

اعلن رئيس لجنة ائتلاف المخدرات والمؤثرات العقلية القاضي أسامة داخل أن اللجنة أتلفت ما يقارب 239 كيلو غراما من المواد المخدرة المختلفة المضبوطة والمحفوظة لدى قسم الطب العدلي في دائرة صحة البصرة. وأضاف رئيس اللجنة بحسب بيان لمجلس القضاء انه تم "بالتنسيق مع وزارة الصحة ودائرة الطب العدلي ائتلاف 238 كيلو غراما و724 غراما و410 ملغرام من المواد المخدرة بعدما استمرت عملية الفحص والمطابقة لمدة خمسة أيام". وتابع أن "المواد شملت ايضا ائتلاف 98856 قرصا مخدرا، و 18613 قطرة، فضلا عن 494 امبولة، وسوائل اخرى".

خلال القمة العربية الطارئة في القاهرة

السياسي: لا سلام دون إقامة دولة فلسطينية مستقلة - ملك الأردن: نوّكد دعمنا للسلطة الفلسطينية ونرفض التهجير العراق يؤكّد رفضه للمشاريع الداعية لتهجير الفلسطينيين من أرضهم وبلادهم

بغداد / صوت القلم:

أكّد رئيس الجمهورية عبد اللطيف جمال رشيد، رفض العراق للمشاريع الداعية لتهجير الفلسطينيين من أرضهم وبلادهم، وفيما أعلن الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي أن لا سلام دون إقامة دولة فلسطينية مستقلة، أكّد الملك الأردني دعمه للسلطة الفلسطينية ورفضه التام لتهجير الفلسطينيين.

وقال الرئيس رشيد خلال كلمته في القمة العربية الطارئة في القاهرة بشأن قطاع غزة: "نجدد موقفنا الثابت والداعي لتحقيق آمال الشعب الفلسطيني في إقامة الدولة الفلسطينية المعترف بها دوليا وعاصمتها القدس الشريف".

وأضاف، أن "العراق يدين بشدة قرار الكيان الصهيوني بحظر عمل وكالة الأمم المتحدة لإغاثة اللاجئين الفلسطينيين الأونروا



التي تستهدف تصفية الفلسطينيين وحرمانهم من أحقيتهم بأرضهم والتبعات الخطيرة التي ستؤول على دول المنطقة بما يهدد الاستقرار والأمن، وتدعو إلى التحرك العاجل لإعادة

مكان بديل للفلسطينيين خارج الأراضي الفلسطينية ومصادرة أراضيهم".

بدوره أكّد الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي أن المنطقة العربية تواجه تحديات جسام تكاد تعصف بالأمن والاستقرار الإقليميين بسبب العدوان على غزة والذي "خلف وصمة عار في تاريخ البشرية".

وذكر السيسي، خلال القمة العربية الطارئة، أن مصر ستستضيف مؤتمرا لإعادة إعمار غزة الشهر المقبل، مضيفاً "عملنا مع الفلسطينيين لإنشاء لجنة مستقلة لحكم غزة".

وقال السيسي، إن الخطة المصرية بشأن غزة تشمل بقاء الفلسطينيين على أرضهم. وأضاف: "تتكف مصر على تدريب الكوادر الأمنية الفلسطينية التي ستؤول حفظ الأمن في قطاع غزة".

تفاصيل ص 3

صدور ٣٢ أمر قبض واستقدام بحق ذوي الدرجات العليا خلال كانون الثاني الماضي

لتسليم الهاربين والأموال المهربة، و٤٣٣٥ عدد استمارات المشمولين

بكشف الذم المالية المتسلمة». وأوضح، أن "عدد المشمولين بالكشف الذين ظهر لديهم تضارب في المصالح ٣، فيما بلغ عدد زيارات مراقبة الأداء الوظيفي في مؤسسات الدولة ٧٨، في حين أن تقارير تشخيص مشاكل ومعوقات العمل والظواهر السلبية ومتابعة معالجتها بلغت ٢ تقارير، بالإضافة إلى إصدارات ورقية والحلقات التلفزيونية والإذاعية، إلى جانب ٢٥ نشاطاً للبحوث والدراسات والتقارير الإحصائية والدورات والورش والندوات".

بغداد_ صوت القلم

أعلنت هيئة النزاهة الاتحادية، عن إحصائية لنشاطاتها المنفذة خلال شهر كانون الثاني الماضي. وذكر بيان لهيئة النزاهة: أن «نشاطاتها المنفذة لشهر كانون الثاني الماضي من العام الحالي توزعت ما بين ٩٥ عملية ضبط، ٢٠ متهماً تم ضبطهم بالجرم المشهود، بينما بلغت أوامر القبض والاستقدام القضائية بحق ذوي الدرجات العليا ٣٢ أمراً».

وأضاف البيان، أن «عدد أحكام الإدانة القضائية ١٨٥ حكماً، ٣١٨ عدد المدانين بأحكام قضائية، فضلاً عن ٦١ ملفاً

8 دار الأزياء تبكر أكسسوارات تحاكي هوية العراق الحضارية

6 هل يؤثر صيام شهر رمضان سلبا على الحامل والجنين؟

الإعلام الرقمي: 34 مليون مستخدم لمواقع

التواصل الاجتماعي في العراق

بغداد / صوت القلم:

اعلن مركز الإعلام الرقمي (DMC)، وجود زيادة واضحة في عدد مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في العراق لهذا العام.

وقال المركز في بيان: ان "عدد المستخدمين 34.3 مليون وفقاً للإحصائية الصادرة بتاريخ 3 آذار 2025، ما يمثل 73.8%

من عدد السكان، مقارنةً بـ 31.95 مليون في العام الماضي، وذلك بحسب بيانات We Are Social وMeltwater، التي تعد من أبرز المؤسسات العالمية المتخصصة في تحليل البيانات الرقمية".

وقال المشرف العام للمركز مهند حبيب السماوي، وفقاً للبيان إن "البيانات التي بين يدينا تكشف عن تغيرات في

تفاصيل ص 2

«أوبك+» يقرر زيادة حصة العراق من الإنتاج النفطي

بغداد / صوت القلم:

اتفقت دول تحالف "أوبك+"، على زيادة حصة العراق من الإنتاج النفطي وصولاً إلى أربعة ملايين و110 آلاف برميل يومياً أواخر العام الحالي. ودعت مجموعة الدول الأعضاء الثمانية في تحالف "أوبك+"، وهي، العراق، والسعودية، وروسيا، والإمارات العربية المتحدة، والكويت، وكازاخستان، والجزائر، وعمان، لمراجعة ظروف السوق العالمية والتوقعات المستقبلية.

واتفقت دول التحالف على تجديد التزامها بعودة الكميات المخفضة طوعاً من إنتاج

النفط الخام، التي سبق إعلانها في نيسان/ أبريل وتشرين الثاني / نوفمبر 2023، وذلك بحلول مطلع الشهر المقبل. وبحسب الاتفاق فإن حصة العراق لشهر نيسان / أبريل المقبل ستزيد بمقدار 12 ألف برميل ليكون الإنتاج 4.012 مليون برميل يومياً، وفي شهر أيار/ مايو المقبل سيزيد بمقدار 12 ألف برميل أيضاً ليكون الإنتاج 4.024 مليون برميل يومياً، ويصل في شهر كانون الأول / ديسمبر إلى 4.110 ملايين برميل يومياً.

تفاصيل ص 4

الانواء: امطار رعدية وتقلبات في درجات الحرارة

بغداد / صوت القلم:

توقعت هيئة الانواء الجوية تساقط امطار رعدية و تفاوتا بدرجات الحرارة خلال الايام المقبلة. وذكر بيان للهيئة: أن "طقس اليوم الأربعاء سيكون غائماً على العموم مع هطول أمطار متفرقة خاصة في المنطقتين الوسطى والجنوبية تكون رعدية أحياناً، والرياح على العموم جنوبية شرقية معتدلة السرعة (20-30) كم/س تنشط على فترات في المنطقتين الوسطى

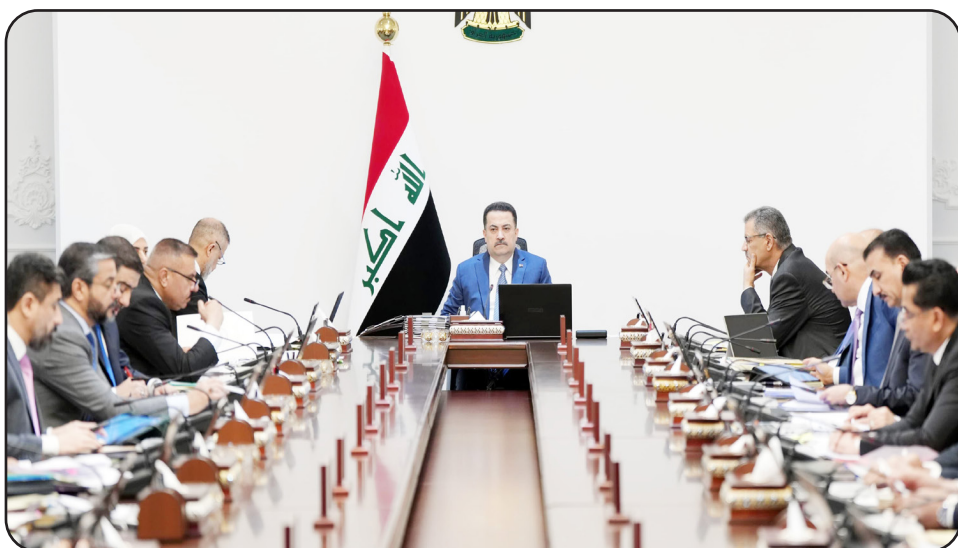
والجنوبية (30 40-)كم ساعة، مسببة فرصة لتصاعد الغبار فيها، ودرجات الحرارة تنخفض بضع درجات على العموم، والرؤية الاقبية (8-6) كم، وفي المطر والغيبار (5-3) كم". وأوضح أن "درجات الحرارة العظمى اليوم الأربعاء ستكون : السليمانية 15، والأنبار 16، ودهوك وأربيل وديالى 17، وبغداد وكربلاء المقدسة، وبابل وواسط 18، والنجف والأشرف وصلاح الدين وكركوك والديوانية 19، وميسان والبصرة 20، وندي قار والنثني 21".

تفاصيل ص 2

مجلس الوزراء يوافق على المباشرة بالمرحلة الأولى من مشروع تطوير مصرفي ميسان

الملفات وسير تنفيذ البرنامج الحكومي، بجانب التداول في الموضوعات المدرجة على جدول الأعمال واتخاذ القرارات اللازمة بشأنها. وتقدم السوداني في مستهل الجلسة، بحسب بيان لمكتبه الاعلامي، بالتهنئة إلى أبناء الشعب العراقي بمناسبة حلول شهر رمضان المبارك، داعياً من الله أن يجعله شهر خير وبركة على جميع العراقيين.

تفاصيل ص 2



لأول مرة منذ 1 أكتوبر 2024

أسعار النفط تنخفض وخام برنت دون الـ70 دولارا للبرميل

من 70 دولارا للبرميل الواحد للمرة الأولى منذ أكتوبر الماضي. وتشير البيانات إلى انخفاض العقود الآجلة أيضاً لخام غرب تكساس، التي يتوجب تسليمها في أبريل القادم، بنسبة 2.12%، لتصل إلى 66.92 دولارا للبرميل الواحد.

تسارعت وتيرة الانخفاض، إلى 2.43% حيث تم تداول العقود الآجلة لخام برنت بـ 69.88 دولارا. ووفقاً لبيانات التداول، فقد انخفضت تكلفة العقود الآجلة لخام برنت في بورصة ICE في لندن، التي يتوجب تسليمها في فبراير القادم، إلى أقل

انخفضت قيمة العقود الآجلة (- futures) لخام برنت، بنسبة 2.3% ليصل إلى 69.97 دولارا للبرميل بحلول الساعة 17:57 مساء بتوقيت العاصمة الروسية موسكو. وعند الساعة 18:02 بتوقيت موسكو،

بغداد / متابعة صوت القلم:

انخفض سعر تداول نفط برنت في مؤشر بورصة ICE في لندن إلى أقل من 70 دولارا للبرميل، وذلك لأول مرة منذ 1 أكتوبر 2024. ووفقاً لبيانات التداول،

بكين / متابعة صوت القلم:

رفعت الصين دعوى ضد الولايات المتحدة في منظمة التجارة العالمية على خلفية زيادة واشنطن الرسوم الجمركية على الواردات الصينية. وجاء في بيان صدر عن وزارة التجارة الصينية: أنها "رفعت دعوى ضد الولايات المتحدة في إطار آلية تسوية المنازعات بمنظمة التجارة العالمية بسبب الزيادة الأخيرة في الرسوم

الجمركية من قبل الولايات المتحدة، وأن الإجراءات الجمركية الأحادية للولايات المتحدة تنتهك بشكل خطير قواعد منظمة التجارة العالمية وتقوض أساس التعاون التجاري والاقتصادي بين الصين والولايات المتحدة". وأعلنت الصين فرض رسوم جمركية إضافية على البضائع الأمريكية اعتباراً من 10 مارس الجاري. ووفق بيان وزارة المالية الصينية تم فرض رسوم بنسبة 15% على الدجاج

مع سريان رسوم ترامب الجديدة الحرب التجارية تتصاعد.. الصين وكندا تردان برسوم مضادة على الواردات الأميركية

الكندي جاستين ترودو أن بلاده ستفرض رسوما جمركية بنسبة 25% على منتجات أمريكية بقيمة 155 مليار دولار كندي (107 مليارات دولار أمريكي) اعتباراً من امس الثلاثاء. وستمضي كندا بهذا الإجراء في حال مضت إدارة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب قدماً في فرض رسومها التجارية على المنتجات الكندية، وفقاً لترودو.

