

مجلس الوزراء يوافق على فتح الاستيراد للمحاصيل الزراعية كافة

الزبيدي: أدينا اليمين الدستورية في البرلمان وهنا نؤدي قسم شرف لشعبنا

أكد رئيس مجلس الوزراء علي فالح الزبيدي، أن حكومته ستكون حكومة شرف ونزاهة، مشدداً على ضرورة إثبات أن النظام السياسي ليس فاسداً. وقال الزبيدي، في حديث له خلال جلسة مجلس الوزراء، عقب تأدية نواب رئيس الوزراء والوزراء الذين صوّت عليهم مجلس النواب قسم الشرف: “أدينا اليمين الدستورية في البرلمان، وهنا نؤدي قسم شرف لشعبنا”.

وأضاف أن “على المحافظين ترديد القسم مع المديرين العامين في المحافظات وجميع رؤساء الهيئات المستقلة مع المدراء العامين أيضاً”، مؤكداً أن “هذه حكومة شرف ونزاهة، ونريد أن نقدم حياتنا مهراً لهذا البلد”.



وتابع الزبيدي أن “الفساد السياسي فاسد، وعلينا أن نثبت العكس، وأن هذه الحكومة ليست العكس، فاسدة”. وعقد مجلس الوزراء، جلسته

الاعتيادية برئاسة رئيس مجلس الوزراء علي فالح الزبيدي، وفيما وافق المجلس على فتح الاستيراد للمحاصيل الزراعية كافة، أقرّ

تفاصيل ص 2

القاضي زيدان ووزير الثقافة يبحثان دور الوزارة في إشاعة الثقافة القانونية



«رئيس مجلس القضاء الأعلى، القاضي فائق زيدان، استقبل، وزير الثقافة ياسين العيثاوي». وأضاف ان «رئيس المجلس هنا خلال اللقاء الوزير بمناسبة تسنمه مهام منصبه الجديد، وبحث معه دور الوزارة في إشاعة الثقافة القانونية». وذكر مجلس القضاء، في بيان : أن

بحث رئيس مجلس القضاء الأعلى القاضي فائق زيدان، ووزير الثقافة ياسين العيثاوي، دور الوزارة في إشاعة الثقافة القانونية.

5 < ٤ أوسمة للعراق في بارالمبية ناغويا.. ٣ ذهبيات فضية

المالكي واللامي يبحثان واقع العمل الصحفي والأعلامي في العراق والوطن العربي

أكد رئيس ائتلاف دولة القانون نوري المالكي ، خلال استقبله رئيس اتحاد الصحفيين العرب مؤيد اللامي بأهمية الصحافة والإعلام في بناء الدولة وترسيخ القيم الديمقراطية. وذكر مكتبه في بيان : ان ” المالكي بحث مع اللامي واقع العمل الصحفي والإعلامي في العراق والوطن العربي، وأهمية تعزيز دور المؤسسات الإعلامية



السجن ٧ سنوات بحق مدان هرب ٢٨ أجنبيا داخل شاحنة إلى بغداد

أصدرت محكمة جنايات صلاح الدين حكماً بالسجن لمدة سبع سنوات بحق مدان عن جريمة تهريب 28 شخصاً

يحملون جنسيات أجنبية داخل البلاد، وفقاً لما أعلنه مجلس القضاء الأعلى، فيما تم ضبط 600 ألف حبة كبتاجون واعتقال تاجرين في خانقين.

وذكر إعلام القضاء في بيان :أن المدان نقل

تفاصيل ص 2

أكد رئيس مجلس النواب هيبث الحلبوسي ونظيره العماني خالد بن هلال المعوي ،أهمية تكثيف الجهود السياسية والدبلوماسية وتغليب لغة الحوار والحلول السلمية، بما يسهم في خفض التوترات وتعزيز الأمن



والاستقرار الإقليمي. وقال المكتب الإعلامي لرئيس مجلس النواب في: إن “رئيس مجلس النواب هيبث الحلبوسي أجرى اتصالاً هاتفياً مع رئيس مجلس النواب العماني خالد بن هلال المعوي”.

تفاصيل ص 2

أردوغان: سأزور دمشق في وقت قريب

أعلن الرئيس التركي رجب طيب أردوغان، أن موعد زيارته المرتقبة إلى العاصمة السورية دمشق لم يتحدد بدقة حتى الآن، مرجحاً في الوقت ذاته إمكانية إجرائها في “وقت قريب”. وجاءت تصريحات الرئيس التركي ردا على أسئلة الصحفيين أثناء خروجه من اجتماع

المجموعة البرلمانية لحزب العدالة والتنمية (AKP) الحاكم في أنقرة حيث قال: “حتى الآن لم يتم تأكيد وتحديد موعد الزيارة بشكل دقيق.. من الممكن أن تتم خلال وقت قريب.. سنذهب إلى هناك”. وتأتي هذه التصريحات الرسمية والمباشرة في ظل تحولات دبلوماسية متسارعة وإعادة صياغة المشهد السياسي والأمني في المنطقة.

السياسي: الجهد العسكري المصري للدفاع عن السعودية ولا يستهدف اليمن

استقرار الأشقاء في الخليج يرتبط بالأمن القومي المصري، مؤكداً أن مصر ستدافع عن أراضي أي دولة عربية أخرى إذا طُلب منها ذلك. وأشار الرئيس المصري إلى أن وقوف مصر بجانب دول الخليج يأتي امتداداً طبيعياً لمفهوم الأمن القومي العربي المشترك، مؤكداً أن التحرك العسكري المصري لا يمتد إلى خارج حدود مصر أو حدود الدول الشقيقة التي تحرس القاهرة على أمنها واستقرارها.

تفاصيل ص 3



أكد الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي أن الجهد العسكري المصري يقتصر على الدفاع عن أراضي المملكة العربية السعودية وحدودها، مشدداً على أن هذا الجهد لا يشمل بأي حال من الأحوال شن أي هجوم على اليمن. وأوضح السيسي، خلال جلسة منتدى مصر 2026، أن الأمن القومي العربي لا يتجزأ، وأن

ماكرون يعلن فرض حظر تجول في عدد من المدن الفرنسية

أثناء تظاهرات السبت المقبل”. وأكد على “ضرورة بدء نقاش مع النقابات المهنية في عدد من المدن للحيلولة دون وقوع فوضى”. مشيراً إلى “إجراء محادثات مع الأطراف كافة لخفض التصعيد في المنطقة”. وتابع: “سنبحث تقديم الدعم للجيش اللبناني الذي يحظى بدعم القوى الدولية ونأسف لإنهاء وجود قوات البونيفيل”.

أعلن الرئيس الفرنسي، إيمانويل ماكرون، فرض حظر تجول في عدد من المدن الفرنسية. وقال ماكرون في تصريح له: إنه “تم فرض حظر تجول في عدد من المدن وسنمنع أي فرد من التسبب في فوضى”، مشدداً “سننخذ كافة الإجراءات اللازمة لمنع وقوع فوضى

السياسي: الجهد العسكري المصري للدفاع عن السعودية ولا يستهدف اليمن

القاهرة / متابعة صوت القلم:

أكد الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي أن الجهد العسكري المصري يقتصر على الدفاع عن أراضي المملكة العربية السعودية وحدودها، مشدداً على أن هذا الجهد لا يشمل بأي حال من الأحوال شن أي هجوم على اليمن. وأوضح السيسي، خلال جلسة منتدى مصر 2026، أن الأمن القومي العربي لا يتجزأ، وأن استقرار الأشقاء في الخليج يرتبط بالأمن القومي المصري، مؤكداً أن مصر ستدافع عن أراضي أي دولة عربية أخرى إذا طُلب منها ذلك.

وأشار الرئيس المصري إلى أن وقوف مصر بجانب دول الخليج يأتي امتداداً طبيعياً لمفهوم الأمن القومي العربي المشترك، مؤكداً أن التحرك العسكري المصري لا يمتد إلى خارج حدود مصر أو حدود الدول الشقيقة التي تحرس القاهرة على أمنها واستقرارها.

وفي سياق متصل، شدد السيسي على أن ثوابت السياسة الخارجية المصرية منذ عام 2014 تقوم على مبادئ راسخة، تشمل عدم التدخل في الشؤون الداخلية للدول، ورفض سياسات التآمر،

بما يسهم في ترسيخ دعائم الاستقرار والتعاون المشترك في المنطقة.

وكان مجلس النواب المصري قد قرر تأجيل التصويت على تفويض الرئيس عبد الفتاح السيسي بإرسال قوات عسكرية للدفاع عن المملكة العربية السعودية إلى يوم الاثنين المقبل، وذلك بعد جلستين عقدهما البرلمان يومي الأحد والاثنين لمناقشة الطلب.

وجاءت جلسات البرلمان بعدما قرر مجلس الدفاع الوطني المصري، في وقت سابق، تقديم

كافة أشكال الدعم اللازمة والممكنة للمملكة العربية السعودية للدفاع عن أمنها واستقرارها، وصون مقدراتها وسلامة أراضيها والمقدسات الإسلامية، وذلك خلال اجتماع عقده المجلس برئاسة الرئيس عبد الفتاح السيسي.

