

بغداد / الزوراء: أعلنت هيئة الحشد الشعبي استمرار عملية تسليم بطاقات الراتب لمقاتلي الحشد من المسوخة عقودهم. وقال اعلام الهيئة في بيان تلقته «الزوراء»: ان «عملية تسليم بطاقات (الكي كار) تأتي ضمن جداول وتوقيات زمنية، حسب الأحرف الأبجدية للمتسبين في قصر الإزهار بالعاصمة بغداد». وأضاف «سيتم توطين دورات (31,32,33,34,35) اليوم الخميس، فيما سيتم توطين خريجي الدورين (36,37) يوم غد الجمعة». وتابع البيان «كما سيستشهد يوم السبت المقبل بعملية التوطين لخريجي الدورات (38,39,40,41)». وفق إجراءات تنظيمية دقيقة وسريعة لجميع العائدين للخدمة في صفوف الحشد الشعبي».

رقم الاعتماد في نقابة الصحفيين (1)

يومية سياسية عامة تصدر عن نقابة الصحفيين العراقيين

الزوراء

بغداد / الزوراء: أعلن وزير الزراعة عباس جبر العليوي، إطلاق حزمة من القرارات لتخفيض أسعار اللحوم، فيما أكد أن ارتفاع الأسعار عالمياً. وقال العليوي في تصريح صحفي: إن «ارتفاع أسعار اللحوم عالمياً أثر في كل دول المنطقة ومنها العراق، لذلك شرعنا في هيئة الرأي بحزمة من القرارات تضم حوالي 12 نقطة، إذ ستسهم في خفض أسعار اللحوم». وأضاف العليوي أن «أول شحنة دخلت وتوجهت الى أربع محافظات عراقية وستوزع بين باقي المحافظات بالإضافة الى شحنات أخرى». ولفت إلى أن «الشحنة الأولى ضمت حوالي 19 ألف رأس من الأبقار»، مؤكداً أن «هذه الحزمة الكبيرة التي أطلقناها ستخفض أسعار اللحوم في الأسواق».

No: 8158 Thu 14 Mar 2024

السعر 500 دينار

أول صحيفة صدرت في العراق عام 1869 م

العدد: 8158 الخميس 14 آذار 2024

أكدت أن القوات الأمنية وصلت إلى مناطق وعرة جغرافياً لم تصلها سابقاً

الإعلام الأمني لـ «الزوراء»: قتل 10 إرهابيين وتدمير مضافات لهم خلال عمليات الوعد الحق

الزوراء / حسين فالح:

كشفت خلية الإعلام الأمني عن نتائج عمليات الوعد الحق في محافظات ديالى وصلاح الدين وكركوك، وفيما أعلنت قتل 10 إرهابيين وتدمير مضافات لهم خلال العمليات، أكدت أن القوات الأمنية وصلت لمناطق وعرة جغرافياً لم تصلها سابقاً. وقال المتحدث باسم الخلية العميد مقدم ميري في حديث لـ «الزوراء»: إن عمليات وعد الحق كانت عملية عسكرية مهمة. مبيناً أن قيادة العمليات المشتركة تراقب الوضع العام بشكل كبير، ومن خلال الاستخبارات والمعلومات لاحظنا عمليات استهداف هنا وهناك لداعش الإرهابي، وبالتالي اتخذ القرار وهو اكتمال للمرحلة الأولى والثانية من عمليات الوعد الحق. وأضاف: إن المناطق المستهدفة هي محافظات ديالى وقيادة عمليات صلاح الدين وشرف صلاح الدين (الطوز) وكركوك. مبيناً: أن ما يميز هذه العملية أن



القوات العراقية وصلت الى امكان لم تصل إليها سابقاً وهي امكان تمتاز جغرافية وعرة فيها تجمع للإرهابيين وتابع: انه استخدمت في هذه العملية الاستخبارات والقوات الخاصة والقوة الجوية وطيران الجيش، فكانت عملية نخبة وخاصة في مواقع جغرافية وعرة جداً. موضحاً: انه خلال اول يومين من العملية ضربنا الكثير من المضافات وتم ضبط الكثير من الاسلحة. ومضى بالقول: وايضا من خلال المعلومات الدقيقة عن طريق العمليات المشتركة وخليه الاستهداف تم قتل 10 إرهابيين بضربات جوية موقفة لذلك كانت العملية مهمة جداً. مبيناً: انه شاركت بها وزارة الدفاع والقوات الخاصة ووزارة

الداخلية بقوات نخبة مدربة من خلال الشرطة الاتحادية والرد السريع والحشد بقوات خاصة والحشد العشائري وحشد القائم وحشد الانبار، إضافة الى الاستخبارات العسكرية ومعلومات الدعم الكامل، فضلاً عن صفوف الجو الذي كان لهم الدور الكبير جداً في هذه العملية. وأشار الى: ان اهم ما يميز العملية القوات الامنية أنها وصلت لمناطق تصلها لأول مرة وعرة جغرافياً كان يستخدمها الإرهابيون للاختباء بها. شاركت في العمليات قوات نخبة مدربة على المناطق الوعرة وطاقت تحمل عالية واداء عال وتسليح عال ومدربة على القتال، لذلك العملية كانت موقفة في وادي وتقاطع صلاح الدين وفي وادي الثرثار بالتحديد. وبين: ان وادي الثرثار كان من الامكان التي تشكل مصدر قلق، واليوم القوات الامنية وصلت اليه وحققت أهدافاً نوعية في ذلك المكان.

السوداني يوجه وزارة الكهرباء بإتمام مشاريع الصيانة والاستعداد للصيف المقبل



بغداد / مصطفى العتايي: وجه رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني، وزارة الكهرباء بأولوية إتمام مشاريع الصيانة والاستعداد للصيف المقبل. وذكر المكتب الاعلامي لرئيس الوزراء في بيان تلقته «الزوراء»: ان «رئيس الوزراء محمد شياع السوداني، أجرى زيارة إلى مقر وزارة الكهرباء ببغداد، لمتابعة سير العمل في مشاريع الوزارة واستعداداتها لتلبية الطلب المتزايد على الطاقة الكهربائية في الصيف القادم». واطلع رئيس الوزراء على «الخطط والبرامج الموضوعية، وما يجري تنفيذه من خطط في الصيانة والتوسعة من قبل شركتي جي إي وسيمس العالمية». وأوضح البيان ان «السوداني، ترأس اجتماعاً ضمّ الوكلاء والمستشارين والمديرين العاملين في الوزارة، جرى خلاله استعراض مجمل إجراءات الوزارة والبيانات والأرقام الخاصة بالجبابة، والأحمال المستقبلية المتوقعة، والخطوات المتخذة لمواجهة زيادة وعوارض الحمل واختناقات الشبكة الكهربائية الوطنية». وشدد رئيس الوزراء على «أهمية جعل تجهيز الطاقة الكهربائية وتوفيرها أولوية خدمية ومعياراً لتقييم أداء العاملين في وزارة الكهرباء، فيما جدد توجيهاته في ضرورة تحري سلامة الإجراءات الخاصة بال عقود واعتماد الشركات الرصينة، بما يلبي طموح المواطنين في تلقي خدمة متواصلة وتجهيز مستمر للطاقة الكهربائية». وأشار البيان الى ان «رئيس الوزراء العتود الخاصة بتوسعة وتطوير هذا القطاع».

هيئة التقاعد تصدر توجيهاً بتسهيل إثبات الحياة للمتقاعدين في الخارج ص 4
«مدتب الشيطان».. الأرض على موعد مع ظاهرة فلكية نادرة الأخيرة

وزير الداخلية يوافق على ضوابط شراء الأسلحة



بغداد / الزوراء: وافق وزير الداخلية، عبد الأمير الشمري، على الضوابط الخاصة بشراء الأسلحة. وقال الناطق باسم الوزارة، العميد مقدم ميري، في بيان تلقته «الزوراء»: إن «وزير الداخلية عبد الأمير الشمري وافق على الضوابط الخاصة بشراء الأسلحة». وأضاف أن «المباشرة بهذا الأمر ستكون ابتداءً من الأول من شهر نيسان لعام 2024، لاحقاً».

المرور تعلن خطة شهر رمضان

بغداد / الزوراء: حددت مديرية المرور العامة اوقات عمل رجال المرور خلال شهر رمضان، فيما وضعت خطة خاصة لتكثيف الدوريات. وقال العميد زياد القيسي مدير العلاقات والإعلام للمرور العامة في تصريح صحفي: ان «دوام رجال المرور خلال شهر رمضان لم يتغير لانه يختص بتنظيم حركة السير والمرور وبواقع 3 شفتات من الساعة 6 صباحاً الى الساعة 2 ظهراً ومن الساعة 2 الى الساعة 11 ليلاً والواجب الثالث من 11 الى 6 صباحاً». وأضاف: «على الرغم من عدم حصول أي تغيير في اوقات العمل إلا ان المديرية وضعت خطة خاصة تضمنت تكثيف الدوريات بالقرب من المراكز التجارية والمولات والمناطق الترفيهية، فضلاً عن تحديد خط ساخن لتقديم الشكاوى وغيرها».

المنتجات النفطية تحدد موعد إنهاء التداول النقدي

بغداد / الزوراء: حددت شركة توزيع المنتجات النفطية، موعد إنهاء التداول النقدي، فيما أشارت الى قطع شوط كبير في مجال الدفع الإلكتروني. وقال مدير عام شركة توزيع المنتجات النفطية حسين طالب في تصريح صحفي: إن «شركة توزيع المنتجات النفطية من أوائل الدوائر التي اعتمدت في العمل على الدفع الإلكتروني»، مبيناً أن «هناك مجموعة من الإخفاقات التي تمت معالجتها بهذا الشأن مع البنك المركزي من خلال البوابات والشركات المختصة». وأشار، الى «من بين التحديات التي واجهت العملية مشكلة تحويل الأموال من حساب المواطن الى حسابات شركة

خبير اقتصادي يوضح لـ «الزوراء» الآلية الحكومية للسيطرة على أسعار السلع

بغداد / مصطفى فليح: أوضح الخبير الاقتصادي، صفوان قصي، الآلية التي يمكن للدولة من خلالها السيطرة على أسعار السلع، فيما توقع ان يكون شهر رمضان الأفضل من حيث الأسعار. وأضاف ان «احتياطي البنك المركزي وامكانية وزارة

التجارة في استيراد جميع انواع السلع التي يمكن ان تشعر بأنها ترتفع في الأسواق هو ضمان لإمكانية السيطرة على هذه الأسعار». وأوضح ان «آلية السيطرة تحتاج الى المدى البعيد الى حدود من ضمنها ادخال نظام الاسكودا على مستوى جميع المنافذ الحدودية من اجل معرفة ما هي السلع المستوردة،

مع تلويح الرئيس الروسي بالنووي مجدداً قرصنة يتمكنون من الاستيلاء على وثائق سرية تكشف استعداد بوتين لشن حرب عالمية ثالثة

بغداد / متابعة الزوراء: تمكن قرصنة من الاستيلاء على وثائق سرية تكشف استعداد بوتين لشن حرب عالمية ثالثة. وقال الخبير الاقتصادي، صفوان قصي، ان «احتياطي البنك المركزي وامكانية وزارة التجارة في استيراد جميع انواع السلع التي يمكن ان تشعر بأنها ترتفع في الأسواق هو ضمان لإمكانية السيطرة على هذه الأسعار». وأوضح ان «آلية السيطرة تحتاج الى المدى البعيد الى حدود من ضمنها ادخال نظام الاسكودا على مستوى جميع المنافذ الحدودية من اجل معرفة ما هي السلع المستوردة،

والغنية لحرب نووية، لكن «ليس كل شيء يدفع باتجاهها» في الوقت الحالي. ووفقاً لصحيفة «ذا صن» البريطانية، تشير هذه الوثائق التي وصفتها بـ«الحكومية»، لكن لم تؤكد من قبل الرئيس فلاديمير بوتين أن روسيا مستعدة من الناحية العسكرية

ترامب وبايدن يضمنان ترشيح حزبيهما لخوض الانتخابات الرئاسية



واشنطن / أحمد عبد الوهاب: حصل المرشحان الديمقراطي جو بايدن والجمهوري دونالد ترامب على ما يكفي من المندوبين لكي يضمنوا ترشيح حزبيهما لخوض الانتخابات الرئاسية الأمريكية في نوفمبر، وفقاً لتقديرات وسائل إعلام. وكانت نتائج الانتخابات التمهيدية لكل من الحزبين الديمقراطي والجمهوري في ولايات جورجيا وميسيسيبي وواشنطن متوقعة

حماس تعلن استشهاد أحد كوادرها في غارة صهيونية جنوب لبنان

غزة / متابعة الزوراء: أعلنت حركة حماس استشهاد أحد كوادرها في غارة نفذتها مسيرة صهيونية جنوب لبنان، أتت إلى استشهاد شخص آخر وإصابة اثنين آخرين، فيما أعلنت وزارة الصحة في قطاع غزة ارتفاع عدد الشهداء جراء القصف الإسرائيلي على القطاع إلى أكثر من 31 ألفاً بالإضافة إلى أكثر من 73 ألف مصاب. ونشر جيش الاحتلال الصهيوني مقطع فيديو

بغداد / متابعة الزوراء: بعد مناقشته في جلسة عامة بستراسبورج تبني البرلمان الأوروبي امس الأربعاء قانوناً بشأن حرية الإعلام يهدف إلى ضمان الاستقلال التحريري والوظيفي لوسائل الإعلام العامة بشكل أفضل. وقدمت المفوضية الأوروبية النص

محليات

شدد على أهمية دور علماء الدين وخطباء المساجد في التوعية

رئيس الجمهورية يؤكد ضرورة توفير الخدمات للمعتمرين والحجاج

السلام ببغداد، رئيس ديوان الوقف السني الدكتور مشعان الخزرجي، وأشار رئيس الجمهورية، خلال اللقاء، إلى "أهمية دور علماء الدين وخطباء المساجد في التوعية وحرص الصفوف والتوحد فيما بين أبناء المجتمع وبما يرسخ الاستقرار في البلاد".

