

قمة للسلام برئاسة السيسي وترامب ومشاركة قادة ٢٠ دولة

اليوم.. شرم الشيخ تتأهب لاستقبال الوفود لتوقيع اتفاق إنهاء الحرب في غزة

القاهرة / متابعة صوت القلم:

دونالد ترامب لتحقيق السلام في المنطقة، وسعيه الحثيث لإنهاء النزاعات حول العالم".

من جهتها، أفادت وزارة الخارجية الأمريكية أن واشنطن وجهت دعوة لعدد كبير من الدول لحضور قمة شرم الشيخ. وكان ترامب قد قال في تصريحات صحفية، الجمعة، إنه سيلتقي في مصر يوم الاثنين "العديد من القادة" لمناقشة مستقبل قطاع غزة، وذلك بعد إلقائه كلمة أمام الكنيست الإسرائيلي خلال زيارة لإسرائيل تسبق زيارته لمصر.

وأعلنت الرئاسة الفرنسية بمشاركة الرئيس إيمانويل ماكرون في القمة، وفق "فرانس برس". كذلك أكدت حكومتا إسبانيا وإيطاليا مشاركة رئيس الوزراء الإسباني بيدرو سانشيز، ورئيسة الوزراء الإيطالية جورجيا ميلوني. بدوره، أعلن رئيس الوزراء البريطاني كير ستارمر أنه سيحضر القمة الدولية في شرم الشيخ.

تستمر الاستعدادات في مدينة شرم الشيخ على قدم وساق، لاستقبال القادة والوفود المشاركة في القمة المصرية الأمريكية بحضور دولي لتوقيع اتفاق إنهاء الحرب في غزة التي تعقد اليوم الاثنين. وأعلنت الرئاسة المصرية عقد قمة دولية تحت عنوان "قمة شرم الشيخ للسلام" بمدينة شرم الشيخ، برئاسة مشتركة بين الرئيس عبدالفتاح السيسي ونظيره الأمريكي دونالد ترامب، وبمشاركة قادة أكثر من 20 دولة. وأوضحت الرئاسة المصرية في بيان، أن "القمة تهدف إلى إنهاء الحرب في قطاع غزة، وتعزيز جهود إحلال السلام والاستقرار في منطقة الشرق الأوسط، وفتح صفحة جديدة من الأمن والاستقرار الإقليمي". كما أضافت أن "هذه القمة تأتي في ضوء رؤية الرئيس الأمريكي



وذكر بيان صادر عن داوونينغ ستريت أن "رئيس الوزراء سيتوجه إلى مصر لحضور قمة شرم الشيخ للسلام الاثنين". وقال المتحدث باسم الحكومة الألمانية في بيان، إن المستشار فريدريش ميرتس سيتوجه إلى مصر اليوم الاثنين للمشاركة في مراسم توقيع خطة وقف إطلاق النار المتعلقة بغزة. يأتي ذلك فيما ذكرت قناة "إن

تي في" التلفزيونية، أن الرئيس التركي رجب طيب أردوغان سيسافر إلى مصر لحضور قمة شرم الشيخ للسلام. كما سيشارك العاهل الأردني الملك عبد الله الثاني في القمة الدولية بشأن غزة، بحسب ما أعلنت قناة "الملكمة" الرسمية الأردنية. ونقلت القناة عن مصدر قوله إن "الأردن سيشارك في قمة شرم الشيخ للسلام،

المقرر عقدها في مدينة شرم الشيخ المصرية بعد ظهر الاثنين المقبل، برئاسة مشتركة بين الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي والرئيس الأمريكي دونالد ترامب، وبمشاركة قادة أكثر من عشرين دولة". وقال مسؤول في الاتحاد الأوروبي، إن رئيس المجلس الأوروبي أنطونيو كوستا سيحضر قمة شرم الشيخ

للسلام في مصر اليوم الاثنين. وأعلنت حماس أنها لن تشارك في التوقيع الرسمي للاتفاق. وقال عضو المكتب السياسي للحركة

حسام بدران لوكالة "فرانس برس" إن "حماس لن تكون مشاركة" في عملية التوقيع بل سيقصر الأمر على "الوسطاء والمسؤولين الأمريكيين والإسرائيليين". ولم يصدر بعد أي إعلان بشأن مشاركة رئيس وزراء الإحتلال الإسرائيلي بنيامين نتنياهو في القمة.

يذكر أن القمة تأتي تمهيداً لتنفيذ اتفاق إنهاء الحرب بين الإحتلال الإسرائيلي وحماس في غزة، الذي تم توقيعه بوساطة مصرية قطرية أمريكية، ويشمل تبادل الرهائن الإسرائيليين، ومعتقلين فلسطينيين، ووقف إطلاق النار في قطاع غزة بعد عامين من الحرب المدمرة، أدت إلى مقتل نحو 70 ألف فلسطيني، وتدمير البنية التحتية بالقطاع. ومن المقرر أن تبدأ المرحلة الأولى

بالسجن المؤبد، و1700 معتقل من سكان غزة احتجزوا منذ اندلاع الحرب. واندلعت الحرب إثر هجوم غير مسبوق شنته حماس على جنوب إسرائيل في 7 أكتوبر (تشرين الأول) 2023، أسفر عن مقتل 1219 شخصاً، بحسب حصيلة تستند إلى أرقام رسمية إسرائيلية. وأودت الحملة العسكرية الإسرائيلية بنحو 70 ألفاً،

ندد بقصف موسكو على البنية التحتية لكيف

ماكرون: حان الوقت لإنهاء الحرب في أوكرانيا بعد اتفاق غزة

باريس / متابعة صوت القلم:

المفاوضات. وتابع: «تدين فرنسا الضربات الروسية على البنية التحتية الحيوية في أوكرانيا، التي تستهدف السكان المدنيين مع حلول فصل الشتاء... ندرس بالتعاون مع شركائنا تقديم المساعدة اللازمة لاستعادة الخدمات الأساسية وتأمينها». من جانبه، أعلن زيلينسكي عن امتنانه لفرنسا على «جهودها الكبيرة في الدفاع عن أوكرانيا». قائلًا إنه أطلق ماكرون على احتياجات كييف «ذات

أكد الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون، إن اتفاق وقف إطلاق النار في قطاع غزة منح بصيص أمل للسلام في الشرق الأوسط، وإن الوقت حان أيضاً لإنهاء الحرب في أوكرانيا. وكتب ماكرون في منشور على «إكس»، بعد اتصال هاتفى مع نظيره الأوكراني فولوديمير زيلينسكي، أن على روسيا أن تدفع الثمن إذا واصلت الحرب ورفضت الجلوس إلى طاولة

الألوية»، وفي مقدمتها أنظمة الدفاع الجوي والصواريخ. وفي وقت سابق، دعا زيلينسكي المجتمع الدولي إلى التحرك بعد أسبوع شهد شن روسيا لأكثر من 4000 غارة جوية. وكتب زيلينسكي على منصة «إكس»: «تسمح موسكو لنفسها بتصعيد ضرباتها، مستغلة علناً حقيقة أن العالم يركز على ضمان السلام في الشرق الأوسط». وأضاف: «هذا هو السبب تحديداً وراء عدم إمكانية السماح

بتخفيف الضغط. يجب أن تظل العقوبات والرسوم الجمركية والإجراءات المشتركة ضد مشتري النفط الروسي، وهم من يمولون هذه الحرب، كلها مطروحة على الطاولة». وقال الرئيس الأوكراني إن هذا النهج من شأنه أن يمهد الطريق أمام سلام دائم لأوروبا، مضيفاً: «يمكن للعالم ضمان ذلك بالتوازي مع عملية السلام في الشرق الأوسط». ولطالما دعت أوكرانيا إلى فرض عقوبات على الصين والهند



اللتين تعدان من أهم مشتري النفط الروسي. وقال زيلينسكي إن روسيا كثفت من «إرهابها الجوي ضد مدننا ومجتمعاتنا، التحتية للطاقة».

