

أكدت وزارة النفط، أن معامل الغاز في بغداد والمحافظات تعمل بشكل مستمر. وذكرت الوزارة في بيان: أن "معامل الغاز في بغداد والمحافظات تعمل بشكل مستمر، ولا يوجد أي حادث حريق أو غيره من الحوادث، كما أشاعت بعض مواقع التواصل الاجتماعي ووسائل الإعلام". وأضاف البيان "تهيب الوزارة بوسائل الإعلام توخي الدقة في نقل المعلومات، وعدم الترويج لأي معلومات تخص القطاع النفطي في البلاد دون استئذانها من مصادرها الرسمية في الوزارة".

وافق على تكريم المنتخب الوطني بعد التأهل الى نهائيات كأس العالم

مجلس الوزراء: استثناء شركة تسويق النفط ((سومو)) من تعليمات تنفيذ العقود

البرلمان يعدل جدول أعمال جلسة اليوم

الجان والقراءة الأولى لمشروع قانون التعديل الخامس لقانون الطيران المدني رقم ١٤٨ لسنة ١٩٧٧، إضافة الى القراءة الأولى لمقترح قانون المحافظيات غير المنتظمة في اقليم". وأشارت الى ان «الجلسة تبدأ الساعة الحادية عشرة صباحاً».

بغداد / صوت القلم:

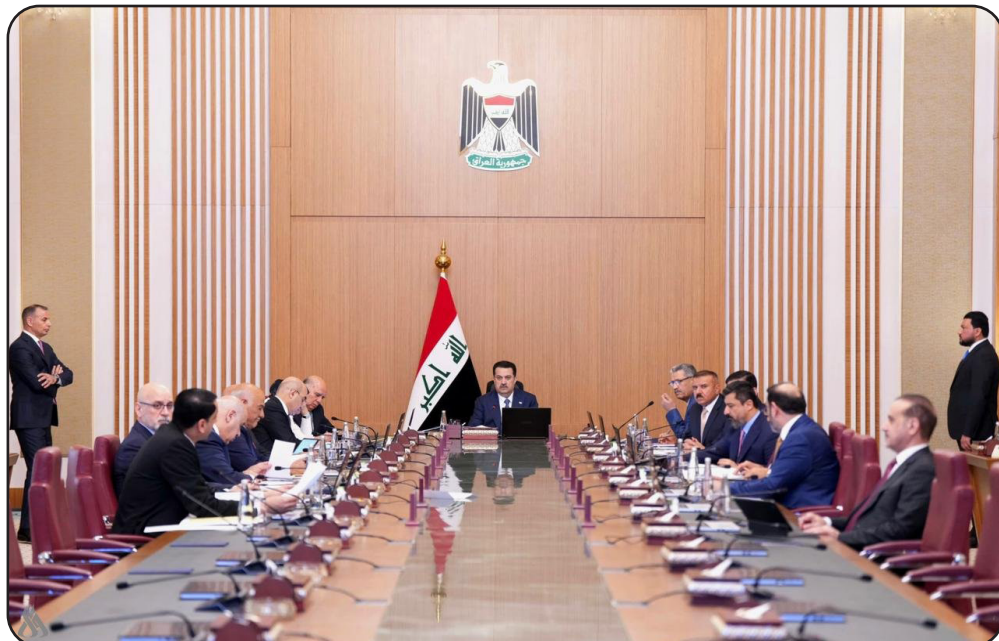
أعلن مجلس النواب، عن تعديل جدول أعماله لجلسة اليوم الأربعاء.

وذكرت الدائرة الإعلامية للمجلس في بيان: ان «جلسة مجلس النواب اليوم الأربعاء تضمنت استكمال التصويت على أعضاء

توجيه الدعوات المباشرة للشركات المختصة والمهتمة بتقديم العروض للمشاركة في المشروع".

وتابع "في إطار التسويق النفطي، وافق المجلس على تخويل شركة ناقلات النفط العراقية، صلاحية تأجير ناقلات النفط المتاحة في منطقة الخليج لاستخدامها لأغراض الخزن أو أي استخدامات أخرى تحقق هدف إطالة مدة عمل المصافي عند تعذر البيع، إضافة الى صلاحية إبرام عقود نقل النفط الخام براً من خور الزبير وصولاً إلى المحاور الشمالية في محافظة كركوك، كما وافق على استثناء شركة تسويق النفط سومو من تعليمات تنفيذ العقود والسماح بالإحالة والتعاقد والتجهيز؛ لضمان توفير الوقود للمصانع وتعزيز الخزين الاستراتيجي".

تفاصيل ص 2



بابل، الديوانية، المثنى، النجف الأشرف". وأضاف أنه "في مجال استكمال أنبوب نقل النفط الخام البصرة - حديثة، أقر المجلس تعديل قراره (578 لسنة 2025)، ليشتمل توي وزارة النفط بتشكيلاتها المختصة

مجلس الوزراء". وذكر أن "المجلس تابع عمل صندوق الإعمار للمحافظات الأكثر فقراً، وأقر تخصيص 100 مليار دينار سنوياً، لكل محافظة من المحافظات المشمولة بعمل الصندوق، وهي محافظات: (البصرة،

واتخاذ القرارات اللازمة بشأنها"، مبيئاً أن "المجلس تابع سير تنفيذ المقررات الحكومية في مجال ضغط النفقات وتعظيم واردات الخزينة، وتطبيقها في جميع الفقرات والمجالات التي نصت عليها قرارات وتوجيهات

بغداد / صوت القلم:

أصدر مجلس الوزراء عدداً من القرارات خلال جلسته، بينها تخصيص 100 مليار دينار سنوياً، لكل محافظة من المحافظات المشمولة بعمل صندوق الإعمار للمحافظات الأكثر فقراً، وفيما استثنى شركة تسويق النفط سومو من تعليمات تنفيذ العقود والسماح بالإحالة والتعاقد والتجهيز، وافق على 6 إجراءات احتفاء بالمنتخب الوطني.

وقال المكتب الإعلامي لرئيس مجلس الوزراء، في بيان: إن "رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني ترأس، امس الثلاثاء، الجلسة الاعتيادية الرابعة عشرة لمجلس الوزراء، استعرض فيها تطورات الأوضاع في البلاد، في ضوء الأحداث التي تشهدها المنطقة، بجانب بحث الموضوعات المدرجة على جدول الأعمال

8 (شمس عند الطلب) من الفضاء.. مشروع يهدد نوم البشر

القاضي زيدان يبحث مع مدير مكتب شؤون اللاجئين عدداً من القضايا

أن "رئيس مجلس القضاء الأعلى، القاضي فائق زيدان استقبل مدير مكتب المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين في العراق، تونسي هارورد". وأضاف أنه "تم بحث خلال اللقاء عدداً من القضايا التي تتعلق بشؤون اللاجئين والنازحين".



بغداد / صوت القلم:

بحث رئيس مجلس القضاء الأعلى القاضي فائق زيدان، مع مدير مكتب المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين في العراق، توني هارورد عدداً من القضايا التي تتعلق بشؤون اللاجئين. وذكر مجلس القضاء في بيان

تفاصيل ص 2

عواصف تحصد ١٨٨ قتيلاً في باكستان وأفغانستان

وفق المكتب الإعلامي لحاكم الولاية. وفي ولاية خيبر بختونخوا في شمال باكستان، ارتفع أيضاً عدد الضحايا في الأيام الأخيرة إلى 47، بينهم 27 طفلاً، منذ 25 مارس الماضي، وفق ما قالت «وكالة إدارة الطوارئ» في الولاية لـ«وكالة الصحافة الفرنسية».

في أفغانستان، التي تواجه إحدى أسوأ الأزمات الإنسانية في العالم، قال المتحدث باسم «الإدارة الوطنية لمكافحة الكوارث»، محمد يوسف حماد، لـ«وكالة الصحافة الفرنسية»: «قضى 123 شخصاً منذ 26 مارس (آذار) الماضي نتيجة الأمطار والفيضانات وانزلاقات التربة

كابول / إسلام آباد:

أفادت وكالات إدارة الكوارث في أفغانستان وباكستان، بمقتل نحو 188 شخصاً جراء أمطار غزيرة وفيضانات وتلوج تضرب البلدين منذ أكثر من أسبوعين، وفقاً لـ«وكالة الصحافة الفرنسية».

ردا على تهديدات ترامب

إيران تحذر من إغراق المنطقة في ((ظلام دامس))

وأكد أن طهران لن تفتح مضيق هرمز مقابل ما وصفه بـ«عود جوفاء»، مشيراً إلى أن ما تسعى إليه واشنطن هو إجبار إيران على الرضوخ للضغط، وهو ما رفضه قاطعاً.

وأضاف المصدر ذاته أنه في حال خرج الوضع عن السيطرة، فإن حلفاء إيران سيمضون إلى إغلاق مضيق باب المندب، في تصعيد قد يشل حركة الملاحة الدولية في واحد من أخرج الممرات البحرية الاستراتيجية على مستوى العالم.

تفاصيل ص 3

طهران / متابعة صوت القلم:

حذر مصدر إيراني رفيع من تداعيات كارثية على المنطقة بأسرها، في حال أقدمت الولايات المتحدة على تنفيذ تهديدات الرئيس دونالد ترامب بقصف محطات الكهرباء والجسور

الجدول ص 3

4 العراق ثاني أكبر منتج في منظمة البلدان المصدرة للبترول

بواقع ١٣٢٠ دولاراً شهرياً

مظهر محمد يتوقع مستوى نمو دخل الفرد خلال ٤ سنوات

وقال صالح، للوكالة الرسمية: إن "تقرير صندوق النقد الدولي الأخير يكشف عن نمو واعد للعراق وسط تحديات مستمرة، ويستحق هذا التطور اهتماماً كبيراً، إذ سجل العراق مكانة مميزة بين اقتصادات المنطقة، محتلاً المرتبة الخامسة عربياً بنتائج محلي إجمالي يقارب 739 مليار دولار وفق معيار تعادل القوة الشرائية".

تفاصيل ص 2



بغداد / متابعة صوت القلم:

أكد المستشار المالي لرئيس الوزراء مظهر محمد صالح، أن المنافسة الإقليمية تتطلب بيئة استثمارية مستقرة ومشاريع استراتيجية كبرى، فيما أشار إلى أن توقعات النمو حتى عام 2030 يبلغ 3.6% ونصيب الفرد نحو 15,850 دولاراً سنوياً فيما بين أوضح أن مستوى دخل الفرد الشهري سيكون 1320 دولاراً شهرياً.

التربية تعلن مواعيد الامتحانات للعام الدراسي ٢٠٢٦-٢٠٢٥

ودعت المديرية العامة الابتدائية والمتوسطة والمراحل غير المنتهية للعام الدراسي 2025-2026 (الدور الأول)، وذلك استناداً إلى ما تمخض عنه اجتماع هيئة الرأي المنعقد يوم أمس، نظراً للظروف

الرائحة التي تمر بها المنطقة". وأوضحت أن "القرار يشمل الدراسة العربية والأجنبية (اللغة الإنجليزية)، بالإضافة إلى المناطق المشمولة بالدراسات الكريدية والتركمانية".

