

أكدت وزارة الداخلية في إقليم كردستان، المضي في تنفيذ المذكرات الصادرة بحق المطلوبين، فيما أشارت الى تسليم بغداد عدد كبير من المطلوبين وتحفظها على أموال وممتلكات طائلة.

وقال وزير داخلية إقليم كردستان ريبير أحمد، في مؤتمر صحفي : إن “القوات الأمنية في الإقليم سلمت عددا كبيرا من المطلوبين بقضايا تتعلق بالفساد إلى بغداد، إضافة إلى كميات كبيرة من الأموال والذهب والممتلكات التي جرى ضبطها داخل كردستان”.

تفاصيل ص 2

السعر ٥٠٠ دينار

الحقيقة غابتنا

٨ صفحات

يومية سياسية عامة مستقلة

Mon 31/8/2026

معتمدة في نقابة الصحفيين العراقيين بالرقم (٢١٦٠) ١٨/ربيع الاول ١٤٤٨ هـ

العدد (٣٦٩)

السنة الثانية

الاثنين ٢٠٢٦/٨/٣١

خلال إستقباله أسرتي شهيدي حادثة الدورة

الزبيدي يتوعد القتلة ويؤكد: العدالة ستأخذ مجراها والمجرمون سينالون جزاءهم

بغداد / صوت القلم:

أكد رئيس مجلس الوزراء، علي فالح الزبيدي، خلال إستقباله أسرتي شهيدي الواجب في منطقة الدورة ان العدالة ستأخذ مجراها، وأن المجرمين سينالون جزاءهم العادل وفق القانون، فيما أشار الى أن الشهداء يمثلون منارة الوطن وأبنائهم وأسره في قلوبنا.

وقال مكتبه الإعلامي في بيان : إن “رئيس مجلس الوزراء، علي فالح الزبيدي، استقبل امس الأحد، أسرتي الشهيدين العميد هشام محمد طلاع سلمان، مدير قسم شرطة الأمانة في الكرخ، والمفوض خالد عباس لفئة الفواري، اللذين استشهدا أثناء أداء واجبهما الرسمي في منطقة الدورة، خلال عملية



معالجة التجاوزات وفرض القانون”. وأكد الزبيدي بحسب البيان، أن “الشهداء يمثلون منارة الوطن، وأن أبنائهم وأسره في قلوبنا، مشددا على أن العدالة ستأخذ مجراها، وأن المجرمين سينالون جزاءهم العادل وفق القانون”.

الشمري يعلن اعتماد المسيرات لملاحقة التجاوزات على الأراضي في بغداد

بغداد / صوت القلم:

أعلن مدير مكتب القائد العام للقوات المسلحة، الفريق أول الركن عبد الأمير الشمري، عن اعتماد طائرات مسيرة لملاحقة جميع التجاوزات الحاصلة على الأراضي في العاصمة بغداد، فيما اشار الى تشكيل لجان في كل منطقة لملاحقة حالات التجاوز ورصدها.

وقال الشمري للوكالة الرسمية: «نحن أمام مشكلة تتعلق بتجريف الأراضي الزراعية في محافظة بغداد، فضلا عن التجاوزات الحاصلة على أراضي الدولة، والتي أسفرت للأسف عن استشهاده ضابط ومنتسب، وإصابة عدد من منتسبي القوات الأمنية وأمانة بغداد». وأضاف أنه «بحسب توجيهات القائد العام للقوات المسلحة، عقدنا اجتماعاً



ضم محافظ بغداد، وأمين بغداد، وقيادة عمليات بغداد، والوكلاء، لمناقشة هذه المشكلة ووضع الإجراءات اللازمة لمعالجتها».

تفاصيل ص 2

5 شبكة الإعلام العراقي تحصل على حقوق نقل تصفيات كأس آسيا للشباب

8

أقدم من روما وإيسكندر... شجرة زيتون لا تزال تثمر بعمر ٣٧٠٠ عام

القاضي زيدان ورئيس شبكة الإعلام يؤكدان أهمية دور الإعلام في نقل الحقائق

بغداد / صوت القلم:

أكد رئيس مجلس القضاء الأعلى، القاضي فائق زيدان، ورئيس شبكة الإعلام العراقي، عبد الكريم حمادي، أهمية دور الإعلام في نقل الحقائق بموضوعية . وذكر مجلس القضاء في بيان : أن “رئيس مجلس القضاء الأعلى، القاضي فائق زيدان استقبل، رئيس شبكة الإعلام العراقي، عبد الكريم حمادي”.



تفاصيل ص 2

بغداد / صوت القلم:

أعلنت هيئة النزاهة ، صدور حكمين بالسجن 7 سنوات لكل من النائب السابق طلال الزوبعي، ووكيل وزارة النفط لشؤون التوزيع علي معارج البهادي، عن جريمة تضخم الأموال والكسب غير المشروع، فيما أعلنت عن ضبط (4) من موظفي وزارة الكهرباء في محافظة بابل؛ على



خلفيّة إحداثهم الضرر عمداً بأموال ومصالح الجهة التي يعملون فيها. وذكرت الهيئة، في بيان : أنه “تم صدور حكمين بالسجن سبع سنوات بحق كل من، النائب السابق طلال الزوبعي، ووكيل وزارة النفط لشؤون التوزيع، علي معارج البهادي عن جرمي تضخم الأموال والكسب غير المشروع”.

تفاصيل ص 2

ليبيا.. التوقيع على اتفاق نهائي لإجراء انتخابات خلال عامين

ليبيا / متابعة صوت القلم:

مدة لا تتجاوز 24 شهراً. وجرى التوقيع في العاصمة طرابلس بإشراف بعثة الأمم المتحدة إلى ليبيا، وتضمن الاتفاق تفاهات هامة بين الطرفين، تجاوزا بمقتضاها أبرز الخلافات التي كانت وقعت لجنة (4+4) التي تضم ممثلين عن الأطراف السياسية في شرق وغرب ليبيا، على اتفاق نهائي يقضي بإجراء انتخابات رئاسية وبرلمانية في

تعرقل الانتخابات، والمتعلقة أساساً بشروط الترشح. ونص الاتفاق على السماح بمشاركة العسكريين في الانتخابات كنوابين ومرشحين وعلى ضرورة تخلي المرشح الفائز على

جنسيته الثانية قبل أداء اليمين الدستورية، كما أوصى بضرورة اعتماد قانون انتخابات مجلس النواب عام 2014 إطارا لتنفيذ الانتخابات البرلمانية.

تفاصيل ص 3

هيئة الحج تدعو المتعذر عليهم استرجاع مبالغ التسجيل إلى مراجعة مكاتبها

بغداد / متابعة صوت القلم:

مراجعة مكاتبها في بغداد والمحافظات لاستلام المبلغ يدوياً.

ودكرت الهيئة في بيان : أن “المواطنين المشمولين بهذا الإجراء بإمكانهم مراجعة مكاتبها، لإكمال إجراءات الاسترجاع واستلام المبلغ بصورة مباشرة نقدا، اعتبارا

دعت الهيئة العليا للحج والعمرة، المواطنين الذين تعذر عليهم إتمام عملية استرجاع مبلغ التسجيل على الحج إلكترونياً بعد انتهاء مدة التقديم على الاسترجاع، إلى

موسكو تعلن الإعداد لـ“ضربات مكثفة” على قطاع الطاقة في أوكرانيا

موسكو / متابعة صوت القلم:

في أوكرانيا رداً على الهجمات المتواصلة لنظام كيبف على البنى التحتية المدنية وقطاع النفط والطاقة الروسي”. وأشارت وزارة الدفاع الروسية إلى أن الدفاعات الجوية أسقطت خلال 24 ساعة 5 صواريخ “هيمارس” وأكثر من 800 مسيرة تابعة للقوات المسلحة الأوكرانية. وأضافت: “لأول مرة.. القوات الروسية تدمر مدرعة “تيتان-إس” كندية الصنع في منطقة العملية العسكرية الخاصة”.

أعلنت روسيا، أن قواتها بدأت التحضير لتنفيذ ضربات واسعة ضد البنية التحتية للطاقة في أوكرانيا، رداً على هجمات نظام كيبف على البنية التحتية المدنية. وقالت وزارة الدفاع الروسية إن القوات نفذت خلال الليل ضربات جماعية على منشآت للصناعات العسكرية الأوكرانية. وأفادت وزارة الدفاع الروسية عبر “تليغرام” أن “القوات المسلحة الروسية باشرت الإعداد لضربات مكثفة على منشآت قطاع الطاقة

تفاصيل ص 3

زعيم كوريا الشمالية يجري تعديلات على قيادته العسكرية ويقلل وزير الدفاع

بيونغ يانغ / متابعة صوت القلم:

أفاد الإعلام الرسمي في كوريا الشمالية، بإجراء تعديلات على القيادة العسكرية للبلاد، شملت إقالة وزير الدفاع نو كوانغ تشول. وذكرت وكالة الأنباء المركزية الكورية الرسمية أن قرارات “إعادة التنظيم الهيكلي” اتخذت خلال اجتماع ترأسه السبت الزعيم كيم جونج أون.

وأضافت الوكالة أن نو كوانغ تشول لم



يُعد من منصبه كوزير للدفاع فحسب، بل خفضت رتبته أيضاً في قيادة الحزب

الحاكم ليصبح “النائب الأول لمدير إدارة صناعة الذخائر”. وتم تعيين كيم سونغ غي، مدير المكتب السياسي العام للجيش الشعبي الكوري، وزيراً جديداً للدفاع. كما عُيِّن مستشار الدفاع باك جونج تشون في منصب نائب رئيس اللجنة العسكرية المركزية للحزب الحاكم وعضوا في المكتب السياسي للحزب، إضافة إلى سلسلة ترقية أخرى. وفي تقرير منفصل، ذكرت وكالة الأنباء المركزية أن كيم أشاد بالعلماء والباحثين

تفاصيل ص 3

السماح بمشاركة العسكريين في كناخبين ومرشحين

ليبيا.. التوقيع على اتفاق نهائي لإجراء انتخابات خلال عامين

ليبيا / متابعة صوت القلم:

وقعت لجنة (4+4) التي تضم ممثلين عن الأطراف السياسية في شرق وغرب ليبيا، على اتفاق نهائي يقضي بإجراء انتخابات رئاسية وبرلمانية في مدة لا تتجاوز 24 شهراً.

وجرى التوقيع في العاصمة طرابلس بإشراف بعثة الأمم المتحدة إلى ليبيا، وتضمن الاتفاق تفاهات هامة بين الطرفين، تجاوزا بمقتضاها أبرز الخلافات التي كانت تعرقل الانتخابات، والمتعلقة أساساً بشروط الترشح.

ونص الاتفاق على السماح بمشاركة العسكريين في الانتخابات كناخبين ومرشحين وعلى ضرورة تخلي المرشح الفائز على جنسيته الثانية قبل أداء اليمين الدستورية، كما أوصى بضرورة اعتماد قانون انتخابات مجلس النواب عام 2014 إطاراً لتنفيذ الانتخابات البرلمانية.

وأشار الاتفاق إلى أن إجراء الانتخابات مشروط بتشكيل سلطة تنفيذية موحدة ومؤسسات تنفيذية ووطنية واحدة خاصة المؤسسات السيادية والجيش، كما أوصى بعدم إلزامية الجولة الثانية من الانتخابات الرئاسية في حال حصول أحد المترشحين على أكثر من (50+1) من الأصوات.

كما اتفق المشاركون على إعادة تشكيل مجلس إدارة المفوضية الوطنية العليا للانتخابات على أن يتولى ضو الهمامي رئاسته خلفاً لعماد السايح، فيما ستكون سناء الليشاني نائبة له. واعتبرت رئيسة البعثة الأممية،

هانا تيتيه، أن هذا الاتفاق هو خطوة مهمة إلى الأمام، مؤكدة أن الأولوية الآن لتنفيذ أحكامه ضمن الإطار الزمني المقرر والحفاظ على الزخم لاستكمال بقية مراحل خارطة الطريق.

وقالت تيتيه، إن الهدف هو تهيئة الظروف لإجراء الانتخابات ضمن إطار زمني واضح وغير قابل للتמיד، معتبرة أن لانتخابات تمثل جزءاً واحداً من العملية السياسية، بالتوازي مع العمل على تفعيل المؤسسات ومعالجة ملفات الحوكمة والخدمات الأساسية والإصلاحات الاقتصادية.