والقمح والذرة، وبنسبة 10% على لحم الخنزير ولحوم البقر والفواكه والخضروات ومنتجات الألبان. ووقع الرئيس الأمريكي دونالد ترامب على أمر بزيادة الرسوم الجمركية على الواردات الصينية من 10% إلى 20% بحجة أن بكين تتخذ إجراءات غير كافية لمكافحة تهريب الأفيون الاصطناعي الفنتانيل إلى الولايات المتحدة. وفي ذات السياق أعلن رئيس الوزراء

تفاصيل ص 3

مجلس الوزراء يوافق على المباشرة بالمرحلة الأولى من مشروع تطوير مصفى ميسان



لوزارة النقل، وواصل البيان: "أن مجلس الوزراء وافق على استثناء الشركة العامة لتجارة الحبوب من طلب إدراج شرط معدل الإيراد السنوي المثبت في إعمام وزارة التخطيط بتاريخ 7 تشرين الأول 2019، بشأن آلية التعامل مع معايير الوثائق القياسية للشركات المتقدمة للمناقصة، مشروع إنشاء بنكر لخزن الحنطة المحلية التي تدخل في ضمن مفردات البطاقة التموينية".

وأكد البيان، "أن المجلس في القطاع الصحي، وافق على استثناء وزارة الصحة من البند (أولاً) الفقرتين (1 و 9) من قرار مجلس الوزراء (23110 لسنة 2023)، بشأن إلغاء إجازة الاستيراد للمواد التي تستورد لمصلحة وزارة الصحة وباسمها، مع الإبقاء على تقديم الوثائق والشهادات الأخرى المطلوبة ومنها شهادة المنشأ، واختتم البيان، "أن المجلس صوت بالموافقة على تسلي وزارة الإعمار والإسكان والبلديات والأشغال العامة إصدار التعليمات لسنة 2025، والخاصة بتسهيل تنفيذ القرار التشريعي رقم (12) لسنة 2004؛ استناداً إلى أحكام المادة (3) من هذا الأمر".

5. منح الفريق في الفقرة (2)، صلاحية اختيار الشركات المصنعة والمنفذة والتفاوض معها، على أن تتم الإحالة والتعاقد مع تلك الشركات من مدير عام شركة مصافي الجنوب بموجب صلاحياته التعاقدية والمالية.

6. يتم تمويل المشروع من الموازنة التشغيلية لشركة مصافي الجنوب، وتابع البيان، "أن مجلس الوزراء صوت على التزيت بإدراج مشروع جديدة ضمن جداول الموازنة الاستثمارية لوزارة النقل، استناداً لما جاء بالفقرة (2) من قرار مجلس الوزراء رقم (107) لسنة 2025 المتضمنة إيقاف إدراج أي مشروع للشركات العامة على الموازنة العامة الاتحادية، باستثناء الحالات الحاكمة والاستثنائية، وكذلك تنفيذاً للتوجه العام للدولة نحو الاستثمار والشراكة مع القطاع الخاص لتأهيل وتنشيط المطار، والإجراءات المأخوذة حالياً لاختيار المشغل بموجب عقد الخدمات الاستثمارية مع شركة (IFC) وقرار مجلس الوزراء المشار إليه، بالإضافة لعدم إمكان انجاز مكونات المشروع آنفاً خلال المدة المتبقية لانعقاد مؤتمر القمة العربية في ضوء القدرة التنفيذية

بحسب الآتي:

-استثناء الدعوة المرقمة (MOE- HQ2/2024) بشأن توجيه دعوتين منفصلتين لاختيار استشاري في المجالين (المالي، والقانوني)، واستشاري في المجال (الفني) لوزارة الكهرباء من أساليب التعاقد المنصوص عليها في المادة (3) من تعليمات تنفيذ العقود الحكومية (2 لسنة 2014)، ومن الكلفة التخمينية.

ولفت البيان إلى، أنه "فيما يخص مشروع تطوير مصفى ميسان، جرت الموافقة على ما يأتي:

1. المباشرة بالمرحلة الأولى من التطوير حالياً.

2. تأليف فريق جهد وطني برئاسة السيد وكيل الوزارة لشؤون التصفية لإنشاء الوحدة ومنحهم الصلاحيات المالية والإدارية المطلوبة.

3. استثناء المشروع من تعليمات تنفيذ العقود الحكومية (2 لسنة 2014) أو ما يحل محلها والوثائق القياسية.

4. استثناء المشروع من أحكام المادة (7) من التعليمات (1 لسنة 2023) تعليمات تسهيل تنفيذ قانون الموازنة العامة الاتحادية للسنوات (13 لسنة 2023).

إلى قانون الموازنة العامة الاتحادية (13 لسنة 2023) للسنوات المالية الثلاث، لمصلحة وزارة الإعمار والإسكان والبلديات والأشغال العامة.

2. تخويل وزير المالية أو من تخوله صلاحية توقيع اتفاقية التمويل الإضافية للمشروع المذكور آنفاً. وأكد البيان أنه "في مسار استكمال المشاريع المتلكة والمتوقفة جرت الموافقة على الآتي:

1-زيادة مقدار الاحتياط والكلفة الكلية لمقاولة مشروع (إنشاء مستشفى 200 سرير في قضاء الزبير) بمحافظة البصرة.

2-زيادة الكلفة الكلية لمشروع (إدراج المرحلة الثانية لمشروع مجاري بيجي/ محافظة صلاح الدين (البنى التحتية) المدرج في جداول الموازنة الاستثمارية لوزارة الإعمار والإسكان والبلديات والأشغال العامة / المديرية العامة للمجاري لعام 2024.

وواصل البيان، أنه "في ملف الطاقة جرى إقرار توصية المجلس الوزاري للطاقة (89 لسنة 2024)، وتوصية اللجنة المعنية بـ(النظر في طلبات الاستثناء من تعليمات تنفيذ العقود الحكومية (2 لسنة 2014) والضوابط الملحق بها)

بغداد_صوت القلم

أصدر مجلس الوزراء، عدداً من القرارات، خلال جلسته الاعتيادية، بينها التزيت بإدراج مشروعات جديدة ضمن جداول الموازنة الاستثمارية لوزارة النقل، والموافقة على المباشرة بالمرحلة الأولى من مشروع تطوير مصفى ميسان

وترأس رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني، الجلسة الاعتيادية التاسعة لمجلس الوزراء، بحثت فيها التطورات العامة في البلد، ونوقشت أهم الملفات وسير تنفيذ البرنامج الحكومي، بجانب التداول في الموضوعات المدرجة على جدول الأعمال واتخاذ القرارات اللازمة بشأنها.

وتقدم السوداني في مستهل الجلسة، بحسب بيان لمكتبه الاعلامي، بالتهنئة إلى أبناء الشعب العراقي بمناسبة حلول شهر رمضان المبارك، داعياً من الله أن يجعله شهر خير وبركة على جميع العراقيين.

وأشار البيان إلى أنه "ضمن جهود الحكومة لإنشاء مشاريع البنى التحتية، خول المجلس وزير المالية، أو من تخوله صلاحية التوقيع على اتفاقية قرض تمويل مشروع مجاري قضاء الحمزة في محافظة الديوانية من الوكالة الفرنسية للتنمية (AFD)، استناداً إلى قانون الموازنة العامة الاتحادية (13 لسنة 2023) للسنوات المالية الثلاث، لمصلحة وزارة الإعمار والإسكان والبلديات والأشغال العامة".

وتابع البيان، "أن مجلس الوزراء وافق على تعديل قراره رقم (356 لسنة 2021) ليصبح بحسب الآتي:

1. تخويل وزير المالية أو من تخوله صلاحية التوقيع على تعديل اتفاقية قرض تمويل إضافي لمشروع مجاري الخالدية الممول من الوكالة الفرنسية للتنمية (AFD) استناداً

الوائي يعلن إكمال عمليات الربط الشبكي للسونارات بجميع المنافذ



بغداد_صوت القلم

أعلن رئيس هيئة المنافذ الحدودية عمر عدنان الوائي، اكمال عمليات الربط الشبكي للسونارات في كافة المنافذ الحدودية.

وذكر بيان للهيئة بيان: "أن الوائي أجرى زيارة تفقدية الى عمليات الربط الشبكي في دائرة العمليات والخطط، للاطلاع على سير العمل وتقييم العاملين والاطلاع على اجراءات التدقيق والمراقبة الالكترونية".

وأشار البيان إلى أن "الزيارة تمت استناداً لتوجيهات رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني وتأكيده المستمر على استخدام التقنيات الإلكترونية وأنظمة الأتمتة والحوكمة الحديثة لتسهيل مرور البضائع الواردة إلى البلد وضمان تدقيقها وتحليل بياناتها.

وأكد البيان أن "الزيارة تهدف أيضاً لايصال توجيهات القائد العام للقوات المسلحة للعاملين في مجال الربط الشبكي للسونارات في المنافذ الحدودية، بضرورة توخي الدقة وتشديد الرقابة ومنع عمليات التلاعب والتهرب إضافة إلى تسهيل حركة التبادل التجاري، حيث أكد رئيس مجلس الوزراء أن الانتقال للحوكمة الالكترونية طريق لا رجعة فيه".

وأوضح البيان أن "رئيس الهيئة أطلع على جاهزية الربط الشبكي مع كافة المنافذ الحدودية، وشدد على عدم خروج أي إرسالية إلا بعد تدقيق وتحليل صور السونار من قبل العاملين في غرفة عمليات الربط الشبكي.

وشدد رئيس الهيئة على "ضرورة تدقيق المعاملات إلكترونياً في مقر الهيئة، بعد إرسالها من المنافذ لغرض ضمان سلامة الإجراءات وجباية الرسوم بشكل اصولي من أجل تعظيم الإيرادات"، مؤكداً على "ضرورة التنسيق العالي مع الهيئة العامة للكمارك لإكمال ربط الموازين الجسرية مع السونارات للتكامل في الإجراءات الإلكترونية والوصول إلى أفضل النتائج في مجال مكافحة الفساد وعمليات التلاعب والتهرب

التربية تصدر توجيهها يقضي بمراعاة مرضى السكري داخل الصفوف

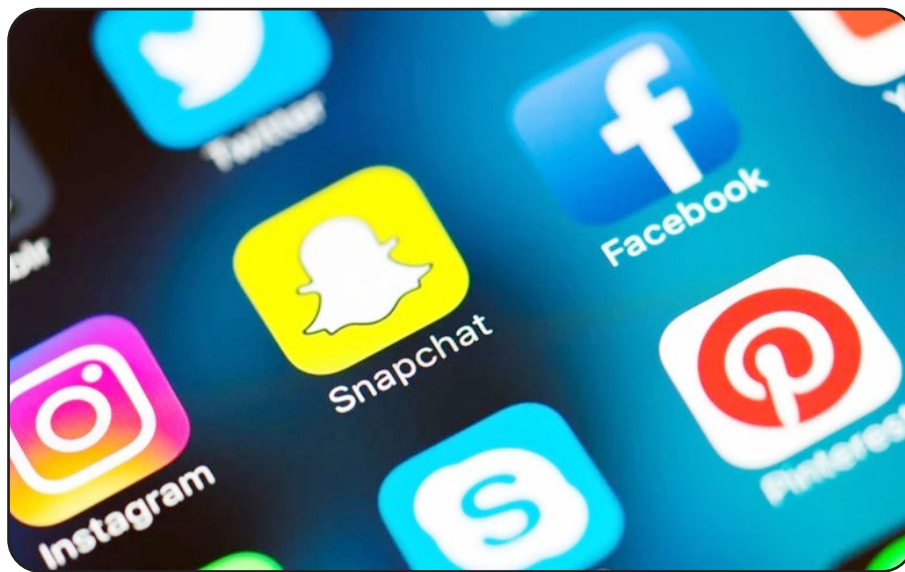
بغداد/ نينا:

أصدرت وزارة التربية، توجيهها إلى المديریات العامة للتربية كافة، يقضي بمراعاة الجوانب الصحية لمرضى السكري من التلاميذ والطلبة مع ضمان حقوقهم في التعليم ومشاركتهم في جميع الأنشطة المدرسية والرياضية والرحلات دون تمييز أو استثناء.

وقال بيان لوزارة التربية ان التوجيهات تنص:- على تقديم الرعاية الكاملة للتلاميذ عند التسجيل والتغيب عن الدوام الرسمي والسماح لهم باستخدام الأجهزة الطبية

الخاصة بهم دون قيود وتناول الطعام والشراب أثناء الحصص الدراسية مع منحهم وضع خاص يتيح لهم تأجيل أو إعادة الإمتحانات لا سيما عند تعرضهم لأي طارئ صحي، والتأكيد على ضرورة تدريب الملاكات التعليمية أو الإدارية حول كيفية إسعاف المريض والتعامل مع الحالات الطارئة إضافة إلى إعداد قاعدة بيانات تتضمن معلوماتهم الصحية وأرقام الاتصال بذويهم لضمان سرعة التواصل والاستجابة في حال حدوث عارض صحي لا سامح الله.