بغداد / صوت القلم:

أعلنت وزارة التربية، مواعيد الامتحانات للعام الدراسي 2025-2026. وذكرت الوزارة في بيان: أنها "قررت اعتماد جداول

مجلس الأمن يفشل في اعتماد قرار حول مضيق هرمز

نيويورك / متابعة صوت القلم:

فشل مجلس الأمن الدولي، في اعتماد مشروع قرار حول مضيق هرمز، قدمته البحرين نيابة عن السعودية والبحرين والأردن والإمارات وقطر والكويت. جاء ذلك خلال جلسة عقدها المجلس، امس الثلاثاء حيث صوت لصالح المشروع 11 عضواً، في

حين استخدمت ضده الصين وروسيا حق النقض «الفيتو»، وامتنعت باكستان وكولومبيا عن التصويت. وقال وزير الخارجية البحريني إن دول الخليج المصدر الأساسي لتدفق الطاقة للعالم، ما يجعل مضيق هرمز مسؤولية دولية مشتركة. وكان مجلس الأمن قد عقد اجتماعاً الأسبوع الماضي، برئاسة عبد اللطيف الزياني، وزير خارجية البحرين التي ترأس مجلس الأمن خلال أبريل.

وافق على تكريم المنتخب الوطني بعد التأهل الى نهائيات كأس العالم

مجلس الوزراء: استثناء شركة تسويق النفط ((سومو)) من تعليمات تنفيذ العقود



بغداد / صوت القلم:

أصدر مجلس الوزراء عدداً من القرارات خلال جلسته، بينها تخصيص 100 مليار دينار سنوياً، لكل محافظة من المحافظات المشمولة بعمل صندوق الإعمار للمحافظات الأكثر فقراً، وفيما استثنى شركة تسويق النفط سومو من تعليمات تنفيذ العقود والسماح بالإحالة والتعاقد والتجهيز، وافق على 6 إجراءات احتفاء بالمنتخب الوطني.

وقال المكتب الإعلامي لرئيس مجلس الوزراء، في بيان: إن رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني ترأس، امس الثلاثاء، الجلسة الاعتيادية الرابعة عشرة لمجلس الوزراء، استعرض فيها تطورات الأوضاع في البلاد، في ضوء الأحداث التي تشهدها المنطقة، بجانب بحث الموضوعات المدرجة على جدول الأعمال واتخاذ القرارات اللازمة بشأنها، مبيّناً أن المجلس تابع سير تنفيذ المقررات الحكومية في مجال ضغط النفقات وتعظيم واردات الخزينة، وتطبيقها في جميع الفقرات والمجالات التي نضت عليها قرارات وتوجيهات مجلس الوزراء.

وذكر أن المجلس تابع عمل صندوق الإعمار للمحافظات الأكثر فقراً، وأقر تخصيص 100 مليار دينار سنوياً، لكل محافظة من المحافظات المشمولة بعمل الصندوق، وهي محافظات: (البصرة، بابل، الديوانية، المثنى، النجف الأشرف).

وأضاف أنه في مجال استكمال أنبوب نقل النفط الخام البصرة - حديبة، أقر المجلس تعديل قراره (578 لسنة 2025)، ليشتمل تويي وزارة النفط بتشكيلاتها المختصة

العمل تنفي إيقاف الحصة التموينية عن مستفيدي الرعاية الاجتماعية

بغداد / صوت القلم:

مشددة على أن "أي قرارات أو تصريحات تصدر حصراً عبر المواقع والصفحات الرسمية المعتمدة التابعة للوزارة".

وحذرت أصحاب هذه الصفحات، من "نشر الأكاذيب التي تستهدف إرباك الرأي العام"، معلنة أنها "تتحفظ بحقها القانوني الكامل في ملاحقة ومحاسبة القائمين على هذه الصفحات ومقاصاتهم".

وقالت الوزارة، في بيان: إنها "تنفي ما تداولته بعض صفحات التواصل الاجتماعي المضللة بشأن إيقاف الحصة التموينية عن مستفيدي الرعاية الاجتماعية اعتباراً من الشهر المقبل"، مؤكدة أن "هذه الأخبار عارية عن الصحة تماماً ولا تستند إلى أي أساس واقعي".

وأوضحت أن "المتحدث الرسمي باسمها هو (حسن خوام) وليس كما ورد في إحدى المنشورات المزيفة".

وزير الصحة يحدد موعد المباشرة بتقديم اللقاحات للحجاج

بغداد / متابعة صوت القلم:

أكد وزير الصحة صالح الحسناوي، عن إجراء 120 ألف مراجعة طبية لبعثة الحج، فيما بين أن تقديم اللقاحات لكافة الحجاج سيتم بعد إكمال فحص اللجان الطبية للاستطاعة، فيما أعلن رئيس هيئة الحج والعمرة سامي المسعودي، اليوم الثلاثاء، عن تأمين جميع المستلزمات اللوجستية لحجاج بيت الله الحرام.

وقال الحسناوي: إن "هيئة الحج وعلى رأسها الشيخ سامي المسعودي قدمت الكثير من التسهيلات والمساعدات اللازمة للبعثة الطبية لأداء واجبها"، مشيراً إلى أنه "نتيجة لهذا الدعم فإن البعثة الطبية كانت متميزة، كما حصلت البعثة العراقية للحج على المركز الأول لمدة ثلاث سنوات، وهذا التميز وهذه الخدمات ما كان لها أن تتم لولا جهود هيئة الحج والعمرة".

وأضاف أن "البعثة الطبية لوزارتنا، سجلت عدداً من المراجعات في العام الماضي بحدود 120,000 مراجعة"، لافتاً إلى أنه "تم البدء بفحص اللجان الطبية للاستطاعة، ومن ثم تقديم اللقاحات لكافة الحجاج، وبعدها مرافقتهم أثناء ذهابهم إلى الديار المقدسة وتقديم الخدمات الطبية".

وأوضح الحسناوي، أن "هناك تطوراً سنوياً ملحوظاً، وخاصة بالمعايير الطبية المعروفة، كما أن نسبة الوفيات بين عام 2023 وعام 2025 قلت بنسبة كبيرة، وذلك نتيجة للجهود الكبيرة التي تقدم، موجهاً كوادر وزارة الصحة في البعثة الطبية بأن "لا يبخلوا بأي جهد، وتقديم أقصى الجهود لخدمة الحجاج الكرام، ليكون الموسم القادم موسم خير واستقرار لبلدنا".

من جانبه أعلن رئيس هيئة الحج والعمرة سامي المسعودي، عن تأمين جميع المستلزمات اللوجستية لحجاج بيت الله الحرام، فيما أشار إلى إكمال ترشيح المستطيعين وتهئية القوافل لموسم الحج الحالي.

وقال رئيس هيئة الحج والعمرة سامي المسعودي للوكالة الرسمية: "بدأنا بالعد التنازلي على تفويج الحجاج العراقيين الكرام"، لافتاً إلى أن "هذا الموسم سيكون متميز، وذلك لخبرة أطبائنا العراقيين، الذين حصلوا على المرتبة الأولى في خدمة ضيوف الرحمن في المدينة المنورة ومكة المكرمة، بشهادة وزارة الحج السعودية ووزارة الصحة السعودية".

وأضاف أن "بعثة الأطباء العراقية في الديار المقدسة هي من البعثات الأولى في تقديم الخدمات، وتقديم يد العون والمساعدة الطبية اللازمة إلى الحجاج الكرام"، مشيراً إلى أن "البعثة الطبية بدأت بالتنسيق مع هيئة الحج والعمرة، منذ بداية ترشيح أسماء الحجاج وكبار السن، من حيث الفحص الطبي في جميع المحافظات".

وأوضح أن "أطباء البعثة كان لهم دور كبير في تحصيل شرط الاستطاعة الطبية للحجاج وفق تعليمات وزارة الصحة السعودية، بالإضافة إلى دورهم الكبير في كل المحافظات العراقية"، مبيّناً أنه "تم ترشيح المستطيعين لهذا الموسم وإكمال جميع القوافل".

وتابع: "تم اكتمال جميع الاستعدادات لتهيئة التفويج، كما تم التنسيق مع وزارة الصحة العراقية على تأمين الأدوية اللازمة للحجاج، إذ أن الحاج العراقي سيذهب إلى الديار المقدسة وهو لا يحتاج إلى شيء"، مؤكداً أن "هيئة الحج أمنت كل جميع المستلزمات اللوجستية ومن حيث الإعاشة والأكل والسكن والمشاعر والنقل الداخلي والنقل الخارجي، وحتى الهدى الذي هو من لوازم الحج".

وأشار المسعودي إلى أن "وزارة الصحة، هيأت جميع الأمور الطبية، بالتالي لا يحتاج الحاج العراقي إلى أي شيء، فسيذهب إلى الديار المقدسة وهو مؤمن ومطمئن على صحته وإعاشته وسكنه ونقله فهو يذهب مطمئنً بجهود العاملين في هيئة الحج والعمرة، وكذلك الأطباء الأبطال الذين لم يدخروا جهداً في المواسم الماضية ليلاً نهاراً يعملون في خدمة وراحة الحجاج الكرام في الديار المقدسة"، مؤكداً أن "الهيئة ستحافظ هذا الموسم على القمة، التي ستكون من نصيب العراق إن شاء الله تعالى".

ويكون استيفاؤها في جمارك الشحن الجوي لمطار بغداد وإكمال إجراءات التقييس والسيطرة النوعية".

وبين أن "المجلس وافق على آلية التنفيذ لضمان حصة الدولة من المشروعات الاستثمارية السكنية المثبتة من قبل هيئة المستشارين، وتشتمل هذه الآلية الإجراءات الاستثمارية التي حصلت على استثناءات عن طريق اللجنة العليا للاستثمار والإعمار".

وأكد أنه "احتفاء بالمنجز الرياضي الكبير المتمثل بتأهل منتخبنا الوطني لكرة القدم إلى نهائيات كأس العالم، وافق مجلس الوزراء على ما يأتي:

-منح لاعبي منتخبنا الوطني لكرة القدم، والملوك الإداري المرافق إلى المكسيك، دوراً سكنية بتصميم خاص في مجمع داماك هيلز بالقرب من مطار بغداد الدولي.

-منح لاعبي المنتخب الوطني وأعضاء الطاقم التدريبي والإداري والسائد جواز سفر دبلوماسياً نافذاً لأربع سنوات.

-إصدار طابع بريدي يوثق الإنجاز في الذاكرة الوطنية.

-تولي أمانة بغداد إنشاء جدارية وطنية بانورامية أو نصب تذكاري لتخليد التأهل، وتتضمن أسماء اللاعبين، وتتولى التصميم لجنة فنية مختصة.

-قيام المحافظات كافة، بإطلاق تسمية (أسود الرافيدين) على أحد الشوارع بالمحافظة، وإطلاق تسمية (دورة أسود الرافيدين) على دورات التخرج لهذه السنة في الجامعات والكليات الحكومية والأهلية.

-إنشاء متحف أو جناح خاص للإنجاز في مقر الاتحاد العراقي لكرة القدم والمدينة الرياضية.

مجلس الوزراء التأكيد على تسديد الضريبة المستحقة وفقاً للقرار (41 لسنة 2026)، وقيام شركة نفط الشمال بتسديد مبلغ الضريبة كونها الشريك الحكومي في العقد، وأن المستحقات على شركة لوك اويل، جرى حسمها ضمن المبلغ الكلي للتسوية النهائية المقررة بقرار مجلس الوزراء (129 لسنة 2026)، بالإضافة إلى المبالغ الضريبية المستحقة للعاملين؛

2025، و2026، "ضمن عمل الحكومة بمتابعة مشاريع البنى التحتية، وافق المجلس على تعديل قراره (19 لسنة 2026)، المتعلق بإدراج مكوّن استبدال جسر مدخل طوزخورماتو في محافظة صلاح الدين، واستثنائه من تعليمات تنفيذ العقود العامة، لغرض تسهيل إنصافه".

