بغداد/ الزوراء:
أصدر مجلس الوزراء، أمس الثلاثاء، توجيهات بشأن سعر صرف الدولار، ويخصص درجات وظيفية لتثبيت المتعاقدين في مختلف المجالات، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص، وذلك في إطار دعم الحكومة العراقية للقطاع الخاص.

الجلبوسي يؤكد دعمه لديوان الرقابة المالية في مكافحة الفساد



بغداد / الزوراء: أكد رئيس مجلس النواب محمد الجلبوسي، أمس الثلاثاء، دعم ديوان الرقابة المالية الاتحادي من أجل إنجاح عمل هذه المؤسسة العريقة وتحقيق أهدافها. وذكر المكتب الإعلامي لرئيس مجلس النواب، لفته «الزوراء»: أن «الجلبوسي أجرى، زيارة تفقدية لديوان الرقابة المالية الاتحادي، أطلع خلالها على سير العمل وآخر نشاطات الديوان، بدوره في الحفاظ على المال العام، وتصويب الإجراءات الإدارية». وأضاف الجلبيان أن «رئيس مجلس النواب، ترأس اجتماعاً للملاكات المتقدمة، جرت فيه مناقشة آليات تعزيز دور الديوان في التصدي لكشوف حالات الفساد ومكافحته، وأهم العقبات التي تؤثر سلباً في تأدية المهام الموكلة للديوان وسبل تجاوزها». وأكد رئيس مجلس النواب، خلال الاجتماع، على دعم المجلس لديوان الرقابة المالية الاتحادي: من أجل إنجاح عمل هذه المؤسسة العريقة وتحقيق أهدافها.

3 دول عربية تشتري نحو 100 طن من الذهب من بينها العراق

بغداد / الزوراء: وتصدر الإشارة إلى أن حصة احتياطيات الذهب في مصر تشكل ٢٢.١٪ من إجمالي احتياطياتها للمعدن النفوس في ٢٠٢٢. وأشار التقرير إلى أن ٣ دول عربية اشترت نحو ٩٧ طن من الذهب النقي. وبحسب أول تقرير أولي لذهب العالم صدر في ٢٠٢٣ فقد بلغت احتياطيات دول العالم من معدن الذهب قرابة ٣٥٣٩٨.١ طن. وبين أن الدول التي اشترت الذهب خلال العام الماضي، أظهر التقرير أن مصر اقتنت ٤٦.٦ طن من الأصفر الرنان والعراق ٣٣.٩ طن والإمارات ١٨.٥ طن.

القضاء الإداري يوقف قرار إنهاء تكليف رئيس شبكة الإعلام العراقي

بغداد / الزوراء: قرّر القضاء الإداري، أمس الثلاثاء، إيقاف تنفيذ قرار مجلس أمناء شبكة الإعلام العراقي بإعفاء وبعث رئيس الشبكة نبيل جاسم من منصبه، لحين البت في قضيتهم. وذكرت محكمة القضاء الإداري في وثيقة الحكم التي اطّلع عليها «الزوراء»: أنها أصدرت قراراً وراثياً يقضي بعدم تنفيذ قرار إقالة رئيس شبكة الإعلام العراقي نبيل جاسم من منصبه، لكون قضيتهم ما زالت تحت نظر المحكمة.

استحداث أكثر من 19 ألف درجة وظيفية لتثبيت العقود في مؤسسات الدولة

بغداد / الزوراء: أعلنت وزير المالية طيف سامي محمد، موافقة مجلس الزوراء على استحداث أكثر من ١٩ ألف درجة وظيفية لتثبيت العقود في مؤسسات الدولة. وقالت محمد في بيان لفته «الزوراء»: إنه «بناءً على ماتم عرضه في جلسة مجلس الزوراء المتقدّمة أمس الثلاثاء الموافق ١٠ / ١ / ٢٠٢٣ برئاسة رئيس مجلس الزوراء السيد محمد شياع السوداني، حصلت الموافقة على استحداث (١٩٤٤٠) ألف درجة وظيفية لتثبيت العقود في مؤسسات الدولة من لديهم خدمة عقودية قبل تاريخ ٢٠١٩/٢/١٠ وفق ماعناه بالجدول المرفق التوظيفية للعروض على المجلس وكالتالي: ٦١ - التصنيع الحربي والصناعات الخاسية ٤٥١ - وزارة الزراعة دائرة البستنة ١٨٠ - وزارة الزراعة دائرة الثروة الحيوانية ١٨٠ - وزارة الزراعة / البحوث الزراعية ٤٦٢

Table with 2 columns: Ministry/Department and Number of Positions. Includes entries for Ministry of Industry and Minerals, Ministry of Agriculture, etc.

مختصون لـ الزوراء: بطولة خليجي 25 ستفتح صفحة جديدة من العلاقات بين العراق ودول الخليج على مختلف الصعد



الزوراء / حسين فالج: رأى مختصون للشأن السياسي والاقتصادي في العراق، ان بطولة كأس الخليج العربي بنسختها الـ ٢٥ في البصرة ستفتح صفحة جديدة من العلاقات بين العراق ودول الخليج وعلى مختلف الصعد، فيما اشاروا الى ان البطولة لها ابعاد اقتصادية وسياسية واجتماعية. وقال الخبير الاقتصادي احمد الماجدي في حديث لـ الزوراء: ان توقيت اقامة بطولة خليجي ٢٥ كان جيدا في ظل الاستقرار الذي يشهده العراق على المستوى السياسي والامنّي لتقريب الاشياء الخليجيين للعراق والبدء بفتح صفحة مشترقة من العلاقات الطيبة المتينة على التنسيق والتعاون المشترك في مختلف المجالات.

أشارت الى أهمية عقد اتفاقيات ملزمة مع دول المنبع الموارد المائية لـ الزوراء: الأمطار عززت الخزين الاستراتيجي

الزوراء / مصطفى فليح: أكدت وزارة الموارد المائية أهمية موجة الأمطار الأخيرة في دعم الخزين الاستراتيجي وتأمين ري المزروعات وانعاش الأهور فمما اشارت الى ان ٧٠٪ من موارد البلد المائية تأتي خارجها وهذا يساهم في دعم اتفاقيات ملزمة مع دول المنبع.

الزوراء / مصطفى فليح: الأمطار عززت الخزين الاستراتيجي

الزوراء / مصطفى فليح: أكدت وزارة الموارد المائية أهمية موجة الأمطار الأخيرة في دعم الخزين الاستراتيجي وتأمين ري المزروعات وانعاش الأهور فمما اشارت الى ان ٧٠٪ من موارد البلد المائية تأتي خارجها وهذا يساهم في دعم اتفاقيات ملزمة مع دول المنبع.

Advertisement for the Ministry of Industry and Minerals, Iraq. Includes company logo, contact information, and a list of services offered such as industrial design, engineering, and construction.

تقارير

أوصى بإعفاء رئيس وأعضاء مجلس الأمناء لشبكة الإعلام العراقي

مجلس الوزراء يصدر توجيهات بشأن سعر صرف الدولار ويخص درجات وظيفية لتثبيت المتقاعدين

بغداد / الزوراء: أصدر مجلس الوزراء، توجيهات عدة لاستقرار سعر صرف الدولار مقابل الدينار، وفيما وافق على تخصيص درجات وظيفية لتثبيت العقود في جميع مؤسسات الدولة، أوصى مجلس النواب بإعفاء رئيس وأعضاء مجلس الأمناء لشبكة الإعلام العراقي. وذكر المكتب الإعلامي لرئيس الوزراء في بيان تلقته "الزوراء" أن رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني، رأس الجلسة الاعتيادية الثانية لمجلس الوزراء، التي بحثت في مجال الأوضاع العامة والقضايا والمقررات العروضة على جدول الأعمال. وأضاف، ان الجلسة شهدت مناقشة ارتفاع سعر صرف الدولار، وتأثيراته في السوق، وعلى مشتريات المواطنين من الأسواق المحلية، وما يتطلبه من إجراءات لمعالجة ذلك ودعم العملة الوطنية، إذ أقر المجلس الإجراءات الآتية:

- 1- اقرار الجهات الحكومية كافة ببيع جميع السلع والخدمات داخل العراق بالدينار وبسعر البنك المركزي والبالغ (1470) ديناراً للدولار الواحد.
- 2- يشمل ما جاء في فقرة (1) أعلاه جميعات الخاصة والخدمات من القطاع الخاص، وأعضاء مكاتب الخطوط الجوية الوطنية والأجنبية والوكالات التجارية وشركات الاتصالات والإنترنت ومجمعات المجتمعات السكنية الاستثمارية، والتأكيد أن تكون أسعار السلع والخدمات بالدينار العراقي على سعر البنك المركزي.
- 3- يقرر البنك المركزي ببيع الدولار للجهات المذكورة في الفقرة (2) بالسعر المقرر من البنك المركزي بسعر (1460) ديناراً للدولار للحوالات، و(1455) ديناراً للدولار لتغطية الاعتمادات المستندية، بعد التعهد بالبيع بالدينار العراقي، ويعلم ذلك في المواقع الرسمية للجهات المعنية على منافذ البيع.

موضوع البحث في ضمن الأراضي المملوكة أو المخصصة لتلك الجهات، على أن يتم الاستملاك أو تغيير جهة التخصص. وتابع انه "بهدف تنفيذ ما ورد في المنهج الوزاري، وما تضمنه البرنامج الحكومي في ما يتعلق بمحو السكن، وتقديم التسهيلات اللازمة بشأن ذلك، فقد أقر مجلس الوزراء ما يأتي:

- 1- اقرار محضر الاجتماع التشاوري المنعقد بتاريخ 29 تشرين الثاني 2022 بشأن الأراضي التابعة إلى وزارة المالية والمجمعات المخصصة لبناء مجمعات سكنية، والفقرة (ثالثاً) من توصيات الاجتماع رقم (17) للمجلس الوطني للإسكان، بحسب الآتي:
- الأراضي العائدة إلى وزارة المالية - استناداً إلى أحكام المادة (1/7) من قانون تسليم العرصات والمباني الأمريكية (3 لسنة 1960) لمعدل، لنقل ملكية الأراضي العائدة إلى وزارة المالية والمخصصة سابقاً من الوزارة آنفاً بوليا بدون بدل، إلى دائرة الإسكان، إحدى تشكيلات وزارة الاعمار، والإسكان والبيئات والأشغال العامة، السيد عليا ومجمعات سكنية عامة أو في طور التشييد على وفق القرار التشريعي (39 لسنة 2001).
- الأراضي العائدة إلى مديرية البلديات العامة والمخصصة إلى دائرة الإسكان - 2- تسليم الأراضي العائدة إلى مديرية البلديات العامة والمخصصة إلى دائرة الإسكان على وفق القرار (693) لسنة 1973. بدون بدل، بما تحتاجه من الأراضي المبنية في المادة الأولى من القانون (80 لسنة 1970) في حال انطباقه على الأراضي العائدة للبلديات.
- وفي سياق تنفيذ الخطط الاستراتيجية الموضوعية لتطوير منظومة الكهرباء، فقد وافق مجلس الوزراء على تحويل وزير الكهرباء صلاحية توقيع مذكرة تعاون لبرنامج الطاقة في العراق



4 - يصدر البنك المركزي العراقي آلية سهلة وخلال أسبوع واحد من تاريخ القرار يتمكن من خالها القطاع الخاص المذكور بالفقرتين (3 و2) آنفاً الحصول على الدولار بالسعر الرسمي، كما يقوم البنك بتأمين حالات القطاع الخاص إلى خارج العراق وبالسعر الرسمي لتغطية التزامات الخارجية. وتابع البيان، كما واصل مجلس الوزراء مناقشة ملف تثبيت المتقاعدين في وزارات الدولة كافة، ووافق على استحداث وزارة المالية العناوين والدرجات الوظيفية في ضمن موازنة الدوائر والشركات لتثبيت المتقاعدين قبل 2 تشرين الثاني 2019، على الملأ العائلم، من ضمن النفقات التشغيلية أو التخطيطية لكل تشكييل.

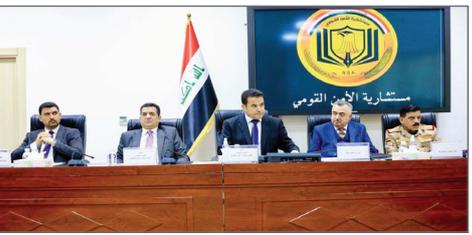
وفي السياق ذاته، أقر مجلس الوزراء بحسب البيان، قيام وزارة المالية بتحويل (1000) باحد اجتماعي إلى متقاعدين وفقاً لقراري مجلس الوزراء (315، 337 لسنة 2019)، مع إضافة فرق التخصص المالي لهم بجدول والمداول والقنوات الرئيسية.

2. تأليف لجان مشتركة من مديريات الموارد المائية، ومديريات الزراعة، واللجان الزراعية والمجمعات الفلاحية بالتنسيق بينها وغرفة العمليات المؤلفة من قيادة العمليات المشتركة في المحافظات كافة لمتابعة التزام المزارعين والفلاحين بالمساحات الروائية المقررة بالبطلة الزراعية للموسم الشتوي 2022 - 2023 وإزالة التجاوزات، ويحتمل التجاوزون التسؤلية القانونية جراء تجاوزهم، والوزارات إنكورتان آنفاً غير ملائمتين وغير مسؤولتين في النظر أو الترويج لأي مبادرات بخصوص التعويض، في حال حدث تجاوز على الخططة الزراعية المقررة، وتحديد اجتماعات نصف شهرية يتم الاتفاق على موعديها بالتنسيق بين مديريات الزراعة ومديريات الموارد المائية في المحافظات كافة.