وقالت الرئاسة المصرية في بيان صدر قبل أيام، إن المجلس قرر “الوقوف التام والتضامن الكامل مع المملكة العربية السعودية”، انطلاقاً من العلاقات التاريخية والروابط المتينة بين البلدين، وإيماناً بارتباط الأمن القومي

السعودي بالأمن القومي المصري والعربي. وكان السيسي قد دعا، السبت، مجلس النواب إلى عقد جلسة طارئة لبحث تفويضه في اتخاذ ما يلزم من إجراءات لدعم السعودية، مؤكداً أن مصر ستنفذ أي إجراء لحماية المملكة والدفاع عنها. وشدد الرئيس المصري على أن القاهرة لا تسعى إلى الحرب أو مهاجمة أي طرف، وإنما تتحرك في إطار الدفاع، مؤكداً رفض مصر المساس بأمن السعودية واستقرارها، ومشيراً إلى أن أي تحرك في هذا الاتجاه يتطلب موافقة البرلمان.

ويتكوف أجرى محادثات مع بوتين استمرت ثلاث ساعات

الكرملين يبدي استعداداه لمفاوضات ثلاثية بشأن حرب أوكرانيا

موسكو/ متابعة صوت القلم:

أعلن الكرملين، أن موسكو مستعدة لاستئناف المفاوضات الثلاثية مع واشنطن وكيف في منتصف نوفمبر، بينما جدد دعوته كييف إلى وقف إطلاق النار لتسهيل المحادثات، وذلك بعد اجتماع بين الرئيس فلاديمير بوتين، والمبعوث الأمريكي ستيف ويتكوف في سان بطرسبورغ.

وقال مساعد الرئيس الروسي يوري أوشاكوف للصحفيين، إن ويتكوف أجرى محادثات مع بوتين استمرت حوالي ثلاث ساعات خلال اجتماع “مفصل وصریح”.

وأضاف أن “ستيف ويتكوف أطلع فلاديمير بوتين على مضمون المحادثات التي أجراها في أوسلو” الثلاثاء مع

مسؤولين أوكرانيين وأوروبيين.

وفي إشارة إلى أن مواقف الطرفين لا تزال متباعدة، قال أوشاكوف إن المبعوث الأمريكي “تحدث عن بعض الجوانب الجديدة في مقاربة الأوروبيين وكيف، لكنها في الواقع تفتقر إلى المضمون”.

غير أنه أوضح أن بوتين أبلغ ويتكوف بأن روسيا “مستعدة من حيث المبدأ لاستئناف المفاوضات في العاشر من نوفمبر تقريباً” مع كييف وواشنطن، أي بعد انتخابات التجديد النصفى للكونغرس الأمريكي.

وأشار إلى أن هذه المحادثات يجب أن تُركز على “إنشاء منظومة أمنية... بعد انتهاء النزاع”.

وشارك المبعوث الأمريكي جاري

كوشنر عن بعد في المحادثات التي جرت في مدينة سان بطرسبورغ بين بوتين وويتكوف.

ولم تُسفر الجولة الأخيرة من المفاوضات التي جرت في فبراير الماضي عن أي تقدم على المستوى الدبلوماسي، بينما تم تعليقها بعد اندلاع الحرب في الشرق الأوسط بهجوم أمريكي إسرائيلي على إيران في 28 من الشهر ذاته.

من ناحية أخرى، أشار يوري أوشاكوف إلى احتمال عقد اجتماع بين الرئيس الروسي ونظيره الأمريكي دونالد ترامب والصيني شي جينبينغ على هامش قمة ايبك في شينزين في نوفمبر.

وفي وقت سابق الأربعاء، دعا الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي في مقابلة مع قناة فوكس نيوز، إلى تجميد خطوط القتال في الحرب مع روسيا، معتبراً ذلك خطوة أولى نحو محادثات وقف إطلاق النار.

وكانت موسكو رفضت هذا الاقتراح سابقاً، مطالبة بالتوصل إلى اتفاق بشأن جوهر القضايا قبل وقف الأعمال الحربية.

وتطالب روسيا خصوصاً بانسحاب الجيش الأوكراني من الأراضي التي تحتلها في إقليم دونيتسك (شرق)، الأمر الذي تعتبره كييف غير مقبول. في مستهل اللقاء، قال ويتكوف إنه



جاء حاملاً “أفكاراً” بشأن “اتفاق سلام” في أوكرانيا، بعد نحو خمس سنوات على اندلاع النزاع مطلع عام 2022 بهجوم روسي واسع النطاق على أوكرانيا.

وأضاف “أحضرنا بعض الوثائق، وهي في الواقع بعض الأفكار بشأن العناصر المختلفة لنوع من اتفاق سلام بين روسيا وأوكرانيا، ويمكنكم قراءتها حين يناسبكم ذلك”.

وعلى هامش اللقاء، أعلنت روسيا الإفراج عن أميركي حُكم عليه عام 2024 بالسجن سبع سنوات بتهمة “القتال كمرتزق” لحساب أوكرانيا، وهي تهمة ينفيها. وقال ترامب الذي سبق أن أعلن أنه

طلب من نظيره الروسي الإفراج عن المدرّس المتقاعد، الأربعاء، إن ستيفن هابرد “في طريقه” إلى الولايات المتحدة وأنه أفرج عنه من دون “مقابل”.

كذلك، أعلن بوتين أن أول ناقلة تحمل 40 ألف طن من الديزل الروسي إلى الولايات المتحدة ستبحر في غضون “يومين إلى ثلاثة أيام”. أما نائب رئيس الوزراء الروسي المكلف شؤون الطاقة ألكسندر نوافك، فأشار إلى إحارها الخميس.

وكان ترامب أعلن مطلع أكتوبر اتفاقاً بين واشنطن وموسكو لتوريد الديزل الروسي إلى السوق الأمريكية، رافعا بذلك عقوبات مفروضة على روسيا، ما أثار انتقادات شديدة من كييف وحلفائها.

واعترضت هذه الخطوة محاولة لخفض أسعار الوقود للمستهلكين الأميركيين قبل انتخابات التجديد النصفى في الثالث من نوفمبر، والتي يتوقع أن تكون صعبة على حزب ترامب الجمهوري.

وعُقد لقاء سان بطرسبورغ على وقع توترات أخيرة بين واشنطن وكيف التي تتهم الولايات المتحدة بأنها لم تعد تدعم أوكرانيا، بل باتت تساعد موسكو.

والثلاثاء، شكر زيلينسكي واشنطن على استئناف تزويد بلاده بمعلومات استخباراتية بشأن الضربات الروسية، عقب محادثات مع ويتكوف في أوسلو شارك فيها كوشنر عن بعد.

وكانت أوكرانيا أعربت عن استيائها

بعدما ألقى ترامب موسكو من عقوبات باعتبار ذلك ينعكس دعماً لألة الحرب الروسية. وتفاقم الخلاف عندما اتهم زيلينسكي نظيره الأمريكي بالضعف، ثم اتهم الولايات المتحدة بتعمد حجب معلومات استخباراتية حيوية وتأخير تسليم صواريخ اعتراضية.

وأفادت أوكرانيا أيضاً بتراجع سرعة الاتصالات عبر نظام “ستارشيلد” الذي تعمل عليه في عملياتها العسكرية بوجه روسيا، وهو نسخة مخصصة للاستخدام العسكري من نظام الإنترنت الفضائي عبر الأقمار الاصطناعية “ستارلينك” الذي تديره شركة “سبايس إكس” المملوكة لإيلون

ماسك. ونفى ترامب إصدار أمر بخفض سرعة الاتصالات عبر “ستارشيلد”، بعدما قال ماسك إن أمراً كهذا لا يمكن أن يصدر إلا عن البيت الأبيض.

من جانبها، دعت المفوضية الأوروبية شركة “سبايس إكس” الأربعاء، إلى “استئناف” السماح لأوكرانيا بالوصول الكامل إلى خدمة “ستارلينك” بشكل عاجل.

ورغم الجهود الدبلوماسية، تتواصل المعارك على الجبهة من دون تقدم كبير لأي من الطرفين. وواصلت روسيا قصف قطاع الطاقة الأوكراني، وشبكة السكك الحديد والمباني السكنية، ما أسفر عن مقتل أربعة أشخاص على الأقل، وفقاً للسلطات الأوكرانية.

أعلن هنا
في جريدة
صوت القلم

07730004671
sawtalqalam8@gmail.com
alnasday@yahoo.com

احتياطات العراق الأجنبية ترتفع إلى ٨١,٥ مليار دولار في آب

بغداد / متابعة صوت القلم:

أظهرت بيانات البنك المركزي العراقي، ارتفاع الاحتياطات الأجنبية إلى 81.538 مليار دولار، ما يعادل 105.999 تريليون دينار، في نهاية آب / أغسطس 2026، مقارنة بـ80.633 مليار دولار، أو 104.823 تريليون دينار، في نهاية تموز / يوليو الماضي. وبحسب البيانات : ارتفعت الاحتياطات الأجنبية خلال آب بنحو 905 ملايين دولار، بما يعادل 1.176 تريليون دينار.

لكن الاحتياطات بقيت دون مستواها المسجل في نهاية عام 2025، عندما



بلغت 97.432 مليار دولار، ما يعادل العام الحالي بنحو 15.894 مليار دولار، 126.661 تريليون دينار، وبذلك سجلت أو ما يعادل 20.662 تريليون دينار. تراجعاً خلال الأشهر الثمانية الأولى من

101.082 مليار دولار في نهاية كانون الثاني / يناير 2026، قبل أن تتراجع إلى 100.341 مليار دولار في آذار، و97.809 مليار دولار في نيسان، و93.673 مليار دولار في أيار، ثم إلى 86.175 مليار دولار في حزيران، وصولاً إلى 80.633 مليار دولار في تموز، قبل أن تعاود الارتفاع في آب.

