

أعلنت وزارة التربية، حصول طالب عراقي على لقب «Super Champion» لمسابقة الحساب الذهني العالمية. وذكر بيان للوزارة: أن «وزير التربية إبراهيم نامس الجبوري بارك حصول بطل العراق التلميذ في الصف الثالث الابتدائي جعفر كمال غانم/ مدرسة المدينة الحكومية ذات المعايير الدولية على لقب (Super Champion) بعد تغلبه على آلاف المتنافسين المشاركين من 20 دولة عربية وأجنبية ضمن المسابقة العالمية للحساب الذهني، برعاية منظمة (WAMAS) في ملعب الشعب الدولي ببغداد». وأضاف البيان، أن «الجبوري هنأ ملاك المدرسة والوالدي التلميذ بهذا الإنجاز الرائع الذي يؤكد أن العراق بلد غني بالعقول والإبداعات العلمية بشكل يجعله قادراً على اعتلاء منصات التتويج العالمية بكل ثقة وثبات».

٨  
صفحات

الحقيقة غابتنا

## أكد فخره بالعمل نحو عراق آمن وقوي .. مزدهر وسيد نفسه

## الحسان يشيد بقرار الحكومة العراقية إطلاق السياسة الوطنية لحماية المدنيين

بغداد / صوت القلم:

أشاد الممثل الخاص للأمين العام للأمم المتحدة في العراق ورئيس بعثة الأمم المتحدة لمساعدة العراق (يونامي)، محمد الحسان، بقرار الحكومة العراقية إطلاق السياسة الوطنية لحماية المدنيين، فيما بين الفخر بالعمل

نحو عراق آمن مع نفسه، وجواره، سيد نفسه، عراق قوي ومزدهر. وذكر بيان للأمم المتحدة: أن «الممثل الخاص للأمين العام للأمم المتحدة في العراق ورئيس بعثة الأمم المتحدة لمساعدة العراق (يونامي)، محمد الحسان، شارك في المؤتمر الوطني لإطلاق

السياسة الوطنية لحماية المدنيين الذي أقامته اللجنة الوطنية الدائمة للقانون الدولي الإنساني، بالتنسيق مع مستشارية الأمن القومي وبالتعاون مع مؤسسة PAX، وبرعاية رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني، بحضور مستشار الأمن

القومي قاسم الأعرجي وعدد من الشخصيات. ونقل الحسان بحسب البيان إشادة الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو غوتيريش بقرار الحكومة العراقية إطلاق السياسة الوطنية لحماية المدنيين. وأضاف الحسان، «نحن معكم في هذه المبادرة

ونعتقد أن الأوان قد حان لإطلاق مثل هكذا مبادرة». وتابع، أن «العراق لن يجد في المجتمع الدولي والأمم المتحدة سوى كل الدعم والعون فيما هو خيرٌ وصالحٌ لهذه الأرض الطيبة الطاهرة»، مؤكداً على، «أهمية صياغة سياسة وطنية لتعزيز

المساءلة ومحاسبة مرتكبي الجرائم»، كما وشدد على، «ضرورة أن تكون من خلال قوانين نزيهة وشفافة لتحقيق العدالة». واختتم كلمته قائلاً: «نفخر بالعمل معكم جنباً إلى جنب نحو عراق آمن مع نفسه، وجواره، سيد نفسه، عراق قوي ومزدهر».

## المشهداني: العراق يرفض اي تدخلات تمس اراضيه ويؤكد على احترام سيادته

بغداد / متابعة صوت القلم:

أكد رئيس مجلس النواب محمود المشهداني لوزير الخارجية التركي هاكان فيدان، رفض العراق اي تدخلات تمس اراضيه، وضرورة احترام سيادته وامنه القومي واستقلاله، فيما أشار الى ضرورة تنفيذ مذكرات تفاهم الموقعة بين البلدين خدمة للمصالح المتبادلة للشعبين العراقي والتركي. وقال المشهداني، خلال لقائه وزير الخارجية التركي هاكان فيدان: ان «العراق يتطلع



الى اقامة علاقات متطورة مع تركيا مبنية على الاحترام المتبادل»، مشيراً الى ضرورة تنفيذ مذكرات التفاهم الموقعة بين البلدين خدمة للمصالح المتبادلة للشعبين العراقي والتركي.

وذكر، خلال اللقاء، بحسب بيان للمكتب الاعلامي لرئيس مجلس النواب، بحث العلاقات الثنائية بين البلدين وسبل تعزيزها، بما يسهم في تطوير آليات التعاون في مختلف المجالات.

تفاصيل ص 2

بغداد / صوت القلم:

أكد رئيس الوزراء، محمد شياع السوداني، أن التحول الرقمي يوفر الخدمة المباشرة ويقلل الكلف ويحارب الفساد، فيما شد على ضرورة الانتقال الى مستوى هيئة مستقلة أو وزارة معنية بالتحول الرقمي والأمن السبراني خلال ٢ سنوات. وقال مكتبته الإعلامي، في بيان: إن «رئيس مجلس الوزراء، محمد شياع السوداني افتتح، امس الاثنين، مركز التحول الرقمي والأتمتة في مقر وزارة التعليم العالي والبحث العلمي»، مبيناً أنه «أجرى جولة في المركز، واطلع على الآلية الجديدة في اعتماد الأتمتة وإنهاء العمل الورقي، وذلك تطبيقاً لرؤية الحكومة في تنفيذ الإصلاح الإداري وتبسيط الإجراءات، والقضاء على البيروقراطية

## السوداني: التحول الرقمي يوفر الخدمة المباشرة ويقلل الكلف ويحارب الفساد



والروتين». وأشار رئيس الوزراء خلال الافتتاح الى «منجز التحول الرقمي والأتمتة واعتماد التكنولوجيا الحديثة، الذي بدأ اليوم من وزارة التعليم العالي والبحث العلمي التي يعول عليها في تقديم الحلول والنماذج المتميزة والمتطورة، بما فيها من علماء ومبدعين وأساتذة وكفاءات»، لافتاً الى أن «اللجنة العليا للتحول الرقمي تشكلت برئاسة رئيس مجلس الوزراء وعضوية الوزراء المعنيين، كي يكون التحول قراراً فاعلاً ولا يقتصر على خطوات متفرقة، كما تقرر، بناء على دراسة قدمتها لجنة فنية، تأسيس (مركز وطني للتحول الرقمي)، و(مركز وطني للأمن السبراني)».

تفاصيل ص 2

## 3 أسماء الأسد تخرج عن صمتها لأول مرة منذ سقوط نظام زوجها

بغداد / صوت القلم:

أكد وزير النفط حيان عبد الغني إن صادرات النفط من إقليم كردستان العراق شبه المستقل ستستأنف في غضون الأسبوع المقبل، مما يحل نزاعاً مستمراً منذ قرابة العامين بشأن صادرات النفط الكردية، وسقطت العلاقات بين بغداد وأربيل، فيما كشف، عن

مشاريع جديدة لإنتاج الغاز والطاقة الشمسية ومنتوجات البترين وجولة تراخيص في 5 حقول نفطية. وقال عبد الغني للصحفيين «اليوم الاثنين، سيزور وفد من وزارة النفط إقليم كردستان للتفاوض حول آلية استلام النفط من الإقليم وتصديره. ستستأنف عملية التصدير في غضون أسبوع»، وفق

وأوقفت تركيا تدفقات النفط في مارس/ آذار 2023 بعد أن أمرت غرفة التجارة الدولية أنقرة بدفع تعويضات لبغداد قدرها 1.5 مليار دولار عن صادرات نفطية بلا تصاريح لحكومة إقليم كردستان عبر خطوط أنابيب بين عامي 2014 و2018.

الذين ما زالوا في إيران»، وأضافت أنه جرى كذلك خلال الاجتماع «التأكيد على التدابير والإجراءات المتبعة في تفتيش الطائرات كافة وتكليف جهاز أمن المطار بمتابعة الالتزام بالتوجيهات اللازمة»، وإعطاء توجيهات للأجهزة الأمنية والعسكرية بعدم التهاون أو السماح بإقفل طريق المطار.

## الرئاسة اللبنانية تعلن تمديد تعليق الرحلات الجوية من إيران

بيروت / متابعة صوت القلم:

أعلنت السلطات اللبنانية، تمديد تعليق الرحلات من إيران وإليها، من دون تحديد مهلة لاستئنافها، وذلك بعد أيام من رفضها منح أدونات الهبوط لرحلتين تابعتين لخطوط ماهان الإيرانية، على خلفية تهديدات إسرائيلية بقصف مطار بيروت. وإثر اجتماع عقده رئيس الجمهورية

جوزيف عون مع الوزراء المعنيين ورئيس جهاز أمن المطار، أفادت الناطقة باسم رئاسة الجمهورية نجاة شرف الدين للصحافيين عن «تكليف وزير الأشغال العامة والنقل تمديد مهلة تعليق الرحلات من وإلى إيران»، بعدما كانت سلطات مطار بيروت قد علقتها حتى 18 شباط/فبراير. وأعلنت الناطقة باسم الرئاسة اللبنانية أنه تم كذلك تكليف وزير الخارجية بـ«تأمين عودة المسافرين اللبنانيين

الذين ما زالوا في إيران»، وأضافت أنه جرى كذلك خلال الاجتماع «التأكيد على التدابير والإجراءات المتبعة في تفتيش الطائرات كافة وتكليف جهاز أمن المطار بمتابعة الالتزام بالتوجيهات اللازمة»، وإعطاء توجيهات للأجهزة الأمنية والعسكرية بعدم التهاون أو السماح بإقفل طريق المطار.

تفاصيل ص 3

## 8 دواء يعالج السكري ويقلل من مخاطر السكتات الدماغية والنوبات القلبية

بغداد / متابعة صوت القلم:

أكد سفير المملكة المتحدة لدى العراق ستيفن تشارلز هيتشن، أن العراق بلد الفرص والإستثمارات، فيما أعرب عن تفائله بمستقبل العراق، لإبداع وشجاعة وكرامة وقوة تحمل الشعب العراقي. وقال هيتشن، في كلمة له خلال المؤتمر الاقتصادي لمجلس الأعمال العراقي



البريطاني: إنه «ستنتهي مهمتي بعد أسبوعين، ومن الطبيعي أن نبدأ التفكير في ماذا نستطيع أن نقدم من استنتاجات وأشار معكم عدة أفكار بعد تجربة جميلة معكم في العراق، أنا متفائل لمستقبل بلادكم ومصدر التفاؤل هو إبداع وشجاعة وكرامة وقوة تحمل الشعب العراقي».

تفاصيل ص 2

الكويت / متابعة صوت القلم:

في خطوة غير مسبوقة، شهدت الكويت أكبر عملية لسحب وإسقاط الجنسية في تاريخها، بعدما صدرت مراسيم وقرارات رسمية تقضي ببغداد 9464 شخصاً جنسيتهم الكويتية، وفق ما نشر في الجريدة الرسمية «الكويت اليوم». ونص المرسوم الأول على سحب الجنسية من 5694 امرأة، ومن يكون قد اكتسبها معهن بطريق التبعية، فيما نص المرسوم الثاني على إسقاط الجنسية الكويتية عن 38 شخصاً، ونص الثالث على سحب الجنسية الكويتية من 3 أشخاص ومن يكون قد اكتسبها معهن بطريق التبعية. كما نص المرسوم الرابع على سحب الجنسية من 3724 امرأة ومن يكون قد اكتسبها

معهن بطريق التبعية، ونص قراران لجلس الوزراء على سحب شهادته الجنسية من 4 أشخاص وأمرأة ومن يكون قد اكتسبها معهن بطريق التبعية». وهذا ليس القرار الأول الذي تتخذه الكويت في إطار مراجعة قرارات الحاصلين على الجنسية بالبلاد. وسبق أن أصدرت الكويت في 9 فبراير/ شباط الجاري قراراً مشابهاً يقضي

بسحب الجنسية من 4135 امرأة، بعد موافقة مجلس الوزراء، فيما يشمل القرار من يكون قد اكتسبها أيضاً معهن بطريق التبعية. وفي سبتمبر/ أيلول 2024، بدأت السلطات الكويتية حملة تستهدف «حالات الجنسية المزورة والمزوجة»، بما في ذلك الممتدة حتى العقود الماضية.

تفاصيل ص 3

## نظراً لاعتبارات تتعلق بجداول قادة الدول المشاركة

## تأجيل محتمل للقمة العربية الطارئة في مصر لأسباب لوجستية بحثة

القاهرة / متابعة صوت القلم:

أعلن الأمين العام المساعد لجامعة الدول العربية، السفير حسام زكي، أن موعد القمة العربية الطارئة المقرر انعقادها في مصر يوم 27 فبراير الجاري قد يتغير إلى تاريخ آخر، نظراً لاعتبارات تتعلق بجداول قادة الدول المشاركة.

الأسباب ستكون لوجستية بحثة. وأوضح زكي أن القمة تهدف إلى صياغة موقف عربي موحد وقوي بشأن القضية الفلسطينية، خاصة في ظل رفض مخطط التهجير الذي طرح من الجانب الإسرائيلي وتبنته الإدارة الأمريكية لاحقاً. وأشار إلى أن الطرح المصري سيكون محور النقاشات خلال القمة، ويتضمن مقترحات لإعادة إعمار غزة من خلال الشعب الفلسطيني نفسه، بما يضمن توفير فرص عمل دون الحاجة إلى تهجير السكان خارج القطاع.

وشدد زكي على أن الهدف الأساسي من عقد القمة هو دعم الشعب الفلسطيني وتعزيز صموده، مع إصدار وثيقة رسمية تعكس هذا الموقف. وأكد زكي أن الموقف العربي تجاه خطة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب بشأن غزة سيبتلور بشكل كامل عند بدء الحوار الرسمي مع الجانب الأمريكي، مشدداً على أن الأساس هو احترام إرادة الشعب الفلسطيني وحقه في تقرير مصيره. وأوضح أن التساؤل الرئيسي هو ما إذا كانت الخطة الأمريكية تهدف إلى إخلاء

غزة من سكانها وتهجير الفلسطينيين أم أنها وسيلة لإعادة التفاوض حول مستقبل الحكم في القطاع. وأكد أن الفلسطينيين يرفضون الخيارات التي يطرحها الاحتلال الإسرائيلي، سواء فرض سيطرته على غزة أو تعيين جهة تحكمها أو إخلاء القطاع من سكانه، مشدداً على أن الحل المقبول هو أن يحكم الفلسطينيون أنفسهم حتى يتم التوصل إلى تسوية شاملة.

