

بغداد / صوت القلم:
أكد رئيس هيئة المنافذ الحدودية الفريق عمر الوائلي، ان المنافذ الحدودية تعمل على مدار 24 ساعة لتسهيل دخول العراقيين العالقين في الخارج.
وقال الوائلي للوكالة الرسمية: إن "المنافذ تعمل على مدار 24 ساعة من أجل تقديم كافة التسهيلات لدخول العراقيين العالقين خارج العراق بسبب غلق الأجواء وتسهيل عودتهم عبر المنافذ الحدودية البرية".
وأعلنت وزارة النقل يوم السبت الماضي اغلاق الأجواء العراقية بسبب الحرب بين ايران والولايات المتحدة والكيان الصهيوني.

السعر ٥٠٠ دينار

الحقيقة غايتنا

٨ صفحات

يومية سياسية عامة مستقلة

Wed 4/3/2026

١٥/رمضان ١٤٤٧ هـ

معمدة في نقابة الصحفيين العراقيين بالرقم (٢٦٠)

العدد (٢٦٢)

السنة الثانية

الاربعاء ٢٠٢٦/٣/٤

أكد ان الدولة بمؤسساتها هي من تمتلك حق قرار الحرب والسلام

السوداني: الحكومة ستقف بقوة تجاه أي طرف يحاول جر العراق للتورط في الصراعات

القاضي زيدان يحدد مسارات لمعالجة إشكالية مفهوم «الكتلة الأكبر»



التفسيرية، بل تتمثل في الابتعاد عن روح الدستور ومقاصده. أو تحميل النص ما لا يتحمل من معان، بإغفال السياق التاريخي والسياسي الذي نشأ فيه النص، وتغليب اعتبارات ظرفية أو سياسية على المبادئ الدستورية الثابتة.

تفاصيل ص 2

بغداد / صوت القلم:

حدد رئيس مجلس القضاء الأعلى، القاضي فائق زيدان، ثلاثة مسارات لمعالجة إشكالية مفهوم «الكتلة الأكبر».
وقال القاضي زيدان، في مقال له بعنوان «خطيئة التفسير الخاطئ للدستور»: إن «الدستور يشكّل القاعدة العليا في البناء القانوني للدولة، فهو الذي يحدد شكل النظام السياسي، وينظم العلاقة بين السلطات، ويكفل الحقوق والحريات. لذلك فإن التفسير القضائي للنص الدستوري ليس عملية فنية فحسب، بل هو فعل تأسيسي يؤثر في كيان الدولة بأكملها. ومن هنا تظهر خطيئة التفسير الخاطئ للدستور بوصفها من أخطر صور الانحراف القضائي، لما لها من آثار عميقة تتجاوز حدود النزاع المعروض».
وأوضح أن «خطيئة التفسير الخاطئ لا تعني اختلافاً في الرأي أو تنوعاً في المدارس

تفاصيل ص 2



العراق، وأجوائه ومياهه، ومنع توظيفها بأي شكل في الصراعات الجارية بالمنطقة»، مؤكداً أن «القوات المسلحة العراقية بكامل تشكيلاتها وصنوفها ملتزمة بمهامها القانونية بحماية الممتلكات العامة والخاصة، والبعثات والسفارات الأجنبية». وبيّن أن الحكومة «تولي أهمية كبيرة

العراق، وأجوائه ومياهه، ومنع توظيفها بأي شكل في الصراعات الجارية بالمنطقة»، مؤكداً أن «القوات المسلحة العراقية بكامل تشكيلاتها وصنوفها ملتزمة بمهامها القانونية بحماية الممتلكات العامة والخاصة، والبعثات والسفارات الأجنبية». وبيّن أن الحكومة «تولي أهمية كبيرة

بغداد / صوت القلم:

أكد رئيس مجلس الوزراء محمد شيبان السوداني: "ان الدولة بمؤسساتها هي وحدها من يمتلك حق قرار الحرب والسلام"، وفيما شدد ان الحكومة ستقف بقوة تجاه أي طرف يحاول جرّ العراق للتورط في الصراعات، جدد التزام الحكومة بحماية سيادة العراق وأجوائه ومياهه.
وقال مكتبته الإعلامي في بيان: إن "رئيس مجلس الوزراء محمد شيبان السوداني ترأس، امس الثلاثاء، الجلسة الاعتيادية التاسعة لمجلس الوزراء، جرت فيها مناقشة مجمل الأوضاع في البلاد، والنظر في الموضوعات المدرجة على جدول الأعمال واتخاذ القرارات اللازمة بشأنها".
وتطرق رئيس مجلس الوزراء الى مستجدات الأوضاع في المنطقة، وتداعياتها، حيث أكد على أن "الدولة بمؤسساتها هي وحدها من يمتلك حق قرار الحرب والسلام، وأن الحكومة ستقف بقوة تجاه أي طرف يحاول جرّ العراق للتورط في الصراعات، مع التشديد على تحقيق المصالح العليا للشعب العراقي".
جدد "التزام الحكومة بحماية سيادة

8 نهاية سعيدة لطفل عراقي ولد بلا ذراعين وبات قادراً على الكتابة

وزير العدل يوجه باتخاذ إجراءات أمنية مشددة في السجون

لمناقشة وتقييم الجهوية الامنية للسجون وتوفير متطلباتها".
وأضافت، أن "الاجتماع شهد مناقشة شاملة للإجراءات الوقائية المعمول بها داخل السجون، وسبل تعزيزها من خلال توفير الدعم اللوجستي اللازم، وتأمين الاحتياجات الفنية والمستلزمات الأمنية التي تضمن ديمومة الاستقرار ورفع مستوى الاستعداد فيها".

تفاصيل ص 2



تفاصيل ص 2

وجه وزير العدل خالد شواني، باتخاذ إجراءات أمنية مشددة في السجون والالتزام بأقصى درجات الحيطة والحذر.
وذكرت الوزارة، في بيان، أن "الوزير ترأس اجتماعاً موسعاً بحضور وكيل الوزارة الاقدم و مدير عام دائرة الإصلاح العراقية الى جانب الكوادر المتقدمة ومدراء الاقسام السجنية،

تفاصيل ص 2

5 العراق يلعب ملحق الموندنال في المكسيك وودية محتملة أمام الأرجنتين

سومو تعلن اعتماد استراتيجية متوازنة لتنويع وجهات تصدير النفط الخام

مستويات الطلب فيها، كما تعتمد الشركة استراتيجية استهداف مدروسة لقاعدة الزبائن، تركز على الشركات النفطية العالمية الحكومية والمستقلة المتكاملة المالكة لمنظومات التصفية، إضافة إلى شركات التكرير الكبرى، بما يعزز استدامة الطلب، ويحقق استقراراً في التصريف، ويسهم في إدارة المخاطر المرتبطة بتقلبات السوق".

تفاصيل ص 2

تنويع الوجهات النهائية لصادرات النفط الخام العراقي، بما يشمل الأسواق الثلاثة الرئيسية الآسيوية، والأوروبية، والأمريكية، مع منح أولوية للسوق الآسيوية بوصفها السوق الأعلى نمواً في الطلب والأكثر عائداً من الناحية السعرية بشكل عام".
وأضاف أن "الاهتمام يتركز داخل السوق الآسيوية على الدول الواعدة، وفي مقدمتها الهند والصين وكوريا الجنوبية، نظراً لقدراتها في مجال التصفية واستقرار

بغداد / متابعة صوت القلم:

أعلنت شركة تسويق النفط سومو، عن اعتماد استراتيجية متوازنة لتنويع وجهات تصدير النفط الخام، فيما أشارت الى إبرام عقود مع شركات رصينة تصل مدتها لعشر سنوات.
وقال مدير شركة التسويق سومو علي نزار الشطري للوكالة الرسمية: إن "شركة تسويق النفط تتبنى استراتيجية متوازنة

حرب إيران تتسع لليوم الرابع على التوالي هجوم متبادل بالصواريخ والمسيرات والشرق الأوسط على صفيح ساخن

ولاحقته الإسرائيلية، أنها تعاملت مع 12 مصاباً في ثلاثة مواقع، عقب رشقة صاروخية من إيران باتجاه منطقة تل أبيب الكبرى. ووصفت إحدى الإصابات بالمتوسطة، فيما وصفت 11 إصابة بأنها طفيفة. وأعقب تلك الرشقة إطلاق صواريخ باتجاه منطقة النقب والبحر الميت.

تفاصيل ص 3

وسائل تجارية من البحرين ومصر وإيران والعراق وإسرائيل والصفة الغربية وقطاع غزة والأردن والكويت ولبنان وعمان وقطر والسعودية وسورية والإمارات واليمن. كما تواصل إيران ضرباتها بالصواريخ والطائرات المسيرة على دولة الاحتلال الإسرائيلي، كما تستمر في ضربها دول عربية في المنطقة باستهداف القواعد والمصالح الأمريكية، حسب قولها.

أن أفادت وزارة الدفاع السعودية بوقوع حريق "محدود" عقب غارة جوية بطائرة مسيرة.
وقالت السفارة في بيان إن "البعثة الأمريكية في المملكة العربية السعودية مغلقة. وقد ألغيت جميع مواعيد المواطنين الأمريكيين، سواء كانت روتينية أو طارئة".
وباتت السفارة الأمريكية في الرياض ثاني سفارة أمريكية في الخليج تتعرض لهجوم بعدما

بغداد / متابعة صوت القلم:

اتسع نطاق الحرب الجوية الأمريكية - الإسرائيلية ضد إيران، دون أن تلوح في الأفق نهاية لها، فيما أصبحت منطقة الشرق الأوسط على صفيح ساخن جراء الهجوم المتبادل بالمسيرات والصواريخ. وأكدت السفارة الأمريكية في الرياض، امس الثلاثاء، تعرضها لهجوم، وذلك بعد

بعد هجوم على قاعدة بريطانية فرنسا ترسل أنظمة مضادة للمسيرات إلى قبرص

التقرير. وأرسلت اليونان أمس، 4 طائرات مقاتلة من طراز «إف-16» إلى الجزيرة. وتجر فرقاطتان أيضاً إلى قبرص إحداهما مزودة بنظام التشويش المضاد للطائرات المسيرة «سينتاوروس».

تفاصيل ص 3

ويأتي الحديث عن الدعم الفرنسي للجزيرة في أعقاب عرض من اليونان للمساعدة بعد ساعات من استهداف قاعدة أكروتييري الجوية، وهي قاعدة خاضعة للسيادة البريطانية، في واقعتي طائرات مسيرة منفصلتين (اللاتين).
وذكرت الوكالة أن فرنسا ستسل

المركبة". وقال ترمب، في تصريحات صحفية: "نبل بلا حسنا في ما يتعلق بإيران ولو لم نهاجمها لاندلعت حرب نووية". وتابع "إسبانيا وبريطانيا لم تتعاونوا معنا بشأن إيران ولندن تخلت بغياء عن جزيرة تشاغوس".
معتبرا أنه "لو لم ألت اتفاق أوباما مع إيران لكان لديها سلاح نووي منذ 3 سنوات".

