

أعلنت سلطة الطيران المدني العراقي، تمديد إغلاق الأجواء العراقية أمام جميع الطائرات القادمة والمغادرة والعبارة لمدة (72) ساعة، استناداً إلى التقييم المستمر للوضع الأمني وتطورات الأوضاع الإقليمية. وذكر بيان لسلطة الطيران: أنه "تقرر تمديد إغلاق الأجواء العراقية أمام جميع الطائرات القادمة والمغادرة والعبارة لمدة (72)، اعتباراً من الساعة 12:00 ظهراً من امس السبت 7 آذار 2026 09:00 بالتوقيت العالمي (UTC)) ولغاية الساعة 12:00 ظهراً من يوم الثلاثاء وذلك كإجراء احترازي مؤقت". وأشار إلى، أن "هذا القرار يأتي استناداً إلى التقييم المستمر للوضع الأمني وتطورات الأوضاع الإقليمية على أن يُعاد تقييمه وفقاً للمستجدات".

السعر ٥٠٠ دينار

الحقيقة غايتنا

٨ صفحات

يومية سياسية عامة مستقلة

Sun 8/3/2026

١٩/رمضان ١٤٤٧ هـ

معمدة في نقابة الصحفيين العراقيين بالرقم (٢١٦٠)

العدد (٢٦٤)

السنة الثانية

٢٠٢٦/٣/٨

الأحد

## شدد على ضرورة عدم الانجرار للصراع الدائر في المنطقة

# ائتلاف إدارة الدولة يعلن دعمه الكامل لمؤسسات الدولة لحماية الحدود وصون السيادة

## النفط تنفي وجود شحة بالمشتقات النفطية وغاز الطبخ

«جميع المستودعات التابعة للشركة في بغداد والمحافظات تضم خزناً وفيراً من البنزين وزيت الغاز وكذلك غاز الطبخ يضمن استمرارية التجهيز دون انقطاع». وأضاف عبود، أن «معدلات الإنتاج وصلت إلى مستويات عالية تبلغ نحو ٩٠٠٠ طن من غاز الطبخ وهي كمية كبيرة جداً إذا ما قورنت بحجم الاحتياجات المطلوبة للاستهلاك المحلي».

## المرور: بدء التشغيل التجريبي للإشارات الذكية في بغداد

أعلنت مديرية المرور العامة، أن منظومة الإشارات الذكية في محافظة بغداد سيتم تشغيلها بشكل تجريبي اليوم الأحد دون تسجيل مخالفات. وقالت المديرية في بيان: «سيتم التشغيل التجريبي لمنظومة الإشارات الذكية في محافظة بغداد اليوم الأحد من دون تسجيل مخالفات».

تفاصيل ص 2

الإقليمي". ودعا الائتلاف إلى "وقف فوري وشامل للحرب، والعودة إلى طاولة الحوار الجاد والصادق وحل المشاكل الموجودة عبر الحوار والدبلوماسية البناءة بعيداً عن منطلق التهديد والحروب، إذ إن استمرار العنف لن يجلب سوى الدمار والمعاناة للشعب المنطقة، ويُعرق آفاق الاستقرار والتنمية".

وختم البيان أن "ائتلاف إدارة الدولة جدد دعوته كل الأطراف الفاعلة في المنطقة والدول الكبرى المؤثرة بأن تتحمل مسؤولياتها وتعمل على تهدئة الأوضاع وإنهاء الحرب، و شدد على ضرورة الالتزام بالقوانين الدولية لا سيما ميثاق الأمم المتحدة واحترام سيادة الدول واستقلالها ووحدة أراضيها واحترام القانون الدولي الإنساني".



العراقية، وفي مقدمتها القوات المسلحة، في اتخاذ جميع الإجراءات القانونية الرادعة لحماية الحدود وصون السيادة، ومنع أي جهة من استغلال الأرض العراقية لتهديد الأمن الإقليمي. وقال الائتلاف، في بيان: إن "ائتلاف إدارة الدولة ناقش امس السبت 7 آذار 2026 عبر اتصالات مكثفة بين أعضائه التطورات الإقليمية الخطيرة وانعكاساتها على العراق وشعبه واقتصاده وأمنه". وأضاف، في الوقت الذي شدد فيه الائتلاف على ضرورة عدم الانجرار إلى الصراع الدائر في المنطقة، أعلن رفضه أن يكون العراق ساحة لتصفية

## بغداد / صوت القلم:

الحسابات، أو نقطة انطلاق لأي عدوان على جيرانه". ودان الائتلاف - حسب البيان - بشدة، جميع الهجمات التي تستهدف السيادة العراقية، وأي هجمات تُوقع ضحايا أبرياء وتُغذي دوامة الصراع، رافضاً استخدام الأراضي والمياه الإقليمية والأجواء العراقية في أي أعمال عدائية، داعياً إلى مساءلة جميع المسؤولين عن ذلك". وأعلن الائتلاف عن "دعمه بكل قوة مؤسسات الدولة العراقية، رافضاً استخدام الأراضي والمياه الإقليمية والأجواء العراقية في أي أعمال عدائية، داعياً إلى مساءلة جميع المسؤولين عن ذلك". وأعلن الائتلاف عن "دعمه بكل قوة مؤسسات الدولة العراقية، رافضاً استخدام الأراضي والمياه الإقليمية والأجواء العراقية في أي أعمال عدائية، داعياً إلى مساءلة جميع المسؤولين عن ذلك".

## 8 براء الزبيدي: قصة مسلسل «بدل تالف» قريبة من حياتي الواقعية

## ماكرون: فرنسا تدعم الاحترام الكامل لسيادة العراق وأمنه



بأسرها وفرنسا تدعم الاحترام الكامل لسيادة العراق وأمنه ووحدة أراضيه".

## بغداد / صوت القلم:

أكد الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون، أن بلاده تدعم الاحترام الكامل لسيادة العراق وأمنه. وقال ماكرون في تدوينته على منصة "إكس": "تحدثت للتو مع رئيس الوزراء محمد شياع السوداني وجددت دعمي لجهوده الحازمة من أجل عدم جر العراق إلى النزاع". وأضاف الرئيس الفرنسي: "أعربت للسوداني عن تضامن فرنسا الكامل مع العراق في مواجهة التصعيد الجاري في الشرق الأدنى والشرق الأوسط". وأكد أن "استقرار العراق أمر أساسي للمنطقة

## 5 العراق يبلغ «نيفا» عدم قدرته على السفر لخوض مباراة الملحق العالمي

## التربية والتعليم تؤكدان على ضمان استمرار الدوام ومواجهة التحديات

لو العسكري شارك في الاجتماع الذي عقد في مكتب رئيس مجلس الوزراء، لتدارس خيارات المعالجة الممكنة للتحديات الراهنة وتأثيرها في مسارات التعليم في العراق". وأضاف البيان أن "الاجتماع الذي جرى بناء على طلب وزير التعليم العالي وبحضور وزير التربية ونائب مدير مكتب رئيس مجلس الوزراء والملاك المتقدم من الوزارتين

## بغداد / متابعة صوت القلم:

أعلنت وزارة التعليم والبحث العلمي، أن اجتماعاً حكومياً عقد في مكتب رئيس مجلس الوزراء وقررت توصيات لضمان استمرار الدراسة ومواجهة التحديات. وذكر بيان لوزارة التعليم: أن "وزير التعليم العالي والبحث العلمي وكالة هي

## أكد ان إيران لن تستسلم لأميركا وإسرائيل

## بزشكيان: سنوقف استهداف الدول المجاورة ما لم تنطلق هجمات منها

كرديستان العراق. وقال الحرس الثوري في بيان نقلته وكالة تسنيم: "تم ضرب ثلاثة مواقع لجماعات انفصالية في منطقة (كرديستان) العراقية ... هذا الصباح" متوعداً بأنه "إذا قامت جماعات انفصالية في المنطقة بأي تحرك ضد وحدة أراضي إيران، فسوف نسحقها".