وينظر المراقبون إلى الاتفاق الموقع على أنه تقدم هام في مسار كسر حالة الجمود السياسي في البلاد،

لكنهم يعتقدون أن الاختبار الحقيقي هو في مدى تنفيذه على أرض الواقع، خاصة في ظل عدم وضوح مواقف بقية الأطراف السياسية، خاصة البرلمان والمجلس الأعلى للدولة.

في غضون ذلك رحب نائب القائد العام المكلف للقوات الليبية صدام حفتر بالتوقيع في طرابلس على اتفاق 4+4، معتبراً إياه خطوة مهمة نحو إزالة العراقيل التي حالت دون إجراء انتخابات رئاسية وتشريعية.

وأكد حفتر أن القيادة العامة بذلت كل ما في وسعها، وبادرت بإيجابية ومسؤولية للمساهمة في حلحلة الخلافات وتقريب وجهات النظر بين الأطراف الليبية، مشدداً على



استمرارها في دعم هدف توحيد البلاد ومؤسساتها. ووجه التحية والتقدير إلى القائد العام المشير خليفة حفتر، لدوره في دعم هذه الجهود، مؤكداً أن القيادة العامة ستواصل مساندة كل ما من شأنه دفع ليبيا نحو الاستقرار الدائم. وشدد صدام حفتر على أنه لم يعد هناك مبرر لمزيد من التأخير بعد إبرام الاتفاق، محذراً من محاولات تعطيل المسار أو إعادة البلاد إلى دائرة الانقسام السياسي. وأكد أن المرحلة المقبلة يجب أن تكون مرحلة تنفيذ واستحقاق، هدفها توحيد ليبيا ومؤسساتها، والمضي دون إبطاء نحو إجراء الانتخابات الرئاسية والتشريعية بشكل متزامن.

موسكو/ متابعة صوت القلم:

أعلنت روسيا، أن قواتها بدأت التحضير لتنفيذ ضربات واسعة ضد البنية التحتية للطاقة في أوكرانيا، رداً على هجمات نظام كييف على البنية التحتية المدنية. وقالت وزارة الدفاع الروسية إن القوات نفذت خلال الليل ضربات جماعية على منشآت للصناعات العسكرية الأوكرانية.

وأفادت وزارة الدفاع الروسية عبر "تليغرام" أن "القوات المسلحة الروسية باشرت الإعداد لضربات مكثفة على منشآت قطاع الطاقة في أوكرانيا رداً على الهجمات المتواصلة لنظام كييف على البنى التحتية المدنية وقطاع النفط والطاقة الروسي". وأشارت وزارة الدفاع الروسية إلى أن الدفاعات الجوية أسقطت خلال 24 ساعة 5 صواريخ "هيمارس" وأكثر من 800 مسيرة تابعة للقوات المسلحة الأوكرانية. وأضافت: "لأول مرة.. القوات الروسية تدمر مدرعة "تيتان-إس" كندية الصنع في منطقة العملية العسكرية الخاصة".

كما دمرت القوات الروسية موقع إطلاق صواريخ "فلامينغو" ومنشآت البنية التحتية للوقود والطاقة ومراكز لوجستية في أوكرانيا خلال 24 ساعة، بحسب بيان الوزارة، الذي أشار إلى فرض السيطرة الروسية على بلدي فيليكي بريكول وسادكي في مقاطعة سومي.

وصرح مسؤول أوكراني بارز، بأن بلاده تلقت معلومات استخباراتية تفيد أن روسيا تستعد لشن هجوم بري محتمل باتجاه العاصمة كييف، وكذلك مدينة تشيرنيهيف شمال البلاد، في وقت تواصل فيه موسكو عملياتها العسكرية على الأراضي الأوكرانية. وامس الأحد، أفادت وزارة الدفاع الروسية أن أنظمة الدفاع الجوي اعترضت ودمرت 494 طائرة مسيرة أوكرانية فوق المناطق الروسية والبحر الأسود وبحر آزوف، خلال الليل.

وجاء في البيان أنه تم تدمير المسيرات الأوكرانية فوق مقاطعات لينينغراد، وبريانسك، وبيلفورود، وكالوغا، وكورسك،

موسكو تعلن الإعداد لـ"ضربات مكثفة" على قطاع الطاقة في أوكرانيا

وتفير، وسمولينسك، وأوريول، وبسكوف، وتولا، ونوفغورود، وروستوف، وإقليم كراسنودار، ومنطقة موسكو وضواحيها، وجمهورية القرم، وفوق مياه بحر آزوف والبحر الأسود. وأعلن عمدة موسكو، سيرغي سوبيانين، أن الدفاعات الجوية الروسية دمرت خلال الليل 13 طائرة مسيرة كانت تحلق باتجاه العاصمة، مضيفاً أن المتخصصين في فرق الطوارئ يواصلون العمل في مواقع سقوط حطام المسيرات. وهذا واندلع حريق في مصفاة نفط روسية بمنطقة لينينغراد عقب تحطم طائرة مسيرة بالقرب منها، وفق ما أفادت السلطات المحلية بينما تواصل كييف هجماتها التي تستهدف منشآت الطاقة الروسية. وأفاد ألكسندر دروجينكو، حاكم منطقة لينينغراد، على تطبيق تليغرام ب"ورود أنباء عن تحطم طائرة مسيرة بالقرب من مصفاة النفط في مقاطعة كيريشي. اندلع حريق وفرق الطوارئ موجودة في المكان"، من دون أن يوضح ما إذا كان الحادث قد أسفر عن وقوع إصابات. وأضاف أنه تم إسقاط 42 طائرة مسيرة فوق منطقة لينينغراد، مشيراً إلى أن عمليات الدفاع الجوي مستمرة. من جهته، أعلن حاكم مقاطعة روستوف، يوري سليوسار، إصابة امرأة خلال التصدي لهجوم بطائرات مسيرة أوكرانية على منطقة ميليروفو بالمقاطعة.

وبعد أربع سنوات ونصف سنة على بداية الغزو الروسي لأوكرانيا، تتكثف الضربات البعيدة المدى بين الطرفين، مستهدفة بشكل متزايد منشآت مدنية مثل المستودعات اللوجستية، وموقعة عدداً متزايداً من الضحايا. وتواصل كييف مناشدة حلفائها للحصول على دعم إضافي في ظل تكثيف روسيا لضرباتهما، حيث تواجه القوات الأوكرانية صعوبات في اعتراض الصواريخ البالسيتية. كما صعدت أوكرانيا من ضرباتها الانتقامية على روسيا في الأشهر الأخيرة، وذلك في جزء منه للضغط على موسكو من أجل الجلوس إلى طاولة المفاوضات لإنهاء النزاع الأكثر دموية في أوروبا منذ الحرب العالمية الثانية.

بعد اختتام المناورات العسكرية بين كوريا الجنوبية وأميركا

زعيم كوريا الشمالية يجري تعديلات على قيادته العسكرية ويقلل وزير الدفاع

بيونغ يانغ/ متابعة صوت القلم:

أفاد الإعلام الرسمي في كوريا الشمالية، بإجراء تعديلات على القيادة العسكرية للبلاد، شملت إقالة وزير الدفاع نو كوانغ تشول. وذكرت وكالة الأنباء المركزية الكورية الرسمية أن قرارات "إعادة التنظيم الهيكلي" اتخذت خلال اجتماع ترأسه السبت الزعيم كيم جونج أون.

وأضافت الوكالة أن نو كوانغ تشول لم يُعف من منصبه كوزير للدفاع فحسب، بل خُفضت رتبته أيضاً في قيادة الحزب الحاكم ليصبح "النائب الأول لمدير إدارة صناعة الذخائر".

وتم تعيين كيم سونغ غي، مدير المكتب السياسي العام للجيش الشعبي الكوري، وزيراً جديداً للدفاع.

كما عُين مستشار الدفاع باك جونج تشون في منصب نائب رئيس اللجنة العسكرية المركزية للحزب الحاكم وعضوا في المكتب السياسي للحزب، إضافة إلى سلسلة ترقية أخرى.



وفي تقرير منفصل، ذكرت وكالة الأنباء المركزية أن كيم أشاد بالعلماء والباحثين والمسؤولين خلال حفل أقيم السبت تقديراً لإنجازاتهم في مجال تكنولوجيا الدفاع، حيث تم تقليدهم أرفع الأوسمة الوطنية.

وأضافت أن المكرمين ساهموا بشكل كبير في "حل مشكلات علمية وتقنية ذات أهمية تاريخية في مجال تطوير أنظمة أسلحة قتالية جديدة"، من دون تحديدها. وتُظهر صورة نشرتها الوكالة كيم وهو يقلد أحد الأشخاص وساماً.

العسكرية والتكنولوجية للبلاد". وفي أواخر يونيو (حزيران)، أشرف كيم على تجارب لمنظومة جديدة لإطلاق صواريخ متعددة بعيدة المدى.

وتأتي عملية إعادة تشكيل القيادة العسكرية في كوريا الشمالية بعد فترة وجيزة من اختتام المناورات العسكرية المشتركة بين كوريا الجنوبية والولايات المتحدة.

وحظيت هذه المناورات التي تندد بها بيونغ يانغ بانتظام وتعتبرها بمثابة تحضير لغزوها، بمتابعة دقيقة هذا العام، بعد أن أمر الرئيس الأميركي دونالد ترامب بتقليص مشاركة بلاده فيها.

وانتقد ترامب المناورات ووصفها بأنها مستفزة لكوريا الشمالية، مهاجماً سيول لعدم دعمها حربه ضد إيران.

كما أشاد الرئيس الأميركي بالزعيم الكوري الشمالي كيم الذي التقى به مرتين خلال ولايته الأولى، في وقت من دون الخوض في التفاصيل. وذكرت أن هذه التقنيات أظهرت "مسار التطور الفريد للقدرات

كوريا الشمالية لم تلتفت إليها أو تبد مؤشرات على التجاوب معها، بل واصلت إطلاق الصواريخ ونددت بالمناورات العسكرية التي جرى تقليص نطاقها.

كما انتقدت بيونغ يانغ واشنطن بشدة لموافقتها على صفقات أسلحة لكوريا الجنوبية وتخطيطها لتمويل برامج توثق انتهاكات حقوق الإنسان في الشمال.

وفي غضون، من المقرر أن يستمر التعاون العسكري بين واشنطن وحلفائها الإقليميين، حيث تعترم كل من كوريا الجنوبية والولايات المتحدة واليابان إجراء مناورات ثلاثية مشتركة تحمل اسم "فريدوم ايدج" في المياه شرق جزيرة جيجو الكورية الجنوبية وجنوبها، من 7 إلى 11 سبتمبر (أيلول).

وصرحت هيئة الأركان المشتركة في سيول الجمعة، بأن "هذه المناورات تعد تدريباً دفاعياً تجريه الدول الثلاث سنوياً للتصدي للتهديدات يتطلع فيه إلى عقد اجتماع جديد الشمالية، وللحفاظ على السلام ورغم مبادرات ترامب الودية، إلا أن

بقية تجاوزت مليار دولار

العراق رابع أكبر وجهة للصادرات التركية خلال شهر تموز

أنقرة / متابعة صوت القلم:

حلّ العراق في المرتبة الرابعة بين أكبر وجهات الصادرات التركية خلال شهر تموز/يوليو الماضي، بقيمة بلغت 1.113 مليار دولار، بحسب بيانات رسمية أعلنتها المعهد الإحصائي التركي.

وأظهرت البيانات ، أن ألمانيا تصدرت قائمة الدول المستقبلية للصادرات التركية خلال تموز بقيمة 2.042 مليار دولار، تلتها الولايات المتحدة بـ1.683 مليار دولار، ثم المملكة المتحدة بـ1.349 مليار دولار، فيما جاء العراق رابعاً، وإيطاليا خامساً بـ1.110 مليار دولار. وبلغت حصة الدول الخمس الأولى من إجمالي



الصادرات التركية خلال تموز نحو 28.5%، في وقت سجلت فيه تركيا إجمالي صادرات بلغ 25.623 مليار دولار، بزيادة 2.9% مقارنة بالشهر نفسه من العام الماضي.

وترتبط الصادرات إلى العراق بارتفاع إجمالي التجارة الخارجية التركية، إذ بلغت الواردات خلال تموز 32.966 مليار دولار، بزيادة 5.1% على أساس سنوي، فيما بلغ العجز التجاري 7.343 مليارات دولار بارتفاع 13.6%. وبحسب البيانات، ارتفعت الصادرات التركية خلال الأشهر السبعة الأولى من العام الحالي بنسبة 3.4% لتصل إلى 161.539 مليار دولار، مقابل واردات بلغت 222.085 مليار دولار بزيادة 4.7%.