وأوضح البيان، انه تنفيذاً لتوجيهات رئيس مجلس الوزراء في الإسراع بتنفيذ الخططة الحكومية على صدور الأتهر المرويية والحد من الأثر المرويي في العاصمة بغداد، وما تلاها من إجراءات تمثت برقع عدد من نقاط التفقيش في جانيي الكرخ والرصافة، وفتح عدة طرق وأتفاق داخل المنطقة الخضراء، فقد ناقش مجلس الوزراء الخططة الحكومية الشاملة التي ستنفذها وزارة الاعمار والإسكان لفك الاختناقات المرورية في العاصمة بغداد، إذ وافق المجلس على ما يأتي:

1. تحويل وزارة الاعمار والإسكان والبيئات والأشغال العامة صلاحية إجراء التعاقيدات بسقف لا يتجاوز 1,500,000,000.000 دينار، فقط تـرليون وخمسمائة مليار دينار للمشروعات المدرجة ضمن البرنامج الحكومي، بأسلوب الدعوة المباشرة (تصميم) (تنفيذ) وقبول العرض الوحيد ضمن الكلفة الكلية، والعرض العامة المملوكة للأراضي أو صاحبة التخصص، صلاحية تنفيذ المشروعات

مجلس وكلاء الأمن الوطني يوافق على إبرام مذكرة تفاهم بين العراق ومصر



بغداد / الزوراء: أعلن مجلس وكلاء الأمن الوطني، امس الثلاثاء، الموافقة على إبرام مذكرة تفاهم بين وزارتي الداخلية في جمهورية العراق ومصر. وقال المكتب الإعلامي لمستشار الأمن القومي في بيان تلقته "الزوراء" إن "مجلس وكلاء الأمن الوطني، عقد الجلسة الأولى لعام 2023 برئاسة مستشار الأمن القومي، قاسم العجرجي". وأضاف البيان، أن "المجلس ناقش الموضوعات المدرجة على جدول أعماله، واتخذ وتأسيساً إلى أنه" تم عرض ومناقشة موضوع

السياسات الوطنية لنقل المواد الخطرة في العراق، وقرر المجلس الموافقة على إبرام هذه السياسات وإعزامها للعمل بموجبها، على أن يتولى المركز الوطني للتخطيط المشترك في مستشارية الأمن القومي مهمة التقييم والمتابعة، لتذليل العقبات والمعوقات التي قد تطرأ أثناء تنفيذها". وتابع البيان أن "المجلس قرر الموافقة على إبرام (مذكرة تفاهم بين وزارتي الداخلية في جمهورية العراق وجمهورية مصر العربية)، بعد تعديلها وفقاً للملاحظات المطروحة في الجلسة".

رئيس الجمهورية يحث على تشريع قوانين تؤمن أرواح الناس والعجلات من حوادث السير



بغداد / الزوراء: حثّ رئيس الجمهورية عبد اللطيف جمال رشيد، امس الثلاثاء، على تشريع قوانين تؤمن أرواح الناس والعجلات من حوادث السير. وقال بيان لرئاسة الجمهورية تلقته "الزوراء" ان "رئيس الجمهورية عبد اللطيف جمال رشيد زار مقر وزارة الداخلية مهنتاً بعيد الشرطة، حيث كان في استقباله وزير الداخلية عبد الأمير الشمري وكبار القادة والضباط في الوزارة"، مبيناً أن "رشيد أبدى استعداد رئاسة الجمهورية للمساعدة في تسهيل توفير احتياجات الوزارة والتعاون مع مجلس النواب أو مجلس الوزراء لتشريع وأعرب رئيس الجمهورية خلال اللقاء مع وزير الداخلية والكوارث العليا في الوزارة، عن "تفانيه وتبركاته إلى الضباط والمراتب والموظفين من منسوبي الوزارة بمناسبة عيد الشرطة العراقية"، متمنياً لهم "التوفيق والنجاح في أداء مهامهم الوطنية". وأكد أن "التصميمات التي قدمها منتسبو القوات الأمنية سبقي سحلاً حافلاً بالبطولة والإيعاز عبر الأجيال"، مشيراً إلى أن "هناك مسؤوليات كبيرة تقع على عاتق القواد الأئمة لوزارة الداخلية في حياة المواطنين وترسيخ الأمن والاستقرار في أمة العراق كافة داخل أمن وعلى الحدود، من خلال مكافحة الإرهاب والنقض على المجرمين". وأضاف، "بالخطوات التي يتم اتخاذها حالياً لرفع المظاهر المسلحة من داخل المدن وتسلم الملف الأمني من قبل وزارة الداخلية". وتطرق رئيس الجمهورية خلال اللقاء إلى

في محاولة منها لإيقاف تدفق اللاجئين إلى أراضيها اليونان تبني سياجاً فولادياً على الحدود مع تركيا قد يزيد من التوتر بين البلدين



يوم أسس الاثنين عن يده بلاده بناء سياج فولادي على الحدود مع تركيا وذلك لمنع تدفق اللاجئين من تركيا إلى اليونان في ثاني خطوة يقدم عليها الجانب اليوناني منذ شهر ديسمبر الماضي، حيث أعلن أن طول السياج الحدودي يبلغ 180 كيلومتراً. وعادةً ما تتبادل تركيا واليونان (الغارات)، الاتهامات باستمرار حول ملف اللاجئين الذي يعد ملفاً شائكاً بين الجانبين وتسبب بخلافات كبيرة بينهما طيلة العقد الماضي. كذلك يسود نزاع طويل الأمد بين البلدين منذ عقود بشأن الحدود البحرية، وحقول نفط ذات صلة، وجزيرة قبرص المقسمة، وهي خلافاً لدعت أنقرة وأثينا إلى شفا الحرب عدة مرات في السابق، وتتجدد بين الحين والآخر.

أثينا/ متابعة الزوراء: باشرت السلطات اليونانية ببناء سياج فولادي جديد، وذلك على ضفاف نهر مريتش الذي يقع على الحدود التركية - اليونانية، في محاولة منها لإيقاف تدفق اللاجئين إلى أراضيها، فهل يمكن أن يؤدي بناء هذا السياج كزيد من التوترات بين أنقرة وأثينا اللتين تتبادلان الاتهامات باستمرار بشأن اللاجئين؟ واعتبر دبلوماسي تركي وقيادي في حزب معارض الرئيس رجب طيب أردوغان أن بناء هذا السياج من شأنه أن يزيد من حجم التوتر بين تركيا واليونان في حال استمر الجانب اليوناني في بنائه دون العودة أو التنسيق مع الجانب التركي الذي يعاني أيضاً من مشكلة تدفق اللاجئين إلى أراضيها، بحسب تعبيره.

وأشارت وسائل إعلام يونانية إلى أن "مجلس الوزراء الأيسق أحمد داود أوغلو، إن "البناء هذا الجدار أو السياج تأثر سلباً في العلاقات بين بقاء لاجئين سوريين داخل الأراضي التركية". وتابع أن "الخلاف التركي- اليوناني حول مشكلة اللاجئين مرتبط بالدرجة الأولى باللاجئين السوريين ولا يمكن حل هذه المشكلة مع بقائها عاقلة بين تركيا وسوريا، إذ يجب أن ينسّق البلدان بشأن إعدادهم إلى بلدهم". كما شدد الدبلوماسي التركي على أن "بقاء اللاجئين السوريين يشكل مشكلة مع اليونان على الطاولة كمصدر للخلاف معها"، مشيراً إلى أن

سوق الأوراق المالية يتداول أسهماً بـ 18 مليار دينار خلال شهر



بغداد / الزوراء: أعلن سوق العراق للأوراق المالية، امس الثلاثاء، عن تداول 12 مليار سهم بقيمة مالية تجاوزت 18 مليار دينار خلال شهر كانون الأول / ديسمبر الماضي.

وذكر السوق في تقرير اطلعت عليه "الزوراء": أن "عدد الشركات المتداولة أسهمها خلال كانون الأول بلغ 71 شركة مساهمة، فيما لم تتداول أسهم بقيمة مليوني أسهم العرضة عن المطلوبة من قبل المستثمرين، ويستمر توقف 3 شركات لعدم تقديم الإفصاح، من أصل 103 شركات مدرجة في السوق".

وأضاف أن "عدد الأسهم المتداولة بلغ 12 ملياراً و398 مليون سهم بقيمة مالية بلغت 18 ملياراً و14 مليون دينار من خلال تنفيذ 9742 صفقة"، مشيراً إلى أن "مؤشر الأسعار المتداولة TSI60 انقل على 585.95 نقطة"، وأشار السوق إلى أن "عدد الأسهم المشترى من المستثمرين غير العراقيين لشهر كانون الأول بلغ 912 مليون سهم بقيمة مالية بلغت 1.1 مليار دينار من خلال تنفيذ 293 عقد، فيما بلغ عدد الأسهم المتداولة من المستثمرين غير العراقيين 1.6 مليار سهم بقيمة مالية بلغت 3.4 مليار دينار من خلال تنفيذ 689 عقد".

يذكر أن سوق العراق للأوراق المالية ينظم خمس جلسات تداول أسبوعياً من الأحد إلى الخميس، ومدد فيه 103 شركات مساهمة عراقية تمثل قطاعات المصارف والاتصالات والصناعة والزراعة والتأمين والاستثمار المالي والسياحة والفنادق.

ارتفاع كبير بأسعار الذهب في مجال الصاغة

بغداد / الزوراء: ارتفعت أسعار الذهب "الاجنبي والعراقي" في الأسواق المحلية بالعاصمة بغداد، وفي اسواق اربيل عاصمة إقليم كردستان، امس الثلاثاء، وقال مصدر: إن أسعار الذهب في اسواق الجملة بشارع النهر في العاصمة بغداد سجلت صباح امس، سعر بيع للمقتال الواحد عيار 21 من الذهب الخليجي والتركي والاوربي 417 الف دينار، وسعر الشراء 413 الف دينار، فيما كانت اسعار البيع ليوم الاثنين 410 الف دينار.

وأشار إلى أن سعر بيع للمقتال الواحد عيار 21 من الذهب العراقي سجل ارتفاعاً أيضاً عند 387 الف دينار، وبلغ سعر الشراء 383 ألفاً، وفيما يخص أسعار الذهب في مجال الصاغة، فإن سعر بيع مقال الذهب الخليجي عيار 21 يتراوح بين 415 الف دينار و 425 ألفاً، فيما تراوح سعر البيع مقال الذهب العراقي بين 385 الف الف و 395 الف دينار.

أما أسعار الذهب في اربيل فقد شهدت ارتفاعاً أيضاً، حيث بلغ سعر بيع مقال ذهب عيار 24 بيع 480 الف دينار، وسجل عيار 22 بيع 440 الف دينار، وسجل عيار 21 بيع 420 الف دينار، فيما سجل عيار 18 بيع 360 الف دينار، ويساوي للمقال الواحد من الذهب (خمس غرامات).

العراق أكثر الدول استيراداً من الأردن في 2022

بغداد / متابعة الزوراء: أعلنت غرفة تجارة عمان، امس الثلاثاء، ان العراق جاء المرتبة الاولى بأكثر الدول استيراداً منها خلال عام 2022.

وقالت الغرفة في بيان لها اطلعت عليه "الزوراء": إن "خلال العام الماضي 2022، تم تصدير بضائع وسلع لبلدان عربية واجنبية، بلغت قيمتها 885 ملايين دينار، وسجل دينار 740 مليون دينار نقصها من بلغ عام 2021".

وأضافت ان "العراق جاء اولاً بأكبر الدول العربية استيراداً من الأردن من حيث قيمة السلع المستوردة في عام 2022 حيث بلغت 104 مليون دينار، تليها مصر 109 مليون دينار، والسعودية ثالثاً بـ 104 مليون دينار، والامارات رابعاً بـ 94 مليون دينار، والسويد خامساً بقيمة 36 مليون دينار".

ولمّا ان "عملاً ان الدينار الأردني يساوي حوالي 70 دولاراً أمريكياً. وأشارت الى ان "قيمة صادرات المنتجات الاجنبية (إعادة تصدير) بلغت نحو 406 مليون دينار، والصناعة 210 مليون دينار، والزراعة 159 مليون دينار، ثم المنتجات العربية بقيمة 71 مليون دينار، والباقي للعديد من المنتجات الأخرى المختلفة".

وبينت ان "غرفة تجارة عمان تقوم بإصدار شهادات المنشأ للمنتجات الزراعية والحيوانية والثروات الطبيعية الأردنية الخام، وللصناعات الأجنبية التي يجري إعادة تصديرها وللصناعات الأجنبية المشتراة من السوق المحلية ضمن شروط محددة".

قرب منح مشروع الرفيل السكني إلى الشركات المنفذة

بغداد / الزوراء: أعلنت هيئة الاستثمار الوطنية، امس الثلاثاء، عن مشاريع مرتقبة في بغداد والمحافظات بالتعاون مع شركات عالمية، فيما أعلنت قرب منح مشروع الرفيل السكني إلى شركات المنفذ.

وقال رئيس الهيئة، سالار محمد أمين، في تصريح صحفي: إن "الهيئة لديها عدة مشاريع ستفتح قريباً في العاصمة بغداد والمحافظات، بالتعاون مع شركات عالمية، مبيّناً أن "مدينة الرفيل ستكون مدينة جديدة في بناتنا وستستغل مساحة أكثر من 106 آلاف دونم، وبالتعاون مع شركة عالمية لتقديم مخططات جديدة ومصممتها من قبل الجهات القطاعية".

وأضاف أن "الهيئة ستضم مناطق سكنية ومؤسسات حكومية، وستوزع قريباً على الشركات المنفذة، حول مشروع بسمالية السكني، وأوضح أن "الهيئة تولت إدار مراحل نهاية لإكمال شركة هانا الكورية للمشروع"، مؤكداً أن "مدينة بسمالية تعد أكبر مشروع استثماري في العراق والشرق الأوسط حيث تضم 100 ألف وحدة سكنية في مسكان واحد"، وأعلنت الهيئة الوطنية للاستثمار، الأسبوع الماضي، استئناف شركة هانا الكورية العمل بمشروع بسمالية، وأكدت أنه تم توقيع اتفاق مع شركة هانا الكورية الجنوبية المنفذة للمشروع مدينة بسمالية، حيث تضمن الاتفاق عودة العمل بمشروع مدينة بسمالية السكني وفق جدوال دفع وتسليم لـ (9540) وحدة سكنية في موعد أقصاه (18) شهراً من تاريخ توقيع الاتفاقية.