وشدد على "ضرورة استهلاك معاني التسامح والتآخي والوئام في هذا الشهر الفضيل والعمل من أجل ترسيخ التعايش وتعزيز الأواصر". وعن تأهيل المساجد والجوامع، أكد رئيس الجمهورية، "دعمه لتوفير المتطلبات اللازمة لها"، مشيراً إلى "اهتمامه وتقديره لعلماء الدين ومواقفهم الوطنية التي تستحق الثناء والاحترام".



رشيد، أهمية دور علماء الدين في التوعية واستهلاك معاني التسامح والتآخي والوئام خلال شهر رمضان بين مكونات المجتمع العراقي. وذكر بيان صدر عن الدائرة الإعلامية لرئاسة الجمهورية أن "رئيس الجمهورية عبد اللطيف جمال رشيد، استقبل في قصر

الله وتسهيل الإجراءات التي تمكنهم من أداء مناسكهم بسهولة ويسر وبما يتناسب مع مكانة الحاج العراقي". واستعرض الشيخ سامي الموسوي، سير عمل الهيئة والخدمات المقدمة إلى المعتمرين والعراقيين والخطط المرسومة

بغداد/ الزوراء: أكد رئيس الجمهورية عبد اللطيف جمال رشيد، ضرورة توفير الخدمات للمعتمرين وحجاج بيت الله، فيما شدد على أهمية دور علماء الدين وخطباء المساجد في التوعية. وذكرت الدائرة الإعلامية لرئاسة الجمهورية، في بيان تلقت "الزوراء" أن "رئيس الجمهورية عبد اللطيف جمال رشيد، استقبل في قصر السلام ببغداد، رئيس الهيئة العليا للحج والعمرة الشيخ سامي الموسوي". وأضاف البيان أنه "جاء خلال اللقاء، بحث أوضاع تفويج المعتمرين العراقيين إلى المملكة العربية السعودية خلال شهر رمضان ومراعاة خصوصية هذا الشهر المبارك".

نصف عمود
وقق ما نشرته جريدة الدستور:
اتهامات الصحفيين ونقاباتهم
خرق وانتهاك للمواثيق



مغالطات واتهامات للصحفيين ونقاباتهم خرق وانتهاك لمواثيق مكافحة الدعايات المضللة والصحافة المنفلتة. وبما أن الصحافة تسعى إلى تعزيز الاحترام المتبادل بين المجتمع والاعلام، وتمكينه من تحديد الموقف الذي يناسبه من بين زوايا التغطية الصحفية واتجاهاتها، مع الحرص على عدم إحداث انتهاكات جسيمة قد تلحق بالأفراد أو المجتمع أو المصادر، فلا غرو أن نشأ بين عمليتي الاتصال وتحقيق الغاية والتأثير هاتين ضرورة ملحة إلى وضع مبادئ ومعايير أخلاقية يتعهد بها الصحفيون ومؤسساتهم بالرعاية والاحترام والتطبيق على المستوى الفردي والجماعي، بدءاً من تخطيط المحتوى الاعلامي وانتاجه، واتخاذ القرار بنشره، بما يسهم في تعزيز الثقة بين الجمهور والصحافة، وما يحقق الصالح العام، وتستمد هذه المبادئ والمعايير الأخلاقية من القيم الدينية والثقافية والأعراف الراسخة للمجتمعات والأمم، التي ظلت تفرض إطاراً قيمياً ملحوظاً ولموسماً خلال المراحل التاريخية المنظورة لتطور العمل الصحفي حول العالم. لقد سخرت جهود كبيرة من خلال تلك المواثيق لمكافحة الدعايات المضللة والصحافة اللا أخلاقية، حتى برزت مبادرة الاتحاد الدولي للصحفيين في مطلع ثلاثينيات القرن الماضي بتأسيس «الحكمة الدولية للشرف» لتكون مختصة بتلقي ونظر شكوى الجمهور ضد الصحفيين الذي يقومون بالدعايات للحرب والدعوة للكراهية العنصرية والتحريض عليها. لكن لم تر هذه المحكمة النور بسبب نشوب الأزمات والصراعات في أوروبا، فصوب قادة الاتحاد جهودهم نحو ابتكار ميثاق أخلاقي عالمي لتتزم به النقابات الوطنية الأعضاء في الاتحاد الدولي للصحفيين، لتتنزه على أرض الواقع، وبالفعل أطلق الاتحاد في العام ١٩٥٤ «إعلان مبادئ عالمي لممارسة مهنة الصحافة»، الذي جرى تعديله في المؤتمر العام للاتحاد في ١٩٨٦. وقد تبنته نقابات واتحادات الصحفيين حول العالم باختلافات خفيفاتها الثقافية والفكرية والقانونية.

ان الانحدار نحو انتهاك خصوصية قيادات نقابة الصحفيين العراقيين هو انتهاك لأعضاء وتاريخ النقابة الزهية ومحاوله تشويه التاريخ المهني والأخلاقي والاجتماعي بمغالطات تصاف الى عصري الاتهام بالباطل لتاريخهم هو دليل فشل وسقوط في المهينة لان الوصول للغة لا يبرر توجيه الاتهام لهذه القيادات التي عرفت بزمائتها وعملها الدؤوب من أجل المصلحة والمنفعة لصالح الصحافة والصحفيين، فالذين يقومون بالدعايات والدعوة للكراهية العنصرية والتحريض عليها يجب ان يسألوا من الحكومات أولا ثم من مجلس النقابة، وهو ضمن بنود الاخلاق بالاتحاد منذ عام ١٩٥٤ « في إعلان مبادئ عالمي لممارسة مهنة الصحافة». ولا يجوز بسوء قصد نشر أخبار كاذبة أو أوراق مصطنعة أو مزورة أو منسوبة كذبا إلى الغير. والصحافة العراقية منذ بداياتها قامت على أساس الارتباط بالقضايا الوطنية وتشرفت بتوثيق مسيرة العراق الديمقراطي الجديد بما يتيح للصحفي والكتاب الحرية بالتعبير على أساس نظرية المسؤولية الاجتماعية التي تركز على ان للصحافة، وكذلك وسائل الاعلام الأخرى، التزامات محددة للمجتمع، وأن هذه الالتزامات يمكن تنفيذها من خلال الالتزام بالمعايير المهنية، نقل المعلومات، مثل الحقيقة والدقة والموضوعية والتوازن. كما تؤكد هذه النظرية على ان الصحافة ووسائل الاعلام الأخرى، يجب أن تتجنب نشر أو بث ما يمكن أن يؤدي إلى الجريمة والعنف والفوضى الاجتماعية أو التمييز الجنسي والعنصري. كما ان صانع القرار العراقي، أطلق حرية الرأي والتعبير بشكل عام، بما في ذلك حرية الصحافة، ولم يقيد هذا إلا بما هو ضروري للحفاظ على الأمن والاستقرار وحماية الحياة الخاصة لأفراد المجتمع وتجنب الإساءة إليهم دون وجه حق، حتى ان الدولة سنت القوانين والتشريعات التي تحمي هذه الحرية وتحافظ عليها، كما شجع قادة رجال الصحافة والإعلام للقيام بدورهم دون خوف، الأمر الذي جعل العراق في طليعة دول المنطقة في مجال الحرية الصحفية بحسب العديد من التقارير الدولية المهمة.

توقع أن يكون شهر رمضان الأفضل من حيث الأسعار
خبير اقتصادي يوضح لـ الزوراء الآلية الحكومية للسيطرة على أسعار السلع

وبين ان "البنك المركزي يتبع حاليا سياسة سحب الدينار العراقي من السوق من خلال الودائع من خلال جهة رأس المال، فالتضخم تراجع من 7.5 % إلى 4%، ولا اعتقد وجود مؤشرات لزيادة محتملة، بل بالعكس اعتقد أن زيادة قدرة الاقتصاد العراقي على الانتاج ستدفع الى استهلاك المنتجات المحلية بعيدا عن الاستيراد، والامر تحت السيطرة لغاية الآن، ولا توجد أي مؤشرات لارتفاع في الأسعار". وتوقع ان "يكون شهر رمضان الحالي الأفضل من حيث الأسعار والمرونة"، مؤكدا اننا "نحتاج إلى التكاتف في توعية المشتريين بالتوجه الى السلع البديلة ومقاطعة أي سلع تترفع أسعارها، ومعرفة من هو الذي يتلاعب بأسعار هذه المواد"، مشيراً إلى ان "الأجهزة الامنية الآن على دراية كاملة بالمتلاعبين، وتستطيع الاقتصاد منهم في أي وقت".

مقابل ضمانات ومقابل نظام اعتمادات مستندية واضح من اجل توفير هذه السلع الرئيسية على مدار الساعة بدون اي تذبذب ولكل محافظات العراق". وأضاف "علينا الاستثمار في معرفة قدرة الانتاج العراقي على تلبية الطلب من الداخل، مثلا على مستوى اللحوم نحتاج الى انشاء مراعي طبيعية في كل المحافظات وتزويدها بالمياه وبالأسمدة وبالرعاية الصحية للسيطرة على اسعار اللحوم الحمراء والبيضاء". واكد ان "الموضوع ليس معقدا لكن يحتاج الى ادارة تنظيمية لمعرفة الطاقة المتاحة وطاقة الاستهلاك وادارة الاستثمار باتجاه تعزيز الانتاج وتلبية الطلب، والامر يحتاج الى تزويد الاجهزة الامنية بمعلومات من قبل البنك المركزي من قبل وزارة التخطيط ووزارة التجارة لكي نحاسب من يحاول الاضرار بالمستهلك العراقي بالتخزين او التلاعب او

الزوراء/ مصطفى فليح: أوضح الخبير الاقتصادي، صفوان قصي، الآلية التي يمكن للدولة من خلالها السيطرة على أسعار السلع، فيما توقع ان يكون شهر رمضان الحالي الأفضل من حيث الأسعار والمرونة. وقال صفوان في حديث لـ "الزوراء": ان "احتياطات البنك المركزي وامكانية وزارة التجارة في استيراد جميع انواع السلع التي يمكن ان تشعر بانها تترفع في الأسواق هو ضمان لإمكانية السيطرة على هذه الأسعار". وأوضح ان "الآلية للسيطرة تحتاج الى المدى البعيد الى حدود من ضمنها ادخال نظام الاسكودا على مستوى جميع المنافذ الحدودية من اجل معرفة ما هي السلع المستوردة، وما هي الطاقة الخزنينة لكل انواع السلع، ومن هم تجار العراق الرئيسيون، وبالتالي مطالبة هؤلاء التجار بعودة استيراد طويلة الاجل

الأنواء: أمطار خفيفة وارتفاع بدرجات الحرارة بدءاً من الغد

الجنوبية من البلاد". وأضاف البيان أن "يوم غد الجمعة، سيكون الطقس غائماً جزئياً إلى عدة درجات في المنطقتين الوسطى الغربية من المنطقة الوسطى حيث يكون الطقس فيها غائماً جزئياً، ودرجات الحرارة مقارنة لليوم السابق في المنطقتين الوسطى والشمالية، وتتناقص قليلاً في المنطقة الجنوبية، ودرجات الحرارة تترفع قليلاً في المنطقتين الوسطى والشمالية، ويكون غائماً جزئياً، ودرجات الحرارة تترفع قليلاً في المنطقتين الوسطى والشمالية، ويكون غائماً جزئياً وأحياناً يكون

بغداد/ الزوراء: أعلنت هيئة الأنواء الجوية حالة الطقس في البلاد للأيام المقبلة، فيما توقعت تساقطاً للأمطار وارتفاعاً بدرجات الحرارة بدءاً من الغد. وذكر بيان للهيئة، تلقت "الزوراء" أن "طقس اليوم الخميس سيكون غائماً جزئياً في المنطقتين الوسطى والشمالية، ويكون غائماً في المنطقة الجنوبية، ودرجات الحرارة تترفع قليلاً في المنطقتين الوسطى والشمالية، فيما سترتفع بضع درجات في المنطقة

شددت على ضرورة التعجيل بأتمتة النظام المالي
المالية النيابية تطالب بالإسراع بإرسال جداول قانون موازنة 2024