الإعلام الرقمي: ٣٤ مليون مستخدم لمواقع التواصل الاجتماعي في العراق



هذا العام، ومقارنتها بالعام الماضي: تيك توك: أصبح العدد 34.3 مليون مستخدم بعد ان كان العام الماضي 31.95 فيسبوك: أصبح العدد 20.1 مليون مستخدم بعد ان كان العام الماضي 19.30 يوتيوب: أصبح العدد 22.3 مليون مستخدم بعد ان كان العام الماضي 22.80 انستغرام: أصبح العدد 19.0 مليون مستخدم بعد ان كان العام الماضي 18.25

بالفيديوهات الطويلة".

وأشار السماوي إلى "مسار إيجابي في هذه الإحصائية يتجسد في منصة لينكدان التي شهدت نمواً جيداً، حيث ارتفع عدد المستخدمين إلى 2.3 مليون مقارنة بـ 1.9 مليون العام الماضي، وهو تجسيد واضح للأهتمام المتزايد بالتواصل المهني والبحث عن فرص عمل، الذي قد تقف وراءه المنصة، والذي قد تقف وراءه وجود عدد من الشركات والمؤسسات العراقية وغيرها التي تستخدم لينكدان كمنصة للتوظيف وبناء الشبكات والعلاقات المهنية".

وإدناه عدد متابعي كل منصة

2.35 مليون مستخدم إضافي، حيث أصبح العدد 34.3 مليون مستخدم بعد ان كان العام الماضي 31.95 مليون مستخدم، ما يشير إلى أن هذه المنصة أصبحت الوجهة المفضلة لشريحة واسعة من المستخدمين العراقيين، خصوصاً الشباب والعديد من المؤثرين وصناع المحتوى الذين يستقطبون الملايين، في مقابل ذلك وجدنا ان منصة يوتيوب قد شهدت انخفاضاً طفيفاً، ما يعكس تحولاً لدى بعض المستخدمين نحو مشاهدة المحتوى القصير التفاعلي والسريع الذي يقدمه تيك توك، وعدم الاهتمام

بغداد_صوت القلم

أعلن مركز الإعلام الرقمي (DMC)، وجود زيادة واضحة في عدد مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في العراق لهذا العام.

وقال المركز في بيان: ان "عدد المستخدمين 34.3 مليون وفقاً للإحصائية الصادرة بتاريخ 3 آذار 2025، ما يمثل 73.8% من عدد السكان، مقارنة بـ 31.95 مليون في العام الماضي، وذلك بحسب بيانات We Social وMeltwater،

التي تعد من أبرز المؤسسات العالية المتخصصة في تحليل البيانات الرقمية".

وقال المشرف العام للمركز مهند حبيب السماوي، وفقاً للبيان إن "البيانات التي بين يدينا تكشف عن تغيرات في أنماط استخدام بعض مواقع التواصل الاجتماعي في العراق، حيث شهدت بعض المنصات نمواً سريعاً، بينما تراجعت أخرى، مما يعكس وجود تحولات في المشهد الرقمي و تغير في سلوك مستخدمي المنصات في داخل فضائاته".

وأضاف السماوي "شهدنا زيادة كبيرة في عدد مستخدمي تيك توك والتي بلغت حوالي

الانواء: امطار رعدية وتقلبات في درجات الحرارة



متوسطة الشدة، وتكون غزيرة في بعض المناطق، خاصة الأقسام الشرقية منها مع احتمالية حدوث سيول على الحدود الشرقية من البلاد، ودرجات الحرارة ترتفع قليلاً في المنطقتين الوسطى والجنوبية وتكون مقاربة في المنطقة الشمالية، والرؤية الافقية (8-6) كم وفي المطر (5-3) كم".

ولفت إلى أن طقس "يوم السبت المقبل سيكون على العموم غائماً ممطراً يتحسن تدريجياً خلال الليل، ودرجات الحرارة مقاربة في المنطقتين الوسطى والجنوبية وتنخفض بضع درجات في المنطقة الشمالية، والرؤية الافقية (8-6) كم وفي المطر (6-4) كم".

وذي قار والمثنى 21".

وأشار إلى، أن "طقس يوم غد الخميس سيكون في المنطقتين الوسطى والجنوبية غائماً جزئياً إلى غائم مع هطول أمطار خفيفة إلى متوسطة الشدة تزداد شدتها ليلاً مع فرصة لحدوث عواصف رعدية، أما الطقس في المنطقة الشمالية فسيكون غائماً جزئياً، ودرجات الحرارة ترتفع في جميع مناطق البلاد، والرؤية الافقية (8-6) كم وفي المطر (4-2) كم".

وتابع أن "طقس يوم الجمعة القادم سيكون غائماً جزئياً في المنطقة الشمالية، فيما سيكون في المنطقتين الوسطى والجنوبية غائماً مع أمطار

بغداد_صوت القلم

توقعت هيئة الانواء الجوية تساقط امطار رعدية و تفاوتاً بدرجات الحرارة خلال الايام المقبلة .

وذكر بيان للهيئة: أن "طقس اليوم الأربعاء سيكون غائماً على العموم مع هطول أمطار متفرقة خاصة في المنطقتين الوسطى والجنوبية تكون رعدية أحياناً، والرياح على العموم جنوبية شرقية معتدلة السرعة (30-20) كم/س تنشط على فترات في المنطقتين الوسطى والجنوبية (30-40) كم ساعة، مسببة فرصة لتصاعد الغبار فيها، ودرجات الحرارة تنخفض بضع درجات على العموم، والرؤية الافقية (8-6) كم، وفي المطر والغبار (5-3) كم".

وأوضح أن "درجات الحرارة العظمى اليوم الأربعاء ستكون: السليمانية 15، والأنبار 16، ودهوك وأربيل وديالى 17، وبغداد وكربلاء المقدسة، وبابل وواسط 18، والنجف الأشرف وصلاح الدين وكركوك والديوانية وميسان والبصرة 20،

فيسبوك ماسنجر: أصبح العدد 15 مليون مستخدم بعد ان كان العام الماضي 15.70 سناب شات: أصبح العدد 18.5 مليون مستخدم بعد ان كان العام الماضي 17.74 اكس: أصبح العدد 2.65 مليون مستخدم بعد ان كان العام الماضي 2.55 لينكدان: أصبح العدد 2.30 مليون مستخدم بعد ان كان العام الماضي 1.90

واكد المؤسس المشارك لمركز ومسؤول الرصد فيه علي الزهيري، ان "المركز يتابع هذه الإحصائيات منذ سنوات ويجري مقارنات دقيقة بين البيانات الحالية والسابق منها".

وأضاف ان "المركز يهدف لرصد ومراقبة التحولات الرقمية في العراق، وتقديم رؤى واحصائيات واضحة للجهات ذات العلاقة وصناع القرار، فضلاً عن تسليط الضوء على اتجاهات ومسارات المستخدمين العراقيين في الفضاء الرقمي".

العراق يؤكد رفضه للمشاريع الداعية لتهجير الفلسطينيين من أرضهم وبلادهم

السعودية: نرفض المساس بحقوق الشعب الفلسطيني.. والشرع: ما يحدث في غزة جرس إنذار لنا جميعا

بغداد / صوت القلم:

أكد رئيس الجمهورية عبد اللطيف جمال رشيد، رفض العراق للمشاريع الداعية لتهجير الفلسطينيين من أرضهم وبلادهم، وفيما أعلن الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي أن لا سلام دون إقامة دولة فلسطينية مستقلة، أكد الملك الأردني دعمه للسلطة الفلسطينية ورفضه التام لتهجير الفلسطينيين.

وقال الرئيس رشيد خلال كلمته في القمة العربية الطارئة في القاهرة بشأن قطاع غزة: "نجدد موقفنا الثابت والداعي لتحقيق آمال الشعب الفلسطيني في إقامة الدولة الفلسطينية المتترف بها دوليا وعاصمتها القدس الشريف".

وأضاف، أن "العراق يدين بشدة قرار الكيان الصهيوني بحظر عمل وكالة الأمم المتحدة لإغاثة اللاجئين الفلسطينيين الأنروا (UNRWA) على الأراضي المحتلة، والدعوة لتهجير مليوني فلسطيني من أراضيهم في غزة إلى أراضي دول أخرى".

وتابع "نحذر من الآثار الكارثية للمشاريع التي تستهدف تصفية الفلسطينيين وحرمانهم من أحقيتهم بأرضهم والتبعات الخطيرة التي ستؤول على دول المنطقة بما يهدد الاستقرار والأمن، ندعو إلى التحرك العاجل لإعادة إعمار قطاع غزة، ونجدد دعوتنا إلى إنشاء صندوق لإعادة إعمارها ووضع تقييم مدروس يحدد الاحتياجات". وقال رئيس الجمهورية في كلمته "كما ندعو المجتمع الدولي والإسلامي للتحرك السريع والتصدي بشكل موحد وحازم لجميع المشاريع التي تدعو إلى تهجير الفلسطينيين من



أرضهم وبلادهم دون وجه حق".

وشدد على أن "العراق يرفض بشدة أية محاولة لإيجاد مكان بديل للفلسطينيين خارج الأراضي الفلسطينية ومصادرة أراضيهم".

بدوره أكد الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي أن المنظمة العربية تواجه تحديات جسام تكاد تعصف بالأمن والاستقرار الإقليميين بسبب العدوان على غزة والذي "خلف وصمة عار في تاريخ البشرية".

وذكر السيسي، خلال القمة العربية الطارئة، أن مصر ستستضيف مؤتمرا لإعادة إعمار غزة الشهر المقبل، مضيفاً "عملنا مع الفلسطينيين لإنشاء لجنة مستقلة لحكم غزة".

وقال السيسي، إن الخطة المصرية بشأن غزة تشمل بقاء الفلسطينيين على أرضهم.

وأوضح: "تتكف مصر على تدريب الكوادر الأمنية الفلسطينية التي ستتولى حفظ الأمن في قطاع غزة". وتابع: "ندعو الدول العربية إلى تبني الخطة المصرية بشأن غزة.. ولا سلام دون إقامة دولة فلسطينية مستقلة".

وعبر الرئيس المصري عن ثقته في قدرة نظيره الأمريكي

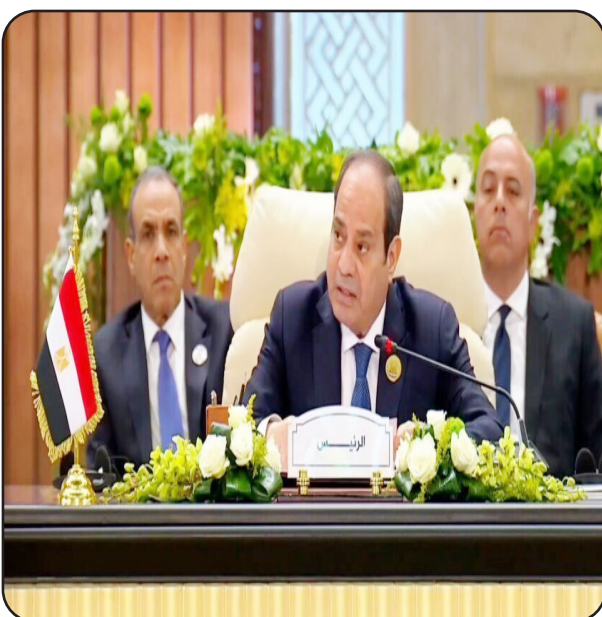
دونالد ترامب على تحقيق السلام فيما يتعلق بالقضية الفلسطينية، مبرزا "يجب البناء على اتفاقية السلام مع مصر لدعم مسار السلام في المنطقة".

وقال السيسي خلال كلمته في أعمال القمة العربية الطارئة التي تستضيفها العاصمة المصرية القاهرة إن الحرب الإسرائيلية على قطاع غزة "سعت بقوة السلاح إلى تفرغ القطاع من سكان في محاولة لتصفية القضية الفلسطينية".

وشدد السيسي على التزام مصر وتمسكها بإقامة الدولة الفلسطينية المستقلة على حدود يونيو 1967 وعاصمتها القدس الشرقية، مؤكدا أن مصر لن تشارك في أي ظلم تاريخي يقع الشعب الفلسطيني أو أي مخطط لإفراغ الأراضي الفلسطينية من شعبها أو تهجير سكانها.

وركن الرئيس المصري على أن بلاده لا تعرف سوى السلام القائم على الحق والعدل وأن السلام في المنطقة والشرق الأوسط لن يتأتى إلا بإقامة الدولة الفلسطينية المستقلة، مؤكدا أن الشعب الفلسطيني ضرب مثالا في التمسك بأرضه رغم العدوان الغاشم الذي مارسه إسرائيل عليه.

وأكد السيسي أن مصر عملت



على تشكيل لجنة إدارية لإدارة قطاع غزة انطلاقاً من خبرات أعضائها وبلورة خطة شاملة لإعادة إعمار غزة دون تهجير سكانه وأنها كانت تسعى إلى التوصل لوقف إطلاق النار منذ اليوم الأول للأزمة.