تفاصيل ص 3

## ألمانيا ترحل 47 عراقياً

برلين / متابعة صوت القلم:

رحلت ألمانيا 47 عراقياً حسبما أكد متحدث باسم وزارة الداخلية المحلية في ولاية سكسونيا السفلى امس الاثنين. وقال المتحدث باسم وزارة الداخلية المحلية في الولاية إلى أن 16 مرحلاً كانوا مقيمين في ولاية سكسونيا السفلى، ولم تعلن الوزارة المزيد من التفاصيل. والسبب الماضي، صرح عضو سكرتارية الاتحاد العام للاجئين العراقيين في ألمانيا عرفان كريم بأن

حوالي 10 آلاف طالب لجوء من العراق وإقليم كردستان يواجهون خطر الترحيل. وأوضح كريم لشبكة «رووداو» الإعلامية أن الانتخابات البرلمانية في ألمانيا، المقررة في 23 فبراير الجاري «تعقد قضية اللاجئين واحدة من القضايا الرئيسية في الحملة الانتخابية، حيث يسعى بعض الأحزاب السياسية إلى تحميل اللاجئين جزءاً من الأزمة السياسية في البلاد في ظل تداعيات جائحة كورونا والحرب في أوكرانيا».

وأكد زكي، في تصريحات تليفزيونية أن حرص مصر على حضور أكبر عدد من القادة لضمان نجاح القمة هو الدافع الرئيسي لأي تأجيل محتمل، مشدداً على أن

## خلال افتتاحه مركز التحول الرقمي والأتمتة في التعليم العالي السوداني: التحول الرقمي يوفر الخدمة المباشرة ويقلل الكلف ويحارب الفساد



### بغداد صوت القلم

أكد رئيس الوزراء، محمد شياع السوداني، أن التحول الرقمي يوفر الخدمة المباشرة ويقلل الكلف ويحارب الفساد، فيما شدد على ضرورة الانتقال إلى مستوى هيئة مستقلة أو وزارة معنية بالتحول الرقمي والأمن السبراني خلال 3 سنوات. وقال مكتبه الإعلامي، في بيان: إن "رئيس مجلس الوزراء، محمد شياع السوداني افتتح، أمس الاثنين، مركز التحول الرقمي والأتمتة في مقر وزارة التعليم العالي والبحث العلمي"، مبيناً أنه "أجرى جولة في المركز، واطلع على الآلية الجديدة في اعتماد الأتمتة وإنهاء العمل الورقي، وذلك تطبيقاً لرؤية الحكومة في تنفيذ الإصلاح الإداري وتبسيط الإجراءات، والقضاء على البيروقراطية والروتين".

وتلتحق بركب العالم في مجال الذكاء الاصطناعي والتنقلات النوعية، لافتاً إلى "أهمية بذل كل الجهود في مجال التحول الإلكتروني وملاحقة التطور العلمي العالمي". وبين أن "لدى الطلبة الشباب، القابليات والاستعداد على بذل الجهود في مجال التطور والتحول الرقمي، وتوظيف الذكاء الاصطناعي، مشدداً على "ضرورة أن نختار الاختصاصات النوعية المطلوبة في سوق العمل التي تهيئ رأسملاً بشرياً لعملية التحول الرقمي".

موضحاً أن "الخطط لا تمنع مبادرة الوزارات في تحسين خدماتها نحو التحول الرقمي من أجل تحسين الخدمة المقدمة للمواطن". وأكد أن "التماس بين المواطن والموظف مصدر تكوّن، والتحول الرقمي سيتجاوز أهم العقبات"، مضيفاً أن "التحول الرقمي يوفر خدمة مباشرة ويقلل الكلف، ويحارب الفساد". وتابع "كلما تمكنا من تحسين هذه الخدمة وتيسيرها للمواطن، نكون قد حققنا شعار الخدمة ومتابعة العمل،

سيجعل العملية أكثر سهولة في مختلف التطبيقات". وذكر أن "البرنامج الحكومي أكد أن الحكومة الحالية حكومة خدمة، وهي مرتبطة بشكل مباشر بالتحول الرقمي"، لافتاً إلى "أننا لا نريد أن يكون التحول الرقمي مجرد استعراض إعلامي، بل يجب أن يلمس المواطن التحولات في ما يناله من خدمة".

مفرقة، كما تقرر، بناءً على دراسة قدمتها لجنة فنية، تأسيس (مركز وطني للتحول الرقمي)، (مركز وطني للأمن السبراني). وتابع أن "كل التعاملات، بدءاً من إجراءات التقديم للطلاب وصولاً إلى القبول وتعاملات الموظفين والمواطنين، تتجه نحو التحول الرقمي، وهذا يشتمل على 2500 موظف يعملون في مقر الوزارة، وهو ما يشكل نقطة تحول ومنجزاً للوزارة"، مبيناً أن "تحويل طلبات المواطنين إلى الشكل الإلكتروني

وأشار رئيس الوزراء خلال الافتتاح إلى "منجز التحول الرقمي والأتمتة واعتماد التكنولوجيا الحديثة، الذي بدأ اليوم من وزارة التعليم العالي والبحث العلمي التي يعول عليها في تقديم الحلول والنماذج المتميزة والمتطورة، بما فيها من علماء ومبشرين وأساتذة وكفاءات"، لافتاً إلى أن "اللجنة العليا للتحول الرقمي تشكلت برئاسة رئيس مجلس الوزراء وعضوية الوزراء المعنيين، كي يكون التحول قراراً فاعلاً ولا يقتصر على خطوات

## خلال لقائه وزير الخارجية التركي هاكان فيدان المشهداني: العراق يرفض أي تدخلات تمس اراضيه ويؤكد على احترام سيادته

على حقوقهم في المشاركة السياسية وبما يعزز السلم المجتمعي ويحقق التطور والازدهار للأشقاء في سوريا". ولفت البيان إلى، أن "وزير الخارجية التركي بدوره، أكد دعم حكومة بلاده لاستقرار العراق والحفاظ على أمنه واستقلاله"، مشيراً إلى، "العلاقات التي تربط البلدين، وحرص تركيا على دعم فرص التعاون والشراكة في المجالات الاقتصادية والتجارية والاستثمارية والمياه والبيئة، معرباً عن أمهه بالنهوض بمستوى العلاقات الاقتصادية إلى آفاق أوسع".

أراضيه، وضرورة احترام سيادة العراق وأمنه القومي واستقلاله". وشدد رئيس مجلس النواب، إلى، "ضرورة مواصلة العمل المشترك والتعاون الإقليمي لمواجهة أي خطر، وبما يحقق الأمن والاستقرار على المستويين الإقليمي والدولي". وتابع البيان، أنه "بشأن التطورات في سوريا، أعرب المشهداني عن أمهه "بأن فرص التعاون والشراكة في الإدارة الجديدة في سوريا على حماية التعدد القومي والديني، وأن تحقق السلام والازدهار لجميع مكونات الشعب السوري وضمان حمايتهم والحفاظ

وتأثيراتها على المنطقة، والتأكيد على أهمية دعم الجهود الرامية إلى تخفيف حدة التوترات ووقف التصعيد واعتماد الحوار البناء في معالجة المسائل العالقة بين دول المنطقة وبما يحقق السلم والأمن الدوليين". وأكد المشهداني، أن "العراق يتطلع إلى إقامة علاقات متطورة مع تركيا مبنية على الاحترام المتبادل، مشيراً إلى ضرورة تنفيذ مذكرات التفاهم الموقعة بين البلدين خدمة للمصالح العراقية والتعاون في مختلف المجالات".

تركيا مبنية على الاحترام المتبادل، مشيراً إلى ضرورة تنفيذ مذكرات التفاهم الموقعة بين البلدين للشعبين العراقي والتركي". وجرى، خلال اللقاء، بحسب بيان للمكتب الإعلامي لرئيس مجلس النواب، بحث العلاقات الثنائية بين البلدين وسبل تعزيزها، بما يسهم في تطوير آليات التعاون في مختلف المجالات. وذكر البيان، أن "رئيس مجلس النواب أشار إلى أهمية التزام البلدين بالاتفاقيات المشتركة كافة، كما تم بحث التطورات الإقليمية والدولية

### بغداد صوت القلم

أكد رئيس مجلس النواب محمود المشهداني لوزير الخارجية التركي هاكان فيدان، رفض العراق أي تدخلات تمس اراضيه، وضرورة احترام سيادته وأمنه القومي واستقلاله، فيما أشار إلى ضرورة تنفيذ مذكرات التفاهم الموقعة بين البلدين للمصالح المتبادلة للشعبين العراقي والتركي. وقال المشهداني، خلال لقائه وزير الخارجية التركي هاكان فيدان: إن "العراق يتطلع إلى إقامة علاقات متطورة مع

## محافظ بغداد يعلن إنشاء وتسليم 300 مدرسة في العاصمة



### بغداد صوت القلم

التربية إلى الان 300 مدرسة في بغداد، ولدينا مدارس على برامجنا وخططنا المستقبلية والان هي قيد الإنشاء، إذ إن هناك عددا كبيرا من المدارس، مردفاً أن "صندوق إعمار المناطق المتضررة أو المحررة من الإرهاب اضطلع أيضاً بعدد كبير من المدارس ضمن الرقعة الجغرافية المسؤول عنها". ولفت إلى أن "كل هذا الجهد هو إدراك ومعرفة وعوي لأهمية التعليم الذي يبدأ أساساً من توفير بيئة تعليمية صحيحة من المدرسة ومتطلباتها واحتياجاتها والمستلزمات، ومن ثم بالملاكات التدريسية والتعليمية، فضلاً عن المناهج وأساليب التدريس والتعليم وإدارة هذه المؤسسات"، منوهاً بأن "جميع هذه العوامل منظورة من قبل المعنيين في الدولة العراقية".

أكد محافظ بغداد، عبد المطلب العلوي، أهمية إنشاء وتأهيل المدارس لتوفير بيئة تعليمية صحيحة، فيما أشار إلى إنشاء وتسليم 300 مدرسة في بغداد إلى الان. وقال العلوي، للوكالة الرسمية: إن مشروع بناء المدارس وإنشائها وتأهيلها تتقاسمه جهات متعددة في الدولة العراقية لأهميته، إذ إن الأمانة العامة لمجلس الوزراء مطلعة على موضوع المدارس الصيفية حيث تم افتتاح عدد كبير منها، مشيراً إلى "مشروع وزارة التربية رقم واحد المعني بتأهيل المدارس". وأضاف أن "المحافظة أيضاً معنية بالمدارس وقد أنشأت وسلمت إلى وزارة

## العراق وتركيا يبحثان مضاعفة استيراد الطاقة إلى 600 ميغاواط



### بغداد صوت القلم

بحث وزير الكهرباء زياد علي فاضل ووفد تركي برئاسة وكيل وزارة الخارجية بريس اكينجي، مضاعفة استيراد الطاقة إلى 600 ميغاواط. وقالت وزارة الكهرباء في بيان: إنه "في خطوة مهمة نحو تعزيز التعاون الثنائي في مجال الطاقة، عقد وزير الكهرباء زياد علي فاضل، أمس الإثنين، اجتماعاً فنياً مئماً في مقر الوزارة، مع وفد تركي برئاسة وكيل وزارة الخارجية بريس اكينجي". وأضاف، أن "الطرفين ناقشا تسريع إجراءات مضاعفة كمية الطاقة المستوردة من تركيا إلى 600 ميغاواط، بدلاً من 300 ميغاواط حالياً، وتأهيل خط النقل (جزره - كسك) لاستيعاب الزيادة في كميات الطاقة الموردة".

وكشف الوزير عن، "اتفاق لتفعيل بنود مذكرة التفاهم الموقعة بين البلدين مؤخرًا تتضمن، إنشاء مشاريع إنتاج الطاقة استراتيجية مع إنشاء عدد من المحطات وخطوط النقل الجديدة". من جانبه، أكد الوفد التركي حسب البيان "حرص بلاده على تعزيز التعاون مع العراق في مجال الطاقة"، مجدداً، "التزام أنقرة بالعمل السريع لزيادة كميات الطاقة عبر خطوط الربط إلى 600 ميغاواط بعد استحصال موافقات الاتحاد الأوروبي". وختم البيان، "تركز وزارة الكهرباء، على زيادة حجم التعاون مع تركيا في مجال الطاقات المتجددة، والاستفادة من الخبرة التركية باعتبارها خامس دولة على مستوى أوروبا في هذا المجال، إضافة إلى تبادل الخبرات في مجال المقاييس والتحول الذكي".

## أكد ان مهمته ستنتهي بعد أسبوعين

## السفير البريطاني يعرب عن تفائله بمستقبل العراق

رئيس الوزراء لتنفيذ هذه المشاريع في الفترة المقبلة". وتابع هيتشن أن "التحدي الوجودي الأهم ليست داعش ولا المشاكل الإقليمية بل الوضع الديمغرافي والاقتصادي أمامكم، ونتوقع خلال 15 عاماً المقبلة انخفاضاً في سعر النفط وزيادة في عدد السكان، حيث في العام 2003 كان 23 مليون نسمة والآن 46 مليون نسمة وفي العام 2040 سيصل العدد إلى 70 مليون نسمة وهذا تحد كبير".

وأوضح، أن "الحكومة العراقية متجاوبة مع افكارنا ولدينا مجموعة الاتصال للاقتصاد العراقي والتي تضم مجموعة G 7 والبنك الدولي، موضحاً "حدثنا مع مستشاري الحكومة بهدف توحيد الأفكار الاقتصادية". وزاد أن "زيارة رئيس الوزراء محمد شياع السوداني إلى لندن مؤخراً كانت بعنوان تجديد العلاقة التجارية وإعلان مشاريع قيمتها 12 مليار جنيه استرليني، ولدينا تنسيق وتعاون مع مكتب

التوجه نحو المستقبل واضح ولا يمكن تجاهل وجود تحديات او انكارها وانتم تعلمون حجم التحديات امامكم". وتابع "لمدة 30 عاماً كان الوزراء البريطانيون ينظرون للعراق أنه بلد أزمت ومنطقة خطرة وتحدي أمني، الآن ولأول مرة غيرنا افكارنا ونرى العراق بلد الفرص والاستثمارات"، مبيناً "وجود سفارتنا في العراق ليس بسبب الماضي بل بسبب المستقبل وهذه نقطة تحول في افكارنا".