على ضرورة الإسراع بأتمتة النظام المالي. لافتاً ان اللجنة تدعم التوجه نحو تطبيقه والعمل على تعظيم الإيرادات غير النفطية بالتنسيق مع الجهات التنفيذية في سبيل تنويع الإيرادات. وأضاف ان اللجنة ناقشت النظام المالي والمصرفي والتأكد على أتمتة النظام وتبادل البيانات بين هيئة الجمارك والمؤسسات الأخرى إضافة إلى الإجراءات والصيغة المتبعة في تدقيق البيانات والدفع الإلكتروني (pos)، فضلاً عن مناقشة ملف الإعفاء الضريبي، إذ طلبت اللجنة تزويدها بالجدول الخاصة بالإعفاءات الضريبية. وتابع: وركزت مداخلات الأعضاء حول مدى تنفيذ احكام الموازنة العامة الاتحادية والإيرادات

بغداد/ الزوراء: طالبت اللجنة المالية النيابية وزارة المالية بضرورة الإسراع بإرسال جداول قانون الموازنة العامة الاتحادية لعام 2024، فيما شددت على ضرورة الإسراع بأتمتة النظام المالي. وذكر بيان للجنة المالية تلقت "الزوراء": ان اللجنة المالية برئاسة عطاون العطاوني وحضور اعضائها وعدد من اعضاء اللجان النيابية الأخرى استضافت وزيرة المالية طيف سامي ومدير عام هيئة الجمارك، والمدير عام للهيئة العامة للضرائب، مناقشة أتمتة النظام المالي للضرائب والرسوم الجمركية. لافتاً الى ان رئيس اللجنة رجب في مستهل الاستضافة بالضيوف مشدداً

جمهورية العراق
وزارة الصناعة والمعادن
هيئة البحث والتطوير الصناعي
القسم التجاري
شعبة المناقصات والشراء المحلي

إعلان المناقصة المرقمة (٢٠٢٤/٢٠٢٤) لتجهيز أجهزة

system GEL documentation مع ملحقاته spinner عدد ٢٠ + حاسبة عدد ٢٠ + printer عدد ٢
Liquid nitrogen Generator مع ملحقاته حاسبة + printer
Compac-50 - comdassay with chiuer (quantitative genetic analyas)

تلعن هيئة البحث والتطوير الصناعي إحدى تشكيلات وزارة الصناعة والمعادن عن إجراء المناقصة اعلاه الخاصة بشراء أجهزة لمركز الرازي للبحوث التشخيصية فعلى الراغبين بالاشتراك من ذوي الخبرة الاختصاص مراجعة مقر الهيئة /شعبة التجارية الكائن في الجادرية مجمع وزارة العلوم والتكنولوجيا لشراء الوثائق القياسية الخاصة بالمناقصه مقابل مبلغ قدره ١٠٠,٠٠٠,٠٠٠ مائة الف دينار غير قابل للرد وأن آخر موعد لتقديم العطاءات الساعة الحادية عشر صباحاً من يوم الاثنين المصادف ٢٠٢٤/٤/٨ وإذا صادف يوم الغلق عطلة رسمية يعتبر أول يوم يلي العطلة موعداً للغلق ويجب أن يقدم المناقص ظرفين مختومة ومصدقة مكتوب عليها رقم واسم المناقصة وتاريخ غلقها الأول تجاري مسعر والثاني فني يرفق معه وصل الشراء ومبلغ التأمينات الأولية ١٪ البالغة ١,٦٠٠,٠٠٠ دينار من الكلفة التخمينية البالغة ١٦٠,٠٠٠,٠٠٠ دينار على شكل مصدق او خطاب ضمان وكذلك الاوراق التأسيسية الرسمية الخاصة بالشركة المقدمة ومختومة لعام ٢٠٢٢-٢٠٢٣ مع تقديم هوية غرفة التجارة بالنسبة للأشخاص ومضاف لها اوراق الشركة المقدمة بالنسبة للشركات وان يكون العطاء المقدم من قبلكم نافذاً لمدة ٩٠ يوماً من تاريخ الغلق وسيتم عقد مؤتمر للمشتريين في المناقصة في الهيئة لشرح شروط ومواصفات المناقصة وان الهيئة غير ملزمة بقبول اوطاً العطاءات ويتحمل من ترسو عليه المناقصة اجور النشر والاعلان وللمزيد من المعلومات الاتصال بالبريد الالكتروني E-mail: ind.research@industry.gov.iq المدير العام

جمهورية العراق
وزارة الصناعة والمعادن
هيئة البحث والتطوير الصناعي
القسم التجاري
شعبة المناقصات والشراء المحلي

إعلان المناقصة المرقمة (٢٠٢٤/٢٠٢٤) لجهاز قياس نقطة الوميض flash point جهاز قياس الزوجية جهاز فلورة الاشعة السينية XRF

تلعن هيئة البحث والتطوير الصناعي إحدى تشكيلات وزارة الصناعة والمعادن عن إجراء المناقصة اعلاه الخاصة بشراء أجهزة لمركز بحوث الكيمياء والبتروكيماوية فعلى الراغبين بالاشتراك من ذوي الخبرة الاختصاص مراجعة مقر الهيئة /شعبة التجارية الكائن في الجادرية مجمع وزارة العلوم والتكنولوجيا لشراء الوثائق القياسية الخاصة بالمناقصه مقابل مبلغ قدره ١٥٠,٠٠٠,٠٠٠ مائة وخمسون الف دينار غير قابل للرد وأن آخر موعد لتقديم العطاءات الساعة الحادية عشر صباحاً من يوم الأحد المصادف ٢٠٢٤/٤/٧، وإذا صادف يوم الغلق عطلة رسمية يعتبر أول يوم يلي العطلة موعداً للغلق ويجب أن يقدم المناقص ظرفين مختومة ومصدقة مكتوب عليها رقم واسم المناقصة وتاريخ غلقها الأول تجاري مسعر والثاني فني يرفق معه وصل الشراء ومبلغ التأمينات الأولية ١٪ البالغة ٢,٥٠٠,٠٠٠ دينار من الكلفة التخمينية البالغة ٢٥٠,٠٠٠,٠٠٠ دينار على شكل مصدق او خطاب ضمان وكذلك الاوراق التأسيسية الرسمية الخاصة بالشركة المقدمة بالنسبة للشركات وان يكون العطاء المقدم من قبلكم نافذاً لمدة ٩٠ يوماً من تاريخ الغلق وسيتم عقد مؤتمر للمشتريين في المناقصة في الهيئة لشرح شروط ومواصفات المناقصة وان الهيئة غير ملزمة بقبول اوطاً العطاءات ويتحمل من ترسو عليه المناقصة اجور النشر والاعلان وللمزيد من المعلومات الاتصال بالبريد الالكتروني E-mail: ind.research@industry.gov.iq المدير العام

ذي قار تعلن زيادة اطلاقات الحصة المائية إلى المحافظة



بغداد/الزوراء: أعلن رئيس مجلس محافظة ذي قار المهندس عبد الباقي العمري عن استكمال موافقة الحكومة الاتحادية في بغداد على زيادة الحصة المائية إلى اقصية المحافظة ونواحيها. وقال العمري بيان ورد «الزوراء» ان «الاتصالات التي أجرتها رئاسة المجلس خلال الفترة الماضية مع الجهات المختصة في بغداد حول الوضع المائي في المحافظة، أسفرت عن زيادة اطلاقات الحصة المائية في اقصية ذي قار ونواحيها»، مؤكداً أن «اجتماعاً موسعاً عُقد مع تشكيلة وزارة الموارد المائية في المحافظة والمتمثلة بدوائر مديرية الموارد المائية، وصيانة مشاريع الري والعناش الاهوار ودائرة كربي الانهر، حيث تم الاتفاق على تفعيل نظام المرشحة بين مناطق المحافظة». وأضاف، أن «هذه الاطلاقات المائية ساعدت على تخفيف الشحة المائية في مناطق المحافظة»، مبيناً ان «الوضع المائي في ذي قار متابع شخصياً من قبله، خاصة بين مناطق الغراف والدواية وسيد دخيل والإصلاح».

كما أشار العمري، إلى أن «المجلس ففتح بوقت سابق الهيئة العامة لتشغيل مشاريع الري والبزل، لتوجيه عدد من الآليات (الحفارات) لغرض إيصال مياه الشرب إلى مراكز المدن خصوصاً في اقصية الغراف والدواية وسيد دخيل والإصلاح، نتيجة انخفاض مناسيب المياه في هذه المناطق بالتزامن مع نمو نبات الشمبلان وانعكاسه على قلة الحصص المائية بالتزامن مع حلول موعد رية الفطام». وطمأن وزير الموارد المائية عون ذياب عبد الله، في مطلع شهر آذار/مارس، العراقيين بتأمين كمية «أكبر» من المياه لهم خلال فصل الصيف المقبل بعد هطول كميات من الأمطار والتلوج في أعالي نهري دجلة والفرات. ويعاني العراق من أزمة للمياه غير أنها اشتدت وبلغت مرحلة خطيرة في السنوات الأربع الأخيرة لتصل إلى ذروتها في السنة الماضية ٢٠٢٣، حيث انخفضت مناسيب المياه إلى مستويات غير مسبوقة بفعل الجفاف الذي يضرب المنطقة بأسرها. ويعد العراق من بين أكثر خمس دول تضرراً من التغير المناخي بحسب تقارير للأمم المتحدة ومنظمات دولية معنية بالموضوع.

التجارة: مكتب رئيس الوزراء وجه بإعداد تركيبة سعريّة للمواد الغذائية بالتنسيق مع خمس جهات حكومية



بغداد/الزوراء: أعلنت وزارة التجارة عن استقرار أسعار المواد الغذائية بعد ضخ كميات كبيرة منها ضمن السلة الرمضانية، وفيما أكدت التنسيق مع خمس جهات حكومية لإعداد تركيبة سعريّة للمواد الغذائية، حددت موعد انتهائها والإعلان عنها.

وقال المتحدث باسم الوزارة محمد حنون في تصريح صحفي إن «أسعار المواد الغذائية في السوق المحلية مستقرة، بسبب ضخ كميات كبيرة من المواد الغذائية عبر السلة الرمضانية التي تضم ١١ مادة». وأضاف، «بدأنا بخطة تجهيز في جميع المحافظات، وتم تحقيق نسب متقدمة في التجهيز، وخلال الأيام القليلة المقبلة سيتم استكمال خطة تجهيز المواد الغذائية إلى المواطنين»، مبيناً أن «المواد الغذائية المجهزة ضمن السلة تشهد استقراراً كبيراً في المراكز التسويحية المنتشرة في عموم المحافظات

بغداد/الزوراء: أعلنت وزارة التجارة عن استقرار أسعار المواد الغذائية بعد ضخ كميات كبيرة منها ضمن السلة الرمضانية، وفيما أكدت التنسيق مع خمس جهات حكومية لإعداد تركيبة سعريّة للمواد الغذائية، حددت موعد انتهائها والإعلان عنها.

وقال المتحدث باسم الوزارة محمد حنون في تصريح صحفي إن «أسعار المواد الغذائية في السوق المحلية مستقرة، بسبب ضخ كميات كبيرة من المواد الغذائية عبر السلة الرمضانية التي تضم ١١ مادة». وأضاف، «بدأنا بخطة تجهيز في جميع المحافظات، وتم تحقيق نسب متقدمة في التجهيز، وخلال الأيام القليلة المقبلة سيتم استكمال خطة تجهيز المواد الغذائية إلى المواطنين»، مبيناً أن «المواد الغذائية المجهزة ضمن السلة تشهد استقراراً كبيراً في المراكز التسويحية المنتشرة في عموم المحافظات

ضبط 16 كغم من المخدرات واعتقال سجين هارب محكوم بـ 30 سنة



بجرائم تتعلق بالاتجار والتعاطي والترويج للمخدرات في العام ٢٠٢٣، توزعت بين السجن المؤبد والإعدام وأحكام أخرى. وكان يُنظر إلى العراق عقود على أنه ممر لعبور المخدرات من أفغانستان وإيران إلى أوروبا ودول الخليج. إلا أن البلد تحول إلى مستهلك رئيسي لمختلف أنواع المخدرات، منذ إطاحة النظام العراقي السابق عام ٢٠٠٣ على يد قوات دولية قادتها الولايات المتحدة، إذ تسود البلاد حالياً نزاعات وأوضاع أمنية واقتصادية غير مستقرة. في غضون ذلك وضمن منطقة الشعب شمالي العاصمة بغداد ومن خلال نصب كمين محكم تمكنت القوات الامنية من القاء القبض على أحد الهاربين من سجن بادوش بمدينة الموصل، وفقاً لمصدر في الشرطة العراقية. وأضاف المصدر، أن السجين الهارب محكوم بـ ٣٠ سنة.