وفي ما يتعلق بمكونات الاحتياطات، ارتفعت قيمة الذهب إلى 32.655 تريليون دينار في نهاية آب، مقارنة بـ29.665 تريليون دينار في نهاية تموز، فيما تراجعت الاستثمارات إلى 72.926 تريليون دينار، مقابل 75.034 تريليون دينار في الشهر السابق.

انخفاض أسعار الذهب العراقي والأجنبي في الأسواق المحلية

بغداد / متابعة صوت القلم:

انخفضت أسعار الذهب العراقي والأجنبي في الأسواق المحلية ببغداد، وكذلك في أربيل. وسجلت أسعار الذهب في أسواق الجملة بشارع النهر في بغداد امس الأربعاء، سعر بيع للمثقال الواحد من الذهب الخليجي والتركى والأوروبي عيار 21 بلغ 965 ألف دينار، فيما بلغ سعر الشراء 961 ألف دينار، مقارنة بـ974 ألف دينار يوم الثلاثاء. كما سجل سعر بيع المثقال الواحد من الذهب العراقي عيار 21 بلغ 935 ألف دينار، فيما سجل سعر الشراء 931 ألف دينار. أما أسعار الذهب في محال الصاغة، فقد تراوح سعر بيع مثقال الذهب الخليجي عيار 21 بين 965 ألفاً و975 ألف دينار، فيما تراوح سعر بيع مثقال الذهب العراقي بين 935 ألفاً و945 ألف دينار. وفي أربيل، سجلت أسعار الذهب انخفاضاً أيضاً، إذ بلغ سعر بيع المثقال الواحد من عيار 22 نحو مليون و34 ألف دينار، فيما بلغ سعر بيع عيار 21 نحو 988 ألف دينار، وعيار 18 نحو 846 ألف دينار. ويُحدد الصاغة أسعار الذهب وفق معادلة حسابية تعتمد على سعر الأونصة عالمياً وسعر صرف الدولار محلياً.

تستهدف زيادة الطاقات الإنتاجية وتحسين جودة المشتقات النفطية

النفط: مشاريع استراتيجية بركوك والديوانية لتعزيز إنتاج المشتقات وتقليل الاستيراد

بغداد / صوت القلم:

أكدت وزارة النفط، أنها تتجه إلى تعزيز قدرات قطاع التصفية في العراق عبر مشاريع استثمارية استراتيجية في محافظتي كركوك والديوانية، مشيرة الى أنها تستهدف زيادة الطاقات الإنتاجية وتحسين جودة المشتقات النفطية وتقليل الاعتماد على الاستيراد، في إطار الجهود الرامية إلى تحقيق الاكتفاء الذاتي وتعزيز الأمن الطاقوي ودعم الاقتصاد الوطني.

وقال المتحدث الرسمي باسم وزارة النفط ، سليم الركابي للوكالة الرسمية: إن "هذه المشاريع تشكل خطوة مهمة نحو تطوير الصناعات التكريرية وتعظيم القيمة الاقتصادية للنفط الخام، من خلال توسيع مشاركة القطاع الخاص العراقي في تنفيذ المشاريع النفطية، واعتماد التقنيات العالمية الحديثة، ونقل التكنولوجيا وتطوير قدرات الملاكات الوطنية"، لافتاً الى أن "المشاريع الاستثمارية في قطاع التصفية تمثل توجهاً مهماً لتعزيز الإنتاج المحلي من المشتقات النفطية، ورفع كفاءة المصافي، بما ينسجم مع خطط تطوير القطاع النفطي وتقليل الحاجة إلى استيراد المنتجات النفطية".

وأضاف أن "المشاريع التي تنفذها شركة (البرهم) لتصفية وتوزيع المشتقات النفطية في محافظتي كركوك والديوانية تندرج ضمن الاستثمارات الهادفة إلى تطوير البنى التحتية لقطاع التصفية، والاستفادة من الإمكانيات الفنية والتكنولوجية الحديثة في إنتاج مشتقات نفطية ذات مواصفات عالية".

وبين أن "شركة البرهم التي تأسست في محافظة كركوك عام 2007، تعد من الشركات العراقية العاملة في مجال تصفية وتوزيع المشتقات النفطية، وتسعى إلى توسيع استثماراتها من خلال مشروعين رئيسيين يستهدفان زيادة الإنتاج وتحسين نوعية الوقود وتعزيز مساهمة



القطاع الخاص في الصناعة النفطية".

وذكر أنه "في محافظة كركوك، تنفذ الشركة مشروع هدرجة النفط وتحسين البنزين بطاقة تصميمية تبلغ 14 ألفاً و400 برميل يومياً، وفق نظام البناء والتملك والتشغيل ونقل الملكية (BOOT)، على أن تنتقل ملكية المشروع إلى شركة مصافي الشمال بعد انتهاء المدة التعاقدية"، مؤكداً "يستهدف المشروع إنتاج بنزين عالي الجودة برقم أوكتانتي 92، إلى جانب إنتاج الغاز النفطي المسال بكميات تتراوح بين 150 و170 طناً يومياً، بما يسهم في تعزيز تجهيز السوق المحلية بالمشتقات النفطية وتحسين نوعية المنتجات".

وأوضح الركابي أن "تقديرات الشركة تشير إلى أن المشروع من المؤمل أن يحقق منافع اقتصادية للعراق تصل إلى نحو 300 مليون دولار سنوياً، فضلاً عن توفير أكثر من ألفي فرصة عمل مباشرة وغير مباشرة، والمساهمة في تدريب الملاكات العراقية ونقل الخبرات والتقنيات الحديثة إلى قطاع التصفية".

وفي محافظة الديوانية، أشار الى أن "أعمال مشروع توسعة مصفى الديوانية في قضاء

الشنافية، الذي انطلقت أعماله في تموز 2025، ضمن خطة تنفيذية تمتد لخمس سنوات، بهدف زيادة الطاقات التكريرية وتعزيز إنتاج المشتقات النفطية عالية الجودة"، موضحاً أن "المشروع يتضمن إنشاء وحدة تكرير بطاقة 70 ألف برميل يومياً، ووحدة لهدرجة النفط بطاقة 18 ألف برميل يومياً، ووحدة لتحسين البنزين بطاقة 10 آلاف برميل يومياً، إلى جانب وحدة للأزمة بطاقة 8 آلاف برميل يومياً".

وتابع أن "المشروع يشمل إنشاء وحدة لمعالجة الغاز النفطي المسال بطاقة 180 طناً يومياً، ومحطة لتحميل المنتجات النفطية بطاقة 90 ألف برميل يومياً، بما يعزز القدرات التشغيلية للمصفاي ويسهم في تطوير منظومة إنتاج ونقل المشتقات النفطية".

وقال الركابي: إن "أعمال التوسعة لا تقتصر على الوحدات الإنتاجية، إذ يتضمن المشروع إنشاء منظومة متكاملة من المرافق الصناعية والخدمية، تشمل محطات لتوليد الطاقة الكهربائية وإنتاج النيتروجين وتنقية المياه ومعالجة الصرف الصناعي، فضلاً عن إنشاء 24

خزاناً ل تخزين النفط الخام والمنتجات النفطية، ومحطة لتعبئة أسطوانات الغاز المسال".

وفي الجانب الاقتصادي، أكد الركابي أن "التقديرات الأولية للشركة تشير إلى إمكانية تحقيق منافع اقتصادية للعراق وتعظيم إيرادات الدولة بنحو مليار و600 مليون دولار سنوياً من مشروع توسعة مصفى الديوانية، عبر زيادة إنتاج المشتقات النفطية ذات القيمة الاقتصادية المرتفعة، وخفض كلف الاستيراد، وتعزيز النشاط الصناعي والخدمي".

وأكد أنه "من المتوقع أن يسهم المشروع في توفير فرص عمل جديدة، وتنشيط القطاعات الاقتصادية المرتبطة بالصناعات النفطية، ودعم الشركات المحلية العاملة في مجالات التجهيز والخدمات الهندسية والفنية والنقل، بما ينعكس إيجاباً على الحركة الاقتصادية في المحافظة".

وفي إطار المسؤولية المجتمعية المصاحبة للمشاريع الاستثمارية، بين أن "الشركة تتبنى مبادرة لإنشاء مستشفى بسعة 100 سرير في محافظة الديوانية، بهدف دعم القطاع الصحي وتعزيز مستوى الخدمات المقدمة للمواطنين".

ولفت الركابي الى أن "هذا التوجه يأتي في إطار ربط الاستثمارات الصناعية بالمساهمة في التنمية المحلية، وتعزيز الأثر الاقتصادي والاجتماعي للمشاريع النفطية في المناطق التي تنفذ فيها"، موضحاً أن "مجموعة البرهم تسعى إلى توسيع التعاون مع شركات عالمية متخصصة في تقنيات التكرير والصناعات النفطية، من بينها شركتا UOP وKBR، للاستفادة من التقنيات الحديثة في عمليات الهدرجة وتحسين البنزين ورفع جودة المشتقات النفطية".