تستسلم لإسرائيل والولايات المتحدة، مؤكداً أن مطالبات الولايات المتحدة لبلاده بالاستسلام غير المشروط هي "حلم يجب أن يحموله إلى قبورهم". وكان الجيش الإيراني قد أعلن في وقت سابق أن قوات البحرية أطلقت موجة من الهجمات بالمسيرات على الإحتلال الإسرائيلي، وعلى قواعد أميركية في الخليج، مع دخول الحرس الأميركي - الإسرائيلي



وقال بيزشكيان في خطاب متلفز نقلته وكالة «إرنا» إن مجلس القيادة المؤقت وافق على عدم شن هجمات أو ضربات صاروخية ضد الدول المجاورة إلا إذا كان الهجوم على إيران ينطلق من تلك الدول. وأردف أنه "بعد مقتل قادتنا والمرشد نفذت قواتنا المسلحة الإجراءات اللازمة" بقرار ميداني، عندما غاب القادة". كما شدد بيزشكيان على أن إيران لن

## طهران / متابعة صوت القلم:

أعلن الرئيس الإيراني مسعود بزشكيان، اعتذاره للدول المجاورة على الهجمات الإيرانية عليها، مشيراً إلى أنه "لا عداوة مع دول المنطقة". يأتي هذا بعد دخول الحرب على إيران سبوعها الثاني، مع تجدد الضبابية التي تكتنف كيفية أو موعد انتهاء الصراع.

## بوتين يدعو إلى وقف فوري للأعمال القتالية والعودة إلى المسار الدبلوماسي

## أسعار النفط تحقق مكاسب تاريخية وبرت يتخطى الـ ٩٢ دولارا للبرميل

وصعد خام برنت 7.28 دولار، أو 8.52%، إلى 92.69 دولار للبرميل، بينما بلغت المكاسب الأسبوعية نحو 27.9%. وزادت العقود الآجلة لخام غرب تكساس الوسيط الأميركي

## بغداد / متابعة صوت القلم:

خام برنت وسط سعي المشتريين إلى الحصول على البراميل المتاحة في ظل تراجع الإمدادات من الشرق الأوسط نتيجة الإغلاق الفعلي لضيق هرمز وسط تصاعد الصراع الأميركي الإسرائيلي مع إيران.

بعد اغتيال المرشد الإيراني الأعلى السيد علي خامنئي. وأكد بوتين موقف روسيا الداعي إلى الوقف الفوري للأعمال القتالية، ورفض استخدام القوة وسيلة لحل أي قضايا تتعلق بإيران أو تنشأ في الشرق الأوسط، والعودة السريعة إلى مسار الحل الدبلوماسي".



## موسكو / صوت القلم:

دعا الرئيس الروسي فلاديمير بوتين إلى وقف فوري للأعمال القتالية بين أمريكا وإيران، والعودة إلى المسار الدبلوماسي. وعبر بوتين في مكالمة هاتفية أجراها مع الرئيس الإيراني مسعود بزشكيان، بحسب بيان للكرملين، عن تعازيه الحارة



## في أكبر صعود أسبوعي منذ عقود نايمكس عام ١٩٨٣

## أسعار النفط تحقق مكاسب تاريخية وبرنت يتخطى الـ ٩٢ دولارا للبرميل

## بغداد / متابعة صوت القلم:

تفازت العقود الآجلة لخام غرب تكساس الوسيط الأمريكي أكثر من 12.21%، إلى 90.90 دولار، فيما سجل أكبر مكاسب أسبوعية في تاريخها منذ بدء تداولها في عام 1983 بعد ارتفاع تجاوز 35%. وهذه هي الجلسة الثانية على التوالي التي تتجاوز فيها مكاسب العقود الآجلة للخام الأمريكي مكاسب عقد برنت. وقال جيوفاني ستانوفو المحلل لدى يو.بي.إس. "تبحث المصافي والشركات التجارية عن مصادر بديلة للخام، الذي تعد الولايات المتحدة أكبر منتج له. وتأتي هذه الخطوة لمنع تراجع المخزونات في واشنطن بسرعة كبيرة بسبب زيادة الصادرات. يعتمد هامش الربح على تكاليف النقل." وحققت أسعار النفط أكبر

قفزت العقود الآجلة لخام غرب تكساس الوسيط الأمريكي أكثر من 12% عند التسوية في جلسة الجمعة، لكنها ظلت دون سعر خام برنت وسط سعي المشترين إلى الحصول على البراميل المتاحة في ظل تراجع الإمدادات من الشرق الأوسط نتيجة الإغلاق الفعلي لمضيق هرمز وسط تصاعد الصراع الأمريكي الإسرائيلي مع إيران. وصعد خام برنت 7.28 دولار، أو 8.52%، إلى 92.69 دولار للبرميل، بينما بلغت المكاسب الأسبوعية نحو 27.9%. وزادت العقود الآجلة لخام غرب تكساس الوسيط الأمريكي



مكاسب أسبوعية منذ التقلبات الشديدة التي حدثت خلال جائحة "كوفيد-19" في ربيع عام 2020 مع توقف الشحن وتصدير الطاقة عبر مضيق هرمز الحيوي بسبب الصراع في الشرق الأوسط. وقال وزير الطاقة القطري لصحيفة فاينانشال تايمز في مقابلة نشرت اليوم الجمعة إنه يتوقع أن توقف كل دول الخليج المنتجة للطاقة التصدير خلال أسابيع، وهي خطوة قال إنها قد

تدفع سعر النفط إلى 150 دولاراً للبرميل. وبدأت أسعار النفط ترتفع بعد ارتفاع أسعار النفط، لكن كلما تأخر هذا التراجع، اتضح حجم المخاطر. وفي مقابلة مع "رويترز"، قال الرئيس الأمريكي دونالد ترامب إنه غير قلق بشأن ارتفاع أسعار البنزين في الولايات المتحدة. وأضاف ترامب: "إذا ارتفعت (الأسعار)، فليكن"، وأن العملية العسكرية الأمريكية هي أوليته. ومنحت وزارة الخزانة إعفاءات للشركاء من أجل شراء النفط الروسي الخاضع للعقوبات. وذهبت أولى الإعفاءات إلى المصافي فيه المضيق مغلقاً، سترتفع الأسعار". وأضاف: "كان الاعتقاد السائد

## أكد ان إيران لن تستسلم لأميركا وإسرائيل

## بزشكيان: سنوقف استهداف الدول المجاورة ما لم تنطلق هجمات منها

## طهران / متابعة صوت القلم:

التجاري +بريما+ هذا صباح امس بمسيرة متفجرة بعد تجاهلها تحذيرات متكررة من القوات البحرية للحرس الثوري بشأن حظر الملاحة وانعدام الأمن في مضيق هرمز". وفي سياق متصل، أعلن «الحرس الثوري» الإيراني مساء الجمعة، أنه «في انتظار» القوات الأمريكية التي ستواكب السفن التجارية عبر مضيق هرمز، حيث باتت حركة الملاحة شبه مشلولة في ظل الحرب الأمريكية - الإسرائيلية مع إيران. وقال المتحدث باسم «الحرس الثوري» علي محمد نائيني: «إننا في انتظارهم»، معلقاً على إعلان وزير الطاقة الأمريكي كريس رايت، أن البحرية الأمريكية تستعد لمواكبة السفن في المضيق الاستراتيجي، مضيفاً بحسب ما نقلت عنه وكالة «فارس»: «نوصي الأميركيين قبل اتخاذ أي قرار، بأن يتذكروا الحريق الذي استهدفت ناقلة النفط الأمريكية العملاقة (بريدجتون) عام 1987، وناقلات النفط التي استهدفت مؤخراً».