بابل/الزوراء: أعلن مدير عام المخدرات والمؤثرات العقلية اللواء احمد الزركاني في بيان مقتضب عن ضبط ١٦ كيلوغراماً من المخدرات في محافظات بابل وبديال وميسان. وكانت وزارة الداخلية قد اعلنت صدور أحكام بحق أكثر من ٧ آلاف مدان

الإعمار: الوزارة بانتظار التخصيصات المالية لإكمال صيانة الجسور

بغداد/الزوراء: اوضحت وزارة الاعمار والإسكان ان الوزارة بانتظار اطلاق التخصيصات المالية لعام ٢٠٢٤ لاكمال صيانة الجسور داخل العاصمة بغداد. وقال المتحدث باسم الوزارة استبرق صباح في تصريح صحفي انه «فيما يخص مشاريع فك الاختناقات المرورية او اي مشروع اخر تنجزه وزارة الاعمار والإسكان فإن تلك المشاريع حال انجازها تسلم الى امانة بغداد لغرض تأييدها ومقترباته والانارة الخاصة بتلك المشاريع». وأضاف، ان «الوزارة تكون مسؤولة عن صيانة الجسور داخل العاصمة والطرق الحلقية والرئيسية المحيطة ببغداد». ولفت الى ان «الوزارة مسؤولة عن صيانة الجسور في بغداد ومن بينها جسر الاحرار الا اننا نتنظر الان اطلاق التخصيصات المالية لعام ٢٠٢٤».

أعلنت عن إجراءات لتسهيل معاملات المتقاعدين هيئة التقاعد تصدر توجيهاً بتسهيل إثبات الحياة للمتقاعدين في الخارج

أولويات عملنا هو تسهيل المعاملات التقاعدية وصرف المستحقات المالية إلكترونياً، ومنع أي تماس مباشر بين المتقاعد والموظف في صرف مكافأة نهاية الخدمة، حيث تتم مباشرة بعد أول راتب عن طريق بطاقة الدفع الإلكتروني». أما في ما يتعلق بالجانب العسكري، أكد رئيس هيئة التقاعد، أنه «تم تشكيل لجنة لإنجاز آلاف من المعاملات التقاعدية للذين لم تروج معاملاتهم في وزارتي الداخلية والدفاع سابقاً»، مبيناً أن «هذه اللجنة تنتقل ميدانياً إلى دوائر تلك الوزارتين في بغداد والمحافظات، لاستكمال تدقيق وإنجاز المعاملات، وتصرف الهوية والأموال التقاعدية». وعن أموال المتقاعدين في الخارج، أوضح أن «أهم عائق كان يواجهه عملنا هو موضوع شهادة الحياة، عادة في كل نهاية سنة، هيئة التقاعد ووفق القانون تطلب إثباتات تعتمد على سجلات أو حضور الشخص أو سجلات الوفاة، حيث أن يختلف الأمر في خارج العراق، فيطلب منهم إثبات شهادة الحياة». وأشار إلى، أنه «تم إجراء زيارة إلى عمان، لاستثمار الوقت، حيث أن عدد الجالية العراقية الموجودة هناك كبير، وحددت موعد المقابلة مع المتقاعدين، واطلعت على معاناتهم وتوصلت إلى نتيجة، أن



بغداد/الزوراء: أعلن رئيس هيئة التقاعد الوطنية، ماهر حسين رشيد عن جملة من الإجراءات لتسهيل معاملات المتقاعدين، فيما أصدر توجيهاً بتسهيل عملية إثبات الحياة للمتقاعدين في الخارج. وقال رشيد في تصريح صحفي إن «الهيئة قدمت خدمات كبيرة للمتقاعدين المدنيين والعسكريين خلال الفترة الأخيرة، حيث كان هناك تنسيق مع مكتب رئيس مجلس الوزراء بإصدار أوامر ديوانية مباشرة وتقديم حزم من الإجراءات لتسهيل الخدمات لهم منذ شهر شباط من عام ٢٠٢٣». وأضاف، أن «أول حزمة أصدرت للموظفين المدنيين، هو تشكيل فرق في كل وزارات الدولة والجهات غير المرتبطة بوزارة، وإصدار هويات

أكدت استثمار 95% من استصلاح الأراضي الموارد المائية تعلن إنهاء تلوؤ 59 مشروعاً بعمر الحكومة

بغداد/الزوراء: أعلنت وزارة الموارد المائية المضي بثلاثة اتجاهات مهمة تخص استصلاح الأراضي، وفيما أشارت إلى استثمار 95% من البرنامج الحكومي الخاص بهيئة

صحفي إن «استصلاح الأراضي أحد أهم عناصر الأمن الغذائي والقوت اليومي للمواطن»، مبيناً أن «هيئة الاستصلاح التابعة للوزارة تعمل على ثلاثة أمور مهمة وهي المضي بتنفيذ المشاريع الريادية (مشاريع الري المغلق)، واستكمال وتحريك المياه الراكدة في المشاريع المملوكة منذ سنوات طويلة، والأمر الثالث هو تأهيل وصيانة المشاريع العاملة لضمان استمرار عملها». وأضاف شمال، أن «قسماً من هذه المشاريع أنجز، والقسم الآخر قيد الإنجاز، بينما هناك مشاريع تحتاج إلى قرارات استثنائية، وقد رفعت إلى الجهات العليا»، لافتاً إلى أن «الحكومة تمضي بالحكومة الإلكترونية لتقليل مصادر الفساد». وتابع، أنه «في بداية عمر الحكومة كان هناك 6٧ مشروعاً مملوكتاً،



الاستصلاح، أعلنت إنهاء تلوؤ 59 مشروعاً خلال عمر الحكومة الحالية. وقال مدير عام الهيئة العامة لمشاريع الري والاستصلاح في الوزارة، خالد شمال، في تصريح

القبض على عصابة ترصد عجلات حمل وتسرقها بطرق احتيالية في بغداد



بغداد/الزوراء: تمكنت مفارز مديرية مكافحة إجرام بغداد/ مكتب الشعب لمكافحة الإجرام من إلقاء القبض على عصابة مكونة من ثلاثة متهمين ترصد عجلات الحمل القادمة من المناطق الشمالية وتسرقها بطرق احتيالية ضمن منطقة الشعب شرقي بغداد، وتمت عملية القبض بعد أن استنجد أحد المواطنين بمفازز المديرية حول تعرض عجلته لسرقة مبلغ مالي قدره (٢١) مليون دينار من قبل ثلاثة أشخاص، حيث تم تشكيل فريق عمل لتابعة الحادث وبعد التحري وجمع المعلومات ويجهد فنية أنتمرت بالتوصل إلى المتهمين والقبض عليهم، ولدى إجراء التحقيق معهم اعترفوا صراحة بجريمتهم، وتم عرض الأوراق التحقيقية أمام أنظار قاضي التحقيق وقرر توقيفهم وفق أحكام المادة ٤٤٦ من قانون العقوبات لينالوا جزاءهم العادل.

بغداد/الزوراء: تمكنت مفارز مديرية مكافحة إجرام بغداد/ مكتب الشعب لمكافحة الإجرام من إلقاء القبض على عصابة مكونة من ثلاثة متهمين ترصد عجلات الحمل القادمة من المناطق الشمالية وتسرقها بطرق احتيالية ضمن منطقة الشعب شرقي بغداد، وتمت عملية القبض بعد أن استنجد أحد المواطنين بمفازز المديرية حول تعرض عجلته لسرقة مبلغ مالي قدره (٢١) مليون دينار من قبل ثلاثة أشخاص، حيث تم تشكيل فريق عمل لتابعة الحادث وبعد التحري وجمع المعلومات ويجهد فنية أنتمرت بالتوصل إلى المتهمين والقبض عليهم، ولدى إجراء التحقيق معهم اعترفوا صراحة بجريمتهم، وتم عرض الأوراق التحقيقية أمام أنظار قاضي التحقيق وقرر توقيفهم وفق أحكام المادة ٤٤٦ من قانون العقوبات لينالوا جزاءهم العادل.

فقدان هوية فقدت مني الهوية الصادرة من وزارة الكهرباء / دائرة الكهرباء فرع الكرخ بإسم (عماد محمد خلف) فعلى من يعثر عليها تسليمها الى جهة الاصدار، او الاتصال على الرقم (٠٧٧٣٥٤٠٩٠٤٥).

بغداد/الزوراء: تصدر «فصل عشائري» خلال الساعات القليلة الماضية، أقيم بين عشيرتي «عبودة» و«زبيد»، التردد على منصات ومواقع التواصل الاجتماعي في العراق، وذلك بسبب إعطاء رجل دهس طفل مبلغ مالي لشراء سيارة خاصة به. وفي تفاصيل القصة، فإن المواطن العراقي «ماجد العبيدي» والذي يعمل سائق توكسي عند أحد الأشخاص

«فصل عشائري» يتصدر التردد في العراق.. رجل دهس طفل فتلقى سيارة هدية!

بغداد/الزوراء: يعاني من الناحية المادية، قام بهس طفل من عشيرة «عبودة» عند خروجه في الصباح الباكر دون قصد ما أدى إلى وفاته، حسبما تناقلت مواقع التواصل الاجتماعي التفاصيل. وعند إقامة «الفصل العشائري»، طالبت عشيرة الطفل «ايهم» بمبلغ مالي قدره ١٨ مليون دينار عراقي، فقامت عشيرة السائق «ماجد» بدفع المبلغ وذلك تعويضاً على وفاة الطفل ويتاتي هذا وسط اتسعت ظاهرة



نادي نفط ميسان يوقف مهاجمه وسام سعدون لأسباب انضباطية

بغداد / متابعة الزوراء : قررت إدارة نادي نفط ميسان حرمان لاعب النادي وسام سعدون حتى نهاية الموسم كعقوبة لاعتدائه على مدرب الفريق الأول. وقال رئيس نادي نفط ميسان أحمد سالم ، إن «الهيئة الإدارية للنادي قررت إبعاد اللاعب وسام سعدون عن فريق كرة النادي حتى نهاية الموسم الحالي بسبب اعتدائه على المدرب الأول لفريق النادي لكرة القدم محمد علي كريم». وأضاف أن «الإدارة لاتقبل بحدوث أي تجاوز من قبل أي لاعب على أي كادر في الجهاز الفني مهما كان السبب»، مبيّناً أن «سبب الاعتداء جاء لعدم إشراك المدرب محمد علي كريم للاعب وسام سعدون في إحدى المباريات». وأوضح أن «مشادة كلامية حدثت بين اللاعب وسام سعدون والمدرب محمد علي كريم انتهت باعتداء اللاعب على المدرب». وبين أن «الإدارة لاتتدخل بالرؤية الفنية وما يتخذها المدرب من قرارات فيما يخص إشراك اللاعبين من عدمه، لكنها اتخذت قرار العقوبة كونها المعنية بهذا الشأن ولاتسمح بحدوث مثل هكذا حالات وتجاوزات مؤسفة».

No: 8158 Thu 14 Mar 2024

www.alzawraapaper.com

العدد: 8158 الخميس 14 آذار 2024



امير العماري اول المتحقيين بمعسكر البصرة

محمد ناصر : اتحاد الكرة أنجز متطلبات إنجاز مهمة المنتخب الوطني في مواجهتي الفلبين

اتحاد الرياضة الجامعة ينظم العديد من البطولات الداخلية المهمة

بغداد / طه الجنابي: بدأ الاتحاد العراقي للرياضة الجامعية نشاطاته بإقامة بطولة الجامعات بالكرة الطاولة حسب نظام التجمعات حيث شهدت اربيل احتضان تجمع الإقليم (دهوك وسليمانية واربيل) ، فيما تجري بطولات المناطق الشمالية والجنوبية والفترات الاوسط وبغداد قريبا، حسب توقيعات مركزية تصدر من الاتحاد. وذكر الدكتور علي يوسف المدير التنفيذي للاتحاد ان الاتحاد وضع برنامجا منظما للبطولات الداخلية في مختلف الفعاليات اضافة الى المشاركات الخارجية حيث ستحتضن السليمانية تجمع ألعاب القوى في ٢٢ نيسان كما ستطلق بطولة السلة ٣*٣ بنظام التجمع خلال الايام القادمة. وأضاف الدكتور: جرى التنسيق مع عميدة كلية البنات الدكتور هفا فاطمه عبد لإقامة بطولة كرة الطاولة بنات في بغداد وتستمر خمسة ايام حيث سيكون اليوم الخميس لقاء مع العميدة لوضع المسامات النهائية للبطولة. وعلى صعيد المشاركات الخارجية، أكد المدير التنفيذي ان جامعه الموصل ستشارك في بطولة كرة الطاولة الشاطئية الشهر القادم فيما قرر الاتحاد المشاركة في بطولة دوره الاعباب الجامعية بمصر ليلول المقبل. يذكر ان الاتحاد شارك مؤخرا في بطولة الضاحية بسلطنة عمان متفملا بجامع الكوفة اضافة الى ان من بين ١٢٠ سفيرا رياضيا من جامعات العالم اللاعب العراقي بيوست امانج من السليمانية يحقق تسلسل ١٤ من رياضي الجامعات العالمية.