من جهته، أكد الملك الأردني عبد الله الثاني على دعم السلطة الفلسطينية وتمكينها، مضيفاً أن "حل الدولتين هو السبيل الوحيد لتحقيق السلام العادل والشامل الذي يضمن قيام الدولة الفلسطينية".

وقال: "يجب التأكيد على رفضنا التام للتهجير". بدوره، أبدى الرئيس الفلسطيني محمود عباس استعداد السلطة لإجراء انتخابات عامة ورئاسية في الضفة الغربية وقطاع غزة. كما دعا دونالد ترامب لدعم خطة إعمار غزة، مضيفاً "نرفض أي خطط لتهجير الفلسطينيين ونرفض ممارسات الاحتلال بفرض واقع استيطاني في الضفة الغربية".

من جانبه، أكد الأمين العام لجامعة الدول العربية أحمد أبو الغيط، في افتتاح القمة العربية، أن إعادة إعمار غزة في وجود أهلها ممكن.

وقال أبو الغيط إن "إعادة غزة للحياة هو نضال



نختار أن نخوضه، وإعمار غزة ممكن بوجود أهلها وجهودهم". وأضاف في القمة المنعقدة بالقاهرة: "إعمار غزة ممكن إن صمت السلاح وانسحبت إسرائيل بشكل كامل من القطاع".

وتابع قائلا: "إننا نقدر كل من يعمل من أجل السلام، ونؤكد تقديرنا لدور الولايات المتحدة التاريخي والحاضر ولكن القبول بمشروعات ورؤى غير واقعية وغير مبنية على أساس قانوني لن يكون من شأنه سوى زعزعة استقرار المنطقة".

كما أكد أمين عام الامم المتحدة انطونيو غوتيريش: "إن غزة يجب ان تبقى جزءا من الدولة الفلسطينية". وقال غوتيريش في كلمة بالقمة العربية الطارئة حول غزة: "يجب ان نمنع بكل الطرق استئناف القتال في غزة"، مبدياً قلقه من تصعيد العمليات العسكرية في القطاع.

وأعرب أمين عام الامم المتحدة عن استعداد المنظمة الدولية لدعم الخطة العربية بشأن غزة. في حين قال الرئيس السوري أحمد الشرع أن انتهاكات إسرائيل تتطلب الوقوف صفا واحدا في مواجهة تهديدها.

وأكد في كلمة في القمة

مع سريان رسوم ترامب الجديدة

الحرب التجارية تتصاعد.. الصين وكندا تردان برسوم مضادة على الواردات الأميركية

بكين / متابعة صوت القلم:

رفعت الصين دعوى ضد الولايات المتحدة في منظمة التجارة العالمية على خلفية زيادة واشنطن الرسوم الجمركية على الواردات الصينية.

وجاء في بيان صدر عن وزارة التجارة الصينية: أنها "رفعت دعوى ضد الولايات المتحدة في إطار آلية تسوية المنازعات بمنظمة التجارة العالمية بسبب الزيادة الأخيرة في الرسوم الجمركية من قبل الولايات المتحدة، وأن الإجراءات الجمركية الأحادية للولايات المتحدة تنتهك بشكل خطير قواعد منظمة التجارة العالمية وتقوض أساس التعاون التجاري والاقتصادي بين الصين والولايات المتحدة".

وأعلنت الصين فرض رسوم جمركية إضافية على البضائع الأمريكية اعتبارا من 10 مارس الجاري. ووفق بيان وزارة المالية الصينية تم فرض رسوم بنسبة 15% على الدجاج والقمح والذرة، وبنسبة 10% على لحم الخنزير ولحوم البقر والفواكه والخضروات ومنتجات الألبان.

ووقع الرئيس الأمريكي دونالد ترامب على أمر بزيادة الرسوم الجمركية على الواردات الصينية من 10% إلى 20% بحجة أن بكين تتخذ إجراءات غير كافية لمكافحة تهريب الأفيون الاصطناعي الفنتانيل إلى الولايات المتحدة.

وفي ذات السياق أعلن رئيس



وستمضي كندا بهذا الإجراء في حال مضت إدارة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب قدما في فرض رسومها التجارية على المنتجات الكندية، وفقا لتروود. وأوضح في بيان أن الرسوم ستطبق فورا على سلع



بقيمة 155 مليار دولار كندي (107 مليارات دولار أمريكي) اعتبارا من امس الثلاثاء.

أمريكية بقيمة 30 مليار دولار كندي، فيما ستدخل الرسوم على المنتجات المتبقية بقيمة 125 مليار دولار كندي حيز التنفيذ خلال 21 يوما. وتابع "ستظل رسومنا الجمركية سارية لحين سحب التدابير التجارية الأمريكية، وإذا لم تتوقف الرسوم الجمركية الأمريكية فنحن في مناقشات نشطة ومستمرة مع المقاطعات والأقاليم لمتابعة العديد من الإجراءات غير الجمركية".

وحدث تروود الإدارة الأمريكية على إعادة النظر في رسومها الجمركية، مؤكدا أن كندا "تظل ثابتة" في الدفاع عن اقتصادها ووظائفها وعمالها. والإثنين، أعلنت وزيرة الخارجية الكندية ميلاني جوي أن الرسوم الجمركية

التي يسعى ترامب لفرضها على السلع الكندية تمثل "تهديدا وجوديا" لبلادها. وقالت جوي "نعلم أنه تهديد وجودي لنا وأن آلاف الوظائف هي على المحك". وأكد الرئيس الأمريكي دونالد ترامب للصحفيين في البيت الأبيض أنه سيتم فرض رسوم جمركية بنسبة 25% على الواردات المكسيكية والكندية اعتبارا من اليوم الثلاثاء، قائلا "هذه ستكون البداية".

وكان ترامب قد أرجأ فرض الرسوم الجمركية لمدة شهر واحد في فبراير الماضي، مع تعهد البلدين بتقديم تنازلات، لكن ترامب قال الاثنين إنه "لم يعد هناك مجال أمام المكسيك أو كندا لتجنب الرسوم الجمركية الجديدة المرتفعة".

أكد ارتفاع نسبة الائتمان النقدي إلى إجمالي الودائع للمصارف في العراق

البنك المركزي: ٢٠ مصرفاً عراقياً تمارس عمليات التحويل المباشر بـ ٨ عملات أجنبية

المالية النيابية: ضرورة مضي

الترقيات بعد مصادقة البرلمان

على جداول الموازنة



بغداد / متابعة صوت القلم:

وأضاف: " ننتظر وصول جداول الموازنة الى البرلمان، حيث إن الموازنة تتضمن نصوصاً لا تسمح بالتعيين، سواء بالأجر اليومي أو بنظام العقد أو في الملك، لكن العقود هم موظفون يتقاضون رواتبهم من الحكومة عبر الوزارات والمؤسسات، ولا يعتبرون تعيينات جديدة، بل هو تثبيت لهم في الملك الوظيفي".

وتابع: " نتواصل حالياً مع وزارة المالية، وننتظر كتاباً من مجلس الدولة لتوضيح هذا المفهوم، إذ إن هناك فرقاً كبيراً بين التعيين والتثبيت"، داعياً إلى "تثبيتهم على الملك الوظيفي ضمن هذا السياق".

وحول الترقيات، أكد العطوانى أن "الترقيات يجب أن تضي بعد مصادقة مجلس النواب على الجداول الخاصة بها"، متوقفاً أن "ترسل الحكومة الجداول منتصف أو قبل نهاية الشهر الجاري لحل هذه الأمور".

رجحت اللجنة المالية في مجلس النواب، وصول جداول الموازنة إلى البرلمان منتصف الشهر الجاري، فيما شددت على ضرورة أن تمضي الترقيات بعد مصادقة مجلس النواب على جداول الموازنة.

وقال رئيس اللجنة المالية، عطوان العطوانى، للوكالة الرسمية: إن "إيقاف الحذف والاستحداث في مؤسسات الدولة جاء بناءً على بنود الموازنة التي تضمنت إيقاف التعيينات ومصادرة الدرجات الوظيفية من المؤسسات وتحويلها إلى وزارة المالية وعدم استخدامها في الحذف والاستحداث"، مبيناً أن "ذلك خلق مشكلة بعدم القدرة على الاستفادة منها في التعيينات التي تحتاجها المؤسسات أو شغل الوظائف وتعيين العاطلين عن العمل من الخريجين".

بغداد / صوت القلم:

أكد محافظ البنك المركزي، علي العلاق، أن هناك 20 مصرفاً عراقياً تمارس عمليات التحويل المباشر بـ 8 عملات أجنبية، وفيما أعلن البنك المركزي العراقي، عن ارتفاع نسبة إجمالي الائتمان النقدي الى إجمالي الودائع للمصارف العاملة في العراق، نظم، ورشة عمل حول مبادئه الخاصة بشراء منظومات الطاقة المتجددة.

وقال محافظ البنك المركزي، في تصريح صحفي: إن "الاجتماعات الأخيرة الفصالية مع البنك الفدرالي الأمريكي ووزارة الخزانة التي أقيمت في دبي كانت إيجابية للغاية، حيث تمت الإشادة بالخطوات التي اتخذها البنك المركزي في تحسين نظام التحويلات الخارجية، وتحويل العمليات إلى الممارسات الدولية بشكل آمن وشفاف وبتنظيم عال". وأشار العلاق إلى أن "هذا التحول يعد الأول من نوعه في العراق، الذي شهد مراحل انتقالية من (الناذدة) إلى (المنصة) ثم إلى البنوك المراسلة". وتابع، أنه "اليوم، أصبح هناك 20 مصرفاً عراقياً تمارس عمليات التحويل المباشر مع مراسلين دوليين في ثمانية عملات أجنبية، ضمن النظام الجديد".

وأوضح العلاق أن "المصارف

الأخرى التي لا تزال خارج هذا الإطار تعمل الآن على تأهيلها وفق معايير محددة، بالتعاون مع شركة استشارية دولية، لتطبيق المعايير الضرورية التي تؤهلها للانضمام إلى عمليات التحويل الخارجي". وأكد، أنه "لا توجد عقوبات جديدة أو تغييرات، بل على العكس، هناك إشادة وتقدير من الجهات الدولية، خاصة في ما يتعلق بألية بيع الدولار النقدي".

وشدد العلاق على "ضرورة التركيز

على هذه النجاحات لإظهار صورة إيجابية عن التحولات في القطاع المصرفي العراقي، بما ينعكس بشكل إيجابي على تعامل المؤسسات المالية الدولية مع المصارف العراقية". في غضون ذلك أعلن البنك المركزي العراقي، عن ارتفاع نسبة إجمالي الائتمان النقدي الى إجمالي الودائع للمصارف العاملة في العراق. وذكر بيان للبنك المركزي، أن "نسبة الائتمان الى الودائع تعد من أهم المؤشرات التي تستخدم لقياس

السيولة لدى المصارف، إذ تقارن هذه النسبة بين حجم الائتمان الذي تمنحه المصارف مقارنة بإجمالي ودائعها، إذ سجلت هذه النسبة ارتفاعاً في الفصل الرابع من العام 2024 بلغ (59.3%) بعد أن كانت (51.9%) في الفصل الرابع من العام 2023، وأضاف أن "ارتفاع هذه النسبة يشير إلى أن المصارف تستغل وداائع عملاتها بشكل فعال في تحقيق الأرباح عن طريق منح الائتمان، من الممكن أن يكون

«أوبك+» يقرر زيادة حصة العراق من الإنتاج النفطي حتى نهاية العام الحالي

بغداد / متابعة صوت القلم:

اتفقت دول تحالف "أوبك+"، على زيادة حصة العراق من الإنتاج النفطي وصولاً إلى أربعة ملايين و110 آلاف برميل يومياً أواخر العام الحالي.

وذكرت وسائل إعلام أن مجموعة الدول الأعضاء الثمانية في تحالف "أوبك+" وهي، العراق، والسعودية، وروسيا، والإمارات العربية المتحدة،

والكويت، وكازاخستان، والجزائر، وعمان، لمراجعة ظروف السوق العالمية والتوقعات المستقبلية. واتفقت دول التحالف على تجديد التزامها بعودة الكميات المخفضة طوعاً من إنتاج النفط الخام، التي سبق إعلانها في نيسان/ أبريل وتشيرين الثاني/ نوفمبر 2023، وذلك بحلول مطلع الشهر

نيسان/ أبريل المقبل ستزيد بمقدار 12 ألف برميل ليكون الإنتاج 4.012 مليون برميل يومياً، وفي شهر آيار/ مايو المقبل سيزيد بمقدار 12 ألف برميل أيضاً ليكون الإنتاج 4.024 مليون برميل يومياً، ويصل في شهر كانون الأول/ ديسمبر إلى 4.110 ملايين برميل يومياً. وسترتفع الحصة المقررة للعراق في أيلول/ سبتمبر ولغاية شهر كانون الأول/ ديسمبر من العام 2026 إلى أكثر من 4.220 مليون برميل

يوميًا. وتبلغ الكميات المخفضة نحو 2.2 مليون برميل يومياً، ومن المقرر البدء في عودتها في الأول من شهر نيسان/ أبريل المقبل، مع الحفاظ على القدرة على التكيف مع الظروف المتطورة، ما يعني إمكانية وقف هذه الزيادة التدريجية مؤقتاً، أو عكسها وفقاً لظروف السوق. يشار إلى أن تحالف "أوبك+" يطبق خفضاً رسمياً بمقدار مليوني برميل يومياً، وهي

الكميات التي من المقرر تمديدها حتى نهاية العام المقبل 2026. وقد أعلن تحالف "أوبك+" في نيسان/ أبريل 2023 خفضاً طوعياً بمقدار 1.65 مليون برميل يومياً، وهو الخفض الذي من المقرر استمراره حتى نهاية العام المقبل، بينما أعلن التحالف خفضاً آخر بمقدار 2.2 مليون برميل يومياً في تشرين الثاني/ نوفمبر 2023، وهو الخفض الذي يستمر حتى نهاية آذار/ مارس الجاري.