دول عربية تراهن على ٦ مسارات نفطية بعيدا عن مضيق هرمز

بغداد / متابعة صوت القلم:

تزايدت الرهانات على 6 خطوط نفط داعمة لصادرات الدول العربية بعيداً عن مضيق هرمز، بعضها يعمل، وبعضها الآخر في مراحل التخطيط أو التطوير. أسعار النفط فبحسب وحدة أبحاث الطاقة (مقرها واشنطن)، فإن هناك 3 خطوط عاملة بالفعل في تصدير النفط العربي بعيداً عن المضيق: شرق-غرب السعودي، وحيشان-الفجيرة الإماراتي، وكركوك-جيهان العراقي التركي. كما توجد 3 مشروعات لخطوط أخرى معلنة أو تحت التطوير: كركوك-بانياس، وغرب-شرق الإماراتي، ورأس مركز العماني.

وتضم السعودية خط أنابيب "شرق-غرب"، وهو الأكبر قدرة من بين 3 خطوط نفط عاملة -والمقترحة أيضاً- في المنطقة بعيداً عن مضيق هرمز، يليه خطا أنابيب الإمارات والعراق.

ورغم ذلك فإن الكميات المنقولة عبر هذه الخطوط عادة ما تكون متفاوتة ومتذبذبة سنوياً، نظراً إلى أن معظمها يعمل بصورة بديلة لمضيق هرمز وليس بصفة دائمة في الظروف العادية.

خط أنابيب شرق-غرب السعودي

أنتى خط أنابيب شرق-غرب السعودي دوراً كبيراً في تجاوز المملكة أزمة مضيق هرمز التي خلفتها الحرب الإيرانية المندلعة نهاية فبراير/شباط 2026.

هذا الخط المعروف باسم بترولوين بنته السعودية منذ ثمانينيات القرن الماضي، تحسباً لاحتمال توقف الملاحة في المضيق لأي سبب.

ويربط الخط الذي يبلغ طوله 1200 كيلومتر بين حقول ومرافق المعالجة في المنطقة الشرقية (بقيق) وميناء ينبع على البحر الأحمر، بطاقة استيعابية تصل إلى 7 ملايين برميل يومياً.

واستطاعت السعودية عبر هذا الخط نقل جانب كبير من صادراتها النفطية خارج مضيق هرمز منذ الحرب الإيرانية، خاصة إلى الأسواق الآسيوية الكبرى المستوردة.

فقد ارتفعت صادرات النفط السعودي عبر ميناء ينبع من 700 ألف برميل يومياً في 5 مارس/آذار 2026، إلى 3.4 مليون برميل يومياً في 17 مارس/آذار، ثم إلى 4.1 مليوناً بحلول يوم 20 من الشهر نفسه، بحسب بيانات تتبع السفن التي جمعتها وكالة بلومبرغ. أسعار النفط

وإجمالاً، حافظت السعودية على صادرات تفوق 5 ملايين برميل يومياً في متوسط الأشهر الـ7 الأولى من عام 2026، مقابل 5.9 مليون برميل يومياً في المدة نفسها من العام الماضي، بحسب



بيانات وحدة أبحاث الطاقة، التي يرصدها الرسم البياني أدناه: خط أنابيب حيشان-الفجيرة الإماراتي ضمن 3 خطوط نفط عاملة بعيداً عن مضيق هرمز، تمتلك الإمارات خط أنابيب حيشان-الفجيرة، الذي بنته الدولة الخليجية حديثاً خلال المدة من 2008 إلى 2012، لتجنب أي اضطراب يحدث في مضيق هرمز على غرار خط أنابيب شرق-غرب السعودي.

ويربط هذا الخط -الذي يبلغ طوله 370 كيلومتراً- بين الحقول البرية في أبوظبي وميناء الفجيرة على خليج عمان بطاقة استيعابية تتراوح من 1.5 إلى 1.8 مليون برميل يومياً.

ويسمح الخط بنقل أكثر من نصف صادرات أبوظبي المقدرة بنحو 3.5 مليون برميل يومياً عبر إتاحة وصولها المباشر إلى المحيط الهندي من خارج مضيق هرمز.

خط أنابيب كركوك-جيهان العراقي التركي

يمتد خط أنابيب كركوك-جيهان على طول 970 كيلومتراً بين العراق وتركيا، حيث يربط بين حقول كركوك شمال العراق وميناء جيهان التركي على البحر المتوسط.

ومع أن هذا الخط يُصنّف ضمن 3 خطوط نفط بديلة لمضيق هرمز، فإنه ينقل النفط من الحقول الشمالية فقط، ما يمثل 10% فقط من الصادرات العراقية، التي تعتمد على الموانئ الجنوبية في البصرة مروّراً بمضيق هرمز ثم إلى الأسواق الآسيوية. أسعار النفط

ورغم أن السعة التصميمية القصوى لهذا الخط -المكون من أنبوبين- تصل إلى 1.5 مليون برميل يومياً، فإن السعة التشغيلية بلغت 500 ألف برميل يومياً قبل توقفه الأخير في عام 2023.

خط أنابيب كركوك-بانياس السوري

من بين 3 خطوط نفط عربية مقترحة، يأتي خط أنابيب كركوك-بانياس بين العراق وسوريا، إذ تستهدف بغداد توسيع مسارات تصدير الخام بعيداً عن مضيق هرمز.

فقد طرح العراق مشروعاً طموحاً لإعادة إحياء خط أنابيب كركوك-بانياس، الذي كان ينقل النفط عبر سوريا منذ عقود، قبل أن يخرج من الخدمة نهائياً، إثر تعرضه لأضرار إبان الغزو الأمريكي للعراق عام 2003.

ويتمد مسار المشروع المقترح على طول 1520 كيلومتراً من حقول البصرة وحديثة في العراق

وحتى ميناء بانياس السوري على البحر الأبيض المتوسط، مع خيارات ربط وتفرعات إضافية نحو الأراضي التركية وميناء جيهان.

وتتراوح طاقة المشروع المقترح بين 1.5 مليون برميل يومياً، ومليون برميل يومياً، أي ما يزيد 6 مرات على الطاقة التصميمية للخط القديم البالغة 300 ألف برميل يومياً، لكن التكلفة قد تتجاوز 15 مليار دولار، كما أن مدة الإنشاء قد تستغرق 3 إلى 4 سنوات على الأقل. كفاءة الطاقة ووقعت الحكومة السورية في 17 يوليو/تموز مذكريتي تفاهم مع العراق واقتلاف شركات دولية، لإعداد الدراسات الفنية والمالية والتصور التنفيذي لإعادة إحياء الخط.

خط أنابيب غرب-شرق الإماراتي تخطط الإمارات لإنشاء واحد من أكبر 3 خطوط نفط عربية مقترحة في المنطقة بسعة 1.5 مليون برميل يومياً، وهو خط أنابيب غرب-شرق، لنقل النفط من محطة جبل الظنة إلى ميناء الفجيرة، ليكون المسار الثاني للنفط الإماراتي بعيداً عن مضيق هرمز، بعد خط أنابيب حيشان-الفجيرة. ويشير المخطط التفصيلي للخط إلى أنه سيضم شبكة مكونة من 3 خطوط على طول 520 كيلومتراً ممتدة من محطة تصدير أدنوك في جبل الظنة إلى محطة الفجيرة.

وتخطط أدنوك لإنشاء الخط بسرعة تمهيداً لتشغيله في عام 2027؛ ما قد يمكنها من مضاعفة صادراتها عبر ميناء الفجيرة الواقع بعيداً عن مضيق هرمز.

خط أنابيب رأس مركز العماني تخطط سلطنة عمان لإنشاء خط أنابيب رأس مركز، وهو خط نفطي جديد يستهدف الربط بين حقول النفط الداخلية بمحطة رأس مركز ومحطة التخزين والتصدير في ميناء الدقم، ما يعزّز قدرات البلاد التصديرية بعيداً عن مضيق هرمز.

ويتراوح طول هذا الخط بين 400 و440 كيلومتراً، وتصل قدرته المقترحة إلى 700 ألف برميل يومياً، لكنه ما يزال في مرحلة التطوير والدراسات الفنية.

وتستعد شركة "أوتكو" منذ فبراير/شباط الماضي لإطلاق مناقصة عالمية تستهدف جذب الشركات العالمية للمشاركة في تنفيذ المشروع المقدرته استثمارات بما يتراوح بين 800 مليون و1.4 مليار دولار.

ويستهدف المشروع تحويل رأس مركز إلى مركز إقليمي وعالمي لتخزين النفط الخام وتصديره، مستفيداً من موقعه الإستراتيجي على بحر العرب وقربه من خطوط الملاحة الدولية.

مرصد ((إيكو عراق)) يقترح ٤ مسارات بديلة لصادرات النفط بدلا عن هرمز

بغداد / متابعة صوت القلم:

اقترح مرصد "إيكو عراق" المختص بالشؤون الاقتصادية، اعتماد أربعة مسارات استراتيجية لأنابيب تصدير النفط، بهدف تنويع منافذ التصدير وتقليل اعتماد العراق على مضيق هرمز، في ظل تداعيات الحرب في المنطقة وتوقف صادرات النفط العراقية عبر المضيق. وذكر المرصد في بيان: أن العراق من أكثر الدول تضرراً اقتصادياً من الحرب في المنطقة، نتيجة توقف صادراته النفطية عبر مضيق هرمز، مشدداً على ضرورة اعتماد طرق تصدير بديلة عبر شبكات الأنابيب لضمان استمرار تدفق النفط إلى الأسواق العالمية.

وأوضح المرصد أن المسار الأول يتمثل في طريق الشام الجديد: البصرة-حديثة-العقبة، بما يتيح الوصول إلى البحر الأحمر بعيداً عن مضيق هرمز، مضيفاً أن المسار الثاني هو حديثة-بانياس، لربط النفط العراقي بالبحر المتوسط عبر الأراضي السورية، وفتح منفذ إضافي باتجاه الأسواق الأوروبية. وأشار إلى أن المسار الثالث المقترح هو البصرة-السعودية-سلطنة عُمان، للوصول إلى بحر العرب والأسواق الآسيوية دون المرور بمضيق هرمز، أما المسار الرابع، فيتمثل في حديثة-كركوك-جيهان، لتعزيز منفذ التصدير الشمالي وربط النفط العراقي بميناء جيهان التركي على البحر المتوسط.

ويرى المرصد أن "مدينة حديثة بمحافظة الانبار يمكن أن تتحول إلى مركز رئيسي لشبكة أنابيب النفط العراقية، من خلال ربط خطوط الجنوب بمنافذ التصدير في الأردن وسوريا وتركيا، مع إمكانية تطوير مسارات إضافية مستقبلاً."

وخلص إلى أن تنويع منافذ التصدير لا يعني الاستغناء عن الخليج، وإنما يهدف إلى تقليل مخاطر الاعتماد على منفذ واحد وضمان استمرارية الصادرات النفطية، بما يعزز مرونة الاقتصاد العراقي وأمن إيراداته. وتزايدت رهانات دول عربية بينها العراق، على 6 خطوط لنقل النفط لضمان تدفق صادراتها بعيداً عن مضيق هرمز، بينها مسارات تعمل حالياً وأخرى تقع ضمن مراحل التخطيط والتطوير، بحسب تقرير لمنصة الطاقة، تابعت وكالة شفق نيوز.

الذهب يستقر دون المليون في بغداد وأربيل مع ثبات الدولار

بغداد / متابعة صوت القلم:

سجلت أسعار الذهب العراقي والأجنبي، استقراراً في الأسواق المحلية ببغداد، وفي أربيل، وسط استقرار مماثل لسعر صرف الدولار الأمريكي مع انطلاق التعاملات الصباحية.

وسجلت أسعار الذهب في أسواق الجملة بشارع النهر في بغداد امس الاحد سعر بيع للمنتقال الواحد عيار 21 من الذهب الخليجي والتركي والأوروبي عند 970 ألف دينار، وسعر الشراء 966 ألفاً، وهي نفس الأسعار التي سجلتها السبت.

كما سجل سعر بيع المنتقال الواحد عيار 21 من الذهب العراقي سجل 940 ألف دينار، وبلغ سعر الشراء 936 ألفاً.