ووافقت على تعديل قراره (19 لسنة 2026)، المتعلق بإدراج مكوّن استبدال جسر مدخل طوزخورماتو في محافظة صلاح الدين، واستثنائه من تعليمات تنفيذ العقود العامة، لغرض تسهيل إنصافه".

ولفت إلى أن "مجلس الوزراء أقر تعديل قراره (691 لسنة 2025)،

وتوجيه الدعوات المباشرة للشركات المختصة والمهتمة بتقديم العروض للمشاركة في المشروع".

وتابع "في إطار التسويق النفطي، وافق المجلس على تخويل شركة ناقلات النفط العراقية، صلاحية تأجير ناقلات النفط المتاحة في منطقة الخليج لاستخدامها لأغراض الخزن أو أي استخدامات أخرى تحقق هدف إطالة مدة عمل المصافي عند تعذر البيع، إضافة إلى صلاحية إبرام عقود نقل النفط الخام بزا من خور الزبير وصولاً إلى الماوير الشمالية في محافظة كركوك، كما وافق على استثناء شركة تسويق النفط سومو من تعليمات تنفيذ العقود والسماح بالإحالة والتعاقد والتجهيز؛ لضمان توفير الوقود للمصانع وتعزيز الخزين الاستراتيجي".

وأضاف أنه "في الشأن النفطي الخاص بإدارة فعاليات حفل غرب القرنة النفطي / 2، أقر

بواقع ١٢٢٠ دولاراً شهرياً

مظهر محمد يتوقع مستوى نمو دخل الفرد خلال ٤ سنوات



ونوه إلى، أن "القدرة على المنافسة الإقليمية تبقى معياراً مهماً لتقييم التقدم وبناء فرص النمو، حيث يمتلك العراق الإمكانية لدخول ساحة المنافسة الإقليمية، لكنه بحاجة إلى بيئة استثمارية مستقرة وحماية المستثمرين على الدوام، وتطوير الموائم والطرق وربط الاقتصاد بالمنطقة، بما في ذلك مشاريع استراتيجية إقليمية مهمة مثل (مشروع طريق التنمية)، مع الالتزام بالأهداف المرحلية للمشروع والتنسيق مع الجوار والعالم دوماً، والتركيز على التعليم والتعليم الرقمي والابتكار وزيادة الأعمال دون توقف، فضلاً عن ضمان التلازم بين الاستقرار السياسي والمالي طويل الأمد، وهما من العوامل الحاسمة لجذب الاستثمار وتحقيق التنمية المستدامة".

ولفت إلى، أن "النمو الحالي في مؤشرات التنمية يعكس قوة الاقتصاد العراقي، لكنه يتطلب تحويل هذا الحجم من القدرات إلى قوة نوعية وزخم مستدام في حراك التحديث والتقدم التكنولوجي".

واختتم بالقول: إن "الاقتصاد العراقي لا بد أن يصبح محركاً إقليمياً مؤثراً طالما استثمرت الدولة الموارد بحكمة وركزت على الإنتاج والمعرفة، لتصل إلى مرحلة يكون فيها السلام الاقتصادي والتنمية المستدامة ركائز أساسية للبلاد".

وأعلن صندوق النقد الدولي، أن العراق يحتل المرتبة الخامسة كأكبر اقتصاد عربي لعام 2026، فيما توقع مواصلة نمو الاقتصاد العراقي بحلول عام 2030.

وقال الصندوق في تقرير له: إن "البيانات أظهرت حلول العراق في المرتبة الخامسة كأكبر اقتصاد عربي لعام 2026، من حيث الناتج المحلي الإجمالي القائم على تعادل القوة الشرائية (PPP)، محققاً قيمة بلغت 739.13 مليار

بغداد / متابعة صوت القلم:

أكد المستشار المالي لرئيس الوزراء مظهر محمد صالح، أن المنافسة الإقليمية تتطلب بيئة استثمارية مستقرة ومشاريع استراتيجية كبرى، فيما أشار إلى أن توقعات النمو حتى عام 2030 يبلغ 3.6% ونصيب الفرد نحو 15,850 دولاراً سنوياً فيما بين أوضح أن مستوى دخل الفرد الشهري سيكون 1320 دولاراً شهرياً.

وقال صالح، للوكالة الرسمية: إن "تقرير صندوق النقد الدولي الأخير يكشف عن نمو واعد للعراق وسط تحديات مستمرة، ويستحق هذا التطور اهتماماً كبيراً، إذ سجل العراق مكانة مميزة بين اقتصادات المنطقة، محتلاً المرتبة الخامسة عربياً بناتج محلي إجمالي يقارب 739 مليار دولار وفق معيار تعادل القوة الشرائية".

وأوضح، أن "هذا التصنيف ليس مجرد رقم، بل مؤشر على تعافي الاقتصاد وتطور محركاته الذاتية المادية والبشرية، وقدراته التنظيمية التي تزدهر بمرور الزمن، إضافة إلى قدرة الدولة على دعم التنمية وتحسين جودة حياة المواطنين بمرور عالية".

وتابع: "أما بالنسبة لمؤشرات النمو والأفاق حتى عام 2030، فتشير التوقعات إلى نمو حقيقي يبلغ نحو 3.6%، مع تضمّن انخفاض ومستقر، ونصيب الفرد من الناتج نحو 15,850 دولاراً سنوياً".

وأضاف، أن "هذه البيانات تكشف عن فرص مستقبلية واضحة، أبرزها: تنوع الاقتصاد بعيداً عن النفط والاقتصاد الريعي الأحادي، وتعزيز الاستثمار المحلي والأجنبي، وتطوير البنية التحتية، ودعم التكنولوجيا الحديثة والتعليم الرقمي، حيث تُعد هذه الخطوات أساسية لبناء اقتصاد قوي ومستدام".

ردا على تهديدات ترامب

إيران تحذر من إغراق المنطقة في ((ظلام دامس))

طهران / متابعة صوت القلم: حذر مصدر إيراني رفيع من تداعيات كارثية على المنطقة بأسرها، في حال أقدمت الولايات المتحدة على تنفيذ تهديدات الرئيس دونالد ترامب بقصف محطات الكهرباء والجسور الإيرانية. وقال المصدر الذي لم يكشف عن اسمه في حديث لوكالة "رويترز": "إذا هاجمت الولايات المتحدة محطات الكهرباء الإيرانية فإن المنطقة بأكملها والسعودية ستغرقان في ظلام دامس". وأضاف المصدر ذاته أنه في حال خرج الوضع عن السيطرة، فإن حلفاء إيران سيعمدون إلى إغلاق مضيق باب المندب، في تصعيد قد يشل حركة الملاحة الدولية في واحد من أخرج الممرات البحرية الاستراتيجية على مستوى العالم. وأكد أن طهران لن تفتح مضيق هرمز مقابل ما وصفه بـ"وعود جوفاء"، مشيراً إلى أن ما تسعى إليه واشنطن هو إجبار إيران على الرضوخ للضغط، وهو ما رفضه قاطعاً. وأكد أنه "لا مفاوضات مع الولايات المتحدة"، وأن طهران لن تبدي أي مرونة إلا حين ترى



مقلها من الجانب الأمريكي. وعلى صعيد الوساطة الدبلوماسية، كشف المصدر أن قطر تولت نقل رسالة طهران إلى الولايات المتحدة بشأن التهديدات الأمريكية المتعلقة بضرر محطات الكهرباء، في إشارة إلى استمرار القنوات الخليجية الوسيطة بين الطرفين رغم حدة التوترات المتصاعدة. وبدأت الولايات المتحدة وإسرائيل في 28 فبراير بقصف أهداف في إيران، بما في ذلك طهران، مما أسفر عن أضرار وسقوط ضحايا مدنيين. وتشن إيران بدورها ضربات

في يوم الصحة العالمي

غزة تنزف: انهيار منظومة صحية كاملة وارتفاع أعداد الضحايا



غزة / متابعة صوت القلم: انتهاك وقف إطلاق النار في 11 أكتوبر الماضي إلى 733 شهيدا و2,034 مصابا، فيما بلغت حالات الانتشال 759 حالة. أما الحصيلة التراكمية منذ اندلاع الحرب على غزة منذ 7 أكتوبر 2023، فقد تجاوزت الـ 72.312 شهيدا و172.134 مصابا. وفي الوقت الذي يحتفي فيه العالم بـ"يوم الصحة العالمي"، تواجه المنظومة الصحية قطاعا الرعاية الأولية

والأعصاب والسكري والجراحة والعناية المركزة من نقص في الأدوية الأساسية يتخطى 40%. وتراجعت الطاقة الاستيعابية لأسرة المستشفيات بأكثر من 55% في ظل تصاعد مستمر في أعداد المرضى والجرحى، ويعمل 108 أجهزة غسيل كللى لخدمة 676 مريضا فقط، وسقط نقص حاد في معدات الأشعة والأجهزة الطبية. وتكشف أرقام الوزارة عن تفاقم الكارثة الإنسانية، إذ سجلت 5 آلاف حالة بتر، من بينهم 980 طفلا و555 امرأة و595 من كبار السن و2.870 من الرجال. كما يترقب 21.367 مريضا وجريحا دورهم على قوائم انتظار السفر للعلاج في الخارج، من بينهم 195 حالة حرجة، في حين لقي 1.517 مريضا حتفهم أثناء الانتظار.

جمهورية العراق
وزارة التربية
اللجنة الدائمة لامتحانات العامة
العدد: ١٧٩
التاريخ: ٢٠٢٦ / ٤ / ٥

م/ مواعيد امتحانات

تحية طبية ...
نظرا للظروف الأمنية الصعبة التي يمر بها بلدنا العزيز خاصة والمنطقة بصورة عامة، وحفاظا على سلامة أبناءنا التلاميذ والطلبة وسلامة كوادرنا التربوية، تقرر تعديل مواعيد الامتحانات النهائية للصفوف المنتهية وغير المنتهية للعام الدراسي ٢٠٢٥ / ٢٠٢٦ (الدور الأول) وللمرحلة الدراسية كافة. وكما موضح في أدناه:

أولاً: الامتحانات النهائية المدرسية للصفوف غير المنتهية:

١- المرحلة الابتدائية:
تبدأ الامتحانات النهائية (الدور الأول) للصفوف غير المنتهية وفق الآتي:
أ) تبدأ الامتحانات الشفهية قبل أسبوع من بدء الامتحانات التحريرية وأثناء الدوام الرسمي.
ب) تبدأ الامتحانات النهائية (التحريرية) اعتباراً من يوم السبت الموافق ٢٠٢٦/٤/٢٥ وتنتهي يوم الخميس الموافق ٢٠٢٦/٤/٣٠ ويكون يوم السبت من ضمن أيام الامتحانات.

٢- المرحلة المتوسطة والإعدادية:
تبدأ الامتحانات النهائية (الدور الأول) للصفوف غير المنتهية وفق الآتي:
أ) تبدأ الامتحانات الشفهية قبل أسبوع من بدء الامتحانات التحريرية وأثناء الدوام الرسمي.
ب) تبدأ الامتحانات النهائية (التحريرية) اعتباراً من يوم الأحد الموافق ٢٠٢٦/٤/٢٦ وتنتهي يوم الثلاثاء ٢٠٢٦/٥/٥ ويكون يوم السبت من ضمن أيام الامتحانات.