بعد مقتل ٥٨ جندياً باكستانياً في المواجهات الحدودية

أفغانستان تعلن وقف عملياتها (الانتقامية) ضد باكستان بطلب قطري وسعودي

كابل / متابعة صوت القلم:

باكستانياً خلال تنفيذ عملية ليلاً على الحدود المشتركة بين البلدين. وقال ذبيح الله مجاهد في مؤتمر صحفي إنه خلال هذه المواجهات قتل 58 جندياً باكستانياً وأصيب ثلاثون آخرون، لافتاً أيضاً إلى مقتل تسعة من قوات طالبان. وفي وقت سابق، قال مسؤولون باكستانيون إن بلادهم أغلقت المعابر الحدودية مع أفغانستان امس الأحد، عقب تبادل إطلاق النار بين قوات البلدين. فيما دان رئيس الوزراء الباكستاني شهباز شريف «بشدة الاستفزازات» الأفغانية، متوعداً بـ«رد قوي وفعال» بعد المواجهات الحدودية

أعلنت أفغانستان، أن عملياتها «الانتقامية» ضد باكستان تم إيقافها بحلول منتصف الليلة الماضية، استجابة لطلب من قطر والسعودية. وأفادت وزارة الدفاع الأفغانية في بيان، أن «العمليات الانتقامية والناجحة» ضد باكستان توقفت اعتباراً من منتصف الليلة الماضية. وشددت الوزارة في البيان على أنها مستعدة للدفاع عن أراضيها بكل حزم. بدوره أفاد المتحدث باسم الحكومة الأفغانية بأن قواتها قتلت 58 جندياً

التي وقعت ليلاً بين البلدين الجارين. وقال شريف في بيان «لن تكون هناك أي مساومة على الدفاع عن باكستان، وسيقابل كل استفزاز برد قوي وفعال»، متهماً سلطات طالبان الأفغانية بالسماح لـ«عناصر إرهابية» باستخدام أراضيها. وفتحت القوات الأفغانية النار على مواقع حدودية باكستانية في وقت متأخر من السبت، وقالت وزارة الدفاع الأفغانية إن ذلك جاء رداً على غارات جوية باكستانية في أفغانستان الأسبوع الماضي. وأشارت باكستان إلى أنها ردت بنيران الأسلحة والمدفعية. وذكر

مسؤولون أمنيون باكستانيون أن عدداً من المراكز الحدودية الأفغانية دُمرت في هجمات انتقامية. وقال مسؤولون أمنيون باكستانيون إن تبادل إطلاق النار توقف إلى حد كبير صباح اليوم الأحد. لكن في منطقة كورام الباكستانية، استمر إطلاق النار المتقطع، وفقاً لمسؤولين محليين وسكان. وأفاد مسؤولون محليون بأن المعبرين الحدوديين الرئيسيين لباكستان مع أفغانستان، في طورخم وتشامان، أُغلقا اليوم الأحد. وقال مسؤولون محليون إنه تم أيضاً إغلاق ثلاثة معابر صغيرة على الأقل في خارلاتشي وأنجور أدا

وغلان خان. ولم يصدر تعليق بعد من كابول بشأن إغلاق المعابر. وكانت وزارة الدفاع الأفغانية قد قالت في وقت سابق إن عملياتها انتهت عند منتصف الليل بالتوقيت المحلي. وتشارك الدولتان في حدود يبلغ طولها 2640 كيلومتراً، وتضم عدة معابر تشكّل عنصراً محورياً في التجارة الإقليمية والعلاقات بين الشعوب على جانبي الحدود. والخميس الماضي، سمع دوي انفجار في العاصمة الأفغانية كابل، وتحديث تقارير حينها عن غارة جوية نفذتها طائرات حربية باكستانية استهدفت منطقة

مارغا، في ولاية باكنتيا، جنوب كابل، والحدودية مع باكستان. وفي أعقاب ذلك، حملت السلطات الأفغانية باكستان المسؤولية عن الانفجارات التي وقعت في كل من مارغا وكابل. والجمعة، أعلنت حركة طالبان باكستان، مسؤوليتها عن هجمات متزامنة استهدفت قوات الأمن في أفغانستان، وأسفرت عن مقتل 23 شخصاً، بينهم 20 عنصراً أمنياً و3 مدنيين. وتقول إسلام آباد إن مسلحي حركة طالبان باكستان ينفذون عمليات من داخل أفغانستان، وهو ما تنفيه كابل.

الذهب يستقر مع انخفاض الدولار في بغداد واربيل



بغداد/ صوت القلم:

استقرت أسعار الذهب الاجنبي والعراقي الأسواق المحلية بالعاصمة بغداد، وفي اربيل. وسجلت أسعار الذهب، في أسواق الجملة بشارع النهر في العاصمة بغداد امس الاحد ، سعر بيع للمثقال الواحد عيار 21 من الخليجي والتركوي والأوروبي 792 الف دينار، وسعر الشراء 788 الف، وهي نفس الاسعار التي سجلها امس السبت دينار. وسجل سعر بيع المثقال الواحد عيار 21 من الذهب العراقي سجل عند 762 الف دينار، وبلغ سعر الشراء 758 الفاً. وفيما يخص أسعار الذهب في مجال الصاغة، فإن سعر بيع

عقب افتتاح مشروع إعادة بناء الأنبوب البحري الثالث وزير النفط: اتفاننا الأخير مع 'اكسون موبيل' يتضمن استحداث طاقات خزنية خارج العراق

بغداد/ صوت القلم:

أكد وزير النفط حيان عبد الغني، انطلاق العمل الفعلي في مشروع إعادة بناء الأنبوب البحري الثالث في ميناء الفاو الكبير، مؤكداً أن المشروع يُعدّ من أهم المشاريع الاستراتيجية في منظومة التصدير الوطنية، ويهدف إلى زيادة الطاقة التصديرية للعراق بأكثر من مليوني برميل يوميا، وإعادة تشغيل ميناء العمية النفطية بعد توقف دام سنوات طويلة، فيما لفت إلى أن الاتفاق الأخير مع شركة "أكسون موبيل" يتضمن استحداث طاقات خزنية خارج العراق.

وقال عبد الغني في مؤتمر صحفي عقده عقب افتتاح المشروع: "نحتفي اليوم من ميناء الفاو الكبير بانطلاق عقد مهم واستراتيجي يتعلق بإكمال الأنبوب البحري الثالث، الذي يمثل شرياناً حيوياً لنقل النفط الخام من مستودع الفاو النفطية إلى موانئ التصدير في الخليج".

وأضاف الوزير أن "الموانئ المستهدفة ضمن هذا المشروع تشمل ميناء البصرة النفطية بأرصفتها (1 و 2 و 3 و 4)، بالإضافة إلى ميناء العمية النفطية"، مبيّناً أن "الجزء الثالث من المشروع يتضمن نصب منصة عائمة جديدة لزيادة الطاقة التصديرية".

وأوضح أن "الهدف الرئيس من المشروع في تلك الموانئ هو رفع القدرة التصديرية لها إلى أكثر من مليوني برميل يوميا كطاقة تشغيلية، فيما تصل الطاقة التصميمية للأنبوب إلى مليونين وأربعمئة ألف برميل يوميا".

وبيّن عبد الغني أن "أحد الجوانب المهمة في المشروع هو إعادة تشغيل ميناء العمية النفطية الذي يمثل حالة سيادية مهمة للدولة العراقية، إذ توقف تصدير النفط عبره منذ سنوات بسبب تسرب النفط من الأنبوب البحري الذي كان يربطه بميناء الفاو، ما أدى إلى تعطيله طيلة هذه المدة"، مؤكداً أن "المشروع الجديد سيعيد العمل بهذا الميناء الحيوي ويدخله مجدداً ضمن منظومة التصدير الوطنية".