بالمسيرات على الإحتلال الإسرائيلي، وعلى قواعد أمريكية في الخليج، مع دخول الحرب الأمريكية - الإسرائيلية ضد إيران أسبوعها الثاني. وأفاد الجيش في بيان نقلته وكالة «إرنا» الرسمية، بأن «البحرية الإيرانية استهدفت قواعد أمريكية والأراضي المحتلة (إسرائيل) بموجة مكثفة من الهجمات بالمسيرات». وأضاف أن من بين المواقع المستهدفة «منشأة استراتيجية» في إسرائيل. وأعلن «الحرس الثوري» امس (السبت) أنه استهدف «جماعات انفصالية» في كردستان العراق. وقال الحرس الثوري في بيان نقلته وكالة تسنيم "تم ضرب ثلاثة مواقع لجماعات انفصالية في منطقة (كردستان) العراقية ... هذا الصباح" متوعداً بأنه "إذا قامت جماعات انفصالية في المنطقة بأي تحرك ضد وحدة أراضي إيران، فسوف نسحقها". كما أعلن أنه استهدف ناقلة نفط في الخليج، وأفاد الحرس الثوري في بيان: "اصيبت ناقلة نفط اسمها

أعلن الرئيس الإيراني مسعود بزشكيان، اعتذاره للدول المجاورة على الهجمات الإيرانية عليها، مشيراً إلى أنه "لا عداوة مع دول المنطقة". وقال بزشكيان في خطاب متلفز نقلته وكالة «إرنا» إن مجلس القيادة المؤقت وافق على عدم شن هجمات أو ضربات صاروخية ضد الدول المجاورة إلا إذا كان الهجوم على إيران ينطلق من تلك الدول. وأردف أنه "بعد مقتل قادتنا والمرشد نفذت قواتنا المسلحة الإجراءات اللازمة" بقرار ميداني "عندما غاب القادة". كما شدد بزشكيان على أن إيران لن تستسلم لإسرائيل والولايات المتحدة، مؤكداً أن مطالبته الولايات المتحدة لبلاده بالاستسلام غير المشروط هي «حلم يجب أن يحملوه إلى قبورهم». وكان الجيش الإيراني قد أعلن في وقت سابق أن قوات البحرية أطلقت موجة من الهجمات

## إندونيسيا: سنسحب من ((مجلس السلام)) إذا لم يخدم مصالح الفلسطينيين

## جاكرتا / متابعة صوت القلم:

غزة، وفقاً لبيان لوكالة الاتصالات الحكومية الجمعة. لكنه أضاف أن بلاده ستسحب من المجلس إذا لم يخدم مصالح الفلسطينيين أو لم يتفق مع المصالح الوطنية الإندونيسية، على ما نقل بيان عن حنيف العطاس من جبهة «الإخوان المسلمين». وأوضح حنيف: "قال الرئيس إنه إذا رأى أنه لم يعد هناك أي فائدة لفلسطين... وأنه لا يتماشى مع المصالح الوطنية الإندونيسية، فسوف ينسحب". في بيان صدر هذا الشهر حث مجلس العلماء الإندونيسي، وهو أعلى هيئة دينية في البلاد، الحكومة الإندونيسية على سحب عضويتها من مجلس السلام، معتبراً أنه "غير فعّال في تحقيق سلام حقيقي في فلسطين". حضر براوو الاجتماع الافتتاحي لمجلس السلام في واشنطن الشهر الماضي، وتعد بإرسال 8 آلاف جندي إلى غزة ضمن قوة الاستقرار الدولية.

سينسحب الرئيس الإندونيسي براوو سوبيانتو من مجلس السلام الذي أسسه الرئيس الأمريكي دونالد ترمب إذا لم يكن إنشاء هذه الهيئة مفيداً للفلسطينيين، حسبما جاء في بيان حكومي، وذلك في ظل تصاعد الهجوم الأمريكي الإسرائيلي على إيران. واجه الجنرال السابق انتقادات متزايدة من جماعات مسلمة بسبب قراره الانضمام إلى المجلس وتعهده إرسال آلاف من عناصر حفظ السلام إلى غزة بموجب اتفاق وقف إطلاق النار الذي أنهى عامين من الحرب المدمرة في القطاع الفلسطيني. وقال براوو هذا الأسبوع لقادة جمعيات مسلمة محلية إن عضوية إندونيسيا في مجلس السلام تهدف إلى تحقيق سلام دائم في

## ضحايا انزال الإحتلال شرق لبنان ترتفع لـ ٤١ شهيدا

## الصحة اللبنانية: ارتفاع حصيلة ضحايا العدوان ((الإسرائيلي)) إلى ٢٩٤ شهيدا و١٠٢٣ جرحا

## بيروت / متابعة صوت القلم:

أعلنت وزارة الصحة اللبنانية، عن ارتفاع حصيلة العدوان (الإسرائيلي) إلى 294 شهيدا و1023 جرحا. وذكرت الصحة اللبنانية، في بيان: أن "حصيلة العدوان (الإسرائيلي)، منذ 2 آذار الحالي، ارتفعت إلى 294 شهيدا و1023 جرحا". كما أعلنت وزارة الصحة اللبنانية عن ارتفاع ضحايا عملية الإنزال العسكرية للاحتلال الإسرائيلي على قرية "النبي شيت" في البقاع شرق لبنان إلى 41 شهيدا في حصيلة جديدة للغارات الإسرائيلية. وأعلن الجيش اللبناني امس السبت مقتل 3 عسكريين جراء القصف الإسرائيلي الذي رافق عملية إنزال نفذتها القوات الإسرائيلية ليليا في شرق لبنان في محاولة لاستعادة رفات الطيران رون أراد المفقود منذ العام 1986. وقال جيش الإحتلال الإسرائيلي إن القوات الخاصة نفذت الجمعة عملية بحث عن أدلة

تتعلق بالطيار المفقود رون أراد، ولم يتم العثور على رفاته في المقبرة المستهدفة. ونفذ جيش الإحتلال الإسرائيلي ليليا عملية إنزال وغارات على بلدة "النبي شيت" في البقاع شرق لبنان. وأفاد تقرير إسرائيلي أن القوة الإسرائيلية التي نفذت إنزال "النبي شيت" جمعت رفاتا بحثا عن الطيار رون أراد. وأجبر الكشف المبكر عن تحركها سلاح الجو الإسرائيلي على إطلاق غارات مكثفة، تجاوز عددها 40 غارة، بهدف تأمين انسحاب الجنود. وأفادت مصادر محلية بأن مقاتلي حزب الله اشتبكوا مع القوة المتقدمة في منطقة القابز، بمساندة أهالي القرى المحيطة الذين شاركوا في "الإسناد الناري" أثناء انسحاب القوات. ونقلت الإذاعة الإسرائيلية عن مصادر قولها إن عملية إنزال نفذها الجيش في بلدة النبي شيت لم تسفر عن خسائر أو إصابات. وانتشرت فيديوهات عبر مواقع التواصل الاجتماعي لجبانة آل شكر في بلدة النبي

نجم عن المواجهة في النبي شيت 26 قتيلاً من بينهم ثلاثة عسكريين من الجيش اللبناني، وقتيل من الأمن العام، في حين تكتم العدو الإسرائيلي على خسائره البشرية. وكشف "حزب الله" عن تفاصيل محاولة الإنزال الإسرائيلية، مشيراً إلى أنه في "الساعة 22:30 من مساء الجمعة رصد تسأل 4 مروحيات إسرائيلية من الاتجاه السوري عمدت إلى إنزال قوة مشاة عند مثلث جردو بلدات يحقوفا، الخريبة ومعربون. وتقدمت قوة المشاة الإسرائيلية باتجاه الحي الشرقي لبلدة النبي شيت (حي آل شكر)، وعند وصولها إلى المقبرة، عند الساعة 11:30، اشتبكت معها مجموعة بالأسلحة الخفيفة والمتوسطة"، بحسب بيان الحزب. وتابع البيان أنه "بعد انكشاف القوة الإسرائيلية، تطور الاشتباك وعمد الطيران الإسرائيلي إلى شن نحو أربعين غارة لتأمين انسحاب القوة من منطقة الاشتباك".