ثانياً: الامتحانات العامة الوزارية (البكالوريا) / الدور الأول:

أ) المرحلة الابتدائية: تبدأ الامتحانات يوم الخميس الموافق ٢٠٢٦/٥/٧ وفق الجدول المعلن.
ب) المرحلة المتوسطة: تبدأ الامتحانات يوم السبت الموافق ٢٠٢٦/٥/٩ وفق الجدول المعلن.
ج) المرحلة الإعدادية: يحدد موعد الامتحانات لاحقاً بالتنسيق مع وزارة التعليم العالي والبحث العلمي.

ثالثاً: امتحانات الدور الثاني:
تعلن في موعد لاحق.

د. أحمد جاسم الأسدي
وزير التربية وكالة
٢٠٢٦/٤/٥

جدول الامتحانات العامة للدراسة المتوسطة للدراسات العربية والكردية والتركمانية والأجنبية للعام الدراسي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦ (الدور الأول)

| اليوم | التاريخ | الدراسة العربية (عام وموهوبين) | الدراسة الكردية | الدراسة التركمانية | الدراسة الأجنبية |
|----------|-----------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| السبت | ٢٠٢٦/٥/٩ | الدراسة الإسلامية واللغة العربية | الدراسة الإسلامية واللغة العربية | الدراسة الإسلامية واللغة العربية | الدراسة الإسلامية واللغة العربية |
| الأثنين | ٢٠٢٦/٥/١١ | اللغة الانكليزية | اللغة الانكليزية | اللغة الانكليزية | اللغة الانكليزية |
| الأربعاء | ٢٠٢٦/٥/١٣ | الرياضيات | الرياضيات | الرياضيات | الرياضيات |
| السبت | ٢٠٢٦/٥/١٦ | الاجتماعيات | الاجتماعيات | الاجتماعيات | الاجتماعيات |
| الأثنين | ٢٠٢٦/٥/١٨ | الإنسان وصحته | الإنسان وصحته | الإنسان وصحته | الإنسان وصحته |
| الأربعاء | ٢٠٢٦/٥/٢٠ | الكيمياء | الكيمياء | الكيمياء | الكيمياء |
| السبت | ٢٠٢٦/٥/٢٣ | الفيزياء | الفيزياء | الفيزياء | الفيزياء |
| الأثنين | ٢٠٢٦/٥/٢٥ | اللغة الفرنسية | اللغة الكردية | اللغة التركمانية | اللغة التركمانية أو اللغة الفرنسية |

ملاحظات:
١) إذا صادفت عطلة رسمية خلال أيام الامتحانات فينقل امتحان ذلك اليوم إلى اليوم التالي الذي يليه وينفس الجدول أعلاه.
٢) يبدأ الامتحان الساعة السابعة صباحاً حسب التوقيت المحلي لمدينة بغداد داخل وخارج العراق.

جمهورية العراق
وزارة التربية
اللجنة الدائمة لامتحانات العامة
العدد: ١٧٩
التاريخ: ٢٠٢٦ / ٤ / ٥

إلى / المديرية العامة للتربية في المحافظات كافة / عدا إقليم كردستان م // جداول الامتحانات العامة

تحية طبية ...
لاحقاً بكتابتنا ذي العدد (١٦٦) في ٢٤ / ٣ / ٢٠٢٦، تقرر تغيير موعد الامتحانات العامة للدراسين الابتدائية والمتوسطة للدراسة العربية والأجنبية (اللغة الانكليزية) والمناطق المشمولة بالدراسين الكردية والتركمانية للعام الدراسي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦ (الدور الأول) وفق الجداول المرفقة طياً، لتصميم على المدارس التابعة لمديرتكم العامة واتخاذ الدقة في تبليغ التلاميذ والطلبة بها. مع التقدير.

حسين سبري اللامي
وكيل الوزارة للشؤون الفنية
رئيس اللجنة الدائمة لامتحانات العامة
٢٠٢٦ / ٤ / ٥

نسخة منه إلى:
- مكتب الوزير / ليتفضل معالي الوزير بالإطلاع مع التقدير.
- مكتب وكيل الوزارة للشؤون الفنية / مع التقدير.
- مكتب وكيل الوزارة للشؤون الإدارية / مع التقدير.
- مكتب وكيل الوزارة للشؤون العلمية / مع التقدير.
- مكتب مستشار وزارة التربية / مع التقدير.
- المديرية العامة للتعليم والامتحانات / مع التقدير.
- المديرية العامة للإشراف التربوي / للعلم مع التقدير.
- المديرية العامة للعلاقات الثقافية / للتبادل الثقافي / لتبليغ مدارس خارج العراق مع التقدير.
- المديرية العامة للتعليم العام / للعلم مع التقدير.

جدول الامتحانات العامة للدراسة الابتدائية والتعليم المسرع للدراسات العربية والكردية والتركمانية والأجنبية للعام الدراسي ٢٠٢٥ - ٢٠٢٦ الدور الأول

| اليوم | التاريخ | الدراسة العربية (عام ومسرّع) | الدراسة الكردية | الدراسة التركمانية | الدراسة الأجنبية (اللغة الانكليزية) |
|----------|-----------|---------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|
| الخميس | ٢٠٢٦/٥/٧ | التربية الإسلامية أو التربية المسيحية | التربية الإسلامية واللغة العربية | التربية الإسلامية واللغة العربية | التربية الإسلامية واللغة العربية |
| الأحد | ٢٠٢٦/٥/١٠ | اللغة العربية | اللغة العربية | اللغة العربية | اللغة العربية |
| الثلاثاء | ٢٠٢٦/٥/١٢ | اللغة الانكليزية | اللغة الانكليزية | اللغة الانكليزية | اللغة الانكليزية |
| الخميس | ٢٠٢٦/٥/١٤ | الرياضيات | الرياضيات | الرياضيات | الرياضيات |
| الأحد | ٢٠٢٦/٥/١٧ | الاجتماعيات | الاجتماعيات | الاجتماعيات | الاجتماعيات |
| الثلاثاء | ٢٠٢٦/٥/١٩ | العلوم | العلوم | العلوم | العلوم |
| الخميس | ٢٠٢٦/٥/٢١ | ----- | اللغة الكردية | اللغة التركمانية | اللغة التركمانية |

ملاحظات:
١- إذا صادفت عطلة رسمية خلال أيام الامتحانات فينقل امتحان ذلك اليوم إلى اليوم الذي يليه وينفس الجدول أعلاه.
٢- يبدأ الامتحان الساعة الثامنة صباحاً حسب التوقيت المحلي لمدينة بغداد داخل وخارج العراق.

العراق ثاني أكبر منتج في منظمة البلدان المصدرة للبترول صادراتنا النفطية ستعود للمستويات السابقة خلال أسبوع من نهاية الحرب

البصرة / رويترز:

قال رئيس شركة نفط البصرة الحكومية العراقية باسم عبد الكريم إن بغداد بوسعها إعادة صادرات النفط الخام إلى نحو 3.4 مليون برميل يومياً في غضون أسبوع، شريطة انتهاء الحرب مع إيران ومعاودة فتح مضيق هرمز.

وأظهر تحليل أجرته رويترز أن العراق يعاني من أكبر انخفاض في عوائد النفط بين دول منطقة الخليج نتيجة الإغلاق الفعلي للمضيق، وذلك بسبب افتقاره إلى طرق شحن بديلة.

لكن العراق، ثاني أكبر منتج في منظمة البلدان المصدرة للبترول (أوبك)، بوسعه استعادة الإنتاج سريعاً إلى المستويات التي كان عليها قبل أن تؤدي الهجمات الأمريكية الإسرائيلية على إيران في نهاية فبراير/ شباط إلى إغلاق الممر المائي.

وعادة ما كان المضيق يمثل مساراً لنحو خمس تدفقات النفط والغاز الطبيعي المسال عالمياً.

ضمانات شفهية من إيران قال عبد الكريم إن إيران لم تقدم حتى الآن سوى ضمانات شفهية بشأن السماح لناقلات النفط العراقية بالعبور عبر المضيق.

وأضاف في مقابلة مع رويترز: "أنتم تعرفون أن الحرب حالياً بين أكثر من طرفين وليس من طرف إلى طرف آخر... وعندما يكون طرف يعطي السماح



لناقلات العراق... هذا الكلام شفهاً حقيقة، ولم تصلنا وثائق رسمية بخصوص هذا الموضوع".

وذكر أن إنتاج النفط من حقول جنوب العراق يبلغ نحو 900 ألف برميل يومياً، لكن الصادرات قد تصل إلى 3.4 مليون برميل يومياً خلال أسبوع في حال انتهاء الحرب وضمنان المرور الآمن عبر المضيق.

وتوعد الرئيس الأمريكي دونالد ترامب طهران "بالجحيم" إذا لم ترم اتفاقاً بحلول نهاية اليوم الثلاثاء يسمح باستئناف حركة الملاحة عبر مضيق هرمز.

تراجع حاد في الإنتاج قال مسؤولون عراقيون في قطاع الطاقة لرويتز الشهر الماضي إن إنتاج النفط العراقي هوى بنحو 80% إلى ما يقرب من 800 ألف برميل يومياً، مما يعكس تقويض قدرة البلاد على التصدير، فيما امتلأت خزانات

التخزين. وقال عبد الكريم إنه مع محدودية منافذ النفط العراقي، تراجع الإنتاج من حقل الرميلة إلى نحو 400 ألف برميل يومياً، بعد أن كان يقترب من 1.35 مليون قبل اندلاع الصراع، فيما بلغ إنتاج حقل الزبير نحو 300 ألف برميل يومياً، بانخفاض 340 ألفاً عن مستوياته قبل اندلاع الحرب.

وأضاف أن عدة حقول صغيرة يجري تشغيلها بمستويات محدودة لضمان استمرار إنتاج الغاز المصاحب، الذي يستخدم في توليد الطاقة محلياً، فيما جرى استغلال عمليات الإغلاق في مواقع أخرى لإجراء أعمال الصيانة.

وبلغ الإنتاج من حقول العراق نحو 4.3 مليون برميل يومياً قبل الحرب، وهو ما يفترض أن يترك هامشاً كافياً لتصدير 3.4 مليون برميل يومياً حتى مع الأخذ في الاعتبار الأضرار المتعلقة بالحرب.

لتلبية الطلب المحلي. ويشمل ذلك نحو 150 ألف برميل يومياً عبر الشاحنات ونحو 250 ألفاً عبر خط أنابيب محلي لتلبية مطالب مصافي التكرير البالغة نحو 500 ألف برميل يومياً.

وأوضح عبد الكريم أن الإنتاج من حقول كركوك الشمالية يبلغ نحو 380 ألف برميل يومياً.

ولدى سؤاله عن تأثير هجمات الطائرات المسيرة، رد عبد الكريم قائلاً إن الهجمات على المنشآت النفطية تسببت في خسائر كبيرة فيما يتعلق باستمرار الإنتاج والعمليات النفطية، مضيفاً أن شركات خدمات أجنبية وعراقية تعرضت للاستهداف.

وأفادت مصادر أمنية وأخرى في قطاع الطاقة لرويتز بأن هجوماً بطائرتين مسيرتين استهدف حقل الرميلة النفطي يوم السبت، مما أسفر عن إصابة ثلاثة عمال عراقيين.

وقال عبد الكريم إن الهجوم على الجزء الشمالي من حقل الرميلة استهدف مواقع تستخدمها شركتا شلمبرجير وبيكر هيوز الأمريكيتان، مما تسبب في اندلاع حريق، تسنى السيطرة عليه في وقت لاحق.

وذكر المتحدث باسم بيكر هيوز أن الأولوية لدى الشركة هي سلامة الموظفين، وقال إنهم بخير.