وذكر أن "المجموعة تضع تقنيات التحويل العميق ضمن أولوياتها المستقبلية، بهدف زيادة إنتاج المشتقات النفطية البيضاء، وتعظيم القيمة المضافة لكل برميل من النفط الخام، وتحسين كفاءة استثمار الموارد النفطية"، مشيراً

الى أن "الشركة في تنفيذ مشاريعها على مسار فني واستثماري يبداً بإعداد دراسات الجدوى الاقتصادية والفنية، وتحديد مصادر اللقيم والمواقع المناسبة، واستكمال الموافقات الرسمية، واختيار التقنيات والشركاء وتأمين التمويل، وصولاً إلى مراحل التصميم والتجهيز والإنشاء والتشغيل التدريجي، وفق الجداول الزمنية المحددة لكل مشروع".

ونوه الى أن "مجموعة البرهم تتطلع إلى توطيد الصناعات النفطية المساندة، من خلال التوجه لإنشاء مصانع عراقية متخصصة بإنتاج المعدات النفطية والهندسية وفق المواصفات والمعايير العالمية وتوفير احتياجات المشاريع النفطية من المعدات والتجهيزات محلياً، وتقليل الاعتماد على الاستيراد، وتسريع عمليات التنفيذ، فضلاً عن دعم الصناعة الوطنية وتوفير فرص عمل جديدة في المجالات الفنية والهندسية".

وشدد على أن "هذه المشاريع تأتي ضمن التوجهات الرامية إلى توسيع مشاركة القطاع الخاص في تطوير الصناعات النفطية، وتعزيز التكامل بين عمليات التصفية والصناعات المساندة، بما يسهم في بناء قاعدة صناعية عراقية قادرة على مواكبة التطورات التكنولوجية العالمية".

وأوضح، أنه "من المؤمل أن تسهم المشاريع الاستثمارية في كركوك والديوانية في زيادة الطاقات التكريرية، وتحسين جودة المنتجات النفطية، وتقليل فاتورة الاستيراد، وتعزيز الإيرادات الاقتصادية، إلى جانب دعم التنمية المحلية وتطوير الكفاءات الوطنية".

وختم الركابي بالقول: إن "هذه الاستثمارات تمثل خطوة باتجاه بناء قطاع تصفية أكثر تطوراً وتكاملاً، وتعزيز قدرة العراق على تلبية احتياجاته المحلية من المشتقات النفطية، وتحقيق قيمة اقتصادية مضافة من موارده النفطية، بما يدعم الاستقرار الاقتصادي والتنمية المستدامة".

إعلانك في صوت القلم يضمن لك الانتشار الأوسع

للتواصل

07730004671

sawtalqalam8 @ gmail.com

alnasday@yahoo.com



٣ انتصارات في الجولة الخامسة من دوري محترفي كرة الصالات

بغداد_متابعة صوت القلم

جرت ثلاث مباريات ضمن منافسات الجولة الخامسة من الدوري العراقي للمحترفين لكرة الصالات، وشهدت المواجهات إثارة كبيرة في قاعات الاعظمية في بغداد والشباب البصري في البصرة.

وفي اللقاء الذي استضافته قاعة بلدية البصرة، نجح عصر اليوم فريق غاز الجنوب في تحقيق الفوز على نظيره مصافي الشمال بنتيجة ثلاثة اهداف مقابل



هدف واحد. بينما تمكن فريق الدفاع الجوي من حسم المواجهة أرضية قاعة الأعظمية لصالحه امام دجلة الثانية التي أقيمت على

٤ أوسمة للعراق في بارالمبية ناغويا.. ٣ ذهبيات وفضية



بغداد_متابعة صوت القلم

بمرافقة العداء الكايد أحمد فهد الشلهوب، الوسام الذهبي في سباق 100 متر، فيما أحرز محمد رضا زيدان ذهبية سباق 400 متر. وفي منافسات دفع الثقل، توج جراح نصار بالوسام الذهبي، بينما نال ولدان نزار الوسام الفضي، ليضيف اللاعبون الأربعة إنجازاً جديداً إلى حصيلة العراق في الدورة.

أحرز لاعبو المنتخب العراقي أربعة أوسمة، بواقع ثلاث ذهبيات وفضية، ضمن منافسات دورة الألعاب الآسيوية البارالمبية ناغويا 2026، المقامة في اليابان، في منافسات ألعاب القوى ودفع الثقل. وحقق العداء البارالمبي محمد فهد الشلهوب،

الجامعة بنتيجة هدفين مقابل هدف واحد.وفي ختام مباريات الجولة التي جرت مساء اليوم على قاعة بلدية البصرة أيضاً، شهدت اللقاءات غزارة تهديفية انتهت بفوز مثير لفريق للشباب البصري على الشرقية بنتيجة ستة أهداف مقابل خمسة. وتتواصل يوم غد الخميس منافسات الجولة الخامسة باقامة خمس مباراة متبقية من دوري محترفي العراق لكرة الصالات في قاعات بغداد والنجف والبصرة.

باريس سان جيرمان يواصل تألقه ويضرب برشلونه برباعية



بغداد_متابعة صوت القلم

واصل باريس سان جيرمان الفرنسي حامل اللقب مستوياته المتميزة وحقق الفوز الثالث توالياً بالتغلب (4-2) على ضيفه برشلونه الإسباني الذي يقدم موسماً استثنائياً على الصعيد المحلي، ضمن الجولة الثالثة من مرحلة الدوري في إطار بطولة دوري أبطال أوروبا لكرة القدم.افتتح ديزيري دويه التسجيل للعلاق الباريسي في الدقيقة 38 وتعادل تشافي إسبارت لبرشلونه في الدقيقة 55. وفي الدقيقة 72 تمكن

لوكاس هيرنانديز من جيرمان من ضربة رأس تسجيل هدف ثان لسان رائعة.

وارتفعت حرارة المباراة بشكل كبير ومثير مع

دخولها في الدقائق الأخيرة حيث تمكن لامين يامال من تسجيل هدف التعادل للفريق الكتالوني في الدقيقة 79 قبل أن يعاود سان جيرمان تقدمه بإحراز الهدف الثالث بواسطة فيتينيا من تصويبة صاروخية في الدقيقة 81.

وحسم سان جيرمان فوزه بتسجيله الهدف الرابع عن طريق فاييان رويث في الدقيقة 86.ورفع سان جيرمان رصيده بذلك إلى 9 نقاط في الصدارة بينما تجمد رصيد برشلونه عند 6 نقاط علماً أنه بذلك تلقى الخسارة الأولى له على الإطلاق هذا الموسم.

مانشستر سيتي يتفوق على آيك أثينا ويستعيد توازنه



بغداد_متابعة صوت القلم

حقق مانشستر سيتي الفوز على ضيفه آيك أثينا بخمسة أهداف مقابل هدف في الجولة الثالثة من مرحلة الدوري ضمن بطولة دوري أبطال أوروبا لكرة القدم. وسجل إليوت أندرسون هدف التقدم للفريق الإنجليزي في الدقيقة الثانية عشرة. وعزز فيل فودين تقدم السيتي بتسجيله الهدف الثاني في الدقيقة 34. وفي الدقيقة 52 ضيق ستافروس بيليوس

الفارق بتسجيله الهدف الأول للفريق اليوناني قبل أن يرد ريان شرقي سريعاً ويحرز ثالث أهداف مانشستر سيتي في الدقيقة 57. وعاد فودين وسجل الهدف الرابع لمانشستر سيتي في الدقيقة 65. وسجل فودين الهاتريك بعد أن سجل الهدف الشخصي الثالث له والخامس للسيتي في الدقيقة 76. ورفع مانشستر سيتي رصيده إلى 6 نقاط فيما تجمد رصيد آيك أثينا عند 3 نقاط.

ليفربول يحقق ريموندادا رائعة أمام فياريال



بغداد_ صوت القلم

عاد ليفربول من بعيد وقلب تأخره بهدفين مبكرين إلى الفوز على ضيفه فياريال بأربعة أهداف مقابل ثلاثة ضمن الجولة الثالثة من مرحلة الدوري في إطار دوري أبطال أوروبا. وسجل جيورج ميكوتادزي هدف التقدم المباغت ليفاريال في الدقيقة الرابعة. وفي الدقيقة 29 تمكن كارдона من مضاعفة النتيجة للفريق الإسباني بتسجيله الهدف الثاني. ورغم التأخر بثنائية تمكن

ليفربول من استعادة توازنه والعودة للمباراة إذ أحرز أليكسيس ماك قبل نهاية الشوط الأول في الدقيقة 36 وفي الدقيقة

اليستير هدف الريدز الأول في الدقيقة 36 وفي الدقيقة

45+1 سجل رونالد أراوخو هدف التعادل لأصحاب الأرض. وفي الدقيقة 65 عاد ماك اليستير وسجل ثالث أهداف ليفربول قبل أن يضمن الفريق الإنجليزي تماماً الفوز بالمباراة بعد تسجيل لاعب وسطه المهاجم، الألماني فلوريان فيرتز الهدف الرابع في الدقيقة 69. وفي الدقيقة 87 أحرز ثاني أولواسيبي ثالث أهداف فياريال. ورفع ليفربول بذلك رصيده إلى 9 نقاط فيما تجمد رصيد فياريال عند 3 نقاط.