أسواق

حث التجار العراقيين على التعامل بشكل مباشر مع المصارف المجازة البنك المركزي يعلن عودة سعر صرف الدولار إلى 1470 خلال الشهر الحالي



بغداد / الزوراء: أعلن البنك المركزي العراقي، امس الثلاثاء، عن عودة سعر صرف الدولار إلى 1470 خلال الشهر الحالي، فيما أشار إلى التوجه لفتح نوافذ بيع العملة في المحافظات قريباً.

وقال مستشار البنك، إحسان شمران اليسري، في تصريح صحفي: إن "البنك المركزي ملتزم وممثل بمقررات المجتمع الدولي، وطالما هنالك دول محظورة عليها استلام الدولار، إذا فالبنك المركزي لا يمكن أن يتخطى ذلك ولا يخرق الضوابط".

وأشار عودة أسعار صرف الدولار، أكد أن "اضطراب أسعار الدولار هو حالة مؤقتة، وخلال أسبوعين سيعود سعر الدولار إلى وضعه الطبيعي المستقر 1470، أي قبل انتهاء شهر كانون الثاني الجاري"، لافتاً إلى أن "موارد البنك المركزي، الآن في أعلى مستوياتها منذ عقود".

وتابع أن "الوضع المالي للدولة مريح جداً"، مشيراً إلى أن "الضوابط التي وضعت لبيع الدولار على المنصة، جاءت لكي يذهب الدولار إلى المستفيد الحقيقي وهي عملية تنظيمية".

وذكر أن "محافظ البنك المركزي مصطفى غالب مخيف التقى بعدد من التجار، وتوصحهم بأن يعتمدوا على المراجعة أو التعامل المباشر مع المصارف، ولا يستوجب التعامل مع المضاربين والوسطاء".

وتابع أن "التعامل المباشر مع المصارف سيقلل عليهم الكلف الإضافية، كما سيقلل الحفلات الزائدة على التجار، إضافة إلى ضمان

وصول البضائع المستوردة بطريق سليم، وهذا فيه خدمة لتجارهم والبلاد".

وأكد أن "البنك المركزي يبيع كميات متزايدة من النقد يومياً، حيث كلفت كل المصارف في بغداد فنتحت نافذة لبيع عملة الدولار، وقرراً جداً جاء لكي يذهب الدولار إلى المستفيد الحقيقي وهي عملية تنظيمية".

وذكر أن "محافظ البنك المركزي مصطفى غالب مخيف التقى بعدد من التجار، وتوصحهم بأن يعتمدوا على المراجعة أو التعامل المباشر مع المصارف، ولا يستوجب التعامل مع المضاربين والوسطاء".

وتابع أن "التعامل المباشر مع المصارف سيقلل عليهم الكلف الإضافية، كما سيقلل الحفلات الزائدة على التجار، إضافة إلى ضمان

شركة السمنت تحقق أعلى مبيعات خلال كانون الأول الماضي

بغداد / الزوراء: أعلن مدير الشركة العامة للسمنت العراقية، إحدى شركات وزارة الصناعة والمعادن، حسين محسن عبيد، امس الثلاثاء، عن تحقيق أعلى كمية تجهيز وقيمة مبيعات مادة السمنت في شهر كانون الأول من العام الماضي والبالغة بحسب (1٧٧) ألف طن بقيمة أكثر من (١٥) مليار دينار.

وقال عبيد في بيان اطلعت عليه "الزوراء": إن "هذا الإنجاز جاء تنفيذاً لتوجيهات السيد الوزير ومتابعة إدارة الشركة مبيناً ان "هذا الإنجاز تحقق أيضاً بعد إكمال تحويل منظومة الحرق من النفط الأسود إلى الغاز في معمل سمنت الكوفة، حيث تمكنت كواد المعمل من إنجاز ما مُخطط خلال العام الماضي بتحويل الفرن للخطين الأول والثاني إلى منظومة حرق بالغاز الجاف إضافة إلى إكمال تحويل الخط الثالث في نفس الماعم أو أسهم في خفض كلف إنتاج الأسمنت".

وأضاف أن "مطالعة الحرق بالغاز ذات جدوى اقتصادية كونها صديقة للبيئة وتعمل على تقليل كلف إنتاج الأسمنت إلى جانب المحافظة على جودة ونوعية السمنت المنتج".

وتكشفت المدير العام عن أن "الاعطاح المحال ٢٠٢٣ سيشهد نمواً في الإنتاج بعد إكمال الخط المرسوم لشركة من خلال إكمال مشروع منظومة الغاز الجاف في معمل الشركة كافة".

لجنة التأسيس: تهالك الأنايب ورا تأخر البلد في مجال استخراج الخام



بغداد / الزوراء: عزت لجنة النفط والغاز وشركات النفطية في مجلس النواب، امس الثلاثاء، تأخر العراق بمجال استخراج الخام ونقله إلى تهاك الحقول والأنايب النفطية.

وقال عضو اللجنة، صباح صبحي، في حوار اطلعت عليه "الزوراء": إن "الاستثمار استخراج النفط في البلاد مسألة مهمة جداً، كون أكثر من 90 ٪ من واردات العراق تعتمد على النفط، مبيّناً أن اللجنة ناقشت أكثر من مرة موضوع استخراج النفط، لاسيما أن الطاقة الإنتاجية لا تقدر بـ 2.7 مليون برميل يومياً".

اقتصادي يوضح أسباب ارتفاع الدولار في السوق الموازي

المالية النيابية تبذل صحة الوصاية الدولية على البنك المركزي بسبب "الفساد"

وزاد الخبير أن "البنك الفدرالي طالب البنك بوجود معرفة الحوالة التي تصل إلى مصرف دبي أين تذهب لاحقا، ومعلومات كاملة عن المستورد والدولة المرسله لها لشراء السلع ومعلومات كاملة عن الشخص المسلم وشحن البضاعة".

ونوه إلى ان هذه "التعليمات المتشددة من البنك الفدرالي لا تقيد المصارف والتجار لانها ستكتشف الكثير من الأمور حول أين تذهب الاموال، وبالتالي انخفضت مبيعات البنك من 200 مليون اقل من 100 مليون دولار".

ونبه المشههاني إلى ان "ارتفاع سعر الدولار في السوق الموازي حالياً ليس بسبب السفر لأن ما يحتاجه المسافر شهرياً هو 10 ملايين فقط، وإنما توجه التجار للاعتماد في شراء الدولار عن الطريق النقدي وشحنها بالسيارات أو مكاتب صرفة دولية لها مفاصة أو مكاتب صرفة بالصرين خارج عن نظام (السويتف) أدى إلى جعل الدولار يرتفع وليس بمقدور الحكومة ان تسيطر عليه".

وتابع الخبير إلى ان "البنك المركزي لا يستطيع حالياً ان يسيطر على ارتفاع سعر الدولار إلا بعودة الحوالات الخارجية والتصدير بشكل اقتصادي وسلس عبر المزا، وما هو مطلوب من ملتزم بالتعليمات التي أصدرها البنك ليس خوفاً ماد ما شعاره محاربة الفساد".



العراقية، عبد الرحمن المشههاني، في حديث صحفي: إن "منوسط استيرادات اليومية العراق من سلع وبضائع بحسب 175 مليون دولار وسنويها بحسب 45 مليار دولار حول عن طريق (عملية تمويل لتحويل التجارة وحج عن طريق (مناقصات) الشراء التي يقدمها الأربار والتجار المصارف حتى تدخل المزااد وأضاف إلى ان "البنك المركزي بإدارته الجديدة الحالية عُثر تصنيف المصارف وهو ما أثار

بغداد / الزوراء: أكد عضو اللجنة المالية النيابية، جمال كوجر، امس الثلاثاء، عدم وجود وصاية للبنك الدولي على البنك المركزي العراقي بسبب صفقة القرن والفساد.

وقال كوجر في حوار اطلعت عليه "الزوراء": إنه "لا يوجد حديث عن وصاية للبنك الدولي على البنك المركزي العراقي بسبب صفقة القرن والفساد وما شابه، كون العراق الدولة الوحيدة التي ربطت عملتها بالبنك الفيدرالي الأمريكي وفق قضيته الأولى اعتبار الدولار العملة الأجنبية الرئيسية الوحيدة التي يتكامل بها سواء كانت بيعاً أو شراءً، والنقطة الثانية هي أن أموال العراق تذهب إلى صندوق تنمية العراق الذي يحتوي على عائدات النفط".

وأضاف كوجر أن "الولايات المتحدة لن ترضى أن يأتي صندوق آخر أو بنك أو صندوق يده على المركزي لأنها ليست مستفيد الوحيد، كما أن الولايات المتحدة تحتاج إلى سيولة ولديها أزمة ديون كبيرة جداً داخل أمريكا وتحتاج ديون مقابل إلى أموال العراق الموسومة لديها والتي لا تطلقها مباشرة".

من جانب متصل، اعتبر خبير اقتصادي، امس الثلاثاء، ان هناك جملة أسباب رئيسية تتعلق بارتفاع الدولار في السوق الموازي.

وقال الخبير الاقتصادي والاكاديمي في الجامعة

البصرة / متابعة الزوراء:

أكد المدرب البرازيلي جوفان فييرا، دعمه لنجاح العراق في تنظيم بطولة كأس الخليج العربي لكرة القدم «خليجي ٢٥» على أرض البصرة الفياحة.

وقال فييرا، في تصريحات صحفية حيث يتواجد في البصرة بدعوة من قبل اللجنة المنظمة لحضور مباريات البطولة، « منذ ١٥ عاماً وإلى الآن، أرتدي قلادة العراق، العراق في قلبي دائما».

وقاد فييرا، منتخبنا الوطني للفوز بلقب بطولة كأس أمم آسيا بكرة القدم عام ٢٠٠٧.

No: 7876 Wed 11 jan 2023

www.alzawraapaper.com

العدد: 7876 الأربعاء 11 كانون الثاني 2023

الشهري: ظروف المباراة لم تكن في صالحنا

بعد الفوز على المنتخب السعودي... كأساس: غيرنا طريقة اللعب بسبب الأمطار

حرة مباشرة

خليجي البصرة .. عودة الروح

(4)

د. هادي عبد الله



من الفوارق التي أحدثتها - أيضا - خليجي البصرة 25 عن سابقتها من الدورات أنها أعادت للبطولة روحها التي انزوت في ثغايا الرتبة والتكرار، مما أفقدها بريقها لاسيما بعد أن غابت شمسها مع توالي الأوامر والدورات، فمن سمات بطولة الخليج العربي فضلا عما تكرهه سابقا بأنها بطولتي شيوخ، فهي أيضا بطولتي نجوم بعينهم، من العراق رعد حمودي وعلي كاظم وفلاح حسن وحسين سعيد، ومن السعودية ماجد عبدالله وصالح التميمي ومحمد الدمع، ومن الكويت جاسم يعقوب وفيلس المدخل وقتسي كامل وحمد بو حمد، ومن البحرين حمود سلطان وخليل شويبر ويوسف الشريدة ومن الإمارات فهد خميس وعبدان الطائيان وفلاح بن بخت، ومن قطر منصور مفتاح وعادل خميس وعادل مال الله، ومن عمان هاني الضابط، واليمن شاركت لأول مرة في الدورة 2003 وسجل أول هدف لها في تاريخ البطولة للاعب شادي علي جمال ...

هذه الأسماء - وغيرها ممن جالها أو ممن كان ردفا لها - ظلت تزين جيد البطولة حتى بعد أن غادرتها بفعل الاعتزال وذلك لتعلق الإعلام التقليدي بها وحفظه أرشيف أجيالها، وأولئك النجوم ممن تكرنا ومن لا نذكر نتعوا بسمة قبول (كارزما) ربما لا تتوفر شروطها في نجوم لحقوا بهم، وذلك قد يعود إلى طبيعة المرحلة ومقومات ثقافتها ونماذج اهتمام شبابها في دول الخليج العربي، لذا ظلت البطولة تتنجر حوية حتى في السنوات التي تتضارب فيها التوقعات وتعصف بها المفاجآت من كل ع...

ولكن البطولة في دوراتها المتأخرة ومع التقدم الكروي الفني والإداري في بلدان الخليج العربي والاسيما على صعيد الأندية وتغير أحوال وسائل الإعلام التي يصحها تغير أحوال الشباب، وكثرة المشاركات على كل المستويات وزحمة المترشحين الأجانب في وسائل الإعلام التي تبت رسالتها ليل نهار، تغير المزاج الشعبي، وكرة القدم من بين مفردات ثقافتها من باب احترام «سوراف أهدنا» أي أن الدورة تنطلق اليوم وهي على الجمهور كانتا من الأرشيف، فكل من المتابعين شأن يغنيه عن متابعتها بطولات عالمية ودوريات أجنبية ودورات قارية شأن ذلك مما لا يدع وقتا ولا مزاجا للتفرغ للبطولة.

وإذ البطولة في هذه اللحظة وفي هذا الحال، جاءت نسخة البصرة، والناس في مصمق وغير مصمق بأن مدينة الجاحظ العظيم - الذي جعل من السخرية فنا راقيا - قاهرة على أن كانت الانتماء إلى تغار سجن اكتتابها وبدموعها بعد أن كانت الانتماء إلى تغار نغرها، فهل نلغز العراق، البصرة المشهورة على نهر

الرياضة الخليجية، أنها أمينات مدفوعة بدعاء.

وما إن حل مساء السادس من يناير - كانون الثاني - 2023 وانطلق حفل افتتاح خليجي 25 حتى دغغ الجاحظ البصري خسارة البطولة العاسمة لتتجرح مراحا وقوقهه، مستعديه ففاناد وبني تحبته ففسب، بل هي في بطولة الخليج ليست ملاعب وفنادان وبني تحبته ففسب، بل هي في المنام الأول أشقاء يتباعون ويتقاربون، فيضعف قلبها ساعة التباعده، وينشط ساعة التقارب، وهذا من أسرارها، لذا ليس غريبا أن المستوى الفني لا يحتل فيها المقام الأول، فهي ناجحة على الرغم من أن هناك من جاءها اليوم بلعنين في مرحلة التلمذة الكروية أو حتى بمن خلفه عن قطار هذه المرحلة، بل إن مدرب منتخبنا، وهو الإسباني كاساس يقول: «إذا فرنا في كأس الخليج لن نكون أبطال العالم، وإذا خسرت لن نكون أسوء فريق».