وفيما يخص أسعار الذهب في محال الصاغة، تراوح سعر بيع مثقال الذهب الخليجي عيار 21 بين 970 ألفاً و980 ألف دينار، فيما تراوح سعر بيع مثقال الذهب العراقي بين 940 ألفاً و950 ألف دينار.

أما أسعار الذهب في أربيل فقد سجلت استقراراً أيضاً، حيث بلغ سعر بيع عيار 22 مليون دينار، وعيار 21 سعر بيع 955 ألفاً، وعيار 18 سعر بيع 820 ألف دينار.

ويأتي هذا الاستقرار النسبي في أسعار المعدن النفيس تزامناً مع استقرار مماثل في أسعار صرف الدولار الأمريكي؛ حيث سجلت بورصتا الكفاح والحارثية ببغداد 154,000 دينار عراقي مقابل كل 100 دولار، وهي نفس الأسعار المسجلة يوم السبت.

يُذكر أن سعر الذهب عيار 21 في الأسواق العراقية كان قد تجاوز حاجز المليون دينار للمنتقال الواحد للمرة الأولى في تاريخه خلال كانون الثاني/يناير الماضي، بفعل معادلة التسعير المحلية التي ترتبط طردياً بسعر الأونصة عالمياً ومعدلات صرف العملة الأجنبية في الأسواق الموازية.

إعلانك في صوت القلم يضمن لك الانتشار الأوسع

للتواصل

07730004671

sawtalqalam8 @ gmail.com

alnasday@yahoo.com



الكرخ يخطف تعادلاً مثيراً من الكهرباء في الوقت القاتل



بغداد/ صوت القلم:

سانتوس الهدف الثاني من ركلة جزاء نفذها بنجاح في الدقيقة 43.

وفي الشوط الثاني، عاد الفارق إلى أجواء المباراة وقلص الفارق عبر إبراهيم تانديا في الدقيقة 65، قبل أن يدرك التعادل في الوقت القاتل عن طريق مامودو سورو عند الدقيقة 90+6، ليحرم الكهرباء من فوز كان في متناوله حتى اللحظات الأخيرة.

وبهذا التعادل، رفع الكهرباء رصيده إلى ثلاث نقاط في المركز الخامس عشر، فيما حصد الكرخ نقطته الأولى في المسابقة، ليبقى في المركز الأخير

خطف فريق الكرخ تعادلاً مثيراً من ضيفه الكهرباء بنتيجة 2-2، ضمن منافسات الجولة الرابعة من دوري نجوم العراق لكرة القدم، في اللقاء الذي جرى على ملعب الكابتن شرار حيدر عند الساعة 10:30 مساءً بتوقيت بغداد.

وأنتهى الكهرباء الشوط الأول متقدماً بهدفين من دون رد، بعدما افتتح أحمد عايد التسجيل في الدقيقة 37، قبل أن يضيف المحترف البرازيلي ديبغو

شبكة الإعلام العراقي تحصل على حقوق نقل تصفيات كأس آسيا للشباب بمشاركة العراق



بغداد/ صوت القلم:

31 آب - الجاري، فيما يواجه

الإمارات في الجولة الثانية، قبل

أن يختتم مبارياته أمام تايلند البلد المستضيف.

جدول مباريات مجموعة منتخبنا:

31 آب 2026

31 من الشهر الحالي وتستمر

حتى السادس من الشهر

المقبل.

ويشارك منتخبنا في المجموعة

السادسة إلى جانب منتخبات

الإمارات وتركمانستان

وتايلند، مستضيفة منافسات

المجموعة، ويستهل مشواره

بمواجهة تركمانستان اليوم -

15:30 - العراق × تايلند

ديالى يخطف تعادلاً قاتلاً من الجولان

بغداد/ صوت القلم:

جزء نفذها بنجاح اللاعب حمزة عدنان في الدقيقة 33، وقلص فريق ديالى النتيجة بتسجيله هدفه الاول في الدقيقة عن طريق نسيم صيهود في الدقيقة 44.

وفي الشوط الثاني جاء الهدف الثاني لفريق ديالى من خطأ دفاعي بعد ان ارتطمت الكرة بمدافع الجولان محمد جاسم عبود في الدقيقة 82، وتمكن ديالى

من تسجيل هدف التعادل القاتل في الدقيقة 90+3 عبر اللاعب سالم احمد.

وبهذه النتيجة رفع الجولان رصيده للنقطة الخامسة بالمركز الثامن، كما رفع ديالى رصيده للنقطة الخامسة ايضا بالمركز السابع.

خطف فريق ديالى تعادلاً قاتلاً من ضيفه الجولان بنتيجة 3-3، في المباراة التي جمعتهما ضمن منافسات الجولة الرابعة من دوري نجوم العراق لكرة القدم، بعدما نجح أصحاب الأرض في ادراك التعادل خلال اللحظات الأخيرة من اللقاء.

وجرت المباراة على ملعب ديالى عند الساعة 6:45 مساءً، وانتهى الشوط الأول بتقدم الجولان بنتيجة 3-1، سجل الهدف الأول والثاني للجولان اللاعب المحترف حمية الطنجي في الدقيقتين 2 و 8.

وجاء الهدف الثالث من ركلة

محافظ نينوى يكرم بطلا رياضياً أحرز المركز الأول ببطولة العالم لكـ“سترونك مان“

بغداد/ صوت القلم:

والعراق عالياً في المحافل الدولية”، مؤكداً أن “المحافظة تفخر بأبنائها

المبدعين وإنجازاتهم بمختلف المجالات، وهي ولادة للطاقات والمواهب الرياضية التي تواصل تحقيق النجاحات”.

من جهته، أعرب البطل مصطفى خالد حسن في تصريح لـ(واع)، عن شكره وتقديره لمحافظ نينوى لرعايته واهتمامه بالرياضيين”، مبيناً أن “هذا التتويج ثمرة للجهود

والتدريبات المتواصلة، وسيشكل حافزاً كبيراً لتحقيق المزيد من الأسمّة في المشاركات والبطولات المقبلة”.

كرّم محافظ نينوى عبد القادر الدخيل، الرياضي مصطفى خالد حسن، تقديراً لإنجازه الدولي بعد إحرازه المركز الأول عالمياً في فعالية سحبة الـ”ديدليفت” (Deadlift) ضمن منافسات الكلاسيك والبلدات، في بطولة العالم لكـ”سترونك مان” التي أقيمت بجمهورية مصر العربية.

وقال الدخيل للوكالة الرسمية: إن البطل مصطفى حقق إنجازاً رياضياً نوعياً رفع من خلاله اسم نينوى

في آخر 11 مباراة من الموسم، وساهم في تتويج الفريق بلقب كأس الاتحاد الإنجليزي. وتوّج مارتينيز بلقب درع المجتمع في مستهل الموسم التالي، قبل أن ينتقل إلى أستون فيلا في سبتمبر 2020.

وخلال فترة وجوده في منطقة ميدلاندز، رشّح مارتينيز مكانته كواحد من أبرز حراس المرمى في العالم، وخاض 256 مباراة بقميص أستون فيلا على مدار ستة مواسم، وتوّج معه بلقب الدوري الأوروبي.

وسجّل مارتينيز ظهوره الدولي الأول مع منتخب الأرجنتين في يونيو 2021، ومنذ ذلك الحين أصبح الحارس الأساسي لـ”ألبسيليستي”، حيث خاض 67 مباراة دولية. كما توجّ مارتينيز بلقب كوبا أميركا مرتين مع الأرجنتين، عامي 2021 و2024، إلى جانب إحراز لقب كأس العالم 2022.



وبعد عدة فترات إعارة لاكتساب خبرة اللعب مع الفريق الأول، أصبح عنصراً أساسياً في صفوف آرسنال خلال موسم 2019-2020، حيث شارك أساسياً

مسيرته الكروية في أكاديمية نادي إنديفيندينتي. قبل أن ينتقل إلى آرسنال في أغسطس عام 2010، عندما كان يبلغ من العمر 17 عاماً.

الزوراء يكرم زاخو برعاية نظيفة

بغداد/ صوت القلم:

العاصمة بغداد عند الساعة 9:00 مساءً .

وانتهى الشوط الأول بتقدم الزوراء بهدفين

دون مقابل، بعد اداء مميز من الفريق.

وافتح محمد قاسم التسجيل في الدقيقة

17، بتسديدة قوية سكنت شباك زاخو،

قبل ان يضيف هيران احمد الهدف الثاني في

الدقيقة 37، بعدما تلاعب بمدافعي زاخو

وحارس مرماه ، ليمنح فريقه افضلية

مريحة قبل انطلاق الشوط الثاني .

وفي الشوط الثاني اضاف هيران احمد

هدفه الشخصي الثاني والثالث للزوراء

من تسديدة يسارية قوية في الدقيقة 52،

واضاف حسن عبد الكريم من للزوراء

الهدف الرابع من رأسية جميلة في الدقيقة

60 .

وشهد اللقاء طرد شيفان جميل في الدقيقة

69 لتعدد البطاقات، ليكمل زاخو المباراة

بعشرة لاعبين.

وبهذا الفوز رفع الزوراء رصيده للنقطة

الثامنة بالمركز الأول، وتجمد رصيد زاخو

عند النقطة 4 بالمركز 13.

مانشستر يونايتد ينتفض ويمطر شباك إبسويتش تاون بخماسية

بغداد/ صوت القلم:

بالخطأ في مرمى فريقه جاكوب غريفز 56 وأضاف الكامبيوني بريان

مويمو الخامس 82.

وسجل إبسويتش تاون ليف دافيس

29 و شوبا أكبوم 90+1

وكانت جماهير يونايتد تنتظر هذه

الانتفاضة بعد الخسارة من هال

سيتي في الجولة الأولى 0-2.

أما إبسويتش تاون فقد فاز في

مباراته الأولى على سندرلاند 1-2.

انتفض مانشستر يونايتد وأمطر

شباك ضيفه إبسويتش تاون

بخماسية مقابل هدف ضمن الجولة

الثانية من الدوري الإنجليزي الممتاز.

ووقع قائد الشياطين الحمر البرتغالي

برونو فيرنانديش على الهاتريك في

الدقائق 40، ومن ركلة جزاء 61، 68

كما سجل لاعب الفريق المنافس

بغداد/ صوت القلم:

تعادل نوروز مع ضيفه دھوك سلبيا من دون أهداف في ديربي كوردستان ضمن الجولة الرابعة من دوري نجوم العراق لكرة القدم، فيما حقق الكرمة الفوز على ضيفه كربلاء بهدفين دون رد.

وجرت مباراتا نوروز ودهوك والكرمة وكربلاء في التوقيت نفسه عند الساعة 6:45 مساءً بالتوقيت المحلي، في السليمانية والرمادي، على التوالي.

وانتهى ديربي كوردستان بالتعادل السلبي على ملعب نوروز في السليمانية، رغم سيطرة نوروز على مجريات المباراة وإضاعته عدداً من الفرص، وسط حضور جماهيري ملأ مدرجات الملعب، فيما اتسم اللقاء بالندية وسرعة الأداء من الفريقين.

وألقى حكم اللقاء هدفاً لنوروز في الدقيقة 49 سجله المحترف البرازيلي نيتو امارا بداعي التسلل.

وفي المباراة الثانية، تغلب الكرمة على ضيفه كربلاء بهدفين دون رد في اللقاء الذي أقيم على ملعب الجولان في محافظة الأنبار.

وانتهى الشوط الأول بالتعادل السلبي، قبل أن يفتتح صامويل امادي التسجيل للكرمة في الدقيقة 49، وأضاف مؤمل عبد الرضا الهدف الثاني في الدقيقة 90+1.

علاقات مجتمعية..