روما يحقق فوزاً كبيراً على ضيفه سلوفان براتيسلافا



بغداد_متابعة صوت القلم

الإيطالية فانتهى الشوط الأول على وقع تقدمه بهدفين نظيفين. وفي الدقيقة 53 سجل نيكولو بيسيبي الهدف الثالث ثم أضاف المهاجم الهولندي دونيل مالمين الهدف الرابع لأصحاب الأرض من ركلة جزاء في الدقيقة 58.

وأصبح رصيد روما 4 نقاط بعد أن حقق أول فوز له في مرحلة الدوري فيما استمر براتيسلافا في المركز الأخير بدون أي رصيد من النقاط.

حقق روما الإيطالي الفوز على ضيفه سلوفان براتيسلافا السلوفاكي بأربعة أهداف دون رد في إطار الجولة الثالثة من مرحلة الدوري ضمن دور أبطال أوروبا.

وتمكن ماريو هيرموسو من تسجيل هدف روما الأول في الدقيقة 22. وفي الدقيقة 39 أحرز ناهويل مولينا الهدف الثاني لفريق العاصمة

نابولي يحقق فوزاً مثيراً على بودو/غليمت



بغداد_متابعة صوت القلم

حقق نابولي الإيطالي فوزاً مثيراً وشاقاً على ضيفه بودو/غليمت النرويجي بأربعة أهداف مقابل ثلاثة لحساب الجولة الثالثة ضمن مرحلة الدوري من دوري أبطال أوروبا. افتتح نابولي التسجيل عن طريق ماتيو بوليتانو في الدقيقة الأولى قبل أن يعادل ينس بيتر هاوغي الكفة للفريق النرويجي في الدقيقة 27. وفي الدقيقة 41 أحرز الاسكتلندي

سكوت مكنوميناى الهدف الثاني للفريق الإيطالي، ثم عاد اللاعب ذاته وسجل الهدف الثالث لنابولي في الدقيقة 75. وفي الدقيقة 88 أحرز أودين ببيورتوفت لاعب الفريق النرويجي الهدف الرابع لنابولي بالخطأ في مرماه قبل أن يضيق سوندرى فيت الفارق بتسجيله الهدف الثالث للضيف. رفع نابولي بذلك رصيده إلى 3 نقاط بعد أن حقق فوزه الأول فيمت تجمد رصيد بودو/ غليمت عند 3 نقاط أيضاً

علاقات مجتمعية..

لتنعمي بالسعادة والاستقرار.. طبعي أساليب الزوجة الذكية

3- مدح الزوج

الرجال يحبون المدح، والزوجة الذكية تعلم تأثير الكلمات على زوجها، فتستخدم الكلمات اللطيفة للتعبير عن حبها، تامل زوجها، تمدح صفاته الجيدة، وتثني على مجهوده من أجل الأسرة. مما يشعر الزوج بالتقدير والاحترام، ويدفعه للتعامل معها بنفس الطريقة، ويشجعه نحو بذل المزيد من الجهد من أجلها ومن الأسرة لأنه يشعر أنه محل تقدير زوجته.

4- الاهتمام بالتواصل الحميمي التواصل الحميمي ليس فقط العلاقة الجنسية، وإنما التواصل الجسدي المستمر عبر القبلات والعناق والممسات الحانية. والتواصل الحميمي المستمر يحفز إفراز هرمونات السعادة والاسترخاء، مما يعزز الأفكار الإيجابية والصحة العامة للزوجين، فيصبحان أكثر رضا وسعادة واستقرار.



وعدم الاحترام ويدفعه للنفور من الزوجة. انتباهه في الوقت المناسب. ودربي نفسك على التعاطف مع دوافعه حتى تتوقعي عن انتقاد سلوكياته أو الانزعاج منه. واستبدليه بالكلمات اللطيفة التي تلفت

النجاح في الحياة الزوجية والوصول لحالة السعادة والاستقرار يحتاج إلى ذكاء وتخطيط، والزوجة الذكية لديها أساليب ذكية تستخدمها للوصول إلى أهدافها من الزواج. تعرفي على أساليب الزوجة الذكية من خلال السطور القادمة، وطبقها في زواجك لتنعمي بالسعادة والاستقرار:

1- التركيز على إيجابيات الزوج التركيز على سلبيات الزوج يؤدي إلى تراكم الضغينة والشعور بالاستياء تجاهه مع الوقت. لذا فمن الذكاء التركيز على إيجابيات الزوج وصفاته الجيدة، وهو شكل من أشكال ممارسة الامتنان الذي يعزز الشعور بالرضا. لذا اجلسي مع نفسك وفكري في أفضل صفات زوجك، وركزي تفكيرك عليها دائماً حتى تشعري تجاهه بالامتنان والحب. 2- استبدال النقد بالتعاطف واللفظ انتقاد الزوج باستمرار يشعره بالإحباط

سر الأعشاب

القرفة والزنجبيل والبابونج.. أيها أفضل لضبط سكر الدم؟

لدى بعض المرضى. لكن نتائج دراسات المستخلصات والمكملات لا تعني بالضرورة أن المشروبات تحقق التأثير نفسه.

البابونج والزنجبيل قد يساعد البابونج على تحسين النوم وتقليل التهابات، وهما عاملان يرتبطان بصحة التمثيل الغذائي. أما الزنجبيل، فتشير أبحاث على مكملاته إلى احتمال تحسين مستويات السكر التراكمي.

ورغم هذه النتائج، يؤكد المختصون أن المشروبات الطبيعية لا تمثل بديلاً عن أدوية السكري، وأن فوائدها المحتملة تحتاج إلى مزيد من الدراسات، مع ضرورة تناولها دون سكر مضاف.



التي أظهرت بعض الدراسات فوائد محتملة في خفض السكر والدهون، بينما ارتبطت مستخلصات المليسة بتحسين مؤشرات السكر التراكمي

احتمال مساهمته في الحد من ارتفاع السكر بعد الوجبات، وارتباط استهلاكه المنتظم بانخفاض خطر الإصابة بالسكري من النوع الثاني. القرفة والكردييه قد يساعد شاي القرفة على تحسين استجابة الجسم للإنسولين، فيما رصدت دراسة انخفاضاً في مستويات السكر بعد تناول كمية صغيرة منه قبل مشروب محلي. ويتميز الكردييه بخلوه من الكافيين واحتوائه على مركبات مضادة للأكسدة، قد تدعم صحة القلب وتقلل التهابات، مع فوائد محتملة لحساسية الإنسولين. الكركم والمليسة يحتوي الكركم على مادة "الكركمين"،

قد يكون كوب الشاي اليومي أكثر من مجرد مشروب للاسترخاء، إذ تشير أبحاث علمية إلى أن بعض أنواعه تحتوي على مركبات نباتية قد تساعد على تحسين استجابة الجسم للإنسولين، والحد من تقلبات مستويات السكر في الدم. وهناك ثمانية أنواع من الشاي أظهرت فوائد محتملة في دعم التحكم بسكر الدم، وإن كانت قوة الأدلة العلمية تختلف من مشروب إلى آخر:

الشاي الأخضر والأسود يحتوي الشاي الأخضر على مركبات "الكاتيكين"، أبرزها "EGCG"، التي قد تعزز استخدام الخلايا للجلوكوز وتحسن حساسية الإنسولين. أما الشاي الأسود، فتشير دراسات إلى

النظام الغذائي

كيف يمكن التخلص من حموضة المعدة في الصباح ؟



تعتبر الحموضة التي يشعر بها الأشخاص، ضمن قائمة اضطرابات الجهاز الهضمي التي تسبب الشعور بالإزعاج وعدم الراحة، لا سيما عند الشعور بها في فترة الصباح، وأو قبل الذهاب للنوم.

ويحدث الشعور بالحموضة في فترة الصباح عادة نتيجة لبعض الممارسات الخاطئة التي يقوم بها الإنسان.

ومن أبرز هذه الممارسات الذهاب للنوم بعد تناول الطعام مباشرة، إضافة لتناول الأطعمة الغنية بالدهون خلال أوقات متأخرة في الليل، وتناول الأغذية التي تحرض إفراز حموضة المعدة.

و يزداد الشعور بالحموضة خلال فترة الصباح في حال التدخين وتناول المشروبات

تعتبر الحموضة التي يشعر بها الأشخاص، ضمن قائمة اضطرابات الجهاز الهضمي التي تسبب الشعور بالإزعاج وعدم الراحة، لا سيما عند الشعور بها في فترة الصباح، وأو قبل الذهاب للنوم. ويحدث الشعور بالحموضة في فترة الصباح عادة نتيجة لبعض الممارسات الخاطئة التي يقوم بها الإنسان. ومن أبرز هذه الممارسات الذهاب للنوم بعد تناول الطعام مباشرة، إضافة لتناول الأطعمة الغنية بالدهون خلال أوقات متأخرة في الليل، وتناول الأغذية التي تحرض إفراز حموضة المعدة. و يزداد الشعور بالحموضة خلال فترة الصباح في حال التدخين وتناول المشروبات

اسرار الطبخ ..

كرات الدجاج بالجبن



المقادير :

700 جرام من الدجاج المفروم.

بصلة مفرومة.

ملعقة كبيرة من الأعشاب الإيطالية.

نصف ملعقة صغيرة من الملح.

نصف كوب من الأرز المطبوخ.

بيضة.

200 جرام من جبن الشيدر مقطع لمكعبات صغيرة.