إذا كان الأمر على هذا الحال... فما هو سر النجاح ولماذا تحسنت البطولة بجناءه ألقا الشهرية لترجع صبية جذابة جندة...؟ انها البصرة... وال غد...



خلية زين 25 | بصرة 2023

KHALEEJI ZAIN 25

المدرّب COACH

شراسة المباراة مع السعودية وقوة التلاحم بين اللاعبين بأجواء ممطرة شهدتها محافظة البصرة.

وأضاف: «الجهان الفني قرر أن تكون التدريبات خفيفة، دون تحميل اللاعبين أي جهد».

وإضافة: «الوحدة التدريبية ستكون استشفائية كون الفريق خرج من مباراة قوية أمام السعودية، كانت مبهمة بسبب الأمطار، وبذل اللاعبون جهدا إضافيا خلال اللقاء».

وختتم: «لاعبو العراق عازمون على

رئيس اتحاد الكرة يعزي نظيره القطري لرحيل سعود المهدي

بغداد / الزوراء:

عزى رئيس الاتحاد العراقي لكرة القدم عدنان درجال، الاسباط الرياضية في دولة قطر بوفاة نائب رئيس الاتحادين القطري والاسوي لكرة القدم «سعود المهدي».

وذكر بيان لاتحاد الكرة تلقته «الزوراء»: أن رئيس الاتحاد العراقي لكرة القدم رئيس اللجنة التنظيمية لخليجي ٢٥ «عدنان درجال»، نيابة عن أسرة الاتحاد، يتقدم بأحر التعازي وأصدق المواساة للشعب القطري الشقيق لوفاة نائب رئيس الاتحادين القطري والاسوي لكرة القدم «سعود المهدي»، تغدبه الله برحمته الواسعة وأسكنه مسجحه جنته».



وأكد رئيس الاتحاد، بحسب البيان، إن الهجوم كان من السفحسية البائرة واللامعة عربيا واسبويا ودوليا، وقدم

خدمات جليلة لتطوير الرياضة عامة وكرة القدم بصورة خاصة، وساهم في إحداث نقلة نوعية في جميع المناصب التي تولى إدارتها، وكذلك مساهمته في تطوير كرة القدم على المستوى الخليجي، مبينا أن المرحوم عمل بقوة لتعزيز العلاقات الرياضية بين البلدين الشقيقين العراقي والقطري من خلال حرصه وتفانيه وإخلاصه في توطيد العلاقات بالشكل الذي يقدم مسيرة الاتحادين بالشكل الأمثل.

ويشاطر رئيس الاتحاد أحزان عائلة المرحوم «سعود المهدي»، بأن لله عليهم الصبر والسلوان ويسكنه جنت الخلد.

الجمعة القادم .. مؤتمر عام لرؤساء الاتحادات الخليجية



الجهان الفني لمنتخبنا الوطني: لا إصابات للاعبينا رغم شراسة اللقاء وصعوبة ظروفه

وبذل اللاعبون جهداً إضافياً خلال اللقاء».

وحقق المنتخب العراقي مساء أمس الأول الفوز على المنتخب السعودي في منافسات الجولة الثانية للمجموعة الأولى في بطولة خليجي 25، بهدفين بلبضاعة إبراهيم بابيش وأسو رستم.

وقال المنسق الاعلامي للمنتخب محمد عماد: «إن الجهاز الفني والكار الطيبي أكد عدم حصول إصابات رغم شراسة المباراة مع السعودية وقوة التلاحم بين اللاعبين بأجواء ممطرة شهدتها البصرة يوم امس الأول».

وقال المنسق الاعلامي للمنتخب محمد عماد: «إن الجهاز الفني والكار الطيبي أكد عدم حصول إصابات رغم شراسة المباراة مع السعودية وقوة التلاحم بين اللاعبين بأجواء ممطرة شهدتها البصرة يوم امس الأول».



البصرة / متابعة الزوراء:

أكد مدرب المنتخب الوطني خبيسوس كاساس، تغير طريقة اللعب أمام المنتخب السعودي بسبب الأمطار.

وقال كاساس في مؤتمر صحفي إن المباراة مع السعودية تمتلك نقاط لعب محددة، ومثل هذه المباراة كان الفوز فيها يعتمد على الفريق الذي سيقبل من أخطائه في الملعب بسبب الأمطار وأرضية اللعب، وتم تغيير طريقة اللعب، مبينا أن لاعبي المنتخب كانوا منذ الدقيقة الأولى متضيقين على الطريقة الجديدة.

وأشاد بـ«الجهان الفني» بذنه للاعبين، لافتاً إلى أن «مباراة اليوم كانت عادلة بالنتيجة».

وشدد على ضرورة الفوز في المباراة القادمة، لافتاً إلى أنه وجه اللاعبين باللعب إلى الأمام واستغلال الكرة الساقية».

ويعن: «إن المباراة كانت مختلفة لكن لا يمكن الفوز بهذه الطريقة السهلة»، موضحاً: «إن الفريق العراقي لديه الرغبة بالفوز بالكأس».

وأضاف: «أتمن دور الجاهز العراقية التي ساندت ودعمت أسود الرافدين طيلة مناقش المباراة رغم سوء الأحوال الجوية، لكن مشهدنا مثل هذا تجده إيجابيا في دعم الفريق، وسعت الفرصة لدى العراقيين، ووصلتني الكثير من رسائل التهنئة من بغداد، وأنا مسرور لفرحة العراقيين».

وأشار مدرب منتخب العراق إلى أن مباراة اليوم كانت بدينية أكثر من كونها فنية بسبب الأمسية.

وأكد: «سوف أقوم بالتغيير مرة أخرى».

ولفتاً إلى: «أنا تدرس في كل مباراة المنافس ومزايه وإمكانيته بعدما تغير التشكيل».

وأعلن الجهان الفني للمنتخب العراقي لكرة القدم، أن جميع اللاعبين يتمتعون بكرة جيدة، ولم يتعرض أحد منهم لإصابة، رغم صعوبة المباراة وكان مران لاسيما، ذو طابع استشفائي.

وقال محمد عماد، المنسق الاعلامي للمنتخب العراقي: «الجهان الفني والبطولة وجود وإصابات، رغم

البصرة / متابعة الزوراء:

أصدرت اللجنة المنظمة لبطولة خليجي 25، منذ انطلاق منافساتها، عدنان درجال ورئيس التحرير ميم الحسين والدير صلاح الفقاوي، والسكرتير الزميل بلال زكي، ومن عدد من الصحفيين والاعلاميين.

المطبوع الذي يتواجد يومياً في المركز الاعلامية للبطولة ومقر سبوا من العراق ودول الخليج، وأيضاً مواضيع متنوعة وتضاربات إعلامية لتخصيات عراقية وخليجية وعربية.

البصرة / متابعة الزوراء:

قام وزير الشباب والرياضة نايف صالح البكري بزيارة بعثة منتخب اليمن المشارك في بطولة كأس الخليج العربي «خليجي 25» التي تستضيفها مدينة البصرة في العراق.

وخلال الزيارة التي رافقه فيها السفير اليمني بالعراق الأخضر مرهم، وأشاد وزير الرياضة البكري بسلامة الفريقي والجماعي لمنتخب اليمن في مباراته التي ضد منتخب سلطنة عمان.

وأكد وزير الشباب والرياضة اليمني التطور الملحوظ بمستوى المنتخب وأداءه الفريقي والجماعي، مشدداً على أنه خاض مباراة رائعة ضد عمان.

ووجه وزير الشباب والرياضة بصرف مكافأة مالية للمنتخب تقديراً لمستوى الفريق أمام سلطنة عمان.

وقدم المنتخب اليمني مباراة مميزة أمام عمان فاز فيها الأخير 3 - 3 في الجولة الثانية من المجموعة الأولى في بطولة كأس الخليج.

وكان المنتخب اليمني قد خسر في مباراته الأولى أمام السعودية، بينما يستعد لثلاث دور المجموعات متباعدة بمتابعة الفريقي



البصرة / متابعة الزوراء:

أكد وزير الشباب والرياضة نايف صالح البكري بزيارة بعثة منتخب اليمن المشارك في بطولة كأس الخليج العربي «خليجي 25» التي تستضيفها مدينة البصرة في العراق.

وخلال الزيارة التي رافقه فيها السفير اليمني بالعراق الأخضر مرهم، وأشاد وزير الرياضة البكري بسلامة الفريقي والجماعي لمنتخب اليمن في مباراته التي ضد منتخب سلطنة عمان.

وأكد وزير الشباب والرياضة اليمني التطور الملحوظ بمستوى المنتخب وأداءه الفريقي والجماعي، مشدداً على أنه خاض مباراة رائعة ضد عمان.

ووجه وزير الشباب والرياضة بصرف مكافأة مالية للمنتخب تقديراً لمستوى الفريق أمام سلطنة عمان.

وقدم المنتخب اليمني مباراة مميزة أمام عمان فاز فيها الأخير 3 - 3 في الجولة الثانية من المجموعة الأولى في بطولة كأس الخليج.

وكان المنتخب اليمني قد خسر في مباراته الأولى أمام السعودية، بينما يستعد لثلاث دور المجموعات متباعدة بمتابعة الفريقي

البصرة / متابعة الزوراء:

أكد وزير الشباب والرياضة نايف صالح البكري بزيارة بعثة منتخب اليمن المشارك في بطولة كأس الخليج العربي «خليجي 25» التي تستضيفها مدينة البصرة في العراق.

وخلال الزيارة التي رافقه فيها السفير اليمني بالعراق الأخضر مرهم، وأشاد وزير الرياضة البكري بسلامة الفريقي والجماعي لمنتخب اليمن في مباراته التي ضد منتخب سلطنة عمان.

وأكد وزير الشباب والرياضة اليمني التطور الملحوظ بمستوى المنتخب وأداءه الفريقي والجماعي، مشدداً على أنه خاض مباراة رائعة ضد عمان.

ووجه وزير الشباب والرياضة بصرف مكافأة مالية للمنتخب تقديراً لمستوى الفريق أمام سلطنة عمان.

وقدم المنتخب اليمني مباراة مميزة أمام عمان فاز فيها الأخير 3 - 3 في الجولة الثانية من المجموعة الأولى في بطولة كأس الخليج.

وكان المنتخب اليمني قد خسر في مباراته الأولى أمام السعودية، بينما يستعد لثلاث دور المجموعات متباعدة بمتابعة الفريقي

الإعلام على أعتاب مرحلة جديدة وسط مساحة أكبر من الحرية تراجع الجنيه يدفع إعلاميين مصريين للخروج عن النص

ويشد صالح على أن الإعلامي المحترف يستطيع أن يخلق مساحة لتوصيل رسالته وإن تعرض للتضييق، والحد من تجارب دول مماثلة وكيفية تخطيها أزمات الركود الاقتصادي التي مرت بها بعد من الأدوات التي يمكن الاستفادة منها، فالقانونيون ينتظرون الرسائل المهنية والقرارات التي تؤثر إيجاباً في واقعهم، ومن الأجدى للبرلمان أن يتخذ خطوات تشريعية لدعم منظومة التمويل بدلاً من مهاجمة الوزير والمتاجر الإعلامية بما تعرض له الرجل من انتقادات حادة لتحميله وحده المسؤولية.



وتبقى الوامدة السياسية حاضرة في انتقادات الإعلاميين للأوضاع الراهنة، لأن وجود أزمة كبيرة وانعكاسه على الدولة يعكس ضعفها وتراجعها، وهو أمر يصعب أن تتحملة الحكومة بمفردها، إذ توجد مؤسسات عدة تشترك في اتخاذ القرارات وتحسين الوضع الراهن. ويشير الخطاب غير المألوف إلى أن الإعلام المصري قد يكون على أعتاب مرحلة جديدة يمارس فيها عمله وسط مساحة أكبر من الحرية، مع أن تحتمل الحكومة بمفردها، إذ توجد مؤسسات عدة تشترك في اتخاذ القرارات وتحسين الوضع الراهن. ويشير الخطاب غير المألوف إلى أن الإعلام المصري قد يكون على أعتاب مرحلة جديدة يمارس فيها عمله وسط مساحة أكبر من الحرية، مع أن تحتمل الحكومة بمفردها، إذ توجد مؤسسات عدة تشترك في اتخاذ القرارات وتحسين الوضع الراهن. ويشير الخطاب غير المألوف إلى أن الإعلام المصري قد يكون على أعتاب مرحلة جديدة يمارس فيها عمله وسط مساحة أكبر من الحرية، مع أن تحتمل الحكومة بمفردها، إذ توجد مؤسسات عدة تشترك في اتخاذ القرارات وتحسين الوضع الراهن.

الماضي، على انخفاض جديد مفاجئ لقيمة الجنيه المصري، ووصل سعره في اليوم نفسه إلى أكثر من 26.50 لكل دولار، وطرح بنك مصر والبنك الأهلي شهادات ادخار بقيمة 25 ألف جنيه لسحب السبلية من الأسواق ومجابهة التضخم الذي وصل إلى مستويات مرتفعة. ولم تختلف كثيرا الطريقة التي تحدث بها الإعلاميين إبراهيم عيسى عن أبيه، حيث أكد أن "الأزمة الاقتصادية الراهنة طاحنة وهي أسوأ الأزمات التي مرت بها مصر خلال تاريخها الحديث، وخلفت مشهدا ضبابيا أكثر ضغطا على الأعصاب". وأوضح في برنامجه "حديث القاهرة" على فضائية "القاهرة والناس" الجمعة، أن "كبار رجال الاقتصاد في العالم ينظرون إلى أن تقييم قيمة الجنيه المصري أمام الدولار الأمريكي تم بصورة مبالغ فيها، بينما يرى بعض الخبراء أن مصر تعاني من ضائقة شديدة لدرجة أن بعض المستثمرين يريدون طرح أسهمهم قناتا للتصويب للبيع".