ولم ترد شلمبرجير على طلب للتعليق بعد.

الذهب ثابت فوق مليون دينار رغم تفاوت الأسعار في بغداد وأربيل



بغداد / صوت القلم:

ألف دينار. وفيما يخص أسعار الذهب في محال الصاغة، فإن سعر بيع مثقال الذهب الخليجي عيار 21 تراوح بين 1.025 و 1.035 مليون دينار، فيما تراوح سعر بيع مثقال الذهب العراقي بين 995 ألف دينار و 1.005 مليون دينار. أما أسعار الذهب في أربيل، فقد سجلت استقراراً، حيث بلغ سعر عيار 22 سعر بيع 1.069 مليون دينار، وعيار 21 سعر بيع 1.021 مليون، و عيار 18 سعر بيع 875 ألف دينار. وتُسعر الذهب لدى الصاغة في عملية حسابية يدخل فيه سعر الأونصة عالمياً مع سعر الدولار محلياً.

ارتفعت أسعار الذهب العراقي والأجنبي، في الأسواق المحلية ببغداد بشكل طفيف، فيما استقرت في أربيل. وسجلت أسعار الذهب في أسواق الجملة بشارع النهر في بغداد أمس الثلاثاء سعر بيع للمثقال الواحد عيار 21 من الخليجي والتركي والأوروبي 1.025 مليون دينار، وسعر الشراء 1.021 مليون، فيما سجلت يوم أمس الإثنين البيع 1.020 مليون دينار. كما سجل سعر بيع المثقال الواحد عيار 21 من الذهب العراقي سجل 995 ألفاً، وبلغ سعر الشراء 991

العراق بالمرتبة الثانية عربياً بالاعتماد على الكاش

بغداد / صوت القلم:

يواصل العراق الاعتماد الكبير على "الدفع النقدي" في المعاملات اليومية للعام الماضي 2025، إذ يحتل مرتبة متقدمة عربياً بحسب موقع forex ..se

ويعكس اعتماد العراق على النقد بنسبة تصل إلى 85% بطء التحول نحو الدفع الإلكتروني مقارنة ببعض دول المنطقة، وفقاً للموقع السويدي المتخصص بخدمات صرف العملات والسفر. وبحسب بيانات الموقع، تصدر لبنان القائمة بنسبة 90%، تليها العراق بنسبة 85%، ثم مصر والأردن بنسبة 80% لكل منهما، والمغرب 65%، وتونس 55%، وعمان 50%، بينما الكويت والسعودية 30%، وقطر 25%، وأخيراً البحرين والإمارات بنسبة 20% لكل منهما.

وزير التجارة التركي : اطلاق ممر تجاري بري مع السعودية لتفادي اضطرابات هرمز

اسطنبول / صوت القلم:

الشاحنات التجارية البرية الدولية، بدأت تركيا تجارة العبور لتلبية الطلبات من منطقة الخليج العربي.

وأضاف : "بموجب الاتفاقية بدأنا تجارة العبور. ومن خلال هذه الاتفاقية سنواصل نقل المنتجات التي لا يمكن نقلها عبر مضيق هرمز، إلى دول الخليج العربي".

وذكر بولاظ أن العالم يمر بفترة من عدم اليقين الشديد، وأنهم يبذلون قصارى جهدهم لحماية المصالح الاقتصادية من أي



الواردات عند مستويات معقولة. ولفت إلى وجود تقدم كبير في

صادرات تركيا من السلع والخدمات والحفاظ على

ضرر.

وأكد أنهم يسعون لزيادة

التركية إلى سوريا والأردن والسعودية وجميع دول الخليج العربي وأن هذا الأمر سيسرع وتيرة التجارة المتبادلة بين دول المنطقة.

يذكر ان ايران كانت قد اعلنت في الثاني من الشهر الماضي عن إيران تقييد حركة الملاحة في مضيق هرمز، مهددة بمهاجمة أية سفن تحاول عبوره دون تنسيق بسبب الهجمات الأمريكية الإسرائيلية ضدها، في إطار ردها على العدوان المستمر عليها منذ 28 شباط الماضي.

مجال الخدمات اللوجستية، وأن تركيا تمتلك قطاعاً لوجستياً بقيمة 112 مليار دولار. وكان بولاظ قد أعلن في أواخر شهر آذار الماضي عن تأمين تأشيرات عبور لجميع سائقي الشاحنات التجارية البرية الدولية من السعودية لمدة 15 يوماً لتلبية الطلبات من منطقة الخليج العربي.

وأوضح بولاظ أنه بموجب اتفاقية تحرير حركة الترانزيت مع سوريا التي بدأت في آب الماضي، ستصل الشاحنات

إعلانك في صوت القلم يضمن لك الانتشار الأوسع

للتواصل

07730004671

sawtalqalam8@gmail.com

alnasday@yahoo.com



بايرن ميونيخ يكسب الأفضلية أمام ريال مدريد

بغداد_متابعة صوت القلم

كسب بايرن ميونيخ الألماني الأفضلية على حساب مضيفه ريال مدريد الإسباني بتغلبه عليه امس الثلاثاء بهدفين لواحد في ذهاب الدور ربع النهائي لبطولة دوري أبطال أوروبا.

وبادر الكولومبي لويس ديان بافتتاح التسجيل للفريق البافاري في الدقيقة (41). وضاعف الإنجليزي هاري كين النتيجة للفريق



الضيف في الدقيقة (46). وقصص الفرنسي كيليان مبابي الفارق لمصلحة الميرينغي في الدقيقة (74). وستجرى مواجهة الإياب يوم الأربعاء المقبل في ميونيخ حيث تبدو حظوظ بايرن صاحب الأرض والجمهور أوفر للعبور إلى نصف نهائي أمجد الكؤوس الأوروبية فيما تلوح مهمة ريال مدريد صعبة خصوصاً في ظل تذبذب أداء الفريق الملكي خلال الموسم الحالي.

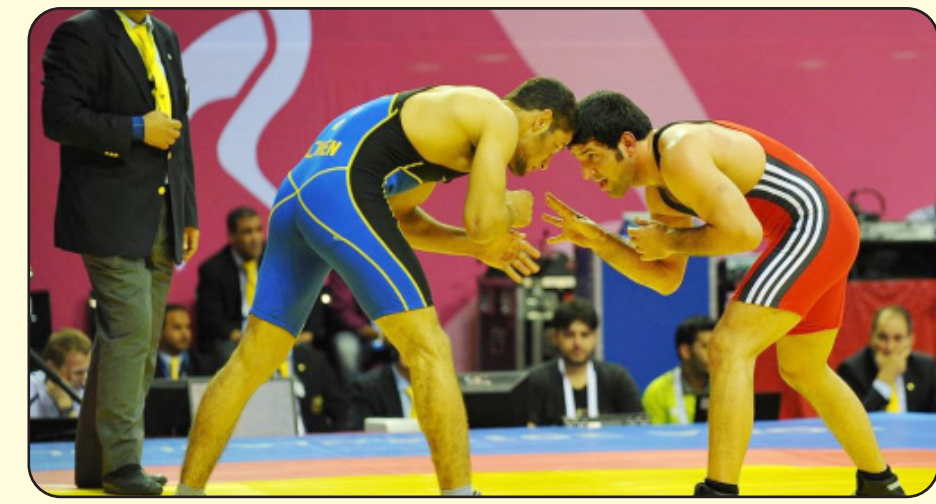
غاز الشمال والكاظمية يحققان الفوز وتعادل واحد في الدوري العراقي الممتاز

بغداد_ صوت القلم:

حذف فريقا غاز الشمال والكاظمية الفوز على منافسيهما، فيما تعادل الحسين والناصرية، مساء اليوم الاثنين، ضمن منافسات الجولة 25 من الدوري العراقي الممتاز لكرة القدم، والتي تشهد تنافساً حاداً بين الفرق المتبارية مع اقتراب

نهاية الدوري. وفي المواجهة الأولى حقق فريق غاز الشمال فوزاً مهماً على ميسان بهدف دون مقابل ليقترب من التأهل بعد أن جمع 54 نقطة بفارق 6 نقاط عن الجولان الذي يمتلك 60 نقطة. وجرت المباراة مساء اليوم على ملعب غاز الشمال في كركوك. وفي المباراة الثانية ضمن المنافسات

اتحاد المصارعة يعلن إقامة بطولة أندية العراق رغم التحديات المالية



بغداد_متابعة صوت القلم

أعلن الاتحاد العراقي للمصارعة، يوم الثلاثاء، عن إقامة بطولة أندية العراق بالمصارعة الحرة والرومانية للمتقدمين تحت شعار "شهداء وزارة الداخلية"، بالتعاون مع مديرية التدريب البدني وألعاب الشرطة في وزارة الداخلية. وقال نائب رئيس الاتحاد مهدي حسن إسماعيل، لووكالة شفق نيوز، إنه "رغم أوضاع المنطقة والتحديات والصعوبات المالية، قررنا إقامة البطولة لديمومة لعبة المصارعة والحفاظ عليها وعدم ركودها". وأضاف: "ستشهد المنافسات مشاركة مصارعي بغداد والمحافظات في فعاليتي المصارعة الحرة والرومانية، إذ تمتاز البطولة بالتضحيات التي قدمها رجال وزارة الداخلية بمختلف صنوفهم عبر تخليد واستذكار ضحاياهم". ومن المقرر أن تحتضن قاعة الشعب المغلقة في العاصمة بغداد منافسات العراقية.

فيما يتحرك ضد إسبانيا بعد أحداث مباراة مصر

بغداد_متابعة صوت القلم

اتخذ الاتحاد السعودي لكرة القدم، قراراً اليوم الثلاثاء، ضد إسبانيا، بعد الأحداث التي شهدتها مباراة "لاروخا" مع مصر، في التوقف الدولي الأخير. وانتهت المباراة بالتعادل السلبي، لكن الجماهير الحاضرة في ملعب اللقاء، أطلقت صافرات استهجان أثناء عزف النشيد الوطني للمنتخب المصري، ثم أطلقت هتافات مسيئة للإسلام. وأدانت الحكومة الإسبانية، وكذلك الاتحاد الإسباني لكرة القدم، والكثير من الشخصيات الإسبانية وأبرزهم لويس دي لا فوينتسي، مدرب لاروخا، ونجم الفريق، لامين يامال، ما حدث في ملعب المباراة.

وفتحت شرطة كتالونيا، تحقيقاً في تلك الأحداث، التي أثارت ردود فعل غاضبة في مصر وإسبانيا وغيرها. ووفقاً لصحيفة "أس"، فقد أبدى الفيفا استيائه من الأحداث التي شهدتها المباراة، وقرر بدء إجراءات تأديبية ضد الاتحاد الإسباني لكرة القدم. وخلال المباراة ضد مصر، تم ترديد

هتافات عنصرية من المدرجات ("المسلم الذي لا يقفز") انتشرت في جميع أنحاء العالم وسيتم التحقيق فيها من قبل الفيفا. سجّل الحكم الحوادث في تقرير المباراة، ما أدى إلى إحالة الأمر إلى لجنة الانضباط التابعة للفيفا. وأكدت الصحيفة: "تتراوح العقوبات التي يواجهها الاتحاد الإسباني لكرة القدم بين غرامة مالية وإلزامه بعرض رسائل مناهضة للعنصرية في المباريات اللاحقة.. ومن غير المتوقع إغلاق الملعب أمام الجمهور في المباريات القادمة" وحسب الصحيفة، يبدي الفيفا حزماً شديداً في مكافحة العنصرية. ففي الآونة الأخيرة، تابعت المنظمة التي يقودها جيانبي إنفانتينو بلا هوادة جميع القضايا المتعلقة بهذه المسألة. ودعم الاتحاد الدولي، على سبيل المثال، فينيسيسوس جونيور، لاعب ريال مدريد، في نضاله ضد من وجهوا إليه إهانات عنصرية في الملاعب، كما حدث في مباراة دوري أبطال أوروبا في لشبونة ضد بنفيكا، حيث اتهم اللاعب البرازيلي، منافسه بريستياني، بإهانتته ووصفه بـ"القرود".