ماذا نستطيع أن تقدم من استنتاجات وشارك معكم عدة افكار بعد تجربة جميلة معكم في العراق، أنا متفائل لمستقبل بلادكم ومصدر التفاؤل هو ابداع وشجاعة وكرامة وقوة تحمل الشعب العراقي". وأضاف، أنه "رغم التحديات والمشاكل تستطيع ان ترى ان التوجه نحو المستقبل أكثر إيجابية في العام الحالي 2025، وهذا افضل من الوضع في 2020 التي كانت أفضل من 2015 التي كانت أفضل من 2007، وإن

### بغداد صوت القلم

أكد سفير المملكة المتحدة لدى العراق ستيفن تشارلز هيتشن، أن العراق بلد الفرص والاستثمارات، فيما أعرب عن تفائله بمستقبل العراق، لإبداع وشجاعة وكرامة وقوة تحمل الشعب العراقي. وقال هيتشن، في كلمة له خلال المؤتمر الاقتصادي لمجلس الأعمال العراقي البريطاني: إنه "ستنتهي مهمتي بعد أسبوعين، ومن الطبيعي أن نبداً التفكير في

## نظرا لاعتبارات تتعلق بجداول قادة الدول المشاركة

## تأجيل محتمل للقمة العربية الطارئة في مصر لأسباب لوجستية بحثة

القاهرة / متابعة صوت القلم:

توفير فرص عمل دون الحاجة إلى تهجير السكان خارج القطاع.

وشدد زكي على أن الهدف الأساسي من عقد القمة هو دعم الشعب الفلسطيني وتعزيز صموده، مع إصدار وثيقة رسمية تعكس هذا الموقف.

وأكد زكي أن الموقف العربي تجاه خطة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب بشأن غزة سيبتلور بشكل كامل عند بدء الحوار الرسمي مع الجانب الأمريكي، مشدداً على أن الأساس هو احترام إرادة الشعب الفلسطيني وحقه في تقرير مصيره. وأوضح أن التساؤل الرئيسي هو ما إذا كانت الخطة الأمريكية تهدف إلى إخلاء غزة من سكانها وتهجير الفلسطينيين أم أنها وسيلة لإعادة التفاوض حول مستقبل الحكم في القطاع.

وأكد أن الفلسطينيين يرفضون الخيارات التي يطرحها الاحتلال الإسرائيلي، سواء فرض سيطرته على غزة أو تعيين جهة تحكمها أو إخلاء القطاع من سكانه، مشدداً على أن الحل المقبول هو أن يحكم الفلسطينيون أنفسهم حتى يتم التوصل إلى تسوية شاملة. وأشار زكي إلى أن الموقف العربي يرتكز على دعم ما يقبله الفلسطينيون أنفسهم، مع سعي الدول العربية لتسهيل حياة الفلسطينيين عبر المزيد من التواصل والمرونة الداخلية.

أعلن الأمين العام المساعد لجامعة الدول العربية، السفير حسام زكي، أن موعد القمة العربية الطارئة المقرر انعقادها في مصر يوم 27 فبراير الجاري قد يتغير إلى تاريخ آخر، نظراً لاعتبارات تتعلق بجداول قادة الدول المشاركة.

وأكد زكي، في تصريحات تليفزيونية أن حرص مصر على حضور أكبر عدد من القادة لضمان نجاح القمة هو الدافع الرئيسي لأي تأجيل محتمل، مشدداً على أن الأسباب ستكون لوجستية بحثة.

وأوضح زكي أن القمة تهدف إلى صياغة موقف عربي موحد وقوي بشأن القضية الفلسطينية، خاصة في ظل رفض مخطط التهجير الذي طرحه من الجانب الإسرائيلي وتبنته الإدارة الأمريكية لاحقاً.

وأشار إلى أن الطرح المصري سيكون محور النقاشات خلال القمة، ويتضمن مقترحات لإعادة إعمار غزة من خلال الشعب الفلسطيني نفسه، بما يضمن



الآن هو استعادة الثقة في الحكم الفلسطيني وتعزيز قدراته تدريجياً، مشدداً على ضرورة تقديم دعم سياسي وأمني من الأقطار العربية والدولية لمساعدة السلطة الفلسطينية على القيام بدورها.

القمة الخامسة في الرياض وحول القمة العربية الخامسة المقرر عقدها في الرياض قبل القمة الطارئة، أوضح زكي أن الدول الخمس (مصر، الأردن، السعودية، الإمارات، وقطر) تواصل تنسيقها خلال اجتماعات دورية على مستوى وزراء الخارجية والأجهزة المعنية. وأشار إلى أن الجامعة العربية لم تُدعَ للمشاركة في الاجتماعات الخامسة السابقة، لكنها تُبلغ عادةً بأي تطورات هامة. وأضاف أن دعوة فلسطين لحضور القمة الخامسة أمر وارد، وأن القمة قد تشهد اتفاقاً على إطار عام للموقف العربي يُطرح لاحقاً على جامعة الدول العربية.

واعتبر زكي أن تصريحات حركة حماس الأخيرة حول استعدادها للتخلي عن حكم غزة قد تفتح الباب أمام مرحلة أكثر استقراراً، وتساعد في تمرير المقترحات العربية، بما يضمن ألا تكون الأفكار الأمريكية هي الخيار

المتبعة في تفتيش الطائرات كافة وتكليف جهاز أمن المطار بمتابعة الالتزام بالتوجيهات اللازمة، وإعطاء توجيهات للأجهزة الأمنية والعسكرية بعدم التهاون أو السماح بإقفال طريق المطار. وأشار تعليق السلطات اللبنانية رحلتين مع إيران كانتا مقررتين الخميس والجمعة، تظاهرات غاضبة لمناصري حزب الله على طريق المطار، تخللها هجوم على موكب لقوة الأمم المتحدة المؤقتة في

الجمهورية نجاهة شرف الدين للصحافيين عن تكليف وزير الأشغال العامة والنقل بتمديد مهلة تعليق الرحلات من وإلى إيران، بعدما كانت سلطات مطار بيروت قد علقتها حتى 18 شباط/فبراير. وأعلنت الناطقة باسم الرئاسة اللبنانية أنه تم كذلك تكليف وزير الخارجية بـ"تأمين عودة المسافرين اللبنانيين الذين ما زالوا في إيران". وأضافت أنه جرى كذلك خلال الاجتماع "التأكيد على التدابير والإجراءات

## الرئاسة اللبنانية تعلن تمديد تعليق الرحلات الجوية من إيران

بيروت / متابعة صوت القلم:

أعلنت السلطات اللبنانية، تمديد تعليق الرحلات من إيران وإليها، من دون تحديد مهلة لاستئنافها، وذلك بعد أيام من رفضها منح أدونات الهبوط لرحلتين تابعتين لخطوط ماهان الإيرانية، على خلفية تهديدات إسرائيلية بقصف مطار بيروت. وإثر اجتماع عقده رئيس الجمهورية جوزيف عون مع الوزراء المعنيين ورئيس جهاز أمن المطار، أفادت الناطقة باسم رئاسة

لبنان (يونيفيل)، كما طالب الحزب الدولة اللبنانية "بالتراجع عن قرارها".

واعتبر أمينه العام نعيم قاسم، الأحد، أن منع السلطات اللبنانية للطائرة الإيرانية من الهبوط في مطار بيروت الخميس "تنفيذ لأمر إسرائيلي". وقال قاسم إن قرار الحكومة جاء بعد "اتصال برئاسة الحكومة لإعلام هذه الرئاسة أن إسرائيل ستضرب مدرج مطار بيروت إذا نزلت الطائرة الإيرانية في مطار رفيق الحريري الدولي".

المتابعة في تفتيش الطائرات كافة وتكليف جهاز أمن المطار بمتابعة الالتزام بالتوجيهات اللازمة، وإعطاء توجيهات للأجهزة الأمنية والعسكرية بعدم التهاون أو السماح بإقفال طريق المطار. وأشار تعليق السلطات اللبنانية رحلتين مع إيران كانتا مقررتين الخميس والجمعة، تظاهرات غاضبة لمناصري حزب الله على طريق المطار، تخللها هجوم على موكب لقوة الأمم المتحدة المؤقتة في

الجمهورية نجاهة شرف الدين للصحافيين عن تكليف وزير الأشغال العامة والنقل بتمديد مهلة تعليق الرحلات من وإلى إيران، بعدما كانت سلطات مطار بيروت قد علقتها حتى 18 شباط/فبراير. وأعلنت الناطقة باسم الرئاسة اللبنانية أنه تم كذلك تكليف وزير الخارجية بـ"تأمين عودة المسافرين اللبنانيين الذين ما زالوا في إيران". وأضافت أنه جرى كذلك خلال الاجتماع "التأكيد على التدابير والإجراءات

المتابعة في تفتيش الطائرات كافة وتكليف جهاز أمن المطار بمتابعة الالتزام بالتوجيهات اللازمة، وإعطاء توجيهات للأجهزة الأمنية والعسكرية بعدم التهاون أو السماح بإقفال طريق المطار. وأشار تعليق السلطات اللبنانية رحلتين مع إيران كانتا مقررتين الخميس والجمعة، تظاهرات غاضبة لمناصري حزب الله على طريق المطار، تخللها هجوم على موكب لقوة الأمم المتحدة المؤقتة في

## في إجراء هو الأكبر من نوعه بتاريخ البلاد

## الكويت تسحب الجنسية من ٩٤٦٤ شخصا دفعة واحدة

التبعية: وهذا ليس القرار الأول الذي تتخذه الكويت في إطار مراجعة قرارات الحاصلين على الجنسية بالبلاد.

وسبق أن أصدرت الكويت في 9 فبراير/ شباط الجاري قرارا مشابها يقضي بسحب الجنسية من 4135 امرأة، بعد موافقة مجلس الوزراء، فيما يشمل القرار من يكون قد اكتسبها أيضا معهن بطريق التبعية.

وفي سبتمبر/أيلول 2024، بدأت السلطات الكويتية حملة تستهدف "حالات الجنسية المزورة والمزدوجة"، بما في ذلك تلك الممتدة حتى العقود الماضية.



معهن بطريق التبعية، ونص قراران لمجلس الوزراء على سحب شهادة الجنسية من 4 أشخاص وأمرأة وممن يكون قد اكتسبها معهم بطريق

الكويت / متابعة صوت القلم:

في خطوة غير مسبوقة، شهدت الكويت أكبر عملية لسحب وإسقاط الجنسية في تاريخها، بعدما صدرت مراسيم وقرارات رسمية تقضي بفقدان 9464 شخصاً جنسيتهم الكويتية، وفق ما نشر في الجريدة الرسمية "الكويت اليوم".

ونص المرسوم الأول على سحب الجنسية الكويتية من 5694 امرأة، وممن يكون قد اكتسبها معهن بطريق التبعية، فيما نص المرسوم الثاني على إسقاط الجنسية الكويتية عن 38 شخصاً، ونص الثالث على سحب الجنسية الكويتية من 3 أشخاص وممن يكون

## ظهرت في حساب لها عبر ((إكس))

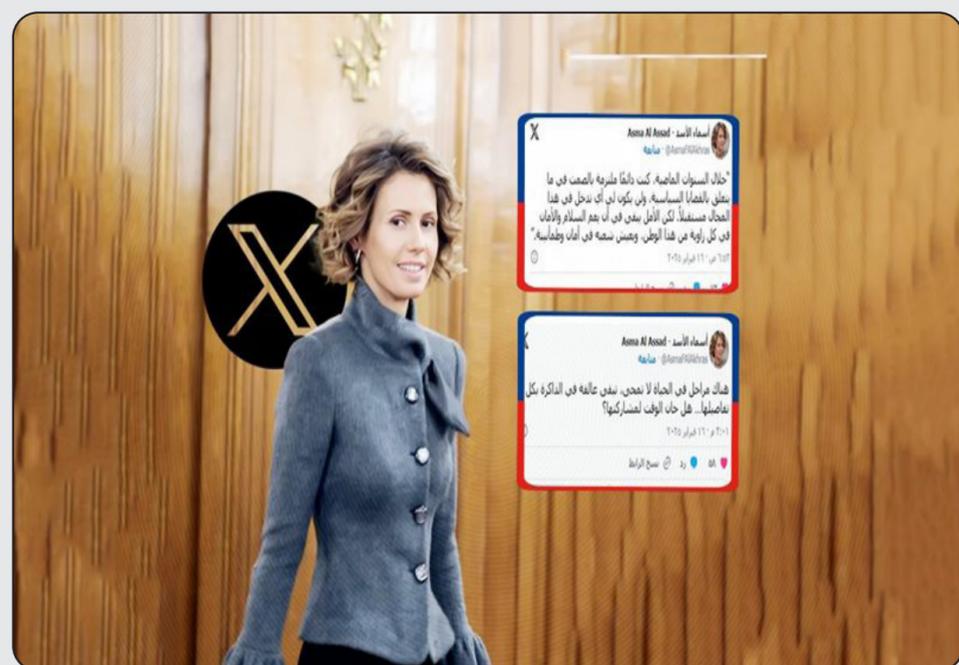
## أسماء الأسد تخرج عن صمتها لأول مرة منذ سقوط نظام زوجها

والأمان في كل زاوية من هذا الوطن، ويعيش شعبه في أمان وطمأنينة. كل يوم جديد يحمل معه فرصة لبداية أجمل. لا شيء يبقى على حاله، والأمل هو سر الاستمرار.

وأكدت أسماء الأسد أن "الوطن ليس مجرد مكان، بل هو شعور يسكن في القلب مهما ابتعدنا. سوريا ستظل دائما الحكاية الأجملة... الحياة تأخذنا في طرق لم نخطط لها، تعلمنا، تغرينا، تفتح لنا أبوابا لم نتخيلها يوماً. كل مرحلة تحمل درسها، وكل تغيير له معنى".

وتابعت: "لكل شخص مساره الخاص، وبعض المسارات لم تكن يوماً خياراً. كما كنت دائماً، أشرك هنا أفكاراً بعيداً عن أي عناوين أخرى. هناك مراحل في الحياة لا تمحى، تبقى عالقة في الذاكرة بكل تفاصيلها... هل حان الوقت لمشاركتها؟".

ومسكو / متابعة صوت القلم: خرجت زوجة الرئيس السوري السابق أسماء الأسد مرة منذ سقوط نظام زوجها في 8 ديسمبر 2024، عن صمتها وظهرت في حساب لها عبر "إكس" لتقول إنها كانت خلال السنوات الماضية ملتزمة بالقسا السياسية، وأنه لن يتدخل مستقبلاً. وأكدت أن "الوطن ليس مجرد مكان، بل هو شعور يسكن في القلب مهما ابتعدنا. سوريا ستظل دائما الحكاية الأجملة... الحياة تأخذنا في طرق لم نخطط لها، تعلمنا، تغرينا، تفتح لنا أبوابا لم نتخيلها يوماً. كل مرحلة تحمل درسها، وكل تغيير له معنى".



مسكو / متابعة صوت القلم:

كانت خلال السنوات الماضية ملتزمة دائماً بالصمت فيما يتعلق بالقضايا السياسية، وأنه لن يكون لها أي تدخل مستقبلاً.

وأوضحت: "بعد فترة من الصمت، حان الوقت للانطلاق من جديد، الأمل والتغيير لا يتوقفان، فلنبداً معاً".