وتابع "القراريين تقول إن سعر صرف الدولار سيصل إلى 28.5 جنيها مع عودة البنوك إلى العمل، الإثنين، بسعر في التسوق السوداء يزيد على 30 جنيها، بعد أن المصنعين أكدوا في ارتفاع الأسعار مجددا في الأيام المقبلة بسبب التراجع الحاصل في الجنيه، وتجربة الفترة الماضية تؤكد أن التراجع في مصر أقوى من الحكومة، والدليل هو الزيادة المستمرة في أسعار السلع وكافة". واستيقظ المصريون صباح الأربعاء

وقد فرع نقابة الصحفيين في كركوك يزور الصحفي الرائد إبراهيم العاني للاطمئنان على صحته



كركوك/ نينا: خليل العاني للاطمئنان على صحته. زار وفد برئاسة الزميل عباس البياتي رئيس فرع نقابة الصحفيين في كركوك الصحفي الرائد إبراهيم

وفاة المصور الفرنسي أدولفو كامينسكي عن 97 عاماً



باريس / أف ب: توفي عن 97 عاماً المصور الفرنسي أدولفو كامينسكي، الاسم البارز في مجال تزيين المستندات الرسمية خدمة للمقاومة الفرنسية تم للحرارة المناهضة للاستعمار. على ما ذكرت ابنته لوكلية فرانس شيرس التوتين. وقالت سارة كامينسكي التي نشرت في الماضي مسيرة والدها في كتاب إن كامينسكي كان "إنسانياً ومصوراً وقامواً فرنسياً، متخصصاً في تزيين المستندات الرسمية"، وكان موهوباً وهو يهودي من أصل أرجنتيني، "مصوراً موسيماً ما أصبح مشهوراً بارعاً، وبدأ يوزع المقامات الفرنسية واليهود الضميريين بسمندرات مزورة، قبل أن يخرط بعد الحرب في نشاط من أجل قضايا أخرى"، على ما ذكرت مؤسسة "فوندازيون بور لور ميمورا دو لا شوا" (مؤسسة من أجل ذاكرة

أفضل مقالات شبكة الصحفيين الدوليين لعام 2022

وخظيرة، ولكنها أصبحت قاتلة في السنوات الأخيرة". استفاد الصحفيين البرازيليين عسبة الجولية الثانية من التصويت، بقلم / ماريانا سوزا تأثرت الصحة النفسية للصحفيين البرازيليين تأثراً سلبياً جراء اعتداءات الرئيس جايير بولسونارو وأصناره المتكررة على حرية الصحافة، كما أصبح التهديد الذي يواجهه الديمقراطيون أكثر خطورة عندما أقامت البلاد الجولية الثانية من الانتخابات الرئاسية في أكتوبر/ تشرين عام عدة مؤسسات أبوابها، بينما تبدل غيرها أفضل ما يوسعها لجرم البقاء في ظل هذا الاقتصادي يكسو الظلام تدريجياً. في هذا المقال، يقدم نور الدين بسعيدي نظرة عامة شاملة لوضع الجزائر بناءً على معرفته بمنطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا. النسخة الفارسية

الأخرى، تعاملت النساء أكثر مع إغلاق مراكز الرعاية الصحية، وأجبرن على معرفة أفضل الطرق للاعتناء بأطفالهن أثناء فترة الإغلاق، فضلاً عن تعلم كيفية توفير التعليم المنزلي لأطفالهن. ويستعرض المقال تجارب صحفيات مستقلات أثناء تلك الفترة، وكيف أثرت الجائحة على صحتهن النفسية ووظائفهن. الضغوط التي تواجه الإعلام الأفريقيون في الجزائر، بقلم / نور الدين بسعيدي الإعلام المطبوع أخذ في التراجع بشكل عام في الجزائر في الوقت الحالي، وأعقب عدة مؤسسات أبوابها، بينما تبدل غيرها أفضل ما يوسعها لجرم البقاء في ظل هذا الاقتصادي يكسو الظلام تدريجياً. في هذا المقال، يقدم نور الدين بسعيدي نظرة عامة شاملة لوضع الجزائر بناءً على معرفته بمنطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا. النسخة الفارسية

كيف تحترق "بي بي سي" التمثيل في الإعلام النرويجي، بقلم / أيبودون جاسمو إنزال وسائل الإعلام تنفق في التمثيل السياسي، وعلى الرغم من وفرة الخبرات إلا أن أقل من 1 من كل 5 أشخاص من أهل النرويج الذين يتخذه وسائل الإعلام مصادر لها من التغطية. ويوفر نتاج مشروع 50:50، الذي قدمته "بي بي سي"، والذي يجعل نسبة التمثيل في محتوى موقع "بي بي سي" لا تقل عن 50:50، خطوة للأمام نحو معالجة هذا النقص التاريخي في التمثيل النسائي. صحفيون يوثقون أزمة اللجوء الأوكرانية ويقدمون الدعم، بقلم / أغنيشكا برون عندما فر اللاجئين الأوكرانيون إلى بولندا ومولدوفا ورومانيا في أعقاب الغزو الروسي الشامل، يقدم الصحفيون أحدث من أكبر أزمات يقفون بتغطية إعلامية من المستورين. اللاجئين منذ ذروة أزمة اللاجئين السوريين. في هذا المقال، استعرضت مع مجموعة من صحفيين في بولندا ما يتكفوا فقط بتقديم دعم اللاجئين الذين وصلوا إلى البلاد. النسخة الفرنسية

التزامهم بتقديم التقارير الصحفية. مبادرة Jurnaliskomnitskiy الإعلامية في إندونيسيا تستخدم الرسوم الهزلية لجذب القراء، بقلم / عنبور رحمة هذا المقال هو الأحدث في مجموعة من المقالات المهمة التي تسلط الضوء على المبادرات الإعلامية المستقلة الجماعية المتكبرة في إندونيسيا. ومن خلال عرض النضال التي تقدم تقارير عن الحفاظ على البيئة ومعلومات عن الكوارث، والجهود المشتركة لمكافحة التطرف والظلم الاجتماعي، تستعرض للسنة المعاصر الصحفية صغيرة الحجم، ولكن عظيمة التأثير، التي تنظم من جزء من أجزاء آسيا لا يحظى بقدر كبير من التغطية الصحفية. النسخة الإنجليزية

طريق مستودع ألي جسر إلى المستقبل؟ فهم آثار الصحافة في الأنظمة الاستبدادية، بقلم / داريا سوسا سواء كان في فنزويلا، أو كوبا، أو روسيا، يمكن الشعور باستحالة إحداث التغييرات المؤثرة في ظل الأنظمة الاستبدادية، وفي هذا المقال، تستعرض الصحفية الفنلندية كاتالين بارلا سوسا، الطرق التي يمكنها تمكين الصحفيين من التأثر في هذه المجتمعات، مما يساعد في بناء مستقبل أفضل حتى في أكثر المناخات السياسية تقييداً.

في هذا المقال، يشرح عمرو الأصمري كيف يعمل النكاه الاصطناعي ويفيد الصحفيين، مقدماً أمثلة لتجارب بعض وسائل الإعلام في جميع أنحاء العالم، ومستعرضاً ٢٠ أداة من أدوات النكاه الاصطناعي التي يمكن للصحفيين استخدامها لدعم تقاريرهم الصحفية. وكيف تعمل؟ بقلم / عبد الطليف حجاج محمد هذا المقال يشرح كيفية تقنية البلوكتشين (blockchain)، هذا لنقال للصحفيين وأعضاء الصحافة الجديدة التي تعتمد على تقنية البلوكتشين، وأوجه الاختلاف بين هذه العقود والعقود العادية للصحفيين. النسخة الصينية

المراسلون البيئيون يواجهون المعلومات المضللة والتهديدات في المناخ السياسي القيدي في الصين، بقلم / إيزابيل جيتوفيتش على الرغم من زيادة الترويج لقيادة الصين للمناخ العالمي، تواجه الصحافة البيئية والصين وهويت كونج تحديات سياسية متزايدة، ويستعرض المقال رؤى من الداخل حول كيفية تعامل الصحفيين مع الرقابة والمضايقات، والمعلومات المضللة مع استمرار

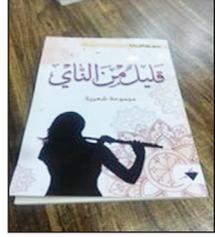
جمالية الصور البلاغية في مجموعة (قليل من الناي) للشاعر جبو بهنام بابا

طالب زعيمان
من أدوات نجاح الشاعر، هي أن تكون له دراية وإطلاع واسع، على أساليب اللغة العربية ومفرداتها وصورها البلاغية، وجعلها لغة شعرية ضمن النسق النحوي، وكيفية عيار بنائها، محافظاً على سلامتها اللغوية والنحوية، هذا ما وجدنا في المجموعة الشعرية المرسومة - (قليل من الناي) للشاعر جبو بهنام بابا، الصادرة من دار ماشكي للطباعة والنشر والتوزيع العراق - الموصى ٢٠٢٢. ففي إسهامه خادماً أساليب اللغة، من استقفاهم ونداء وترجي وغيرها، والتنقل الجميل بين الضمائر والجمل الفعلية والإسمية ونسبه جملة، فضلاً عن التكرار والتشبيه والاستعارة والضمين، كل هذا جعلنا نشق أساماً نصوص جميلة من خيال وعاطفة كبيرة. بطمح الشاعر من خلالها أن يصل إلى مبتغاه في رسم صورة شعرية تمتلك جمالية خاصة.



كذلك هو ظنونا إلى الضمائر في المجموعة نجد الشاعر يتقلد بين الضمائر، وهذا التقلد حالة إيجابية للشاعر لكي يمتلك حرية كاملة في الخطاب، من هذه الضمائر ضمير المتكلم (أنا) وهو الأبرز في المجموعة، فضلاً عن ضمير المخاطب (أنت) والضمير الغائب (هو، هي) الذي يعطي للشاعر مساحة كبيرة لتحرير الحديث، من أمثلة الضمير (أنا) الذي يعبر عن أقوى المعارف، يذكره الشاعر في عدة نصوص مع أفضاء مجازية مثل (القطط السحاب)، (أجمع البروق) حين قال:

(أنا القطط السحاب وأجمع البروق أخطأها عند عتوة المتوسط لنحفل في وقعة الغبار - الضمير المخاطب والغائب هنا الشاعر يتقلد بين الضمائر من مخاطب إلى غائب مما يعطي للقارئ متعة خاصة في القراءة والتشويق لتلك التحويلات، والشاعر أيضاً يجد حرية أكثر، ولا سيما مع ضمير الغائب وهو يتحدث عنه، وكان الضمير مخفياً: (أنت قلب مرسوم بياضك وبدان زرقاوان أطول من عين المسافات وينع تعاقب الخريف بصوت عطر الأرجواني ينبت الياسمين



(هو) ذو الأذن ينتظر قبعة مزدحمة من أبناء الشمس هو ذا الأقفال يضيء جمر الشتات يبحث عن طائر المعنى يتعلم لغة واحدة بمعزل الفتوى العازف على أوتار الحزن ..

الاستقفاهم - نجد الاستقفاهم وهو من أساليب قواعد اللغة العربية، وأضحاً عند الشاعر، ولا سيما أدوات الزمان والحال، التي أظلمها في المجموعة خرجت من الاستقفاهم الحقيقي إلى استقفاهم مجازي، أي لا يريد الشاعر جواباً، بل جاء بها لأغراض أخرى منها التبعيض.

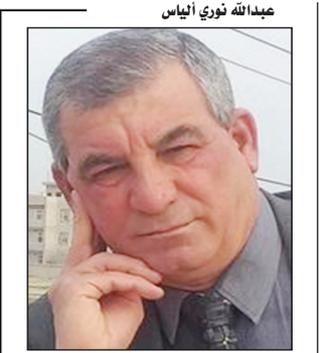
(متى تحسن العجيمة) متى امك أغنية لقياك / إن كنت السبات / كيف السبيل في أي هوك / أين أنت يا عاصمة القلوب... وغيرها: متى تحت الغيم؟ حين يشعل تاريخ الدوران الهذا تلبع مبداه محتها الجذ الفقاء خلف الكلمات تتردى على عرس الأقب تحديداً مرايا الأشباح وخوف الفاختات بفرودس تلبع براءة الألى - ظرف المكان إن الشاعر في مجموعته هذه كثير من الظرف المكان حيث هناك ظروف مكانية، ولا سيما الظرف (بين، وفوق) وهذه الأكمة جاءت أغلبها حسياً وعاطفياً، وذلك ما يشعر به الشاعر من أساس خيال، مثل (بين أصوات الحرية وأوان والورد / بين الندى والورد / بين العين والأيمنات / بين البصوت وورث الزمان / بين العطر والفتاء / فوق أمات وأمات أخرى / فوق زوايع الأزهار / فوق بحار الورد...