ليست في المظهر فقط.. عبارات تكشف جاذبيتك في التعامل مع الآخرين



بأنهم مقبولون ومرحب بهم ، فالأشخاص الكاريزماتيين لا يترددون في التعبير عن شعورهم بالانسجام مع الآخرين

٦- أنت تفهم الأمر تماما :

الشعور بأن شخصاً آخر يفهمك يمكن أن يمنحك إحساس قوي بالراحة والثقة أثناء الحديث ، أصحاب الكاريزما يهتمون بجعل الآخرين يشعرون بأنهم مفهومان، من خلال إظهار اتفاقهم معهم أو إدراكهم لما يقصدونه بطريقة طبيعية

٧- لديك أفضل طاقة :

يميل أصحاب الكاريزما إلى ملاحظة التأثير الإيجابي الذي يتركه الأشخاص فيمن حولهم، لذلك قد يوجهون لهم عبارات مثل لديك أفضل طاقة ، الطاقة الإيجابية للآخرين لا تمنحهم شعور بالتقدير فقط، بل تساعد أيضا على خلق دائرة من المشاعر الإيجابية

مع شخص التقيت به حديث ، لكنها تعكس قدرة المتحدث على جعل الآخرين يشعرون

٥- كنت أعرف أننا سننسجم معا : قد تبدو هذه العبارة جريئة عند استخدامها

جعل الآخرين يرغبون في قضاء المزيد من الوقت معهم، كما يحرصون على إظهار رغبتهم الصادقة في صحبتهم.

٣- أنا سعيد من أجلك :

قد يكون الاحتفاء بنجاح الآخرين أمراً صعباً في ظل المقارنات والمنافسة المستمرة، لكن أصحاب الكاريزما يتعاملون مع الأمر بصورة مختلفة ، فهم يستطيعون التعبير عن سعادتهم لإنجازات الآخرين دون تحويل الحديث إلى أنفسهم، ما يمنح الطرف المقابل دعم نفسي

٤- أنت مضحك جدا :

القدرة على جعل الآخرين يبتسمون أو يضحكون يمكن أن تكون مصدر مهم للثقة، خاصة لدى هؤلاء الذين لا يدركون مدى تأثير حس الفكاهة لديهم. فأصحاب الكاريزما يشجعون الآخرين من خلال الإشادة بخفة ظلمهم، ما يساعدهم على التعبير عن أنفسهم بحرية أكبر

لا تعتمد الكاريزما على المظهر أو الحضور اللافت فقط، وإنما تظهر أيضا في تفاصيل صغيرة خلال الحديث وطريقة التعامل مع الآخرين، فاختيار الكلمات المناسبة قد يجعل الطرف الآخر يشعر بأنه مسموع ومقدر ومفهوم، وهو ما يمنح لجوار قدراً أكبر من الراحة ويترك انطباعاً إيجابياً:

١- أحب طريقة تفكيرك :

من العبارات التي يستخدمها أصحاب الكاريزما القوية للتعبير عن إعجابهم بطريقة تفكير الآخرين، ما يجعل الشخص المقابل يشعر بأن أفكاره محل تقدير واهتمام ، هذا النوع من الإطراء يلفت الانتباه لأنه يركز على جانب ربما لا يحصل على التقدير الكافي

٢- أنت دائماً ممتع في صحبتك :

إخبار شخص بأنه ممتع في صحبتك يحمل رسالة إيجابية ومباشرة، وهي أن وجوده محل ترحيب وتقدير ، يتميز أصحاب الكاريزما بقدرتهم على

جمال واناقة

قبل أي مناسبة.. ٦ خطوات لتحضير بشرتك والحصول على إطلالة مشرقة



بالحماية من أشعة الشمس.

اختاري العلاج المناسب بعد تقييم البشرة: في بعض حالات مشكلات البشرة، قد تكون هناك حاجة إلى علاجات متخصصة يحددها طبيب الجلدية بعد تقييم البشرة

قبل المناسبة بأسابيع، وليس قبلها بيوم أو يومين، حتى تحصل البشرة على الوقت الكافي للتعافي، وقد تحتاج بعض الإجراءات إلى فترة للتخلص من الاحمرار أو التهيج أو الحساسية، ولذلك فإن ترك وقت مناسب بين العلاج والمناسبة يقلل احتمالية ظهور هذه المشكلات في يوم الاحتفال.

اختاري صحة البشرة بدلا من النتائج السريعة:لا ينبغي أن يكون الهدف من الاستعداد للمناسبات هو تفتيح الوجه بأي طريقة، وإنما تحسين صحتها ومظهرها بشكل طبيعي، والعناية المناسبة تبدأ بفهم المشكلة واختيار العلاج الملائم لها، فالبشرة الصحية ذات الحاجز القوي والملمس الجيد يمكن أن تمنحك إشراقة طبيعية، دون الحاجة إلى الإفراط في استخدام المنتجات أو البحث عن نتائج سريعة قبل المناسبة مباشرة.

امراً إلى أخرى، لذلك لا ينصح بتكرار تجارب منزلية أو تقشير البشرة بشكل عشوائي، خاصة قبل مناسبة مهمة.

اجعلي الترطيب جزء أساسي من روتينك: لا يقل الترطيب أهمية عن علاج التصبغات عند الاستعداد للمناسبات، فالبشرة المرطبة تبدو أكثر نضارة، كما يساعد الحفاظ على ترطيبها في دعم حاجزها الطبيعي وتحسين مظهرها، ولا تقتصر العناية على المنتجات فقط، حيث يلعب النوم الكافي والنظام الغذائي المتوازن دور مهم أيضا ويساعد تناول الأطعمة الغنية بالبروتين ومضادات الأكسدة على دعم صحة الجلد وإنتاج الكولاجين.

لا تنتظري الأيام الأخيرة: يعد توقيت علاجات البشرة من الأمور المهمة التي يجب الانتباه إليها قبل المناسبات، فمن الأفضل تحديد جلسات العناية المكثفة

أما بهتان البشرة فقد يرتبط بالجفاف أو ضعف حاجز البشرة أو انخفاض إنتاج الكولاجين، لذلك، فإن معرفة سبب المشكلة يساعد على اختيار الطريقة المناسبة للعناية بالبشرة.

لا تستخدم منتجات كثيرة في وقت واحد: من الأخطاء الشائعة قبل المناسبات تجربة عدة مواد فعالة في الوقت نفسه، اعتقاد بأن ذلك سيعطي نتائج أسرع، قد تجمع بعض النساء بين فيتامين سي والريتينول والمقشرات، لكن الإفراط في استخدام هذه المنتجات قد يسبب تهيج البشرة ويؤثر في حاجزها الطبيعي، ما يؤدي إلى زيادة فقدان الماء والالتهاب وظهور البشرة بشكل أكثر إرهاق، لذلك، من الأفضل التركيز أولاً على ترطيب البشرة ودعم حاجزها باستخدام مرطبات مناسبة، ومنها المنتجات التي تحتوي على السيراميد، مع الالتزام

تحرص الكثير من النساء على الاهتمام ببشرتهن للحصول على إطلالة مشرقة، خاصة قبل كل مناسبة سعيدة، لكن اللجوء إلى علاجات كثيرة في وقت قصير قد يأتي بنتيجة عكسية، لذلك، تحتاج البشرة إلى عناية تدريجية تبدأ قبل المناسبة بوقت كافٍ.

وفي السطور التالية نستعرض، أبرز الخطوات التي تساعدك على تحضير بشرتك بطريقة صحيحة قبل الاحتفالات:

ابدئي بتحديد مشكلة بشرتك: قد تبدو التصبغات أو البهتان متشابهة لدى أكثر من امرأة، لكن السبب قد يختلف من حالة إلى أخرى، وبالتالي تختلف طريقة التعامل معها، وقد يكون تغير لون البشرة ناتج عن الكلف، أو التصبغات التي تظهر بعد حب الشباب، أو التعرض لأشعة الشمس، أو المرتبطة بالتقدم في العمر.

سلوكيات

ضرب الطفل يولد لديه سلوكا عدائيا عند البلوغ



أظهرت دراسة أميركية أن الأطفال الذين يتعرضون للضرب أو الصفع أو الدفع أو العقاب الجسدي ربما أكثر عرضة لممارسة سلوكيات معادية للمجتمع عند البلوغ.

وكتب باحثون في دورية (جاما نتوروك أوبن) أن أربعة من كل خمسة أطفال في الولايات المتحدة تعرضوا للضرب مرة واحدة على الأقل ببلوغهم سن الحضانة.

وفي حين يرتبط الضرب والأشكال الأخرى للعقاب الجسدي القاسي منذ فترة طويلة بمشاكل الصحة العقلية لدى الأطفال، إلا أنه لا يُعرف الكثير عن كيفية تأثير تجارب الطفولة هذه على سلوك البالغين.

وخلال الدراسة قام الباحثون بفحص بيانات 36309 بالغين عمرهم 47 عاما في المتوسط. وسُئل المشاركون عن عقوبات الطفولة مثل الدفع والجذب والصفع والضرب، وكذلك أي سوء معاملة مثل العنف الجنسي أو الإيذاء العاطفي أو البدني أو الإهمال.

وبشكل عام عانى 18 بالمئة من المشاركين من نوع من العقاب البدني القاسي في مرحلة الطفولة وواجه 48 بالمئة منهم شكلاً من أشكال سوء المعاملة.

ووجدت الدراسة أن التعرض للضرب أو إساءة المعاملة يرتبط بزيادة السلوك المعادي للمجتمع في مرحلة البلوغ، كما أن الأطفال الذين عانوا من العقاب الجسدي القاسي وبعض أشكال الإساءة أو الإهمال كانوا أكثر عرضة لممارسة السلوكيات المعادية للمجتمع كبالفين أكثر من الأطفال الذين لم يواجهوا إلا نوعاً واحداً من سوء المعاملة.

وتوصلت الدراسة إلى أن تجارب الطفولة قد تفسر نحو 46 في المئة من السلوكيات العدائية بين الرجال ونحو 47 في المئة منها بين النساء.

وقالت تريسي عفيفي، التي قادت فريق البحث وهي من جامعة مانيتوبا في كندا "أشارت البيانات منذ عقود إلى أن الضرب والعقاب الجسدي القاسي يرتبطان بنتائج سيئة سواء صحية أو اجتماعية، والأهم من ذلك أنه لم تظهر أي دراسات على الإطلاق أن الضرب مفيد للطفل".وقالت عفيفي "نحن بحاجة إلى التوقف عن التفكير في الأبوة والأمومة من زاوية العقاب.. والتحول إلى نهج الأبوة الإيجابية لإرشاد الأطفال".وركزت الدراسة على مجموعة واسعة من السلوكيات المعادية للمجتمع، بما في ذلك انتهاك القانون والكذب والتهور والاعتداء واللامبالاة وعدم القدرة على الحفاظ على وظيفة.



بشكل دائري على النار لمدة ٢٠ إلى ٣٠ دقيقة إلى أن تبدأ الحواف تصبح ذهبية اللون ويمكن تحريك الكنافة في الصينية بسهولة.

9. يمكنك خبز الكنافة في فرن على درجة حرارة ١٨٠م لمدة ٢٥ دقيقة ثم قلبها في صينية أكبر واعادتها في الفرن لمدة ٥ إلى ٧ دقائق لينضج القاع.

10. إقلمي الكنافة على طبق واسع للتقديم وأسكي الشيرة مباشرة. انثري الفستق وقطعي الكنافة للتقديم.

القدر على نار متوسطة ليذوب السمن فقط.

4. أسكي نصف كمية السمن في الصينية.

5. أسكي بقية السمن على الكنافة وقلبي مع تقطيع الكنافة إلى شعيرات صغيرة جدا.

6. ضعي ثلثي كمية الكنافة في الصينية واضغطي عليها بقوة لتتماسك وتكون طبقة مستوية.

7. وزعي شرائح الجبن وانثري المستكة المطحونة.

8. ضعي صينية الكنافة على نار هادئة وإبدأي بتحريك الصينية

كنافةالحشو

500جرام جبن موزاريلا طازج

1ملعقة صغيرة مستكة مطحونةللتقديم

قطر (شربات، شيرة) للترزين

فستق حلبي مطحون إضافة الى قائمة التسوق

طريقة التحضير:

1. أحضري صينية مستديرة مقاس ١٢ بوصة.

2. في طبق عميق ضعي الكنافة.

3. في قدر متوسط الحجم ضعي السمن ولون الكنافة. ضعي



مقادير الوصفة:

500جرامكنافة طازجة

1كوب سمن مذاب

1ملعقة صغيرة لون

نصائح صحية

أعراض وعلامات قد تشير للإصابة بتليف الكبد



-التهاب الكبد الناتج عن الإفراط في تناول الكحول.

- التهابات ناتجة عن تراكم الدهون الزائدة

انتفاخ البطن، سهولة التعرض للزئيف والكدمات.

أسباب التليف متعددة ومنها:

تليف الكبد هو تلف دائم يؤدي إلى تندب الكبد ويعوق وظائفه، ما قد ينتهي بفشل الكبد.