من هو رون أراد؟ تعد قصة سقوط طائرة الملاح الإسرائيلي رون أراد من أكثر الأحداث تعقيداً في تاريخ الصراع في لبنان، وتعود تفاصيلها إلى 16 أكتوبر 1986. لم تسقط الطائرة (وهي من طراز F-4 Phantom II) بواسطة صاروخ أو نيران أرضية مباشرة كما كان يُشاع في بعض الروايات، بل تشير التحقيقات الفنية والرواية الإسرائيلية الرسمية إلى ما يلي: \* خلل فني مفاجئ: أثناء قيام الطائرة صيدا بمهمة قصف لأهداف في منطقة صيدا بجنوب لبنان، حدث خلل في صمام إحدى القذائف (Bombs) أثناء إطلاقها. \* انفجار ميكرو: انفجرت القذيفة فور انفصالها عن الطائرة وهي لا تزال قريبة جداً من الهيكل، مما أدى إلى تضرر الطائرة بشكل جسيم وفقدان السيطرة عليها. \* القفز بالمظلة: اضطر الطيار "يشاي أفيرام" والملاح "رون أراد" للقفز بالمظلة إلى نتيجة مؤكدة.

تتعلق بالطيار المفقود رون أراد، ولم يتم العثور على رفاته في المقبرة المستهدفة. ونفذ جيش الإحتلال الإسرائيلي ليليا عملية إنزال وغارات على بلدة "النبي شيت" في البقاع شرق لبنان. وأفاد تقرير إسرائيلي أن القوة الإسرائيلية التي نفذت إنزال "النبي شيت" جمعت رفاتا بحثا عن الطيار رون أراد. وأجبر الكشف المبكر عن تحركها سلاح الجو الإسرائيلي على إطلاق غارات مكثفة، تجاوز عددها 40 غارة، بهدف تأمين انسحاب الجنود. وأفادت مصادر محلية بأن مقاتلي حزب الله اشتبكوا مع القوة المتقدمة في منطقة القابز، بمساندة أهالي القرى المحيطة الذين شاركوا في "الإسناد الناري" أثناء انسحاب القوات. ونقلت الإذاعة الإسرائيلية عن مصادر قولها إن عملية إنزال نفذها الجيش في بلدة النبي شيت لم تسفر عن خسائر أو إصابات. وانتشرت فيديوهات عبر مواقع التواصل الاجتماعي لجبانة آل شكر في بلدة النبي

## اسعار الفواكه والخضار والمواد الغذائية

نعمل على مدار ٢٤ ساعة لتأمين دخول البضائع  
رئيس هيئة المنافذ: لدينا خطة مدروسة ولن نتأثر  
بتوقف أي منفذ بحري

سرعة الإنجاز في إدخال البضائع". وأضاف أن "الهيئة تعمل على تنفيذ قرار مجلس الوزراء رقم 100 لسنة 2026 والمتضمن إجراءات لتسهيل إخراج الحاويات"، مشيراً إلى أن "هنالك منافذ برية مثل طريبيل وعرعر وسفوان والقائم بدائل في حال توقف أي منفذ بحري عن العمل". وتابع أن "الهيئة تعمل على مدار 24 ساعة لتأمين دخول البضائع والسلع وفق خطة مدروسة ولن يتأثر العمل في حال توقف أي منفذ لوجود منافذ أخرى مع دول الجوار".



الحاويات الموجودة بعد خضوعها للإجراءات الأصولية، لافتاً إلى أنه تم تعزيز الدوائر العاملة وخاصة موظفي الجمارك بالكوادر من أجل

بغداد/ صوت القلم:

أكد رئيس هيئة المنافذ الحدودية، الفريق عمر الوائلي، أن المنافذ الحدودية لن تتأثر في حال توقف أي منفذ بحري لوجود بدائل، فيما أشار إلى أن كوادرات الهيئة شرعت بإدخال جميع الحاويات لرقد السوق العراقية بالبضائع على مدار 24 ساعة.

وقال الوائلي للوكالة الرسمية: إن "جميع كوادرات هيئة المنافذ متواجدين حالياً بالموانئ البحرية، وشرعت هذه الكوادرات بإدخال جميع

الكمارك : شمول الأغذية والأدوية عبر منفذ إبراهيم  
الخليل بنظام البيان المسبق

خلال تنظيم بيان كمركي نهائي في نظام الأسيكودا يُؤشر فيه (الرسوم الكمركية والأمانات الضريبية مستوفاة مقدماً). كما قررت الهيئة، أن تُستكمل لاحقاً إجراءات التسوية المصرفية بعد تقديم وثائق الشحن والمعاملة الكمركية الصادرة من منفذ إبراهيم الخليل الحدودي.



الاتحادية، على أن يتم دفع الرسوم الكمركية والأمانات الضريبية مقدماً (قبل إجراء التحويل) لحساب كل من الهيئة العامة للكمارك والهيئة العامة للضرائب الاتحاديتين، عن طريق بوابة الدفع الإلكتروني (منصة اور) أو بصورة مباشرة لحساب الهيئة العامة للكمارك، ومن

بغداد/ صوت القلم:

قررت الهيئة العامة للكمارك، شمول المواد الغذائية والأدوية المستوردة عبر منفذ إبراهيم الخليل الحدودي - ولمدة ثلاثة أشهر تنتهي في 31 أيار 2026 - بنظام البيان المسبق وفق الآلية المعتمدة في بقية المنافذ

## شركات نفط أجنبية تبدأ بإجلاء موظفيها من العراق

هايلبرتون الامريكية في البرجسية بمحافظة البصرة وهي تشتعل بعد قصفها بطائرة مسيرة.

في محافظة البصرة لقصف بواسطة طائرة مسيرة. واظهر مقطع مصور، مخازن المواد الكيماوية لشركة

وجاء ذلك بعد حادثة في البصرة، حيث تعرضت مخازن المواد الكيماوية لشركة هايلبرتون الامريكية،

وذكرت رويترز في خبر لها، ان "عدة شركات نفط أجنبية بدأت إجلاء موظفيها الأجانب من العراق إلى الكويت".

بغداد/ صوت القلم:

بدأت شركات نفط أجنبية تبدأ بإجلاء موظفيها من العراق.

REPUBLIC OF IRAQ  
MINISTRY OF TRANSPORTATION  
GENERAL COMPANY FOR  
PRIVATE TRANSPORTATION  
MANAGEMENT



وزارة النقل  
الشركة العامة لإدارة النقل الخاص  
القسم : قسم الاملاك والعقارات  
العدد :  
التاريخ : ٢٠٢٦ / ٣ / م

اعلان رقم (٢٨٠٢)

تعلن الشركة العامة لإدارة النقل الخاص عن إجراء مزايمة علنية لتأجير الخطوط المدرجة أدناه في محافظة (بغداد) في اليوم (الثلاثين) تبدأ اعتباراً من تاريخ اليوم التالي لنشر الإعلان وفقاً لقانون بيع وأجار أموال الدولة المرقم (٢١) لسنة ٢٠١٣ المعدل والشروط التي يمكن الحصول عليها من قسم الشركة اعلاه لقاء مبلغ (٥٠٠٠) دينار غير قابلة للرد. فعلى الراغبين الحضور في الساعة العاشرة في مقر الشركة اعلاه وان يقدم المزايد كتاب يؤيد براءة ذمته من الضريبة معنون السى (الشركة العامة لإدارة النقل الخاص) وهوية الاحوال المدنية وشهادة الجنسية او البطاقة الوطنية الموحد وبطاقة السكن (النسخة الاصلية) ودفع التأمينات القانونية البالغة ٢٠% بصك مصدق علماً ان شركتنا تعمل بنظام الدفع الالكتروني وكذلك يتحمل من ترسو عليه المزايدة اجور خدمه بنسبة ٢% كذلك ويتحمل الناقل فرق البديلين في عدد سنين العقد علماً اذا صادف موعد المزايدة عطلة رسمية تجري المزايدة في اليوم التالي .

ت	اسم العقار	التأمينات	الملاحظات
١	خط الباصات / خطان	١,٣٦٨,٠٠٠ دينار	الخطوط تعمل ثلاثة ايام في الاسبوع

مدة الإيجار سنة واحدة ٠٠٠ يدفع على شكل قسط واحد

الدكتور

احمد كريم عبد ايوب

المدير العام

رئيس مجلس الاداره

٢٠٢٦/٣/

أسعار الذهب تستقر في بغداد  
وتحلق بأربيل

بغداد/ صوت القلم:

استقرت أسعار الذهب الأجنبي والعراقي، في الأسواق المحلية ببغداد، فيما ارتفعت في أربيل.