اتحاد اليد يحدد موعد فتح باب انتقالات اللاعبين بين الأندية

بغداد / متابعة الزوراء: أعلنت لجنة المسابقات في الاتحاد العراقي لكرة اليد، عن موعد فتح وعلق باب انتقالات اللاعبين بين الأندية خلال فترة الانتقالات وهي، تقديم طلب للانتقالات في دوري النخبة العراقي للموسم 2023-2024. وقال رئيس الاتحاد أحمد رياض ان المرحلة الاولى ستوقف يوم 17 من الشهر الحالي بعد انتهاء الجولة الاخيرة منها، مبيّنا أنه منح عشرة ايام استراحة ما بين المرحلتين بتم خلالها عملية انتقال اللاعبين بين الأندية المتنافسة. وأشار ان لجنة المسابقات قررت ان تبدأ فترة الانتقالات من 18 ولغاية



من جانبه أكد مدرب فريق الصناعات الكهربائية صفوان عبد الغني، أن استراتيجية مدرب المنتخب الوطني خيسوس كاساس لن تخدمه في المرحلة المقبلة. وقال عبد الغني ان «المدرب كاساس ذهب باتجاه اللاعبين الخبرة ويجب احترام خياره، لكن في نفس الوقت يتوجب على المدرب الإسباني عدم الجازفة بلاعبين بأعمار كبيرة قد لا يتواجدون في العام المقبل لعدم قدرتهم

واختتم محمد ناصر حديثه بالقول: إن اتحاد الكرة سيواصل استثمار فترة FIFA DAY في كل توقفاتها لتهيئة منتخباتنا بما يليق وسمعة الكرة العراقية، منوها إلى ضرورة وقوف الجماهير العراقية إلى جانب منتخبنا ومؤازرتها ودعمها. وأصبح محترف هامستاد السويدي أمير العماري، أول اللاعبين المحترفين المنتخب بوفد المنتخب الوطني. وقال مصدر إن «محترف هامستاد

بغداد / الزوراء كشف عضو المكتب التنفيذي للاتحاد العراقي لكرة القدم، سكرتير لجنة المنتخبات محمد ناصر، النقاب عن مناهج منتخبنا في فترة FIFA DAY المقبلة شهر آذار الحالي.

وقال محمد: إن مناهج اتحاد الكرة في فترة FIFA DAY الشهر الحالي سيقترن على أربعة منتخبات فقط.

وأضاف: إن الاتحاد وفر وأنجز جميع متطلبات إنجاز مهمة المنتخبات العراقية على الأصدء كافة، عبر دائرة متابعة متكاملة تبدأ من المتابعة المستمرة لرئيس الاتحاد مروراً بأعضاء المكتب التنفيذي وصولاً إلى مشرفي المنتخبات وانتهاءً بالإمارة العامة ولجنة المنتخبات.

وأكد عضو المكتب التنفيذي: إن المنتخب الوطني سيعسكر في مدينة البصرة قبيل خوض مباراته أمام نظيره الفلبيني في التصفيات المؤهلة لنهائيات كأس العالم 2026 وكأس أمم آسيا 2027.

وأردف: سيخوض منتخبنا المباراة الأولى في مدينة البصرة في 21 من الشهر الحالي على أن يلعب يوم 26 في الفلبين.

وتابع: إن اتحاد الكرة، ومن خلال خلية العمل المشتركة بين لجنة المنتخبات ومشرفي المنتخبات، نجح في تأمين مناخ مثالي لمنتخباتنا، وتلبية كل احتياجات الملاكات التدريبية، وتقديم سبل الراحة للاعبين إلى جانب التأكد على مواعيد وصول اللاعبين المحترفين بأفضل السبل وأسهلها.

ويُن: إن أسبوع FIFA DAY المرتقب سيشهد خوض معسكر تدريبي للمنتخب الأولمبي في مدينة البصرة تتخلله مباراة ودية، كما سيشارك منتخبنا الشبابي في بطولة غرب آسيا للمنتخبات الأولمبية في مدينة الأحساء السعودية، بهدف التحضير بالشكل الأفضل للإستحقاقات المقبلة، وعلى صعيد كرة الصالات، يواصل منتخبنا الوطني تدريباته المكثفة في المملكة المغربية تأهلاً للمشاركة في كأس آسيا التي ستعقد في تايلاند الشهر المقبل.

ولي كريم: الفوز على الكهرياء مستحق وطموح نوروز في الكأس لا حدود له



طريق لاعبه كلاوديو أوليفرا بالدقيقة 64 وزميله محمد سامي بالدقيقة 65. منافسات ثمن النهائي بالفوز 1-0 على الكرخ واربيل والثانية عند 09:30 بين وبين الميناء والحدود.

بغداد / متابعة الزوراء: أكد مدرب فريق نوروز ولي كريم، أن مباراة فريقه أمام الكهرياء بكأس العراق، كانت مواجهة لإثبات الوجود بالنسبة لفريقه. وقال كريم إن «مستوى فريق نوروز تراجع كثيراً في آخر مباراتين بدوري نجوم العراق والنتائج لم تكن كما هو مخطط لها، لكن في مباراة الكهرياء كان التوفيق حليفنا وتمكننا من تحقيق الانتصار والعبور إلى دور الربع النهائي للمسابقة». وأضاف أن «الفوز على فريق مجتهد ويضم لاعبين مميزين مثل الكهرياء وبالتأكيد هو مهم جداً». وأكد قدرة فريقه على «مواجهة أي فريق في العراق دون خوف، معرباً عن ثقته بـ«اللاعبين للوصول إلى أبعد نقطة فني كأس العراق».

من جهته، علق مساعد مدرب الكهرياء أسامة علي، على حادثة المشاجرة التي حدثت في الدقائق الأخيرة من مباراة فريقه أمام نوروز في كأس العراق.

اللجنة الأولمبية تعلن ضوابط انتخابات الأندية الرياضية

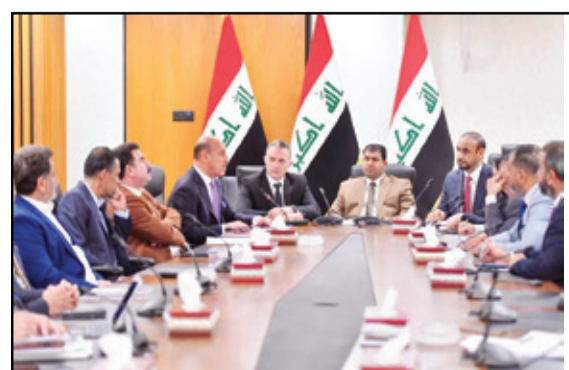
بغداد / مؤنس عبد الله: حددت اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية الضوابط الخاصة بانتخابات الأندية الرياضية، بناءً على موافقة المكتب التنفيذي للجنة الأولمبية. اللجنة الأولمبية أقرت الأندية الرياضية والعديد من الضوابط التي من شأنها تنظيم عمل الأندية الرياضية، ووضع آلية لانتخاب الهيئات الإدارية، ومن أهم تلك الضوابط:

أولاً: يتم تشكيل اللجنة الانتخابية في حال كانت انتخابات هيئة إدارية كاملة، أو انتخابات تكميلية، من خلال التنسيق بين مكتب الأندية وقسم الشؤون القانونية في اللجنة الأولمبية، لغرض اقتراح أسماء أعضاء اللجنة المشرفة على الانتخابات، استناداً إلى المادة (٩/ ثالثاً) من قانون الأندية الرياضية رقم ١٨ لسنة ١٩٨٦ المعدل بقانون رقم ٣٧ لسنة ١٩٨٨، وبالتالي تعد اللجنة المشكلة من قبل اللجنة الأولمبية هي الجهة المشرفة إدارياً ورقابياً على إجراء الانتخابات، وتدقيق الأليات كافة فيما يخص الهيئة العامة، وآلية إجراء الانتخاب وتدقيق أسماء المرشحين. ثانياً: إلزام النادي الرياضي بإعلام مكتب الأندية في اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية بإجراء انتخابات الهيئات الإدارية قبل ٣٠ يوماً من موعد الانتخابات، على أن يتم تزويد اللجنة الأولمبية بمحضر الهيئة الإدارية والمؤمن (إجراء انتخابات إدارية أو انتخابات تكميلية) مع الأليات كافة والتي تتضمن (أسماء الهيئة الإدارية وتاريخ آخر انتخابات لهم، وأسماء الهيئة العامة للنادي)، وإجراءات تبليغ الهيئة العامة بالإعلان في الصحف وموقع النادي بالتواصل الاجتماعي، مع تحديد مكان وموعدهم الانتخاب من قبل النادي، والإعلان عن فتح باب الترشيح

لجنة الشباب والرياضة البرلمانية تقدم الدعم الكامل لاتحاد الكرة

بغداد / متابعة الزوراء: استضافت لجنة الشباب والرياضة البرلمانية، برئاسة النائب محسن آل نايف السعدي، رئيس اللجنة، بحضور السادة الأعضاء، رئيس الاتحاد العراقي لكرة القدم عدنان درجال، وأعضاء الاتحاد المناقشة واقع عمل الاتحاد. وأكد رئيس اللجنة، في الاستضافة على دعم اللجنة الكامل لاتحاد الكرة، منوهاً لاستعراض عدد من الملفات، أبرزها ملف خليجي (٢٥)

الذي أقيم في محافظة البصرة. وتمنت اللجنة دور اتحاد كرة القدم للسعي إلى تطوير الدوري العراقي، وتحويله إلى دوري محترفين، مطالبين بمزيد من التعاون بين اللجنة والاتحاد. بدوره، أوضح رئيس الاتحاد «عدنان درجال» أن لعبة كرة القدم لها أهمية كبيرة في المجتمع العراقي، ما يدفعنا للإرتقاء بواقع ملاعب كرة القدم من خلال إنشاء المشاريع الإستراتيجية، مؤكداً دعم



المشاكل والمعوقات التي تواجه عمل الاتحاد، وأبرزها قلة التخصيصات المالية التي لا تلي الطموح. وأكد رئيس الاتحاد العراقي لكرة القدم عدم وجود رابطة مشجعين تابعة للاتحاد، منوهاً إلى أن الروابط تابعة للأندية، مؤكداً أن الحكام سوف يتسلمون مستحقاتهم كافة الأسبوع المقبل، موضحاً دعم (لا ليغا) لسدوري الفئات العمرية في العراق، داعياً إلى ضرورة تعديل قانون الاتحادات الرياضية.

نحو مستقبل أفضل ... لهم

نصائح للتعامل مع عصبية زوجك بداية شهر رمضان



من المشاكل الشائعة التي تواجهها الزوجات في شهر رمضان هي عصبية الزوج نتيجة نقص النيكوتين والكافيين بسبب الصيام، أو بسبب إرهاق الصيام وضغط العمل وضيق الوقت. إذا كانت عصبية زوجك تمثل أمامك تحدياً في أول أيام شهر رمضان المبارك، فالنصائح التالية سوف تساعدك في التعامل مع زوجك والحد من المشاكل الزوجية...

1. حافظي على هدوئك أمام غضب زوجك أو تعامله بعصبية، يجب أن تتحلي أنت بالصبر والهدوء حتى تمتص غضبه ولا تشتمل المشاكل بينكما. لذا حافظي على هدوئك قدر الإمكان، وتحلي بابتسامة هادئة وكوني لطيفة وحنونية، وإذا شعرت أنك على وشك الغضب، ابتعدي عنه بلطف حتى تستعيد هدوءك.

2. استقبلي زوجك برومانسية فور عودة زوجك من العمل، حاولي استقباله برومانسية عن طريق غمره بالحب والحنان وكلمات الغزل. الأسلوب الرومانسي في التعامل مع زوجك بالتأكيد سوف يقلل من توتره ويجعله أهدأ.

3. امنحي زوجك فرصة لاستعادة هدوئه قد يحتاج زوجك إلى وقت لمراجعة نفسه واستعادة هدوئه، لذا لا تتسرعي في فتح

باب النقاش فور غضبه، بل امنحيه وقتاً لمراجعة أسلوبه واستعادة هدوئه. 4. كونى مرحة وتحلي بروح الدعابة الضحك يذيب المسافات ويزيل التوتر، لذا ابتسمي في وجه زوجك، وكوني مرحة وتحلي بروح الدعابة، اضحكي مع أطفالك، وحاوئي إضحاك زوجك، فور أن يضحك سوف يكون من الصعب جداً أن يعود للعصبية والمزاج السيئ. 5. هيئي لزوجك بيئة محيطة تساعد على الراحة والاسترخاء بيتك هو مملكتك، وهو البيئة المحيطة بزوجك والتي من المفترض أن تساعدك على الراحة والاسترخاء، وإلا سوف يكون غاضباً، لذا اهتمي بنظافة وترتيب وتعتري البيت، واطلبي من أطفالك الهدوء عندما يحتاج زوجك إلى الراحة. عندما يكون البيت نظيفاً مرتباً وهادئاً، يصبح من السهل على المرء الاسترخاء والتحلي بالهدوء والصبر.