وأشار إلى أن "أسس هذا المشروع وُضعت بعد عام 2003 بتمويل من القرض الياباني عبر مؤسسة جايبا وبالتعاون مع الاستشاري



الياباني (J O E)، وقد أنجزت أجزاء رئيسية كبيرة من المشروع ضمن هذا التمويل، إلا أن القرض انتهى قبل استكمال الأعمال النهائية، ما دفع الحكومة العراقية الحالية إلى تمويل المشروع بالكامل من الموازنة العامة نظراً لأهميته الاستراتيجية".

وتابع قائلاً: "تمت إحالة المشروع سابقاً إلى إحدى الشركات، لكنها نكثت بالاتفاق ولم توقع العقد، مما اضطر وزارة النفط إلى إعادة الإعلان عن المشروع، ومع انطلاق عمل الحكومة الحالية تمكنا من استكمال الإجراءات اللازمة وإحالتها إلى ائتلاف شركتين متخصصتين هما (إستا) التركية و(مايكو بيري) الإيطالية، وهما من الشركات المعروفة عالمياً بخبرتها في تنفيذ المشاريع البحرية الكبرى".

ولفت الوزير إلى أن "الشركتين باشرتاً فعلياً بتنفيذ أولى فعاليات المشروع عبر جلب باخرة متخصصة بالمسح البحري بدأت أعمالها في المياه الإقليمية العراقية، تمهيداً لاستكمال مراحل المشروع الأخرى، ونشكر الشركتين بتفاعلها الجاد وسرعة المباشرة بالعمل"، داعياً في الوقت ذاته إلى "الإسراع في التنفيذ وفق الجداول الزمنية المحددة".

وبيّن أن "المشروع سينفذ على ثلاث مراحل: المرحلة الأولى تشمل ربط الأنبوب مع ميناء العمية وإعادة تشغيله تدريجياً، فيما تتضمن المرحلة الثانية ربط الأنبوب بميناء

(HOA) مع شركة إكسون موبيل لتطوير حقل مجنون وتنفيذ مشاريع أخرى خارج العراق تتضمن إنشاء خزانات للنفط العراقي خارج منطقة الخليج بهدف تعزيز المرونة في عمليات التصدير وتحقيق مكاسب مالية إضافية للدولة".

وأوضح الوزير أن "الاتفاقية الموقعة برعاية رئيس الوزراء تمثل الخطوة الأولى ضمن خطة شاملة لإعادة تأهيل منظومة التصدير الجنوبية بالكامل بالتنسيق مع شركة نفط البصرة، لأن زيادة إنتاج النفط من دون زيادة الطاقة التصديرية لن تعود بفائدة اقتصادية كبيرة على البلاد".

وأكد عبد الغني أن "العراق، كعضو رئيسي في منظمة (أوبك)، يحرص على الالتزام بحصته المقررة وعلى الحفاظ على وحدة المنظمة"، مشيراً إلى أن "الطاقة الإنتاجية للعراق حالياً تصل إلى 5.5 ملايين برميل يوميا، إلا أن بغداد تلتزم بالإنتاج المتفق عليه حفاظاً على استقرار السوق النفطية العالمية".

من جانبه، قال مدير مشروع الأنبوب البحري الثالث في شركة نفط البصرة المهندس حسين عزيز لوكالة الأنباء العراقية (واع) إن "إن مشروع الأنبوب البحري الثالث يُعد من أهم المشاريع الاستراتيجية التي تنفذها الحكومة ووزارة النفط وشركة نفط البصرة، لأنه يعزز المرونة العالية في عمليات التصدير من خلال ثلاثة منافذ رئيسية هي ميناء البصرة النفطية، وميناء العمية، والمنصة الأحادية (SPM4)".

مبيّناً أن "قطر الأنبوب يبلغ 48 عقدة، وأن اكتمال المشروع سيشكل نقلة نوعية في منظومة التصدير الوطنية ويعكس إصرار الحكومة على تنفيذ مشاريع استراتيجية كبرى رغم التحديات".

وأضاف أن "العمل انطلق فعلياً من خلال البواخر المتخصصة بأعمال المسح البحري التابعة للائتلاف المنفذ، والتي وصلت من المياه الإقليمية الدولية إلى الميناء العراقي، على أن تتواصل الأعمال بوتيرة متسارعة وفق الخطط التعاقدية المحددة"، مؤكداً أن "الهدف الأساس هو زيادة عمليات التصدير من المنافذ البحرية الجنوبية بما يضمن تدفق النفط العراقي للأسواق العالمية دون انقطاع".

خلال شهر.. البورصة العراقية تتداول ٣٧ مليار سهم بـ ٢٨ مليار دينار

بغداد/ متابعة صوت القلم:



و 238 مليون سهم بقيمة مالية بلغت 28 مليارات و 97 مليوناً و 479 الف دينار من خلال تنفيذ 16903 صفقة، مشيراً إلى أن "مؤشر الأسعار المتداوله ISX60 أغلق على 963.39 نقطة مسجلاً انخفاضاً بنسبة 0.57% عن إغلاقه في الجلسة السابقة". يذكر أن سوق العراق للأوراق المالية، ينظم خمسة جلسات تداول أسبوعياً من الأحد الى الخميس، ومدرج فيه 104 شركات مساهمة عراقية تمثل قطاعات المصارف والاتصالات والصناعة والزراعة والتأمين والاستثمار المالي والسياحة والفنادق.

أعلن سوق العراق للأوراق المالية، تداول 37 مليار سهم بقيمة مالية بلغت أكثر من 28 مليار دينار خلال شهر أيلول الماضي.

ونذكر السوق، في تقرير له: أن "السوق نظم 21 جلسة تداول وكان عدد الشركات المتداولة أسهمها خلال أيلول الماضي بلغت 76 شركة مساهمة، من أصل 104 شركات مدرجة في السوق".

وأضاف أن "عدد الأسهم المتداولة بلغ 37 ملياراً

العراق ثاني أكبر مصدر للنفط إلى الهند في أيلول

بغداد/ متابعة صوت القلم:

جاء العراق بالمرتبة الثانية كأكبر مصدر للنفط الخام إلى الهند خلال شهر سبتمبر/ أيلول الماضي. وذكرت شركة كبلر، أن "روسيا احتفظت بمكانتها كأكبر مورد للنفط إلى الهند في سبتمبر/ أيلول، حيث بلغت حصتها 33.3% من إجمالي واردات النفط الهندية. وبحسب الشركة، فإن الهند استوردت في سبتمبر/ أيلول 1.6 مليون برميل نفط يومياً من روسيا، بانخفاض بلغت نسبته 6% من 1.7 مليون برميل يومياً التي اشترتها في أغسطس/ آب، إلا أن روسيا ما تزال المستورد الرئيسي للهند. وأضافت أن الهند زادت وارداتها من العراق إلى 904 آلاف برميل يومياً، ارتفاعاً من 730 ألف برميل في أغسطس/ آب لتحتل المرتبة الثانية بعد روسيا، فيما جاءت السعودية ثالثاً بالامارات رابعاً. والهند هي ثالث أكبر مستهلك للنفط في العالم، وتعتمد بشكل كبير على الواردات (أكثر من 85%)، وتشترى المصافي الهندية النفط من أكثر من 30 دولة.

الموانئ: حزام اقتصادي على طول طريق التنمية من الفاو إلى تركيا

بغداد/ متابعة صوت القلم:

أكدت شركة موانئ العراق، تحديد القطاعات المستهدفة بالاستثمار في طريق التنمية، وفيما صنفت الفرص الاستثمارية بطريق التنمية إلى 3 مراحل، أشارت إلى أن هناك حزاماً اقتصادياً على طول الطريق من الفاو إلى تركيا.

وقال مدير الشركة، فرحان الفرطوسي للوكالة الرسمية: إن "شركة أوليفر وإيمان وصلت إلى مراحل متقدمة من رسم السياسة العامة لتنفيذ مشروع طريق التنمية"، لافتاً إلى أن "أهم ما توصلت إليه هذه الشركة هو تحديد القطاعات التي سوف تستهدف بالاستثمار، كونه مشروعاً اقتصادياً وليس عبارة عن مشروع طريق".