كوب من البقسماط المطحون.

زيت نباتي للقلي.

خطوات تحضير كرات الدجاج

بالجبن

خلط المكونات

اخلطي الدجاج المفروم مع الأرز والبصل والملح والبيضه والأعشاب جيداً ووعاء كبير، ثم اتركي الخليط 15 دقيقة ليرتاح.

تشكيل كرات الدجاج

خذي ملعقتين كبيرتين من المزيج وكوريها على شكل كرات، ثم قومي



بحشوها بمكعب من الجبن الشيدر واغلقها جيداً، ثم اغمسي كرات الدجاج في البقسماط وغلغفيها جيداً، ثم ضعها في صينية في الفريزر لمدة عشرين دقيقة حتى تتماسك بشكل أكبر. قلي كرات الدجاج بالجبن سخني الزيت في مقلاة كبيرة ثم اقلي بها كرات الدجاج لمدة 10 دقائق ثم اقليها برفق على الجهة الأخرى للحصول على كرات ذهبية.

نصائح صحية

5 نصائح للاستمتاع

بالخضراوات الغنية بالألياف

دون غازات أو انتفاخ



تتميز الخضراوات الصليبية، مثل البروكلي، الملفوف، الزهرة (القرنبيط)، والكرفس، بقيمتها الغذائية العالية؛ فهي غنية بفيتامين (K)، وحمض الفوليك، والألياف، فضلاً عن مركب ألياف تخضع للتخمر بواسطة بكتيريا الأمعاء، مما ينتج عنه غازات وانزعاج في الجهاز الهضمي، إلى جانب المركبات الكريتيية التي تمنحها خواصاً مضادة للسرطان ولكنها تسبب رائحة غازات مزعجة.

ولتجنب هذه الأعراض دون الحرمان من الفوائد الصحية، يقدم خبراء التغذية 5 نصائح عملية لتناول هذه الخضراوات بسلا، وفقاً لموقع "بريفنشن":

البدا بكميات صغيرة

ابدأ بتناول كمية لا تتجاوز نصف كوب (أو ربع كوب لمن يعانون من القولون العصبي) لزيادة تحمل الأمعاء للألياف المتخمرة تدريجياً.

تناول الطعام ببطء

يُقلل المضغ البطيء من كمية الهواء المتبتلة التي تسبب الانتفاخ، ويساعد على الانتباه لإشارات الشبع لمنع الإفراط.

التنوع والتجربة: تختلف نسبة الألياف القابلة للتخمر بين نوع وآخر؛ فقد تكون الكوسا والخس والكرفس المجعد (الكيل) أسهل في الهضم مقارنة بالقرنبيط والملفوف الصغير.

الطهي البخار أو الشوي

يسهم الطهي في تليين ألياف النبات الصلبة لتسهيل الهضم. ويُفضل الشوي أو الطهي البخار على السلق للحفاظ على الفيتامينات الذائبة في الماء وتقديم طعم أفضل.

مراقبة إجمالي الألياف المتخمرة يوميًا

تتراكم الألياف المتخمرة من مصادر مختلفة كالبصل والفواكه المجففة؛ لذا فإن الشعور بالانتفاخ مساءً قد يكون نتيجة ما تناولته طوال اليوم وليس فقط وجبة العشاء.

وفي النهاية، يجمع الخبراء على أن هذه الخطوات البسيطة تساعد في استعادة توازن أمعائك والاستمتاع بوجبات صحية ومغذية دون القلق من التقلصات والغازات.

طرق استخدام لفافات الشعر بالشكل الصحيح



حريري قبيل التوجّه إلى السرير لعدم تشابك

الشعر من الظهور في منتصف النوم.

8. عند الصباح، قومي بإزالة لفافات الشعر

الرغوية واحدة تلو الأخرى.

9. استخدمي أصابعك لشدّ شعرك وفك تجعيد

الشعر، واطهري جمال شعرك الرائع.

2. لفافات الشعر الساخنة: هذا النوع هو

المفضّل بالتأكيد، حيث توفر نوعاً لطيفاً وأمناً

من تصفيف الشعر بالحرارة، ويمكنك الحصول

شعرك يجفّ في الهواء.

4. اجمعي جزءاً من شعرك بطول بوصة واحدة.

5. ضعي اللقافة في نهاية شعرك، ثم ابدئي في

لفها باتجاه الجذور، ولفّ الخصلة للنهاية،

وعندما الوصول إلى فروة رأسك، اغلقي اللقافة.

6. كرّري هذه العملية لجميع خصلات شعرك.

7. أما إذا كنت تخططين لاستخدام لفافات

الشعر كطريقة تجعيد ليلية، ابتعي الخطوات

السابقة في لف الشعر، ثم لفّي شعرك في وشاح

تلجأ كثير من السيدات بين الفينة والأخرى، بتغيير تسريحة شعرهن، فيلجأن للشعر المنسدل والكيرلي أو الويفي، للظهور بأجمل إطلالة أمام الجميع. وتعتبر لفافات الشعر خياراً رائعاً للحصول على تسريحة شعر جذابة، سواء تسريحات الكيرلي أو الويفي بتموجات رفيعة أو عريضة. ومع التنوّع في أنواع لفافات الشعر، بات من السهل اختيار منها الأنسب لنوعية الشعر، والتي تُؤمّن لك التسريحة التي ترغبين لها، إليك أنواع لفافات الشعر وطريقة استخدامها لتنعمي بتسريحة شعر مميزة ولافتة.

1. لفافات الشعر الإسفنجية

تعدّ لفافات الإسفنجية رائعة، وهي واحدة من أكثر الخيارات المناسبة لتسريحة الشعر الويفي، بخاصّة إذا كنت تبحثين عن تسريحة ملفّنة ومميّزة، وطريقتها كالآتي:

1. اغسلي شعرك بالشامبو والبلسم المفضّل لديك.
2. جفّقي شعرك بالمنشفة، ثم مشطّيه برفق بمشط واسع الأسنان لمنع التشابك.
3. ضعي السيروم المُخصّص للشعر، واتركي

هاجس القلب



تمنيتك سؤال وحله انتته تكون
تقاسمني دمعتي بزمّن بجاني
واتمنيت لهفة عاشك ومعشوك
ولا لحظه بحياتك سهو تنساني
كثرن امنياتي وثقلتهه عليك
بس ما اريدهن منك بعد اني
مشقة العشك كصت هوايه كلوب
وكليي اليوم ملني وهوه كصاني

صورة وحدث



اقتباسات

كل يوم معلومة

ما لا نراه تحت الجلد.. كيف يتفاعل حبر الوشم مع الجسم؟

من رسومات صغيرة على المعصم إلى وشوم تغطي الذراع بالكامل، لم يعد فن تزيين الجسد ظاهرة مثيرة للدهشة، بل أصبح جزءاً من الثقافة المعاصرة.

ورغم أن المعنى الشخصي للوشم غالباً ما يكون واضحاً لحامله، فإن تأثيراته البيولوجية داخل الجسم لا تزال أقل وضوحاً، وتخضع اليوم لدراسة علمية متزايدة.

فبمجرد دخول حبر الوشم إلى الجلد، لا يبقى محصوراً في مكانه؛ إذ تتفاعل أصباغه مع الجهاز المناعي بطرق بدأ العلماء مؤخراً فقط في فهمها؛ ما يفتح باباً واسعاً للتساؤل حول آثارها الصحية على المدى الطويل.

تتكون أحبار الوشم من مخاليط كيميائية معقدة تشمل أصباغاً ملونة، وسوائل حاملة لتوزيع الحبر، ومواد حافظة، إضافة إلى شوائب بكميات متفاوتة.

واللافت أن العديد من الأصباغ المستخدمة اليوم



طُورت في الأصل لأغراض صناعية، مثل طلاء السيارات والبلاستيك وأحبار الطابعات، وليس تحتوي بعض هذه الأحبار على آثار من معادن ثقيلة، مثل النيكل والكروم والكوبالت، وأحياناً الرصاص، وهي مواد قد تكون سامة عند

حدث في مثل هذا اليوم

1797 – أول محاولة ناجحة للقفز بالمظلة قام بها أندريه جاك غارنوران مستعيناً بمنطاد هوائي.

1859 – بدء التدخل الإسباني في المغرب.

1964 – الأديب الفرنسي جان بول سارتر يرفض استلام جائزة نوبل في الأدب.

1989 – النواب اللبنانيون يصادقون على اتفاق الطائف.

1990 – الجمعية الجغرافية الملكية البريطانية تكشف عن أن المنطقة المدمرة بيئيًا حول بحر آرال تمثل

شخصين ويصيب آخرين ثم يُقتل أثناء محاولة اعتقاله.

2017 – السلطات اليابانية تخلي أكثر من 380 ألف شخص من منازلهم تحسباً لإعصار لان.

2018 – العثور على سلسلة من الطرود المفخخة تستهدف معارضي الرئيس الأمريكي دونالد ترامب.

2020 – اغتيال الشيخ محمد عدنان الأيووني بانفجار عبوة ناسفة في سيارته.



مستويات معينة، وقد تُسبب تفاعلات تحسسية واضطرابات في الجهاز المناعي.