الحقول النفطية في الضفة وغزة



وليد خدوري

كاتب اقتصادي عراقي

آلاف المساكن في مناطق استراتيجية تطل على القرى العربية أو لحماية مناطق في إسرائيل 1948 قريبة من الحدود. وقد أضيفت وسيلة جديدة خلال العقدين الماضيين لسرقة ثروة الشعب الفلسطيني في الأراضي المحتلة، وذلك إما بعرقلة تطوير الحقول النفطية الجديدة، كما هو الحال في حقل «غزة» مارين»- الغازي في قطاع غزة، أو باستغلال حقل «المجد» النفطي الذي يقع على جانبي الخط الأخضر من الضفة الغربية بالقرب من «رنتيس» من ناحية أخرى، تتبنى إسرائيل سياسات واهية تعرقل من خلالها تطوير حقل مكتشف، كما حصل في تعطيل تطوير حقل «غزة مارين» في بحر غزة منذ عام 2000.

كما تستغل شركة نفطية إسرائيلية خاصة إنتاج حقل نفط مشترك، حيث يمتد احتياطيه عبر الخط الأخضر الفاصل ما بين إسرائيل والضفة الغربية. إذ يمتد حقل «المجد» الواقع على مسافة قصيرة من منطقة «رنتيس» الصحيرية في الضفة الغربية. ويمكن للمرء أن يشاهد على بُعد 100 متر من حدود «رنتيس»، سياجاً وممرًا للخط الفاصل ما بين الضفة الغربية وإسرائيل. ويمكن من الخط رؤية شلعة لهب حقل «المجد» الذي تملكه وتديره الشركة الإسرائيلية «غيفوت غولام» للنفط. وقدرت الشركة الاحتياطي النفطي للحقل بنحو 1.5 مليار برميل، وهو يعد حقلاً صغيراً نسبياً، ولكنه يفي بحاجات السوق المحلية الإسرائيلية القريبة من الخط الأخضر، حيث توزّع الإمدادات على هذه

السوق الإسرائيلية المجاورة. ولم تنشر الشركة أرقام الإنتاج. المثير في الأمر أن شلعة الغاز تقع على الجانب الإسرائيلي من الحدود، بمعنى أن الحقل داخل الحدود الإسرائيلية، لكنه في الوقت نفسه محاذٍ لأراضي «رنتيس»، فهو يعد حقلاً مشتركاً كبقية حقول مماثلة له في العالم. تدل الأعراف المتبعة بين الدول، في حال وجود حقل نفطي مشترك على الحدود ما بين دولتين، على ضرورة توصل الطرفين إلى اتفاق ثنائي لتقاسم تكاليف وعوائد الحقل، وما يرتبط به من أصول، وطرق الإنتاج منه، والوسائل المتبعة في ذلك، بمعنى أن الطرفين على الحدود المشتركة يجب أن يتفقا ويكونا على علم بكمية الاحتياطي على طرفي الحدود من جهة، والكمية المسموح بإنتاجها للطرف الآخر.

إن المعتاد في حال الحقول المشتركة هو التوصل إلى اتفاق ثنائي لاقتسام الحقل وما يرتبط به من تكاليف وعوائد، أما خلاف ذلك فيعني أن الطرف المنتج يستنزف احتياطي الحقل على حساب الطرف الآخر. وهذا أمر مغاير للقوانين الدولية. وفي حال وجود حقل نفطي في منطقة محتلة، لا يُسمح للدولة المحتلة باستغلال النفط. أما في حال إنتاجه، فيتوجب على الدولة المحتلة تعويض الدولة تحت الاحتلال، في حال الانسحاب والحقل الفلسطيني الثاني، هو حقل «غزة مارين» الذي يقع في المنطقة الاقتصادية الخاصة، لبحر غزة. وحسب «اتفاقية أوسلو»، فإن السلطة الفلسطينية مسؤولة عن الاستكشاف

والتطوير ثم الإنتاج. لكن، في الوقت نفسه، فإن إسرائيل مسؤولة عن الجانب الأمني لبحر غزة. اختارت سلطة الموارد الطبيعية في السلطة الفلسطينية عام 2009 شركة «بريتش غاز» لعمليات الاكتشاف في بحر غزة. وبالفعل اكتُشف حقل «غزة مارين» وسط المنطقة الاقتصادية الخالصة لفلسطين عام 2000، وعلى مسافة قريبة من ساحل غزة. ينقسم الحقل إلى جزأين: «غزة مارين 1» الذي يقع وسط المنطقة الاقتصادية الخالصة، و«غزة مارين 2» الذي يمتد إلى الحدود البحرية الجنوبية الإسرائيلية المجاورة، وبالذات حقل «ماري ب»، أول اكتشاف غازي إسرائيلي. إلا أن احتياطي الغاز في «ماري ب» صغير نسبياً، واكتُشف قبل موجة الاكتشافات الغازية الضخمة في العقد الماضي. وتشير دائرة معلومات الطاقة الأميركية إلى أن احتياطيات «ماري ب» قد استنزفت تقريباً، ومن ثم هناك الخوف من أن تشفط إسرائيل بعض إمدادات الغاز من حقل «غزة مارين 2» المجاور لحقل «ماري ب».

تقدّر مصادر صناعة النفط أن احتياطي الغاز في حقل «غزة مارين 1 و2» بنحو 1.4 تريليون قدم مكعبة، وأنه واف للطلب الطاقوي في قطاع غزة وسكانه الذين يتعدون مليوني نسمة، طبعاً قبل تدمير منازل ومخيمات القطاع والنكبة الثانية. لم يُطوّر الحقل حتى الآن رغم اكتشافه عام 2000، فقد استعملت الحكومات الإسرائيلية مختلف سياسات التعطيل والعرقلة لتعطيل التطوير. إذ طالبت

بحصة من الغاز قبل توزيعه على القطاع، كما طالبت بحصة للشركات النفطية الإسرائيلية (قبل الاكتشافات الضخمة الأخيرة)، وطالبت أيضاً بأن يُوزّع ريع الغاز في حساب خاص لا يمكن للسلطة الفلسطينية السحب منه دون الموافقة الإسرائيلية. عارضت السلطة الفلسطينية جميع المطالبات الإسرائيلية هذه، إذ لم يتم الاتفاق عليها مسبقاً، إذ إنها مطلب ابتزازية وتعطيلية. ومما أدى أيضاً إلى تأخر تطوير الحقل الخلافات الداخلية الفلسطينية حول الصلاحيات المتعلقة بكل من السلطة الفلسطينية وحركة «حماس».

باعث شركة «بريتش غاز» التي اكتشفت الحقل، جميع أصولها وممتلكاتها في العالم، من ضمنها حقل «غزة مارين»، لشركة «شل» الأوربية. إلا أن «شل»، الشركة العملاقة، تخلّت عن تطوير الحقل، نظراً إلى العراقيل الإسرائيلية المتكررة ولصّالة الاحتياطي، والتعقيدات الجيوسياسية المحيطة به، فقررت عدم استمرار العمل فيه.

من ثم، اختارت سلطة الموارد الطبيعية في السلطة الفلسطينية شركة مصرية حكومية لتطوير الحقول البحرية «إيغاس» و«شركة المقاولين المتحدة» الفلسطينية المسجلة في أثينا وذات الخبرة الواسعة في الصناعة النفطية العربية. صدرت الموافقة على تطوير الشركتين قبيل معركة «طوفان الأقصى» بفترة قصيرة جداً.

أثار قرار إصدار سلطة الموارد الطبيعية اختيار الشركتين العربيتين لتولي مسؤولية تطوير الحقل، ثم إصدار المكتب الإعلامي لرئيس الوزراء

الإسرائيلي نتنياهو بياناً غامضاً يؤيد هذا القرار، أيضاً قبيل «طوفان الأقصى»، الكثير من اللغط والإشاعات حول علاقة الحرب بتطوير الحقل، رغم أن القرار من صلاحيات سلطة الموارد الطبيعية، وكان توقيته مرتبطاً باختيار شركات متخصصة لتطوير الحقل عاجلاً وليس آجلاً، بعد كل هذا الانتظار، بينما شكّل بيان المكتب الإعلامي نتنتياهو غموضاً، نظراً إلى أنه لم يصدر في شكل قرار لمجلس الوزراء، في الوقت الذي كثرت الخلافات داخل مجلس الوزراء نفسه حول أمور داخلية عدة.

من غير المعروف تماماً ما الذي جرى تنفيذه خلال فترة الحرب، إذ لم تُنشر أي معلومات حول الأمر. وهذا أمر غير مستغرب في زمن حرب من هذا النوع. لكن من المتوقع إثارة الموضوع مستقبلاً مع المشاريع المختلفة لتطوير القطاع. فالحقل، رغم احتياطياته الضئيلة، يشكّل أهم مشروع صناعي في غزة وفلسطين.

ونظراً إلى تعدد مشاريع إعادة تعمير غزة، يتوجب الوقوف هنا على مشروع الرئيس ترمب، الذي افتتحه بفيديو قصير مشين عُرض على شاشات التلفزة الأميركية وانتشر عالمياً. يعكس الفيديو الاستهجان والاستهانة بشعب غزة والعرب سواسية بعد النكبة التي حصلت في القطاع دون مراعاة بتاتا لمشاعر الشعب الفلسطيني، كما يغض النظر عن مسيرة العودة إلى شمال القطاع وإصرار سكان البلاد على البقاء في بلادهم.

نقلا عن "الشرق الأوسط"

الزوراء يهزم الكهرباء بثلاثية نظيفة في دوري النجوم



بغداد / صوت القلم:

وسجل للنوارس كل من حسن عبد الكريم في الدقيقة 9 وهارون الزبيدي في الدقيقة 41 وحسين فلاح في الدقيقة 50. وبهذا الفوز رفع الزوراء رصيده عند النقطة 43 في المركز الثاني بينما تجمد رصيد الكهرباء عند النقطة 26 في المركز 15.

تغلب نادي الزوراء على فريق الكهرباء بنتيجة (3-0) في المباراة التي جرت على ملعب الزوراء ضمن مباريات الجولة 22 من دوري نجوم العراق.

حاليًا ومن المؤمل أن يصل إلى بغداد في 11 من الشهر الحالي.“ وأضاف، أن “القائمة النهائية للمنتخب ستصدر فور وصوله“.

يذكر أن منتخبنا الوطني سيواجه نظيره الكويتي في 20 من الشهر الحالي على ملعب جند النخلة، فيما سيلتقي منتخب فلسطين في 25 من الشهر ذاته.



بغداد / متابعة صوت القلم:

أعلن المنسق الإعلامي للمنتخب الوطني محمد عماد أن معسكر أسود الرافدين تحضرًا للجولة السابعة من تصفيات كأس العالم سيبدأ في 16 من الشهر الحالي في البصرة.

وقال عماد للوكالة الرسمية: أن “مدرّب منتخبنا الوطني خيسوس كاساس، في إجازة

دوري نجوم العراق.. الكرمة يكرم وفادة نوروز بهدفين نظيفين

بغداد / متابعة صوت القلم:

فاز فريق الكرمة على ضيفه نوروز، مساء الثلاثاء، بنتيجة 2 - 0 ضمن منافسات الجولة 22 لدوري نجوم العراق لكرة القدم.

المباراة التي جرت على ملعب الرمادي عند الساعة 8:30 مساءً، انتهى شوطها الأول بالتعادل السلبي من دون أهداف.

وفي الشوط الثاني، سجل الكرمة هدفه الأول، بهدف معاكس حينما أرسل قائد فريق نوروز محمد دلاور في مرمى فريقه عند الدقيقة 54، وأضاف الكرمة هدفه الثاني في الدقيقة 82 عن طريق المحترف يوسف اومارو.



وبهذه النتيجة، رفع فريق الكرمة رصيده للنقطة 30 بالمركز العاشر، بينما تجمد رصيد نوروز عند النقطة 30 بالمركز الحادي عشر.

بغداد / صوت القلم:

جرت امس الثلاثاء، سبع مباريات ضمن منافسات الجولة (18) للدوري العراقي الممتاز لكرة القدم. وتمخضت نتائج المواجهات عن فوز الاتصالات على ضيفه الصناعات الكهربائية بنتيجة 1-0، وفوز الفهد على ضيفه البحري بنتيجة 3-0، وفوز المصافي على ضيفه الصناعة بنتيجة 3 - 1، وفوز الموصل على نقط الوسط 1 - 0.