دينار، وبلغ سعر الشراء 1.096 مليون دينار. وفيما يخص أسعار الذهب في مجال الصاغة، فإن سعر بيع مئقال الذهب الخليجي عيار 21 تراوح بين 1.130 و 1.140 مليون دينار، فيما تراوح سعر بيع مئقال الذهب العراقي بين 1.100 و 1.110 مليون دينار.

وسجلت أسعار الذهب في أسواق الجملة بشارع النهر في بغداد امس السبت سعر بيع للمئقال الواحد عيار 21 من الخليجي والتركي والأوروبي 1.130 مليون دينار، وسعر الشراء 1.126 مليون، وهي نفس الاسعار التي سجلتها يوم الخميس الماضي. كما سجل سعر بيع المئقال الواحد عيار 21 من الذهب العراقي سجل 1.100 مليون

مكاسب أسبوعية كبيرة لخام  
البصرة تتجاوز ٢٠%

بغداد/ متابعة صوت القلم:

ختمت الجلسة بمقدار 7.42 دولارات لبيغ 84.57 دولاراً للبرميل، مسجلاً مكاسب أسبوعية قدرها 14.18 دولاراً، أو ما يعادل 20.14%. وارتفعت أسعار النفط، في ظل استمرار المستثمرين في تقييم تداعيات الحرب بين الولايات المتحدة وإيران على أسواق الطاقة العالمية، وسط مخاوف متزايدة من اضطراب الإمدادات في منطقة الشرق الأوسط.

أغلق خاما البصرة الثقيل والمتوسط، على مكاسب كبيرة بأكثر من 20% خلال الأسبوع الماضي. وارتفع خام البصرة الثقيل في آخر جلسة تداول بمقدار 7.42 دولاراً ليصل إلى 82.62 دولاراً للبرميل، وسجل مكاسب أسبوعية بلغت 15.15 دولاراً، أي ما يعادل 22.45%. كما ازداد سعر خام البصرة المتوسط في



## اخطاء ومحاذير..

## الإفراط بتناول الحلويات.. كيف يؤثر في صحتك بـرمضان؟



مع الصيام الطويل في شهر رمضان، يشعر كثيرون برغبة شديدة في تناول الحلويات عند الإفطار والسحور. ووفقاً للدكتور ريشما ديفجانسي، اختصاصية التغذية في مستشفى فقيه الجامعي، يعود السبب إلى انخفاض مخازن الجليكوجين في الكبد، ما يدفع الجسم للبحث عن مصدر سريع للطاقة. فكلما طالت ساعات الصيام، زادت الحاجة إلى السكريات للحصول على طاقة فورية، لكن الإفراط فيها قد يسبب ارتفاعاً مفاجئاً في مستويات السكر في الدم، تراجعاً سريعاً في الطاقة، والشعور بالتعب. كما يمكن أن يؤدي إلى زيادة الوزن، ومشكلات في الجهاز الهضمي، واضطراب مستويات الأنسولين. ولتجنب هذه المشكلات، تنصح الدكتورة ديفجانسي باتتباع استراتيجيات صحية: السكريات الطبيعية أولاً: استبدل الحلويات بالعناصر الطبيعية

مع الصيام الطويل في شهر رمضان، يشعر كثيرون برغبة شديدة في تناول الحلويات عند الإفطار والسحور. ووفقاً للدكتور ريشما ديفجانسي، اختصاصية التغذية في مستشفى فقيه الجامعي، يعود السبب إلى انخفاض مخازن الجليكوجين في الكبد، ما يدفع الجسم للبحث عن مصدر سريع للطاقة. فكلما طالت ساعات الصيام، زادت الحاجة إلى السكريات للحصول على طاقة فورية، لكن الإفراط فيها قد يسبب ارتفاعاً مفاجئاً في مستويات السكر في الدم، تراجعاً سريعاً في الطاقة، والشعور بالتعب. كما يمكن أن يؤدي إلى زيادة الوزن، ومشكلات في الجهاز الهضمي، واضطراب مستويات الأنسولين. ولتجنب هذه المشكلات، تنصح الدكتورة ديفجانسي باتتباع استراتيجيات صحية: السكريات الطبيعية أولاً: استبدل الحلويات بالعناصر الطبيعية

## علاقات مجتمعية..

## طرق ناجحة لتجنب الشرح الطويل والإفراط في الكلام بين الزوجين



تسبب عادة الإسهاب في الشرح والمفرط أو التبرير الزائد حتى في المواقف البسيطة، القلق أو ضعف الثقة بالنفس، وقد تجعل حديثك أقل وضوحاً وتثقل تواصلك مع الآخرين، فالوعي بها هو الخطوة الأولى للتغلب عليها، وفيما يلي نستعرض عدة طرق عملية لتقليله وبناء تواصل أكثر قوة ووضوحاً:

1- توقف عن تبرير حدودك: الإسهاب غالباً يظهر عند قول لا أو وضع حدود شخصية، التبريرات الطويلة قد تقلل من قوة رسالتك، لذا تعلمي التعبير عن رفضك بثقة ووضوح دون الحاجة لشرح مفصل، فحدودك حق مشروع، هذه الطريقة تساعدك على تعزيز احترامك لذاتك وتبسيط تواصلك مع الآخرين دون زيادة التوتر أو الغموض.

2- توقفي عن تفسير نواياك: تفسير كل كلمة أو نية أمام الآخرين يقلل

من قوة كلامك ويزيد القلق، بدلاً من قول لا أقصد الإهانة لكن...، عبري مباشرة عن رأيك أو موقفك، الثقة في وضوح رسالتك تجعل الآخرين يفهمونك دون الحاجة لإضافات مطولة، وتقلل من الإفراط في الكلام غير الضروري الذي يضعف تأثير حديثك.

3- توقفي عن تبرير مشاعرك: الإفراط في شرح شعورك يقلل من مصداقيتك

## النظام الغذائي

## نصائح للحفاظ على ترطيب الجسم في رمضان



يعتمد على التوازن بين شرب السوائل، وتنظيم النشاط البدني والنوم، ما يساعد على الحفاظ على مستويات الطاقة وصحة الجسم طوال الشهر.

يُنصح بالانتباه لهذه الأعراض، واتخاذ الإجراءات الوقائية مبكراً. وينصح خبراء التغذية بشرب ما بين 2.5 و3 لترات من السوائل بين الإفطار والسحور، موزعة على فترات بدلاً من شربها دفعة واحدة. ويعد الماء الخيار الأساس، إلى جانب الحساء والفواكه الغنية بالماء مثل: البطيخ، والخيار، والبرتقال، بالإضافة إلى اللبن، والزبادي، وماء جوز الهند، لتعويض الإلكتروليتات المفقودة.

وتقليل فقدان السوائل، يُفضل تجنب المشروبات التي تحتوي على الكافيين، والأطعمة المالحة والمقلية، إذ تزيد من

يشكل صيام رمضان تحدياً للحفاظ على توازن السوائل في الجسم، لا سيما في المناطق الحارة، حيث يعاني نحو 40% من البالغين الصائمين من علامات مبكرة للجفاف. ويُعد شرب الماء على فترات منتظمة، مع تناول الأطعمة الغنية بالإلكتروليتات، أفضل طريقة لتجنب التعب والإرهاق خلال النهار. تشمل علامات الجفاف الشائعة: العطش الشديد، جفاف الفم، التعب والدوار، البول الداكن أو غير المتكرر، الصداع وفقدان التركيز، بالإضافة إلى تشنجات العضلات الناتجة عن نقص البوتاسيوم والمغنيسيوم. لذا

## نصائح صحية

## طرق تجنب الانتفاخ وعسر الهضم في رمضان



يواجه كثيرون تحديات تتعلق بالجهاز الهضمي بعد الإفطار في شهر رمضان، خصوصاً الانتفاخ، والشعور بالثقل، وعسر الهضم، نتيجة التغير المفاجئ في مواعيد الوجبات وأنماط الطعام.