وأضاف أنه "سيكون هناك حزام اقتصادي على طول هذا الطريق من الفاو إلى تركيا، وبالتالي وصلنا إلى رؤية متكاملة حول الفرص الاستثمارية، وتم تصنيف هذه الفرص الاستثمارية 1 و 2 و 3 حسب جاهزيتها للاستثمار، كون أن التوسعات سوف تكون على جانبي الطريق سواء كانت توسعات اقتصادية أو توسعات سكنية باتجاه الطريق والسكة".

وبين الفرطوسي أنه "تم تصنيف الفرص حسب المواد الأولية لأن العراق غني بعدد من المواد الأولية التي تجعله من الدول الأولى عالمياً بالتصنيع وخصوصاً مادة الأسمدة، إذ يصنف العراق كثاني بلد بالخزين الاستراتيجي لمادة الفوسفات عالمياً، وهكذا باقي مشاريع الطاقة ومشاريع نقل الكابل الضوئي والمشاريع الأخرى".

بعد التراجع الكبير.. ارتفاع صادرات نفط العراق إلى أميركا

بغداد/ متابعة صوت القلم:



آلاف برميل يوميا". كما أشارت الإدارة إلى أن "أكثر الإيرادات النفطية لأميركا خلال الأسبوع الماضي جاءت من كندا بمعدل بلغ 3.600 ملايين برميل يوميا، تليها المكسيك بمعدل 494 الف برميل يوميا، ومن ليبيا بمعدل 225 ألف برميل، ومن نيجيريا بمعدل 219 ألف برميل يوميا". ووفقاً للجدول، فإن "كمية الاستيرادات الأميركية من النفط الخام من البرازيل بلغت معدل 210 آلاف برميل يوميا، و السعودية بلغت معدل 195 ألف برميل يوميا، ومن فنزويلا بمعدل بلغ 194 ألف برميل يوميا، ومن الإكوادور بمعدل 187 ألف برميل يوميا، ومن كولومبيا بمعدل 71 ألف برميل يوميا".

أعلنت إدارة معلومات الطاقة الأميركية، ارتفاع صادرات العراق النفطية إلى الولايات المتحدة خلال الأسبوع الماضي.

وقالت الإدارة في احصائية لها: إن "متوسط الاستيرادات الأميركية من النفط الخام خلال الأسبوع الماضي من 10 دول رئيسية بلغت معدل 5.530 ملايين برميل يوميا مرتفعة بمقدار 317 ألف برميل باليوم عن الأسبوع الذي سبقه والذي بلغ معدل 4.847 ملايين برميل يوميا".

وأضافت أن "صادرات العراق النفطية لأميركا بلغت معدل 135 ألف برميل مرتفعة بمقدار 127 ألف برميل يوميا عن الأسبوع الذي سبقه الذي بلغ معدل 8

ميداليات ملونة للعراق في بطولة العالم لرفع الاثقال البارالمبي



بغداد_متابعة صوت القلم

حقق لاعبا المنتخب الوطني العراقي لرفع الاثقال البارالمبي رضا فياض ورسول كاظم، إنجازاً مميزاً في بطولة العالم المقامة حالياً في جمهورية مصر العربية وتستمر لغاية 19 من تشرين الأول الحالي.

وقال عقيل حميد رئيس الاتحاد العراقي لرفع الاثقال البارالمبي، لوكالة شفق نيوز، إن "الرباع رسول كاظم، حصل على الوسام البرونزي بعد منافسة قوية مع أبطال الصين وأوزبكستان".

وأضاف أن "الرباع رضا فياض، حصل على وسام ذهبي لفئة الناشئين في المجموع 260 نقطة، والوسام الفضي للفرد بعد أن رفع 133 كغم".

وكانت لجنة الحكام في الاتحاد الدولي كلفت الحكم الدولي العراقي شيماء حسن، لإدارة عدد من النزالات الهامة في بطولة العالم الجارية حالياً في مصر بمشاركة دولية واسعة.

أرنولد: لا وقت للاحتفال.. الضغط الآن على السعودية وزيدان أبهرني



بغداد_متابعة صوت القلم

أبدى مدرب المنتخب العراقي غراهام أرنولد رضاه عن فوز أسود الرافدين على نظيره الإندونيسي بهدف دون رد، في الجولة الأولى من تصفيات الملحق الآسيوي المؤهل إلى كأس العالم 2026. لكنه شدد على أن الطريق ما زال طويلاً، داعياً إلى عدم المبالغة في الاحتفال بهذه المرحلة المبكرة من المنافسات.

وقال أرنولد في المؤتمر الصحفي الذي أعقب المباراة: "نعم، أنا فخور جداً باللعبين على جهودهم وعملهم، لكننا قادرين على تقديم أداء أفضل. فزنا بمباراة واحدة فقط، وهذا جيد، لكن الأهم الآن هو التعافي والنوم الجيد والاستعداد لمباراة الثلاثاء أمام السعودية".

في العراق منذ خمسة أيام، وهذا يشكل عامل ضغط عليهم.

وتابع أرنولد: "حلم التأهل ليس للاعبين فقط، بل لل جماهير العراقية أيضاً، ولهذا أقول لا تحتفلوا الآن، لا يزال أمامنا شوط آخر لننجزه".

ليفاندوفسكي يرفض الفرص العربية.. وبرشلونة يقرر الإطاحة به



بغداد_متابعة صوت القلم

يستعد برشلونة لاتخاذ خطوة حاسمة بشأن مستقبل مهاجمه البولندي المخضرم، روبرت ليفاندوفسكي، إذ تتجه النية داخل النادي الكتالوني نحو عدم تجديد عقده، بالتزامن مع بدء التحرك الفعلي للبحث عن بديل مناسب في الخط الهجومي، استعداداً للموسم المقبل.

ووفقاً لصحيفة "سبورت" الإسبانية، فإن قرار برشلونة بعدم تمديد عقد ليفاندوفسكي بات شبه مؤكد، مع تزايد القناعة داخل الإدارة بأن اللاعب، رغم قيمته وخبرته، لم يعد قادراً على تقديم نفس المرود البدني والفني، الذي قدّمه في موسمه الأول، حين أحرز 33 هدفاً في جميع المسابقات، وساهم في حصد لقب الدوري الإسباني (2022-2023).

أما في الموسم الماضي، فقد تراجع رصيده إلى 24 هدفاً فقط، في مؤشر واضح على انخفاض فعاليته أمام المرمى. وترى الإدارة الرياضية بقيادة ديكو، أن المرحلة التي قضاها المهاجم

إلى نهايتها الطبيعية، خصوصاً مع بلوغه السابعة والثلاثين من عمره، وتراجع قدرته على الضغط والمساهمة في إيقاع اللعب الجماعي، الذي يفرضه المدرب هانز فليك في الفترة الحالية.

وتشير تقارير صحفية إلى أن فليك نفسه لا يمانع في رحيله، إن أتيح بديل قادر على التأقلم سريعاً مع منظومة الفريق.

وقد بدأ برشلونة فعلياً في وضع خطة لتأمين مركز المهاجم الصريح، إذ أدرج النادي هذا الملف ضمن أولويات الميركاتو القادم، إلى جانب تدعيم مركز الظهير الأيمن وخط الوسط الدفاعي.

وتوضح المصادر أن البارسا لا يعجز عن التوجه نحو أسماء كبرى باهظة الثمن، مثل جوليان ألفاريز نجم أتلتيكو مدريد، بل يفضل التعاقد مع لاعب صاعد، قادر على التطور داخل النادي.

ويُذكر من بين الخيارات المطروحة اسم المهاجم الكاميريوني، كارل إيتا إيونج، لاعب ليفانتي، الذي لفت الأنظار بأدائه القوي وسرعته في إنهاء الهجمات.

أينهاء الهجمات.

إسبانيا تحافظ على الصدارة بثنائية في شبك جورجيا



بغداد_متابعة صوت القلم

لكن الحكم الليتواني مانفريديس لوكياناشوكاس، وبعد مراجعة تقنية الفيديو، قرر استمرار اللعب.