تفاصيل ص 3

ترمب يعترف: ارتكبنا أخطاء في العراق

وأشطن / متابعة صوت القلم:
اعترف الرئيس الأمريكي دونالد ترمب، أن الولايات المتحدة ارتكبت أخطاء في العراق بينها الاستغناء عن الجيش وموظفي الحكومة.
وقال ترمب في كلمة له، "إسرائيل لم تجبرني على الهجوم على إيران والعكس صحيح، إيران كانت ستبادر لمهاجمتنا لو لم نهاجمها"، مردفاً "أننا من دفع إسرائيل للانخراط في



تفاصيل ص 3

جدد التزام الحكومة بحماية سيادة العراق وأجوائه ومياهه السوداني: الحكومة ستقف بقوة تجاه أي طرف يحاول جر العراق للتورط في الصراعات

القاضي زيدان يحدد مسارات لمعالجة إشكالية مفهوم (الكتلة الأكبر)



بغداد / صوت القلم:

حدد رئيس مجلس القضاء الأعلى، القاضي فائق زيدان، ثلاثة مسارات لمعالجة إشكالية مفهوم "الكتلة الأكبر".

وقال القاضي زيدان، في مقال له بعنوان "خطيئة التفسير الخاطئ للدستور" إن "الدستور يشكل القاعدة العليا في البناء القانوني للدولة، فهو الذي يحدد شكل النظام السياسي، وينظم العلاقة بين السلطات، ويكفل الحقوق والحريات. لذلك فإن التفسير القضائي للنص الدستوري ليس عملية فنية فحسب، بل هو فعل تأسيسي يؤثر في كيان الدولة بأكمله. ومن هنا تظهر خطيئة التفسير الخاطئ للدستور بوصفها من أخطر صور الانحراف القضائي، لما لها من آثار عميقة تتجاوز حدود النزاع المعروض".

وأوضح أن "خطيئة التفسير الخاطئ لا تعني اختلافاً في الرأي أو تنوعاً في المدارس التفسيرية، بل تتمثل في الابتعاد عن روح الدستور ومقاصده. أو تحمیل النص ما لا يتحمل من معان، بإغفال السياق التاريخي والسياسي الذي نشأ فيه النص، وتغليب اعتبارات ظرفية أو سياسية على المبادئ الدستورية الثابتة". وأكد، أن "التفسير الدستوري ينبغي أن يكون منضبطاً بضوابط علمية ومنهجية، وإلا تحول إلى وسيلة لإعادة صياغة الدستور خارج آلياته الشرعية. وفي بعض الحالات، قد يُظنر إلى الاجتهاد الخاطئ في تفسير النص الدستوري، خصوصاً إذا وافق مصالح سلطة معينة، على أنه انحياز سياسي، مما يؤدي إلى فقدان الثقة في استقلال القضاء الدستوري ونزاهته".

وأشار إلى، أن "المادة 76 من دستور جمهورية العراق لسنة 2005 تعد من أكثر النصوص الدستورية إثارة للجدل؛ نظراً لارتباطها المباشر بتشكيل السلطة التنفيذية. فقد نصت على أن يقوم رئيس الجمهورية بتكليف مرشح «الكتلة النيابية الأكبر عدداً» بتشكيل مجلس الوزراء خلال مدة محددة".

وتابع، أن "الإشكال الدستوري ظهر في تفسير هذا المصطلح، وهو ما تصدت له المحكمة الاتحادية العليا في قرارها الصادر بالعدد «25/اتحادية/2010» بتاريخ 2010/3/25، الذي ما زال محل جدل فقهي وسياسي حتى اليوم (وكان أحد القرارات التي سبق وأن تناولناها بالبحث والتحليل في أطروحة الدكتوراه وكتابتنا المعنون رقابة القضاء الدستوري على الحدود الدستورية بين السلطات 2019 - 2020)".

وبين القاضي زيدان، أن "الإشكال تمحور حول تحديد المقصود بـ«الكتلة النيابية الأكثر عدداً»: أي الكتلة التي حصلت على أعلى عدد من المقاعد في الانتخابات؟ أم الكتلة التي تتشكل بعد إعلان النتائج من خلال تحالفات داخل مجلس النواب؟

بغداد / صوت القلم:

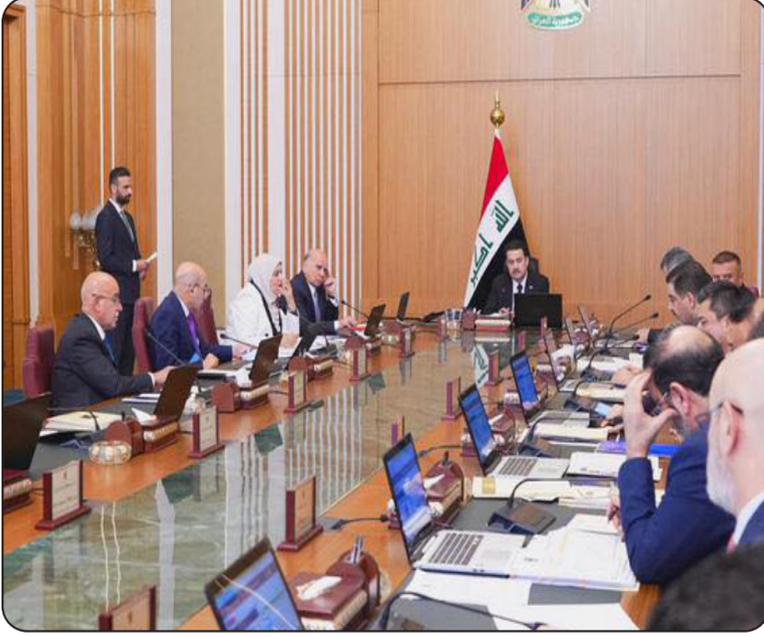
أكد رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني: "إن الدولة بمؤسساتها هي وحدها من يمتلك حق قرار الحرب والسلام"، وفيما شدد أن الحكومة ستقف بقوة تجاه أي طرف يحاول جرّ العراق للتورط في الصراعات، جدد التزام الحكومة بحماية سيادة العراق وأجوائه ومياهه.

وقال مكتبته الإعلامي في بيان: إن "رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني ترأس، أمس الثلاثاء، الجلسة الاعتيادية التاسعة لمجلس الوزراء، جرت فيها مناقشة مجمل الأوضاع في البلاد، والنظر في الموضوعات المدرجة على جدول الأعمال واتخاذ القرارات اللازمة بشأنها".

وتطرق رئيس مجلس الوزراء إلى مستجدات الأوضاع في المنطقة، وتداعياتها، حيث أكد على أن "الدولة بمؤسساتها هي وحدها من يمتلك حق قرار الحرب والسلام، وأن الحكومة ستقف بقوة تجاه أي طرف يحاول جرّ العراق للتورط في الصراعات، مع التشديد على تحقيق المصالح العليا للشعب العراقي".

جدد "التزام الحكومة بحماية سيادة العراق، وأجوائه ومياهه، ومنع توظيفها بأي شكل في الصراعات الجارية بالمنطقة"، مؤكداً أن "القوات المسلحة العراقية بكامل تشكيلاتها وصنوفها ملتزمة بمهامها القانونية بحماية الممتلكات العامة والخاصة، والبعثات والسفارات الأجنبية".

وبيّن أن الحكومة "تولي أهمية كبيرة للعلاقات العراقية بالمحيط الإقليمي والدولي، ومن منطلق رئاسة العراق للقمّة العربية والسعي إلى تنسيق المواقف بما يؤمن فرض الاستقرار وإيقاف الأعمال العسكرية، ومنع حدوث المزيد من أسباب العنف".



ودعا رئيس الوزراء إلى "توحيد الخطاب بين القوى السياسية الوطنية، والعمل على مواجهة الشائعات"، موجهاً الوزارات المعنية "بمتابعة تأمين مفردات الأمن الغذائي، والجوانب الخدمية والتصدي لأي محاولة لاستغلال الأوضاع الراهنة للتلاعب بالأسعار".

وذكر المكتب أن "المجلس نظر في المواضيع المطروحة، وأقر تخويل وزارة النفط صلاحيات التعامل مع الأزمة المتوقعة في عمليات تصدير النفط الخام، والمشتقات النفطية جراء غلق ممر مضيق هرمز"، مبيناً أنه "جرى إقرار توصيات المجلس الوزاري للاقتصاد بتعديل الرسوم والأجور ضمن محضر لجنة الأمر الديواني (87 لسنة 2025)، وتأييل لجنة لدراسة تعليمات الاستثمار والشراكة بين الجهات الممولة مركزياً، والقطاع الخاص، وما يتعلق بشأن وضع ضابطة ملحقه لشمول الدوائر الممولة ذاتياً (من غير الشركات العامة)، بعمقود الشراكة في الإدارة والتشغيل فقط، وأن تشمل هذه

الدراسة أمانة بغداد والبلديات في المحافظات". وبشأن خطابات الضمان للمشاريع، ذكر المكتب أن "مجلس الوزراء أقر تعديل قراره (873 لسنة 2025)، ليشتمل عدم تجديد خطاب ضمان حسن التنفيذ لجميع العقود التي يكون فيها المتعاقدون لديهم استحقاقات غير مصروفة بقيمة خطاب الضمان أو أكثر، مع مراعاة احتفاظ جهات التعاقد بهذه المبالغ وعدم صرفها، أو أن يجري تجديد خطاب الضمان بحسب المقادير المتبقية بحسب اختيار جهة التعاقد".

وتابع أن "المجلس صوت على إلزام إشراك ديوان الرقابة المالية الاتحادي في اللجان التي تؤلف بالأوامر الديوانية، والقرارات التي تصدر عن المجلس الوزاري للاقتصاد"، لافتاً إلى أن "مجلس الوزراء وافق على أن يكون موعد انعقاد القمة العربية لريادة الأعمال 2026 في العراق، في العاصمة بغداد في شهر تشرين الثاني 2026، وتأييل لجنة تحضيرية برئاسة السيد وزير

التخطيط وعضوية الجهات ذات العلاقة تتولى مهمة التحضير لعقد القمة المذكورة".

وفي ملف السكن، أكد المكتب أن "المجلس تابع متطلبات المضي في مشروع مدينة الصدر الجديدة، وأقر استكمال أمانة بغداد إجراءات التعاقد مع المركز الوطني للاستشارات الهندسية، واستثناء مشروع مدينة الصدر من أحكام قرار مجلس الوزراء (1128 لسنة 2025)، وقيام أولاً/ تحويل جميع مستحقات المطارات المودعة لدى الشركة العامة للملاحة الجوية إلى وزارة المالية، ويعد سياق عمل شهري، وتقوم وزارة المالية بتمويل وزارة النقل/ دائرة المطارات لأغراض الصيانة".