وأكدت أن "الوطن ليس مجرد مكان، بل هو شعور يسكن في القلب مهما ابتعدنا. سوريا ستظل دائماً الحكاية الأجملة".

وأضافت: "الوطن هو القوة التي لا تنكسر، وأبناؤه هم الأمل الذي لا ينطفئ. مهما كانت التحديات، تبقى عزيمتهم أقوى من كل الصعاب. معاً نواجه المستقبل بكل إصرار وأمل". وأردفت: "الحياة تأخذنا في

طرق لم نخطط لها، تعلمنا، تغرينا، تفتح لنا أبواباً لم نتخيلها يوماً. كل مرحلة تحمل درسها، وكل تغيير له معنى". وتابعت: "لكل شخص مساره الخاص، وبعض المسارات لم تكن يوماً خياراً. كما كنت دائماً، أشرك هنا أفكاراً بعيداً عن أي عناوين أخرى. هناك مراحل في الحياة لا تمحى، تبقى عالقة في الذاكرة بكل تفاصيلها... هل حان الوقت لمشاركتها؟".

التي لا تنكسر، وأبناؤه هم الأمل الذي لا ينطفئ. مهما كانت التحديات، تبقى عزيمتهم أقوى من كل الصعاب. معاً نواجه المستقبل بكل إصرار وأمل". وأردفت: "الحياة تأخذنا في

## كشف عن مشاريع لإنتاج الغاز والطاقة الشمسية والبنزين

## العراق: صادرات النفط من إقليم كردستان ستستأنف في غضون أسبوع

لمجلس الأعمال العراقي البريطاني الذي عقد في فندق الرشيد ببغداد: إن "حصّة العراق في أوبك هي 4 ملايين برميل في اليوم الواحد، كما أن احتياطي غاز العراق يبلغ 130 تريليون قدم مكعب".

وأضاف الوزير، أن "وزارة النفط تعمل بشكل متقدم مع توتال انبرجي لاستخدام الطاقة الشمسية، في حين أن جولة التراخيص تستثمر في 5 حقول نفطية في العراق". وتابع الوزير، أن "هناك مشروعا كبيرا وواعدا يتمثل بمشروع غاز البصرة مع شركة شيل وغيرها من الشركات"، مشيرا إلى أنه "في منتصف هذا العام سيتم تدشين المرحلة الثانية بإنتاج 200 مليون متر مكعب من الغاز".

ولفت الوزير إلى أن "النفط تبنت مشروع إنشاء منصة ثابتة في ميناء الفاو لاستيراد الغاز، وهذا المشروع سيؤمن الكميات الكافية من الغاز لتشغيل المحطات"، مؤكدا على "الاستعداد لإنشاء منصة عائمة أخرى في خور الزبير أيضا لاستيراد الغاز، وتم دعوة الشركات التي أكدت أنها مستعدة لنصب المنصة خلال شهر".

وبشأن السعرات الكهربائية، أكد الوزير على "إضافة 380 ألف برميل يوميا بعد تشغيل مصفى كربلاء". وأشار الوزير إلى أن "الوزارة لديها مشروع واعد في البصرة وهو مشروع fcc ممول من قبل القرض الياباني لإنتاج 4300 متر مكعب من منتج البنزين".



وكان إقليم كردستان يصدر يوميا 450 ألف برميل من النفط عبر ميناء جيهان التركي، لكن من دون موافقة الحكومة الاتحادية في بغداد. وبلغت قيمة الخسائر الناجمة عن توقف صادرات الإقليم من النفط 20 مليار دولار، بحسب تقديرات نشرتها في سبتمبر "جمعية

الصناعة النفطية بإقليم كردستان" (أبيكور). وفي سياق آخر كشف وزير النفط حيان عبد الغني، عن مشاريع جديدة لإنتاج الغاز والطاقة الشمسية ومنتجات البنزين وجولة تراخيص في 5 حقول نفطية. وقال وزير النفط خلال المؤتمر الاقتصادي

## بغداد / متابعة صوت القلم:

أكد وزير النفط حيان عبد الغني إن صادرات النفط من إقليم كردستان العراق شبه المستقل ستستأنف في غضون الأسبوع المقبل، مما يحل نزاعا مستمرا منذ قرابة العامين بشأن صادرات النفط الكردية، وسط تحسن العلاقات بين بغداد وأربيل، فيما كشف، عن مشاريع جديدة لإنتاج الغاز والطاقة الشمسية ومنتجات البنزين وجولة تراخيص في 5 حقول نفطية. وقال عبد الغني للصحفيين "اليوم الاثنين، سيزور وفد من وزارة النفط إقليم كردستان للتفاوض حول آلية استلام النفط من الإقليم وتصديره. ستستأنف عملية التصدير في غضون أسبوع"، وفق "رويترز". وأضاف أن بغداد ستحصل على 300 ألف برميل يوميا من الإقليم.

وفي وقت سابق من هذا الشهر، وافق البرلمان العراقي على تعديل للميزانية لدعم تكاليف إنتاج شركات النفط العالمية العاملة في كردستان، وهي خطوة تهدف إلى رفع الحظر عن صادرات نفط الشمال. وأوقفت تركيا تدفقات النفط في مارس / آذار 2023 بعد أن أمرت غرفة التجارة الدولية أنقرة بدفع تعويضات لبغداد قدرها 1.5 مليار دولار عن صادرات نفطية بلا تصاريح لحكومة إقليم كردستان عبر خطوط أنابيب بين عامي 2014 و2018.

## الرافدين يعلن إطلاق السندات الوطنية (الإصدارية الأولى) بمبلغ تريليوني دينار

بغداد / نينا: أعلن مصرف الرافدين عن إطلاق السندات الوطنية (الإصدارية الأولى) بمبلغ تريليوني دينار. وذكر المصرف في بيان: إنه تماشيا مع توجيهات وزارة المالية والبنك المركزي العراقي، يعلن مصرف الرافدين عن إطلاق السندات الوطنية (الإصدارية الأولى) بمبلغ تريليوني دينار للفترة من 10 شباط ولغاية 10 آذار 2025 وتتوزع السندات على فئتين: - سند فئة 500,000 دينار (خمسمائة الف دينار) بفائدة سنوية 6% تدفع كل ستة اشهر لاجل سنتين - سند فئة 1,000,000 دينار (مليون دينار) بفائدة سنوية 7.5% تدفع كل ستة اشهر لاجل اربعة سنوات

## أسعار الذهب «الاجنبي والعراقي» ترتفع في بغداد وأربيل



## بغداد / متابعة صوت القلم:

ارتفعت أسعار الذهب «الاجنبي والعراقي» في الأسواق المحلية بالعاصمة بغداد، وفي أربيل عاصمة إقليم كردستان. وسجلت أسعار الذهب، في أسواق الجملة بشوارع النهر في العاصمة بغداد امس الاثنين، سعر بيع للمنتقال الواحد عيار 21 من الذهب الخليجي والتركي والأوربي 610 الف دينار، وسعر الشراء 606 الف دينار. وسجل سعر بيع المنتقال الواحد عيار 21 من الذهب العراقي عند 580 الف دينار، وبلغ سعر الشراء 576 الف دينار. وفيما يخص أسعار الذهب في مجال الصاغة، فإن سعر بيع منتقال الذهب الخليجي عيار 21 يتراوح بين 610 الف دينار الف دينار، ومنتقال الذهب العراقي بين 500 الف و510 الف دينار. اما اسعار الذهب في أربيل فقد سجل ارتفاعا أيضا حيث سجل الذهب عيار 24 بيع 700 الف دينار، وعيار 22 بيع 642 ألف دينار، وعيار 21 بيع 613 ألف دينار وعيار 18 بيع 525 ألف دينار.

## الليرة السورية تتراجع بشكل حاد امام الدولار في السوق الموازية

المبلغ المقدر وصوله 60 تريليون ليرة من فئة 5000 ليرة. لكن وسائل إعلام سورية نفت صحة المبلغ التريلوني، وذكرت أن المبلغ الذي تم نقله من روسيا هو 300 مليار ليرة سورية فقط، وأن الشحنة تعود إلى عقد وقع بين روسيا وسوريا قبل سقوط نظام بشار الأسد.

كذلك أشارت إلى أن العقد ينص على تسليم دفعة أخرى في وقت لاحق قد تكون بمبلغ أكبر من المرسل حاليا.

وأوضح المكتب الإعلامي أن "الأرقام المتداولة حول حجم كميات هذه الأموال غير دقيقة على الإطلاق"، داعيا إلى "الاعتماد على المعلومات الرسمية الصادرة عن الجهات المعنية في المصرف المركزي، وتجنب الإشاعات وراء الشائعات والمعلومات غير الموثوقة". وفي وقت سابق، تداولت مواقع التواصل الاجتماعي وثيقة تحدثت عن شحنة أموال مطبوعة قادمة من روسيا إلى مطار دمشق، وأن

حين وصل عيار 21 إلى 915 ألف ليرة سورية، مقتربا مجددا من حاجز المليون ليرة. وتزامن هذا التراجع في قيمة الليرة السورية بعد إعلان المكتب الإعلامي في مصرف سوريا المركزي، في تصريح لوكالة الأنباء السورية "سانا" قبل يومين، عن وصول مبالغ مالية من فئة الليرة السورية إلى سوريا قادمة من روسيا عبر مطار دمشق الدولي.

بعدم كان عند مستويات 15 ألف ليرة قبيل سقوط النظام في كانون الاول 2024. وثبت مصرف سوريا المركزي سعر صرف الليرة مقابل الدولار عند 13 ألفا و200 ليرة عند الشراء و13 و332 ليرة عند البيع وفق نشرة مصرف سوريا المركزي. وبالتوازي مع ذلك، شهدت أسعار الذهب في سوريا ارتفاعا ملحوظا، حيث سجل سعر غرام الذهب عيار 18 نحو 785 ألف ليرة سورية، في

## دمشق / متابعة صوت القلم:

سجل سعر صرف الليرة السورية مقابل الدولار، تراجعاً حاداً في السوق الموازية في مختلف المدن السورية، في حين استقر في التعاملات الرسمية وفق نشرة مصرف سوريا المركزي. وبحسب بيانات موقع "الليرة اليوم"، بلغ سعر صرف الدولار في سوق دمشق وحلب (10600 ليرة للشراء - 10800 ليرة للبيع)، وذلك

## الزراعة تشكل غرفة عمليات لمواجهة وباء الحمى القلاعية

حالات الطمر الصحية". وأكدت الهيئة "أهمية انجاز حملة التقييم المناعي للمختبرات المركزية للتحقق حول نسبة الإصابة والنوع المصلي للفايروس في حال الإصابة على ان تكون العينات المأخوذة للتقييم من الحيوانات المشكوك بأصابتها من الأفات الظاهرة". ودعت الهيئة "كافة المربين بمساعدة الفرق البيطرية المنفذة لحملة التحري والرصد للحفاظ على سلامة حيواناتهم وبالتالي حفاظا على الثروة الحيوانية كمصدر مهم من مصادر الإنتاج الغذائي والدخل القومي".

واعلنت دائرة البيطرة، أنه جرى "توجيه كافة المستشفيات والمستوصفات البيطرية في بغداد والمحافظات كافة بالاستنفار التام للتحري عن الإصابة بمرض الحمى القلاعية في بغداد والمحافظات". وأضافت انه "تم اصدار مجموعة توصيات حول عمليات التحري من خلال تكتيف دور الرصد والتحري الوبائي عن الإصابة بالمرض واتباع كافة الإجراءات الصحية البيطرية في حالات النفوق والتشديد على منع حركة الحيوانات من مناطق بؤر الإصابة ومن المحافظة إلى محافظة اخرى واتباع

مدير عامها، إذ تم توجيه المستشفيات البيطرية الإستمرار بعمليات الرصد والتحري عن إصابات مرض الحمى القلاعية، والإبلاغ عن الحالات المشتبه بها أو الإصابة"، كما منع حركة الحيوانات من وإلى البؤر المصابة ودة ١٤ يوما.

وتابع، ان "المستشفيات جهزت بمعقمات الفايروسات لرش الحضائر والمضادات الحيوية وغيرها، والتأكد على سحب العينات المرضية ومطابقة نتائج الفحوصات المختبرية مع المختبرات المرجعية في بريطانيا".

## بغداد / نينا:

شكلت وزارة الزراعة، غرفة عمليات، لمكافحة الحالات المرضية التي أصيبت بها حيوانات الجاموس في مناطق الفضييلة وجرف النداف والنهروان وحي الوحدة في محافظة بغداد. وقال بيان، للوزارة، انه "جرى تكتيف عمليات الرصد والتحري، والقيام بالإجراءات الإحترازية لتقويض الحالات المرضية والكشف عن مسبباتها، وقيام الكوادر البيطرية المختصة بإجراءات وقائية سريعة، وعقد إجتماعات فنية حال ظهور الحالات المرضية للجاموس". وذكر البيان، انه "تم عقد إجتماع فني

لم تسجل أسعار النفط تغيرا يذكر امس الاثنين، مع ترقب المتعاملين للتطورات بشأن اتفاق سلام محتمل بين روسيا وأوكرانيا قد يسهم في تخفيف العقوبات التي تعطل تدفقات الإمدادات العالمية. وارتفعت العقود الآجلة لخام برنت 5 سنتات أو 0.07% إلى 74.79 دولار للبرميل عند الساعة 10:03 بتوقيت غرينتش، في حين ارتفع خام غرب تكساس الوسيط الأمريكي 8 سنتات أو 0.11% إلى 70.82 دولار للبرميل. وتلقت أسعار النفط دعما من ضعف الدولار الأمريكي وانخفاض تدفقات النفط عبر تحالف خط أنابيب بحر قزوين، وفق وكالة "رويترز". وتداول مؤشر الدولار قرب أدنى مستوى في شهرين بسبب بيانات أسعار التجزئة الأمريكية التي جاءت أضعف من المتوقع لشهر يناير / كانون الثاني. وينقل تحالف خط الأنابيب النفط من حقل تنغيز



## مع اقتراب محادثات السلام بين روسيا وأوكرانيا أسعار النفط تستقر وخام برنت دون الـ 75 دولارا للبرميل

## بورصة صوت القلم



النفط  
نفط Brent 74.79\$  
النفط الخام WTI 70.82\$

الدولار  
150300

الذهب  
غرام الذهب عيار 21 82\$  
غرام الذهب عيار 24 93\$

للمرة الأولى منذ ديسمبر / كانون الأول 2023.

وارتفع عدد منصات النفط والغاز، وهو مؤشر مبكر للإنتاج المستقبلي، بمقدار منصتين ليصل إلى 588 منصة خلال الأسبوع المنتهي في 14 فبراير / شباط.