هذا وتعادل أمانة بغداد مع ضيفه الناصرية سلبياً من دون أهداف،

ميسي وجها لوجه مع نيمار في موقعة الأرجنتين ضد البرازيل بتصفيات المونديال



بغداد/ نينا :

أعلن ليونيل سكالوني، المدير الفني لـ منتخب الأرجنتين، قائمة أولية تضم 33 لاعبًا استعدادًا لخوض المواجهتين المرتقبتين أمام منتخبَي أوروغواي والبرازيل، ضمن تصفيات أمريكا الجنوبية المؤهلة لكأس العالم 2026، حيث يقود القائمة النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي.

ويستعد “التانجو” لمواجهة أوروغواي في ملعب سينتيناريو بالعاصمة مونتيفيديو يوم 21 مارس/ آذار، قبل أن يستضيف البرازيل في مواجهة نارية على ملعب “مونومنتال” في بوينس آيرس يوم 25 من الشهر ذاته “.

وضرب ميسي موعداً مع نيمار زميله السابق في برشلونة، بعد أن عاد الأخير إلى قائمة البرازيل عقب تألقه مع سانتوس في

فترة قصيرة“.

ويحتل المنتخب الأرجنتيني صدارة جداول التصنيفات اللاتينية برصيد 25 نقطة بعد مرور 12 جولة، فيما يأتي منتخب أوروغواي في المركز الثاني برصيد 20 نقطة“.

وجاءت قائمة الأرجنتين كالتالي: حراسة المرمى: إيميليانو مارتينيز (أسستون فيلا)، جيرونيمو روي (أولمبيك مارسيليا)، والتر بينيتيز (آيندهوفن).

خط الدفاع: ناهويل مولينا (أتليكو مدريد)، جونزالو مونتيل (ريفر بلت)، كريستيان روميرو (توتنهام)، جيرمان بيزيلا (ريفر بلت)، ليوناردو باليردي (أولمبيك مارسيليا)، خوان فويث (فياريال)، نيكولاس أوتامندي (بنفيكا)، فاكوندو ميدينا (لينس)،

نيكولاس تاليافيكو (أولمبيك ليون)، فرانسيسكو أورتيجا (أولمبياكوس).

لاعبو الوسط: لياندرو باردييس (روما)، إنزو فرنانديز (تشيلسي)، رودريجو دي بول (أتليكو مدريد)، إكسيكيل بالاسيوس (باير ليفركوزن)، أليكسيس ماك

أليستر (ليفربول)، جيوفاني لو سيلسو (ريال بيتيس)، ماكسيمو بيروني (كومو)، جوليانو سيميوني (أتليكو مدريد)، بنيامين دومينجيز (بولونيا)، تياجو أمادا (أولمبيك ليون).

الهجوم: أليخاندرو غارناتشو (مانشستر يونايتد)، نيكولاس أنخيل كوريا (أتليكو مدريد).

النصر يعود بالتعادل السلبي من أرض استقلال

اثنين من مبارياته الثلاث الأخيرة، لكنه قدم الإثنين مباراة جيدة وكان الطرف الأفضل معظم فتراتها وهدد مرمى ضيفه في أكثر من مناسبة، أبرزها للكولومبي جون دوران الذي أصاب القائم الأيمن (69).

الثالثة في 22 تشرين الأول/ أكتوبر سجله الإسباني أيميريك لابورث الذي غاب عن القاء بسبب الإصابة. ودخل النصر المباراة على وقع سقوطه أمام العروبة 2-1 في الدوري السعودي الذي خسر فيه

وعاد النصر إلى طهران حيث خاض مباراته الأخيرة في دور المجموعة الموحدة حين تعادل مع برسيبوليس بالنتيجة ذاتها، لكنه فشل في تكرار فوزه على الاستقلال الذي خسر أمام الفريق السعودي 1-0 في الجولة

وبغياب نجمه الأول البرتغالي كريستيانو رونالدو الذي فضل المدرب الإيطالي ستيفانو بيولي عدم إدراجه في التشكيلة لهذه المباراة “حفاظاً عليه للمواجهات المقبلة”، قطع النصر بهذه النتيجة شوطاً هاماً نحو التأهل.

بغداد / متابعة صوت القلم:

عاد النصر السعودي بالتعادل السلبي (0-0)، من أرض منافسه استقلال الإيراني ضمن ذهاب ثمن نهائي دوري أبطال آسيا للنخبة.

يوفنتوس يتجاوز فيرونا بثنائية نظيفة



منطقة الجزاء إثر لعبة جماعية مميزة وعرضية من أندريا كامبياسو، ثم حُسمَت النتيجة نهائياً بعد هدف ثان سجله البديل الهولندي تون كومبايزنز بتسديدة من زاوية صعبة إثر تمريرة من البديل الآخر البلجيكي سامويل مبانغولا (90).

وبالهزيمة السابعة عشرة للموسم، تجمد رصيد فيرونا عند 26 نقطة في المركز الرابع عشر.

لورنتسو مونتيبو تعلق أمام الفرنسي راندال كولو مواني والأرجنتيني نيكولاس غونزاليس، فيما كانت محاولات الأمريكي تيموثي وياه والتركي كينان بلديز والبديل البرتغالي ألبرتو كوستا خارج الخشبات الثلاث.

لكن الفرع جاء في الدقيقة 72 حين سجل الفرنسي كيفرين تورام هدف التقدم بتسديدة قوية من منتصف

عن ترجمة الفرص التي حصل عليها في الشوط الأول وكاد أن يدخل إلى استراحة الشوطين متخلفاً بهدف رابع من تسديدة صاروخية بعيدة للسيلوفافي توماس سوسلوف، لكن الحكم ألغاه بعد اللجوء إلى “في آيه آر” نتيجة وجود تسلل على أحد زملائه قبل أن تصل الكرة إليه (1+45).

وضغط يوفنتوس في الشوط الثاني لكن الحارس

بغداد / متابعة صوت القلم:

تخطى يوفنتوس ضيفه هيلاس فيرونا 2-0 في ختام المرحلة السابعة والعشرين في الدوري الإيطالي لكرة القدم. واستعاد يوفنتوس بذلك المركز الرابع برصيد 52 نقطة وبفارق نقطتين أمام لاتسيو الفائز على ضيفه ميلان 2-1.

ولم يكن الفوز على فيرونا سهلاً، إذ عجز يوفنتوس

الهلال يفتقد البرتغالي كانسيلو لمدة

شهرين بسبب الإصابة



بغداد / متابعة صوت القلم:

سيغييب الظهير البرتغالي الدولي جواو كانسيلو شهرين من الملاعب، بعد تعرضه للإصابة خلال خسارة فريقه الهلال أمام الأهلي 3-2 في الدوري السعودي لكرة القدم، بحسب ما أعلن فريقه مساء الأحد.

وكتب فريق العاصمة الرياض في بيان أنّ الفحوص “أوضحت إصابة كانسيلو في العضلة الخلفية، حيث سيخضع لبرنامج علاجي وتأهيلي لمدة ثمانية أسابيع“. وكان الهلال مني الجمعة بخسارة ثانية في ثلاث مباريات، فبات الفارق بينه وبين الاتحاد المتصدر ست نقاط. وبالتالي، سيغيب كانسيلو (30 عاماً) عن مباراة الهلال مع ضيفه باختاكور الأوزبكستاني، الثلاثاء في ذهاب ثمن نهائي دوري أبطال آسيا للنخبة. وسيشكل غياب لاعب مانشستر سيتي الإنجليزي وبرشلونة الإسباني السابق، المنضم للهلال في آب/ أغسطس الماضي، ضربة قوية لمواطنه المدرب جورجي جيزوس، خصوصاً وأنه إحدى الركائز الأساسية لدى “الزعيم“. وانضم كانسيلو لقائمة إصابات الهلال حيث يستمر غياب الهدف الصربي ألكسندر ميتروفيتش، حيث أعلن الهلال أنّه سينضم “للتدريبات الجماعية بشكل تدريجي“ بعد عودة الفريق من أوزبكستان التي وصلها تحت الثلوج، بينما خضع الظهير البرازيلي رينان لودي “لبرنامج بدني ولياقي“. فيما شارك ياسر الشهراني في جزء من تدريبات الفريق الجماعية قبل أن يكمل برنامجة التأهيلي، ويواصل حسان تمبكتي برنامجة التأهيلي، من جانبه، يخضع حمد اليامي لفحوص طبية دقيقة على موضع إصابته في الكتف لتحديد مدة علاجه.

الجدول الرياضي

دوري أبطال أوروبا

فينورد روتردام / هولندا	20:45	انتر ميلان / إيطاليا
بايرن ميونيخ / ألمانيا	23:00	باير ليفركوزن / ألمانيا
بنفيكا / البرتغال	23:00	برشلونة / إسبانيا
باريس سان جيرمان / فرنسا	23:00	ليفربول / إنجلترا

دوري أبطال الخليج

الاتفاق / السعودية	23:00	دهوك / العراق
--------------------	-------	---------------

علاقات مجتمعية..

أهمية ممارسة اللطف مع الآخرين اجتماعيا وعائليا



مراكز المتعة والمكافأة في الدماغ، ويمكن أن يخلق حالة من الطاقة الإيجابية من حولك. الامتنان وحسن النية لدى الآخرين، ويزيد

لا تعرف بعض النساء كيف ينعكس تعاملها بلطف وود مع الآخرين على نفسيتهن، حيث يجعلها نسخه أفضل منها، ولذلك نوضح في السطور التالية أهمية التعامل بلطف مع الغير:

يعمل على تحسين جودة علاقتك سواء كانت اجتماعية أو عائلية، حيث يتمتع الأشخاص الطيبون بعدد أكبر من الأصدقاء الحقيقيين ويشعرون بالرضا والرضا في علاقاتهم. تشير التقارير العلمية إلى أن التعامل بلطف وود يحفز الأوكسيتوسين، وهو هرمون الحب الذي يحفز الشعور باحترام الذات ويعزز فرحتك وكذلك صحة قلبك، ويسقط الأفكار الاكتئابية.

اللطف يعزز مستويات ثقتك بنفسك ويحسن مزاجك، وهذا بدوره يقلل من الاكتئاب، وعندما نقدم المساعدة، فإن ذلك يشعل

جمال واناقة

٥ أخطاء شهيرة تجنبها عند ارتداء ربطة العنق

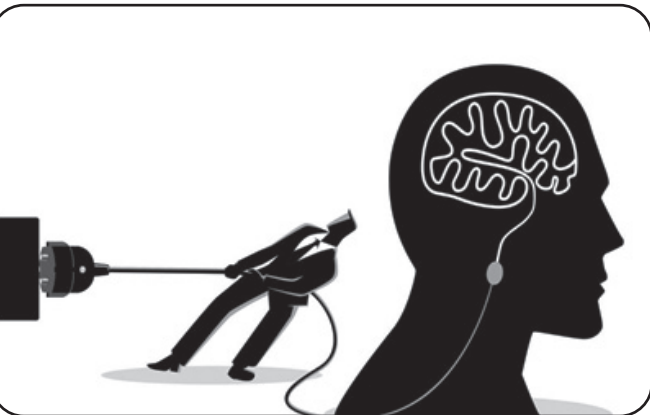
كان القميص الذي ترتديه مخططاً أو به رسومات أو مربعات. يجب أن تكون ربطة العنق في مستوى طول مناسب، وتحديدًا في نفس مستوى الحزام، بحيث لا تقصر عنه أو تتعدها. احرص على أن تكون عقدة ربطة

الرسمية: اختر شكل ربطة العنق الذي يتناسب مع جسدك، فلو كنت ذو جسد رشيق، تجنب ربطة العنق السمكية، لأنها ستفسد إطلالتك بشكل كامل. لا ترتدي ربطة عنق مزركشة إذا

أخطاء عديدة عند ارتدائهم ربطة العنق، مما يسبب في الكثير من الحالات في إفساد مظهرهم بالكامل. وفيما يلي نستعرض أبرز الأخطاء التي يقع فيها الرجال عند ارتدائهم ربطة العنق، ليمكنك تجنبها في المرة القادمة عندما تقرر ارتداء البدلة

دراسات علمية

أسبوعان من دون هاتف تعيد للدماغ 10 سنوات



في عصر الاتصال الدائم، أجرى باحثون دراسة لاختبار تأثير حظر الإنترنت على الهواتف الذكية لمدة أسبوعين، والتي جاءت بنتائج مذهلة إذ أحس 91% من المشاركين بتحسّن ملحوظ في صحتهم النفسية بعد هذه التجربة.

تفاصيل الدراسة قام الباحثون بإقناع 467 شخصًا، تتراوح أعمارهم بين 18 و 74 عامًا، بحظر الاتصال بالإنترنت على هواتفهم الذكية لمدة أسبوعين، مع السماح لهم باستخدام الحواسيب والأجهزة اللوحية في العمل والمنزل، بالإضافة إلى إمكانية إجراء المكالمات وإرسال الرسائل النصية. هدفت التجربة إلى قياس تأثير "الانفصال الرقمي" على الصحة النفسية، والانتباه، والشعور العام بالسعادة. النتائج الرئيسية - تحسن الصحة النفسية وتقليل القلق والاكتئاب 71% من المشاركين أفادوا بتحسّن في صحتهم النفسية مقارنةً ببداية التجربة.

أظهرت استبيانات طبية تقليدية انخفاضًا ملحوظًا في أعراض القلق والاكتئاب، وكانت نسبة التحسن مماثلة أو تفوق بعض الدراسات حول تأثير مضادات الاكتئاب.