وينتج التليف أساساً من الأضرار التي تلحق بالكبد جراء التعرض الطويل لعوامل مختلفة كالكحول، المخدرات، الفيروسات، أو اضطرابات التمثيل الغذائي.

وتتعدد أعراض تليف الكبد، لكنها غالباً لا تظهر إلا في المراحل المتقدمة. وتزداد وضوحاً مع تدهور وظائف الكبد وتشمل الأعراض المبكرة الغثيان، فقدان الشهية، التعب، آلام البطن العليا، ظهور أوعية دموية تشبه العناكب وراحة يد حمراء.

أما الأعراض المتقدمة فتشمل اليرقان، بولاً داكناً وبرازاً فاتحاً، حكة في الجلد، ترسبات صفراء صغيرة على الجلد أو الجفون، فقداناً غير مبرر للوزن والعضلات، اضطرابات الدورة الشهرية،

صورة وحدث

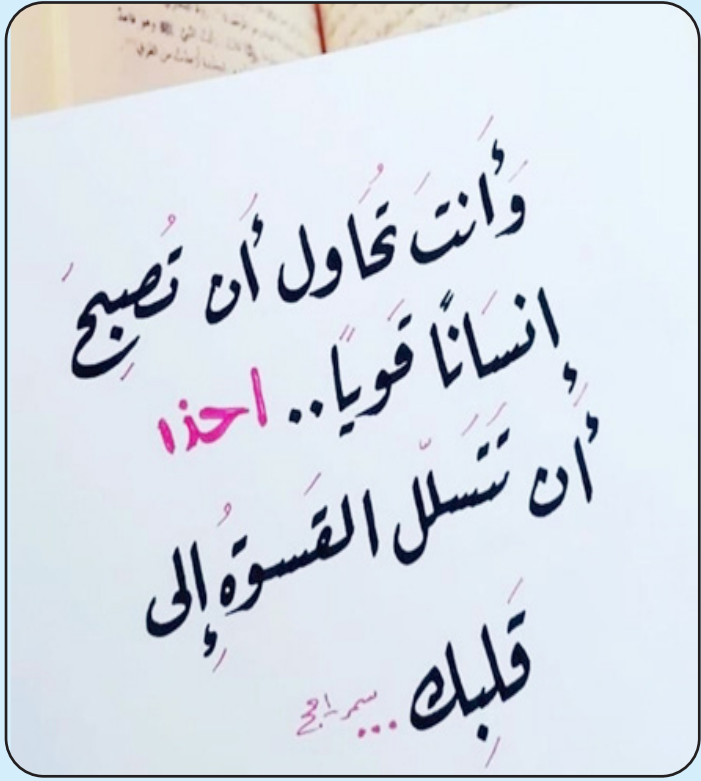


هاجس القلب



أريد أشكي عذاب الروح كونك عاد تسمعني
وريدك بالوفا ويأي أبد متخون توعدني
أشكيلك مرار وضميم والحسرات سلتنني
يلطيفك يعذب الروح بنص ليلى يكعدني
-روحي فاركت كوه قدر مكتوب وبعدني
أنا شسويت غير الخير ليش الوكت ظالمني
ليش الحظ عكس ويأي وهم يريد يلعبني

اقتباسات



شيء من الماضي

((القصر العباسي)) في بغداد



أمتار. من جانب آخر، يحيط بالصحن الكبير مجازات ودهاليز، وطول الدهليز في القصر العباسي 26.70 متر، وعرضه 1.28 متر، وارتفاعه 9.20 متر، أما القاعات الكبرى فتبلغ خمس قاعات.

يتكون القصر من 16 غرفة في الضلع الشرقي، ويقابلها 18 غرفة في الضلع الغربي، وقد نتج هذا التباين في عدد غرف الضلعين المتناضرين بسبب اتخاذ طرفي الضلع الشرقية مجازين يتصلان بالرواق والدهليز، لكن الأمر مختلف في الضلع الغربي. وفي هذه البناية غرف صغيرة أخرى، لذلك تجاوز عدد الغرف أربعين غرفة، ما عدا القاعات الكبرى والمرافق الأخرى.

لم يترك القصر مهجوراً منذ ثمانينيات القرن الماضي، حيث اتخذ موقراً لدار الثقافة والفنون العراقية، ثم ألغيت هذه المؤسسة ليتحول إلى مقر للدراسات والأبحاث (بيت الحكمة) الحالي.

إعادتها بالاعتماد على المخططات القديمة للقصر. إن طاق الإيوان في القصر العباسي يعد أكبر طاق معقود على الطراز الأول، والسقف قائم على جدارين تبلغ المسافة بينهما خمسة

تهدمت وفق الصورة التي كانت عليها الغرف الموجودة، أما ما تعرض له القصر خلال فترة الأحداث التي تلت سقوط النظام السابق عام 2003 فقد سرقت الأبواب الخارجية وتمت

كبيرة على ضفة النهر ليدخل القصر العباسي آنذاك، وأهم الأغراض التي كان الخليفة يستخدم القصر فيها: 'استخداماته كانت مختلفة، منها ثقافية وأدبية والدليل على هذا، وجود المكتبة العظيمة والقاعات الدراسية والتدوين، إضافة إلى جلسات الترفيه التي كان الخليفة يقيمها برفقة حاشيته وجلسه، حتى قيل إن الخليفة كان يدخل إلى القصر من خلال ممر يحجزه عند دخول القصر عن الناس، وكان الحاجز عبارة عن قماش طويل خشن يسمى (الخيش) مرسوم عليه صور جميلة وملونة، وكان القماش يعطر عند دخول الخليفة بالمسك والزعفران، مشيراً إلى أنه نتيجة لحملات التتر ومرور السنوات تعرض القصر إلى الكثير من التخریب. إلا أن دائرة الآثار العامة قامت بأول حملة لصيانتها وإعادة ما حُرِبَ منه سنة 1938، فأعادت القسم الشمالي والقسم الشرقي والغرف التي

هو القصر العباسي الوحيد المتبقي في بغداد ويقع بالقرب من البوابة الشمالية المطلّة على نهر دجلة. ويُعتقد أن الخليفة الناصر لدين الله قد قام ببنائه ما بين عامي 1179م - 1225م. وقد تميز القصر بتصميم معماري مميز إذ يحتوي على فناء مركزي وطابقين من الغرف، مع أقواس جميلة ومقرنصات من الطوب، وإيوان رائع بسقف وواجهات من الطوب.

تختلف الآراء حول طبيعة هذا المعلم التراثي، يقول بعضهم أن هذا القصر كان مدرسة، مستندا في ذلك إلى الشبه الكبير بين تصميم القصر والمدارسين المستنصرية والمرجانية الشهيرتين ببغداد..والراي الاخر يؤكد على انه قصر عباسي يعود تاريخ بنائه إلى الخليفة الناصر لدين الله، وذكر أن الرحالة العربي (ابن جبير) لدى قدومه إلى بغداد شاهد الخليفة الناصر لدين الله ينزل من زورقه قرب مسناة

للإعلان في

صوت القلم



sawtalqalam8 @ gmail.com
alnasday@yahoo.com



07730004671

حدث في مثل هذا اليوم

1914 - القوات الألمانية تستولي على مدينة أميان الفرنسية وذلك أثناء الحرب العالمية الأولى.
1916 -الحكومة الأمريكية تصدر «قانون جونز» الذي تعد فيه بمنح الفلبين استقلالها.
1918 - الاشتراكية المتزمتة فانبا كابلان تقوم بمحاولة لاغتيال الرئيس والزعيم السوفيتي فلاديمير لينين وذلك لما رأته من خيانتة للاشتراكية.
1944 -القوات السوفيتية تدخل العاصمة الرومانية بوخارست.
1946 - القوات البريطانية تنسحب من سوريا ولبنان.
1951 - الولايات المتحدة والفلبين توقعان معاهدة للدفاع المشترك.
1955 - انتهاء مفاوضات إيكس لبيان بين ممثلي الحركة الوطنية المغربية والسلطات الفرنسية إبّان نهاية الحماية الفرنسية على المغرب.
1979 - إعصار ديفيد يضرب دومينيكا ويدمرها ويدمر مزارع الموز التي يرتكز عليها الاقتصاد في هذه الدولة.
1991 - أنريجان تعلن استقلالها عن الاتحاد السوفيتي.
1993 - تدشين مسجد الحسن الثاني بمدينة الدار البيضاء.
1997 - المسلحون في الجزائر يذبجون 48 في معاليه بمقاطعة الجلفة ووهران والجزائر العاصمة.
2009 - الحزب الديمقراطي الياباني المعارض

يفوز بالانتخابات العامة ويطيح بسيطرة الحزب الليبرالي الديمقراطي الذي يحكم اليابان منذ 50 عامًا.

2020 - عدد الإصابات المؤكدة بجائحة كورونا يتخطى حاجز 25 مليون شخص حول العالم، من بينهم أكثر من 843 ألف حالة وفاة وحوالي 16 مليوناً و451 ألف حالة تماثلت للشفاء.
2023 - وقوع انقلاب عسكري في الغابون فور إعلان نتائج الانتخابات الرئاسية، ووضع الرئيس علي بونغو رهن الاعتقال.



اختبر نفسك

طريقة جلوسك تعكس شخصيتك



طريقة جلوسك قد تفضح حقيقة شخصيتك، وتدل على مزاجك وحالتك النفسية، وهي تعكس ضيقك السريع وعدم تحملك وافتقارك للصبر إذا لم تسر الأمور بسرعة وكما ترغب.
الجلوس على حافة الكرسي: متوتر، قلق، لا تستطيع جمع شتات أفكارك، ربما تكون غاضباً أيضاً لأنك لا تعبر براحة عن أفكارك وما تحس به، الجلسة المسترخية: وهي عندما تغوص في المقعد، وهي جلسة غير رسمية، و تدل على أنك في حالة نفسية مسترخية للغاية، وتدل على تفكك الزائدة بنفسك.
التمدد أو الجلسة المنبسطة: متفرد وذاتي في التعبير عن نفسك، بل و فخور بما تقوم به، حالتك النفسية هنا تعلن أنك تحترم شروطك التي تضعها لنفسك في كل تعاملاتك.
جلسة الساقين الملتفتين: هذه الجلسة تعكس حالتك الرومانسية، أنت أيضاً تفكر و تتعامل بحسك أكثر من

هذه الجلسة تفضح حبك للمغامرة والتحدي وخوض الأخطار، لا ترضى بالسهل وتحب التفوق دائماً.
جلسة الساقين المتعاكستين: في حالة شك وكأنك مستعد لإعادة اكتشاف الأشياء من حولك، حساس ومتأهب لقول الكلمة المناسبة في الوقت المناسب.
جلسة القدمين الثابتتين: إذا جلست و قدماك ثابتتان بشكل مستقيم وصلب فوق الأرض فأنت صاحب شخصية مستقلة، وتشعر في هذه الجلسة بأنك عملي ومنظم.
جلسة القدمين المتباعدين: إذا أخذت هذه الجلسة وجعلت ظهر الكرسي للأمام وامتطيت مقعدها وكأنك تمتطي حصاناً فهذا يعكس قوتك وسيطرتك ورغبتك القوية في الهيمنة. وهي عندما تحرك ساقيك بشيء من التوتر و العنف أو تبدل من حركتهما بين لحظة وأخرى، وهي تعكس ضيقك السريع وعدم تحملك و افتقارك للصبر إذا لم تسر الأمور بسرعة وكما ترغب

استخدام قدراتك الذهنية. جلسة الظهر المستقيم: أنت حاسم، دقيق الملاحظة، يمكنك أن تقدم

توضيحات مختلفة شرط أن يعترف من حولك بمزاياك.

الجلسة المائلة:



سودوكو

وزع الارقام من 1 الى 9 داخل كل مربع من المربعات التسعة الصغيرة , ثم أكمل توزيع باقي الارقام من 1 الى 9 في الأعمدة التسعة الرأسية والأفقية في المربع الكبير ولا تستخدم الرقم إلا مرة واحدة .

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



رواتب خيالية!