وفي الدقيقة 24 بعد هجمة جماعية مثالية، تقدم لاعبو لاروخا بالهدف الأول، بدأت من قدم بيدري الذي مرر كرة ذكية إلى داخل المنطقة، ليحولها في نورماند بلمسة خادعة إلى ييريمي بينو، الذي أسكنها الشباك معلناً الهدف الأول لإسبانيا وسط تصفيق جماهير إتش. وبعد مراجعة قصيرة من VAR، تأكدت صحة الهدف.

وأيارزابال كاد يضاعف النتيجة بتسديدة قوية تصدى لها الحارس الجورجي، ثم أتتحت لميرينو فرصة أخرى بعد تمريرة رائعة من أيارزابال لكنها مرت فوق العارضة بقليل.

ومع نهاية الشوط الأول، استمر الضغط الإسباني دون أن تتغير النتيجة، ليعلن الحكم عن استراحة بين شوطي اللقاء بتقدم مستحق لأصحاب الأرض بهدف دون رد. وفي الشوط الثاني، خرجت إسبانيا أكثر إصراراً على تأكيد تفوقها. خلال الدقائق الخمس الأولى فقط، أضاع فيران توريس فرصتين محققتين أمام المرمى، الأولى برأسية علت العارضة، والثانية بعد انفراد صريح بالحارس مامارداشفيلي الذي أغلق زاويته ببراعة.

وفي الدقيقة 61، جاءت كرة ثابتة قرب منطقة الجزاء لتفتتح الطريق أمام الهدف

حقق منتخب إسبانيا الانتصار بنتيجة (2-0) على جورجيا، مساء اليوم السبت، على ملعب "مارتينيز فاليرو" بمدينة إتش، ضمن التصفيات الأوروبية المؤهلة لكأس العالم 2026.

وواصل "لاروخا" طريقه نحو كأس العالم 2026 بانتصار مهم على ضيفه الجورجي، في مباراة سيطر عليها الإسبان من بدايتها حتى صافرة النهاية، مؤكداً تفوقه الفني والبدني على خصمه الذي اكتفى بالدفاع ومحاوله الصمود أمام المد الهجومي الإسباني.

وسجل منتخب إسبانيا يرمي بينو وميكيل أويارزابال في الدقائق 24 و64. وبهذا الانتصار رفع المنتخب الإسباني رصيده إلى 9 نقاط في صدارة جدول ترتيب المجموعة الخامسة، بينما تجرد رصيد منتخب جورجيا عند 3 نقاط في المركز الثالث.

منذ الدقائق الأولى، فرضت إسبانيا أسلوبها المعتاد بالاستحواذ على الكرة والضغط العالي، بينما تركز لاعبو جورجيا في مناطقهم الخلفية، في انتظار أي خطأ يمكن استغلاله.

ومع الدقيقة 5، بدأ الخطر الإسباني يظهر بوضوح حين طالب فيران توريس بركلة جزاء بعد تدخل من كوتشوراشفيلي،

عملاق إيطالي يلقي إندريك طوق النجاة

وقال موريتو: "يرغب إندريك في الحصول على المزيد من وقت اللعب، خصوصاً مع اقتراب كأس العالم 2026.. كما يرغب مدرب المنتخب البرازيلي، كارلو أنشيلوتي، في حصول المهاجم الشاب على وقت لعب منتظم قبل البطولة".

وأضاف: "نظراً لقلّة مشاركته مع ريال مدريد، فإن جميع الأطراف ستقوم بتقييم الموقف خلال الأسابيع المقبلة، لمعرفة ما إذا كان انتقال إندريك على سبيل الإعارة في يناير سيكون الخيار الأفضل، وإيطاليا تُعد إحدى الوجهات المحتملة للاعب البالغ من العمر 19 عاماً".

خاصةً في ظل معاناته للحصول على دقائق لعب كافية، تحت قيادة مدربه الإسباني تشابي أونسو. وبحسب الصحفي الإيطالي ماتيو موريتو، فإن يوفنتوس تواصل مع ريال مدريد خلال الصيف الماضي، للحصول على معلومات تتعلق بإمكانية ضم إندريك، إلى جانب استفسارات مماثلة من أندية إيطالية وإسبانية وألمانية.

لكن النادي الملكي قرر الاحتفاظ بالمهاجم البرازيلي ضمن صفوفه. ومع ذلك، لم يشارك اللاعب حتى الآن في أي مباراة بالدوري الإسباني أو دوري أبطال أوروبا، هذا الموسم.

بغداد_متابعة صوت القلم

استفسر يوفنتوس عن النجم البرازيلي إندريك، مهاجم ريال مدريد، خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية، في محاولة من النادي الإيطالي لتعزيز صفوفه بلاعب موهوب صغير السن، غير أن الصفقة لم تكتمل، ليستمر اللاعب في صفوف النادي الملكي.

رغم ذلك، فإن احتمالية انتقال إندريك إلى الدوري الإيطالي ما تزال قائمة، خلال فترة الانتقالات الشتوية المقبلة،

برنم مذهل.. هالاند يتفوق على ميسي ورونالدو

وتفوق هالاند على نجوم كبار مثل هاري كين (71 مباراة)، ونيمار دا سيلفا (74 مباراة)، وكيليان مبابي (90 مباراة)، وروبرت ليفاندوفسكي (90 مباراة)، وليونيل ميسي (107 مباريات)، وكريستيانو رونالدو (114 مباراة).

وأحرز هالاند هذا الموسم 21 هدفاً، في 12 مباراة رفقة مانشستر سيتي ومنتخب النرويج، كما تمكن من التسجيل في آخر عشر مباريات متتالية.

وسجل النجم النرويجي ثمانية أهداف، في آخر مباراتين فقط مع منتخب بلاده، بواقع "هاتريك" ضد الكيان الصهيوني و"ميجا هاتريك" ضد مولدوفا، وكلتاهما ضمن تصفيات كأس العالم.



بغداد_متابعة صوت القلم

قدّم إيرلينج هالاند، نجم منتخب النرويج ومانشستر سيتي، أداءً مثاليًا ضد الكيان الصهيوني، ضمن التصفيات المؤهلة إلى بطولة كأس العالم 2026، في المباراة التي شهدت فوز النرويج (5-0) اليوم السبت. وأهدر هالاند ركلة جزاء مرتين بعد إعادتها، قبل أن يتألق ويسجل ثلاثة أهداف "هاتريك" في المباراة. وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فقد رفع هالاند رصيده من الأهداف مع النرويج إلى 51، ليصبح أسرع لاعب في التاريخ يصل إلى 50 هدفاً مع منتخبه، بعدما حقق ذلك في 46 مباراة فقط.

الجدول الرياضي

التصفيات المؤهلة لكأس العالم (أوروبا)

البلد	النقاط	الوقت
فرنسا	21:45	أيسلندا
ألمانيا	21:45	إيرلندا الشمالية
بلجيكا	21:45	ويلز
أذربيجان	21:45	أوكرانيا
كوسوفو	21:45	السويد
سويسرا	21:45	سلوفاكيا

علاقات مجتمعية..

للمتزوجين.. لا تحل الخلافات العائلية قبل النوم



في كثير من الأحيان، ينتهي اليوم بمشاعر سلبية بين الزوجين بسبب خلاف لم يُحل، خاصة إذا تراكم الحديث عنه طوال اليوم. ويعتقد كثيرون بأن أفضل حل هو عدم الذهاب إلى الفراش غاضبين، لكن خبراء العلاقات يرون أن هذه القاعدة قد تكون مضللة، بل أحياناً ضارة. وبهذا الصدد، قالت سامانثا ويتن، أخصائية علم النفس السريري في ماريلاند: "هذا خطأ تماماً. ما يحدث غالباً هو أن الزوجين يتشاجران حين يكونان متعبين، وهذا لا يؤدي إلى حل حقيقي".