وغيرها) وأتى بظرف (بين) مكررة في نص (شموس من القصدير تطلع في الصدى): (بين انتشار الشمس بين هبات الحلم بين مناريس الوحل وبهائم السواقي والنداء

نجد أسلوباً آخر وهو النداء، الذي يكون المادي فيه في أغلب الحالات في حالة ضعف يطلب الجملة، وهذا إشارة أن الشاعر يسر في حالة غير مستقرة وقلقة ويريد التخلص منها: (يا صوتي / يا سروري الأبدى / يا عطر الهوى الضائع / يا نسق للحن / يا أجمل الأشياء / أيها الفجر الجميل / أيها المزوج براحة التراب... وغيرها): (يا امرأة لوج المخضلة بالكحل والقصيد. مارنا نطق تحت سماء السنة الجديدة ونعد أحجار الموسيقى بعجبة تتلاهي في سماء عينيك - تاء الفاعل وهو من الضمائر المتصلة، التي يتحدث الشاعر عن نفسه، مثل (انتظرت... أمسكت، انتبهت) ويكرره عدة مرات في نص واحد:

(انتظرت خارج الضحك وأمسكت صباحي وانتبهت إلى نافوس يعتمد في حاشية النبع ويتساقط نحو فضاء لا يعرف الانتكاب - تقديم المفعول به على الفاعل هو من الأفعال الجمالية في اللغة العربية، وهو جعل اللفظ ورثة قبل رثته الأصلية أو بعدها. لعراض اختصاص أو أهمية أو



كأنور... كلمات أنت كقمر في عيون أظفر... ضاحك... وجهك أحمر... أنت... - الترجي هو طلب أمر ممكن حصوله، من أنواته (لعل)، وذلك الشاعر يبقى عنده الأصل في تحفيق في الإصلاص والأمنيات فأنى بذلك الأسلوب الترجي في مجموعته الشعرية: (لعلني أنسخ قنونا يمجذ الفرح الأني من عين السرور ... (لعل الورد يجوب في قبتها بسحابة خضراء تأسر لها الكلمات... - الضمير باب التضمين في البلاغة الذي يندرج تحت علم البديع، كما عرفه المحذون (هو أن يستعير، يستعير شيئاً من نظم غيره، ويدخله في نظم قصيدته)، وذلك لعله الأكثر من الشعراء القدامى. نجد هنا الشاعر يضمن بعض نصوصه شيئاً من التضمين، ويضعها بين قوسين، كلام وحكمة أو شعر من مؤلفين وكتاب وشعراء، هذا يدل لنا بأن الشاعر مطلع ومتذوق جيد، يبحث عن المفردة والمقولة الجميلة، وتأثيرها بهؤلاء، يعزز خبرته الفعوى، وصنعة الشعرية: (فاندي في عيني ليس حزناً أو غمماً، وصنعة الشعرية: (فاندي الناي يبقى بعد أن يفنى الوجود... الألوآن الألوان التي استخدمها الشاعر كثيرة، وذلك لكون له رالته، بالرغم أن دلالة اللون تتغير تبعاً للحالة النفسية للشاعر التي يعيشها، من فرح أو حزن أو غضب وغيرها: (أنا الذي يبقئ كثره منها: هي: (بغداد، الفرات، سوق الرشيد، النيل، الطفل، الناعوس، النجوم، الشمس، الصنوبر، النين، العنب، الرمان شهرزاد، غادة السمان، نزار قباني، قيس بلحج... وغيرها)، كان عينه متجولة كالمسدة ترصد كل شيء يثير مشاعره ووجدانه.

صباحا حين أفتش عن سر تنازك... بين شفتي وأغنية فيروز كيف تثقبت تجاوب صدرك أنم شورك من تحت السرير شجرة شعرة والهفت طابعاً هذا الربيع المغمز بأملطار صبايتك كيف أوصف هذا الجنون الشرقي حين يصيء وحشة حروفي وهي تتقافز مثل الأرابب في بستان رغباته المثرة. ذلك وجعي المسكون فوق سطوع وجهك وأنت تطردين كل دخان الأرض مع جبينين وتمعنين بسعادات فيضك الملاء بكفاف يوبك من الخبز والبرتقالات والشاي العراقي الأصيل وعطش غريب يمتد في ذلك لون له رالته، بالرغم أن دلالة اللون تتغير تبعاً للحالة النفسية للشاعر التي يعيشها، من فرح أو حزن أو غضب وغيرها: (أنا الذي يبقئ كثره منها: هي: (بغداد، الفرات، سوق الرشيد، النيل، الطفل، الناعوس، النجوم، الشمس، الصنوبر، النين، العنب، الرمان شهرزاد، غادة السمان، نزار قباني، قيس بلحج... وغيرها)، كان عينه متجولة كالمسدة ترصد كل شيء يثير مشاعره ووجدانه.

أبراهيم سبتي يستمد النقد مهمته من حالة التنوع والقدرة الأبداعية في مختلف اجناس الكتابة. ذلك أن الناقد هو العين المراقبة للنص الإبداعي لإستجلاء بواطن القوة والبهشة والضعف والترهل. أيضاً إزالة الغطاء عن الجسد الحقيقي للنص الذي اراد الكاتب وفتح الأبواب لتأويله وسر أغواره وتفكيكه. انها مهمة صعبة وخاصة أن عرفنا بأن كل ما ينشر الآن يجب أن يكون متابع عليه وبالتالي مطلوب الحكم عليه ابداعياً من هنا ، ينتقد كتاب الناقد زهير الجبوري الجديد (متواليات نصية .. مقاربات تطبيقية في الأدب العراقي المعاصر) ، على اجناس الأدب عامة من خلال رعى تطبيقية لتعريف الحاجة الى قراءة تلك النماذج لتطوّر والإقتراب من عموم الأدب المعاصر . وقد لست في الكتاب ، اهتمام الأديب من حمل الدراسة) يتناول واقعاً على شكل تمثيلات ابداعية في القصص والقصيدة الشعرية والرواية . وما أناب الأدب العراقي ، هو ادب محنة وادب مكافحة وتطور ، فإن الناقد زهير الجبوري على المرحلة اعمية باقة لأثره لأنها شهدت تحولات اعمية فكرية وثقافية واجتماعية . وعلى هذه الماشقة ، اخترت نماذجها لتكون شاهد على المرحلة كتنويف إجرائي من ثم تناولها بتفصيل نقدي حسب السياق الذي وضعه في خطته التطبيقية - (حتوى الكتاب على مقدمة قال فيها (انه كتاب يشكل الوجه الكاشف للمنجذ الأدبي العراقي المعاصر للشاعر والقاص والروائي وهو عبارة عن ملاحقة لنذج بعض الأديب ...) ثم قسمته الى قسمين : الأول ضم رواية فروع الشعر العراقي ومن مختلف الأجيال والحقب الزمنية مع اختلافها بالتأكيد في طروحاتها



رواية قنزة ونزة وكشوفات الامكنة وسرديات النص المعاصر رواية عمكا انموذجا وسرديات الوصف والاستعادة وثقافة المكان في رواية مزامير المدينة . إضافة الى دراسات اخرى مثل جدل الكتابة والمغامرة في القصة القصيرة جدا والسرديات الفنية الممتدة في القصة العراقية زيد الخار انموذجا ودراسات تضمنها القسم على غرارها .. ان تناول الناقد زهير الجبوري ، لغفون السرد اعطى برأيي لصوراً واضحاً من التكوين الفني للشخصيات من خلال ما يحيط بها من تأثير واشكاليات الواقع المعاش التي باتت كاشفة مستكون مؤثراً مباشرأ على صانع النص في مجال ابداعه . كتاب (متواليات نصية مقاربات تطبيقية في الأدب المعاصر) هو إضافة للمكتبة النقدية العراقية من ناحية صناعة النص وتحليل مرموزاته واستبطان اغواره خاصة انه يحمل سمات التنوع وتعدد الصورة .. فهو يقول عن القصة القصيرة جدا : من واجبا ابداعيا ان تلقى عليها الضوء كجزء من مهمتها .. وقد اعجبني هذا الصير من قبل الناقد على حرصه ودفاعه عن القصة القصيرة جدا والتي اعتقد بانها لا تحظ باهتمام بقية بقية . فهو يقول عنها ايضا : كما هو معروف ان احساسنا بالإستعمال في هذا الشكل الكتابي ، وما تحتويه من خصائص مهمة في البناء الإجرائي والتكثيفي والاحصائي والتغاضي ويضيف بان شعرية اللغة وغيرها قد افترز ميزتان لا يمكن النحول اليها من دون التسلسل ممكنات وادوات اللغة السردية الحديثة. كتاب متواليات نصية .. مقاربات تطبيقية في الأدب العراقي المعاصر للناقد زهير الجبوري ، صدر عن مطبوعات الاتحاد العام للأدباء والكتاب في العراق لعام ٢٠٢٢ .



لا يحمل قيمة جمالية وبالتالي يعد من انصار المدرسة الشكلية في النقد الأدبي . مقومات الشعر عند الجاحظ :- ١- اللفظ والمعنى وسهولة المخرج وتظهر الألفاظ في تركيب الكلام وجاءت تشبيه الشعر بالنسج ، ويقول في كتابه البيان والتبيين ان أحسن الكلام ما كان قلته بعينك عن كثيره ، ومعناه فائقة على الجدل والحوار والإقناع لأنه كان يخاطب فئة المعززة وكان المعنى واضحا أن اللفظ يليها وكان صحيح الطبع . لذا يجب على الشاعر أن ينتقي الألفاظ المناسبة لموضوع القصيدة ويجعل منها مقدا منظوم ما كان يبدع مع سهولة في المخرج بل تقعر أو تقيد باعثة هذا المعنى الحياء فكانت ترى الصانع متحركة امامت تتحرك في انسيابية، فهي صورة حية وليست جامدة، كما يراها بطبعي لوجه الشاعر الذي تميز به وجعله كصانع الماهر الذي يشكل سبيكة الذهب، و أما عن المعنى فيقول ان المعاني مطروحة في الطريق يعرفها كل الناس وهذا يتفق مع ما يؤكد ان معاني الألفاظ معروفة للجميع بل داعي الحديث عنها.

متواليات نصية

تجد الشعر عند الجاحظ - (قليل من الناي) للشاعر جبو بهنام بابا، الصادرة من دار ماشكي للطباعة والنشر والتوزيع العراق - الموصى ٢٠٢٢. ففي إسهامه خادماً أساليب اللغة، من استقفاهم ونداء وترجي وغيرها، والتنقل الجميل بين الضمائر والجمل الفعلية والإسمية ونسبه جملة، فضلاً عن التكرار والتشبيه والاستعارة والضمين، كل هذا جعلنا نشق أساماً نصوص جميلة من خيال وعاطفة كبيرة. بطمح الشاعر من خلالها أن يصل إلى مبتغاه في رسم صورة شعرية تمتلك جمالية خاصة. كذلك هو ظنونا إلى الضمائر في المجموعة نجد الشاعر يتقلد بين الضمائر، وهذا التقلد حالة إيجابية للشاعر لكي يمتلك حرية كاملة في الخطاب، من هذه الضمائر ضمير المتكلم (أنا) وهو الأبرز في المجموعة، فضلاً عن ضمير المخاطب (أنت) والضمير الغائب (هو، هي) الذي يعطي للشاعر مساحة كبيرة لتحرير الحديث، من أمثلة الضمير (أنا) الذي يعبر عن أقوى المعارف، يذكره الشاعر في عدة نصوص مع أفضاء مجازية مثل (القطط السحاب)، (أجمع البروق) حين قال: (أنا القطط السحاب وأجمع البروق أخطأها عند عتوة المتوسط لنحفل في وقعة الغبار - الضمير المخاطب والغائب هنا الشاعر يتقلد بين الضمائر من مخاطب إلى غائب مما يعطي للقارئ متعة خاصة في القراءة والتشويق لتلك التحويلات، والشاعر أيضاً يجد حرية أكثر، ولا سيما مع ضمير الغائب وهو يتحدث عنه، وكان الضمير مخفياً: (أنت قلب مرسوم بياضك وبدان زرقاوان أطول من عين المسافات وينع تعاقب الخريف بصوت عطر الأرجواني ينبت الياسمين

طبيبك في بيتك ...

إليك أسس التغذية السليمة للحامل



بعض النساء يستخدمن الحمل كذريعة لتناول كميات كبيرة من الطعام، وأطعمة غير صحية وحبويات تحتوي على سعرات حرارية عالية، بدعي أن الحمل يحتاج إلى تغذية مضاعفة، فيما تقع بعض الحوامل في فخ فكرة أن الحمل يسبب زيادة في الوزن، فلا بأس من تناول الطعام بلا حساب طالما أن الوزن سيزيد. إلا أن الحمل الصحي يعتمد على نمط تغذية صحي ومتوازن.

يؤكد الأطباء أن الحامل تكسب ما بين 25 إلى 35 رطلاً أثناء الحمل، منها حوالي 7.5 رطل فقط هو وزن الجنين، بينما يوزع باقي الوزن على المشيمة والسوائل المحيطة بالجنين، والأجزاء التي تنضمخ في جسم الأم مثل الثديين والرحم، نحو 6 أرطال بروتين ودهون مخزنة في جسم الحامل، وهو ما يعني أن أي زيادة في الوزن سيكون عبارة عن دهون زائدة في وزن الأم.

وأثبتت الأبحاث أن كل ما تحتاجه الأم أثناء الحمل هو 300 سعر حراري زيادة عن السعرات الحرارية المعتادة، لذا من المهم أن تراقبي نظامك الغذائي أثناء الحمل، حتى تحصل على تغذية جيدة لصحة حملك ونمو طفلك، وفي نفس الوقت لا تتعبين، وإنما تأكدي من المطلوب.

تابعي القراءة لتتعرفي على أسس التغذية السليمة أثناء الحمل. أهمية التغذية السليمة في الحمل

لا بأس من تناول الحلويات الخفيفة أو بعض الأطعمة الخفيفة في بعض الأحيان، ولكن ضعي في اعتبارك أن العناصر الغذائية التي ستتناوليها أثناء الحمل، سوف تنتقل إلى طفلك، لذا، إذا كان الجزء الأكبر من نظامك الغذائي يعتمد على البيززا أو البرجر أو الأطعمة غير الصحية، فإن هذه الأطعمة ستكون هي أساس النظام الغذائي لطفلك.

وحتى تضمنين التغذية الجيدة التي تدعم صحتك، وتعتز نمو الجنين، عليك أن تحرصي على إمداد جسمك ب300 سعر حراري يوميًا بالإضافة إلى سعراتك الحرارية المعتادة، على أن تأتي هذه السعرات الحرارية من مصادر غذائية مفيدة، أي لا تعتمد على أطعمة غير صحية تمد جسمك بسرعات حرارية لا يستفيد منها طفلك.