وحيد عبد المجيد



لم يعد رقم المليون يدل على مبلغ كبير أو هائل في كثير من المسابقات في أنحاء العالم. وصلت رواتب بعض اللاعبين إلى مستويات كانت تعد ذات يوم ضرباً من الخيال، خاصة أولئك الذين تتنافس عدة أندية عليهم. وعلى سبيل المثال وصل راتب اللاعب البلجيكي دى برون عندما كان يلعب في السدوري الإنجليزي الممتاز إلى أكثر من ٤٠٠ ألف جنيه استرليني في الأسبوع، أى مليون وستمئة ألف جنيه إسترليني في الشهر الواحد. وأصبحت رواتب اللاعبين أهم عوامل إفساد اللعبة الأكثر شعبية في العالم بعد إلغاء لائحة الحد الأقصى للأجور في الدوري الإنجليزي عام ١٩٦١. فقد أدى ذلك إلى زيادة مطردة في متوسط رواتب اللاعبين بمعدلات سريعة وعجيبة.

كما أصبح لوكلاء اللاعبين نصيب يُعَدُّ به في أى صفقة انتقال لاعب من نادٍ إلى آخر. فيحصل الوكيل على رسوم ثابتة علاوة على نسبة مئوية من راتب اللاعب عند إتمام صفقة انتقاله من نادٍ إلى آخر. وزاد الطين بلة تعزيز نفوذ اللاعبين عندما مُنح المنتهية عقودهم حق الانتقال المجاني.

فقد أحدث هذا التطور تفاوتاً هائلاً بين اللاعبين في مختلف المسابقات. كما أدى في بعض الأحيان إلى خسائر مالية لأندية تدفع رواتب فلكية لبعض اللاعبين لإغرائهم بالانتقال إليها. ولكن النتيجة هي حدوث تفاوتات متزايدة بين الأندية من حيث قدرتها على ضم لاعبين أكثر مهارة تستأثر الأندية الأكثر ثراء بهم، الأمر الذي يؤثر سلباً على تكافؤ الفرص والتنافس الحر، ويجعل الفوز ببطولة المسابقات حكراً على بعض الأندية.

ويعنى هذا، ضمن ما يعنيه، وجود خلل كبير في سوق كرة القدم، حيث تحصل أجزاء من سلسلتها على قيمة أكبر من المنفعة التي تحققها، وتزداد الفجوة بين الأندية الأكثر والأقل ثراء، ناهيك عن الأندية الفقيرة مالياً. ولذلك ربما يتطلب البدء في تصحيح هذا الخلل وضع سقف لرواتب اللاعبين ورسوم الوكلاء وعمولاتهم، على أن يكون الحد الأقصى عند مستوى يسمح بجذب اللاعبين الموهوبين والطموحين. ومن دون هذا السقف ربما تصبح كرة القدم في خطر حقيقي.

نانسى عجرم تطرح أغنية ((اشهدى يا دنى))

بالترزامن مع عرض الفيلم في دور السينما.

وعلى جانب آخر، تواصل نانسي عجرم نشاطها الفني خلال الفترة المقبلة، حيث تستعد لإحياء عدد من الحفلات في عدة دول، حيث تلتقي جمهورها في تونس من خلال حفل ضمن فعاليات مهرجان قرطاج، والمقرر إقامته يوم 12 سبتمبر 2026، كما تحيي حفلاً في دبي يوم 24 أكتوبر المقبل.

وتتجه نانسي عجرم بعد ذلك إلى إندونيسيا، لإحياء حفل غنائي في العاصمة جاكارتا يوم 30 يناير 2027، في ثاني لقاء لها مع جمهورها الإندونيسي، لتواصل بذلك جولتها الفنية بين عدد من المدن العربية والعالمية.

تستعد الفنانة اللبنانية نانسي عجرم لطرح أحدث أعمالها الغنائية، والتي تحمل اسم “اشهدي يا دنى”، اليوم الاثنين الموافق 31 أغسطس الجاري، حيث شوقت جمهورها للعمل على خلال حسابها الرسمي على موقع “إنستجرام”، ونشرت مقطع فيديو ظهرت خلاله وهي تغني جزءاً من كلمات الأغنية، قبل أن تعلن عن موعد طرحها رسمياً، لتثير حالة من الحماس والانتظار بين متابعيها.

وحظي الفيديو الذي شاركته نانسي عجرم بتفاعل واسع من جمهورها ومتابعيها عبر مواقع التواصل الاجتماعي، والذين عبروا عن حماسهم للأغنية كاملة،

بالترزامن مع عرض الفيلم في دور السينما.

وعلى جانب آخر، تواصل نانسي عجرم نشاطها الفني خلال الفترة المقبلة، حيث تستعد لإحياء عدد من الحفلات في عدة دول، حيث تلتقي جمهورها في تونس من خلال حفل ضمن فعاليات مهرجان قرطاج، والمقرر إقامته يوم 12 سبتمبر 2026، كما تحيي حفلاً في دبي يوم 24 أكتوبر المقبل.

وتتجه نانسي عجرم بعد ذلك إلى إندونيسيا، لإحياء حفل غنائي في العاصمة جاكارتا يوم 30 يناير 2027، في ثاني لقاء لها مع جمهورها الإندونيسي، لتواصل بذلك جولتها الفنية بين عدد من المدن العربية والعالمية.

بالترزامن مع عرض الفيلم في دور السينما.

وعلى جانب آخر، تواصل نانسي عجرم نشاطها الفني خلال الفترة المقبلة، حيث تستعد لإحياء عدد من الحفلات في عدة دول، حيث تلتقي جمهورها في تونس من خلال حفل ضمن فعاليات مهرجان قرطاج، والمقرر إقامته يوم 12 سبتمبر 2026، كما تحيي حفلاً في دبي يوم 24 أكتوبر المقبل.

وتتجه نانسي عجرم بعد ذلك إلى إندونيسيا، لإحياء حفل غنائي في العاصمة جاكارتا يوم 30 يناير 2027، في ثاني لقاء لها مع جمهورها الإندونيسي، لتواصل بذلك جولتها الفنية بين عدد من المدن العربية والعالمية.

بالترزامن مع عرض الفيلم في دور السينما.

وعلى جانب آخر، تواصل نانسي عجرم نشاطها الفني خلال الفترة المقبلة، حيث تستعد لإحياء عدد من الحفلات في عدة دول، حيث تلتقي جمهورها في تونس من خلال حفل ضمن فعاليات مهرجان قرطاج، والمقرر إقامته يوم 12 سبتمبر 2026، كما تحيي حفلاً في دبي يوم 24 أكتوبر المقبل.

وتتجه نانسي عجرم بعد ذلك إلى إندونيسيا، لإحياء حفل غنائي في العاصمة جاكارتا يوم 30 يناير 2027، في ثاني لقاء لها مع جمهورها الإندونيسي، لتواصل بذلك جولتها الفنية بين عدد من المدن العربية والعالمية.

بالترزامن مع عرض الفيلم في دور السينما.

وعلى جانب آخر، تواصل نانسي عجرم نشاطها الفني خلال الفترة المقبلة، حيث تستعد لإحياء عدد من الحفلات في عدة دول، حيث تلتقي جمهورها في تونس من خلال حفل ضمن فعاليات مهرجان قرطاج، والمقرر إقامته يوم 12 سبتمبر 2026، كما تحيي حفلاً في دبي يوم 24 أكتوبر المقبل.

وتتجه نانسي عجرم بعد ذلك إلى إندونيسيا، لإحياء حفل غنائي في العاصمة جاكارتا يوم 30 يناير 2027، في ثاني لقاء لها مع جمهورها الإندونيسي، لتواصل بذلك جولتها الفنية بين عدد من المدن العربية والعالمية.

بالترزامن مع عرض الفيلم في دور السينما.

وعلى جانب آخر، تواصل نانسي عجرم نشاطها الفني خلال الفترة المقبلة، حيث تستعد لإحياء عدد من الحفلات في عدة دول، حيث تلتقي جمهورها في تونس من خلال حفل ضمن فعاليات مهرجان قرطاج، والمقرر إقامته يوم 12 سبتمبر 2026، كما تحيي حفلاً في دبي يوم 24 أكتوبر المقبل.

وتتجه نانسي عجرم بعد ذلك إلى إندونيسيا، لإحياء حفل غنائي في العاصمة جاكارتا يوم 30 يناير 2027، في ثاني لقاء لها مع جمهورها الإندونيسي، لتواصل بذلك جولتها الفنية بين عدد من المدن العربية والعالمية.

بالترزامن مع عرض الفيلم في دور السينما.

وعلى جانب آخر، تواصل نانسي عجرم نشاطها الفني خلال الفترة المقبلة، حيث تستعد لإحياء عدد من الحفلات في عدة دول، حيث تلتقي جمهورها في تونس من خلال حفل ضمن فعاليات مهرجان قرطاج، والمقرر إقامته يوم 12 سبتمبر 2026، كما تحيي حفلاً في دبي يوم 24 أكتوبر المقبل.

أقدم من روما والإسكندر شجرة زيتون لا تزال تثمر بعمر ٣٧٠٠ عام



السني، قد تتحلل أجزاء من الجذع الداخلي وتختفي، كما أن أشجار الزيتون لا تنتج بالضرورة حلقات عمر شجرة “أوليفيرا دو بيسو” (Oliveira do Peso) يبلغ نحو 3700 عام؛ ما يعني أنها بدأت نموها قرابة عام 1700 قبل الميلاد، خلال العصر البرونزي.

وتنمو الشجرة في منطقة “الينتيخو” جنوب البرتغال، ويُعتقد أنها أقدم شجرة زيتون جرى تقدير عمرها حتى الآن في البلاد، فيما تشير إحدى الدراسات إلى أن عمرها يبلغ نحو 3712 عاماً.

ويمثل تحديد العمر الدقيق للأشجار القديمة تحدياً علمياً، إذ لا يمكن الاعتماد على عدّ حلقات النمو السنوية كما يحدث مع أنواع أخرى من الأشجار. فمع مرور آلاف

Mouchão” قرب “أبرانيس” بنحو 3350 عاماً، إلى جانب أشجار أخرى تراوح عمرها المقدر بين 2400-2850 عاماً.

ولا يقتصر تميز شجرة “أوليفيرا دو بيسو” على عمرها؛ إذ لا تزال تنمو وتنتج الزيتون حتى اليوم. ويبلغ ارتفاعها نحو ستة أمتار، فيما يصل محيط جذعها إلى قرابة 10 أمتار.

ويرى الباحثون أن قدرة أشجار الزيتون على تجديد نفسها تساعد على البقاء لفترات طويلة؛ إذ قد تموت أجزاء قديمة من الجذع بينما تظل أجزاء أخرى حية وقادرة على إنتاج براعم وسيقان جديدة.

وأوضح الباحث في جامعة “UTAD”، خوسيه لويس لوزادا، أن “أجزاء من جذع شجرة الزيتون يمكنها الاحتفاظ بقدرتها على إنتاج براعم جديدة مهما بلغ عمرها”.

ورغم أن تقدير 3712 عاماً ليس رقمًا مؤكدًا بصورة مطلقة، فإن وصف الشجرة بأنها تبلغ نحو 3700 عام، يعد الأقرب لما توصل إليه الباحثون. وإذا صحت النتائج، فإنها كانت تنمو منذ العصر البرونزي، قبل ظهور الإمبراطورية الرومانية بقرون طويلة وقبل ولادة الإسكندر الأكبر بأكثر من ألف عام.

دمشق تستعد لاستقبال نداء شرارة



تستعد العاصمة السورية دمشق لاستقبال حفل غنائي يجمع الفنانة الأردنية نداء شرارة والفنان مالك نور، ضمن البرنامج الفني المرافق لفعاليات الدورة الثالثة والستين من معرض دمشق الدولي.

أعلن الحساب الرسمي

لمعرض دمشق الدولي عبر منصة “إنستغرام” عن

الحفل المرتقب، موضحاً أن الفنانين نداء شرارة ومالك نور سيقدمان

فقرات غنائية وطربية للجمهور ضمن فعاليات المعرض، برعاية وزارة

الثقافة السورية، ويظهر الفنانان على البوستر الرسمي للحفل إلى جانب

شعار DAMASCUS IN- TERNATIONAL FAIR 2026، فيما تقام الأمسية

على المسرح الجماهيري في مدينة المعارض.

يُقام الحفل يوم الأربعاء 2 سبتمبر/أيلول 2026، أمام الجمهور من خلال الدعوة العامة، بالتزامن مع استمرار ساعات زيارة معرض دمشق الدولي يوميًا من الساعة 5:00 مساءً وحتى 11:00 مساءً، ومن المتوقع أن يستقطب المسرح الجماهيري عددًا كبيرًا من الزوار، في ظل مشاركة نداء شرارة ومالك نور ضمن البرنامج الغنائي.