سيميووني قبل مواجهة برشلونة: لا يهم من يقف أمامنا

بغداد_متابعة صوت القلم

نحن نعرف قدراتهم، وأنهم خسروا مباراة واحدة فقط من أصل 23 مباراة خاضوها. نحن هنا للمنافسة، ولجر الخصم إلى المنطقة التي يمكننا فيها إلحاق الأذى به". وتطرق إلى نقطة ضعف برشلونة: "أمل أن نتمكن من إظهار ذلك غداً اعتباراً من الساعة التاسعة صباحاً (موعد التحضير الأخير)، وأن تتمكنوا أنتم من رؤية ذلك في الملعب، نحن نعرف من سنواجه. نحتاج إلى مواصلة التقدم، ولا يهم من يقف أمامنا". وبالنظر إلى كون أتلتيكو مدريد يهاجم أفضل مما يدافع: "كل الفرق التي تهاجم بشكل أفضل تميل للدفاع بشكل أسوأ، وبرشلونة واحد منها. لديهم القدرة على تسجيل الكثير من الأهداف، وهذا يخدم أسلوب لعبهم. نحن أيضاً نمر بهذه العملية؛ حيث نهاجم حالياً بشكل أفضل مما ندافع". أما عن اللاعبين المهددين بالإيقاف: "لست مهتماً أو منشغلاً بمسألة



أوبلاك، أجاب: "إنه يتدرب بشكل جيد، لكنه لا يزال بحاجة لبعض الوقت، وسيلعب (خوان موسو). نأمل أن يكون جاهزاً لمباراة إشبيلية". وأتم بالحديث عن حلم الفوز بدوري الأبطال: "أنا أفكر فقط في مواجهة برشلونة غداً".

الاتحاد الإسباني يعاقب بيكيه

بغداد_متابعة صوت القلم

عاقبت لجنة الانضباط التابعة للاتحاد الإسباني لكرة القدم، اليوم الثلاثاء، جيرارد بيكيه، المدافع الأسبق لبرشلونة. وعاد النجم الإسباني السابق، إلى دائرة الجدل بعد تورطه في واقعة جديدة مع طاقم التحكيم خلال مباراة فريقه أندورا أمام مالاجا، التي انتهت بالتعادل (3-3) ضمن منافسات دوري الدرجة الثانية الإسباني.

وقالت صحيفة "موندو ديبورتيفو": "سجل حكم المباراة، أليخاندرو أولوس فاليرا، ما حدث في تقريره على النحو التالي: بمجرد انتهاء الشوط الأول، وأثناء وجوده في النفق المؤدي إلى غرف الملابس، اقترب السيد جيرارد بيكيه برنابيو من مساعد الحكم الأول بطريقة عدوانية، وهو يصرخ ويشير بإصبعه السبابة نحوه على بعد سنتيمترات قليلة من وجهه، مستخدماً مراراً وتكراراً العبارات التالية: إنها سرقة تاريخية و"سأنشر هذا على تويتر".



وتابع الحكم: "كما تصرف هذا الشخص بشكل مسيء تجاه أعضاء نادي مالاجا، واضطر أعضاء نادي أندورا ورجال الأمن إلى الفصل بينهما". وأضافت الصحيفة: "أوضحنا الأسبوع الماضي، أن أندورا قد يواجه عقوبة قاسية من لجنة الانضباط التابعة للاتحاد الإسباني لكرة القدم بسبب تكرار المخالفات هذا الموسم.. وقد وقع حادث مماثل في نهاية ديسمبر/ كانون الأول خلال استراحة الشوط الأول من مباراة الفريق ضد ديبورتيفو لاكورونيا، وكان بيكيه متورطاً فيه أيضاً".

لاستخدامه ألفاظاً نابية بحق الحكم، ساؤول آيس ريج. هذه المرة، ينص القرار على "غرامة للقمع السلبي للسلوك العنيف وكراهية الأجانب والتعصب، وفقاً للمادة 114 من قانون الانضباط". لكن الهيئة التأديبية لم تُنفذ بعد التهديد الذي أطلقته في أكتوبر/ تشرين الأول الماضي، حين أعلنت أنه في حال تكرار المخالفة، يُمكنها تطبيق إحدى العقوبات المنصوص عليها في المادة 93.1 من قانون الانضباط. وهذه عقوبات قاسية للغاية، تشمل غرامة تتراوح بين 602 و3006 يورو، وعقوبة واحدة أو أكثر مما يلي: الاستبعاد أو الإيقاف لمدة تتراوح بين شهر وستين أو أربع مباريات على الأقل؛ أو الإغلاق الكلي أو الجزئي للملعب لمدة تصل إلى ثلاث مباريات أو شهرين؛ أو خصم ثلاث نقاط من الترتيب النهائي. وأصدرت لجنة الانضباط قرارها اليوم الثلاثاء، بتغريم جيرارد بيكيه مبلغ 12 تشرين الأول الماضي ضد ليجانيس ألف يورو.

| الجدول الرياضي | | |
|------------------|-------|---------------|
| دوري نجوم العراق | | |
| باريس سان جيرمان | 22:00 | ليفربول |
| برشلونة | 22:00 | أتلتيكو مدريد |

علاقات مجتمعية..

طرق خفية يعبر بها الرجل عن اهتمامه بك.. بالأنفعال مش بالكلام

تكشفه الوعود الكبيرة.

وأشار علم النفس السلوكي إلى أن المتابعة المتكررة تبني الثقة لأنها تخلق القدرة على التنبؤ. تبدأ بالشعور بأنك تستطيع الاعتماد عليه دون الحاجة إلى التشكيك في نواياه.

يظهر في أوقات غير مخطط لها: عندما تحتاجين إلى دعم أو عندما يطرأ أمر غير متوقع عليك، يظهر الرجل ويبدل قصارى جهده في هذه اللحظة حتى يدعمك ويساعدك في حل مشكلتك دون أن تطلبى منه ذلك. يحترم استقلاليتك بدلاً من السيطرة عليك، قراراتك بنفسك، وهذا يدل على صحة العلاقة واستقرارها لحرصه الدائم على تبادل الاحترام والثقة بينكما.



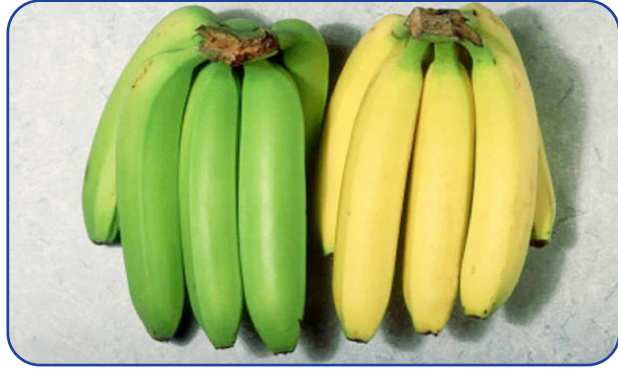
كبيراً لشخصيتك. وإذا ذكر أنه سيفعل شيئاً من أجلك، فإنه يوفى بوعده في الأمور البسيطة. ينجزه دون الحاجة إلى تذكير. غالباً ما إذا وعدك الرجل بالاتصال بك، فإنه يتصل. يكشف الالتزام بالوعد الصغيرة أكثر مما

يعبر الكثير من الرجال عن حبه بطرق مباشرة مثل إعطاء هدية مميزة أو ترديد الكلمات الرومانسية وغيرها من الطرق المختلفة لكن البعض الآخر يفضل أن يعبر عن اهتمامه بطرق خفية لكنها مميزة في ذات الوقت والتي نستعرضها في هذا التقرير.

يتذكر تفاصيل ليست مهمة يلتقط الرجل التفاصيل الصغيرة التي ذكرتها، مثل تفضيلاتك أو تعليقاتك العابرة، ويعيد ذكرها لاحقاً دون أن يطلب منه ذلك. هذا النوع من الذاكرة ليس من قبيل الصدفة، فهو يعكس انتباهه واهتمامه بك، لأن الدماغ يميل إلى الاحتفاظ بالمعلومات التي تبدو ذات مغزى. ومع مرور الوقت، تتراكم تلك اللحظات الصغيرة لتشكل نمطاً واضحاً لشخص يولي اهتماماً

النظام الغذائي

الموز الأخضر أم الأصفر.. أيهما يحسن التحكم في سكر الدم؟



يُعد الموز من الفواكه الشائعة التي تتغير قيمتها الغذائية مع نضوجها من اللون الأخضر إلى الأصفر، حيث تتحول النشويات تدريجياً إلى سكريات طبيعية؛ ما يؤثر على الطعم وسهولة الهضم ومستويات السكر في الدم. يتميز الموز الأخضر بكونه غنياً بالنشا المقاوم، وهو نوع من الكربوهيدرات يعمل بطريقة مشابهة للألياف الغذائية. ويسهم هذا النوع من النشا في دعم صحة الجهاز الهضمي، إذ يبطئ عملية الهضم، ويعزز نمو البكتيريا النافعة في الأمعاء؛ كما يساعد على زيادة الشعور بالشبع؛ ما قد يساهم في التحكم بالوزن.

ومع نضج الموز وتحوله إلى اللون الأصفر، ينخفض محتواه من النشا المقاوم ويتحول إلى سكريات طبيعية مثل الجلوكوز والفركتوز والسكروز. وعلى الرغم من ذلك، يظل الموز الأصفر مصدراً جيداً للألياف، خاصة الألياف القابلة للذوبان مثل البكتين، إلى جانب احتوائه على عناصر غذائية مهمة.

من ناحية تأثيره على سكر الدم، يتميز الموز الأخضر بمؤشر غلايسيمي أقل مقارنة بالموز الأصفر؛ ما يعني أنه يرفع مستويات السكر في الدم بشكل أبطأ. ويرجع ذلك إلى بطء هضم النشا المقاوم، في حين يؤدي ارتفاع نسبة السكريات في الموز الناضج إلى امتصاص أسرع وارتفاع أسرع نسبياً في مستوى الجلوكوز.

ورغم ذلك، لا يُعد الموز الأصفر خياراً غير صحي؛ إذ يوفر طاقة سريعة بفضل السكريات الطبيعية، كما يحتوي على مضادات أكسدة أعلى مع نضوجه، إلى جانب كونه سهل الهضم وطعمه أكثر حلاوة؛ ما يجعله مناسباً كوجبة خفيفة قبل أو بعد النشاط البدني. ويعتمد الاختيار بين الموز الأخضر والأصفر على الهدف الغذائي؛ فالأخضر يُفضل لمن يبحث عن مزيد من الألياف، والتحكم في سكر الدم، بينما يناسب الأصفر من يحتاج إلى طاقة سريعة وسهولة في الهضم.

اخطاء ومحاذير..