وقال رئيس شركة "إن.إس. تريدينج"، التابعة لـ"نيسان للأوراق المالية" هيرووكي كيكوكاوا: "الأسواق انخفضت بسبب احتمال وقف إطلاق النار بين روسيا وأوكرانيا، وما قد يترتب عليه من تخفيف العقوبات على موسكو". وأضاف: "المخاوف بشأن التباطؤ الاقتصادي الناجم عن الحروب التجارية، بسبب سياسات ترامب، تؤثر أيضا على الأسعار".

وتوقع كيكوكاوا أن يتم تداول خام غرب تكساس الوسيط في نطاق يتراوح بين 66 و76 دولارا للبرميل لفترة من الوقت، مشيرا إلى أن المزيد من الانخفاض في أسعار النفط قد يؤدي إلى الحد من إنتاج النفط الأمريكي.



وتواصل السوق مراقبة تقدم محادثات السلام، بعد أن أعلن الرئيس الأمريكي دونالد ترامب ومسؤولو إدارته أنهم بدأوا مناقشات مع روسيا لإنهاء الحرب في أوكرانيا. وقال ترامب الأحد إنه يعتقد أنه قد يلتقي "قريبا جدا" مع الرئيس الروسي فلاديمير بوتين لمناقشة إنهاء الحرب في أوكرانيا. وتأتي تعليقاته في وقت تستعد فيه الولايات المتحدة وروسيا لإجراء محادثات أولية في السعودية في الأيام المقبلة. كما يضغط خطر اندلاع

## بغداد / متابعة صوت القلم:

في قازاخستان إلى ميناء نوفوروسيسك الروسي، في حين استهدفت أوكرانيا مرارا البنية التحتية للطاقة الروسية بهجمات طائرات مسيرة، منها في منطقة كراسنودار في الجنوب.

وقال جيوفاني ستاونوفو المحلل في يو.بي.إس "على الرغم من التأثرات المحدودة حتى الآن لهجمات الطائرات المسيرة على صادرات النفط الخام الروسية، فإن التكرار المتزايد لتلك الهجمات يثير القلق من أنه في مرحلة ما قد يؤدي إلى بعض المخاطر على العرض".

## ليفربول يواصل تحليقه وصلاحيته مستمر بالتهديف



### بغداد / متابعة صوت القلم

واصل ليفربول تحليقه في صدارة الدوري الإنجليزي الممتاز، وذلك بعدما عزز ريادته بنقاط الفوز على ضيفه وولفرهامبتون 1-2 ضمن المرحلة 25 من المسابقة. ودون على الهدف الأول للريدز الدولي الكولومبي لويس دياز 15، ثم أضاف النجم المصري محمد صلاح الهدف الثاني من ركلة جزاء 37. فيما وقع على هدف الضيوف البرازيلي ماثيوس كونييا 66. وصار رصيد الريدز 60 نقطة بفارق 7 نقاط عن أرسنال الثاني، أما الذئاب فتتوقف رصيدهم عند النقطة 19 في المركز السابع عشر وبفارق نقطتين عن مراكز الهبوط. وبحسب أوبتا، سجل صلاح 101 هدف في الدوري الإنجليزي الممتاز على ملعب أنفيلد (متساوياً مع واين روني في أولد ترافورد)، - فقط تيري هنري (114) في هايبري) وسيرجيو أغويرو (106) في ملعب الاتحاد) لديهما أهداف أكثر في مكان واحد في تاريخ المسابقة. محمد صلاح سجل 23 هدفاً في 25 مباراة في الدوري الإنجليزي الممتاز هذا الموسم بعدما سجل 18 هدفاً في 32 مباراة خاضها في المسابقة الموسم الماضي كما شارك محمد صلاح بشكل مباشر في 37 هدفاً في 25 مباراة بالدوري مع ليفربول هذا الموسم (23 هدفاً و14 تمريرة حاسمة). الموسم السابق الوحيد الذي شارك فيه وسجل أهدافاً أكثر في الدوري الإنجليزي الممتاز كان موسمه الأول مع ليفربول، في 2018-2017 (42 - 32 هدفاً و10 تمريرات حاسمة).

## منتخب الموي تاي يحرز 14 وساماً في بطولة الإمارات الدولية

ومصطفى وسام وسجاد علي“، وبين رئيس الاتحاد، أن“ منتخب العراق حصد أربعة أوسمة فضية جاءت عن طريق علي حسين وصالح صفاة وعلي مصطفى والحسن ضياء، فيما حقق عبد الله شوقي الوسام النحاسي“. وأشار إلى أن “النتائج الإيجابية التي تحققت في منافسات بطولة الإمارات الدولية لها أثر كبير لدى أبناء اللعبة، مؤكداً أن اللاعبين الأبطال قدموا مستويات أكثر من رائعة، واستحقوا عن جدارة أوسمة التفوق، بالرغم من المنافسة الشديدة بين لاعبي الفرق الأخرى المشاركة في البطولة.“

### بغداد / متابعة صوت القلم

حقق منتخب العراق للمتقدمين للموي تاي، أربعة عشر وساماً ملوناً في ختام منافسات بطولة الإمارات الدولية. وذكر عضو المكتب التنفيذي للجنة الأولمبية، رئيس الاتحاد العراقي المركزي للموي تاي، مصطفى جبار علك في بيان أن“منتخبنا أحرز تسعة أوسمة ذهبية جاءت عن طريق اللاعبين، علي صدام وأكرم حسن ويوسف خالد ومصطفى أسامة وعبد الله أسامة وحسين علي ومهدي عباس

## مفتن: رئيس الوزراء وافق على صرف منحة مالية لاتحاد الكرة



من تشجيع العوائل العراقية لدفع أبنائهم إلى الرياضة بمختلف صنفاتها وأشكالها، مشدداً على “ضرورة تكاتف الجميع لدعم الرياضة ونهضتها“. وأضاف أنه “قبل يومين التقى رئيس الوزراء وطالبه بدعم اتحاد كرة القدم بمنحة سريعة لأنه يمر بأزمة مالية كبيرة“، لافتاً إلى أنه “متبني العراق“.

### بغداد / متابعة صوت القلم

كشف رئيس اللجنة الأولمبية العراقية عقيل مفتن، عن موافقة رئيس الوزراء محمد شياع السوداني صرف منحة مالية لاتحاد الكرة، داعياً وزارة المالية إلى الإسراع بإطلاقها. وقال مفتن للوكالة: إن “الرياضة مشروع دولة لثقافة مجتمع ونهضة جبل، فلا بد

## عماد محمد: استحقاقنا الفوز على السعودية ومباراة الأردن صعبة

لنا لضمان التأهل الرسمي إلى الدور ربع النهائي للبطولة“. وحققت منتخب الشباب الفوز على سجله اللاعب أموري فيص في الدقيقة 25 من ركلة حرة مباشرة، وأكمل منتخبنا الشبابي المباراة بعشرة لاعبين بعد طرد اللاعب علي مخلد في الدقيقة 77 نتيجة حصوله على الإنذار الثاني. وتتأهل المنتخبات الحاصلة على المراكز الأربعة الأولى في بطولة آسيا إلى نهائيات كأس العالم للشباب دون (20) عاماً والتي تستضيفها تشيلي عام 2025.



### بغداد / صوت القلم

أكد مدرب منتخب الشباب لكرة القدم عماد محمد أن المنتخب استحق الفوز على منتخب السعودية بهدف من دون رد ضمن مباريات الجولة الثانية للمجموعة الثانية لبطولة آسيا دون 20 عاماً، ليتصدر مجموعته برصيد 4 نقاط. وقال عماد محمد عقب نهاية المباراة في بيان لاتحاد الكرة “لقد كانت مباراة صعبة علينا، المنتخب السعودي منتخب قوي وصعب، ولديه

## استعداداً لبطولة الخليج.. منتخب «قدامى العراق» يغادر إلى الكويت الأربعاء

في الدور التمهيدي من كأس الخليج لقدامى اللاعبين، على ملعب جابر المبارك، مبيناً أن “منتخب العراق ونظيره اليمني سيقتحان مباريات البطولة يوم السبت المقبل، تليها مباراة السعودية والبحرين، ثم مواجهة الإمارات وقطر، وتختتم الجولة بقاء الكويت وعمان“. وتشهد نسخة الأولى من البطولة مشاركة 8 منتخبات خليجية، تم توزيعها على مجموعتين، حيث تضم المجموعة الأولى منتخبات الكويت، قطر، الإمارات، وعمان، بينما تتألف المجموعة الثانية من منتخبات العراق، السعودية، البحرين، واليمن. كما تقرر أن تلعب كل مباراة لمدة 40 دقيقة، بواقع 20 دقيقة لكل شوط، في إطار منافسات البطولة التي تعد الأولى من نوعها على مستوى قدامى اللاعبين في منطقة الخليج العربي.

استعداداً للمشاركة في البطولة المقررة انطلاقاً يوم السبت المقبل، الموافق 22 شباط / فبراير الجاري“. وأضاف أن “المنتخب سيكمل تدريباته في الكويت فور وصوله، تحت إشراف المدرب حكيم شاكر وكادره المساعد، وذلك حتى موعد خوضه أولى مبارياته في البطولة أمام منتخب اليمن“. وأشار إلى أن “الاتحاد الخليجي لكرة القدم قرر تنظيم 4 مباريات يومياً

### بغداد / متابعة صوت القلم

أعلن الاتحاد العراقي لكرة القدم، تحديد غدا الأربعاء موعداً لمغادرة وفد منتخب العراق لقدامى اللاعبين إلى الكويت استعداداً للمشاركة في بطولة الخليج العربي الأولى لقدامى اللاعبين. وقال عضو الاتحاد فراس بحر العلوم، لوكالة شفق نيوز، إن “المنتخب العراقي سيغادر إلى الكويت يوم الأربعاء،

## بلباو ينقاد للتعاقد وفوز كبير لريال بيتيس



الثامنة والعشرين عاد موركي ليضعاف النتيجة بإحرازه الهدف الثاني، ثم منح زميله داني رودريغز، الهدف الثالث لمايوركا في الدقيقة الخامسة والثلاثين، قبل أن يتمكن ستيفان بايتشي تيتش، من تقليص النتيجة للضيفين في الدقيقة الثانية والثلاثين، ليحقق ريال مايوركا فوزاً العائش رافعا رصيده إلى أربع وثلاثين نقطة.

قبل أن يعود خوانولو سانتشيث مدونا ثنائيته الشخصية ومسجلاً ثالث أهداف إشبيلية في الدقيقة السابعة والثلاثين، ليختتم بعدها دودي لوكيباكيو رباعية الضيوف قبل ست دقائق من نهاية الوقت الأصلي. وتغلب ريال مايوركا على ضيفه لاس بالماس 3-1 في صناديق موركي منح أصحاب الأرض التقدم مبكراً في الدقيقة السابعة، وعند الدقيقة

فادحاً من حارس مرمى الضيوف، أما هدف التعديل للنادي الباسكي فجاء في الدقيقة 77 عبر أويهان سانست، ليخرج كل فريق بنقطة.. وفاز إشبيلية على مستضيفه بلد الوليد 4-0. خوانولو سانتشيث افتتح التسجيل مبكراً عند الدقيقة 5، وقبل نهاية الشوط الأول أضاف ايساك روميرو الهدف الثاني للفريق الأندلسي،

### بغداد / متابعة صوت القلم

انقاد أتلتيك بلباو للتعاقد بهدف ملته مع مضيفه إشبيلية في الجولة الرابعة والعشرين من الدوري الإسباني، فيما حقق ريال بيتيس فوزاً عريضاً على ضيفه ريال سوسيداد 3-0. في مباراة بلباو سجل هدف أصحاب الأرض روبرتو فيرنانديز عند الدقيقة الثانية والستين بعد استغلاله خطأ

## غوارديولا: حظوظنا أمام ريال مدريد تبلغ 1٪



فرانكفورت الألماني. تابع مدرب برشلونة وباسن ميونخ الألماني السابق: لمباراة واحدة، السبت، لعبنا جيداً، إنما هذا لن يغير الرأي السائد والواقع. لكن بالطبع، من الجيد أن نساغر إلى مدريد بعد نتيجة مماثلة. في المقابل، تعادل ريال مدريد على أرض أوساسونا 1-1 في الدوري الإسباني وباتت صدارته مهددة بحال فوز غريمه برشلونة، ثالث الترتيب بفارق ثلاث نقاط عنه، على ضيفه رايبو فايكانو السادس.

قبل الماضي: سنحاول قدر الإمكان، هذا مؤكد. سنلعب كما اعتدنا، لكن الواقع أننا هذا الموسم على مسافة بعيدة من مستوياتنا. كنا ضعيفين جداً، جداً، في الأداء والنتائج هذا الموسم. يخوض سيتي المباراة بعد فوزه الكبير على نيوكاسل القوي في الدوري الإنجليزي نهاية الأسبوع، برباعية نظيفة، بينها ثلاثية (هاتريك) لهاجمه المصري عمر مرموش القادم بصفحة كبيرة من أنتراخت

### بغداد / متابعة صوت القلم

يعتقد بيب غوارديولا، مدرب مانشستر سيتي الإنجليزي، أن فريقه يملك حظوظاً بنسبة “1 في المئة“ للتأهل على حساب ريال مدريد الإسباني خلال مواجهتهما المرتقبة، الأربعاء، في إياب الملحق المؤهل إلى ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا في كرة القدم.

## الجدول الرياضي

### كأس آسيا تحت 20 سنة

الصين	14:30	أستراليا
قيرغيزستان	14:30	قطر

### دوري أبطال أوروبا

ميلان \ إيطاليا	20:45	فينورد روتردام \ هولندا
بنفيكا \ البرتغال	23:00	موناكو \ فرنسا
بايرن ميونخ \ ألمانيا	23:00	سيلتك \ إسكتلندا
أتلانتا \ إيطاليا	23:00	كلوب بروج \ بلجيكا

### دوري نجوم العراق

الكهرباء	17:00	الكرخ
نفط البصرة	19:30	النفط

### دوري أبطال آسيا للنخبة

الوصل \ الإمارات	19:00	الهلال \ السعودية
الريان \ قطر	19:00	استقلال طهران \ إيران

## نيمار يفك عقمه التهديفي أمام فريق «درجة رابعة»

تعاقد معه في أواخر يناير الماضي قبل أن يشد الرحال عائداً إلى بلاده. ويسعى نيمار لضخ الحياة في مسيرته من جديد بعدما تعرض للعديد من الإصابات في السنوات الأخيرة، كان آخرها بعد شهرين من انضمامه إلى صفوف الهلال من خلال إصابته في الرباط الصليبي للركبة اليسرى خلال إحدى مشاركاته مع منتخب بلاده أدت إلى ابتعاده عن الملاعب لسنة كاملة. ومنذ عودة نيمار إلى الملاعب في أكتوبر 2024، واجه مشكلات بدنية متجددة أتاحت له المشاركة لمدة أربعين دقيقة فقط في مباراتين.