ثانياً/ استمرار وزارة النفط بتجهيز الوقود والزيوت بكمياتها المحددة بطريقة الدفع بالأجل، إلى المؤسسات الحكومية، مع إعلام وزارة المالية بتسديد المستحقات عن كميات الوقود وبشكل مباشر، وحسب ما تم صرفه لكل تشكيل في عام 2025 دون تجاوز الحصة من إجمالي المصروف الفعلي.

جامعة تكريت تحصد أربع نجوم في الاعتماد المؤسسي



المؤسسي الكامل وتعزيز مكانتها لكنها ليست سقف الطموح الأكاديمية والبحثية وخدمة المجتمع.

وثبات مسارها التطويري. وقال الأستاذ الدكتور وعد محمود رؤوف رئيس الجامعة: تحقيق هذا التميز كما قدم شكره وتقديره إلى وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ممثلة بمعالي الوزير المحترم لدعمها المستمر لمسار الجودة والاعتماد إلى جهاز الإشراف والتقويم العلمي على متابعتها المهنية الرصينة و إلى اللجنة الوزارية المختصة التي أدت مهامها بكل موضوعية واحترافية وكان لتوصياتها وملاحظاتها العلمية اثر مهم في تعزيز مسار التطوير والارتقاء بالأداء.

ان أربع نجوم اليوم تمثل محطة

صلاح الدين / صوت القلم:

بعزيمة صادقه و رؤية استراتيجية واضحة تواصل جامعة تكريت حضورها في الصدارة محققة انجازاً نوعياً بحصولها على مستوى أربع نجوم ضمن نتائج الاعتماد المؤسسي الصادرة عن وزارة التعليم العالي والبحث العلمي لتسجل بذلك سبقاً وطنياً نوعياً بوصفها الجامعة الأولى من بين العراق التي تنال أربعاً من خمس نجوم في هذا التقييم المؤسسي في إنجاز يعكس مكانتها وريادتها

وزير العدل يوجه باتخاذ إجراءات أمنية مشددة في السجون

الوزارة الاقدم و مدير عام دائرة الاصلاح العراقية الى جانب الكوادر المتقدمة ومدراء الاقسام السجنية، لمناقشة وتقييم الجهود الامنية للسجون وتوفير متطلباتها". وأضافت، أن "الاجتماع شهد مناقشة شاملة للإجراءات الوقائية المعمول بها داخل السجون، وسبل تعزيزها من خلال توفير الدعم اللوجستي اللازم، وتأمين الاحتياجات الفنية والمستلزمات الأمنية التي تضمن ديمومة الاستقرار ورفع مستوى الاستعداد فيها". ووجه الوزير بـ"ضرورة أن تكون السجون، لضمان وحدة القرار وسرعة القوة الإجرائية في السجون على أتم الاستجابة لأي طارئ".

بغداد / متابعة صوت القلم:

وجه وزير العدل خالد شواني، باتخاذ إجراءات أمنية مشددة في السجون والالتزام بأقصى درجات الحيطة والحذر. وذكرت الوزارة، في بيان، أن "الوزير ترأس اجتماعاً موسعاً بحضور وكيل

حرب إيران تتسع لليوم الرابع على التوالي

هجوم متبادل بالصواريخ والمسيرات والشرق الأوسط على صفيح ساخن

بغداد / متابعة صوت القلم:

اتسع نطاق الحرب الجوية الأمريكية - الإسرائيلية ضد إيران، دون أن تلوح في الأفق نهاية لها، فيما أصبحت منطقة الشرق الأوسط على صفيح ساخن جراء الهجوم المتبادل بالمسيرات والصواريخ. وأكدت السفارة الأمريكية في الرياض، أمس الثلاثاء، تعرضها لهجوم، وذلك بعد أن أفادت وزارة الدفاع السعودية بوقوع حريق "محدود" عقب غارة جوية بطائرة مسيرة. وقالت السفارة في بيان إن "البعثة الأمريكية في المملكة العربية السعودية مغلقة، وقد ألغيت جميع مواعيد المواطنين الأمريكيين، سواء كانت روتينية

أو طارئة". وباتت السفارة الأمريكية في الرياض ثاني سفارة أميركية في الخليج تتعرض لهجوم بعدما تعرضت سفارة واشنطن لدى الكويت لهجوم بمسيرات يوم الاثنين، على ما أفاد ثلاثة دبلوماسيين "فرانس برس". إلى ذلك، دعت وزارة الخارجية الأميركية مواطنيها إلى مغادرة أكثر من دولة في المنطقة على الفور. وقالت مورا نامدار، مساعدة وزير الخارجية للشؤون القنصلية، إن الوزارة حثت الأميركيين على المغادرة باستخدام وسائل تجارية من البحرين ومصر وإيران والعراق وإسرائيل والصفة الغربية وقطاع غزة والأردن



والكويت ولبنان وعمان وقطر والسعودية وسورية والإمارات واليمن. كما تواصل إيران ضرباتها بالصواريخ والطائرات المسيرة على دولة الاحتلال الإسرائيلي، كما تستمر في ضربها دول عربية في المنطقة باستهداف القواعد والمصالح الأمريكية حسب قولها. وفي تصعيد إضافي، قرر الحرس الثوري الإيراني إغلاق مضيق

هرمز نهائياً، متوعداً بإحراق أي سفينة تحاول عبوره، علماً بأن المضيق من الشرايين الاقتصادية للتجارة العالمية. وسمح في اللحظات القليلة الماضية دوي انفجارات ضخمة في الدوحة ودبي، جراء موجة جديدة من الصواريخ الإيرانية. في غضون ذلك أعلنت فرق الإسعاف للاحتلال الإسرائيلي أنها تعاملت مع 12 مصاباً في ثلاثة مواقع، عقب رشقة صاروخية من إيران باتجاه منطقة تل أبيب الكبرى. ووصفت إحدى الإصابات بالمتوسطة، فيما وصفت 11 إصابة بأنها طفيفة. وأعقب تلك الرشقة إطلاق صواريخ باتجاه منطقة النقب والبحر الميت. كما استهدف جيش

الاحتلال الإسرائيلي عدة مناطق إيرانية، وأعلن استهداف ديوان الرئاسة الإيراني ومبنى المجلس الأعلى للأمن القومي في طهران. وأعلن جيش الاحتلال الإسرائيلي عن تدميره مقر التلفزيون الرسمي في إيران مواصلاً غاراته العنيفة على طهران ومدن أخرى، حيث تسمع أصوات انفجارات ضخمة في عدة مناطق من العاصمة، وذلك بعد إعلانه بدء موجة جديدة من الهجمات في خضم الحرب المستمرة في المنطقة لليوم الرابع. وقالت وسائل إعلام إيرانية إن قصفاً جويًا دمر مبنى مجلس الخبراء الإيراني في مدينة قم جنوب طهران. وقالت وكالة "مهر" الإيرانية إن المبنى قديم ولا يستخدم للاجتماعات.

إبرام عقود مع شركات كبرى تصل مدتها إلى ١٠ سنوات

سومو تعلن اعتماد استراتيجية متوازنة لتنويع وجهات تصدير النفط الخام

بغداد / متابعة صوت القلم:

أعلنت شركة تسويق النفط سومو، عن اعتماد استراتيجية متوازنة لتنويع وجهات تصدير النفط الخام، فيما أشارت إلى إبرام عقود مع شركات رصينة تصل مدتها لعشر سنوات. وقال مدير شركة التسويق سومو علي نزار الشطري للوكالة الرسمية: إن "شركة تسويق النفط تتبنى استراتيجية متوازنة لتنويع الوجهات النهائية لصادرات النفط الخام العراقي، بما يشمل الأسواق الثلاثة الرئيسية الآسيوية، والأوروبية، والأمريكية، مع منح أولوية للسوق الآسيوية بوصفها السوق الأعلى نمواً في الطلب والأكثر عائداً من الناحية السعرية بشكل عام". وأضاف أن "الاهتمام يتركز داخل السوق الآسيوية على الدول الواعدة، وفي مقدمتها الهند والصين وكوريا الجنوبية، نظراً لقدراتها في مجال التصفية واستقرار مستويات الطلب فيها، كما تعتمد الشركة استراتيجية استثمار مدروسة لقاعدة الزبائن، تركز على الشركات النفطية العالمية الحكومية والمستقلة المتكاملة المألقة لمنظومات التصفية، إضافة إلى شركات التكرير الكبرى، بما يعزز استدامة الطلب، ويحقق استقراراً في التصريف، ويسهم في إدارة المخاطر المرتبطة بتقلبات السوق". وبين الشطري أن "النسبة الأكبر من صادرات النفط الخام العراقي يتم

توجيهها إلى السوق الآسيوية، تليها السوق الأوروبية ثم السوق الأمريكية، إلا أن هذا لم يمنع من تعزيز الحصة السوقية في القارة الأوروبية، حيث تعمل الشركة بصورة مستمرة على استثمار الفرص المتاحة لزيادة الحصة السوقية كلما سمحت الظروف السوقية بذلك". وأوضح أن "الكيميات التعاقدية من خام البصرة المتوسط المبيعة إلى الشركات الأوروبية زادت بنسبة 38% خلال عام 2023 مقارنة بعام 2022، مستفيدة من تداعيات الحرب الروسية الأوكرانية والعقوبات المفروضة على النفط الروسي، وما نتج عنها من تغييرات في أنماط الاستيراد لدى أغلب الشركات الأوروبية وهذا لا يكون على حساب التخصيص المطلوب للسوق الآسيوي". وتابع أن "التوقعات المستقبلية تشير إلى أن فرص التوسع الكمي في السوق الأوروبية تبقى محدودة نسبياً، في ظل السياسات المعتمدة داخل الدول الأوروبية الرامية إلى خفض الاعتماد على الوقود الأحفوري والتحول نحو مصادر الطاقة البديلة، وهو ما ينعكس مباشرة على توجهات قطاع التكرير الذي لا تظهر الخطط المستقبلية المعلنة بخصوصه أي زيادة متوقعة في الطاقات التكريرية حتى عام 2030". وأشار الشطري إلى أنه "يتم النظر في طلبات شراء النفط الخام العراقي المرسل من الشركات الراغبة بالتعاقد حصراً عبر البريد الإلكتروني الرسمي للشركة وبشكل مباشر، ولا تتعامل