أنواع الأرز الأكثر احتواءً على الزنك.. كيف تتجنبها؟



وفيانالنهاية، وبينما يعد وجود المعادن الثقيلة في الإمدادات الغذائية أمراً مقلقاً، فإن التحضير الواعي والنظام الغذائي المتنوع يمكن أن يقلل بشكل كبير من المخاطر الصحية المرتبطة بها.

ويقول الخبراء إن تركيبات الزنك تتلف بناءً على عاملين رئيسيين: نوع الأرز: يحتوي الأرز البني على زنك أكثر من الأرز الأبيض؛ لأن المعدن يتركز في طبقات النخالة والجنين الخارجية، والتي يتم إزالتها أثناء عملية تلميع الأرز الأبيض. الجغرافيا: وجدت أعلى المستويات في أرز من نوع الإيطالي والأرز القادم من جنوب شرق الولايات المتحدة. وفي المقابل، سجل أرز الياسمين من تايلاند، وأرز البسمتي من الهند، والأرز الأبيض من كاليفورنيا أدنى المستويات.

ويؤكد الخبراء أنه لا يوجد مستوى "آمن" تماماً للتعرض للزنك، فهو خطير بشكل خاص على الأجنة وتلف بناءً على عاملين رئيسيين: نوع الأرز: يحتوي الأرز البني على زنك أكثر من الأرز الأبيض؛ لأن المعدن يتركز في طبقات النخالة والجنين الخارجية، والتي يتم إزالتها أثناء عملية تلميع الأرز الأبيض. الجغرافيا: وجدت أعلى المستويات في أرز من نوع الإيطالي والأرز القادم من جنوب شرق الولايات المتحدة. وفي المقابل، سجل أرز الياسمين من تايلاند، وأرز البسمتي من الهند، والأرز الأبيض من كاليفورنيا أدنى المستويات.

وأعدت دراسة صادرة عن منظمة Healthy Babies Bright Futures إثارة المخاوف بشأن المستويات العالية من الزنك في الأرز. ووجدت الدراسة، التي فحصت 145 عينة من كبار تجار التجزئة في الولايات المتحدة، أن الأرز يحتوي على تركيزات أعلى بكثير من الزنك غير العضوي، وهو الشكل الأكثر سمية، مقارنة بالحبوب الأخرى.

وكشفت الاختبارات أن ما يقرب من ثلث العينات تجاوزت الحدود التي أوصت بها إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) لحبوب أرز الرضع. وفي المتوسط، احتوى الأرز على 28 ضعفاً من الزنك الموجود في حبوب مثل الكينوا والفريك والكسكسي.

تدبير منزلي

6 أشياء لا يجب الاحتفاظ بها على طاولة المطبخ

يعد المطبخ من أكثر الأماكن حيوية في المنزل، حيث تحضر الوجبات وتصنع التفاصيل اليومية التي تجمع أفراد الأسرة، ومع ذلك، فإن ازدحام سطح المطبخ بالأغراض المختلفة قد يحول هذه المساحة العملية إلى بيئة فوضوية تعيق الحركة وتفقد المكان جماله وتنظيمه، فسطح المطبخ ليس مجرد مساحة إضافية للتخزين، بل هو منطقة عمل أساسية تتطلب ترتيباً ومرورة في الاستخدام، وعندما تمتلئ هذه المساحة بأدوات غير ضرورية أو عناصر يمكن تخزينها بسهولة في أماكن أخرى، فإن ذلك يؤثر سلباً على كفاءة الطهي وسلامة الاستخدام، لذلك، يستعرض في التالي ما يجب إبعاده عن سطح المطبخ يعد خطوة مهمة للحفاظ على بيئة نظيفة، عملية، وأمنة في الوقت نفسه:

زيوت الطهي رغم الاستخدام المتكرر لزيوت الطهي، فإن تركها على سطح المطبخ، خاصة بالقرب من مصادر الحرارة أو تحت أشعة الشمس، قد يؤثر على جودتها، فالحرارة والضوء يسرعان من عملية فساد الزيت ويؤديان إلى فقدان قيمته الغذائية ونكهته، يفضل حفظ الزيوت في أماكن باردة ومظلمة مثل الخزائن أو المخزن، مع إحكام إغلاق العبوات للحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة. التوابل والبهارات

قد يبدو الاحتفاظ بالتوابل على سطح المطبخ أمراً عملياً، لكنه في الواقع يعرضها للتلف السريع، فالتعرض المستمر للحرارة والرطوبة والضوء يؤدي إلى فقدان نكهتها وقيمتها، من الأفضل تخزينها في مكان جاف ومظلم بعيداً عن الموقد، مما يساعد في الحفاظ على جودتها واستخدامها بكفاءة أكبر أثناء الطهي.

الأواني والمقالي: تعد الأواني والمقالي من أكثر العناصر التي تستهلك مساحة كبيرة عند وضعها على سطح المطبخ. وجودها بشكل دائم يعيق الحركة ويجعل المكان يبدو مزدحماً وغير منظم، لذلك، ينصح بحفظها داخل الخزائن أو على أرفف مخصصة، مما يمنحك مساحة عمل أوسع ويساعد في الحفاظ على ترتيب المطبخ.

مستلزمات التنظيف: رغم أهمية توفر أدوات التنظيف بشكل قريب، فإن تركها على سطح المطبخ يفقد المكان مظهره الجمالي، فالإسفنجيات وزجاجات المنظفات قد تحمل بقايا ماء أو روائح غير مرغوبة، الحل الأمثل هو تخزينها أسفل الحوض أو داخل خزائن مخصصة، مع الحفاظ على جفافها ونظافتها بعد الاستخدام.

العلب والحاويات تستخدم العلب لتخزين السكر والدقيق والحبوب بشكل منظم، لكنها لا تحتاج إلى البقاء على سطح المطبخ، وجودها بشكل دائم قد يسبب ازدحاماً بصرياً ويشغل مساحة مهمة، من الأفضل وضعها داخل الخزائن أو على أرفف مخصصة، مع ترتيبها بطريقة يسهل الوصول إليها دون التأثير على المساحة العامة.

الأوراق والمستندات: قد يتحول سطح المطبخ إلى مكان لتجميع الفواتير أو الأوراق المهمة، خاصة عند الانشغال اليومي، لكن هذا الأمر قد يعرضها للتلف بسبب السوائل أو بقايا الطعام، بالإضافة إلى تشويه مظهر المطبخ، يفضل الاحتفاظ بالأوراق داخل ملفات أو أدراج مخصصة بعيداً عن منطقة الطهي.



قومي بخلط البيض والحليب بطبق آخر، واخلطي البقسماط وجبن الشيدر المبشور في طبق ثالث. حمي كمية وافرة من الزيت في قدر على حرارة متوسطة. قومي بوضع شرائح الدجاج في وعاء ونكهي بالكمية المتبقية من الملح.

بابريكا: ثلاثة أرباع ملعقة صغيرة
بودرة الثوم، ونصف ملعقة صغيرة من الملح، والفلفل الأسود.
قومي بخلط البيض والحليب بطبق آخر، واخلطي البقسماط وجبن الشيدر المبشور في طبق ثالث.
حمي كمية وافرة من الزيت في قدر على حرارة متوسطة. قومي بوضع شرائح الدجاج في وعاء ونكهي بالكمية المتبقية من الملح.



المقادير: صدر الدجاج: 500 غراماً دقيق: ثلث كوب (مقطع شرائح)

نصائح صحية

بين الجوع والشبع.. كيف نعيد ضبط علاقتنا مع الطعام؟

كما أن تناول الطعام بانتظام، ومشاركته مع الآخرين، يعزز من جودة التجربة الغذائية ويؤثر إيجاباً في الصحة العامة. تحديات البيئة الغذائية الحديثة رغم أهمية هذه المفاهيم، فإن تطبيقها يواجه تحديات كبيرة، خاصة في ظل بيئات غذائية مشبعة بالوجبات السريعة والخيارات منخفضة التكلفة، إلى جانب الضغوط اليومية والعادات الغذائية غير الصحية. وتزداد هذه التحديات في بعض المجتمعات ذات الموارد المحدودة، حيث يشكل الوقت والتكلفة عائقين أمام اتباع نمط غذائي متوازن.

ويقترح الخبراء مجموعة من الخطوات البسيطة لتعزيز العلاقة مع الطعام، أبرزها: الاستماع للجوع والشبع: التعرف إلى إشارات الجسم الطبيعية لتحديد متى نأكل وكم نأكل. إعادة النظر في مفهوم "الأطعمة الضارة": إدخال بعض الأطعمة المحببة بشكل متوازن دون حرمان. مشاركة الطعام مع الآخرين: تعزيز الجوانب الاجتماعية لتجربة الأكل، ما يعكس إيجاباً على الصحة النفسية.



الذي يتجاوز مؤشر كتلة الجسم لديهم 30. لكن الأسباب المرتبطة بالسمنة أكثر تعقيداً من مجرد نوع الطعام، إذ تشمل عوامل بيئية وسلوكية ونفسية، فيما لم تثبت فعالية النصائح التقليدية القائمة على "تناول طعام صحي أكثر" في الحد من معدلات السمنة. العودة إلى إشارات الجسم من بين أبرز المفاهيم الحديثة، يأتي مفهوم

الذي يتجاوز مؤشر كتلة الجسم لديهم 30. لكن الأسباب المرتبطة بالسمنة أكثر تعقيداً من مجرد نوع الطعام، إذ تشمل عوامل بيئية وسلوكية ونفسية، فيما لم تثبت فعالية النصائح التقليدية القائمة على "تناول طعام صحي أكثر" في الحد من معدلات السمنة. العودة إلى إشارات الجسم من بين أبرز المفاهيم الحديثة، يأتي مفهوم

عندما يتحدث معظم الناس عن "الأكل الصحي"، ينصب التركيز غالباً على نوعية الطعام نفسه، من خفض السرعات الحرارية إلى الإكثار من الخضراوات والفواكه.

لكن خبراء الصحة يؤكدون أن الصورة أوسع من ذلك، إذ تؤدي السلوكيات والعادات الغذائية دوراً لا يقل أهمية عن نوعية الطعام.

الأكل الصحي.. أكثر من مجرد طعام تشير الأبحاث إلى أن الهوس المفرط بتناول الطعام الصحي قد يتحول في بعض الحالات إلى اضطراب يُعرف باسم أورثوركسيا نيرفوزا، وهو انشغال قهري بتناول الأطعمة "النقية" فقط، ما قد يؤدي إلى آثار سلبية على الحياة الاجتماعية وجودة الحياة.

وفي المقابل، يبرز توجه علمي متزايد يدعو إلى التركيز على طريقة تناول الطعام، وليس فقط مكوناته، باعتبار ذلك عاملاً أساسياً في تحسين الصحة العامة.

الهوس بالأنظمة الغذائية.. كيف بدأ؟ يربط باحثون انتشار ثقافة الحميات الغذائية بالثمانينيات مع تصاعد الحديث عن "وباء السمنة"، الذي يُعرف بارتفاع نسبة الأفراد



نسخة محسنة

إنعام كجه جي

يسعى الإنسان لتحسين تفاصيل حياته، يحاول أن يكون ذا قامة رياضية وسحنة مقبولة. وأن يسكن بيتاً مريحاً ويمارس عملاً يضمن له دخلاً منتظماً. وكلها شروط تحققت للسيد ألكسندر فلوتار قبل أن يحل عليه جار يدعى أكسيل شامبون، قلب حياته بين عشية وضحاها. والتفاصيل نشأها في الفيلم الفرنسي الجديد «الأنابديلة».