وفي هذا السياق، يقدم خبراء التغذية مجموعة من النصائح لضمان رمضان صحي وخفيف على المعدة.

طريقة كسر الصيام يؤكد خبراء التغذية على أهمية كسر الصيام تدريجياً، وعدم الإفراط في تناول الطعام دفعة واحدة.

ومن الأفضل البدء بكمية صغيرة من التمر مع كوب ماء، تليها وجبة خفيفة قبل تناول الطعام الرئيس. هذه الطريقة تمنح الجهاز الهضمي فرصة للتكيف، وتقلل من الانتفاخ.

الابتعاد عن الأطعمة الدسمة والمقلية الأطعمة الدهنية والمقلية تزيد من خطر عسر الهضم والحرقة، وتسبب شعوراً بالثقل.

ينصح بالاعتماد على طرق الطهي الصحية مثل الشوي أو السلق أو الطهي بالبخار، مع التركيز على الخضراوات الطازجة والحبوب الكاملة.

تقسيم الوجبات بين الإفطار والسحور تناول وجبتين متوازنتين بدلاً من وجبة كبيرة واحدة يخفف الضغط على المعدة، ويقلل من الغازات.

كما ينصح بتناول البروتينات الخفيفة مثل الدجاج أو السمك، وتجنب اللحوم الثقيلة في الإفطار.

الترطيب المستمر شرب الماء بين الإفطار والسحور أساس لتجنب مشاكل الهضم، إذ إن الجفاف يفاقم الانتفاخ، ويؤدي إلى صعوبة الهضم.

كما يمكن تناول مشروبات عشبية مثل البابونج والنعناع التي تساعد على تهدئة المعدة، وتحفيز الهضم.

الابتعاد عن المشروبات الغازية والحلويات الثقيلة المشروبات الغازية والحلويات الغنية بالسكريات تسبب زيادة الغازات والشعور بالثقل. من الأفضل استبدالها بالفواكه الطازجة أو العصائر الطبيعية غير المحلاة.

ممارسة النشاط البدني المعتدل بعد الإفطار، تساعد المني الخفيف لمدة 15-20 دقيقة على تنشيط الدورة الدموية، وتحسين عملية الهضم، كما تقلل من الانتفاخ، وتحافظ على مستوى الطاقة.

## اسرار الطبخ..

## العوامة الشامية



المقادير: -الزيت النباتي : نصف كوب - طحين : كوبان - نشاء : 3 ملاعق كبيرة

- ماء دافئ : نصف كوب  
- لبن زبادي : نصف كوب  
- ملح : رشّة  
- البيض : 1 حبة  
- قطر : كوبان (شيرة / جاهز)  
طريقة التحضير:

1. اخلطي الخميرة بنصف كوب من الماء الدافئ وملعقة السكر حركي الخميرة قليلاً واتركيها مغطاة حتى يتضاعف حجمها وتظهر الفقاعات عليها.

2. ضعي بوعاء الخلط، الطحين والنشا وضيفي الزيت النباتي وافركي الخليط جيداً حتى



يتجانس مع بعضه البعض.  
3. أضيفي البيضة، واللبن الزبادي، ورشة الملح، وملعقة من السكر، فوق الطحين، واعجني المقادير من جديد.  
4. ضيفي الخميرة فوق الطحين، واستمري بالعجن بواسطة اليد.  
5. ابدئي بإضافة الماء بالتدريج حتى يصبح القسوم قريباً على القوام السائل، اتركي العجين لمدة ساعة وربع الساعة على الأقل حتى يختمر مع الحرص على تحريك الخليط كل ربع ساعة، وذلك حتى تخلص من الهواء بعملية العجن. وقدمي العوامة باردة أو ساخنة.

## سلوكيات

## للوالدين.. نصائح تعزز الثقة مع المراهقين وتقلل من تمردهم

لإخفاء الكثير من تفاصيل حياتهم خوفاً من العقاب أو الانتقاد، أما في العلاقات التي تقوم على الثقة، فيشعر المراهق بالراحة في مشاركة مشكلاته أو علاقته أو مخاوفه مع والديه، مما يساعد على تجنب كثير من السلوكيات المحفوفة بالمخاطر.

تعزيز الاحترام المتبادل: عندما يتعامل الآباء مع أبنائهم المراهقين باحترام، يصبح ذلك نموذج يتعلم منه الأبناء في علاقاتهم مع الآخرين، فالمرهق الذي ينشأ في بيئة يسودها الاحترام المتبادل يدرك أن العلاقات الصحية تقوم على الصدق والتفاهم، وليس على الصراع أو التمرد.

تعزيز الاستقلالية: غالباً ما يكون التمرد محاولة من المراهق لإثبات استقلاله، لكن عندما يمنح الآباء أبناءهم مساحة من الحرية ضمن حدود واضحة، يشعر المراهق بالثقة في نفسه وقدرته على اتخاذ قرارات واعية، وبهذا يمكن تحقيق الاستقلال دون الدخول في صراعات متكررة داخل الأسرة.



يمر المراهقون بتغيرات نفسية كثيرة وقد يتعرضون لضغوط من الأصدقاء أو المجتمع، لذلك يحتاجون إلى الشعور بالأمان داخل الأسرة، وعندما تقوم العلاقة على الثقة، يدرك المراهق أنه لن يتعرض للسخرة أو الرفض بسبب أخطائه، فيشعر بالدعم ويصبح أكثر قدرة على مواجهة التحديات.

تشجيع تحمل المسؤولية: على عكس ما يعتقد البعض، فإن الثقة لا

تقلل السيطرة وتعزيز التعاون: يؤكد الخبراء أن الإفراط في السيطرة قد يدفع بعض المراهقين إلى التمرد بحثاً عن الاستقلال، لكن عندما تقوم العلاقة على الثقة، يصبح من الممكن وضع القواعد بالتفاهم بين الآباء والأبناء، هذا الأسلوب يمنح المراهق شعوراً بالمشاركة في اتخاذ القرار، فيلتزم بالقواعد بشكل أكبر.

الثقة تساعد على بناء الأمان العاطفي: وفيما يلي نستعرض لك في السطور التالية كيف تساعد الثقة بين الآباء وأبنائهم المراهقين على تقليل الصراعات وتعزيز التفاهم، واليك التفاصيل:

تعزز التواصل الجيد: عندما يشعر المراهق بثقة والديه، يصبح التواصل بينهما أكثر سهولة ووضوح، فبدلاً من إخفاء الأمور أو الكذب خوفاً من العقاب، يميل الابن إلى الحديث بصراحة عن مشكلاته وتجربته اليومية، كما يمنح التواصل المفتوح فرصة للطرفين لتبادل وجهات النظر، مما يقلل من احتمالات الصدام.

تقليل السيطرة وتعزيز التعاون: يؤكد الخبراء أن الإفراط في السيطرة قد يدفع بعض المراهقين إلى التمرد بحثاً عن الاستقلال، لكن عندما تقوم العلاقة على الثقة، يصبح من الممكن وضع القواعد بالتفاهم بين الآباء والأبناء، هذا الأسلوب يمنح المراهق شعوراً بالمشاركة في اتخاذ القرار، فيلتزم بالقواعد بشكل أكبر.





## الحرب في الخليج .. من النفط الخام إلى الوقود المكر

عاصم جهاد

مع تصاعد التوترات العسكرية في منطقة الخليج والتحذيرات المتزايدة من استهداف منشآت الطاقة، عاد ملف أمن إمدادات الطاقة العالمية إلى الواجهة بقوة. فهذه المنطقة لا تمثل فقط أحد أكبر مصادر النفط الخام في العالم، بل تحولت خلال العقد الأخير إلى مركز رئيسي لتكرير النفط وإنتاج الوقود الذي تعتمد عليه الأسواق الدولية.

تنتج مصافي دول الخليج مجتمعة نحو (٥,٧) مليون برميل يومياً من المنتجات النفطية مثل البنزين والديزل ووقود الطائرات وزيت الوقود. وتوزع هذه الكميات تقريباً بين السعودية التي تنتج نحو (٢,٥) مليون برميل يومياً، والكويت (١,٢٤) مليون برميل، والإمارات (١,٠٦) مليون برميل، إضافة إلى قطر والبحرين وعمان التي تنتج مجتمعة مئات الآلاف من البراميل يومياً. ويمثل هذا الإنتاج نحو (٧٪) من إجمالي التكرير العالمي.