العناصر الغذائية الرئيسية في الحمل

هناك بعض العناصر الغذائية الرئيسية التي يحتاجها جسمك أثناء الحمل، وهي:

- البروتينات: تمنح الخلايا وإنتاج الدم.
- الكربوهيدرات: لتوفير الطاقة.
- الكالسيوم: للحفاظ على صحة عظامك.
- الحديد: لحمايتك من الإصابة بفقر الدم (الأنيميا).
- حمض الفوليك: لحماية الجنين من الإصابة بعيوب الجهاز العصبي.
- كما يجب أن يشمل نظامك الغذائي الأطعمة الصحية الغنية بالفيتامينات A و C و B6 و B12 و D والدهون الصحية.
- الأطعمة التي يجب تجنبها أثناء الحمل
- كما يجب التأكد من تناول الأطعمة الصحية أثناء الحمل، يجب أيضاً تجنب الأطعمة والمشروبات التي قد تسبب ضرراً للحمل، مثل:
- الكحوليات.
- الحد من تناول الكافيين أو منعه تماماً.
- الألبان غير المبستر.
- البيض النيء أو غير المطبوخ جيداً، والأطعمة التي تحتوي على بيض نيء مثل الموس والبريوسمو.
- ويحسب صحتهم ومقدارهم.
- السمك التي تحتوي على نسبة عالية من الزئبق مثل سمك أبو سيف.

نحو مستقبل أفضل ... لهم

نصائح مهمة لتحبّ مكتبك!



هل تشعر بعدم الراحة في المكتب وبأفد أفضل حالاً إذا عملت من المنزل؟ هل تشعر بالاختناق وعدم التركيز أثناء العمل؟ هل يقلبك كل ذلك ويقلل من إنتاجيتك؟

ببساطة قد لا يكون سبب هذه المشاعر السيئة نوعية العمل التي تقوم به، بل البيئة غير الصحية وغير المريحة للمكتب.

ولمعالجة الأمر، لا تحتاج سوى إلى 4 خطوات فتعود إلى اندفاعك السابق!

1 - هواء نظيف في الغرفة

تعتبر نوعية الهواء داخل الغرف للأشخاص في العالم ولا سيما الأمراض التنفسية.

ولتحسين سلامة الهواء في المكتب أو الغرف المغلقة، لا تحتاج إلى أكثر من تهوية سليمة وهي ممكنة بسهولة فتعود إلى اندفاعك السابق!

أولاً، التأكد من أن الهواء يدخل إلى الغرفة ويتغير بشكل دائم، من خلال فتح النوافذ بشكل دائم وعدم سدّها

بجرائد أو ملفات.

ثانياً - رمي النفايات بشكل يومي وعدم ترك بقايا الطعام داخل سلال المكتب.

ثالثاً - منع التدخين في المكتب وعلى الشرفات وفي الممرات القريبة.

رابعاً - معالجة أي تسرب للماء أو مواد أخرى من المكيف أو التمدديدات الأخرى.

خامساً - وضع نباتات خضراء في المكتب لأنها تساعد في تنقية الهواء.

2 - إضاءة جيدة

سلوكيات ...

الابتسامه تحفز الطفل على تناول الطعام الصحي

حيث تبين أن شكل الوجه المتبسم أكثر جاذبية للطفل. ووفقاً للدراسة التي عرضت أمام الاجتماع السنوي لأكاديمية طب الأطفال في سان دييغو بكاليفورنيا، وضع الباحثون علامة الوجه المتبسم على الأطعمة الصحية، كالفواكه والحليب الخالي من الدسم، مفيدة للصغار من مرحلة رياض الأطفال، وحتى المرحلة الابتدائية، ثم استخدمت الوجوه الباسمة في المرحلة الثانية من التجربة كعلامة على وجبات صحية كاملة.

ووجد الباحثون القائمون على الدراسة، أن الحليب خال الدسم قد زادت مبيعاته بمعدل 0.49 ٪، حيث زادت من 7.4 ٪ بالمتة، وارتفعت مشتريات الفواكه لكل أنواعها بنسبة 20 ٪، كما ارتفعت مشتريات الخضروات بكل أنواعها بنسبة 62 ٪، وفي المقابل انخفض الإقبال على حليب الشوكولاتة من 81.5 ٪ بالمتة إلى 44.6 ٪ بالمتة، وسجل اختيار الوجبة الصحية الكاملة ارتفاعاً نسبتته 33.0 ٪ بالمتة، بعد إضافة وجوه باسمة على أطبقها.

وتعليقاً على نتائج الدراسة، أكد البروفيسور روبرت سيجل، المشرف على الأبحاث بمرکز سيكسياتي للأطفال، أنه من الممكن تحسين تغذية الأطفال في المرحلة الابتدائية لتقليل معدلات السمنة وزيادة الوزن، والحد من تناول الدهون المشبعة غير الصحية، وزيادة تناول

الخبز والفاكهة، والأطعمة الصحية المختلفة لتحسين صحة الطفل.

كما كشفت دراسة أخرى أجراها المركز القومي بجامعة كولومبيا، عن أن التوتر بين أفراد الأسر الذين تناولوا الطعام معاً بانتظام يكون أقل، وتزداد احتمالات تفوق هؤلاء الأطفال دراسياً والحصول على درجة ممتازة في دراستهم بنسبة 40 ٪ بالمتة عن غيرهم، من أبناء الأسر التي لا توجد ألفة بين أفرادها ولا يجلسون مع بعضهم البعض بانتظام، كما أن تناول أفراد الأسرة الطعام معاً يزيد من قدرة الأطفال ورغبتهم في تناول الأطعمة المختلفة، ويحسن صحتهم ومقدارهم العقلية والجسدية.



توصلت دراسة حديثة أجرتها مجموعة من الباحثين في أميركا، إلى أنه بالإسكان استخدام الوجوه المتبسمه لتحسين نوعية الوجبات التي يتناولها الأطفال، والتأثير على الطفل لاختيار المنزل أو في المطاعم والمقاهي، وتناول أطعمة أفضل للصحة من الخيارات المتاحة، سواء في

طرق سهلة لتعليق الستائر بدون حفر في الحائط



الستائر تصنف شكل جيد وبهجة للمنزل، مع وضعها بألوان مختلفة تلهم العلام اللآلئ التي يكون هي، ويوجد الكثير من ريبات المنزل التي تريد أم تضع ستائر ولكن بدون أن تحفر على الحائط.

يوجد بعض الطرق لتثبيت تلك الستائر مما يجعل الستائر مثبتة بشكل كامل، وحتى لا يكون في ثقوب في المكان، ولعرفة كيفية تثبيت تلك الستائر بدون الدق على الحائط.

ما هي قضبان الستائر؟

قضبان الستارة هي عمود أفقي تعلق الستائر في المنزل من خلالها، وقد يتم تثبيت بعض الستائر بفتحات بالقرب من الجزء العلوي من الستارة، لوضع القضيب، ويمكن تثبيت بعض الستائر بخطافات الستائر أو الحلقات.

كيفية تعليق الستائر بدون حفر:

يوجد ثلاث طرق لتعليق الستائر بدون قضبان ودون أي تلف لمن يمتلك شقة إيجار ولا يريد أن يحدث أي تلف لها، ويوجد بعض تلك الخيارات الآتية:

1 - تأمين الستائر بخطافات لاصقة:

تعتبر الخطافات اللاصقة أو الأشرطة اللاصقة هي أدوات تعلق متعددة الأغراض، ويمكن أن يتم تثبيتها بأحجام مختلفة وفوه الخطافات تكون بألوان عديدة، حتى يتم تثبيت كل حائط على حدى، والمستأجرين يمكنهم الاستفادة من تلك الستائر المعلقة لأن من السهل إزالتها، ولا تلحق أي ضرر بالحائط، ويمكن فقط سحب الجزء السفلي من الشريط اللاصق وتنفض تلك المادة المرنة عن السطح بكل سهولة.

تدبير منزلي ...

المطبخ ...

الزلاية



المكونات

- كوب من الطحين.
- كوب من نشأ.
- كوب ورعب من الماء الدافئ.
- ملعقة كبيرة من الخميرة.
- ربع ملعقة صغيرة من الزعفران.
- زيت قلي حسب الحاجة.
- مكونات القطر
- خمسة أكواب من السكر.
- كوبان من الماء.
- كوب من عصير الليمون.
- ماء ورد وهيل وزعفران.

طريقة التحضير

تضع الخميرة في كوب من ماء الدافئ، وتركها لمدة ربع ساعة في مكان دافئ.

تضع الماء والسكر في قدر على النار ثم تضيف عصير الليمون وماء الورد والهيل والزعفران، ثم ترغف القدر عن

النّار وتركه جانباً ليبرد.

تُحضّر وعاءً عميقاً ثم تخلط الطحين والنشأ والخميرة بشكل جيد دوائر، وتضعها في الزيت الساخن، وتركها حتى تنضج، ومن ثم تخرج من قشرها حتى تنضج، وتضعها في الشبيرة المنهّجة لده خمس دقائق، ثم تقدّمها.

لطفة ابهى ...

زيت اللوز والزيتون .. وصفات طبيعية للتخلص من قشرة العاجين

تعاني بعض النساء من مشكلة قشرة العاجين التي تعود لأسباب مختلفة جفاف البشرة أو التعرض للطقس البارد، أو المناخ الجاف، أو استخدام منتجات العناية بالبشرة المشرة لصبغية، وغيرها من الأسباب المختلفة، ولعلاج هذه المشكلة، نستعرض في هذا التقرير، وصفات طبيعية للتخلص من قشرة العاجين، والتي تعتمد على خطوات بسيطة.

وصفة زيت اللوز للتخلص من قشرة العاجين:

يتمتع باستخدام زيت اللوز لتلايد العاجين، حيث يساعد ذلك على ترطيب البشرة وفي نفس الوقت تساعد في التخلص من قشرة الرأس، كما يحصى الزيت على خصائص مضادة للبكتيريا التي تساعد في القضاء على القشرة، ولهذا يصبح بحضرم بعض زيت اللوز وتنظيفه لبعض الوقت، ثم تدليك العاجين به لمدة 10 دقائق.

وصفة زيت شجرة الساسي للتخلص من قشرة العاجين:

يعتبر زيت شجرة الساسي من أكثر العلاجات الطبيعية

التي تساعد في التخلص من قشرة الرأس، وذلك من خلال تحفيز القليل من زيت شجرة الساسي، وتدقيقته لبعض الوقت وتضعه على العروش والعاجين باستخدام كرة قطنية، ثم اانتظار لبعض الوقت وغسله بماء فاتر، حتى تتكرر الوصفة 2-3 مرات في اليوم للحصول على أفضل النتائج.

وصفة الماء الدافئ للتخلص من قشرة العاجين:

يجب تحضير بعض الماء الساخن وتضع قطعة قماش في الماء، ووضعها بشكل مباشر على العاجين، وتركها لبعض دقائق ثم إزالتها، حيث تساعد في القضاء على قشرة العاجين، والغبار والزيت المتراكمة على العاجين.

وصفة زيت الزيتون للتخلص من قشرة العاجين:

يحتوي زيت الزيتون على مضادات الأكسدة التي تساعد في علاج مشاكل الجلد والشعر، والتي منها القشرة، لذلك ينصح بحضرم بعض زيت الزيتون وفركه بمنطقة العاجين ثم وضع منشفة دافئة على الوجه وتركها لمدة 10 دقيقة.

نصائح طبية ...



عادت إصابات مرض «كوفيد 19» إلى الارتفاع في عدد من خبراء الصحة إنه لا توجد مؤشرات حتى وكانت عدة دول، من بينها الولايات المتحدة

أعراض «باردة» ترجح الإصابة بمتحور «أوميكرون» الجديد

الأّن عن كونه أشد فتكا، أو أنّ اللقاحات المتاحة حاليا غير قادرة على أن تتصدى له.

وتكشفت بيانات صادرة من المكتب الوطني للإحصاءات، أنّ معدل إصابات فيروس كورونا ارتفع إلى أعلى مستوياته في 6 أشهر، خلال فترة ما بعد عيد الميلاد.

وحتى رصد هذا المتحور الفرعي من أوميكرون واسمه XBB.1.5، أول مرة، في الهند، وهو أشد عدوى منتقلة من من الفيروس المعروف علميا بسارس كوف 2 حتى الآن.

ويشدّد العالم والباحث البريطاني في علم الأوبئة، تيم سيكيتور، على ضرورة مراقبة هذا المتحور الفرعي، من أجل رصد ما ينجم عنه من تبعات صحية.

وأوميكرون، بسبب انتشاره السريع، فيما يقول عدد من خبراء الصحة إنه لا توجد مؤشرات حتى وكانت عدة دول، من بينها الولايات المتحدة

وبريطانيا والهند، قد فرضت تقديم فحوص سلبية ضد كورونا للقائمين من الصين، بسبب ارتفاع الإصابات في البلد الآسيوي الذي سجل يفرض سياسة صفر كوفيد منذ 2020، ثم تحل عنها، مؤخرا.

ويحسب هيئة الصحة العمومية في بريطانيا، فإن الإصابة بهذا المتحور من أوميكرون مصحوبا بعدد من الأعراض.

ويقول خبراء إن هذا المتحور له أعراض شبيهة بما يظهر على الإنسان عندما يصاب بزلزلات برد:

ارتفاع درجة حرارة الجسم والشعور بنوع من الارتجاج، سعال متواصل، تغير في حاسني الشم والتذوق، الشعور بالتهاب، حكة في الجسم، صداع، التهاب في الحلق.