شركة تسويق النفط مع الطلاب المقدمة يدوياً أو الواردة عبر البريد الإلكتروني من خلال وسطاء أو وكلاء أو منظمات دولية أو بعثات دبلوماسية عاملة في العراق، أي كانت جنسيتها". وأضاف: "يجري تدقيق نشاط كل شركة أو مؤسسة للتحقق من أهليتها للتعاقد على شراء النفط الخام العراقي استناداً إلى المعيار الرئيس المعتمد والمتمثل بامتلاكها لمصفاة تكرير بالكامل أو حصة في مصفاة، إضافة إلى التحقق من ملاءمتها المالية، وكونها غير مدرجة ضمن الشركات الخاضعة للعقوبات الدولية، ولا تحوم حولها أي شبهات، ويتم في هذا الإطار الاعتماد على إصدارات متخصصة رصينة، فضلاً عن الخدمات التي توفرها مؤسسات معتمدة عبر شبكة الإنترنت، والتي تتضمن معلومات متكاملة عن الشركات وملاءمتها المالية". وأوضح الشطري أنه "بناءً على نتائج التقييم، يتم استبعاد الشركات غير المستوفية للمعايير، مع إبلاغها بأسباب عدم أهليتها وفق مبدأ الشفافية، وتصنيفها ضمن جداول الشركات غير المؤهلة، أما الشركات التي تثبت أهليتها، فتُدرج ضمن جداول التخصيص تحت فقرة الشركات الجديدة المؤهلة، ليتم النظر في تخصيص كميات لها بحسب الكميات المتاحة للتصدير في كل عام". وذكر أن "شركة تسويق النفط تعتمد سياسة تقضي بإعطاء الأولوية في تخصيص الكميات المتاحة للتصدير لشركات النفطية المألقة لطاقتات

تصفية كبيرة، سواء كانت شركات متخصصة في نشاطات التصفية حصراً أو شركات متكاملة عمودياً، حيث يشكل قطاع التصفية فيها جزءاً أساسياً من أنشطتها التي تشمل أيضاً الاستكشاف والإنتاج فضلاً عن الجوانب اللوجستية ذات الصلة". مبيناً أن "هذه الشركات تتمتع بقدرتها العالية على استيعاب تقلبات الأسعار والمحافظة على مستويات طلب مستقرة للنفط الخام العراقي على المدى الطويل". ولفت إلى أن "شركة تسويق النفط ترمز مع زبائنها الدائمين عقوداً سنوية، تحدد بموجبها الكميات المخصصة لكل شركة استناداً إلى معايير معتمدة وإجمالي الكميات المتاحة للتصدير، مع إمكانية تعديل تلك الكميات في الدورات التعاقدية اللاحقة بحسب ظروف السوق والسياسة التسويقية المعتمدة ونسب تنفيذ تلك الشركات، ووفق منهجيات أسواق النفط، تُصنف هذه العقود ضمن العقود طويلة الأمد (Term Contracts)، نظراً لأن جزءاً كبيراً من النفوط العالمية يباع على أساس شحنات فورية (Spot Car-gos). واختتم الشطري بالقول إن "السياسة التسويقية المعتمدة أسفرت عن إبرام عقود طويلة الأمد تصل مدتها إلى عشر سنوات مع عدد من الشركات العالمية الرصينة مع إبقاء حق مراجعة الكميات سنوياً، بما يسهم في تعزيز استدامة الطلب على النفط الخام العراقي في مختلف الأسواق وتحقيق المصلحة العليا للبلد".

ترمب يعترف: ارتكبنا أخطاء في العراق



واشنطن / متابعة صوت القلم:

اعترف الرئيس الأمريكي دونالد ترمب، أن الولايات المتحدة ارتكبت أخطاء في العراق بينها الاستغناء عن الجيش وموظفي الحكومة. وقال ترمب في كلمة له، "إسرائيل لم تجربني على الهجوم على إيران والعكس صحيح، إيران كانت ستبادر لمهاجمتنا لو لم نهجمها"، مردفاً "أنا من دفع إسرائيل للانخراط في المعركة". وقال ترمب، في تصريحات صحفية: "نبلي بلاء حسناً في ما يتعلق بإيران ولو لم نهجمها لاندلعت حرب نووية". وتابع "إسبانيا وبريطانيا لم تتعاوننا معنا بشأن إيران ولندن تخلت بغباء عن جزيرة

تشاغوس"، معتبراً أنه "لو لم ألخ اتفاق أوباما مع إيران لكان لديها سلاح نووي منذ 3 سنوات". وتحدث ترمب في كلمته عن العراق بالقول، "ارتكبنا أخطاء في العراق بينها الاستغناء عن الجيش وموظفي الحكومة". وجاءت تصريحات ترمب في وقت تستعد فيه الولايات المتحدة ومنطقة الشرق الأوسط لموجات جديدة من الهجمات الصاروخية والطائرات المسيرة من إيران، التي ردت على الضربات بسلسلة هجمات منذ اندلاع الصراع، يوم السبت. وكان ترمب قد ألمح إلى أن الحرب قد تستمر أربعة أو خمسة أسابيع، أو قد تنتهي خلال أيام قليلة.

بعد هجوم على قاعدة بريطانية

فرنسا ترسل أنظمة مضادة للمسيرات إلى قبرص

باريس / متابعة صوت القلم:

قالت وكالة الأنباء القبرصية شبه الرسمية، إن فرنسا تعتزم إرسال أنظمة مضادة للصواريخ ومضادة للطائرات المسيرة إلى قبرص، بعد أن تعرضت قاعدة بريطانية على الجزيرة لهجوم بطائرات مسيرة. ويأتي الحديث عن الدعم الفرنسي للجزيرة في أعقاب عرض من اليونان

للمساعدة بعد ساعات من استهداف قاعدة أكروتييري الجوية، وهي قاعدة خاضعة للسيادة البريطانية، في واقعتي طائرات مسيرة منفصلتين (الاثنين). وذكرت الوكالة أن فرنسا سترسل أنظمة مضادة للصواريخ والطائرات المسيرة، بالإضافة إلى فرقاطة. وذكرت أن الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون، أبلغ الرئيس القبرصي

نيكوس خريستودوليدس، بعزمه القيام بذلك. وأكد مصدر حكومي قبرصي، طلب عدم نشر اسمه، ما ورد في هذا التقرير. وأرسلت اليونان أمس، 4 طائرات مقاتلة من طراز «إف-16» إلى الجزيرة. وتبحر فرقاطتان أيضاً إلى قبرص إحداهما مزودة بنظام التشويش المضاد للطائرات المسيرة

«سينتاوروس». وقالت مصادر دفاعية قبرصية إن نظام «سينتاوروس»، قادر على رصد الطائرات المسيرة التي تحلق على مستويات منخفضة وتعطيلها، مثل تلك التي تحطمت في قاعدة «أكروتييري» التابعة لسلاح الجو الملكي البريطاني وتجاوزت الرادارات.



اسعار الفواكه والخضار والمواد الغذائية

الفواكه	الخضار
برتقال عراقي 2000\1500	الطماطة 750\ 500
تفاح مستورد 2000 \ 1500	البطاطا 750\ 500
برتقال عراقي 1500	الخيار 1000 \ 750
منكا 3000	خيار قشاة 1500
خوخ 4500	الباقلاء 1000
عنب 3000	فلفل بارد 1500
ليمون عراقي 4000	فلفل حار 1500
ليمون مستورد 2250	الباذنجان 1250\1000
لانكي 1500	البصل 750\ 500
اجاص 3500	الجزر 1000
الموز 1000	فاصوليا 2000
رمان 3000 \ 2000	لهانة 500
بطيخ 1250	قرنابيط 1000
رقي 750	شجر 1000
الكوي 2000\1500	خس 1000
السندي 3000	بروكلي 1500
عرموط 3000	شلغم 500
	شونذر 500
	بصل أخضر 750

رغم ظروف الحرب في المنطقة

مدير النقل البحري : طواقمنا وسفننا بأمان وجاهزون لكل طارئ



بغداد / صوت القلم:

أكد مدير عام النقل البحري والهيئة البحرية العراقية العليا، رئيس المهندسين البحريين أحمد جاسم الأسدي، أن طواقمنا وسفننا بأمان وجاهزة لكل طارئ رغم الظروف الاستثنائية التي تشهدها المنطقة في ظل الحرب الراهنة.

وأوضح الأسدي في بيان: "أن إدارة الأسطول تتابع على مدار الساعة حركة السفن العراقية، وتنسق بشكل مباشر ومستمر مع الجهات المعنية لضمان

أعلى درجات الأمان والحماية للطواقم والممتلكات البحرية، مشيراً إلى أن الخطط الاحترازية المعمدة أسهمت في تعزيز مستوى الجاهزية والاستجابة لأي طارئ.

وأضاف أن أبناء العراق من البحارة يثبتون يوماً بعد آخر مهنتهم العالية والتزامهم الوطني، وهم يؤدون واجبهم في نقل البضائع وتأمين حركة التجارة البحرية بكل كفاءة واقتدار، رغم التحديات المحيطة. مؤكداً أن سلامة الكوادر العراقية تبقى أولوية قصوى لا يمكن التهاون بها.

البورصة العراقية تتداول أكثر من ٣ مليارات دينار خلال أسبوع



بغداد / صوت القلم:

مليون سهم، بارتفاع نسبيته 34% قياساً بالأسبوع الذي سبقه، بقيمة مالية بلغت 3 مليارات و280 مليون دينار، بانخفاض بنسبة 42% مقارنة بالأسبوع السابق، من خلال تنفيذ 3568 صفقة، مشيراً إلى أن "مؤشر الأسعار المتداوله ISX60 أغلق عند 963.44 نقطة مسجلاً ارتفاعاً بنسبة 0.27% عن إغلاقه في الجلسة السابقة".

وأشار إلى أن "عدد الأسهم المتداولة من المستثمرين غير العراقيين خلال الأسبوع الماضي بلغ 108 ملايين سهم بقيمة مالية بلغت 107 ملايين دينار من خلال تنفيذ 52

صفقة، فيما بلغ عدد الأسهم المتداولة من المستثمرين غير العراقيين 9 ملايين سهم بقيمة مالية بلغت 102 مليون دينار عبر تنفيذ 62 صفقة".

يذكر أن سوق الأوراق المالية ينظم خمس جلسات تداول أسبوعياً من الأحد إلى الخميس، وتُدرج فيه 104 شركات مساهمة عراقية تمثل قطاعات المصارف والاتصالات والصناعة والزراعة والتأمين والاستثمار المالي والسياحة والفنادق والخدمات.

اسعار اللحوم والدواجن

اسعار اللحوم والدواجن	اسعار المواد الغذائية
لحم غنم عراقي (1 كغم) = 18.000 \ 20.000	زيت الطعام الدار (1 لتر) = 2.250
لحم عجل عراقي (1 كغم) = 14.000 \ 16.000	زيت الطعام زير (1 لتر) = 2.500
لحم عجل مستورد (1 كغم) = 9.000 \ 10.000	رز محمود (4.5 كغم) = 9.000
دجاج عراقي حي (1 كغم) = 6.000	رز العربية (4.5 كغم) = 8.500
سمك كارب حي (1 كغم) = 5.000	سكر (1 كغم) = 1.250
فخذ دجاج عراقي (1 كغم) = 4.500	معجون طماطم (كبيرة) = 2.250
فخذ دجاج مستورد (1 كغم) = 3.000	فاصوليا (1 كغم) = 3.000
اجنحة عراقية (1 كغم) = 4.500	لوبيا (1 كغم) = 3.500
صدر دجاج عراقي (1 كغم) = 7.000	باقلاء (1 كغم) = 2.500
صدر دجاج مستورد (1 كغم) = 5.500 \ 6.000	عدس (1 كغم) = 2.000
طبقة البيض العراقي = 6.000 \ 6.500	حمص (1 كغم) = 3.500
	برغل طبخ (1 كغم) = 1.500

انخفاض أسعار الذهب في بغداد واربيل

بغداد / صوت القلم:

وفيما يخص أسعار الذهب في محال الصاغة، فإن سعر بيع مثقال الذهب الخليجي عيار 21 يتراوح بين 1.160 مليون دينار، و 1.170 مليون دينار، فيما يتراوح سعر بيع مثقال الذهب العراقي بين 1.130 مليون دينار و 1.140 مليون دينار.