ناد من الدرجة الرابعة في كرة القدم البرازيلية “أغوا سانتا“ ضمن فوز سانتوس 1-3. ورغم أنه لا يزال بعيداً عن أفضل مستوياته، فقد افتتح التسجيل في الدقيقة 14 بركلة خدعت حارس مرمى فريق أغوا سانتا. وسجل نيمار هدفه الـ139 في 234 مباراة خاضها بألوان سانتوس، الذي تركه في 2013 للانضمام إلى أوروبا وتحديداً برشلونة الإسباني. وهذا الهدف هو الأول له منذ 3 أكتوبر 2023 عندما كان لاعبا في صفوف الهلال السعودي الذي أنهى

### بغداد / متابعة صوت القلم

سجل النجم نيمار باكرة أهدافه منذ عودته إلى نادي سانتوس الذي بدأ مسيرته الاحترافية معه، ليفك عقمه التهديفي الذي تسبب له بالانتقادات في الآونة الأخيرة. لكن أفضل هدف في تاريخ المنتخب البرازيلي لم يجد طريقه إلى الشباك إلا من ركلة جزاء، وذلك بمواجهة



## سلوكيات

بعض العلامات تكشف  
تدخين المراهق أو تعاطيه  
المخدر

تشير بعض سلوكيات الطفل المراهق إلى خطأ ما أحياناً، لذلك ينبغي على الأوبين مراقبة سلوكيات الطفل بعناية وحساسة، خاصة أن الأبناء في هذا العمر يميلون إلى ممارسة نزعة استقلالية، ويكونون حساسين لرقابة الأهل، لكن نظراً لحدائق السن وقلة الخبرات قد يزلق الابن في تجارب تؤثر على صحته ومستقبله، لذا تظل مسؤولية الأوبين هامة وضرورية من ناحية المراقبة، ومواجهة الأبناء بما يتم اكتشافه أو ملاحظته.

تتعمد رقابة الآباء على ملاحظة السلوكيات، والتفتيش العشوائي في حقائب وجيوب الطفل. إليك بعض العلامات التي تشير إلى تدخين الطفل المراهق أو تعاطيه مخدرات:

- \* شراء الكثير من النعناع أو العلكة، وما شابه، لإخفاء رائحة التدخين.
- \* وجود علب ثقاب أو ولاعات، ويكشف ذلك عمليات الأبناء في هذا العمر يميلون إلى ممارسة نزعة استقلالية، ويكونون حساسين لرقابة الأهل، لكن نظراً لحدائق السن وقلة الخبرات قد يزلق الابن في تجارب تؤثر على صحته ومستقبله، لذا تظل مسؤولية الأوبين هامة وضرورية من ناحية المراقبة، ومواجهة الأبناء بما يتم اكتشافه أو ملاحظته.
- \* وجود ورق شفاف في جيب المراهق.
- \* إنفاق الكثير من المال.
- \* احمرار العيون بشير إلى تعاطي الكحول، كذلك صغر وضيق العيون مقارنة بالمعتاد.
- \* وجود قطرات للعيون، حيث يلبأ المراهقون إلى القطرة لإخفاء احمرار العين.
- \* فقدان الوزن غير المبرر.
- \* الرغبة الشديدة في أن يترك وحده.
- \* زيادة الشهية عن المعتاد، ويحدث ذلك نتيجة تعاطي الكحول أو المخدرات.

## علاقات مجتمعية..

## اهم النصائح للتعامل مع الزوج المبذر



مشاريع حسب رغبته وأي من المجالات يفضل سواء تجارية أو صناعية أو عقارية وتقوي له معين من الراتب ويكون زائد عن حاجتنا

يعتمد بعض الأزواج إلى إنفاق المال دون مبرر أو على غير الأساسيات، مما يترتب عليه نقص في ميزانية المنزل على حساب ما هو ضروري، فإذا كان زوجك مبذراً بهذه الطريقة إليك هذه النصائح للتعامل معه:

- \* أسلوب المناقشة بحيث تقومي بمناقشة الميزانية الشهرية معه ووضع بند للإنفاق الشهري المعتدل بحيث لا يؤثر هذا الإنفاق على المصاريف المستقبلية وعمل بنود لكل من المأكل والملبس ومصارييف الأولاد .
- \* حاولي أن تهتمي بشؤون زوجك وأن تتبادلا الحديث سويًا على أنه يقوم بالادخار من الراتب وان تنصحه بعدم التبذير ويكون الحوار فيه نوع من الود والتفاهم ليس بشكل من الشجار بحيث يتقبل منك هذا الكلام بصدر رحب.
- \* حاولي أن تناقشي معه فكرة الدخول في

## النظام الغذائي

## أطباء يحددون الوقت المثالي لتناول الطعام



والخفيفة) بين الساعة 7 صباحاً و 7 مساءً (أو 8 صباحاً و 8 مساءً وما إلى ذلك). ويمكنك فقط استهلاك الماء والمشروبات الخالية من السعرات الحرارية مثل القهوة السوداء والشاي خارج نافذة تناول الطعام الخاصة بك.

وهناك أدلة على أن الصيام المتقطع يمكن أن يؤدي إلى فقدان الوزن (على الأقل في الأمد القريب) بالإضافة إلى تحسين عوامل الخطر لمرض السكري من النوع 2 وأمراض القلب.

ويستند اقتراح الدكتور لونغو إلى دراسات علمية تشير إلى انخفاض العمر البيولوجي للفئران مع الصيام المتقطع.

ومع ذلك، فإن "معظم الناس في أمريكا، وأفترض في المملكة المتحدة، يأكلون لمدة 14 إلى 15 ساعة في اليوم، ليس كذلك؟ وهذا يعني أنهم يصومون لمدة 9 ساعات فقط أو نحو ذلك". وأضاف، "12 ساعة من الصيام و 12 ساعة من الأكل... يبدو جيداً جداً". وقال لونغو: "كما هو الحال مع جميع الأشياء، بدأ الناس في إساءة استخدامه وبدأوا في الصيام لمدة 16 ساعة يومياً أو 18 ساعة أو 20، لذلك كنت ضد ذلك وما زلت ضده؛ لأن تلك الساعات الـ 16، وحتى 14 ساعة أو أكثر، مرتبطة بالعديد من الآثار الجانبية والكثير من المشاكل على المدى الطويل".

ويعني هذا النوع من الصيام المتقطع، تناول جميع وجباتك (والوجبات

حدد خبراء تغذية وقتاً مثالياً لتناول الطعام يساعد على طول العمر والتمتع بسنوات أكثر من الرفاهية. واستند اقتراح الدكتور فالتر لونغو إلى أبحاث أظهرت أن الحد من أوقات تناول الطعام إلى 12 ساعة في اليوم يمكن أن يساعد على البقاء أصغر سناً، وهو ما يُعرف بـ "الصيام المتقطع".

ويعمل فالتر لونغو مديراً لمعهد طول العمر في جامعة ساوث كاليفورنيا، وهو واحد من أكثر 50 شخصاً تأثيراً في مجال الرعاية الصحية وفق مجلة تايم.

وفي قال لونغو: "إن تناول الطعام المتقطع لمدة 12 ساعة هو ما لم أقابل طبيباً أو أي شخص يجادل فيه".

## نصائح صحية

أهم مسببات ألم العضلات  
هي قلة التعرض للشمس  
ونقص الحديد

أشار باحثون إلى أن الآلام التي مستويات عنصر الحديد تلحق بعضلات الجسم ربما في الجسم لعدم حدوث تلك تعود لعدة أسباب من بينها المشكلة. ويمكن تعويض قلة التعرض لأشعة الشمس نقص الحديد بالإكثار من ونقص عنصر الحديد في المواد تناول المكسرات، الفاصوليا الغذائية التي يتم تناولها. وقال والسباح.

خبراء إن هناك 5 أسباب تقف - التوتر - فحين يفرز وراء تكرار الشعور بوجع أو الجسم هرمونات التوتر، ألم في مناطق العضلات: تبدأ العضلات في الانقباض - نقص فيتامين دي: حيث والتشنج، وهو ما يلحق به أوضح الخبراء أن جسم شعورا بالوجع، ولهذا ينصح الإنسان يتكون من خلايا بضرورة السعي للاسترخاء.

يوجد بها مستقبلات لفيثامين - ظروف صحية: حيث قد دي، وأن تلك المستقبلات توجد ينتج ذلك الوجع بالعضلات في العضلات، وأنه في حالة عن عدة مشاكل صحية حدوث نقص فيتامين دي، يعانيتها الأفراد مثل ألم تصاب تلك المستقبلات بافراط العضلات الروماتيزمي، في الحساسية ويحدث وجع، التهاب المفاصل، ومشاكل ويمكن تعزيز مستويات المفاصل الميكانيكية.

الفيثامين بالتعرض للشمس - تشنجات عضلية: وهي ما بين 15 لـ 20 دقيقة يوميا. التشنجات التي قد تنتج عن - نقص الحديد: وهو العنصر بعض الإصابات العرضية، الذي يلاحظ أنها تشكل أخطارا كبيرة مثل التسوس مما له حيث يحمي بنفس أهمية التعيينات الرياضية المكثفة فيثامين دي، ولهذا ينصح أو العمل اليدوي الذي يتم على بضرورة فحص ومراجعة مدار يوم أو يمين بعد الحركة.

## أخطاء ومحاذير..

المشروبات الغازية تزيد  
الإصابة بتسوس الأسنان

ن الإفراط في تناول المشروبات الغازية المحلاة لا يشكل مخاطر صحية على صحة الإنسان، و من زيادة مخاطر الإصابة بالبداية ومرض السكر النوع الثاني وحسب، بل تسهم في تلف الأسنان وزيادة تسوسها.

وأوضح الباحثون أن هناك أدلة متزايدة بأن المشروبات المحلاة، خاصة الغازية منها، لها الكثير من الآثار السلبية والصحية الضارة على البالغين والأطفال على حد سواء، مما يجب معه إطلاق حملات توعية بهذه المخاطر.

وكانت الأبحاث أجريت على أكثر من 800.16 ألف طفل وبالغ تم مراقبة معدلات استهلاكهم للمشروبات الغازية، حيث لوحظ أنها تشكل أخطارا كبيرة مثل التسوس مما له انعكاس كبير على الناحية المادية والصحية والاجتماعية.

وأشارت الدراسة إلى أن المشروبات الغازية تعمل على زيادة معدل الحموضة إلى جانب نسبة تسوس الأسنان، خاصة بين الأطفال بسبب تراكم معدلات كبيرة من السكريات بين الأسنان

## اسرار الطبخ ..

## البطاطا المقلية بنكهة «ماك دونالدز»



أو المرق، وتعاد شرائح البطاطا إلى الزيت مرة أخرى دفعة واحدة، وتترك لتحمم لمدة من 5 إلى 6 دقائق إلى أن تتحول اللون الذهبي قبل تقديمها.

دقيقة.  
3- بعد نصف ساعة تخرج شرائح البطاطا من الثلاجة ويستخدم ورق نشاف لإزالة الرطوبة الزائدة منها.  
4- يسخن زيت الفول السوداني لدرجة حرارة 375 درجة مئوية، وتضاف شرائح البطاطا بالتدريج، مع الحرص على عدم ازدياد المقلاة بها، وتحمم لمدة 90 ثانية أو حتى تميل إلى اللون الذهبي الشاحب.  
5- بعد إخراج شرائح البطاطا من المقلاة توضع في صينية، وتترك الصينية في الثلاجة من جديد وتترك لمدة تتراوح بين 10 و 15 دقيقة.  
6- يسخن الزيت إلى درجة حرارة 400 درجة ويضاف شحم اللحم

يفضل الكثيرون تناول البطاطا المقلية والمحمرة المصنعة في المطاعم الشهيرة مثل ماك دونالدز وغيرها، نظرا لنكهتها الشهية والاسلوب المميز الذي تقدم به في هذه المطاعم.

إلا أن البطاطا المحضرة في ماك دونالدز تحتوي على العديد من الإضافات الكيماوية لتبدو على هذا الشكل والطعم وفيما يلي طريقة تحضير بطاطا ماك دونالدز في المنزل بطريقة صحية بحسب ما أوردت صحيفة دايلي ميل البريطانية:

المكونات لوجبة تكفي شخصين:  
- حبتين من البطاطا  
- كمية من زيت الفول السوداني كافية لغمر شرائح البطاطا

- ملعقتان صغيرتان من شراب الذرة المخلوط بالماء  
- ملعقتا طعام من شحم لحم البقر أو مرق لحم البقر  
- ملح للنكهة  
- مكعبات مرق لحم البقر (اختياري)  
طريقة التحضير:  
1- تقطع البطاطا إلى شرائح صغيرة بسماكة 1/8 بوصة، ثم تقطع هذه الشرائح إلى شرائح طولية مشابهة لبطاطا ماك دونالدز.  
2- يخلط شراب الذرة في وعاء يحتوي كمية من الماء البارد كافية لتغطية كافة شرائح البطاطا، ثم توضع شرائح البطاطا في الوعاء وتترك في الثلاجة لتبرد لمدة 30

## جمال وأناقة

## بعض أخطاء العناية بالبشرة تظهر آثار التقدم في العمر



الخاطئ، حيث أن اتباع روتين جمالي من الأمور الضرورية للعناية بالبشرة والحفاظ على الحيوية الدائمة. لكن لكل من مستحضراتك التجميلية توقيت مناسب خلال اليوم. على سبيل المثال، استخدام المنتجات الغنية بمضادات الأكسدة في الصباح لحماية البشرة من عوامل التلف خلال اليوم. أما المقشرات كحمض الجليكوليك أو أحماض البشرة والكولاجين كارتينويدات، فمن الأنسب تطبيقها قبل الذهاب للنوم لتعمل على إصلاح وتجديد خلايا البشرة.

إهمال استخدام علاجات مكافحة الشيخوخة من السن المبكرة، حيث يوصي أغلب الأطباء باستخدام مستحضرات مكافحة الشيخوخة بدءاً من سن العشرين، حيث يساعد ذلك على تجنب ظهور الخطوط الدقيقة والتجاعيد المبكرة. وباشري باستخدام علاجات مكافحة الشيخوخة مبكراً، اختاري أنواع اللوشن وسيروم الببتة الغنية بالببتيدات، كما تساعد الببتيدات على بناء الكولاجين، والذي يساعد على الوقاية من ترهلات البشرة.