لماذا لا يجب الإصرار على حل الخلاف قبل النوم؟
الجدال في وقت متأخر من الليل غالباً لا يثمر، خاصة عندما يكون الطرفان في حالة إرهاق أو توتر. ووفقاً لما تشير إليه ويتن، فإن النقاش في مثل هذه الظروف يعرض العلاقة لخطر التوتر الإضافي، وليس الحل.

وذكرت مفهوم "هالت"، وهو تذكير نفسي بعدم الدخول في مناقشات جديّة أثناء الجوع أو الغضب أو الوحدة أو التعب. ما الحل؟
رأت سابرينا رومانوف، أخصائية علم النفس السريري في نيويورك، أن الاعتراف بوجود مشكلة والتوقف قليلاً لتحديد وقت

اخطاء ومحاذير..

احذروا تأثير الملونات الصناعية «الخفي» على مناعة أطفالكم

كشفت دراسة علمية حديثة عن صلة مقلقة بين المضافات الغذائية ومسارات المناعة لدى الأطفال، ما يشير إلى احتمال أن تكون هذه المواد عاملاً في زيادة حدة أعراض الربو.

وأوضح الباحثون أن بعض المضافات المنتشرة في الأطعمة فائقة التصنيع، مثل المحليات الصناعية، والملونات، والمواد الحافظة، قد تؤدي إلى اضطرابات في الجهاز المناعي للأطفال، ما يقام حالات الربو لديهم. وتستخدم هذه المضافات عادة لتحسين الطعم والمظهر أو لإطالة مدة صلاحية المنتجات.

وبيّنت الدراسة أن الأطفال يستهلكون كميات أكبر من هذه الأطعمة مقارنة بالبالغين، ما يجعلهم أكثر عرضة للتأثيرات الجانبية التي تشمل الحساسية، وفرط النشاط، واضطرابات الانتباه، ونوبات الربو.

كما رُبطت بعض المواد مثل بنزوات الصوديوم وميثيل بارابين بحساسية الجلد وتدهور الحالة التنفسية. واعتمد فريق البحث على تحليل عينات دم لـ 240 طفلاً (120 مصاباً بالربو و120

جمال واناقة

تعلمي وضع أحمر الخدود وفقاً لشكل وجهك

باتجاه خط شعرك. نصيحة احترافية: لجعل أحمر الخدود يبدو طوال اليوم، بعد وضع كريم الأساس، ضع أحمر خدود كريمي وامزجيه بأطراف أصابعك ثم ضعيه بوردرة تثبیت ووزعي عليها بوردرة أحمر خدود في نفس نطاق الظل مثل أحمر الخدود الكريمي.

إذا كان وجهك طويلاً، ضع أحمر الخدود أسفل مركز عينيك مباشرة وامزجيه للخارج في شكل نصف دائرة خفيف أو خط مستقيم. للوجه على شكل قلب لشكل الوجه هذا، ضع أحمر الخدود أسفل وتجاه الحافة الخارجية لتفاح وجنتيك وادمجيه للخارج وللأعلى

الخدود في منتصف عظام الوجنتين، على بعد بضعة سنتيمترات من جانب أنفك وادمجيه للخارج. للوجه المستدير اجعلي أحمر الخدود يظهر بشكل زاوية ابدئي من نقطة أسفل عظام وجنتيك مباشرة وامزجيه لأعلى وللخارج. للوجه الطويل

يناسب شكل وجهك للوجه المربع وازني حواف شكل وجهك عن طريق وضع أحمر الخدود على تفاحة وجنتيك وامزجيه في حركات دائرية باستخدام الفرشاة. للوجه البيضاوي لأشكال الوجوه البيضاوية، ضع أحمر

تعتبر القاعدة الأولى للمكياج أنه لا توجد قواعد وفي نفس الوقت مقاس واحد لا يناسب الجميع، فهل تعلمين أنه نفس الشيء مع أحمر الخدود؟ اعتماداً على شكل وجهك، يمكنك وضع أحمر الخدود في نقاط معينة على وجهك لإبراز جماله. طريقة وضع أحمر الخدود بحسب ما

سلوكيات

طرق علاج وأسباب إدمان الإنترنت لدى المراهقين

أصبحت المجتمعات في هذا الوقت تواكب موجة هائلة من التطور التكنولوجي بكافة مجالاته وفي كل مناحي الحياة بحيث أصبح وجود التكنولوجيا أمراً حتمياً في أيامنا هذه، ومن أهم نتائج الثورة التكنولوجية الإنترنت والذي بات يدخل في كل أعمالنا وحياتنا ولكن كثرة استخدامه أنتج خطر إدمان الإنترنت والذي يُعد حالة نظرية من الاستخدام المفرط للشبكة العنكبوتية وذلك يؤدي إلى أمراض تتبّعها واضطرابات في الفكر والسلوك، وهذا الإدمان يأتي نتيجة لوجود الفراغ الكبير في اليوم والملل، وسوء تنظيم الوقت، إضافة إلى المغريات المتوافرة فيه، ويُعتبر سنّ المراهقة الفترة الأمثل للتوجّه إلى الإنترنت وإدمانه، فكيف يُمكن علاج إدمان الإنترنت لدى المراهقين.

تظهر مشكلة إدمان الإنترنت في الغالب عند المراهقين من سن 14 إلى 20 عاماً، بحيث يكون الإنسان في هذه الفترة يعيش أغلب وقته في الحلم والخيال لـدّ يلجؤون إلى الإنترنت لكثرة أبوابه ومجالاته التي يُتيحها، إضافة إلى ميل المراهق إلى التفرّد والشعور بالقوة والتمكّن وحرية اتخاذ القرار.

وقد وجدت الدراسات والإحصاءات التي أجريت على عددٍ من المراهقين أنّ نسبة 10% من المراهقين يدمنون الإنترنت بشكل مرّضي ووجد أنّ أغلبهم يواجهون مشاكل عائلية أو دراسية أو عاطفية.

هناك العديد من الطرق والخطوات التي تساعد إلى حدّ كبير في علاج إدمان الإنترنت لدى المراهقين، ومنها التالي: ممارسة العكس، ويُقصد بها تحديد مدى ونمط إدمان الإنترنت ومحاولة تعديل وكسر هذا الروتين أو النمط وذلك من خلال وضع خطط وأنشطة أو مهام للقيام بها في الوقت المعتاد استخدام الإنترنت به، فمثلاً إذا كان من المعتاد للشخص أن يتفقد بريده الإلكتروني فور الاستيقاظ من النوم أن يتم تأجيله إلى بعد الإفطار، وهكذا.

إعادة توزيع الوقت، بأن يُشغل الشخص وقته بأنشطة كان يستمتع بالقيام بها قبل إدمانه مثل ممارسة الرياضة، أو الاسترخاء.

ورقة السلبيات، أن يكتب الشخص كافة الأمور السلبية المترتبة على استخدامه الإنترنت لفتراتٍ طويلةٍ مثل إضاعة الوقت، تراكم الأعمال والواجبات، الاكتئاب.

تحديد وقتٍ ومدّةٍ محدّدة لاستخدام الإنترنت في اليوم الواحد مهما كانت الظروف والحرص على الالتزام بها.

وضع الأهداف الأسبوعية وتحديد الأهداف التي تمّ تحقيقها في كل يوم بهدف التذكير والتشجيع على الاستمرار والمواظبة على التخلص من مرض الإدمان.

الامتناع التام، ويتمّ أخذ هذه الخطوة بعين الاعتبار في حال كان الشخص المدمن على الإنترنت مهووساً في الدخول إلى غرف الحوارات أو النقاشات بشكل كبير فيمنع عنها بشكل تام وكامل حتى تصبح لديه ليست بالأمر الهامّ.



افردى رقائق الكلاج، وادهنيها بخليط البيض والحليب.

ضعي كمية من خليط الأجبان على رقائق الكلاج ولفيها على شكل رول.

ضعي رولات الجبن المحشية في صينية الفرن على شكل دوائر.

صبي ما تبقى من خليط البيض والحليب فوق رولات الجبن الجاهزة.

أدخلي الصينية للفرن على درجة حرارة 180 مدة 15 دقيقة.