أما أسعار الذهب في اربيل فقد سجلت انخفاضا أيضاً، حيث بلغ سعر عيار 22 بيع 1.220 مليون دينار، وعيار 21 بيع 1.155 مليون دينار، وعيار 18 بيع 990 ألف دينار.

ويُسعر الذهب لدى الصاغة في عملية حسابية يدخل فيه سعر الأونصة عالمياً مع سعر الدولار محلياً.

انخفضت أسعار الذهب الاجنبي والعراقي، في الأسواق المحلية بالعاصمة بغداد، و في اربيل.

وسجلت أسعار الذهب في أسواق الجملة بشوارع النهر في بغداد امس الثلاثاء سعر بيع للمثقال الواحد عيار 21 من الخليجي والتركي والأوروبي 1.157 مليون دينار، وسعر الشراء 1.153 مليون دينار، فيما سجلت يوم امس الاثنين 1.210 مليون دينار.

كما سجل سعر بيع المثقال الواحد عيار 21 من الذهب العراقي سجل 1.127 مليون دينار، وبلغ سعر الشراء 1.123 مليون دينار.

أول مرة منذ ثلاث سنوات

الغاز الأوروبي يتجاوز ٦٥٠ دولاراً لـ ١٠٠٠ متر مكعب

بغداد / صوت القلم:



واصلت أسعار الغاز في أوروبا ارتفاعها، حيث تجاوزت حاجز 650 دولاراً لـ 1000 متر مكعب للمرة الأولى منذ شباط / فبراير 2023 على خلفية المواجهة بين إيران، والولايات المتحدة وإسرائيل.

وفي التعاملات الصباحية ارتفعت العقود الآجلة للغاز لشهر نيسان / أبريل المقبل في مركز الطاقة (TTF) في هولندا إلى 656 دولاراً لكل ألف متر مكعب أو 54.46 يورو لكل ميغواط /

هجوم استهدف أكبر مجمع لإنتاج الغاز في قطر.

وتعد قطر ثالث أكبر مصدر للغاز المسال في العالم بعد الولايات المتحدة وأستراليا بطاقة إنتاجية تبلغ 77 مليون طن سنوياً، وتسعى لتوسيعها إلى 142 مليون طن.

كما أثرت على أسعار الغاز تهديدات مستشار قائد الحرس الثوري الإيراني اللواء إبراهيم جباري بـ"حرق" أي ناقلة تحاول عبور مضيق هرمز، في تصعيد خطير يهدد سلاسل التوريد العالمية.

ساعة، وقد تجاوزت الزيادة في الأسعار ولطاقة" توقف إنتاج الغاز المسال إثر منذ بداية اليوم 20%.

إعلانك في صوت القلم يضمن لك الانتشار الأوسع

للتواصل

07730004671

sawtalqalam8@gmail.com

alnasday@yahoo.com



رسمياً.. العراق يلعب ملحق المونديال في المكسيك وودية محتملة أمام الأرجنتين

بغداد / صوت القلم:

أبلغ كل من الاتحاد الدولي لكرة القدم والاتحاد الآسيوي لكرة القدم رسمياً الاتحاد العراقي لكرة القدم بتثبيت إقامة مباريات الملحق في مدينة مونتيري المكسيكية، حيث سيواجه العراق الفائز من مباراة بوليفيا وسورينام في الملحق الحاسم المؤهل إلى كأس العالم.

وبحسب مراسل وكالة شفق نيوز، فقد نصح الاتحاد الدولي الجانبي العراقي بضرورة السفر المبكر إلى المكسيك خلال الأيام الأربعة عشر المقبلة، تفادياً لأي معرقات محتملة، ولضمان الاطمئنان على ترتيبات إقامة المنتخب



ومقر المعسكر التدريبي. ووفق الخطة الموضوعية، سيتم جمع لاعبو المنتخب في بغداد، ثم يتوجهون براً بالحافلة إلى إقليم كوردستان، قبل مواصلة الرحلة براً إلى تركيا، فيما سينضم إليهم اللاعبون المحترفون المتواجدون هناك، على أن يسافر الجميع بعدها إلى المكسيك على متن طائرة واحدة استعداداً لخوض الاستحقاق المرتقب. وفي سياق متصل، كشفت تقارير إنكليزية أن الاتحاد الدولي لكرة القدم يضع العراق في مقدمة المنتخبات المرشحة للاستفادة من أي

طارئ قد يؤدي إلى انسحاب أحد المنتخبات الآسيوية من نهائيات كأس العالم 2026، حيث سيكون العراق المرشح الأبرز للتأهل المباشر في حال حدوث ذلك.

من جانب آخر، تلقى الاتحاد العراقي لكرة القدم مفاتحة أولية من نظيره الاتحاد الأرجنتيني لكرة القدم لإقامة مباراة ودية تجمع منتخب البلدين في التاسع من حزيران المقبل، وذلك لرغبة الجانب الأرجنتيني في خوض مواجهة تحضيرية أمام منتخب بمستوى قريب من الأردن قبل خوض مواجهات كأس العالم، الذي يتواجد في المجموعة ذاتها مع الأرجنتين في المونديال المقبل.

الشرطة يتغلب على الكهرباء وديربي كوردستان يتسم لنوروز



بغداد / صوت القلم:

الثاني. وفي إطار المنافسات ذاتها، احتضن ملعب دهوك مواجهة ديربي كوردستان التي جمعت بين فريقي دهوك ونوروز، حيث فاز فريق نوروز على مضيفه فريق دهوك بنتيجة 1-2. وانتهى الشوط الأول بالتعادل السلبي من دون أهداف. وفي الشوط الثاني سجل دهوك هدفه في الدقيقة 55 عن طريق محمد داود، وتمكن نوروز من تعديل النتيجة في الدقيقة 81 عن طريق نيتسو اكارا، ومن ركلة جزاء جاء الهدف الثاني لنوروز نفذها بنجاح مروان حسين في وقت قاتل عند الدقيقة 90+3. وبهذا الفوز رفع نوروز رصيده للنقطة 25 بالمركز 12، وتجمد رصيده دهوك عند النقطة 27 بالمركز 11.

فاز فريق الشرطة على ضيفه الكهرباء، كما تغلب نوروز على مضيفه دهوك، ضمن منافسات الجولة العشرين من دوري نجوم العراق لكرة القدم. وجرت المباراة على ملعب نادي الشرطة في بغداد عند 9:00 مساءً وانتهت لصالح الشرطة بنتيجة 2-0. وانتهى الشوط الأول بتقدم فريق الشرطة بهدف واحد سجله اللاعب أحمد فرحان في الدقيقة 36. وفي الشوط الثاني سجل الشرطة هدفه الثاني عن طريق محمود الموس في الدقيقة 81. وبهذه النتيجة رفع فريق الشرطة رصيده للنقطة 44 بالمركز

الموصل يخطف نقطة ثمينة من الزوراء في ختام الجولة ٢٠

بغداد / صوت القلم:

خطف فريق الموصل نقطة ثمينة من مضيفه الزوراء، في ختام مواجهات الجولة 20 من دوري نجوم العراق لكرة القدم. وجرت المباراة على ملعب نادي الزوراء في بغداد عند الساعة 11:15 مساءً وانتهت بنتيجة 1-1. وانتهى الشوط الأول بتقدم الزوراء بهدف دون مقابل، جاء الهدف برأسية مباغتة من قبل اللاعب برايان ريكاسوس في الدقيقة 21 وفي الشوط الثاني أدرك فريق الموصل هدف التعديل من ركلة جزاء نفذها بنجاح اللاعب علاء الدين الدالي في الدقيقة 90، وكاد الموصل أن يخرج فائزاً في وقت قاتل حينما احتسب الحكم يوسف سعيد ركلة جزاء ثانية للموصل في الدقيقة 90+5 لكن أضعافها اللاعب علاء الدين الدالي. وبهذه النتيجة رفع فريق الزوراء رصيده للنقطة 32 بالمركز الثامن، كما رفع الموصل رصيده للنقطة 23 بالمركز 15.



يويفا يفرض غرامة مالية على توتنهام

العنصري لجماعه خلال مباراة الفريق ضد مضيفه آينتراخت فرانكفورت في دوري أبطال أوروبا.

كما تم فرض عقوبة أخرى على النادي اللندني تمنعه من بيع التذاكر لمشجعيه في مباراة واحدة خارج قواعده في المسابقات الأوروبية، على أن يتم تطبيق هذه العقوبة فقط إذا وقعت مخالفة مماثلة خلال فترة مراقبة مدتها عام واحد.

هذا وسيخوض توتنهام مواجهة صعبة في العاشر من الشهر الجاري أمام مضيفه أتلتيكو مدريد لحساب دور الستة عشر من دوري أبطال أوروبا.



بغداد / صوت القلم: أعلن الاتحاد الأوروبي لكرة القدم يويفا فرض غرامة مالية قدرها خمسة وثلاثون هونج كونج على نادي توتنهام بسبب السلوك

الهلال يكشف آخر مستجدات إصابة بنزيما

بغداد / صوت القلم:

وأوضح البيان أن بنزيما وحسان تمبكتي يواصلان المرحلة المتقدمة من التأهيل، حيث خاضا تدريبات لياقية بالكرة، وعملا معا في صالة الإعداد البدني، تمهيداً للانضمام إلى الجماعي قريباً.

وفيما يخص يوسف إكشبينيتش ومحمد الربيعي، بدأ الثنائي يشارك في الجزء الأول من التدريبات الجماعية، ثم يستكملان برنامجهما التأهيلي تحت إشراف الجهاز الطبي - إشارة إيجابية لاقتربهما من العودة الكاملة.

ولفت البيان إلى أن سالمون بوابري دخل عيادة "ميننا" الطبية بعد آلام في الكتف، وسيدد التقييم النهائي مدة غيابه. وأفاد بأن الجهاز الفني يضع كل تركيزه الآن على تجهيز "الأسماء الكبيرة" في أسرع وقت، لأن مواجهة النجمة ليست مجرد 3 نقاط.

وقع الهلال مع النجم الفرنسي كريم بنزيما، ليغير معادلة الزعيم الهجومية، ولكنه يواجه تحدياً قوياً يؤثر بشكل كبير على مستقبله مع الفريق.