البنفسجية من الأسباب الأساسية وراء الإصابة بالبقع الداكنة والتي قد تتحول فيما بعد إلى سرطان الجلد. إهمال احتياجات البشرة مع التقدم في العمر، لأنه في هذه المرحلة العمرية تقل إفرازات البشرة، مما يجعلها أكثر جفافاً، رقة وأكثر حساسية. مما يعني أنه من الضروري اختيار المرطب المناسب الذي يمد البشرة باحتياجاتها. وأوصى خبراء العناية بالانتباه المكونات المدونة على مستحضرات العناية بالبشرة لتجنب بعض المشكلات الشائعة خلال التقدم في العمر كالاحمرار، حبوب البشرة والتجاعيد.

استخدام منتجات العناية في التوقيت

تسعى معظم النساء على الحفاظ على بشرة شابة ومشرقة دوماً رغم التقدم في العمر، فيحرص الجميع على إيجاد جميع السبل المتاحة للحفاظ على شباب ونضارة البشرة. وقد تواجهها بعض العادات الخاطئة التي قد ترتكب دون دراية، وتتسبب في تعرض البشرة للشيخوخة سريعاً. تلك الأخطاء الشائعة، تضيف العديد من السنوات لعمر الحقيقي، لتجعلك تبدين أكبر سناً، وأبرز هذه الأخطاء نذكر ما يلي:

إغفال استخدام الرتينويدات؛ حيث أنه على الرغم من كونها من العناصر القاسية قليلاً على البشرة، إلا أن الرتينويدات من المكونات الفعالة لتجديد خلايا البشرة. وينصح أطباء الجلد باستخدام القليل من الرتينويدات لتدليك البشرة ليلاً يوماً بعد يوم لتحسين حالة البشرة.

التأكد دائماً من استخدام كمية كافية من واقي الشمس حوالي 2 ملعقة صغيرة لتغطية جميع الأماكن المعرضة لأشعة الشمس من الوجه، الرقبة، اليدين، الصدر وغيرها. ولا تنسى اختيار لوشن واقي من أشعة الشمس مع معامل للوقاية لا يقل عن 30 SPF. التعرض المفرط للأشعة فوق

## هاجس القلب



مو ذاك الاعرفك انت من سنين اطباeck علية هواي مختلفه منغيرة الملامح بييك والاشواك وجياتك احس مايبهوا اي لهفه جنت تجرح كبل يومين عندي تطيب هسة الجرح منك ابس مايشفه جنت توكف كبل والعين تحجي العين هسة شبيها عينك شو صفت صلفه كبل حجيك ذهب والناس تمسح بيك ومن تحجي عسل تتناثر الشفه هسه اختلف حجيك كلة ذم واعتاب وبكلمن يودك كمست تشفه

## كل يوم معلومة

## هل الخفاش (الوطواط) أعمى؟



جواب: لا الخفاش ليس أعمى كما يعتقد كثيرون بل هو قادر على الرؤية، لكن هذا الاعتقاد يعود لأن الله سبحانه منحه خاصية تشبه الرادار تماما يستخدمها أثناء طيرانه في الليل ورغم غياب الضوء حيث يقوم بإرسال موجات فوق سمعية وتقوم بالارتداد للدماغ فيقوم بتحليل شكل المكان المحيط فيه وتساعد أيضا على تحديد موقع وشكل فرائسه وحجمها التي يتغذى عليها. والخفافيش الصغيرة التي يقل عمرها عن ٩ أيام تكون عمياء لكن بعد ذلك تصبح قادرة على النظر، ويقال إن مما ساهم بالاعتقاد الخاطيء بأن الخفافيش عمياء هو طريقته بالتحرك التي تشبه الحركة العشوائية المتخبطة بين اليمين واليسار لكن كما أسلفنا فكل الدراسات الحديثة تؤكد بأنه كائن يستطيع النظر.

## حدث في مثل هذا اليوم

- 1685 - الفرنسيون يؤسسون فوننت سانت لويس في خليج ماتاجوردا.  
1856 - السلطان العثماني عبد المجيد الأول يصدر فرمانا عرف باسم «إصلاحات خط همايوني» حول أوضاع المسيحيين في الدولة العثمانية، وقد تعرض هذا الفرمان لانتقادات كبيرة داخل الدولة.  
1861 - ملك بيمونتو وسفويا وسردينيا فيتوريو إمانويلي الثاني يتخذ لقب ملك إيطاليا مع قرب اكتمال توحيدها.  
1913 - ريمون بوانكاريه يتولى رئاسه فرنسا.  
1920 - صدور العدد الأول من صحيفة «فتى العرب» الدمشقية التي أنشأها الأديب معروف الأرنؤوط.  
1930 - اكتشاف كوكب بلوتو.  
1965 - استقلال غامبيا عن المملكة المتحدة.  
1978 - اغتيال وزير الثقافة المصري الأديب يوسف السباعي في قبرص.  
1983 - وقوع مذبحه نيلي ضد المسلمين في ولاية أسام الهندية، قام بها رجال قبيلة لالونج.

## من غرائب الصور



## حكمة وعبرة

## قيمة العطاء

سألوا بيل غيتس : هل يوجد من هو أغنى منك؟ قال: نعم شخص واحد فقط سألوه : من هو؟ قال: منذ سنوات مضت عندما تخرجت وكانت لدي أفكار طرح مشروع المايكروسوفت، كنت في مطار نيويورك، وقبل الرحلة وقع نظري على المجلات والجراند. عجبني عنوان إحدى الجرائد فأدخلت يدي في جيبتي كي اشترى الجريدة، إلا أنه لم يكن لدي من فئة العملات النقدية الصغيرة، أردت أن أنصرف، وجدت بائع الجرائد صبيا اسودا عندما شاهد اهتمامي ورغبتي لاقتناء الجريدة قال: تفضل هذه الجريدة لك أنا أعطيتك خذها يا أخي. قلت: ليس لدي قيمتها من الفئات الصغيرة! قال: خذها فأنا أهديتها لك.. بعد ثلاثة أشهر صادف أن رحلتي كانت في نفس المطار ونفس الصالة، ووقعت عيناى على مجلة، أدخلت يدي في جيبتي فلم أجد أيضا نقود فئة العملات الصغيرة، نفس الصبي قال لي: خذ هذه المجلة لك. قلت: يا أخي قبل فترة كنت هنا أهديتني جريدة، هل تتعامل هكذا مع كل شخص يصادفك في هذا الموقف؟ قال: لا ولكن عندما أرغب أن أعطي، فأنا أعطي من مالي الخاص. هذه الجملة ونظرات هذا الصبي بقيت في ذهني.. وكنت أفكر يا ترى على أي أساس وأي إحساس يقول هذا. بعد ١٩ سنة عندما وصلت إلى أوج قدرتي، قررت أن أجد في البحث عن هذا الشخص كي أرد له الجميل وأعوضه. شكلت فريقا وقلت لهم انهبوا إلى المطار الفلاني وابتحثوا لي عن الصبي الأسود الذي كان يبيع الجرائد. بعد شهر ونصف من البحث والتحقيق وجدوا أنه شخص اسود،

وحاليا هو حارس صالة المسرح. الخلاصه تمت دعوته، سألته هل تعرفني؟ قال: نعم.. السيد بيل جيتس المعروف.. كل العالم يعرفك! قلت له: قبل سنوات عندما كنت صبيا صغيرا وتبيع الجرائد أهديتني مرتين جريدة مجانية حيث لم يتوفر لدي نقود من الفئات الصغيرة، لماذا فعلت ذلك؟ قال: هذا شئ طبيعي لأن هذا هو إحساسي وحالتي! قلت: هل تعلم ما أريده منك الآن؟ أريد أن أرد لك جميلك.. قال: كيف؟ قلت: سأعطيك أي شئ تريده! قال الشاب الأسود وهو يضحك: أي شئ أريد؟ قلت: أي شئ تطلبه! قال: هل حقيقي أي شئ أطلبه! قلت: نعم أي شئ تطلبه أعطيك، لقد أعطيت قرضا لخمسين دولة افريقية، سأعطيك بمقدر ما أعطيتهم كلهم. قال الشاب: يا سيد بيل غيتس لا يمكنك أن تعوضني. قلت: ماذا تقصد؟ كيف لا يمكنني تعويضك؟ قلت: لديك القدرة لتفعل ذلك ولكن لا تستطيع أن تعوضني! سألته: لماذا لا أستطيع تعويضك؟ قال: الفرق بيني وبينك أنني أعطيتك في أوج فقري، وأنت تريد أن تعوضني وأنت في أوج غناك، وهذا لن يستطيع أن يعوضني شيئا، إنما لطفك يعمرني... يقول بيل غيتس دائما أشعر انسه لا يوجد من هو أغنى مني سوى هذا الشاب الأسود. الحكمة من القصة: أن تعطي وأنت في قمة الإحتياج.. فهذا هو العطاء والفضل.



- 1985 - الجيش الإسرائيلي ينهي انسحابه من مدينة صيدا اللبنانية.  
2009 - السلطات المصرية تفرج عن السياسي المعارض أيمن نور وذلك لظروفه الصحية.  
2018 - سقوط طائرة إيرانية يسفر عن مقتل جميع ركابها البالغ عددهم 59، بالإضافة إلى مصرع ستة من طاقمها قرب مدينة ياسوج.  
2021 - هبوط جوال ناسا برسيفيرنس على سطح المريخ حاملا مروجية إنجينويتي المريخية.

## تسلية

## كلمات متقاطعة

## العمودي

- 1- أحد الوالدين - جود - خداع
- 2- مضيق يقع بين جزيرة هوكايدو اليابانية وجزيرة سخالين الروسية في المحيط الهادي - متشابهان
- 3- الإقامة بالمكان ليلا (ن) - تقدم في السر - متشابهان
- 4- أجهد و أحزن - إختلاط و اضطراب
- 5- يسهل - بواسطته - استرخت مفاصله من المرض
- 6- أكبر جرم سماوي يمكن رؤيته ليلا - متشابهان - ظهر
- 7- شره - أهز و أحرك بشدة
- 8- مساعدة - حليم و عاقل
- 9- مضيق يفصل بين البحر الأبيض المتوسط والمحيط الاطلسي - قادم (م)
- 10- مضيق يصل بين آسيا وأوروبا

## الافقي

- 1- ممر مائي ضيق يصل بين مسطحين مائين كبيرين - عزة و رفعة
- 2- مضيق يصل بين البحر الأحمر والمحيط الهندي
- 3- بواسطتي - الحاذق (م)
- 4- مضيق يقع في اليابان - مطر خفيف
- 5- متشابهان - مضيق يصل بين تاسمانيا وأستراليا (م)
- 6- أعرض مضيق في العالم - مدخل روسيا
- 7- مضيق يصل بين شبه الجزيرة العربية و إيران (م) - من أسماء جهنم (م) "أعادنا الله و إياكم منها"
- 8- لثم و قبل
- 9- مضيق يصل بين جزيرتي نيوزيلندا - مضيق بين جزيرة أواجي ومنطقة شيكوكو في اليابان
- 10- من أنواع الموسيقى الغربية (ن) - مضيق يصل بين جزيرة تابعة لتانزانيا وقارة إفريقيا

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
									1
									2
									3
									4
									5
									6
									7
									8
									9
									10

## الحمل

يوم مليء بالتفاهم والانسجام، سواء في حياتك المهنية أو الشخصية. استغل هذه الأجواء الإيجابية لتعزيز علاقاتك وتوطيد الروابط مع من حولك، فقد تحتاج إلى دعمهم في الأوقات القادمة.



## الثور

قد تواجه بعض العقبات التي تتطلب منك تغيير نظرتك للأمور. لا تتردد في التعاون مع الأساليب القديمة، بل كن منفتحاً على التجديد والابتكار لتجاوز التحديات بنجاح.



## الجوزاء

الفرص تطرق بابك اليوم، خاصة في المجال المهني. لا تتردد في التعاون مع زملائك والاستفادة من أفكارهم، فقد تتمكن من تحقيق إنجازات كبيرة من خلال العمل الجماعي.



## السرطان

قد تشعر بأن الأمور تسير ضدك، وقد تواجه عراقيل غير متوقعة. حافظ على هدوئك وثقتك بنفسك، وتجنب الدخول في صراعات لا داعي لها حتى لا تتأثر طاقتك سلباً.



## الاسد

هذا هو الوقت المثالي لمراجعة تجاربك السابقة واستخلاص الدروس منها. قد يكون اليوم مناسباً لتنفيذ مشاريع جديدة على الصعيدين المهني والشخصي، فاستغل هذه الفرصة بحكمة.



## العذراء

المشكلات اليومية قد تبدو متزايدة، لكن عليك التعامل معها بذكاء وترتيب أولوياتك. حدد ما هو مهم لك، وكن مستعداً لاتخاذ قرارات حاسمة دون تردد.



## الميزان

تسعى لتحقيق الكثير في وقت واحد، مما قد يؤدي إلى شعورك بالإرهاق. خذ خطوة للوراء وأعد تقييم أولوياتك حتى لا تجد نفسك غارقاً في الفوضى.



## العقرب

الأوضاع قد تبدو غير مستقرة، لكن لا تدع ذلك يثنيك عن أهدافك. حدد الأمور التي تستحق تركيزك، وتجاهل العقبات الثانوية التي قد تعيق تقدمك.



## القوس

تصرفاتك الحادة قد تؤثر سلباً على علاقاتك المهنية، لذا حاول التحلي بالصبر والمرونة. لا تتردد في قبول المساعدة من الآخرين، فقد تكون مفتاح نجاحك اليوم.



## الجدلي

التحديات التي تواجهها في العمل قد تكون فرصة لتكوين علاقات جديدة واكتساب خبرات قيمة. أظهر اهتمامك بما يُعرض عليك، فقد تجد في ذلك فرصة غير متوقعة.



## الدلو

قد تجد نفسك في موقف يتطلب منك الدفاع عن آرائك، سواء في العمل أو في حياتك الخاصة. كن واثقاً في معلوماتك، ولكن لا تتجاهل وجهات نظر الآخرين.



## الحوت

تشعر بأن الأمور لا تتحرك بالشكل الذي تريده، وقد تفكر في الاستسلام. لا تفقد الأمل، فهذه مجرد فترة اختبار لقوة إرادتك، وستجد قريباً طريقة للخروج من هذا الجمود.





## في المرأة

خير الكلام او الصمت  
في يومنا هذا

## يحيى الزيدي



الكلام كالدواء إن أقللت منه نفع ، وإن أكثرته منه قتل.. وإذا افتخر الناس بحسن كلامهم فافتخر أنت بحسن صمتك . تعلمنا منذ الصغر « اذا كان الكلام من فضة فالسكوت من ذهب»، وعندما يعجز اللسان عن الحديث، وتعجز الجوارح عن التعبير، يكون «الصمت» هو المعبر الوحيد عما يشعر به الإنسان .