على منصات التواصل الاجتماعي في مصر. وحرص الدكتور محمود العفيفي على طمأنة جمهور شيرين عبد الوهاب بشأن حالتها الصحية ورحلة خسارتها للوزن، وعلق على الصورة قائلاً: “لسه مكملين مع أجمل صوت في مصر، لقد أحبيت فقط أن أطمئنكم”، وأعرب طبيب شيرين عبد الوهاب عن فخره واعتزازه بالإنجاز الذي حققته الفنانة المصرية وإصرارها على الوصول إلى الشكل الذي ترغب فيه، مؤكداً سعادته باستقبال آلاف الرسائل التي عكست دعوات الجمهور ومحبتهم الكبيرة لها من مصر ومختلف أنحاء العالم. وكان

حظيت عودة الفنانة المصرية شيرين عبد الوهاب إلى الوقوف على المسارح مؤخرًا، في حفلها بالساحل الشمالي، بتفاعل جماهيري وفني واسع عكس حجم شعبيتها ومكانتها لدى الجمهور في مصر والعالم العربي.

وشارك الدكتور محمود العفيفي، طبيب شيرين عبد الوهاب، أحدث ظهور للفنانة المصرية، بعدما نشر عبر حسابه الرسمي على إنستغرام صورة جديدة جمعتها بها، ظهرت خلالها بابتسامة واضحة، فيما بدت ملامح خسارتها للوزن جلية على وجهها وقوامها، وهو ما أثار تفاعلًا واسعًا بين متابعيها

على منصات التواصل الاجتماعي في مصر. وحرص الدكتور محمود العفيفي على طمأنة جمهور شيرين عبد الوهاب بشأن حالتها الصحية ورحلة خسارتها للوزن، وعلق على الصورة قائلاً: “لسه مكملين مع أجمل صوت في مصر، لقد أحبيت فقط أن أطمئنكم”، وأعرب طبيب شيرين عبد الوهاب عن فخره واعتزازه بالإنجاز الذي حققته الفنانة المصرية وإصرارها على الوصول إلى الشكل الذي ترغب فيه، مؤكداً سعادته باستقبال آلاف الرسائل التي عكست دعوات الجمهور ومحبتهم الكبيرة لها من مصر ومختلف أنحاء العالم. وكان

حظيت عودة الفنانة المصرية شيرين عبد الوهاب إلى الوقوف على المسارح مؤخرًا، في حفلها بالساحل الشمالي، بتفاعل جماهيري وفني واسع عكس حجم شعبيتها ومكانتها لدى الجمهور في مصر والعالم العربي.

وشارك الدكتور محمود العفيفي، طبيب شيرين عبد الوهاب، أحدث ظهور للفنانة المصرية، بعدما نشر عبر حسابه الرسمي على إنستغرام صورة جديدة جمعتها بها، ظهرت خلالها بابتسامة واضحة، فيما بدت ملامح خسارتها للوزن جلية على وجهها وقوامها، وهو ما أثار تفاعلًا واسعًا بين متابعيها



عين على العالم

خاتم ذكي يحلل العرق لقياس السكر والكيوتونات

طور مهندسون في جامعة كاليفورنيا في سان دييغو خاتمًا ذكيًا يستخدم خاصية التناضح لتحليل العرق وقياس مؤشرات حيوية، من بينها الجلوكوز والكيوتونات واللاكتات وفيتامين C وحمض اليوريك، بشكل مستمر، وينقل هذه البيانات إلى تطبيق على الهاتف الذكي. وفي ورقتهم البحثية المنشورة في دورية “Nature Communications”، أوضح المؤلفون الرئيسيون المشاركون، تاموغنا ساها وشيشاو دينغ وسيو تشين، أنهم ابتكروا “خاتمًا ذكيًا صغير الحجم ومتكاملًا تمامًا، قادرًا على مراقبة العديد من المؤشرات الحيوية الكيميائية في الوقت الفعلي، مما يجعله نظيرًا بيوكيميائيًا حقيقيًا للخواتم الذكية الموجودة”.

ويؤكد فريق ساها أيضًا أن الجهاز “يتجاوز الخواتم الذكية التجارية التي تركز فقط على الإشارات الفيزيولوجية، من خلال إتاحة التقييم المستمر للتغيرات الكيميائية الحيوية، وتعزيز تطوير الجيل المقبل من تقنيات الرعاية الصحية الشخصية والمصغرة”، بحسب تقرير لموقع “نيو أطلس” المتخصص في أخبار التكنولوجيا والابتكارات، اطلعت عليه “العربية - Busi”.

وأوضح وانغ: “سيكون خاتم يلتقط المعلومات الجزيئية الديناميكية في الوقت الفعلي مفيدًا للغاية لاتخاذ قرارات مستنيرة بشأن الصحة والنظام الغذائي ونمط الحياة. فعلى سبيل المثال، ستعود قدرة الخاتم على تتبع الجلوكوز والكيوتونات بشكل مستمر ومتزامن بفائدة كبيرة على تحديد جرعات الإنسولين المثلى لإدارة مرض السكري”.

وتتبع الخاتم مستويات الجلوكوز في الدم، وهو مؤشر حيوي مهم لمرض السكري، ويستخدمه الأطباء لتشخيص المرض ومراقبة مستويات السكر في الدم. كما يمكنه أيضًا قياس مستويات الكيوتونات، وهي جزيئات صغيرة تنتجها الخلايا العصبية وتلعب دورًا مهمًا في تنظيم الجهاز الهضمي. ويستخدمه الأطباء لتشخيص أمراض الجهاز الهضمي، مثل مرض الارتجاع المعدي المريئي ومرض كرون.

ويستخدم الخاتم أيضًا لقياس مستويات فيتامين C، وهو فيتامين مهم للجهاز المناعي، ويستخدمه الأطباء لتشخيص أمراض الجهاز المناعي، مثل مرض نقص المناعة المكتسبة (الإيدز) ومرض التهاب الأمعاء. ويستخدمه الأطباء أيضًا لقياس مستويات فيتامين E، وهو فيتامين مهم للجهاز المناعي، ويستخدمه الأطباء لتشخيص أمراض الجهاز المناعي، مثل مرض نقص المناعة المكتسبة (الإيدز) ومرض التهاب الأمعاء.

ويستخدم الخاتم أيضًا لقياس مستويات فيتامين D، وهو فيتامين مهم للجهاز المناعي، ويستخدمه الأطباء لتشخيص أمراض الجهاز المناعي، مثل مرض نقص المناعة المكتسبة (الإيدز) ومرض التهاب الأمعاء. ويستخدمه الأطباء أيضًا لقياس مستويات فيتامين K، وهو فيتامين مهم للجهاز المناعي، ويستخدمه الأطباء لتشخيص أمراض الجهاز المناعي، مثل مرض نقص المناعة المكتسبة (الإيدز) ومرض التهاب الأمعاء.

ظواهر فلكية تزين سماء أيلول

بعد شهر شهد كسوفاً شمسياً كلياً في آب، تستقبل سماء أيلول سلسلة من الظواهر الفلكية اللافتة التي يمكن رصد كثير منها بالعين المجردة، من دون الحاجة إلى تلسكوبات متخصصة.

وبحسب مجلة “ناسايونال جيوغرافيك”، يشهد الشهر اقترانات متقاربة بين القمر وعدد من الكواكب، إلى جانب ظروف مثالية لرصد أجزاء من مجرة درب التبانة، فضلاً عن وصول كوكب الزهرة إلى أقصى درجات سطوعه هذا العام.

وتبدأ أبرز المشاهد يومي 6 و7 أيلول، عندما يظهر الهلال المتناقص بالقرب من كوكب المريخ في سماء ما قبل الفجر. كما يمكن رصد الثنائي فوق الأفق الشرقي من مناطق واسعة حول العالم، بينما يظهر كوكب المشتري لاحقاً في المشهد نفسه، مع بقاء زحل مرئياً حتى ساعات الفجر.

ثم في 8 أيلول، ينتقل القمر إلى جوار المشتري قبل شروق الشمس، في اقتران جديد يمكن متابعته بالعين المجردة من المواقع التي تتمتع بأفق شرقي مفتوح.

رصد درب التبانة فيما تبلغ ظروف الرصد نروتها حول 11 أيلول مع وصول القمر إلى طور المحاق، الجيومغناطيسي المسؤول عن هذه الظاهرة.

في 23 أيلول، تزداد فرص مشاهدة الشفق القطبي في بعض المناطق، إذ ترتبط فترة الاعتدال عادة بارتفاع النشاط الجيومغناطيسي المسؤول عن هذه الظاهرة.

في 23 أيلول، تزداد فرص مشاهدة الشفق القطبي في بعض المناطق، إذ ترتبط فترة الاعتدال عادة بارتفاع النشاط الجيومغناطيسي المسؤول عن هذه الظاهرة.

في 23 أيلول، تزداد فرص مشاهدة الشفق القطبي في بعض المناطق، إذ ترتبط فترة الاعتدال عادة بارتفاع النشاط الجيومغناطيسي المسؤول عن هذه الظاهرة.

في 23 أيلول، تزداد فرص مشاهدة الشفق القطبي في بعض المناطق، إذ ترتبط فترة الاعتدال عادة بارتفاع النشاط الجيومغناطيسي المسؤول عن هذه الظاهرة.

شيرين عبد الوهاب تفاجئ جمهورها بأحدث ظهور



محمود العفيفي قد كشف في وقت سابق أن شيرين عبد الوهاب أبدت منذ بداية تعاونهما رغبة واضحة في خسارة وزنها من خلال اتباع نظام غذائي صحي، بعيداً عن فكرة الخضوع لجرعات إنقاص الوزن، مشيرةً إلى أنها كانت تفضل الالتزام بالنظام الغذائي على اللجوء إلى التدخلات الجراحية.

وأوضح أن رحلة شيرين مع خسارة الوزن بدأت بإصرار كبير من جانبها، لافتاً إلى أنه لس هذا الإصرار خلال الأسابيع الأولى من التعامل معها، فيما أصبح الفارق أكثر وضوحاً خلال الأشهر الأولى، مع استمرارها في الالتزام بخطتها لخسارة الوزن.

على منصات التواصل الاجتماعي في مصر. وحرص الدكتور محمود العفيفي على طمأنة جمهور شيرين عبد الوهاب بشأن حالتها الصحية ورحلة خسارتها للوزن، وعلق على الصورة قائلاً: “لسه مكملين مع أجمل صوت في مصر، لقد أحبيت فقط أن أطمئنكم”، وأعرب طبيب شيرين عبد الوهاب عن فخره واعتزازه بالإنجاز الذي حققته الفنانة المصرية وإصرارها على الوصول إلى الشكل الذي ترغب فيه، مؤكداً سعادته باستقبال آلاف الرسائل التي عكست دعوات الجمهور ومحبتهم الكبيرة لها من مصر ومختلف أنحاء العالم. وكان

على منصات التواصل الاجتماعي في مصر. وحرص الدكتور محمود العفيفي على طمأنة جمهور شيرين عبد الوهاب بشأن حالتها الصحية ورحلة خسارتها للوزن، وعلق على الصورة قائلاً: “لسه مكملين مع أجمل صوت في مصر، لقد أحبيت فقط أن أطمئنكم”، وأعرب طبيب شيرين عبد الوهاب عن فخره واعتزازه بالإنجاز الذي حققته الفنانة المصرية وإصرارها على الوصول إلى الشكل الذي ترغب فيه، مؤكداً سعادته باستقبال آلاف الرسائل التي عكست دعوات الجمهور ومحبتهم الكبيرة لها من مصر ومختلف أنحاء العالم. وكان

حظيت عودة الفنانة المصرية شيرين عبد الوهاب إلى الوقوف على المسارح مؤخرًا، في حفلها بالساحل الشمالي، بتفاعل جماهيري وفني واسع عكس حجم شعبيتها ومكانتها لدى الجمهور في مصر والعالم العربي.

وشارك الدكتور محمود العفيفي، طبيب شيرين عبد الوهاب، أحدث ظهور للفنانة المصرية، بعدما نشر عبر حسابه الرسمي على إنستغرام صورة جديدة جمعتها بها، ظهرت خلالها بابتسامة واضحة، فيما بدت ملامح خسارتها للوزن جلية على وجهها وقوامها، وهو ما أثار تفاعلًا واسعًا بين متابعيها