- زيادة الشعور بالسعادة والرفاهية العامة 73% شعروا بتحسّن في الرفاهية العامة بعد تقليل استخدام الإنترنت على هواتفهم.

أظهر المشاركون استمتاعًا أكبر بالأنشطة اليومية، وأصبحت لديهم رغبة أكبر في ممارسة الهوايات والتفاعل الاجتماعي.

- تحسن التركيز والانتباه أظهرت اختبارات علمية لقياس الانتباه أن المشاركين أصبحوا أكثر تركيزًا.

كانت درجة التحسّن تعادل استعادة الشخص لعقٍ من عمره من حيث قوة الانتباه، وفقًا لما أكدّه الباحثون.

- تحسّن جودة النوم وزيادة التفاعل الاجتماعي لاحظ المشاركون أنهم حصلوا على نومٍ أعمق وأكثر راحة، بسبب التخلي عن الإنترنت قبل النوم.

زاد التواصل الاجتماعي الواقعي، حيث استبدلوا وقت التصفح بقضاء مزيد من الوقت مع العائلة والأصدقاء.

- تعزيز العادات الصحية والأنشطة الواقعية استغل المشاركون وقتهم في ممارسة الرياضة، والخروج إلى الطبيعة، وممارسة الهوايات، مما انعكس إيجابيًا على صحتهم النفسية.

مع استمرار التجربة، تزايدت الفوائد بشكل تدريجي، وكأنها حلقة إيجابية متواصلة، وفقًا للباحثين.

هل يمكن أن يكون "الصيام الرقمي" علاجًا نفسيًا؟

على الرغم من التأثير الإيجابي الكبير لتقليل استخدام الإنترنت على الهوايات الذكية، يؤكد الباحثون أن هذا ليس بديلًا عن العلاج النفسي أو الدوائي للأشخاص الذين يعانون من مشاكل معقدة في الصحة النفسية. لكن الدراسة تقدم دليلًا قاطعًا على الفوائد الكبيرة لتخفيف الاعتماد على الهواتف الذكية، وتعزيز العادات الصحية التي تقلل من التوتر، وتدريب الدماغ على الاستمتاع بالأنشطة الصحية التي قد يكون لها تأثير مضاد للاكتئاب.

خلاصة هذه الدراسة تسلط الضوء على أهمية إعادة النظر في علاقتنا بالهواتف الذكية. قد يكون الحل بسيطًا: تقليل الوقت الذي نقضيه على الإنترنت، واستبداله بتجارب أكثر واقعية. فهل أنت مستعد لتجربة "الصيام الرقمي"؟

سلوكيات

4 حالات تمنع فيها صيام الطفل في رمضان

تسعى الأمهات لتعليم أطفالهن الشعائر الدينية منذ الصغر، والصيام من الفرائض التي تحتاج إلى سنوات من التدريب، لذا يبدأ الطفل بتعلم الصيام منذ السابعة، حتى يبدأ في الانتظام في الصيام في سن العاشرة، وبالطبع حسب صحة الطفل وقدرته على تحمل الجوع والعطش. إلا أن هناك 4 حالات تستدعي إبطاء الطفل وتمنع صيامه حرصًا على صحته وسلامته. تعرفي عليها من خلال قراءة السطور القادمة.

1- الإصابة بالأنيميا الحادة يحتاج الطفل المصاب بالأنيميا الحادة (مرض فقر الدم) إلى التغذية الجيدة لتعويض نقص الفيتامينات والعناصر الغذائية في جسمه. والصيام يجعله أكثر عرضة لفقد العناصر الغذائية والفيتامينات وبالتالي يحدث نقص شديد مما يعرضه للخطر. لذا يحظر صيام الطفل المصاب بالأنيميا الحادة لحين تعافيه.

2- الإصابة بأمراض الكلى يحتاج الطفل المصاب بأمراض الكلى إلى إمداد مستمر بالمياه النقية للحفاظ على استقرار حالته الصحية. والامتناع لساعات طويلة عن شرب المياه يجعله عرضة لتدهور حالته الصحية ويعرض حياته للخطر. 3- الإصابة بداء السكري من النوع الأول يحتاج الطفل المصاب بداء السكري من النوع الأول إلى تناول الطعام باستمرار للحفاظ على مستوى السكر في الدم، بالإضافة إلى ضرورة إمداد الجسم بالإنسولين في المواعيد المحددة، لذا فالصيام يشكل خطرًا على حياته، إذ يجعله عرضة لمضاعفات داء السكري الخطيرة. 4- اختلال مستوى السكر في الدم هذه حالة عرضية مؤقتة، ويحدث فيها اختلال في مستوى السكر في الدم نتيجة للامتناع عن تناول الطعام والمياه لفترة طويلة، وقد تحدث للطفل حتى لو كان غير مصاب بداء السكري، وتظهر في صورة أعراض مثل: الخمول، تراجع نسبة السكر، ارتفاع الأطراف، الشعور بالدوار ونقص التركيز. وهو ما يستوجب ضرورة توقف الطفل عن الصيام وتناول الطعام فورًا لاستعادة وعيه وضبط مستوى السكر في جسمه، وحمايته من مضاعفات هذه الأعراض.

اسرار الطبخ ..

صينية الرقاق

كبيرة. نقوم برص الرقاق ونقسم العدد على نصفين متساوين. نضع النصف الأول ثم نقوم بوضع الحشو ونضيف الجبن المبشور ثم نضع باقي كميته الرقاق. أخيرا نقوم بوضع الشورية أو اللبن ويسقى بها الرقاق. يدخل الفرن ساخن أو يسوى على النار من فوق مع استمرار المراقبة وتقليبه على الوجه الآخر بعد الاحمرار. ثم يقطع ويقدم مع سلطه خضراء.

فلفل بهارات طريقة التحضير: طاسه على النار ونضع السمن ثم البصل المفروم ونقلب ثم نضع التوابل والملح والجزر المبشور ثم نقوم بوضع اللحمة المفرومة. نقلب جيدا ثم نقوم بوضع قليل من الماء حتى يغلى الخليط وتتم التسوية ثم نضيف الفلفل المقطع ونقلب ونبعدها عن النار. نحضر صينيّه مناسبة لحجم الرقاق وندهنها بملعقة سمن

المقادير: عدد مناسب من فطائر الرقاق ربع كيلو لحم مفروم كوب من الفلفل الألوان المقطع نص كوب جبنة موتزاريلا أو خليط من الجبن (رومي.. شيدر..موتزاريلا) بصله كبيره مفرومة ملعقة سمن كبيره نص كوب لبن أو شوربة حسب المتوفر أو مكعب مرقه دجاج يغلى مع نص كوب ماء كبديل للشورية جزره مبشورة ملح

هل يؤثر صيام شهر رمضان سلبا على الحامل والجنين؟



نسبة الكورتيزول في اللبأ (أول إفرازات حليب الأم بعد الولادة)، مما قد يؤثر على البيئة الهرمونية للرضيع.

أما الحوامل المصابات بداء السكري، فقد حذرت دراسة صادرة عن قسم الغدد الصماء في مستشفى سانت جورج العام في أستراليا سنة 2022 من أن الصيام قد يشكل خطرا كبيرا على استقرار نسبة السكر في الدم، مما يؤدي إلى تقلبات حادة في مستويات الجلوكوز، قد تعرّض كلا من الأم والجنين لمضاعفات صحية.

يجب الكثير من علماء المسلمين للمرأة الحامل الإفطار إذا شعرت بخاطر على صحتها أو صحة جنينها (شترستوك) ورغم التحذيرات، لم تجد أبحاث أخرى تأثيرا سلبيا واضحا للصيام على الحمل في ظروف معينة، أبرزها دراسة نشرت في العدد الأول من مجلة أمراض النساء والتوليد عام 2024، بعنوان "تأثير صيام رمضان على مستويات الإجهاد التأكسدي في الثلث الثاني من الحمل"، لم تجد أي أدلة قوية تشير إلى أن الصيام خلال هذه المرحلة يؤثر بشكل سلبي على صحة الأم أو الجنين.

نصائح للحامل في حالة الصيام من ناحيتها، تنصح استشارية أمراض النساء والتوليد د. سوزي محفوظ، الحامل التي تتمتع بصحة جيدة في الصيام خلال شهر رمضان، باتباع مجموعة من الإرشادات الطبية، ومنها: الاهتمام بوجبة السحور، بحيث تحتوي على بروتينات مثل البيض والزبادي والحبوب الكاملة

في المقابل، تنصح د. محفوظ بتجنب الصيام للحامل في مجموعة من الحالات حفاظا على صحة الأم والجنين، ومنها:

وجود قىء مستمر أثناء الحمل، مما قد يؤدي إلى الجفاف ونقص التغذية.

ملاحظة تغير لون البول ليصبح داكنا، وهو مؤشر على نقص السوائل في الجسم.

ضعف عام أو انخفاض شديد في ضغط الدم، مما قد يؤدي إلى الدوار أو فقدان الوعي.

الإصابة بمرض السكري أو ارتفاع ضغط الدم، حيث يمكن أن يؤثر الصيام سلبا على استقرار الحالة الصحية.

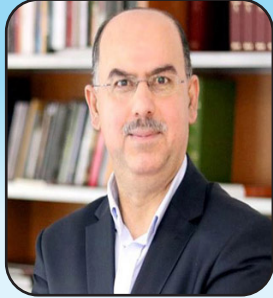
ضعف حجم الجنين أو قصور تدفق الدم إليه، وفقا لتقارير الموجات فوق الصوتية.

أخيرا، نظرا لتفاوت الآراء الطبية، يبقى قرار صيام الحامل شخصيا، ويعتمد على استشارة الطبيب المختص، الذي يمكنه تقييم الحالة الصحية للأم والجنين واتخاذ القرار الأفضل. كما يجيز الكثير من علماء المسلمين للمرأة الحامل الإفطار

إذا شعرت بخاطر على صحتها أو صحة جنينها، بل يجب الإفطار في الحالات التي قد تؤدي إلى ضرر حقيقي.

فيما كانت الحامل بصحة جيدة، ولم تعاني من أي مشكلات صحية، يمكنها الصيام وفق إرشادات طبية دقيقة، أما إذا كانت تعاني من مشكلات صحية مثل السكري، أو انخفاض ضغط الدم، أو ضعف الجنين، فمن الأفضل الامتناع عن الصيام واستشارة الطبيب.

ينصح بالفطر في هذه الحالات



أوروبا الرجل الطيب أم المريض

كرم نعمة

قبل أن يصفه بالديكتاتور غير المنتخب، كان الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي سعيداً جداً وهو يعلن أمام وسائل الإعلام بأن الرئيس الأمريكي دونالد ترامب أعطاه رقم هاتفه!! هكذا مثل طفل سعيد بالحصول على لعبته المفضلة.

بينما واقع الحال أن زيلينسكي لم يحصل غير توبيخ مذل من ترامب بعد وصفه بالديكتاتور، وفاقم من شدة الصفة إيلون ماسك الذراع المتهورة لترامب عندما قال إن زيلينسكي «محتقر من جانب الشعب الأوكراني».

بعد كل ذلك لم يجد هذا الرئيس الذي أنهت بلاده سنتها الثالثة في حرب مع روسيا، غير إن يتهم ترامب بالعيش في «مساحة من التضليل الروسي».

يمكن لنا هنا أن نستبدل زيلينسكي بأي رئيس أوروبي آخر لنجد أن ترامب لا يتوانى باختيار الأوصاف المقتددة للكياسة السياسية بحقه، بمجرد أن يختلف مع طريقته التي تنظر للأمور بعين سياسية واحدة.

هكذا يبدو أن الاستخدام القديم لمصطلح «أوروبا الرجل الطيب» لم يعد صالحاً بعد الصدمة الكهربائية التي وجهها ترامب لأوروبا، أخت ما شئت من التسميات لأوروبا اليوم في مواجهة الولايات المتحدة الحليف التاريخي والعسكري لها، أوروبا الضعيفة، المريضة، الخائفة... كلها تسميات صالحة للاستخدام السياسي، فترامب قادر أن يدس السم علناً لأوروبا في أي مفاوضات يجريها مع الرئيس الروسي فلاديمير بوتين بشأن أوكرانيا، ويرغم أوروبا على تجرعه.

وهو الحال الذي دفع الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون إلى القول بأن عودة دونالد ترامب من شأنها أن تجبر أوروبا على تأمين مستقبلها وكذلك مستقبل أوكرانيا. ولم يقدم ترامب إلى ماكرون بعد لقاء في البيت الأبيض أي عود. هكذا خرج الرئيس الفرنسي خالي الوفاض إلا من رسالة عرضها على وسائل الإعلام وهي «كن حذراً لأننا نريد شيئاً كبيراً من أجل أوكرانيا، وليس اتفاقاً ضعيفاً»!

دعونا نترقب هنا التصادم المنتظر بين ماكرون وترامب، فلن يطول تقريباً كثيراً!

قال ماكرون في حوار مع صحيفة فايننشال تايمز مؤخراً «ما يقوله ترامب لأوروبا هو إن الأمر متروك لكم لتحمل العبء. وأنا أقول إن الأمر متروك لنا لتحمله».