كما قد تضم الأحبار مركبات عضوية، من بينها أصباغ الآزو والهيدروكربونات العطرية متعددة الحلقات، وهي مواد تُعرف بارتباطها المحتمل بالتلف الجيني وبعض أنواع السرطان في الدراسات المخبرية. خلال عملية الوشم، يُحقن الحبر عميقاً في طبقة الأدمة تحت سطح الجلد. ويتعامل الجهاز المناعي مع جزيئات الصبغة على أنها مواد غريبة، فيحاول التخلص منها، إلا أن حجمها الكبير يمنع إزالتها بالكامل. وبدلاً من ذلك، تُحتجز داخل خلايا الجلد، وهو ما يمنح الوشم طابعه الدائم.

لكن الأبحاث تشير إلى أن الحبر لا يبقى حبيس الجلد، إذ يمكن لجزيئات الصبغة أن تنتقل عبر الجهاز اللمفاوي وتتراكم في العقد اللمفاوية، وهي مراكز أساسية لتنظيم الاستجابة المناعية. دراسات حديثة أظهرت أن بعض أصباغ الوشم الشائعة قد تؤثر على نشاط الجهاز المناعي،

حكاية مثل

گال له : عمي خبزك طيب .. گال له : من گرد عمك

قليل . فراح الضيف يأكل رغفان الخبز بشهية عجيبة وشراهة غريبة ، حتى أتى عليها جميعا ، والرجل ينظر إليه ولا يقدر على الكلام . وبعد أن انتهى الضيف الثقيل من طعامه ، إلتفت إلى رب البيت وتشكر منه لكرمه ، ثم ((گال له : عمي خبزك طيب .. گال له : من گرد عمك)) . أي أن الخبز لو لم يكن طيبا ، شهيا لما أكله الضيف كله ولترك منه شيئا له ولولده وهذا من سوء طالع الرجل وشقائه . ثم ذاع ذلك الحديث بين الناس ، فعجبوا من فعل الضيف وسوء أدبه . وذهب ذلك القول مثلا

يضرب للشخص الذي يعين الناس بما يقدر عليه ، ويساعدهم بما يستطيع ، فيطمع الناس بما عنده من خير وعون ، فيلحون عليه بالمسألة ويحملونه ما لا طاقة له به ، غياباء منه وجهلا .

أصله: أن رجلا جاء إلى بغداد لقضاء بعض الأشغال فيها . فنزل ضيفا على رجل كان صديقا لوالده . وكان الرجل معدما ، فلما رأى الضيف يحل بساحته ، رحب به وأجلسه . فلما حان وقت الغداء ، أخرج الرجل بعض رغفان من الخبز ، كان قد أعدها غداء له ولإبنه ، ووضعها أمام الضيف مع ما تيسر له من إدام

كلمات متقاطعة

العمودي

- اهم الموانئ الفرنسية ه رجل دين مسيحي
- حيوان ينام الشتاء ه أهم كتب أبي الفرج الأصفهاني
- الضلع المقابل في المثلث قائم الزاوية ه عكس نشيط
- والدة ه بشارة (معكوسة)
- شبكة المعلومات الدولية ه تصريح
- تتحرك كالموج ه نوع من الصقور
- شيخ المؤرخين المسلمين المصريين من مواليد بعلبك بلبنان حي المقارزة ه بئر
- قادم واجب ضيافته ه ثلثا صبي
- من اسماء الرمح ه كبير في السن
- جزيرة افريقية كبيرة ه غصن

الافقي

- صفحات اترنتية لتدوين الأفكار الشخصية ه حادث يعاقب عليه القانون
- طبيطب على الظهر ه تكلم عن شخص ما في غيابيه هضيع وفقد ما يملك
- خيوط تربط في آلة موسيقية (معكوسة) ه تكبر وتجبر وفساد (معكوسة)
- للنداء ه قرن لغلي السوائل في المصانع ه ثلثا ونش
- تعب (معكوسة) ه ممر بحري ضيق
- ثلاثة حروف من مياس ه تحافظ على
- أشار بارتكاب مخالفة ما ه اعلى مرتبة
- العالم المسلم الذي ابداع في الطب والفلك والكيمياء والفلسفة والموسيقى ه نشف
- بيت الدجاج ه اختلف اختلافا واضحا عن المجموعة هالمرتدد عل محل الشراء
- ملك حميري من قدماء الملوك في اليمن

تسلية



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 الإ مرة واحدة .

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



منع الحجاب بين السيادة الوطنية و ضمانات القانون الدولي

علي التميمي



يثار بين الحين والآخر جدل قانوني وسياسي حول قرارات اتخذتها بعض الدول الأوروبية بمنع ارتداء الحجاب أو النقاب في الأماكن العامة أو المؤسسات الرسمية، وهو جدل يضع مبدئين من مبادئ القانون الدولي في مواجهة مباشرة، مبدأ سيادة الدولة في تنظيم مجالها العام، ومبدأ حماية الحريات الدينية الفردية.

أولاً: الأصل في القانون الدولي هو الحماية لا المنع

يستند الإطار القانوني الدولي لحماية اللباس الديني إلى نصوص صريحة. فالمادة الثامنة عشرة من العهد الدولي الخاص بالحقوق المدنية والسياسية لعام ١٩٦٦، والذي صادقت عليه أغلب دول العالم ومنها العراق وفرنسا، تنص في فقرتها الأولى على أن لكل فرد الحق في حرية الفكر والوجدان والدين، ويشمل هذا الحق حريته في إظهار دينه أو معتقده بالتعبد وإقامة الشعائر والممارسة والتعليم.

وقد فسرت اللجنة المعنية بحقوق الإنسان التابعة للأمم المتحدة في تعليقها العام رقم ٢٢ أن مفهوم الممارسة يشمل ارتداء الملابس المميزة أو أغشية الرأس، وبالتالي فإن الحجاب يدخل ضمن نطاق الحماية. وتضيف الفقرة الثالثة من المادة نفسها قيوداً دقيقاً على حق الدولة في التقييد، حيث لا يجوز إخضاع حرية إظهار الدين إلا لقيود ينص عليها القانون وتكون ضرورية لحماية السلامة العامة أو النظام العام أو الصحة العامة أو الآداب العامة أو حقوق الآخرين وحرياتهم الأساسية. وهذا يعني أن المنع لا يمكن أن يكون قاعدة عامة، بل استثناء يجب إثبات ضرورته وتناسبه.

ثانياً: كيف بررت الدول المنع أمام القضاء الدولي

لجأت الدول التي فرضت الحظر إلى مفهوم طوره القضاء الأوروبي يعرف بهامش التقدير الوطني، الذي يمنح الدولة مساحة لتفسير متطلبات النظام العام وفق خصوصيتها الثقافية والدستورية.

ففي فرنسا، صدر قانون ١٥ مارس ٢٠٠٤ الذي يحظر ارتداء الرموز الدينية الظاهرة في المدارس الابتدائية والثانوية الحكومية، ثم قانون ١١ أكتوبر ٢٠١٠ الذي يحظر إخفاء الوجه في الأماكن العامة. وقد نظرت المحكمة الأوروبية لحقوق الإنسان في قضية ساس ضد فرنسا عام ٢٠١٤، وقررت بأغلبية أن الحظر لا ينتهك الاتفاقية الأوروبية لحقوق الإنسان، معتبرة أن هدفه مشروع وهو حماية فكرة العيش المشترك.

وفي سياق العمل، قضت محكمة العدل التابعة للاتحاد الأوروبي في قضيتي Achbita وBoungaoui عام ٢٠١٧، وفي حكم عام ٢٠٢١، بأن سياسة الحياد الداخلي التي تتبعها شركة خاصة وتحظر بموجها جميع الرموز السياسية والفلسفية والدينية بشكل عام، لا تعد تمييزاً مباشراً، شريطة تطبيقها بشكل عام ومحيد.

ثالثاً: حدود المشروعية وفق معايير الأمم المتحدة

في المقابل، اتخذت آليات الأمم المتحدة موقفاً أكثر تقييداً لفكرة المنع الشامل. فقد اعتبر المقرر الخاص للأمم المتحدة المعني بحرية الدين أو المعتقد في تقاريره المتعددة، أن الحظر العام للنقاب أو الحجاب في الفضاء العام يمثل قيوداً غير متناسب إذا كان يستند فقط إلى مفهوم مجرد للعلمانية دون وجود خطر حقيقي ومحدد.

كما أن لجنة القضاء على التمييز ضد المرأة سيداو، في توصيتها العامة رقم ١٩، أشارت إلى أن فرض قيود على ملابس المرأة في التعليم أو التوظيف قد يشكل تمييزاً غير مباشر قائماً على النوع الاجتماعي والدين معاً، إذا كانت آثاره تطال النساء المسلمات بشكل غير متكافئ.

والخلاصة القانونية أن القانون الدولي لا يعرف حظراً مطلقاً للحجاب، ولا يمنح في الوقت نفسه حقاً مطلقاً بارتدائه دون قيد. فالأصل هو الإباحة والحماية بموجب المادة ١٨ من العهد الدولي، والاستثناء هو جواز التقييد الجزئي والمؤقت والمتناسب، كما في حالات الوظائف الأمنية أو العسكرية أو متطلبات التحقق من الهوية، على أن يكون التقييد منصوباً عليه في القانون ومبرراً بضرورة موضوعية، لا بموقف أيديولوجي عام.

وهنا يكمن التحدي أمام المشرع الوطني، في كيفية الموازنة بين احترام التعددية الدينية التي كفلتها المواثيق الدولية، وبين حق الدولة المشروع في تنظيم مجالها العام.