ويواجه المهاجم الفرنسي إصابة في العضلة الضامة أبعده عن آخر مباراتين (التعاون والشباب)، وأثارت قلقاً كبيراً بين الجماهير والجهاز الفني.

ويدخل المهاجم المخضرم (38 عاماً) سباقاً مع الوقت ليكون جاهزاً في أقرب وقت ممكن.

وأصدر نادي الهلال السعودي بياناً طبياً رسمياً، كشف فيه آخر التطورات قبل مواجهة النجمة الحاسمة مساء الجمعة المقبل في الجولة 25 من دوري روشن.

ريال مدريد يتعرض للهزيمة على أرضه أمام خيتافي

بغداد / صوت القلم:

الهزيمة أمام أوساسونا الجولة الماضية، تجمد رصيده عند النقطة 60 في المركز الثاني بفارق 4 نقاط عن المتصدر برشلونة.

أما خيتافي ففي المركز الـ11 برصيد 32 نقطة. حقق خيتافي فوزه الثاني على الإطلاق خارج أرضه أمام ريال مدريد في الدوري الإسباني، بعد فوزه الأول 1-0 في فبراير 2008 تحت قيادة مايكل لاودروب.

وخسر ريال مدريد مباراتين متتاليتين في الدوري الإسباني للمرة الأولى منذ مايو 2019 تحت قيادة زين الدين زيدان (هزيمتان)

خسر ريال مدريد أمام ضيفه خيتافي (1-0)، ضمن المرحلة 26 من الدوري الإسباني لكرة القدم.

ووقع على هدف خيتافي مارتين ساتريانو 39 من تسديدة قوية.

وتعرض لاعب ريال مدريد الأرجنتيني فرانكو ماستاتونو 90+5 للطرد قبل النهاية بقليل، ثم لحق به لاعب خيتافي ليسو 90+7. بهذه الخسارة الثانية تواليا للفريق الملكي بعد



ريال مدريد يكشف طبيعة إصابة مبابي

بغداد / صوت القلم:

ويخوض ريال مباراتين حاسمتين في الأيام المقبلة حيث يتواجه مع مانشستر سيتي الإنجليزي في ذهاب وإياب ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا في 11 و17 آذار/ مارس تواليا.

ومن المقرر أيضاً أن يخوض المنتخب الفرنسي مباراتين وديتين ضد البرازيل في 26 آذار/ مارس في بوسطن، وكولومبيا في 29 منه (واشنطن)، وذلك قبل شهرين ونصف من انطلاق كأس العالم (11 حزيران/يونيو-19 تموز/ يوليو في الولايات المتحدة والمكسيك وكندا).

أعلن ريال مدريد الإسباني عن إصابة هدفه الفرنسي كيليان مبابي بالتواء في ركبته اليسرى. وقال النادي الملكي في بيان له: "بعد إجراء فحوصات على لاعبنا كيليان مبابي من قبل أخصائيين طبيين فرنسيين، تحت إشراف الخدمات الطبية لريال مدريد، تم تأكيد تشخيص إصابته بالتواء في ركبته اليسرى. وستتم متابعة حالته". واضطر مبابي الذي يعاني من إصابة في الرباط الجانبي لركبته اليسرى منذ أواخر العام الماضي، إلى الانسحاب من مباراة إياب الملحق المؤهل إلى ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا ضد بنفيكا الثلاثاء الماضي، بسبب الإصابة.

نصائح صحية

الحمل والصيام.. نصائح للحفاظ على الطاقة خلال رمضان

يشكل صيام المرأة الحامل تحديًا جسديًا ونفسيًا، خاصة مع التغيرات الفسيولوجية التي يمر بها جسدها خلال فترة الحمل. ومع ذلك، يمكن للحامل الصوم بأمان، شريطة اتباع إستراتيجيات صحية للحفاظ على الطاقة وضمان سلامتها وسلامة الجنين. التغذية الذكية تبدأ سلامة الصيام بتناول وجبة السحور الغنية بالمغذيات المتوازنة، ويُنصح بالتركيز على البروتينات، والحبوب الكاملة، والفواكه والخضراوات الغنية بالألياف، إلى جانب الدهون الصحية مثل زيت الزيتون والمكسرات. البروتين يساعد على شعور الشبع لفترة أطول، في حين تمنح الألياف الطاقة تدريجيًا وتحد من الشعور بالإرهاق؛ ما يساهم في استقرار مستويات السكر في الدم خلال ساعات الصيام الطويلة. الترطيب المتواصل الجفاف أحد أكبر المخاطر التي تواجه الحامل أثناء الصيام، خاصة في الأيام الحارة. لذلك، يُنصح بشرب كمية كافية من الماء بين الإفطار والسحور، وتجنب المشروبات الغازية أو

السكرية، والتركيز على الماء والعصائر الطبيعية غير المحلاة. كما يمكن تناول الشوربات الخفيفة أو الفواكه الغنية بالماء مثل البطيخ والبرتقال لتعويض السوائل وفقدان الأملاح، بما يحافظ على توازن الجسم ويمنع التعب والدوخة. تقسيم الوجبات والإفطار المتوازن تساعد الحامل على تجنب الإرهاق وتقسيم وجبة الإفطار إلى جزئين: تبدأ بوجبة خفيفة تحتوي على سائل وطعام سهل الهضم، ثم تناول وجبة رئيسية متوازنة بعد مرور ساعة تقريبًا. ويجب التركيز على الكربوهيدرات المعقدة، مثل: الأرز البني أو الشوفان، والبروتينات مثل الدجاج أو السمك، إلى جانب الخضراوات، لضمان استمرار الطاقة على مدار اليوم التالي. النشاط البدني المعتدل الحركة الخفيفة تساعد الجسم على الحفاظ على الطاقة وتحسين الدورة الدموية، مثل المشي القصير أو تمارين التمدد البسيطة بعد الإفطار. بينما يُنصح بتجنب النشاط الشديد أثناء ساعات الصيام لتقليل استهلاك الطاقة والحفاظ على الترطيب.

علاقات مجتمعية..

علامات تكشف مرور زوجتك بأزمة نفسية.. وطرق لدعمها

شعورها بالإرهاق النفسي. -تغير في نمط النوم أو الأكل: النوم المفرط أو القليل جدًا، وفقدان الشهية أو الإفراط في تناول الطعام، غالبًا ما تكون علامات للضغط النفسي. -فقدان الاهتمام بالهوايات والمهام اليومية: الإحساس بعدم الرغبة في القيام بالأنشطة التي كانت تسعدنا سابقًا يعد مؤشرًا على الحالة النفسية المتدهورة. -الانفعال الزائد أو الحساسية المفرطة: أي ردود أفعال مبالغ فيها تجاه مواقف بسيطة قد تكون علامة على ضغوط نفسية متراكمة تحتاج للتفريغ والدعم.



انسحابها عن العائلة أو الأصدقاء، وفقدان الاهتمام بالأنشطة المعتادة، قد يشير إلى

نفسياً كبيراً. -الانعزال الاجتماعي:

في زوايا الحياة اليومية، أحيانًا تخفي القلوب ما لا تستطيع الكلمات التعبير عنه، وعندما تمر زوجتك بلحظات من القلق أو الحزن، قد تتبدى لك إشارات دقيقة في نظراتها، في صمتها، أو في ابتسامتها التي تبدو أقل إشراقًا من المعتاد، وملاحظة هذه العلامات بركة وحنان هو أول خطوة لتكون سندها، وتؤكد لها أنكما معًا في مواجهة كل ما يثقل قلبها، وفي السطور التالية نستعرض من أبرز العلامات التي قد تشير إلى مرور الزوجة بأزمة نفسية:

-تغير المزاج المفاجئ: شعور بالحزن أو الانفعال الشديد دون سبب واضح، أو التوتر المستمر، يعكس ضغطًا

اناقة وجمال

نصائح لإنتاج الكولاجين طبيعيًا في الجسم



ذكرناها لك، فإن الأحماض الدهنية هي ضرورية أيضاً لتحفيز إنتاج الكولاجين، وتجديدها خصوصاً في

الحصول على الفيتامين A من خلال العديد من المواد الغذائية التي تعتبر الخضروات والفواكه على غرار المانجو، الجزر، المشمش والسبانخ من أهمها تبعاً لإحتوائها على البيتاكاروتين. وتكمن أهمية البيتاكاروتين في تحوله إلى الفيتامين A بمجرد دخوله إلى الجسم. - الفيتامين C يساهم الفيتامين C وهو فعال في إنتاج الكولاجين والحد من علامات الشيخوخة والقضاء عليها من خلال محاربة الجذور الحرة. يمكن الاستفادة من هذا الفيتامين عبر التركيز على أغذية معينة

كالحمضيات مثلًا كالليمون، الجوافة والبابايا إضافة إلى الأفوكادو. - الفيتامين E يعمل هذا الفيتامين بشكل فعال تحفيز إنتاج الكولاجين وإعادة بنائه، كما يحافظ على رطوبة البشرة وليونتها وحمايتها من الجفاف. ويتمتع بدور ملحوظ في الحد من الجذور الحرة وعلامات الشيخوخة الناجمة خصوصاً عن التعرض المكثف لأشعة الشمس. وتعتبر المكسرات، والخضروات الورقية إضافة إلى ثمار البحر والحبوب الكاملة من المواد الغذائية الغنية بالفيتامين E. بالإضافة إلى هذه الفيتامينات التي

الكولاجين من البروتينات الأساسية للحفاظ على ليونة البشرة وشبابها ما يجعله مكونًا بارزًا في معظم مستحضرات العناية بالبشرة ومحاربة الشيخوخة. وفي موضوعنا اليوم سنعرّفك إلى بعض الفيتامينات التي تحفز بشكل ملحوظ إنتاج الكولاجين والتي يمكنك التركيز عليها. - الفيتامين A يلعب هذا الفيتامين دورًا فعالًا في عملية تجديد خلايا الجلد كما يحسن إلى حد بعيد أنسجة البشرة، ما يرفع تلقائيًا نسبة إنتاج الكولاجين. ويسهل

تدبير منزلي

10 استخدامات لا تعرفينها عن الفازلين



يستخدم عادةً الفازلين لترطيب البشرة وتنعيمها، إلا أن له استخدامات أخرى كثيرة ربما لا تعرف عنها شيئًا، فما هي تلك الاستخدامات؟ وهناك استخدامات أخرى للفازلين ربما لا تعرفها: - جعل العطر يدوم طويلاً يمكنك وضع قليل من الفازلين على المناطق التي سترششين عليها عطر المفضل، لتثبيت الرائحة، ولتدوم لفترة أطول.

- شعر ناعم استخدم الفازلين لجعل الشعر المعقد الهائش أملس، ومرتب وإخفاء الأطراف الجافة المقصفة، وحتى ترتيب الحواجب المشعثة (الهائشة غير المرتبة) في مكانها.