بورك الجبنة على الطريقة التركية

- جبن موزاريلا : 250 غراماً
- جبنة شيدر : 250 غراماً
- بقونس : نصف كوب
- البيض : 2 حبة
- حليب : كوب
- عجينة الكلاج : حسب الحاجة
- طريقة التحضير:
- اخطي الأجبان في طبق جانبي.
- أضيفي البقدونس المفروم.
- اخطي البيض مع الحليب.



المقادير:

- جبن عكاوي : 250 غراماً

دراسات علمية

دراسة تقدم نتائج سعيدة لمدمني الشاي



عند النساء.

على سبيل المثال، وجدت دراسة أجريت عام 2022، وشملت 3530 امرأة بعد انقطاع الطمث، أن المشاركات اللواتي تناولن من كوباً إلى ثلاثة أكواب من الشاي الأخضر يومياً، انخفضت لديهن معدلات الإصابة بهشاشة العظام بشكل ملحوظ، مقارنةً بالنساء اللواتي لم يتناولن الشاي الأخضر أو تناولن أقل من كوب واحد يومياً. نظرة مختلفة على الشاي وصحة

العظام استندت معظم الأبحاث المتعلقة بتأثيرات تناول الشاي الإيجابية على صحة العظام إلى حدٍ كبير على بيانات الرصد، مما يجعل من الصعب إثبات وجود علاقة سببية. لتغيير منظور دراسة الشاي وصحة العظام، استكشف باحثون في الصين العلاقة المحتملة دون الاعتماد على بيانات الرصد.

بدلاً من ذلك، أجررو تحليلات عشوائية مندلوية، أي أنهم استخدموا الاختلافات الجينية لمساعدتهم على استخلاص النتائج والتحكم في المتغيرات التي قد تؤثر على النتائج.

في النهاية، كان الباحثون يتطلعون إلى معرفة مدى تحسن كثافة المعادن في عظام الجسم الكلية بناءً على استهلاك الشاي.

تعدّ كثافة المعادن الصحية في العظام أمراً بالغ الأهمية لأنها مؤشر على قوة العظام وصحتها العامة. قد تقلل كثافة العظام

يُعدّ تناول الكثير من الأطعمة الغنية بالكالسيوم وممارسة التمارين الرياضية المكثفة من التوصيات الشائعة لصحة العظام، بالإضافة إلى تجنب المشروبات التي تحتوي على الكافيين مثل الشاي والقهوة. ولكن إذا كنت من محبي الشاي وترغب أيضاً في عظام قوية، فقد يكون ذلك خياراً جيداً، بحسب الأبحاث.

ماذا تقول الأبحاث؟

في حين أن بعض الأبحاث قد وجدت أن استهلاك الكافيين قد لا يكون الصديق الأفضل لجسمك فيما يتعلق بصحة العظام، تشير الأدلة إلى أن فوائد المركبات النشطة بيولوجياً الأخرى في الشاي تفوق أي مساوئ لحوائه من الكافيين، وفقاً لموقع "فيري ويل هيلث".

أظهرت الدراسات القائمة على الملاحظة أن استهلاك الشاي لا يساهم في فقدان الكالسيوم أو انخفاض كثافة العظام. يعتقد الباحثون أن الفوائد المضادة



الخطة ال فلسطينية؟!!

عبد المنعم سعيد



في ٢٩ سبتمبر الماضي طرح الرئيس ترامب مبادرة بعد أن حصل على موافقة «نيثانياهو» عليها؛ وفي مساء ٣ أكتوبر وافقت حماس على المبادرة ليس على الطريقة الفلسطينية؛ «لعمم»؛ وإنما بنعم صريحة. الأصل في الموضوع أن الفلسطينيين يريدون نهاية الاحتلال الإسرائيلي منذ ٤ يونيو ١٩٦٧ وإقامة الدولة الفلسطينية عليها. حماس من ناحيتها تريد الخلاص من إسرائيل كلها.

الإسرائيليون يريدون السلام والأمن على الأرض التي سيطروا عليها منذ عام ١٩٤٨؛ بينما بنيناها وتابعوه يريدون تدمير حماس والقضاء على الطموحات الفلسطينية في الدولة. المبادرة الأمريكية تمنع عن مسار فلسطيني لتقرير المصير ضمن أمن إسرائيل. في الشكل فإن القضية تعود مرة أخرى إلى تقسيم فلسطين الجغرافية إلى دولتين الذي كان مقبولاً من إسرائيل ومرفوضاً لغياب العدل من الفلسطينيين والعرب؛ لكن الشكل لا يؤثر مسألة العلاقة بينهما؛ والموضوع يبقى أن هناك دولة إسرائيلية قامت وتوسعت منذ ٧٧ عاماً.

تاريخياً فإن الفلسطينيين لم تقم دولتهم المقررة وفق قرار التقسيم؛ ولكنها حصلت على سلطة وطنية على أرض فلسطينية وفقاً لاتفاق أوسلو وهي الأرض التي تشير لها مبادرة السلام المطروحة.

الإشكالية الأولى أمام المبادرة التي تبدأ بوقف إطلاق النار في غزة، ويتلوه تبادل المحتجزين الإسرائيليين والأسرى الفلسطينيين، وبعد ذلك التسوية والسلام؛ أن الطرف الذي يمثل الفلسطينيين - حماس - ليس هو الطرف المعترف به دولياً بأنه الممثل الشرعي الوحيد للشعب الفلسطيني كما أنه الطرف الذي ضد التسوية والسلام وفي نفس الوقت يحمل السلاح. أما الإشكالية الثانية فهي أنه لا يمكن قيام الدولة الفلسطينية دون التخلص من حماس وسلاحها؛ فأحد شروط قيام الدولة هو أنها تحتكر «الاستخدام الشرعي للسلاح».

الإشكالية الثالثة أن حماس أقامت شرعية وجودها التفاوضي على استخدامها السلاح من أجل فصل غزة عن الضفة الغربية؛ ومعها احتكار قرارات الحرب والسلام مع إسرائيل طوال العقود الثلاثة الماضية بما فيها قرار الحرب الأخيرة.

تعيين ياسر جلال عضواً بمجلس الشيخوخ

جلال، داخل أحد المراكز الحكومية بمحافظة الجيزة، حيث تقدم بطلب لاستخراج صحيفة الحالة الجنائية، وهي الوثيقة الرسمية التي تطلب عادة في عدد من الإجراءات القانونية والإدارية.

ووفقاً لمصدر من داخل المكتب، فإن الصحيفة موجهة إلى مجلس الشيخوخ، ما فتح باب التكهانات حول نية ياسر جلال المحتملة في خوض تجربة العمل النيابي أو السياسي خلال المرحلة المقبلة. يشار إلى أن ياسر جلال يحظى بجماهيرية واسعة في الشارع المصري والعربي، وقد عُرف عنه التزامه الفني وابتعاده عن إثارة الجدل، وهو ما قد يُكسبه ثقة الشارع في حال قرر الترشح رسمياً.

أصدر الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي قراراً جمهورياً بتعيين الفنان ياسر جلال عضواً بمجلس الشيخوخ، ضمن قائمة الأعضاء المعيّنين بقرار رئاسي، وذلك تقديراً لمسيرته الفنية المتميزة ودوره البارز في دعم القضايا الوطنية من خلال أعماله الفنية الهادفة. ويُعد هذا القرار تكريماً جديداً للفنان ياسر جلال الذي استطاع خلال السنوات الأخيرة أن يرسخ مكانته كأحد أبرز نجوم الدراما المصرية، من خلال أعماله التي تناولت قضايا المجتمع والهوية المصرية، مثل مسلسلات الاختيار ورحيم وظل الرئيس وغيرها.

وفي وقت سابق، ظهر الفنان ياسر

ليلة وول ستريت الدامية تطيح بـ٦٩ مليار دولار من ثروات أغنى مليارديرات العالم!