تدبير منزلي... توجيهات اقتصادية لعمل عزائم تناسب ميزانية الأسرة



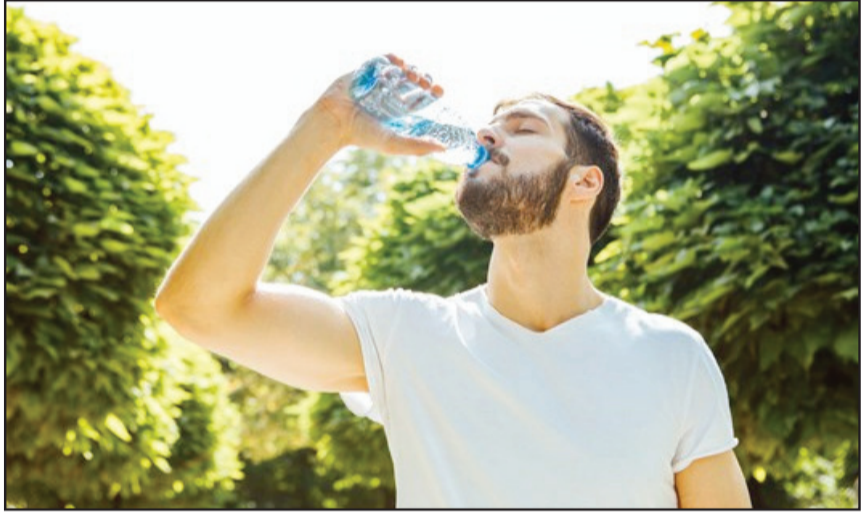
تحرص جميع النساء في شهر رمضان، على عمل عزائم وتجميع الأهل والأحباب على سفرة الإفطار، ولذلك تقدم في السطور التالية أهم النصائح الاقتصادية لعمل عزومات تناسب ميزانية أسرته، في ظل ارتفاع الأسعار، وغلاء المعيشة... تقول الدكتورة دعاء عمر عبد السلام أستاذ مساعد بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة حلوان، أنه هناك نصائح هامة وأساسية ينبغي الاهتمام بها، قبل أن تقوم ربة البيت بدعوة الأهل والأحباب على الإفطار، ومنها ما يلي:

يجب التخطيط الجيد ووضع ميزانية للشراء والالتزام بها، بحيث تكون مناسبة لراتب رب الأسرة ولا تتعداه، وأن نعد مسبقاً قائمة بالأصناف المراد تنفيذها أثناء العزومة، مع عدد الأفراد المدعوين بشكل دقيق. من الأفضل أن نستغل مواسم بعض الخضروات والفواكه، ونقوم بشرائها بدلاً من البحث عن بدائل فريدة نظراً لارتفاع أسعارها عالى عن المتوفرة. ينبغي عدم عمل أصناف جديدة لم تجربها ربة الأسرة من ذي قبل، بل يراعى أن تكون لديها الخبرة والمهارة في عمل الأصناف الغذائية الجارية لأكثر من مرة. من الأفضل عمل عصائر طبيعية بالفاكهة المتوفرة في السوق، بدلاً من شراء الجاهزة أو المشروبات الغازية، لضمان القيمة الصحية والتوفير الميزانية. الاعتماد على طهي وإعادة الأصناف المشوية أو التي تطهى على البخار، والتقليل بقدر الإمكان من عملية التحمير والتسيك. التنوع بين مصادر البروتين من حيث اللحمة والدجاج، فمن الممكن تحضير طبق كبير من كفتة الدجاج إلى الفراخ المشوية، واستغلال الكبد والقوانص الموجودة بداخلها لعمل صنف من الأرز المصري بالكبد والقوانص، إلى جانب طبق كبير من المحاشي المشكلة. الابتعاد عن الأسماك في العزائم المرضائية، نظراً لأنها تستهلك الكثير من الميزانية. عمل نوعين فقط من المقبلات مثل السلطة الخضراء، أو سلطة الطحينة، أو سلطة الكول سلو، وسلطة الزبادي، أو سمبوسك بالجبن والخضار بدلاً من اللحم. يمكنك صنع الحلويات بالمنزل مثل الكنافة أو الكريم كراميل أو المهلبية أو أم علي أو لقمه القاضي.

لذلة أبيه... بواسطة الزيوت الطبيعية... تعرفي على طريقة صنع مزيل عرق

تحرص جميع الفتيات على استخدام مزيلات العرق بشكل يومي، للحفاظ على رائحتها نظيفة ومنع تراكم الجراثيم والبكتيريا، ولكن قد تسيء بعضهم شراء الأنواع الجيدة وتلجأ للميلينة بالمواد الكيميائية التي تبشرتها وجلدها، ولذلك نقدم في السطور التالية طريقة صنع مزيلات العرق بالمنزل وبمواد طبيعية. احضري زجاجة نظيفة ومعقمة وجافة، وقومي بإضافة ١٢ قطرة من مزيج الزيوت العطرية المكون من زيت اللافندر وشجرة الشاي والقرنفل، ثم املي بقيةها بزيت جوز الهند، واستبدلي الجزء العلوي من الأسطوانة ورجها جيداً حتى تمتزج، حيث أن هذه الأداة تجعل من السهل فتح أغطية زجاجات الزيوت العطرية ووضعها على الجسم. من الممكن خلط ملعقة كبيرة من الخل التفاح مع ملعقة كبيرة من

نصائح طبية... أعراض الجفاف في الجسم.. بعضها يستدعي الترطيب الفوري



العطش، وجفاف الشفاه، والتعب قد تكون أبرز أعراض الجفاف. وهذا الأخير يحدث عندما لا يتم تعويض فقدان الماء الزائد بسبب التعرق والجهد الكبير والإسهال وغير ذلك. كما أن الصيام الطويل، قد يؤدي إلى الجفاف إذا لم يتم ترطيب الجسم كما يجب في فترة الإفطار. لكن لحسن الحظ، فإن بعض الإجراءات الجيدة تسمح لك بإعادة الترطيب بسرعة. يحدث الجفاف عندما تكون خسارة الماء مفرطة، ولا يتم تعويضها، وهو يحدث: بعد الإسهال والقيء؛ عند الإصابة ببعض الأمراض المزمنة (مرض السكري غير المتوازن مع ارتفاع مستويات السكر في الدم، وما إلى ذلك)؛ عند الإفراط في تناول الأدوية المليئة في حالة الإمساك أو مدرات البول (الأدوية التي تزيد من إنتاج البول)؛ في حالة التعرق الزائد (المرتبطة بموجة الحر، والجهد الرياضية أو المهنية الطويلة والمكثفة، أثناء نوبة الحمى، خاصة عند الأطفال أو كبار السن، وما إلى ذلك)؛ عندما لا يتم تعويض الجسم بالمياه والأملاح المعدنية التي خسرها لأسباب عديدة

منها الصيام. أعراض الجفاف الأولى عند الأطفال والأكثر سنًا والبالغين، تظهر كالتالي: عطش؛ شفاه جافة؛ فقدان بعض الوزن (خسارة أقل من 5% من وزن الجسم)؛ التعب غير الطبيعي؛ فقدان القوة. كبار السن عليهم التنبيه جيداً إلى ضرورة ترطيب الجسم باستمرار وهو يتوافق مع انخفاض الوزن بنسبة تزيد عن 5% من الوزن الإجمالي للشخص. عندما يكون فقدان الوزن أكبر من 10%، يمكن أن يتعرض الأداء السليم للأعضاء الحيوية (القلب والأوعية الدموية والكبد والدماغ وما إلى ذلك) للخطر. بالإضافة إلى فقدان الوزن، يصاحب الجفاف الشديد واحدة أو أكثر من هذه العلامات: العطش الشديد؛ جفاف الفم واللسان؛ نظرة مملعة وعيون غائرة؛ ظهور طيات الجلد (عند الضغط الخفيف، يكون الجلد بطيئاً في العودة إلى مظهره الأولي)؛ الجلد الجاف والبارد والشاحب؛ حمى؛ كميات صغيرة من البول؛



المقادير: أجدحه البط أو الدجاج والرقبة بدون جلد جزر كرفس بصله صغيره ثمره طماطم ملح فلفل ورق لورا

عود قرفه خشب روز ماري فص جبهان أو فص قرنفل .. ملعقة سمن أو ملعقتين زيت لتحمير لسان العصفور أو يحمص في الفرن بدون دهن حسب الرغبة لسان عصفور كميته مناسبة لأفراد الأسرة طريقة التحضير: تشوح الرقبة والأجنحة في معلقة

طبيبك في بيتك... إرشادات لفقدان الوزن في شهر رمضان

الزيوت والأفوكادو والمكسرات... الطازج في كل وجبة رئيسية باعتدال وعدم تناول البروتينات المصنعة. (مثل الدجاج واللحم قليلة الدهون والماكولات البحرية كسمك السلمون والتونة...)، وأيضا الكربوهيدرات غير النشوية التي لا ترفع من إفراز هرمون الأنسولين مثل السلطة الخضراء المتنوعة وغيرها. - اختيار الأطعمة التي تساعد في ضبط هرمون الأنسولين المسؤول عن رفع معدل الحرق: - حيث ينصح بالابتعاد عن استخدام الزيوت المهدرجة للقلي الهوائية بزيت الزيتون. - ينصح باستبدال السميوسة بالديكوق الأبيض أو الخثالة بدقيق اللوز أو جوز الهند. - استبدال عصير الفواكه المركزة والسكر المضاف إلى مياه معدنية، بعصير ليمون بالنعناع أو عصير فراولة طازجة مع محلول مناسب لا يرفع السكر في الدم. - استبدال الشورية عالية الكربوهيدرات كشورية الكرونت أو الشوفان أو الحبوب إلى شوربة قليلة في الكربوهيدرات، مثل مرقة اللحم أو الدجاج أو شوربة الخضار غير النشوية. - تناول حصة البروتين الحيواني



الزمن هو الوقت المناسب للبدء في رحلة تحقيق الأهداف الصحية والجسدية؛ فرغم تحديات صيام شهر رمضان، يمكن أن تكون لديك القدرة على تحقيق تحول إيجابي في نمط حياتك. لهذه الغاية التقت «سيدتي» الاختصاصية ريم نصير، مديرة معتمدة لنظام الكيتوجينيك الصحي والصيام المتقطع وتحسين جودة الحياة الصحية، فقدمت لنا مجموعة نصائح ذهبية لفقدان الوزن في شهر رمضان، في السطور الآتية: - تناول الأكل المتوازن الذي يحتوي على المغذيات الكبرى مثل الدهون الصحية (مثل زيت

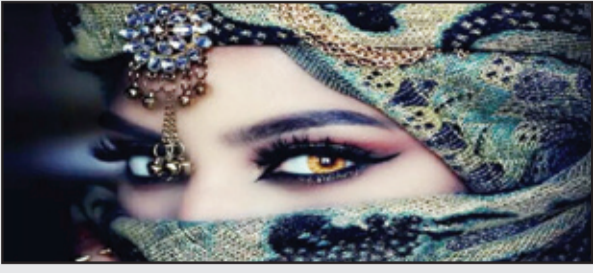
سلوكيات... 7 نصائح تساعدك على تهيئة طفلك لصيام رمضان

الأطفال، لذا توقعي أن يطرح طفلك الكثير من الأسئلة حول الصيام، وأثناء الصيام، وربما يكرر بعض الأسئلة. تحلي بالصبر والحكمة، وأجيبني عن أسئلة طفلك مهما بدت ساذجة أو مكررة. ٢- كوني قدوة لطفلك الأطفال يتعلمون بالحاكاة، لذا أفضل طريقة لتعليم طفلك الصيام وتشجيعه عليه، هي أن يراك وأنت صائمة. أخبري طفلك طوال ساعات الصيام كلما سنتحت الفرصة؛ أنك صائمة ولن تتناولي الطعام إلا في الوقت المحدد للإفطار طاعة لله. ٤- قومي بتدريب طفلك على الصيام تدريجياً لا تسمحلي لطفلك بصيام يوم كامل مرة واحدة، بل يجب أن تقومي بتدريب الطفل بطريقة تدريجية، ويفضل من آخر اليوم. بمعنى أن يصوم طفلك من العصر إلى المغرب، حتى يفرح بوقت الإفطار مع الأسرة، ثم من الظهر إلى المغرب، وهكذا حتى يعتاد على صيام اليوم بأكمله. ٥- ساعدي طفلك على الصيام مساعدة طفلك على الصيام يكون عن طريق تقيم وجبة سحور مشبعة في وقت مناسب، وعدم السماح لطفلك باللعب تحت أشعة الشمس المباشرة حتى لا يتعرض للجفاف، وتوفير جو لطيف ومرح للطفل حتى يتمكن من الصمود طوال ساعات الصيام. ٦- شجعي طفلك على الصيام يحتاج طفلك إلى التشجيع عبر سماع كلمات الفخر والامتنان بقدرة على الصيام، وإسمايا أمام أفراد العائلة والأصدقاء. وخصصي لطفلك هدية في نهاية شهر رمضان كتنويه للتراتبه بآداء الفريضة. ٧- لا تلجئي للترطيب طفلك مازال غير مكلف بالصيام، لذا لا تلجئي أبداً إلى ترهيبه أو عقابه إذا قرر الإفطار، واعتمدي على الترطيب والتشجيع.