لكن أهمية الخليج لا تكمن في الإنتاج وحده، بل في موقعه الجغرافي أيضاً. فمضيق هرمز الذي تمر عبره صادرات المنطقة يشهد مرور نحو (٢٠) مليون برميل يومياً من النفط الخام والمنتجات النفطية، أي ما يقارب ربع تجارة النفط المنقولة بحراً في العالم. وهذا ما يجعل أي اضطراب في المنطقة ذا تأثير مباشر على أسواق الطاقة الدولية.

التطورات الأخيرة تشير إلى ضغوط متزايدة على البنية التحتية للطاقة في الخليج. فقد تعرضت بعض المنشآت النفطية لهجمات أدت إلى تعطل جزئي في عمليات التكرير والتصدير، بينما بدأت بعض الدول المنتجة اتخاذ إجراءات احترازية لتقليل المخاطر التشغيلية. وتشير تقارير إلى أن بعض الحقول النفطية خفّضت إنتاجها نتيجة محدودية السعات التخزينية بعد تعطل جزء من الصادرات.

وإذا ما تعطلت المصافي أو انخفضت تشغيلها بشكل كبير، فإن المشكلة لن تقتصر على نقص النفط الخام، بل ستتحوّل إلى نقص في الوقود النهائي الذي يستهلكه العالم يومياً. ففي هذه الحالة قد تظهر آثار سريعة في الأسواق مثل ارتفاع أسعار البنزين والديزل، واضطراب النقل الجوي والبحري، وارتفاع تكاليف الطاقة في الصناعة والكهرباء.

كما أن الأزمة لا تضرب الدول المستهلكة فقط، بل الدول المنتجة أيضاً. فتعطل تصدير نحو (٤ - ٥) ملايين برميل يومياً من المنتجات النفطية قد يعني إيرادات غير متحققة تتراوح بين (٤٠٠ و ٧٥٠) مليون دولار يومياً بحسب مستويات الأسعار. إضافة إلى ذلك، فإن امتلاء الخزانات قد يدفع المنتجين إلى خفض إنتاج النفط الخام نفسه إذا استمر تعطل التصدير. وفي حال طال أمد الأزمة، قد تضطر الدول المنتجة إلى الاعتماد على احتياطيها المالية وصناديقها السيادية لتعويض تراجع الإيرادات النفطية وتمويل النفقات العامة ورواتب القطاع الحكومي ومشروعات البنية التحتية. ورغم أن دول الخليج تمتلك احتياطات مالية ضخمة تقدر بتريليونات الدولارات، فإن استمرار تعطل الصادرات لفترة طويلة قد يؤدي إلى استنزاف تدريجي لهذه الاحتياطات، خاصة إذا تزامن مع ارتفاع الإنفاق الأمني وتباطؤ الأنشطة الاقتصادية غير النفطية.

وفي هذا السياق حذر وزير الطاقة القطري مؤخراً من أن استمرار التصعيد العسكري قد يؤدي إلى تعطل صادرات الطاقة الخليجية خلال أسابيع، وهو سيناريو يثير قلق الأسواق العالمية. فالعالم يستطيع تعويض نقص محدود في النفط الخام من المخزونات الاستراتيجية لبعض الوقت، لكنه يواجه صعوبة أكبر في تعويض نقص المنتجات النفطية المكررة التي تعتمد على طاقات التكرير والبنية التحتية المعقدة.

الخلاصة أن الخليج لم يعد مجرد منطقة إنتاج نفطي، بل أصبح مركزاً أساسياً لتكرير النفط وتزويد العالم بالوقود. ولذلك فإن أي اضطراب طويل في مصافيه أو موانئه قد لا يؤدي فقط إلى ارتفاع الأسعار، بل قد يفتح الباب أمام أزمة وقود عالمية، وقد يفرض في الوقت نفسه ضغوطاً مالية واقتصادية متزايدة على الدول المنتجة نفسها.

## ((ليل البنفسج)).. مسلسل عراقي يكشف قوة الأعراف والتقاليد



أثار المسلسل العراقي الجديد "ليل البنفسج"، الذي عُرض مع حلول شهر رمضان، تفاعلاً واسعاً بعد تناوله لقضية الأعراف والتقاليد وقوتها في فرض سيطرتها في الصراعات والنزاعات في قضايا الثأر والدم. وانتهى عرض الموسم الأول من العمل المؤلف من عشر حلقات، ومن المرجح أن يتم إنجاز موسم آخر له، وفق ما أعلنه القائمون عليه. وحظي المسلسل الذي ينتمي إلى أعمال الإثارة والجريمة، وتدور أحداثه حول جريمة قتل تحوّل لحظة فرح إلى حزن، وتُشعل شرارة الانتقام والثأر الذي يأكل الأخضر واليابس، بإشادة واسعة لطريقة طرحه لقضايا حساسة ولافتة في المجتمع العراقي. ويتناول المسلسل القوائن العشائرية والأعراف والتقاليد وكيف يمكن لها أن تكون مصدر أمان للأفراد المنتمين إليها، وفي أحيان أخرى تكون مصدراً باعثاً على الظلم.

وتدور أحداث المسلسل حول قضية ثأر وصراع تحكّمه العادات والتقاليد، وتتخلله العواطف والمشاعر الرقيقة التي تخفف من وطأة العنف وتضع

"حبيب" بطل المسلسل الذي يُفترض فيه بأن ينفذ حكم العشيرة والعائلة بالثأر، في صراع ما بين عقله وقلبه الذي عشق "شمس" التي سعت للحفاظ على حياة شقيقها من الثأر. وتتصاعد الأحداث في المسلسل وتقدّم شمس الشابة التي تحاول إسكات صوت الموت والثأر وحمائية أخيها نفسها "فصيلة" حبيب، و"الفصيلة" هي عرف عشائري قديم يُستخدم كـ "دية" أو تسوية لإنهاء النزاعات الدموية، حيث يتم تزويج نساء من عشيرة الجاني إلى عشيرة المجني عليه (أهل الضحية) دون مهر، في سبيل إنهاء

دقيقاً وشفافاً. وأشارت نعيم في مقالها إلى أغنية ليل البنفسج التي أرفقت بالعمل، قائلة "لعل إحدى حسنات المسلسل هو إعادة البهاء لأغنية ليل البنفسج للكبير الشاعر مظفر النواب والملحن المتفرد طالب القره غولي، فقد كان توظيف الأغنية في مفاصل المشاهد الدرامية دقيقاً وشفافاً".

منى، تتعلق بقصة والدتي (رحمها الله)، لهذا احتجت وقتاً كي أتخذ قرار الموافقة على العمل، ليس بسبب طبيعة الدور، بل لأنني في العادة أحاول الابتعاد عن كل ما يعيد فتح الجروح القديمة لحياتي، خاصة مرض والدتي، وغالباً ما أهرب من تلك الذكريات، إلا أنني راضية بما كتبه الله تعالى. وتابعت عادة لا أنظر إلى عدد الأعمال الدرامية التي أقدمها سنوياً، ولا أسأل نفسي عن كم عملاً سأشارك فيه خلال كل عام، بل جل ما أفكر بنوع العمل وقيمه ورسالته، والدليل إنني في العام الماضي لم أشارك بأي عمل فني، حيث كنت أنتظر مجيء قصة مختلفة لتستحق التقدير، وفي العام الحالي اقتنعت بالمشاركة بعمل (بدل تالف)، لكونه يحمل رسالة مهمة تتعلق بالقضايا الإنسانية كتجارة الأعضاء، وبر الوالدين، ويركز على قصة ابنة تقف إلى جانب والدها، وتدعمه في أصعب الظروف. وبالسؤال عن اختيار أدوارها الدرامية الهادئة، قالت الفنانة الشابة براء الزبيدي: في الحقيقة أنا لا أميل شخصياً إلى هذا النوع من الاختيارات بشكل مقصود، بل غالباً ما تأتي هذه الأدوار من ترشيدات المخرجين أو المؤلفين، وهذا ما جعل الجمهور يعتقد أنني أكره نمط الشخصية الهادئة عن قصد، بسبب طبيعة هوائي في الواقع، بينما الحقيقة مختلفة تماماً، فالأدوار هي التي تصلني بهذه الطريقة، وبما أن القصص تكون جميلة ومؤثرة أوافق عليها، لكن في الواقع أنا أملك طاقة كبيرة بالتحمّل، وشخصيتي في الحياة اليومية أكثر نشاطاً وحيوية، وأفرغ جزءاً من هذه الطاقة بالرسم والقراءة. وختمت الزبيدي، بالنسبة لي إن القصة والرسالة بأي عمل هما الأهم، حيث أنني أعتبر كل عمل أقدمه يُعد جزءاً مهماً من مسيرتي الفنية وسيرتي المهنية.