الاتحاد الأوروبي مصاب بصدمة منذ أسابيع ولا يعرف كيف يعالجها، عندما لم يتوقع هذا النهج القاسي من إدارة ترامب، وما هو يبحث عن مسار عقب الصدمة.

فقد الاتحاد الأوروبي مكانته كطرف فاعل بسبب استبعاده من محادثات السلام حول أوكرانيا، ويحتاج إلى الوقت لجمع شتات نفسه.

وهذا ما يصفه المحلل السياسي الألماني الدكتور توبياس فيلا بأن الولايات المتحدة لم تعد شريكاً موثقاً به لأوروبا. فترامب يصف نظيره الأوكراني زيلينسكي بأنه ديكتاتور من دون انتخابات وينحي باللائمة على أوكرانيا في الحرب التي يتم شنّها من قبل روسيا. ويعطى نائب الرئيس الأمريكي جيه دي فانس الأوروبيين في ميونخ محاضرات عن حرية التعبير.

وهذه ليست سياسة واقعية حسب فيلا الباحث البارز في مكتب برلين لمعهد أبحاث السلام والسياسة الأمنية في جامعة هامبورج عندما يرى أن الإدارة الأمريكية أذلت الأوروبيين. ولم تظهر استعداداً لاتخاذ قرارات دون التشاور مع القادة الأوروبيين فحسب، ولكن أظهرت أيضاً نية لتفكيك أوروبا من الداخل.

مقابل ذلك تكشف في ردود الأفعال الأوروبية تجاه ترامب مرة أخرى أن الأوروبيين منغرسون في علاقة غير متناصفة مع الولايات المتحدة. فبدت رئيسة الوزراء الإيطالية جورجيا ميلوني، كمن تستنجد بترامب لقبولها بصفه وليس زعيمة بلد مؤثر في الاتحاد الأوروبي، عندما زعمت أن العلاقات بين الولايات المتحدة وأوروبا ستظل وثيقة.

وقالت «يأمل خصوصاً بأن ينأى الرئيس ترامب بنفسه عنا، ولكن من خلال معرفتي به كزعيم قوي وفعال، أراهن على أن أولئك الذين يأملون في الانقسامات سيكونون مخطئين».

من المنطقي أن نسال السيدة ميلوني عن خصوم الاتحاد؟ فإذا كان بوتين، فهو الآن أقرب إلى ترامب من زعماء الاتحاد أنفسهم؟

بينما تجمع النخب السياسية الأوروبية علناً أن الولايات المتحدة لم تعد تهتم بإخفاء مصالحها الذاتية القاسية تحت ستار المبادئ النبيلة للديمقراطية عندما ترك ترامب هذه المبادئ تحت أنقاض غزّة وسيردها أيضاً تحت ركام أوكرانيا.

دار الأزياء تبتكر أكسسوارات تحاكي هوية العراق الحضارية



كشفت الدار العراقية للأزياء في وزارة الثقافة والسياحة والآثار، عن مجموعة أكسسوارات جديدة تحاكي هوية العراق الحضارية والتراثية. وذكر أن "شعبة تصميم الأكسسوار في الدار، ابتكرت مجموعات جديدة

تيجان وأغطية رأس تجسد عظمة الملوك وكهرياء الملكات في عصور ازدهار الحضارات في بلاد وادي الرافدين"، لافتاً إلى أن "تم تصميم كل قطعة من الأكسسوارات بإتقان، جعلها تنطق بلغة الجمال وتروي قصة حكايات وطن يزهو بإرثه صاغها الفنان إبراهيم عبد الرضا، تحت إشراف المصممة ندى عبد العباس، لتصبح قطعاً فنية تعبق بروح الأصالة وتضيف إلى الحاضر لمسة جمال من بريق الماضي".

بدورها أكدت المصممة ندى عبد العباس أن "الشعبة تسعى باستمرار إلى تقديم أعمال فنية تحمل بصمة إبداعية جديدة، مستندة إلى فريق من المصممين المحترفين، الذين يعملون بشغف وتفان، ليكون كل منتج قطعة فنية تنطق الجمال والرفق وتعكس الهوية العراقية العريقة".

وأضافت أن "هذه المجموعات تتوافق مع رؤية الدار العراقية للأزياء في تعزيز الهوية العراقية وتقديم أعمال فنية تعكس الموروث الثقافي العراقي".

رسالة غامضة من هنا الزاهد عن الأخلاق

سؤالاً لأحمد فهمي في برنامج رامن إيلون مصر "من اللي طلب الطلاق؟"، ليرد فهمي: "والله أنا اللي طلبت الطلاق".

جدير بالذكر أنه من المنتظر في الحلقات القادمة وقوع عدد كبير من نجوم الفن ضحايا لمقالب رامن جلال في برنامج رامن إيلون مصر، وبيهم: فيفي عبده، نور النوي، حسام حبيب، محمد رجب، إلهام شاهين، مصطفى أبو سريع، مصطفى غريب.

ويعرض برنامج المقالب "رامن إيلون مصر" في الموسم الرمضاني لعام 2025.



كتبت الفنانة هنا الزاهد منشوراً غامضاً عبر حسابها الشخصي بموقع التغريدات القصيرة "تويتر"، بعد انتهاء حلقة الفنان أحمد فهمي طليقها مع الفنان رامن جلال.

وكتبت هنا الزاهد: "من لا أخلاق له لا قيمة له"، وأعادت نشره مرة أخرى عبر خاصية القصص المصورة "ستوري" الملحقة بحسابها على "إنستغرام".

جاءت هذه التغريدة بعد مرور ساعات من انتهاء حلقة رامن جلال، الذي وجه

وفاة جيمس هاريسون بعد إنقاذ 2,4 مليون طفل

بتبرعه بدمائه النادرة



أعلنت جريدة "Metro" البريطانية، عن وفاة رجل الخير الأسترالي جيمس هاريسون عن عمر يناهز 88 عاماً بعد أن ترك خلفه أكثر من مليونين و400 ألف شخص مديون له بحياتهم، حيث إنه أنقذهم من الموت خلال الستين عاماً الماضية.

ويحمل هاريسون لقب "الرجل ذو الذراع الذهبية" في إشارة إلى المعروف الذي أسداه بيده إلى ملايين الأطفال حول العالم، حيث نجح في إنقاذ حياتهم وحمايتهم من الموت.

وحسب القصة التي نشرتها جريدة "Metro" البريطانية، فإن هاريسون ساعد في إنقاذ حياة أكثر من مليونين و400 ألف طفل من خلال التبرع ببلازما

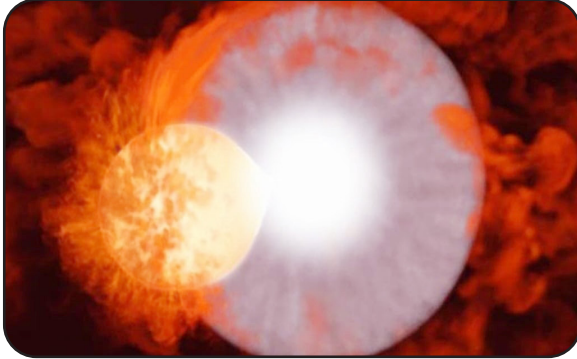


عين على العالم

حدث يتكرر كل 80 عاماً

النجمة المشتعلة

تضيء السماء



يتربح علماء الفلك وهواة الرصد السماوي ظاهرة فلكية نادرة مع اقتراب نجم "تي كورون" بوربالييس، المعروف شعبياً باسم "النجمة المشتعلة"، من انفجار نووي حراري قد يضيء السماء لفترة قصيرة.

هذا النجم المتكرر في الانفجارات، والذي يقع على بعد حوالي 3000 سنة ضوئية في كوكبة الإكليل الشمالي (كورون بوربالييس)، كان من المتوقع أن ينفجر بين أبريل/نيسان وسبتمبر/أيلول 2024، لكن عدم حدوث الانفجار وظهوره خلال فصل الشتاء يعد خبراً ساراً للراصدين.

مع عودة ظهور كوكبة "الإكليل الشمالي" في السماء بعد غروب الشمس، يصبح من الممكن قريباً رؤية النجم وهو يسطع بشكل مفاجئ، ومن المتوقع أن تبدأ الكوكبة في الظهور بوضوح

ثغرة برمجية خطيرة تسمح

بتعقب أجهزة آبل

أعلن خبراء من جامعة جورج ماسون الأمريكية اكتشاف ثغرة برمجية خطيرة في خدمة Find My، يمكن من خلالها تعقب مواقع أجهزة آبل. وأشار الخبراء في الجامعة إلى أن خدمة Find My صممت في الأصل لتتبع موقع أجهزة آبل في حال فقدانها، لكنهم اكتشفوا في هذه الخدمة ثغرة أمنية أطلقوا عليها اسم nRootTag، ويمكن من خلال هذه الثغرة تتبع مواقع أجهزة آبل مثل الهواتف والحواسيب المحمولة والحواسيب اللوحية، وكان الخدمة تبحث عن جهاز AirTag مفقود. وحول الموضوع قال الباحث والخبير التقني في الجامعة جونمينج تشين: "يبدو الأمر كما لو أن جهاز الكمبيوتر المحمول أو الهاتف قد تم تحويله إلى جهاز AirTag، وبعد اختراق خدمة Find My تبدأ الخدمة بالبحث عن الجهاز وتحديد موقعه، يمكن لقرصنة الإنترنت تنفيذ مثل هذا النوع من العمليات من أي مكان في العالم". ونوه الخبراء في الجامعة إلى أنهم أجروا اختبارات للتحقق من إمكانية استغلال الثغرة المذكورة، وتمكنوا من تحديد موقع حاسب محمول من صنع شركة آبل، وأبلغوا شركة آبل عن المشكلة في يوليو العام الماضي، وأقرت الشركة بوجودها لكنها لم تصححها بعد، وأن تصبح مثل هذا النوع من الثغرات البرمجية قد يستغرق وقتاً طويلاً.

اتهامات لتطبيق تيك توك

بانتهاك خصوصية الأطفال

أطلقت هيئة مراقبة الخصوصية البريطانية، مكتب مفوض المعلومات، اليوم الاثنين تحقيقاً في كفاءة حماية Tik Tok و Reddit وموقع تبادل الصور عبر الإنترنت Imgur لخصوصية الأطفال. وتكررت التحقيقات أن شركات وسائل التواصل الاجتماعي تستخدم خوارزميات معقدة لتحديد أولويات المحتوى والحفاظ على تفاعل المستخدمين، والذي يمكن أن يؤدي إلى تأثر الأطفال بكميات متزايدة من المواد الضارة المنتشرة على هذه المواقع. وقالت الهيئة الرقابية إنها تحقق في كيفية استخدام منصة مشاركة الفيديو القصيرة Tik Tok التابعة لشركة ByteDance الصينية، للمعلومات الشخصية للأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 13 و17 عاماً لادراج محتوى في خلاصتهم. وأضافت أنه يتم التحقيق في وسائل التواصل الاجتماعي ومنصة المناقشة Reddit و Imgur حول كيفية تقييم عمر المستخدمين من الأطفال. وقال مكتب مفوض المعلومات في بيان إنه في حالة التوصل إلى أدلة كافية تكشف تورط هذه الشركات

فوز الفيلم الفلسطيني ((لا أرض أخرى)) بجائزة الأوسكار



ما تكابد منذ سنين طوال، ولا زلنا نقاوم وندعو العالم لوقف ما يجري، لوقف الظلم ووضع حد للتطهير العرقي ضد شعب فلسطين".

وفاز الفيلم في مهرجان

فاز الفيلم الفلسطيني "لا أرض أخرى" بجائزة الأوسكار هذا العام عن فئة أفضل فيلم وثائقي. واخرج الفيلم باسل عدرا، المخرج الفلسطيني من الضفة الغربية، بالشراكة مع المخرج الإسرائيلي يوفال أبراهام، إلى جانب راحيل شور وبلال حمدان، يروي قصة قرية التوانة في "مسافر يطا"، جنوب الخليل بالضفة الغربية، حيث يعيش الفلسطينيون في صراع مستمر مع المستوطنات الإسرائيلية. وتمكن الفيلم الفلسطيني "لا أرض أخرى" من الوصول إلى القائمة القصيرة لترشيحات جوائز الأوسكار، في فئة "أفضل فيلم وثائقي طويل"

خلال النسخة 97 من الجائزة، وسيط هذا العمل، الذي يعتبر إنتاجاً فلسطينياً نرويجياً، الضوء على معاناة الفلسطينيين في قرى "مسافر يطا"، حيث يتعرض السكان للمضايقات المستمرة من قبل المستوطنين، بما في ذلك هدم المنازل وتهجير أصحاب الأرض. وقال عدرا خلال تسلمه الجائزة: "شرف كبير لنا الفوز بهذه الجائزة، ولكن من دعماً لإنتاج هذا الوثائقي، منذ شهرين أصبحت أبا لطفلة، وأمل ألا تضطر صغيرتي لتعيش حياة مثل التي أعيشها اليوم، وترى تدمير المنازل، والاستيطان وكل ما تعانيه مسافر يطا وشعبي كل يوم تحت الاحتلال الإسرائيلي، لا أرض أخرى تكابد

للإعلان في

صوت القلم

sawtalqalam8 @gmail.com

alnasday@yahoo.com

07730004671