- بديل "الهياي لايتز" استخدم الفازلين بديلاً لـ"الهياي لايتز". فقط ضعي كمية صغيرة على نقاط عالية من وجهك مثل الوجنتين والأنف لتظهر لامعة وبشكل طبيعي، كما يمكنك تطبيق الفازلين على الساقين والزرايين لجعلها أكثر لمعاناً وجاذبية.

- إزالة بقع المكياج من الملابس باستخدام منشقة غسيل رطبة، يمكن استخدام الفازلين للتخلص من بقع المكياج من ملابسك وكذلك الوسائد والبطانيات والملابس.

- منع بقع طلاء الأظافر على الأصابع ضعي الفازلين حول أظافرك قبل تطبيق طلاء الأظافر، لمنع التصاق بقع الطلاء على أصابعك والمنطقة حول الأظافر.

- التخلص من التشققات والجلد الجاف ضعي الفازلين على الكعب المتشقق أو المرفقين الجافين، وارتي زوجاً من الجوارب، واذهبي إلى النوم، لتستيقظي ببشرة ناعمة ورطبة.

- عمل أحمر شفاه إذا كان هناك لون معين لأحمر الشفاه تريدينه يمكنك صنعه في المنزل، عن طريق خلط الفازلين مع اللون الذي ترغبين به من للال العيون الجاف، كما يمكن أن تحصلي على ظلال عيون كريمي بالطريقة نفسها، إضافة إلى "الهياي لايتز" إذا كان لديك هاي لايتز جاف وتريدي تحويله إلى كريمي ضعي عليه قليلاً من الفازلين.

- بديلاً للماسكارا إذا كنت لا تريدي استخدام الماسكارا بشكل يومي للحفاظ على رموشك، يمكنك استبدالها بالفازلين. احضري ماسكارا فارغة نظفها بواسطة مزيل المكياج، ضعي عليها كمية قليلة من الفازلين ومشطي رموشك لتكتسب كثافة ولمعانا.

- تلميع الحقايب والأحذية الجلدية إذا لاحظت بعض التشققات في حذاءك أو حقيبكت الجلدية لمعيها بالفازلين، لتعود جديدة ولامعة.

- إزالة المكياج مزيل المكياج يمكن أن يكون مكلفاً كما أنه لا يمكنك استخدامه على العين، بدلاً من ذلك يمكنك استخدام الفازلين لإزالة الكحل، والماسكارا، إضافة إلى الرموش الصناعية.

اسرار الطبخ ..

الكبسة السورية بالخضار



المكونات
أرز بسمتي منقوع ومصفى -
كوبان ونصف
فخذ دجاج مع الجلد - 3
مرق دجاج - لتر ونصف (أي 12 كوب)
زيت نباتي - نصف كوب
طماطم حجم متوسط، مقطعة إلى مكعبات صغيرة - 3
فلفل رومي ملون حجم صغير، إلى مكعبات صغيرة - 3
بصل حجم متوسط، مفروم فرماً



2- في قدر على حرارة متوسطة، سخني الزيت. أضيفي البصل وقلبيه لدقيقتين.
3- أضيفي الفلفل الرومي. قلبي المزيج لـ 3-4 دقائق حتى تتداخل النكهات.
4- زبدي الطماطم. قلبي المكونات لـ 3-4 دقائق حتى يكف قوام المزيج.
5- أضيفي ملعقة صغيرة من الملح، كبش القرنفل، الكزبرة الجففة، الهيل، السبع بهارات، بهارات الكبسة، الكاري وورق الغار.
6- قلبي المكونات جيداً، واطري المزيج على النار حتى يكف أي لحوالي 3 دقائق.
7- أضيفي مرق الدجاج وأفخاذ

ناعماً - 1
كبش قرنفل - 3 حبات
جبهان أو هيل - 2
ملح - ملعقتان صغيرتان
كزبرة مجففة - نصف ملعقة صغيرة
بهارات الكبسة مشكلة - ملعقة صغيرة
سبع بهارات - ملعقة صغيرة كاري - نصف ملعقة صغيرة ورق غار - 2
للتزيين:
زبيب - بحسب الرغبة
1- حمي الفرن على حرارة 200 درجة مئوية. إفردى ورق زبدة في قعر صينية فرن.

تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على الحالة النفسية

حوالي ثلث البنين تفاعلوا على الشبكات الاجتماعية.

وفي سن 15 عاماً، زاد تفاعل كل من الفتيات والبنين، ولكن الفتيات أكثر قليلاً من البنين: 59 في المئة من الفتيات مقابل 46 في المئة من البنين، يمضون حوالي ساعة أو أكثر في اليوم على الشبكات الاجتماعية.

وأعلن د. كارا بوك الذي شارك في الدراسة قائلاً: "يبدو أن الرفاه طوال فترة المراهقة، يتناقص لدى كل من الفتيات والبنين، وهذا ما عكسته نقاط السعادة والنواحي الأخرى من الرفاه.

وتشير النتائج التي توصلنا إليها في دراستنا، إلى أن من المهم مراقبة عملية التفاعل المبكرة على الشبكات الاجتماعية، وخصوصاً لدى الفتيات، لأن من شأن ذلك أن يكون له تأثير سلبي على الرفاه خلال فترة لاحقة، وخصوصاً في فترة المراهقة، وربما كذلك لدى البالغين."



انخفضت نقاط السعادة بالنسبة إلى الفتيات بحوالي 3 نقاط، من 36.9 إلى 33.3، مقارنة بنظيرتيهن لدى البنين، من 36.2 إلى 34.55. فيما انخفضت المشاكل العاطفية لدى البنين وزادت لدى الفتيات.

وفي سن 13 عاماً، تفاعل حوالي نصف الفتيات على الشبكات الاجتماعية، ولدة أكثر من ساعة في اليوم، في المقابل

نقاط السعادة المبنية على مجموعة من الأسئلة المختلفة حول نواحي مختلفة من حياتهم، في محيط الأسرة والمدرسة، واستبيان آخر يتمحور حول المشاكل العاطفية والسلوكية.

الفتيات اللواتي يقضين وقتاً أطول على الشبكات الاجتماعية أقل سعادة أثبت مؤلفو الدراسة أنه طوال فترة المراهقة،

الفيديو، والاستقرار، وتويتز... كلما زادت فترة البقاء والمتابعة على الشبكات الاجتماعية، تبخرت السعادة خلال فترة المراهقة.

من شأن الاستخدام المفرط للشبكات الاجتماعية خلال فترة الطفولة، أن يؤثر سلباً على المدى البعيد، على سعادة الشخص وخصوصاً خلال فترة المراهقة. أجرى باحثون بريطانيون من كلية جامعة لندن UCL ومن جامعة أسكس في المملكة المتحدة، دراسة لمعرفة تأثير استخدام الشبكات الاجتماعية لفترة طويلة على المراهقين.

شارك في الدراسة حوالي 10 آلاف مراهق بريطاني، تتراوح أعمارهم بين 10 إلى 15 عاماً من مسح لوحة الأسر البريطانية BHPS، وهذه اللوحة عبارة عن قاعدة بيانات بريطانية لدى جامعة أسكس.

وعمل الباحثون على تقييم حالة الرفاه لهذه المجموعة، باستخدام مقياسين:



لمن تفرغ الأجراس: الحرب، الحب، والسلام

د. مظهر محمد صالح



استيقظتُ هذا الصباح على رسائل مبكرة ملئت سحابات الفضاء الرقمي، تُدشّن فصلًا جديدًا من مسلسل لا ينتهي من حروب شرق المتوسط. في زمن يفترض أن يكون زمن تواصل وتقارب، تحوّل الفضاء الإلكتروني إلى ناقوس إنذار دائم، يُذيع أخبار الدمار قبل أن يجفّ غبار الانفجارات. نحن في شهر مقدّس، شهر يفترض أن يسمو فيه الإنسان على نزاعه، غير أن العناوين تصرخ بحرب تتشابه في أدواتها وتتناقض في شعاراتها. دفاعاتها وهجمات وقواعد اشتباكها تكشف عن قوى تدميرية في عصر رقمي بارد، تُدار فيه الحروب عن بُعد، ويُخزّن فيه الألم إلى أرقام عابرة على الشاشات.

لا أدري لماذا أستحضرتُ مشاهد الحرب الأهلية الإسبانية، رغم اختلاف الزمان والمكان. لعل التاريخ لا يعيد نفسه حرفيًا، لكنه يعيد منطق: منطق الاستقطاب الحاد، ومنطق تحويل الاختلاف الفكري إلى اقتتال وجودي. هناك التحمّش الفاشية باليسار في صراع دموي صريح، وكانت إسبانيا ساحةً لتجربة أيديولوجيات متصارعة على جسد شعب واحد. واليوم، وإن تبدّلت العناوين، يبقى المشهد ذاته: سباقٌ محموم نحو انتصار رمزي أو جيوسياسي، ولو كان الثمن أرواح الأبرياء وحلم الحرية. في حرب اليوم يبدو المشهد أكثر تعقيدًا، إذ لم تعد الاصطفاقات نقيّة كما في كتب التاريخ، بل تشابكت المصالح بالعقائد، وتداخلت القوميات بالأديان، حتى صار التحالف مع الضدّ أمرًا مألوفًا. الأيديولوجيات التي كانت ترفع شعارات التحرّر أو النظام، باتت تتقاطع في مساحات رمادية، بينما يظل الإنسان — الفرد العادي — الحلقة الأضعف في معادلة القوة.

هنا يعود إلى الذاكرة صوت إرنست همنغواي في روايته لمن تفرغ الأجراس (١٩٤٠). لم يكن همنغواي مؤرّخًا للحرب بقدر ما كان شاعرًا على هشاشة الإنسان فيها. الأجراس في روايته لم تكن إعلانًا لموت فرد بعينه، بل إعلانًا عن تصدّع المعنى نفسه. كانت تدقّ لأنّ إنسانًا سقط، ولأنّ سقوطه لا يخصّه وحده، بل يخصّ الجماعة البشرية كلها.

في تلك الرواية تتكامل ثلاثية عميقة:

الحرب بوصفها عبئًا منظمًا،

الحب بوصفه مقاومة صامتة للفناء،

والإنسانية بوصفها سؤالًا دائمًا عن المعنى في عالم يتفكك.

قصة روبرت جوردن وماريا لم تكن مجرد حكاية عشق عابر، بل كانت إعلانًا بأنّ الحب يمكن أن يولد حتى في أحلك اللحظات، وأنّ الأمل ليس نقيض الواقع بل احتجاجًا عليه.

كان همنغواي منحازًا للجمهوريين، لكنه في جوهره كان منحازًا للإنسان. نذكرنا بما كتبه الشاعر جون دون: لا أحد جزيرة قائمة بذاتها؛ كل إنسان جزءٌ من قارة الإنسانية. ومن هنا يصبح السؤال: لمن تفرغ الأجراس؟ سؤالًا أخلاقيًا يتجاوز السياسة.