استعداد طفلك لصيام شهر رمضان حدث سعيد، ولكن حتى يتمكن الطفل من الصيام، يجب أن تتم تهيئته قبل بداية الشهر الكريم، حتى يكون الطفل مستعداً للصيام ويمكن من أداء الفريضة برضا. وفيما يلي ٧ نصائح تساعدك على تهيئة طفلك لصيام رمضان. تابعي القراءة. ١- اشرحي لطفلك فريضة الصيام المقادير: أجدحه البط أو الدجاج والرقبة بدون جلد جزر كرفس بصله صغيره ثمره طماطم ملح فلفل ورق لورا

غزل عراقي



ياشجرة وفه ومتعلية عالبيستان
ياماي ونفس مانرهم بـدودك
ياثامن عجيبه واول العنـكود
يا اسهل لغز بس مايحـلونك
يل كلك براءة وعاطفة واحساس
وهنياله الليحط عيونـه بعينوك

من الفيسبوك

ثق بنفسك.... فالناجحون يتقون دائما في
قدرتهم على النجاح



هل تعلم

هل نعلم

- أكثر فاكهة ذكرت في القرآن؟
[العنب]
- أصغر سورة في القرآن؟ [الكوثر]
- أفضل شراب أشار له القرآن؟
[الحليب]
- أفضل طعام إشاره له القرآن؟
[العسل]
- أعظم آية في القرآن؟ [آية الكرسي]
- أبغض الحلال ذكر في القرآن؟
[الطلاق]
- أكبر عدد ذكر في القرآن؟ [مائة ألف]
- أكبر كلمة في القرآن؟
[فاسقيناموه]
- أكثر الأحرف استخداماً في القرآن؟
[حرف الألف]
- أقل أحرف استخداماً في القرآن؟
[حرف الظاء]
- أفضل ليلة أشار إليها القرآن؟
[ليلة القدر]
- أفضل شهر أشار إليه القرآن؟
[شهر رمضان]
- أكبر حيوان أشار إليه القرآن؟
[الحوت]
- أصغر حيوان أشار له القرآن؟
[البعوضة]

الافتقائية

- برمائي ضيق يصل بين مسطحين مائتين كبيرين - عزة و رفعة
- مضيق يصل بين البحر الأحمر والمحيط الهندي
- بواسطتي - الحائق (م)
- مضيق يقع في اليابان - مضيق خفيف
- متشابهان - مضيق يصل بين تاسمانيا وأستراليا (م)
- أعرض مضيق في العالم - مدخل روسيا
- مضيق يصل بين شبه الجزيرة العربية وإيران (م) - من أسماء جهنم (م) «أعانا الله وإياكم منها»
- لثم و قبل
- مضيق يصل بين جزيرتي نيوزيلندا - مضيق بين جزيرة أواجي ومنطقة شيكوكو في اليابان
- من أنواع الموسيقى الغربية (ن) - مضيق يصل بين جزيرة تابعة لتانزانيا وقارة إفريقيا

العمودية

- أحد الوالدين - جود - خداع
- مضيق يقع بين جزيرة هوكايدو اليابانية وجزيرة سخالين الروسية في المحيط الهادي - متشابهان
- الإقامة بالمكان ليلا (ن) - تقدم في السير - متشابهان
- أجهد و أحزن - إختلاط و اضطراب
- يسهل - بواسطته - استترخت مفاصله من المرض
- أكبر جرم سماوي يمكن رؤيته ليلا - متشابهان - ظهر شره - أهرز و أحرك بشدة
- مساعدة - حليم و عاقل
- مضيق يفصل بين البحر الأبيض المتوسط والمحيط الاطلسي - قادم (م)
- مضيق يصل بين آسيا وأوروبا

صورة وحشة



الجوع يحاصر أطفال غزة

حدث في مثل هذا اليوم

١٩٣٢ - إصدار فيلم أولاد الذوات وهو أول فيلم عربي ناطق.
١٩٣٩ - الجيوش الألمانية تدخل براغ وتسيطر على ما تبقى من تشيكوسلوفاكيا.
١٩٥٨ - الحكومة العنصرية في جنوب أفريقيا تحظر حزب المؤتمر الوطني الأفريقي.
١٩٧٨ - إسرائيل تبدأ باجتياح جنوب لبنان فيما عرف باسم عملية الليطاني.
١٩٩١ - أمير دولة الكويت الشيخ جابر الأحمد الصباح يعود إلى الكويت بعد غياب استمر حوالي سبعة شهور بسبب الغزو العراقي للكويت، وقد غصت الشوارع بالمستقبلين.
٢٠٠٣ - رجب طيب أردوغان يتولى رئاسة وزراء تركيا.
٢٠٠٤ - إعادة انتخاب فلاديمير بوتين رئيساً لروسيا الاتحادية.
٢٠٠٥ - مظاهرة كبيرة في بيروت وفاء لرئيس الوزراء اللبناني الأسبق رفيق الحريري والمطالبة بخروج الجيش السوري من لبنان وبدأ ما سمي بثورة الأرز، ولم تنتهي المظاهرة إلا بعد خروج الجيش السوري من لبنان بشكل كامل.
٢٠١٤ - البيت الأبيض يتحدث عن معلومات جديدة مفادها أن الطائرة الماليزية المفقودة استمرت بالتحليق لساعات بعد اختفائها من على شاشات الرادار.
٢٠١٦ - الرئيس الروسي فلاديمير بوتين يعلن الانسحاب الجزئي للقوات الروسية المشاركة في الحرب السورية.

اختبارات شخصية

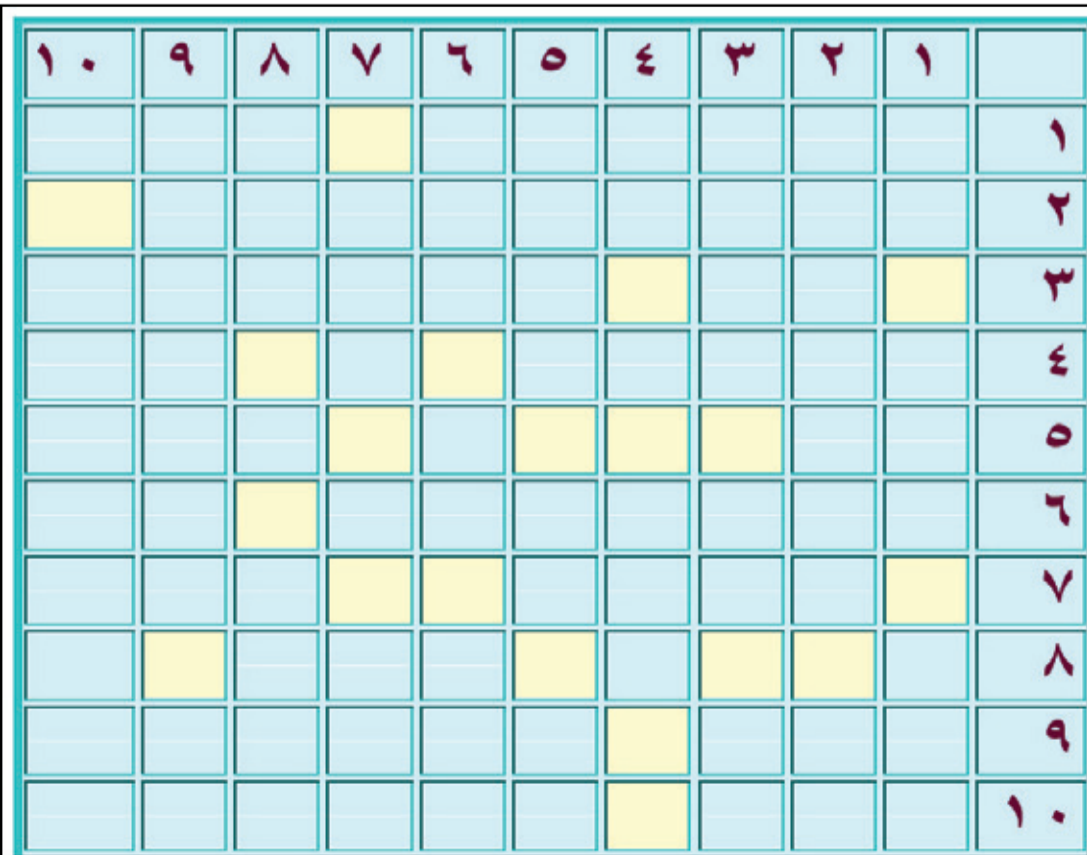
اكتشف أقوى سمات شخصيتك من خلال هذا الاختبار

الأشخاص، إذا أخذت على عاتقك شيئاً ما، فافعله بمعرفة ومسؤولية كاملة. لذلك، يسعد الآخرون أن يتبعوك على طول الطريق المطروق. مشكلتك هي عدم قدرتك على الراحة والتبديل.
٤. التصميم
الإصرار أمر يستحق الثناء، ولن تضل أبداً إذا عقدت العزم على شيء ما. ولن تستدير ولن تشقت انتباهك بنصائح أولئك الذين يتمنون لك الخير بصدق ويقترحون شيئاً ما، ولكن عبقاً، أحياناً تعرف أفضل من الخارج.
٥. العقل التحليلي
لا تتصرف تحت تأثير العواطف، فالصباح أحكم من المساء بالنسبة لك. قبل اتخاذ القرار، سوف تستمع إلى النصائح وتصمم الحل الأمثل. لكن في بعض الأحيان لا تبدو بطيئاً فحسب، بل تبدو مملاً أيضاً. وفي الحياة هناك دائماً مكاناً مناسبة سعيدة وذوق رومانسي.
٦. اللطف والشعور بالعدالة
أنت واحد من أولئك الذين يأتون دائماً للإنقاذ دون تفكير. أنت لا تترثر، بل تتكلم في وجهك. ليس الجميع يحب ذلك. لكن معظم الناس يقدرونك ويعتبرونك شخصاً مهماً في حياتهم.



ألق نظرة على الصور أدناه واختر الصورة التي تبدو أكثر جاذبية بالنسبة لك، ومن ثم قراءة نص الاختبار.
١. الحرية والسهولة
أنت تترسو الناس من خلال عدم إضاعة الوقت على هموم غير ضرورية، ومن خلال بث التفاؤل، والذي غالباً ما يبدو مرادفاً للثقة بالنفس. تتخذ القرارات بسرعة ولا تندم إذا تبين أنها خاطئة. لكن في بعض الأحيان تظهر كشخص تافه.
٢. النهج الإبداعي
حتى في المدرسة، الأشخاص مثلك يحلون مشكلة واحدة بخمس طرق. لا يمكنك تحمل النهج النمطي تجاه المواقف، فالحدود أو الأسقف تزعجك، فالأشخاص من حولك يرون الحياة بشكل مختلف. ولكن عندما تحتاج إلى التركيز والحنز، يمكنك النجاح.
٣. القيادة
عادة ما يتم تنظيمهم وقيادتهم من قبل أولئك الذين لا يعرفون كيفية القيام بأي شيء. لكن من الواضح أنك لست واحداً من هؤلاء

كلمات متقاطعة



أبراج

الحمل

الحمل: 21 آذار - 19 نيسان

أصحاب برج الحمل حظك لليوم مهنياً: تنشغل اليوم بالعديد من النشاطات المهمة وتحضر لأمور جديدة بالعمل عاطفياً: تصرف بعفوية فالحبيب يحبك كما أنت.

الثور

الثور: 20 نيسان - 20 أيار

أصحاب برج الثور حظك لليوم مهنياً: تسيطر على الأوضاع اليوم بالعمل وتمسك بزمام الأمور عاطفياً: عليك أن تعرف كيف تختار الشريك المناسب عندما تقرر الارتباط.

الجوزاء

الجوزاء: 21 أيار - 21 حزيران

أصحاب برج الجوزاء حظك لليوم مهنياً: تتطور أعمالك وتستعد لمرحلة جديدة واعدته عاطفياً: لا تطيل فترة بعدك عن الحبيب وتمسك به.

السرطان

السرطان: 22 حزيران - 22 تموز

أصحاب برج السرطان حظك لليوم مهنياً: تفكر جدياً في تأسيس عملك الخاص والاستقلال عاطفياً: لا تصعب الأمور على الحبيب وكن أكثر مسايه له.

الأسد

الأسد: 23 تموز - 22 آب

أصحاب برج الأسد حظك لليوم مهنياً: تقوم بالكثير من الخطط من أجل مواجهة منافسيك بالعمل عاطفياً: لا تكن عنيداً واعطي الحبيب فرصة أخرى.

العذراء

العذراء: 23 آب - 22 أيلول

أصحاب برج العذراء حظك لليوم مهنياً: عليك أن تثق بقدراتك أكثر ان اردت أن تنجح بعملك عاطفياً: لا تتخلي عن الشريك ودافع عن علاقتك به.

الميزان

الميزان: 23 أيلول - 22 تشرين الأول

أصحاب برج الميزان حظك لليوم مهنياً: تتلقى اليوم الكثير من التقدير والمكافآت لجهودك التي بذلتها عاطفياً: علاقة صداقة تتحول الى حب.

العقرب

العقرب: 23 تشرين الأول - 21 تشرين الثاني

أصحاب برج العقرب حظك لليوم مهنياً: مشاريع جديدة تعمل عليها اليوم وتسعى الى انجاحها عاطفياً: لا تراهن على مقدار محبة الحبيب لك.

القوس

القوس: 22 تشرين الثاني - 21 كانون الأول

أصحاب برج القوس حظك لليوم مهنياً: لا تكن متمرداً على قوانين العمل والتزم بها عاطفياً: تزداد تألقاً بنظر الحبيب وتقرب المسافة بينك وبينه.