غزل عراقي



مامليت منك وانت تعرف زبانه
صعبه إلهه الكلب لوعاف شبرانه
وصعبه إلهه الورد لن يعوف المساي
وانه بغيبتك ورداتي ذبلنا
بلمأخذ حياتي اشلون اعوفك كقول
اذا روحي بغرامك والله حيرانه

صورة وحشة



حدث في مثل هذا اليوم

١٦٩٢ - بركان إنشا يبدأ في الانفجار والثوران ويؤدي إلى مقتل ٢٠٠٠ شخص.
١٧٥٩ - ظهور أول شركة تأمين على الحياة وذلك في مدينة فيلادلفيا الأمريكية.
١٧٨٧ - ويليام هرشل يكشف قمران يدوران حول كوكب أورانوس سما «تيتانيا» و«أوبيرون».
١٩٢٢ - أول محاولة ناجحة لمعالجة مرضى السكري بعقار الإنسولين.
١٩٤٢ - اليابان تعلن الحرب على هولندا وتغزو الهند الهولندية وذلك في الحرب العالمية الثانية.
١٩٤٦ - القوات اليابانية تسيطر على مدينة كوالالمبور الماليزية.
١٩٦٢ - ثوران بركان هواسكاران في بيرو وأدى ذلك إلى وقوع ٤٠٠٠ قتيل.
١٩٧٢ - باكستان الشرقية تغير اسمها إلى بنغلاديش.
١٩٩١ - الكونغرس الأمريكي يفوض بأغلبية ساحقة الرئيس جورج بوش باستخدام القوة ضد العراق لإرغامه على الانسحاب من الكويت بعد فشل كافة الجهود الدبلوماسية باقتناع الرئيس العراقي صدام حسين بالخروج سلمياً من الكويت التي احتلتها قواته في ٢ أغسطس ١٩٩٠.

اختبارات شخصية...

أي صفة من ذكريات الطفولة تؤثر على علاقتك الآن؟

على انفسهم والآخرين.
- فقدان الثقة:
هؤلاء الأشخاص تعرضوا لأكثر من موقف في طفولتهم ليصلوا إلى تلك المرحلة الخاصة بفقدان الثقة في الجميع، ولديهم شك دائم في نوايا الآخرين تجاههم، وما إن يعاملهم أحد بطريقة طيبة حتى يبدؤون في التفكير فيما يخفيه الشخص تجاههم وراء تلك الطيبة!
- الإحباط:
هؤلاء الأشخاص الذين يفضلون تلبية احتياجات الآخرين على احتياجاتهم، وهم يتمتعون بالضحية والشعور بالإيثار وينتهي الأمر بهم برعاية أحد الأشخاص المقربين تاركين إحتياجاتهم مثل الوالدين أو الأخوة.
- المتهورون:
هؤلاء الأشخاص الذين لا يفضلون التفاعل مع الآخرين، بل ويعزلون انفسهم في دائرة مفقطة هم صنعوها ويشعر هؤلاء الأشخاص أنهم غير قادرين على الانماج مع الآخرين، كما إن المجتمع لا يقبلهم كما يجب.
- ضعاف الشخصية:
وهو الأشخاص الذين اعتادوا أن يبوب الآخرون عنهم في اتخاذ القرارات، فحينما يحكرون مسؤولون عن قراراتهم، وغالباً ما يتحكم أشخاص آخرون في اتخاذ قراراتهم الشخصية.
- لا يتحملون الضغوط:
هناك بعض الأشخاص الذين لا يتحملون الضغوط تماماً تحت وطأة الضغوط



البعض يرى أن الزمن كثير قليل بنسيان كل شيء، ولكن هناك مواقف ترك بصماتها واضحة بداخلنا، وتظل مخبئة بداخلنا لا يراها الآخرون.
تري ما هي العادة أو الموقف الإيجابي الذي طفولتك الذي ما زال سائفاً في ذهنك حتى الآن ولا يعرفه الآخرون؟
- الحزن العاطفي:
هؤلاء الناس الذين شعروا بالحزن والغم في طفولتهم، فلم يجدوا من يهتم بما يشعرون ويحتاجونه حقاً، بل عاشوا طفولة خالية من العواطف والحب والحنان.
- الاستقلالية:
هؤلاء الأشخاص الذين تعودوا على فعل ما يريدون بمفردهم في الوقت المناسب لهم دون أي قيود أو اهتمام بما يقوله الناس، فهم ليسوا مضطرين أن مراعاة الآخرين في قراراتهم.
- المشاشون:
وهو الذين يشعرون أنهم لا يستحقون السعادة، ولن يشعروا بها أبداً، ويؤمنون باستحالة العثور على الحب، وإن يجودوا شريك الحياة الذي سيحترم احتياجاتهم وأهلاقتهم.
- المتهورون:
وهؤلاء هم الأشخاص الذين لا يتمتعوا بأي قدر من الثقة في الذات ويشعرون انفسهم مهمومين وعطوليين، ويختاروا انفسهم شخصية قوية للارتباط بها، لكي تتحمل زمام الأمور، وغالباً ما تعاني تلك الشخصيات من تسلط الشخصيات الأخرى عليها.
- الشخصيات المثالية:
هؤلاء الأشخاص محببي الكمال الذين يرغبون أن يكونوا الأفضل في كل شيء، وحياتهم مليئة بالتحديات والإنجازات، وغالباً ما يعاني هؤلاء الأشخاص خلال علاقاتهم عندما يصبحوا بالغين، لانهم يقسون كثيراً

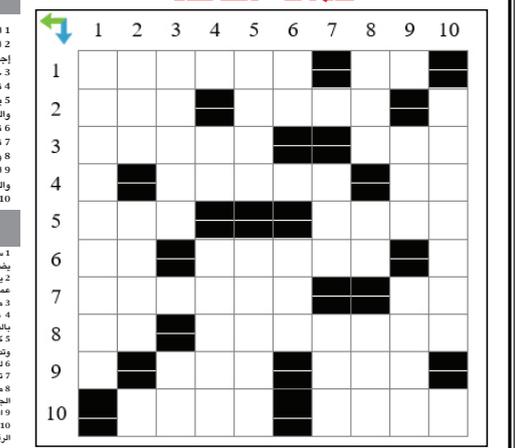
الكلمات العمودية

- 1 الاسم الروماني لدمية عمان
- 2 الزمن الغابر السحيق (مكسوسة) ه فاعل لفاعل إجرائي
- 3 مقلات تراثية ه فاعل
- 4 ثلثا وره ه نصابه الأشياء بدرجة كبيرة
- 5 يعكس ويؤيد ه العنق ه الألفه والاستئناس والهه
- 6 تكلم عنه ه غيابه ه جانب
- 7 لمن الشيء ه كامل
- 8 وهب ه نصف هواة ه قير
- 9 اشتبهاء الطعمام في أول الحاصل ه قوي الحضور والتأثير شكلا ه نوتا
- 10 مدينة أردنية شمال عمان

الكلمات الأفقية

- 1 سكانها الفلسطيينون ه طرف زمان ه مكان وفق ما يفضلهما
- 2 عطفات يتشكل غير مقصود ه الاسم القديم للعاملة عمان
- 3 مراسل (مكسوسة) ه ستة ه عاما
- 4 عامسة فلسطين أولي الفلبينين ه علم أو شق الشيء
- 5 كذب على البسطاء بصدق الكسب المادي فيه عمران ونسب فيه الحياة
- 6 تفتيح وانقي ه لثرة تغل في التجارة
- 7 تفرج به الفقرة ه نصف سائر
- 8 مشاهير ه عاصمة الإيثار وأحد عجائب الدنيا السبع الجديدة
- 9 ابن ه موضوع أو خبط
- 10 طبق أوز رخص في الأردن ولبنان ه طبق من خبز القراق ومجاذق واليمن في فلسطين والأردن

كلمات متقاطعة



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

أبراج العمل

العمل: 21 آذار - 19 نيسان
تفكر في خطواتك القادمة بكل حرص ودقة وتأنك تلعب لعبة الشطرنج. تشعر أن من حولك يتقدمون بشكل أسرع ولكن الدقة مطلوبة أيضا فحاول أن توازن بين الأخرين، وإلا اتخذت قراراته بشكل عشوائي ومتهور. الأمر لا يحتاج وقتا طويلا كما تتخيل ولكن يتطلب مزيدا من الدقة.

الثور

الثور: 20 نيسان - 20 أيار
تعامل بدبلوماسية مع باقي الزملاء وستحصل على النتائج التي تريدها وتجنب السلبية. ستتطور صداقة إلى علاقة حب تفاجي الجميع من حولك وتجعلك تفكر بالارتباط. كرس وقتا للاستجمام والراحة لتستعيد صفاء ذهنك وتتخذ القرارات الصائبة.

الجوزاء

الجوزاء: 21 أيار - 21 حزيران
حاول أن تركز اليوم على الأمور الأساسية ولا تتشغل بالأشياء التي لا تتفعل. تتعاطف مع الحبيب في محنته وتتفقد إلى جانبه محاولا التخفيف عنه قدر المستطاع. قد تصاب بخيبة أمل تتكسب سلبا على وضعه الصحي في المساء.

السرطان

السرطان: 22 حزيران - 22 تموز
أخبار رائعة وسارة جدا تأتيك اليوم وربما تتعلق بمهنتك أو بزيادة دخلك المادي أو تغريات في حياة جيرانك إلى الأفضل. إن أخذت تفكر الكتابة أو في طباعة إحدى صفتك كاللوم هو أنسب الأيام على الإطلاق للتواصل مع هذه الخطوة. خيالك واسع وتستطيع التواصل مع الآخرين.

الأسد

الأسد: 23 تموز - 22 أيار
مشاركين لن تتحرك اليوم أمام أي شخص تلقيني به، على الرغم من أن المجال مفتوح أمامك اليوم للتعرف على أشخاص جدد. على الرغم من أن الأمور تبدو على ما يرام ومهدئة ولكن ربما تشعر أنك لا هدف ولا حافز. حاول أن تركز على هدف واحد ولا تعتمد على الآخرين في تحقيق أحلامك.

العذراء

العذراء: 23 أيار - 22 أيلول
حاول أن تستثمر جهودك في سبيل تطوير قدراتك العملية، فهذا سيكون من أولوياتك في المرحلة القادمة. لا تضغط على الشريك كثيرا، فهو يعاني من بعض المصاعب وقد يخدق قرارات حاسمة تجاهك. انطلق واخرج واستمتع بوقتك مع الأصدقاء.

الميزان

الميزان: 23 أيلول - 22 تشرين الأول
تقوم بعمل إضافي لتزيد من دخلك المادي. احذر من طريقة إسرافك غير المنطقية للمال. مسامحتك الدائمة للشريك وتهاونك معه يقللان من احترامه وتقديره لك. تحل بالصبر والهوء وتتكلم من نخطي المنة التي تواجها منذ فترة طويلة. يجب أن يحقق لك اليوم الرضا الذي تبحث عنه منذ فترة.

العقرب

العقرب: 23 تشرين الأول - 21 تشرين الثاني
تعيد طرح بعض المسائل على بساط البحث، تسترجع الماضي وتتأمل وتحلل كشف بعض الأمور الغامضة، ما يتعب ويشكل حاجسا لك. هذه الشكوك قد تولد الأرق ومشكلات صحية وأوجاعا وآلاما. حاذر انفجالات شديدة قد تولد الإرتاق والتعب النفسي وما حدثنا.

القوس

القوس: 22 تشرين الثاني - 21 كانون الأول
ربما تشعر اليوم أن الآخرون بحاجة إليك أو أنك تحاول إرضاءهم ومساعدتهم بشئى الطرق. أخلاقت راقية جدا ولكن هذه العملية تتطلب منك مجهودا كبيرا ووقتا طويلا وطاقة. إن أخذت عزمت على مساعدتهم فحجب أن تعلم أن هناك بعض التفريات التي ستطرأ على حياتك.

الجدي

الجدي: 22 كانون الأول - 19 كانون الثاني
لن تجني هذا اليوم سوى التعب والإرهاق والتوتر والضغط. ربما تفقد السيطرة على الأمور وستفقد القدرة على الحكم على الموضوعات بشكل حكيم. اليوم غم ملبس تماما للمشاركة في مشروعات جديدة أو للدخول في مناقشات طويلة ومهشمة. ننصت بأن تفك في المنزل اليوم حتى تستريح بقر الأسيان. علاج التوتر والهوء بقرارة بعض الكتب أو القصص الرومانسية.

الدلو

الدلو: 20 كانون الثاني - 18 شباط
أنت مضطر اليوم لتفنيذ بعض المهام والمشاريع التي تتعلق بالموال. فهناك بعض الفواتير التي يجب عليك أن تقوم بسدادها، والتأكد من الإضاءة على بعض الوثائق أو الشيكات. هناك بعض الأمور التي تتركك على مدار اليوم وربما تثير غضبك طوال الوقت. حاول أن تكون إيجابيا.

الحوت

الحوت: 19 شباط - 20 آذار
تعود اليوم لصفائك و العمل وقدترك على العطاء. أعطي المزيد من الاهتمام إلى شؤون العائلة. كل حذرا اليوم فقد تحدث بعض الأمور المفاجئة.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

مع الناس على Facebook
أرقى الناس
- هو أقلهم حديثاً عن الناس!
- وأنقى الناس
- هو أحسنهم ظناً بالناس!
- وأتقى الناس
- هو أكثرهم سعياً في خدمة الناس!
قصة وعبرة...
ثقة الأصدقاء

قال الجندي رئيسه: «صديقي لم يعد من ساحة المعركة سيدي، أطلب منك السماح في بالذهب والبحث عنه».
قال الرئيس: «الإن مرفوض...» لا أريدك أن تخاطر بحياتك من أجل رجل من المحتمل أنه قد مات...
ذهب الجندي دون أن يعطي أهمية لرفض رئيسه، وبعد ساعة عاد وهو مصاب بجرح مميت حاملاً جثة صديقه.
كان الرئيس معترفاً بنفسه فقال: «لقد قلت لك أنه قد مات قل لي أكان يسحق منك كل هذه المخاطرة للعثور على جثة؟
أجاب الجندي محتضراً: «بكل تأكيد سيدي! عندما وجدته كان لا يزال حياً واستطاع أن يقول لي: كنت وثقاً بأنك ستأتي!»
الحكمة: بعض الأحيان لا ينتظر صديقك المساعدة الفعلية منك ولكنه ينتظر ان يشعر بأنك حقاً تستحق الثقة.

سودوكو
وزع الأرقام من 1 إلى 9 داخل كل مربع من المربعات التسعة الصغيرة، ثم أكمل توزيع باقي الأرقام في الأعمدة التسعة الرأسية والأفقية في المربع الكبير ولا تستخدم الرقم إلا مرة واحدة.

1	9	6	5	4				
8	2	9	7	4	3	6		
		1	5	3	8			
		2	7	1	6			
7	5	1	3	8	9	2		
8	3		4	7	1			