والحديث عن «الصمت» و«خير الكلام» حديث ذو شجون، وأصبح من الضرورات، لاسيما في زمننا هذا، الذي كثرت فيه الـ «مماحات والمناكفات» في جميع مرافق الحياة . بدايةً اتحدث عن «الصمت». فهو رسالة إنصات للوجود، وهو شعور فريد، لا يتقنه الكثيرون، وفي بعض الأحيان يكون الصمت خير من الكلام.

وأروع ما قيل عن الصمت وقلة الكلام قول رسولنا الكريم صلى الله عليه وآله وسلم: «من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت».

هنا أقول .. إن الإنسان الكفوء والناجح في رسم مسار حياته، لاسيما العملية منها هو الذي يغلق فمه قبل أن يغلق الناس آذانهم ، ويفتح أذنيه قبل أن يفتح الناس أفواههم . قد يكون الأمر صعباً للغاية عليه في بعض المواقف، لاسيما إذا تعرض للقدح والنفاق والكلام الغير دقيق من اناس يحيطون به، فلا خيار أمامه إلا المواجهة الدقيقة والحكيمة.

لا تطلقن القول في غير بصر ... إن اللسان غير مأمون الضرر قد «الصمت» يمنحنا طاقة قوية للتفكير بعمق في كل ما يحصل حولنا، والتركيز بعقلانية على إيجابتنا، ويجعلنا نسيطر على من أمامنا من خلال نظرات محملة بمعان غير منطوقة تجعلهم حائرين في تفسيرها ، كما يولد لدى الآخرين شعوراً بالغيظ الشديد، لأنهم يعتبرونه هجوماً مستتراً، فتكون الأقوى من دون كلام ولا تعجب .

ونشعر بقيمة «الصمت» في شتى مرافق الحياة .. مثلاً في العمل والأسواق وفي سيارات الاجرة وحتى في السياسة . كنت اسمع بين الحين والآخر شكاوى من سلوك بعض الباعة أو سواق الاجرة «التاكسي»، انهم يجرجون المواطنين الذين يستأجرونهم بكثرة الاسئلة، واستدراجهم في مواضيع هم في غنى عنها، لاسيما عندما يكون البلد في ظروف استثنائية ، تجد سائق «التاكسي» محلاً سياسياً وأمنياً واقتصادياً ، وهذا صعب جداً.. لذلك يختار المواطن الصمت او قلة الكلام

لانه يخشى من تقاطع وجهات النظر . والصمت في المواقف المحرجة والصعبة يولد الإحترام، عكس الصراع والجدل الذي يولد التنافر والحقد . ولو امتنع الناس عن التحدث عن أنفسهم وتناول الغير بالسوء، لأصيب الغالبية الكبرى من البشر بـ«البكم» .

اما عن خير الكلام نقول .. لا تدع لسانك يشارك عينك عند انتقاد عيوب الآخرين، فلا تنس أنهم متلك لهم عيون وألسن .

و«خير الكلام ما قل ودل» لتفارق السننتنا ومجالسنا، فهي حاضرة في الحديث والكتابة ، لكن مانراه ونسمعه في واقعنا المرير هو الابتعاد عن « خير الكلام» .. فالحديث بصوت مرتفع والسجال لاسيما العقيم هو السائد في يومنا هذا . نعم لدينا حرية في الرأي والتعبير في الكتابة والحديث، وحتى في المناظرات التي نشاهدها في الفضائيات.. لكن كثرة الكلام قد يتسبب في انحراف أصل الحديث عن مساره .

أقول .. كن مستمعاً جيداً لتكن متحدثاً لبقاً .. يتحدث البعض بجمل كثيرة أمامنا قد نمل منها، ولا تأتي بأي فائدة ، وبالعكس قد تكون جملة بكلمات قليلة نستفيد منها طوال حياتنا، وتأتي ثمارها وفائدتها .

من تلك الكلمات التي تشعرك برفقتها، وتدخل عقلنا وفكرنا وقلوبنا ونمتصها، فهي اختصار جميل للكلمات بأسلوب تتشرب به النفس كما يتشرب الشجر الماء، فيصبح من يسامعها يريد المزيد من التفصيل ، بسبب متعة الكلمات التي قبيلت .

ختاماً .. علينا أن نعامل الناس بعقولهم وليس بعقولنا ، كي نصل للفائدة، وتوصيل المعلومة ببساطة وسهولة، وتجنب الفهم الخاطئ، فعلياً إيصال المعلومة أولاً بكلمات بسيطة قد يستغني السامع بها، أو يقرر إن كان يريد المزيد من التفصيل بعدها .



الأول هو «وتقابل حبيب» حيث تجسد خلال الأحداث دور شقيقة ياسمين عبدالعزیز الصغرى، التي تدرس في الجامعة وتتعرض للعديد من المواقف مع شقيقتها.

## سيعرض على شاشة قناة العراقية

الفنان محمد هاشم : مسلسل ((المنسيين))  
عملي الوحيد في رمضان

بغداد/ نينا :

أعلن الفنان العراقي القدير محمد هاشم، عن انتهائه من تصوير عمله الدرامي الجديد (المنسيين)، وهو من تأليف مهدي هادي وإخراج حيدر الشامي، وسيعرض على شاشة قناة العراقية في شهر رمضان المقبل، وهو العمل الوحيد له خلال الموسم الحالي. وقال الفنان محمد هاشم في تصريح للوكالة الوطنية العراقية للأباء/ نينا / إن شخصيتي في مسلسل (المنسيين) هي شخصية (أحمد)، وهو شخص إيجابي بطبعه، ويعمل مساعد طبيب ويقدم الخدمات لنزلاء الدار من كبار السن، وهو ابن صاحب الدار (عبدالله)، الذي

يمثل دوره الفنان الكبير محسن العلي، هذا ويقع (أحمد) في حب الباحثة الإجتماعية (شمس) التي تمثل دورها النجمة إيناس طالب. ونفى الفنان محمد هاشم مشاركته، في الجزء الخامس من مسلسل (بيت الطين)، مؤكداً إن الخبر الذي تم تداوله، في موقع التواصل الاجتماعي الفيس بوك غير صحيح .

والمنسيون عمل يضم نخبة من نجوم الدراما العراقية أبرزهم: الفنان محسن العلي، والفنان طه علوان، والفنان ستر خضير، والفنان كاظم القرشي، والفنانة فاطمة الربيعي، والفنانة زهرة البيبي، والفنانة سناء عبد الرحمن، والفنانة إيناس طالب.

## صباح الخير

## ايها المبتسمون

بين الدمعة والابتسامة فارق كبير ، وبين الاستقامة والاعوجاج بون شاسع ، وبين الورد والشوك مسافة لا يدرها الا الذين يعيشون الحياة بصدق .

نمر كل صباح بأشخاص ارتسمت على وجوههم بناييع الفرح والابتسامة والانشراح ، فتهفوا قلوبنا اليهم ، وتجذبنا خطافات المودة نحوهم ، ونمر كل صباح بأشخاص لا يعرفون البسمة ، ولا تدخل الضحكة الى نفوسهم ، فنحاول الابتعاد عنهم لأنهم رسموا طريقاً ملهماً مليئاً بالعثرات .

الحياة جميلة ورائعة لمن يفتح نوافذ الأمل وينظر اليها بعين الجمال ، والحياة قبيحة لمن فقد نوافذ الأمل ، ووضع نفسه في سجن الخوف . افتحوا شبابيك مسراتكم في هذا الصباح الجميل . ودعونا نقول لكم صباح الخير ايها المبتسمون .

## لطيفة تهدي تونس أغنية «ونحبك» بمناسبة عيد الحب

بعد وقت قصير من طرح الأغنية على قناتها الخاصة على يوتيوب، لاقت «ونحبك» تفاعلاً كبيراً من الجمهور، حيث تصدرت وسم #ونحبك تونس قائمة التردد في تونس والعديد من الدول العربية. كما تلقت الأغنية إشادات واسعة من النقاد والمتابعين، الذين أشادوا باختيار لطيفة العرفاوي لهذا التوقيت المميز للكلمات العميقة التي تعبر عن مشاعر كل تونسي.

في خطوة مفعمة بالحب والوطنية، أطلقت النجمة العربية الكبيرة لطيفة العرفاوي أغنية جديدة بعنوان «ونحبك»، وذلك بمناسبة عيد الحب. اختارت لطيفة العرفاوي أن تطلق الأغنية في عيد الحب، كرمز لتعبيرها عن حبها الكبير لتونس وشعبها. وقد علقت الفنانة على هذا الاختيار قائلة: «تونس هي الحب الأكبر في حياتي، واخترت أن أهديتها هذه الأغنية في عيد الحب لأنها تستحق كل الحب والتقدير».

## يتقاضى 2,5 مليون دولار سنوياً

## «عمرو أديب» يثير الجدل بعد الكشف عن راتبه السنوي

وسعر الأرز. هي دي السياسة عندنا في مصر، هي دي اللي لو أنت تكلمت فيها هي دي اللي عندك فيها مشكلة. وأشار إلى أن الإعلامي يجب أن يكون قريباً من هموم الناس، وأن يتناول القضايا التي تؤثر مباشرة في حياتهم اليومية، مثل ارتفاع الأسعار وتكاليف المعيشة. كما علق على أزمة ارتفاع سعر البيض في مصر، قائلاً: «أنا أكثر أزمة تعرضت لبيها الفترة اللي فاتت كانت سعر البيض». أثار كشف عمرو أديب عن راتبه السنوي تفاعلاً كبيراً على منصات التواصل الاجتماعي، حيث تداول المغردون الرقم الذي ذكره، مع تعليقات تتراوح بين الإعجاب بصراحته والاستغراب من حجم الراتب، واستفزاز شريحة أخرى.

حالة من الجدل أثارها الإعلامي المصري الشهير عمرو أديب، بعد أن كشف خلال مشاركته في لقمة

العالمية للحكومات 2025 التي تُعقد في دبي، عن الراتب السنوي الذي يتقاضاه من شبكة قنوات MBC.

قال عمرو أديب: «أنا باخد 2.5 مليون دولار (نحو 126 مليون جنيه مصري) في السنة، مش بقول كسده فخرًا، لكن مهنة الإعلامي في العالم العربي ليست سهلة». وأضاف أديب: «العمل في مجال الإعلام يتطلب جهداً كبيراً ومسؤولية ضخمة، خاصة في ظل التحديات التي يواجهها الإعلاميون في المنطقة».

تطرق أديب في حديثه إلى أهمية التواصل المجتمعي، حيث قضايا المواطن اليومية، قائلاً: «المواطن العادي لا يهتم أي بحلف الشمال الأطلسي، المواطن يهتم بسعر البيض وسعر اللحمة،

مي سليم تنتهي من تصوير كليب  
أغنية «اتعلقت بيه»

انتهت الفنانة مي سليم من تصوير أغنية جديدة بعنوان «اتعلقت بيه» وذلك في إسطنبول، وهي من كلمات خالد فرانس، وألحان ياسر نور، وتوزيع عمرو عبد الفتاح، ومن إخراج المخرج اللبناني زياد خوري، ومن المقرر أن يتم طرحه الأيام المقبلة على جميع منصات سوشيال ميديا.

من ناحية أخرى انتهت مي سليم من تسجيل أغنية جديدة لم يستقر على اسمها. وكانت مي سليم قد انتهت أيضاً من تسجيل أغنية أخرى تحمل اسم «ملناش بديل» وتقديمها ديو مع المطرب الشعبي إسلام الملا، ومن المقرر طرحها على يوتيوب ومنصات الأغاني خلال الفترة المقبلة.

وأكدت مي سليم مؤخراً أنها قررت التركيز على الغناء والحفلات خلال الفترة المقبلة، مشددة على أنها أخطأت في حق نفسها حينما سمحت للتمثيل أن يخطفها الذي تعتره عشقها الأول، لافتة إلى أنها لن تكرر هذا الخطأ مرة أخرى، خاصة أن الجمهور كان يعاتبها في كل مكان لابتعادها عن الغناء.

## عين على العالم

## دواء جديد يعالج السكري ويقلل من مخاطر السكتات الدماغية والنوبات القلبية



أعلنت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) عن موافقتها على دواء «سوتاغليفلوزين» (So-tagliflozin) الجديد، الذي أظهر فعالية كبيرة في علاج مرض السكري من النوع الثاني وتقليل مخاطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية. وأظهرت الدراسة السريرية الدولية التي أجريت أن «سوتاغليفلوزين» ليس فقط يخفض مستويات السكر في الدم، بل أيضاً يقلل بشكل كبير من خطر النوبات القلبية والسكتات الدماغية، خاصة بين المرضى الذين يعانون من السكري من النوع الثاني وأمراض الكلى المزمنة. وينتمي هذا الدواء إلى فئة مثبطات نواقل الصوديوم- الجلوكوز (SGLT)، ويعمل على منع البروتينين SGLT1 وSGLT2 المسؤولين عن نقل الجلوكوز والصوديوم

## قريباً .. واتساب سيسمح بإضافة روابط حساب إنستجرام

يعمل واتساب حالياً على تطوير ميزة جديدة لتطبيقه على نظام iOS تتيح ربطه بمنصة أخرى، يهدف هذا التحديث إلى تسهيل مشاركة المستخدمين لحساباتهم على إنستجرام داخل حساباتهم على واتساب، مما يعزز التكامل بين المنصتين، ووفقاً لمصدر موثوق، فقد تم رصد هذه الميزة في أحدث إصدار تجريبي من التطبيق على iOS، لكنها لا تزال قيد التطوير، ولا يمكن للمستخدمين اختبارها حالياً.

وذكر ان واتساب يعمل على تمكين المستخدمين من إضافة روابط حساباتهم على إنستجرام داخل التطبيق، مما يسمح لجهات الاتصال بالوصول إليها بسهولة، وتم رصد الميزة في الإصدار التجريبي 25.2.10.72 من تطبيق واتساب على iOS، والمتاح عبر برنامج TestFlight التجريبي.

ونشر أحد متتبعي الميزات أن خياراً جديداً قد تمت إضافته في قسم «الروابط» داخل واجهة الملف الشخصي، هذا الخيار الذي يحمل اسم «إضافة روابط»، يتيح للمستخدمين إدخال أسماء حساباتهم على إنستجرام بسهولة عن طريق الضغط على أيقونة «+».

وأشار التقرير أيضاً إلى أن الميزة الحالية لا تتطلب من المستخدمين التحقق من صحة الحسابات التي يضيفونها، مما قد يفتح الباب أمام انتحال الشخصيات وانتهاكات الخصوصية، لذلك من المتوقع أن تقوم واتساب بإضافة خطوة للتحقق قبل إطلاق الميزة رسمياً، مثل ربط التطبيق مباشرة بإنستجرام أو طلب تسجيل الدخول للحساب داخل تطبيق واتساب نفسه.

## للإعلان في

## صوت القلم

sawtalqalam8@gmail.com  
alnasday@yahoo.com

07730004671