ماجد المهندس يشوق جمهوره لحفل غنائي في الكويت



أعلن النجم ماجد المهندس عن إحيائه حفلاً غنائياً في الكويت خلال الفترة المقبلة، ليطل على جمهوره هناك ويقدم له مجموعة من أجمل أغانيه القديمة والحديثة، في أمسية طربية مميزة. وشوِّق ماجد المهندس الجمهور لحفل منتهز يحويه في الكويت، وذلك يوم الخميس 29 أكتوبر/تشرين الأول 2026، على مسرح السور، وذلك لأول مرة في مسيرته المهنية. وتبدأ هذه الأمسية المنتظرة من الساعة 9 ليلاً، رفقة الفرقة الموسيقية بقيادة المايسترو مدحت خميس.

يأتي هذا الحفل في وقت يعيش فيه الفنان نشاطاً فنياً، إذ يحيي ماجد المهندس حفلاً في إمارة الشارقة، يوم السبت 14 نوفمبر/تشرين الثاني 2026 على مسرح مخرج خورفكان، ضمن أولى أمسيات الموسم الجديد من فعاليات "هلا خورفكان". ومن المنتظر أن يقدم ماجد المهندس

مي عمر تحتفل ببدء تصوير ((حليمة جبران))

اسم العمل، وسط أجواء من الفرحه والسعادة احتفالاً بانطلاق التصوير.

مسلسل "حليمة جبران" يتكون من 30 حلقة، وهو من تأليف مهذب طارق، وإخراج محمد بكير، وإنتاج حسن عسيري، ومقرر عرضه عبر قناة Mbc مصر ومنصة Mbc Shahid خلال موسم دراما رمضان 2027. وتجسد مي عمر خلال الأحداث شخصية مصممة أزياء تواجه العديد من التحديات في حياتها سواء من ناحية زوجها أو أهلها وذلك في إطار اجتماعي.



احتفلت الفنانة مي عمر ببدء تصوير مسلسلها الجديد "حليمة جبران"، المقرر عرضه ضمن الموسم الدرامي الرمضاني لعام 2027، وسط ترقب جمهورها للتعرف على تفاصيل الشخصية التي تجسدها، خاصة أنها تحرص على تقديم أدوار متنوعة ومختلفة في أعمالها الرمضانية وشاركت مي عمر متابعيها صورة برفقة فريق عمل المسلسل، عبر خاصية «الستوري» بحسابها الرسمي على «إنستغرام»، وظهروا خلالها أمام قالب كبير من الحلوى يحمل

بمشاركة ٤٠٠ دار نشر

انطلاق معرض أربيل الدولي للكتاب



احتضنت مدينة أربيل فعاليات الدورة الـ18 لمعرض أربيل الدولي للكتاب، التي انطلقت امس الأربعاء، وتستمر حتى نهاية الشهر الجاري. ويشارك في المعرض أكثر من 400 دار للنشر والطباعة والتوزيع من 18 دولة، تقدم للقراء الاف العناوين عنوان في مختلف المجالات والاختصاصات، ضمن فعالية ثقافية تهدف إلى جمع دور النشر والمهتمين بالكتاب والمعرفة.

وتتولى مؤسسة المدى للإعلام والثقافة والفنون تنظيم المعرض، بالتعاون مع وزارة الثقافة والشباب في حكومة إقليم كردستان والاتحاد العام للأدباء والكتاب في العراق، وبالتنسيق مع جمعية الناشرين في العراق.

وستكون أبواب المعرض مفتوحة أمام الزوار يومياً من الساعة العاشرة صباحاً حتى الثامنة مساءً، طوال مدة إقامته.



عين على العالم

«أبل» تتيح إصلاح آيفون 18 برو وأجهزة ماك الحديثة ذاتياً

وسّعت شركة أبل برنامج الإصلاح الذاتي ليشمل عدداً من أحدث أجهزتها، ما يمنح المستخدمين خيارات إضافية لإصلاح أجهزتهم بأنفسهم باستخدام قطع غيار أصلية وأدوات معتمدة، بدلاً من التوجه مباشرة إلى مراكز الخدمة المعتمدة.

وبحسب موقع "9to5Mac"، أضاف متجر الإصلاح الذاتي التابع للشركة قطع الغيار والأدوات اللازمة لإصلاح هواتف آيفون 18 برو وآيفون 18 برو ماكس، وأجهزة Mac Studio المزودة بمعالجات M5 Ultra و M5 Pro، إلى جانب أجهزة Mac mini المزودة بمعالجي M6 و M5 Pro. وأطلقت "أبل" البرنامج عام 2022، بهدف إتاحة شراء أو استئجار قطع الغيار الأصلية والأدوات اللازمة لإصلاح الأجهزة المؤهلة، مع توفير أدلة تفصيلية لخطوات الإصلاح. ويتوفر البرنامج في أسواق تشمل الولايات المتحدة وكندا وأجزاء من أوروبا.

تشمل قطع الغيار المتاحة لها تفتي آيفون 18 برو وآيفون 18 برو ماكس الزجاج الخلفي والبطارية ومكبر الصوت السفلي والكاميرا الخلفية والشاشة والهيكال والكاميرا الأمامية واللوحة الرئيسية والميكروفون الرئيسي ودرج بطاقة SIM ومحرك الاهتزاز Taptic Engine ومكبر الصوت العلوي. ويمكن للمستخدم، بعد تحديد نوع الإصلاح المطلوب، الاطلاع على قائمة مفصلة بالقطع والأدوات والمواد الاستهلاكية اللازمة، ثم شراء كل منها على حدة. وتشمل الأدوات الاختيارية قواطع المواد اللاصقة وأكواب الشفط والمسابير المصنوعة من النايلون ومزيلات المواد اللاصقة ومفكات البراغي ذات عزم الدوران المحدد، إلى جانب البراغي البديلة. ومن التفاصيل اللافتة أن سعر وحدة الكاميرا الخاصة بسلسلة آيفون 18 برو يبلغ 249 دولاراً، وهو السعر نفسه للجيل السابق، رغم إضافة نظام فتحة العدسة المتغيرة إلى الطرازات الجديدة.

ويمكن للمستخدم استرداد 59.76 دولاراً عند إعادة وحدة الكاميرا القديمة، ما يخفف التكلفة الفعلية للقطعة الجديدة إلى 189.24 دولاراً. يحصل مالكو أجهزة Mac Studio على مجموعة واسعة من قطع الغيار، تشمل منافذ Thunderbolt و منافذ USB-C والمرابح ومكبرات الصوت ووحدات تخزين SSD واللوحات الرئيسية ومزودات الطاقة. أما أجهزة Mac mini، فتشمل قائمة قطع الغيار المتاحة لها المرواح ومكبرات الصوت واللوحات الرئيسية والبطاريات ومزودات الطاقة. ويأتي هذا التوسع ضمن توجه "أبل" التدريجي نحو دعم إصلاح الأجهزة خارج مراكز الخدمة التقليدية، وإتاحة خيارات إضافية للمستخدمين القادرين على تنفيذ عمليات الإصلاح بأنفسهم. ومع ذلك، لا تزال هذه العمليات تتطلب أدوات متخصصة ومعرفة تقنية مناسبة، فيما تبلغ تكلفة استئجار الأدوات عادة نحو 49 دولاراً لمدة سبعة أيام. وبذلك، يتيح البرنامج للمستخدمين ذوي الخبرة التقنية خياراً إضافياً لإطالة عمر أجهزتهم الحديثة باستخدام قطع غيار أصلية، دون الحاجة إلى زيارة متجر "أبل"، أو حجز موعد في مركز خدمة معتمد.

واتساب يختبر ميزة تتيح لمستخدمي آيفون فتح جميع الروابط

يعمل تطبيق واتساب على توسيع نطاق ميزة التصفح داخل التطبيق، بحيث تتيح لمستخدمي هواتف آيفون فتح جميع الروابط التي يتلقونها أو يرسلونها داخل المحادثات، دون الحاجة إلى الانتقال إلى متصفح خارجي، وتأتي هذه الخطوة بعد أن بدأ التطبيق العام الماضي اختبار دعم محدود لفتح بعض روابط المواقع التجارية الآمنة داخل التطبيق، فيما يعمل حالياً على تعميم الميزة لتشمل جميع الروابط المتبادلة في المحادثات. كان أفاد موقع WABetaInfo بأن واتساب بدأ اختبار ميزة تسمح للمستخدمين بزيارة بعض المواقع التجارية المؤمنة بروتوكول HTTPS داخل التطبيق، مع إمكانية فتح الروابط في المتصفح الافتراضي من خلال قائمة النقاط الثلاث، كما ذكر الموقع الآن، أن واتساب يعمل على توسيع هذه الميزة لتشمل جميع الروابط التي تتم مشاركتها داخل المحادثات. وعلى الرغم من أن الميزة لم تصبح متاحة لمختبري النسخ التجريبية حتى الآن، فقد رصد موقع WABetaInfo إشارات إليها في أحد إصدار من التطبيق عبر منصة Tes-tFlight، كما نُشر لقطات شاشة توضح آلية عملها.

إعلانك في صوت القلم يضمن لك الانتشار الأوسع

للتواصل

07730004671

sawtalqalam8 @ gmail.com

alnasday@yahoo.com