اليوم، ونحن نشهد أطفالًا يُنتشلون من تحت الركام، ومدارس تتحوّل إلى شواهد قبور، وأمّهات يحملن صور أبنائهن بدل أحلامهم، يعود السؤال بإلحاح أكثر قسوة:

هل تدقّ الأجراس للمنتصر أم للمهزوم؟

للجندي أم للطفل؟

لمن يطلق النار أم لمن يتلقاها؟

الجواب الذي يفرض نفسه أن الأجراس لا تميز بين الهويات. إنها تدقّ كلما انكسرت حياة، وكلما خسر العالم جزءًا من روحه. فالحرب، مهما تدرّعت بالعقيدة أو الأمن أو التاريخ، تبقى فعلًا ضد الإنسان.

في عالم تتسارع فيه الأخبار وتتباطأ فيه الرحمة، يصبح صوت الأجراس نداءً أخلاقيًا قبل أن يكون رمزًا أدبيًا. إنه تذكير بأنّ مصائرنا متشابكة، وأنّ الدم حين يُراق في أي بقعة من الأرض، يترك أثره في ضمير العالم بأسره.

إذن... لمن تفرغ الأجراس؟

إنها تفرغ للإنسانية، كلّمًا فقدت جزءًا من ذاتها.

نهاية سعيدة لطفل عراقي ولد بلا ذراعين وبات قادرًا على الكتابة



ويحظى هشام الذهبي بمكانة وشهرة في العراق، ويُلقب بصانع الأمل، منذ أن أنشأ عام 2004، دار الأيتام والمشردين التي أطلق عليها اسم "البيت العراقي للإبداع"، ويعتمد فيه على التبرعات.

وقدم الذهبي وبيته، منذ ذلك الحين، الدعم والمأوى لعدد كبير من الأطفال الذين حقق عدد منهم نجاحات لافتة في حياتهم بعد أن كبروا، بينما حصل هو على التكريم داخل وخارج العراق على جهوده في دعم الأطفال.

((الصينية)).. لعبة رمضانية في شمال العراق تقاوم الحداثة

يسودها الحماس والفكاهة، وتعتمد على الفراسة وعامل الخبرة وقوة الملاحظة وقدرة قراءة الوجوه ولغة الجسد.

وتُعدّ من الألعاب التي يقصدها سكان المنطقة بقصد المتعة والترفيه.

عن النفس في شهر رمضان خاصة، الذي تنتعش فيه هذه اللعبة وتشهد منافسات شديدة، ويلتزم الفريق الخاسر بشراء الحلوى للفريق الراجح.

وترافق هذه اللعبة في الغالب ترديد أهازيج وأغانٍ تراثية، وبحسب مهتمين ورؤاد لهذه اللعبة فإن تاريخها يعود لنحو مئة عام.

ويرى سكان أربيل ومحافظات أخرى في الإقليم، أن هذه اللعبة وسيلة للحفاظ على الهوية والتراث، ورمز ثقافي يجمع الأجيال، وتساهم بتقوية أواصر الألفة والصداقة والتواصل الاجتماعي.

وتُشبه هذه اللعبة الشعبية إلى حد ما لعبة "المحبيس" الشهيرة في العراق، التي تنتعش أيضاً في شهر رمضان في العاصمة بغداد ومدن أخرى، وتشهد إقبالاً ومنافسات شديدة، إلا أنها تعتمد على إخفاء الخاتم لدى أحد أعضاء الفريق الأول وجود صينية.



تنوع الطقوس والتقاليد الرمضانية التي تحافظ عليها الشعوب وتحرص على إحيائها كل عام، ومن ضمنها ألعاب شعبية تقليدية ما زالت تتألق في هذا الشهر الفضيل، وبينها لعبة "الصينية" التي تُعدّ من أشهر الألعاب التي يمارسها سكان أربيل ومناطق أخرى في إقليم كردستان العراق.

وتشهد المقاهي الشعبية في هذه المدينة العراقية مع حلول شهر رمضان، إقبالاً على هذه اللعبة التي تُعدّ من أبرز الموروثات الشعبية العراقية والكردية التي حافظت على حضورها رغم الحداثة والتطور وانتشار وسائل الترفيه الحديثة.

وتنتعش لعبة "الصينية" في ليالي

حقوق طفل عراقي، ولد من دون ذراعين، حلمًا صعب المنال، وبات قادرًا على الكتابة بفضل ذراعيه الصناعيتين، في قصة إنسانية مؤثرة بطلها ناشط بارز في مجال مساعدة الأطفال. وظهر الطفل مصطفى في مقطع ترويجي من فيلم وثائقي يروي فيه معاناته مع العيش بلا ذراعين، لحين لجوئه إلى هشام الذهبي، وهو مؤسس دار الأيتام والمشردين في بغداد، وحقق أحلام الكثير من الأطفال.

إذ خضع الطفل مصطفى، البالغ من العمر نحو 8 سنوات، لعملية تركيب ذراعين صناعيتين يتم تثبيتهما في الكتف، وتتيحان له حركة بات مع التدريب عليهما قادرًا على كتابة الحروف كما ظهر في الفيديو.

ويظهر مصطفى في جانب من رحلة العلاج تلك، برفقة الذهبي، وخلفهما برج خليفة في دبي، بجانب مشاهد من عمل الفريق الطبي على قياسات دقيقة على كتفي وظهر الطفل، قبل الوصول لمرحلة تركيب الذراعين.

وأنتهى الذهبي مهمته مع الطفل مصطفى بإعداد فيلم وثائقي عرضه في دار الأيتام والمشردين الذي يديره في بغداد، حيث يعيش عدد كبير من الأطفال حاليًا، بينما غادر آخرون صاروا شبانًا إلى حياتهم المستقلة.

وقوبلت مبادرة الذهبي الجديدة، بإشادة كبيرة عبر سيل من عبارات الثناء على مساعدته للطفل مصطفى، وتغيير حياته بذلك الشكل.



عين على العالم

رقابة ذكية.. إنستغرام يشكّ أولياء الأمور في حماية المراهقين



أعلنت منصة "إنستغرام" المملوكة لشركة ميتا عن إطلاق ميزة جديدة تهدف إلى تنبيه أولياء الأمور عندما يقوم المراهقون بعمليات بحث متكررة عن مصطلحات مرتبطة بالانتحار أو إيذاء النفس داخل التطبيق. وتأتي هذه المبادرة في وقت تواجه فيه "ميتا" محاكمات قانونية متصاعدة واسعة على الشركة بشأن تأثير منصاتها على صحة الأطفال النفسية. الميزة الجديدة التي طرحت رسميًا في إعلان الشركة هذا الأسبوع، ستعمل فقط للحسابات التي تم تفعيل إشراف أولياء الأمور عليها. ولكي يستفيد الآباء من التنبيهات، يجب أن يقبل كل من المراهق وولي أمره الاشتراك في أدوات الإشراف داخل التطبيق. وعند قيام المراهق ببحث متكرر عن كلمات أو عبارات تشير إلى الانتحار أو السلوك المؤذي لنفسه خلال فترة زمنية قصيرة، سيتم إرسال تنبيه إلى حساب الوالدين.

وتشمل طرق الإخطار رسائل عبر البريد الإلكتروني والرسائل النصية، وإشعارات داخل التطبيق، أو عبر واتساب، اعتمادًا على كيفية توافر معلومات الاتصال. وأوضح المتحدث باسم "إنستغرام" أن العملية تهدف إلى إشراف كافي.

ابتكار طريقة للقضاء التام على النقائل السرطانية

ابتكر باحثون في معهد علم الخلايا التابع لأكاديمية العلوم الروسية طريقة جديدة لعلاج السرطان، أثبتت تجربتها على القوارض أنها تدمر جميع بؤر الورم التي تشكل النقائل تدميرًا كاملاً.

ووفقًا للباحثين، فتفتح هذه الطريقة آفاقًا جديدة لعلاج السرطان، تمنع حدوث انتكاسات لدى المرضى مستقبلاً. والنقائل هي بؤر ورمية ثانوية. يمكن للخلايا السرطانية أن تغادر موقعها الأصلي وتنتقل أجزاء سليمة من الجسم عبر مجرى الدم أو الجهاز اللمفاوي، وتكوين بؤر ورمية جديدة. ولا يمكن القضاء على النقائل تمامًا، لأن العلاج الكيميائي يدمر الخلايا السرطانية الأكثر نشاطًا. أما المتبقية، وهي ضئيلة جدًا، فتدخل في حالة "خمول"، مما يجعلها مقاومة للأدوية. لكنها قد "تستيقظ" في أي لحظة، لذلك فإن الانتكاس غالبًا ما يكون حتميًا. وتقول إيرينا غوجوفا رئيسة قسم التفاعلات الجزيئية والخلوية في مركز إيركوتسك العلمي التابع لأكاديمية العلوم الروسية: "لقد ابتكرنا نهجًا جديدًا يجمع بين مركبين لعلاج السرطان. في تجارب أجريتها على الفئران، أظهرنا أن هذه الطريقة لم تكافح الورم فحسب، بل دمرت أيضًا خلايا السرطان الكامنة التي تسبب انتكاس السرطان بشكل كامل". وقد استخدم العلماء مادتين فعاليتين. الأولى هي الكلوروكين - دواء معروف مضاد للملاريا، اتضح مؤخرًا أن له خصائص مضادة للسرطان - يثبط عملية الالتصاق الذاتي. تزيل هذه العملية في الخلايا الطبيعية، الخلايا التالفة وتستبدلها، بينما تجعل خلايا السرطان "الخاملة" مقاومة للعلاج. أما المركب الثاني فهو دواء العلاج الكيميائي أوكساليبلاتين. تكافح هذه المادة خلايا الورم بنجاح، وتشرع في الوقت نفسه عملية الالتصاق الذاتي. واستخدم الباحثون ثلاثة خطوط خلوية لسرطان الساركومة الحاد (سرطان النسيج الضام) كنماذج تجريبية. كما اختبر العلاج على القوارض المصابة بسرطان القولون. واكتشفوا أنه عند إعطاء الكلوروكين ومن ثم الأوكساليبلاتين لنماذج الأورام، فقدت الخلايا السرطانية الكامنة مقاومتها للأوكساليبلاتين تمامًا كما هو الحال مع الخلايا النشطة. علاوة على ذلك، كشف تحليل أنسجة الورم بعد العلاج عن غياب مصادر للنقائل في جميع نماذج الخلايا الأربعة، بما في ذلك الفئران المخبرية. وتقول: "غوجوفا": "نأمل أن تصبح طريقة علاج السرطان المقترحة، التي تقضي على الخلايا السرطانية "النائمة"، مستقبلاً أساساً لعلاج السرطان ومنع حدوث الانتكاسات. ولكن حل هذه المسألة يتطلب إجراء المزيد من البحوث والاختبارات السريرية وما قبل السريرية".

إعلانك في صوت القلم يضمن لك الانتشار الأوسع

للتواصل

07730004671

sawtalqalam8@gmail.com

alnasday@yahoo.com