أثار المسلسل العراقي الجديد "ليل البنفسج"، الذي عُرض مع حلول شهر رمضان، تفاعلاً واسعاً بعد تناوله لقضية الأعراف والتقاليد وقوتها في فرض سيطرتها في الصراعات والنزاعات في قضايا الثأر والدم. وانتهى عرض الموسم الأول من العمل المؤلف من عشر حلقات، ومن المرجح أن يتم إنجاز موسم آخر له، وفق ما أعلنه القائمون عليه. وحظي المسلسل الذي ينتمي إلى أعمال الإثارة والجريمة، وتدور أحداثه حول جريمة قتل تحوّل لحظة فرح إلى حزن، وتُشعل شرارة الانتقام والثأر الذي يأكل الأخضر واليابس، بإشادة واسعة لطريقة طرحه لقضايا حساسة ولافتة في المجتمع العراقي. ويتناول المسلسل القوائن العشائرية والأعراف والتقاليد وكيف يمكن لها أن تكون مصدر أمان للأفراد المنتمين إليها، وفي أحيان أخرى تكون مصدراً باعثاً على الظلم.

وتدور أحداث المسلسل حول قضية ثأر وصراع تحكّمه العادات والتقاليد، وتتخلله العواطف والمشاعر الرقيقة التي تخفف من وطأة العنف وتضع

## براء الزبيدي: قصة مسلسل ((بدل تالف)) قريبة من حياتي الواقعية



انتهت الفنانة العراقية الشابة براء الزبيدي، من تصوير عملها الدرامي الجديد الذي يحمل اسم (بدل تالف)، وهو من تأليف الكاتبة المصرية سارة مصباح، وإخراج السوري قتيبة نزار غانم، ويعرض حالياً على قناة الشارقة في شهر رمضان، فيما أكدت أن أي عمل تقدمه يُعد جزءاً مهماً من مسيرتها الفنية. وقالت براء الزبيدي للوكالة الوطنية العراقية للأخبار/بنا: إن شخصيتي في هي شخصية بطلة العمل (حياة)، وقد أعطيت إهتمامي البالغ لعلم الشخصية، من أجل ظهورها للجمهور بالشكل الصحيح، فأخذت الشخصية قبل مدة (شهرين) من التحضير للبروفات، والعمل يتكون من (عشر) حلقات. وأضافت: إن "شخصية (حياة)، كانت تحمل قصة قريبة جداً

## عين على العالم

### ابتكار جهاز لقياس السكر دون الحاجة لوخز الجلد



أفاد المكتب الإعلامي لجامعة نوفوسيبيرسك التقنية، أن علماء الجامعة ابتكروا جهازاً لقياس مستوى السكر في الدم باستخدام مستشعر يثبت على جلد المريض. وكما هو معروف، يضطر مرضى السكري إلى وخز أصابعهم يومياً لقياس مستوى السكر في الدم. ويسبب هذا الإجراء الروتيني إزعاجاً وألماً، ويؤدي إلى خشونة الجلد، كما أنه يعرض المريض لخطر العدوى في حال عدم الالتزام بالنظافة. وبالإضافة إلى ذلك، تشكل التكلفة الدورية لشرائط الاختبار والإبر عبئاً مالياً كبيراً. ولهذا السبب يقلل الكثير من المرضى عدد مرات إجراء الاختبار، ما يعقد إدارة المرض ويزيد من خطر حدوث مضاعفات.

ويقول مصدر في المكتب: "يتكون جهاز قياس السكر من مستشعر غرافين، ودائرة قياس، ووحدة تحكم دقيقة، جميعها مدمجة داخل غلاف الجهاز. يثبت الجهاز على الظهر، وفي غضون دقائق قليلة، يقيس مستوى السكر بناء على إفرازات العرق". وقد ابتكر علماء الجامعة برنامجاً متعدد المنصات يتيح لقياساً سريعاً لمستوى الغلوكوز. يتميز هذا البرنامج باستخدامه أقطاباً كهربائية من الغرافين المحفّز بالليزر (LIG)، التي تعمل وفق مبدأ كيميائي كهربائي. ووفقاً للمبتكر ألكسندر كاشتانوف، يمكن للجهاز الذي يجري تجميعه حالياً، أن يقيس مستوى السكر حتى في حالة الراحة. وقد حصل برنامج الجهاز بالفعل على شهادة تسجيل حكومية لبرامج الحاسوب.

ويقول المصدر في المكتب: "الميزة الرئيسية لبرنامجنا هي قابليته للتشغيل على منصات متعددة، فخوارزمية المعالجة الخاصة وإمكانية تشغيله على أجهزة الحاسوب والهواتف الذكية بأنظمة تشغيل مختلفة تضمن للمستخدم الحصول على نتائج الاختبار بسرعة وسهولة".

## ساعتك الذكية لمتابعة صحتك

### في رمضان

في شهر رمضان، يحتاج الجسم إلى متابعة دقيقة للحفاظ على الصحة والنشاط أثناء الصيام، هنا تأتي الساعات الذكية كأداة مثالية لمراقبة صحتك بشكل مستمر، من قياس معدل ضربات القلب إلى تتبع النوم والنشاط البدني، مما يساعدك على صيام صحي وآمن.

أهم فوائد الساعة الذكية في رمضان

1. متابعة معدل ضربات القلب
- تساعد الساعة على معرفة كيف يتأثر قلبك أثناء الصيام، وتنبهك عند وجود أي ارتفاع أو انخفاض غير طبيعي.
- تتبع النشاط البدني
- سواء المشي أو أداء التمارين الخفيفة بعد الإفطار، تساعد الساعة على معرفة عدد الخطوات والسرعات الحرارية المحروقة.
- مراقبة النوم

الصيام قد يؤثر على جودة النوم، وتساعدك الساعة على معرفة ساعات النوم العميق والخفيف لضبط نمطك اليومي.

4. تذكير شرب الماء والإفطار الصحي
- بعض الساعات الذكية يمكنها تذكيرك بشرب الماء بعد الإفطار أو أخذ وجبات خفيفة صحية لتجنب الجفاف والإرهاق.
5. متابعة مستويات التوتر

تساعدك بعض الساعات على قياس التوتر وإعطاء نصائح للاسترخاء، وهو مهم للحفاظ على صحتك النفسية أثناء الصيام.

خطوات استخدام الساعة الذكية في رمضان

1. ارتد الساعة يومياً طوال اليوم لضمان متابعة مستمرة للبيانات الحيوية.
2. ضبط التنبيهات لشرب الماء، الإفطار، أو تذكير النشاط البدني بعد الإفطار.
3. تسجيل وجباتك ونشاطك البدني لمتابعة السرعات الحرارية والحفاظ على وزن صحي.
4. مراجعة البيانات أسبوعياً لمعرفة التغيرات وضبط نمط حياتك حسب النتائج.
5. الاستفادة من ميزات النوم لضبط مواعيد النوم والاستيقاظ خلال شهر رمضان.

## إعلانك في صوت القلم يضمن لك الانتشار الأوسع

للتواصل

07730004671

sawtalqalam8@gmail.com

alnasday@yahoo.com