«أمازون» جيف بيزوس فقد تراجعت ثروته 10.2 مليار دولار. بينما هبطت ثروة الشريك المؤسس لشركة «ميتا بلاتفورمز» مارك زوكربيرغ بنحو 9.7 مليار دولار. ورغم حصته الصغيرة في «إنفيديا» إلا أن ثروة مؤسس الشركة جنسن هوانغ تقلصت بنحو 8 مليارات دولار.

وحتى أسرع المليارديرات صعوداً هذا العام لاري إيسون فقد تراجعت ثروته بنحو 5.2 مليار دولار. بينما فقد الشريك المؤسس لشركة «ديل» مايكل ديل نحو 6 مليارات دولار من ثروته.

وتسببت تصريحات الرئيس الأمريكي في كبح موجة الصعود القوية التي شهدتها قطاع التكنولوجيا خلال الشهور الأخيرة، والمبنية على توسع استثمارات بمئات المليارات في بنية الذكاء الاصطناعي التحتية. تصدر إيلون ماسك قائمة الأكثر خسارة بعدما فقدت أسهم شركته للسيارات الكهربائية أكثر من 70 مليار دولار من قيمتها السوقية، ليشهد انخفاض ثروته إلى 437 مليار دولار متراجعة 15.8 مليار دولار في ليلة واحدة. أما الرئيس التنفيذي لشركة

كان من الصعب الإفلات من الانهيار الذي ضرب الأسهم الأمريكية يوم الجمعة الماضي، حيث تبحرت عشرات المليارات من ثروات فاحشي الثراء بقيادة الرئيس التنفيذي لشركة «تسلا» إيلون ماسك. وخسر أغنى 10 أشخاص في العالم ما يقرب من 69 مليار دولار، جميعهم من الولايات المتحدة باستثناء أغنى رجل في أوروبا (برنارد أرنو).

وفقدت «وول ستريت» وحدها أكثر من تريليوني دولار تمثل نحو ثلثي خسائر أسواق الأسهم العالمية بعد عودة الحديث عن الحرب التجارية بين الولايات المتحدة والصين.

وجاءت هذه التراجعات بعد أن هدد الرئيس الأمريكي دونالد ترامب بفرض «زيادة ضخمة» في الرسوم الجمركية على الواردات الصينية، قبل أن يعلن لاحقاً أن الولايات المتحدة ستفرض رسوماً بنسبة 100% على الواردات من الصين، اعتباراً من الأول من نوفمبر المقبل، إضافة إلى قيود على تصدير «البرمجيات الحيوية»، ما زاد الضغوط على أسهم التكنولوجيا في جلسات ما بعد الإغلاق.

ميرهان حسين تعلن عن دخولها مجال الغناء

تامر حسني في فيلمه «عمر وسلمي»، الجزء الثاني عام 2009. وبعدها استمرت في عالم التمثيل، وشاركت في العديد من الأعمال الفنية بالدراما والسينما.

في سياق آخر، كشفت ميرهان حسين عن استكمال تصوير مشاهدتها في فيلم «الحارس»، الذي يجتمعها بالفنان هاني سلامة في السينما، وتجسد ميرهان خلال أحداث فيلم «الحارس»، شخصية صانعة محتوى على السوشيال ميديا؛ خاصة وأن موضوع الفيلم يتحور حول التأثيرات المظلمة لوسائل التواصل الاجتماعي على حياة صنّاع المحتوى. ويستكشف الفيلم كيف يصبح هؤلاء مشاهير فجأة ويجنون ثروات طائلة، كل ذلك في إطار مشوّق وملهي بالغموض. على جانب آخر، تنتظر ميرهان حسين عرض فيلم «الغربان» خلال الفترة المقبلة؛ حيث تم الانتهاء من تصوير كافة مشاهدته بعد فترة طويلة من التصوير، وتدور أحداثه في عام 1941 عن الحرب العالمية الثانية، ومعركة رومل في العلمين.



في مفاجأة لكل جمهورها ومحبيها، أعلنت الفنانة ميرهان حسين عن دخولها مجال الغناء؛ كاشفة عن أحدث أعمالها وعن جديدها في عالم الفن. كشفت الفنانة الشابة ميرهان حسين خلال اللقاء عن أحدث نشاطاتها الفنية، وهو دخولها مجال الغناء؛ حيث قالت: «بحضر أغاني وهدخل عالم الغناء قريباً، وغالباً هتبقى

الغروب. لكن علماء الفلك حذروا من أن هذا المشروع قد يؤدي إلى تلوث ضوئي اصطناعي هائل، يعطل المراصد الفلكية ويشوه الرؤية التكنولوجية بسيطة الطبيعية للسماء.

عين على العالم

«ضوء الشمس عند الطلب».. مشروع فضائي يهدد ظلمة الأرض



أثار مشروع أميركي جديد موجة من القلق بين علماء الفلك حول العالم، بعد إعلان شركة ناشئة في كاليفورنيا، تدعى Reflect Orbital، عن خطط لإطلاق كوكبة من الأقمار الاصطناعية مصممة خصيصاً لعكس ضوء الشمس نحو الأرض، حتى بعد غروبها، لتوفير ما تصفه بـ «ضوء شمس عند الطلب».

ووفقاً للشركة، فإن هذه الأقمار ستستخدم مرايا ضخمة لعكس أشعة الشمس نحو مزارع الطاقة الشمسية، لتوفير مصدر إضافي للطاقة النظيفة في ساعات الليل.

قال بن نواك، مؤسس الشركة، في فيديو نشره على منصة «X»، «نريد أن نوفر ضوء الشمس حتى بعد غروبها، باستخدام تكنولوجيا بسيطة الطبيعية للسماء.

الصين تكشف عن أول روبوت مقاوم للتغيرات الجوية

كشفت شركة التكنولوجيا الصينية ديب روباتيكس (Deep Robotics) عن روبوت صناعي يحمل اسم «DR02»، وهو روبوت شبيه بالبشر مصمم للعمل في جميع الظروف الجوية. وتقول الشركة بحسب تقرير لموقع «إنترستينغ إنجنيرينغ» إنه «أول روبوت شبيه بالبشر في العالم يحصل على تصنيف الحماية IP66»، ما يجعله قادراً على مقاومة الغبار والمطر. وتواجه معظم الروبوتات المتوفرة في السوق صعوبة في العمل في الظروف الواقعية التي تتغير فيها درجات الحرارة، مما يحد من استخدامها العملي.

وتسعى «ديب روباتيكس» إلى التغلب على هذا التحدي الكبير من خلال روبوتها «DR02»، وعلى عكس منافسيها مثل «Agi-bot» و«Unitree Robotics» و«UBTech»، يتميز «DR02» بتصنيف حماية IP66، ما يجعله مقاوماً بدرجة عالية للغبار والماء.

ويبلغ ارتفاع الروبوت 175 سم ويزن حوالي 65 كغم، وهو مصمم لتحمل الظروف الخارجية، ويمكنه العمل في درجات حرارة تتراوح بين 20 تحت الصفر و55 تحت الصفر، ويتحمل الرطوبة والمطر والغبار.

ويتمتع «DR02» بسرعة سير عادية تبلغ 1.5 متر/ثانية، ويمكنه التسارع إلى 4 أمتار/ثانية عند الحاجة، ويمكن للروبوت أيضاً تسلق منحدرات بزاوية ميل تصل إلى 20 درجة، ورفع ما يصل إلى 10 كغم.

ويمكن للمهندسين تبديل مكونات الروبوت الرئيسية بسرعة، بما في ذلك الأذرع والأرجل، لتقليل وقت توقف الروبوت أثناء الصيانة عند الحاجة.

وفقاً لـ «ديب روباتيكس» يوفر «DR02» قوة حوسبة تبلغ 275 تريليون عملية في الثانية، ويتميز بمجموعة متطورة من أجهزة الاستشعار، بما في ذلك تقنية «LiDAR»، وأجهزة استشعار العمق، وكاميرات بزاوية واسعة.

إعلانك في صوت القلم يضمن لك الانتشار الأوسع

للتواصل

07730004671

sawtalqalam8@gmail.com

alnasday@yahoo.com