الجدي

الجدي: 22 كانون الأول - 19 كانون الثاني

أصحاب برج الجدي حظك لليوم مهنياً: ترتفع أسهمك بالعمل وتزداد شعبيتك أمام زملاء العمل عاطفياً: علاقتك مع الحبيب في أوجها وتزداد تألقاً.

الدلو

الدلو: 20 كانون الثاني - 18 شباط

أصحاب برج الدلو حظك لليوم مهنياً: لا تستنتج الأمور على حسب هواك عليك أن تفكر بطريقة منطقية عاطفياً: يزعجك غرور الحبيب وتكرهه عليك.

الحوت

الحوت: 19 شباط - 20 آذار

أصحاب برج الحوت حظك لليوم مهنياً: لا تكن متسرعاً بقراراتك وتأنى قبل أن تقوم بأية خطوة عاطفياً: يعود الاستقرار الى علاقتك العاطفية.



عين على العالم

مجلس النواب الأمريكي يقر مشروع
حظر «تيك توك»

أقر مجلس النواب الأمريكي، بأغلبية ساحقة مشروع قانون حظر تطبيق «تيك توك»..
ويص القرار على حظر التطبيق من متاجر التطبيقات الأمريكية ما لم يتم فصله عن الشركة الأم الصينية «بايت دانس»، وفق «سي إن إن» و«واشنطن بوست». ويلزم القانون الشركة ببيعته في غضون 180 يوماً، وفي حال لم تفعل ذلك سيتم حظره في متاجر التطبيقات الأمريكية وخدمات استضافة الويب في الولايات المتحدة.
وجاء التصويت بأغلبية 352 صوتاً مقابل معارضة 165 صوتاً من جمهورياً و50 ديمقراطياً ضد المشروع.
ولم يتضح بعد مصير الإجراء في مجلس الشيوخ، علماً بأن التصويت لصالح القرار في مجلس النواب لا يجعله قانوناً، إذ يتطلب الموافقة عليه أيضاً في مجلس الشيوخ.

تركيا.. فرق نسائية تفرع بطول
السحور في رمضان

مع حلول شهر رمضان المبارك، أيقظت فرقة نسائية سكان إحدى مناطق ولاية مارسين التركية الساحلية على الأغاني وقرع الطبول، لتناول السحور، وهو أمر تفعله الفرقة النسائية منذ سنوات في شهر رمضان، لكن الشارع التركي انقسم بين مؤيد ومعارض لهذا الأمر.
وفي التفاصيل، أعلنت الفرقة وفق وسائل إعلام تركية محلية أنها «أنهت تحضيراتها النهائية للأغاني قبل يوم من قدوم شهر رمضان، حيث تتلقى الفرقة تدريباً تُشرف عليه مديرية الشؤون الثقافية وبلدية إردملي في ولاية مارسين»..
وتتكون هذه الفرقة التي يمتحن أعضاؤها الغناء وقرع الطبول، من النساء فقط، حيث يرددن معاً الأناشيد بحلول موعد السحور في منطقة إقامتها بولاية مارسين. وبينما أنهت رسائل الشكر والثناء للفرقة الموسيقية على مواقع التواصل الاجتماعي أصولياً، فسيفرض الأمر برمته».

«مذنب الشيطان».. الأرض على
موعد مع ظاهرة فلكية نادرة

يبتظر عشاق الفلك حدث فريد من نوعه يمكن أن يجعل مذنباً أكبر من جبل إيفرست مرئياً بالعين المجردة لمرابي السماء في الأسابيع المقبلة.
ومن المنتظر أن يصبح «مذنب الشيطان» مرئياً أثناء مروره بالقرب من الأرض في الأسابيع القليلة القادمة، خلال زيارته الأولى للنظام الشمسي الداخلي منذ أكثر من 70 عاماً، حسبما يقول علماء الفلك. وهذا الجسم الجليدي هو مذنب من نوع «هالي» لأن مداره حول الشمس يضيئه في نفس فتحة صخرة الفضاء الأكثر شهرة في التاريخ (مذنب هالي)، والتي تستغرق نحو 75 عاماً للدوران حول نجمنا، على عكس آلاف السنين مثل معظم المذنبات، وبالتالي سيظهر هذا المذنب مرة واحدة في العمر، أو ربما مرتين في العمر.
ويعتقد أن نواة المذنب يبلغ قطرها نحو 30 كم (20 ميلاً)، ويتم تصنيفه على أنها مذنب «بركاني بارد»، ما يعني أنه يتكوّن مع الغبار والغازات والجليد عندما يتراكم الضغط داخله أثناء تسخينه.

وأدى أحد هذه الانفجارات في العام الماضي إلى زيادة سطوعه بمقدار مائة ضعف ومنحه لقب «مذنب الشيطان» بعد أن شكّل الضباب الذي يحيط به شكلاً يشبه القرون.
وفي حين تم بالفعل رصد المذنب في سماء الليل، يقول الخبراء إنه من المتوقع أن يصبح أكثر سطوعاً ومرئياً للعين المجردة في الأسابيع المقبلة، بعيداً عن التلوث الضوئي.
ومن المتوقع أن يصل المذنب إلى أقصى سطوع له الشهر المقبل، قبل أيام قليلة من كسوف الشمس الكلي في 8 نيسان، بينما سيكون أقرب اقتراب له من الأرض في حزيران.
وقد يتمكن راصدو النجوم في نصف الكرة الشمالي الآن من إلقاء نظرة خاطفة على المذنب باستخدام أدوات خاصة، مثل المنظار، تحت سماء صافية وخالية من التلوث الضوئي على ارتفاع نحو 20 درجة فوق الأفق الغربي الشمالي الغربي.
وبحلول نهاية شهر آذار، وسيتمكن رؤيته بالعين المجردة مع وجود كوكبة برج الحمل في الخلفية.

تامر حسني يدعم بسملة بوسيل بعد غناء تتر
«نعمة الأفوكاتو»

قدمت الفنانة بسملة بوسيل، غناء تتر تجسد بطولته الفنانة مي عمر. من جانبه، وجه الفنان تامر حسني النهاية لمسلسل نعمة الأفوكاتو، التي

رسالة دعم إلى طليقته الفنانة بسملة بوسيل، لمشاركتها الأولى في الغناء خلال دراما رمضان.

وكتب تامر حسني تعليقاً على صورة عائلية نشرتها بسملة بوسيل كاتباً: «كل سنة وإنتي طيبة يا بسومي إنتي وكل أولادنا وكل العيلة، ويارب أغنية تتر مسلسل النجمة مي عمر تكسر الدنيا بعني بصوتك وتمثيل مي وإخراج العبقري محمد سامي يارب كل النجاح».

وقدمت بسملة بوسيل تتر نهاية مسلسل «نعمة الأفوكاتو»، الذي بدأ عرضه عبر قناة mbc مصر.

مرام علي تعاود اللقاء بتقلا شمعون في تركيا



وأعلنت تقلا عن تحضيرها للمسلسل الجديد، واصفةً جديدها بـ«رحلة جديدة، تعود فيها إلى عالم الدراما، وذلك عبر شخصية جديدة، إذ أبدت حماسها بأن تكون محفوفة بلذة الإبداع، الخلق والوصول إلى الكمال. وأشارت وسائل إعلام إلى أنّ تقلا شمعون ستطل بدور «هويدا» وهي والدة البطلة (مرام علي)، إذ تعد هذه الشخصية أساسية في العمل المتوقع أن يحمل اسم «امراة»، الذي يروي رحلة امرأة تدعى «بهار»، وهي متزوجة ولديها ولدان، إذ يختفي زوجها فجأة في ظروف غامضة فتبدأ رحلة البحث عنه.

تجدد النجمة مرام علي اللقاء مرة أخرى مع النجمة اللبنانية تقلا شمعون في مسلسل جديد يتم التحضير له الفترة المقبلة، فقد سبق وأن التقت النجمتان من قبل في 3 مواسم من النسخة اللبنانية عروس بيروت الذي تم تصويره في تركيا مؤخراً من نسخة عروس إسطنبول.

علم الاجتماع بجامعة أنقرة إن «قرع الطبول في شهر رمضان بات رمزياً للغاية»، مضيفاً أن «تقليد قرع الطبول في رمضان لا يزال مستمراً، لكنه أصبح رمزياً بشكل متزايد في السنوات الأخيرة».

وتابع الأكاديمي التركي أن «هذه الوظيفة لها أساس اقتصادي بالفعل، أي أن الطبال يجمع المال من الناس في بداية شهر رمضان وفي وسطه وفي نهايته»، مشدداً على أن «هذه هي المرة الأولى التي ترى فيها النساء تفرع الطبول في رمضان. ومع ذلك، لا أعتقد أن أحداً سيعترض على ذلك إلا إذا كان من كواليس حوارها الشهير مع الإعلامية منى الشاذلي».

احتفلت النجمة ياسمين عبد العزيز بتصدرها الترتد، رغم عدم مشاركتها في أي عمل فني بموسم المسلسلات المصرية لصبا مبارك التي قالت: «عشان احل وترتد العالم كله، مع صورة ضاحكة لها للتعبير عن أسف الجمهور لغياب ياسمين عن المشاركة في موسم مسلسلات رمضان، وأكد بعضهم امتناعه بسبب مشاهدة المسلسلات هذا العام بسبب غياب نجمتهم المفضلة. يذكر أن ياسمين عبد العزيز، شاركت في موسم المسلسلات المصرية لرمضان بطولة مسلسل «ضرب نار»، وشارك حينها في بطولة العمل كل من أحمد العوضي و ماجد المصري، هدى الأتربي، أحمد فيس بوك

ياسمين عبد العزيز: الحمد لله أنني لم أشارك في
مسلسلات رمضان

ترتد جوجل مصر وترتد انستجرام وترتد مصر وترتد العالم كله. وجاء التعليق الأول من النجمة الأردنية صبا مبارك التي قالت: «عشان احل وترتد العالم كله، مع صورة ضاحكة لها للتعبير عن أسف الجمهور لغياب ياسمين عن المشاركة في موسم مسلسلات رمضان، وأكد بعضهم امتناعه بسبب مشاهدة المسلسلات هذا العام بسبب غياب نجمتهم المفضلة. يذكر أن ياسمين عبد العزيز، شاركت في موسم المسلسلات المصرية لرمضان بطولة مسلسل «ضرب نار»، وشارك حينها في بطولة العمل كل من أحمد العوضي و ماجد المصري، هدى الأتربي، أحمد فيس بوك

مسلسل سعودي يجمع عبدالله السدحان وجورجينا يفجر مفاجأة



الزوراء / دبي:
فجر الممثل الكوميدي المعروف السعودي عبد الله السدحان مفاجأة، بعدما أعلن عن مسلسله الجديد بمشاركة عارضة الأزياء الإسبانية جورجينا رودريغيز، صديقة النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو، ما أثار ضجة واسعة عبر مواقع التواصل الاجتماعي.
ونشر السدحان بوستر مسلسلته الجديد «أضرار زواج المسيار»، ويظهر فيه إلى جانب جورجينا، ما أثار تساؤلات حول دخولها عالم التمثيل من باب الدراما السعودية.
كما أرفق المنشور بتعليق قال فيه: «قريباً في عيد الفطر بإذن الله.. كل عام والجميع بألف خير». في المقابل، لم تعلق جورجينا رودريغيز على ما نشر، كما أنها لم تعلن عن مشاركتها بصديقة النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو، الفني، وعلق عدد من نشطاء مواقع التواصل الاجتماعي على الخبر، مشيرين إلى أن الفنان ونشر السدحان بوستر مسلسلته الجديد «أضرار زواج المسيار»، ويظهر فيه إلى جانب جورجينا، ما أثار تساؤلات حول دخولها عالم التمثيل من باب الدراما السعودية.
كما أرفق المنشور بتعليق قال فيه: «قريباً في عيد الفطر بإذن الله.. كل عام والجميع بألف خير». في المقابل، لم تعلق جورجينا رودريغيز على ما نشر، كما أنها لم تعلن عن مشاركتها بصديقة النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو، الفني، وعلق عدد من نشطاء مواقع التواصل الاجتماعي على الخبر، مشيرين إلى أن الفنان ونشر السدحان بوستر مسلسلته الجديد «أضرار زواج المسيار»، ويظهر فيه إلى جانب جورجينا، ما أثار تساؤلات حول دخولها عالم التمثيل من باب الدراما السعودية.

بوستات

أود أن أعلن انسحابي من إنتلاف الأساس العراقي في البرلمان والعمل بشكل منفرد مع جميع الزملاء، وكما أتني من إخوتي واصدقائي في الإنتلاف التوفيق في عملهم واستكمال مشروعهم، وذلك إيماناً مني بصدقهم وإخلاصهم في استكمال مشروعهم السياسي .



حسين عرب

حضرنا استضافة لجنة الشباب والرياضة البرلمانية، وأكد رئيس اللجنة على دعم اللجنة الكامل للاتحاد، إذ تم استعراض عدد من الملفات، أبرزها ملف خليجي (٢٥)، وثمّنت اللجنة دور الاتحاد للسعي إلى تطوير الدوري، وتحويله إلى دوري احترافي، مطالبين بمزيد من التعاون بين اللجنة واتحاد الكرة.



عدنان درجال