ألكسندر موظف في شركة صغيرة على حدود الريف. يقيم مع زوجته ناتالي في بيت جميل لا يبعد كثيراً عن مقر عمله. يستيقظ ذات صباح على جلبة في الجوار. هناك شاحنة جاءت بأثاث أسرة ستقيم في البيت الخالي الملائق لبيته. الجدار لصق الجدار، والحديقة امتداد للحديقة.

يتطلع ألكسندر من الشباك فتقع عينه على الجار الجديد. يدور رأسه. إنه نسخة منه في الملامح واعتدال القامة. مع فارق وحيد هو أن جاره يحتفظ بشعر كثيف مسرّب وليس أصلع مثله. يسرع ليخبر زوجته ويدهشه أنها لا تلاحظ الشبه بينهما. وللعلم فإن الممثل الفرنسي لوران لافيت قام بالدورين معاً: ألكسندر الأملح وأكسيل الجار كثيف الشعر.

في اليوم التالي تظهر الفوارق. الجار بالغ الأناقة وله زوجة حسناء. يرتدي بدلة مع ربطة عنق ويقود سيارة من أحدث طراز، يمضي بها إلى عمله. أما ألكسندر فيذهب إلى الشركة على دراجة هوائية وبلباس عادي. يصل ليكتشف أن جاره سيكون مواجهاً له.

تتتابع الأحداث والمتفرج متراح للمفارقات الطريفة التي يقدمها له فيلم كوميدي. ويمرّ اليومان الأول والثاني وتتعمد العلاقة بين الرجلين. تتصاعد الغيرة لدى الأول وينهش القلق روحه. تصدر عنه تصرفات فظة. بينما يحافظ الثاني على طبع راقق وسلوك مثالي ولا يفهم عدوانية جاره.

في نهاية الأسبوع، وبإلحاح من زوجته ناتالي، يوافق ألكسندر على الذهاب لقضاء يومي العطلة في الغابة القريبة، مع الجار وزوجته الحسنة. سينصب كل منهما خيمته ويسهر الجميع حول النار ويأكلون ويشربون ما لذ وطاب. وعندما يحين وقت النوم سيلاحظ ألكسندر أن خيمته صغيرة وبدائية لا تقاوم الريح بينما يمتلك جاره خيمة كبيرة متطورة تنتصب ألياً. وهنا يبلغ السيل الزبي، كما يقول المتأدبون.

يتحوّل الموضوع فجأة إلى فيلم من أفلام الجريمة. يذهب الرجلان لاستكشاف الغابة ويبتعدان عن الزوجتين. يتفاهم الغل في صدر ألكسندر. يستل، في لحظة جنون، غصناً صلباً ويغافل جاره ويضربه على رأسه. يرى الدم نافراً من الرجل فيدرك هول ما فعل. ينحني عليه ليتحقق من عمق الجرح فيكتشف أن الجار ذا الشعر المحسود يرتدي باروكة!

لن أكشف لكم النهاية، لأن الفيلم لا ينتهي هنا، وليته انتهى بهذه المفارقة الصادمة. لكنه يمضي ليتحوّل إلى فاصل من أفلام الرعب واستغلال نبات المهاجرين الإيفور، المسلمين الصينيين، في أعمال السخرة. كيف؟ أسألو المخرجين نيكولا وبرونو، وهما ثنائي يكتب ويصوّر ويخرج معاً. تهرب من الصالة قبل أن يصبح من أفلام الخيال العلمي أو تاتيك ضربة فأس.

مؤلف ((صاحب الأرض)) يحسم جدل وجود جزء ثان

تتناول القضية بواقعية وجرأة أكبر. وكشف عن التحديات التي واجهته خلال الكتابة، لافتاً إلى أن الصعوبة لم تقتصر على حساسية الموضوع، بل شملت أيضاً التدقيق التاريخي والواقعي للأحداث، خاصة أنه تسلم المشروع بعد كتابة أربع حلقات من قبل مؤلفين آخرين، قبل أن يعيد تطويرها وبناء السيناريو بشكل متكامل. وبين أن هذا التطوير أسهم في تقديم تجربة مختلفة جذبت الجمهور، وهو ما انعكس في عرض المسلسل مرتين خلال رمضان الماضي، عبر قناتي DMC والتلفزيون المصري. وأوضح عيبة أن العمل لم يكن يهدف إلى تقديم صورة شاملة لما يجري في فلسطين، بل تناول زاوية محددة وقصة واحدة من بين آلاف القصص في غزة، مشيراً إلى أن أبرز أي اتفاق رسمي لإنتاج جزء أمام أعمال درامية أخرى



حسم الكاتب والسيناريست محمد هشام عيبة الجدل بشأن تقديم جزء ثانٍ من مسلسل «صاحب الأرض» في موسم رمضان 2027، مؤكداً أنه لا يوجد حتى الآن أي اتفاق رسمي لإنتاج جزء جديد.

((الزوجة الرابعة)) يشعل أزمة.. اعتراض من المؤلف والمخرج



النوط بها توثيق الأعمال الفنية لأصحابها". قامت بإنتاج الجزء الأول حق عمل جزء ثانٍ إلا بعد الرجوع لأصحاب الحقوق الأصليين المؤلف والمخرج، تجنباً للتعرض للمساءلة القانونية، وفقاً للتعهد المبرمة بيننا والتي لم وأن المؤلف والمخرج لم نتلق أي اتصال من أي جهة إنتاجية بخصوص عمل جزء ثانٍ، ولا

تصدر اسم مسلسل «الزوجة الرابعة» للفنان المصري مصطفى شعبان محرك البحث عبر مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة، وذلك بعد إعلان إحدى شركات الإنتاج استعدادها لعمل جزء ثانٍ للمسلسل، الذي عرض بالفئاتيات منذ 15 عاماً وحقق نجاحاً كبيراً.

فقد تسببت هذه الأخبار في إزعاج المخرج مجدي الهواري، والمؤلف أحمد عبد الفتاح، اللذين يمتلكان كافة الحقوق الخاصة بالمسلسل على ما يبدو.

واضطر الهواري وعبد الفتاح، لإصدار بيان قال فيه: «نظراً لتداول بعض الأخبار حول الاستعداد لتحضير جزء ثانٍ من مسلسل «الزوجة الرابعة» والذي عُرض في رمضان 2012، لعرضه في شهر رمضان 2027، واحتراماً لحق الجمهور في معرفة الحقيقة، فهذا بيان من مؤلف العمل أحمد عبد الفتاح ومخرجه مجدي الهواري، وهما صانعا العمل الرئيسي ومن أصحاب حقوقه بناء على تسجيله بأسمائهما في جهاز الرقابة على المصنفات الفنية منذ عام 2011 وهي الجهة

أسماء جلال تخوض أولى بطولاتها المطلقة في الدراما

الأعمال سواء في السينما أو الدراما، وهو ما شجّع شركات الإنتاج على تصعيدها ومنحتها البطولة هذا العام. وينتمي مسلسل أسماء جلال الجديد إلى نوعية أعمال الـ 15 حلقة، وهو من تأليف فايد النجار وإنتاج شركة

تستعد الفنانة أسماء جلال لخوض أولى بطولاتها المطلقة في الدراما التلفزيونية، من خلال مسلسل جديد تعاقبت على بطولته، وذلك في ظل النشاط الفني الملحوظ الذي تعيشه خلال الفترة الأخيرة، إلى جانب تألقها في عدد كبير من



حين يتكلم أسم العراق

د.فاضل البدراني

أصالة العراقيين تظهر في المواقف الوطنية الحقيقية، لكنها قد تتوارى أحياناً ويكتنفها الغموض في أزمنة يسودها الالتباس، أو حين تتسلل لغة العتب فتولد منها مواقف لا نتمناها.

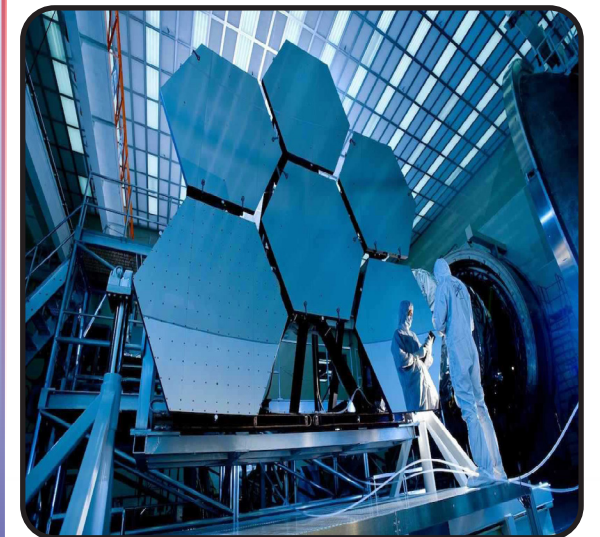
غير أن العراقيين، في المواقف التي تتصل بال نخوة والغيرة والشهامة واسم العراق وعلم العراق، يتحولون إلى كتلة واحدة وقلب واحد وشعور واحد، يختلفون به عن كثير من شعوب الأرض؛ ولعل ذلك لأن أرض الرافدين طينتها حضارية، معجونة بإرث حضارتها العريقة الممتدة من سومر إلى الحضرة.

ما أحلاكم يا عراقيين وأنتم تؤازرون منتخب العراق الوطني لكرة القدم، ودموع الفرح تترقرق في العيون؛ فهي ليست دموعاً عابرة، بل وصفة صادقة للغيرة والكبرياء والانتماء.

شكراً منتخب العراق لكرة القدم، شكراً أسود الرافدين؛ فقد رفعت اسم العراق والعرب عالياً، وأعدتم للقلوب نبض الفخر، وللأرواح معنى

عين على العالم

«شمس عند الطلب» من الفضاء.. مشروع يهدد نوم البشر



حذر علماء من تداعيات خطط لإطلاق عشرات آلاف المرايا إلى الفضاء بهدف توفير «ضوء الشمس عند الطلب»، مؤكداً أن هذه الخطوة قد تؤدي إلى اضطراب النوم على مستوى كوكبي، مع تأثيرات محتملة على الإنسان والبيئة.

وتسعى شركة Reflect Orbital الناشئة، ومقرها كاليفورنيا، للحصول على موافقة لإطلاق مرآة تجريبية بطول 18.3 متر إلى المدار، على أن تعكس ضوء الشمس نحو الأرض.

وبحسب خطط الشركة، سستتمركز المرآة على ارتفاع نحو 640 كيلومتراً، لنضي مساحة يصل عرضها إلى نحو 4.8 كيلومترات، في خطوة تهدف إلى دعم محطات الطاقة الشمسية، وتوفير الإضاءة في مناطق الكوارث، وحتى استبدال إنارة الشوارع.

رغم الطموحات التقنية، أثار المشروع قلقاً واسعاً في الأوساط العلمية، حيث حذر خبراء من أن تغيير نمط الضوء الطبيعي ليلاً قد يؤثر على الإيقاعات البيولوجية للكائنات الحية.

وقدمت جمعيات علمية دولية، من بينها الجمعية الأوروبية للإيقاعات البيولوجية، مذكرات إلى لجنة الاتصالات الفيدرالية، أكدت فيها أن المشروع قد يحدث «تغييراً جذرياً في بيئة الضوء الليلية على مستوى الكوكب».

وأشار العلماء إلى أن تعاقب الليل والنهار ليس مجرد ظاهرة طبيعية، بل عنصر أساسي ينظم النوم وإفراز الهرمونات لدى البشر، إضافة إلى تأثيره على سلوك الحيوانات ودورات نمو النباتات.

يرى باحثون أن المشروع قد يؤدي إلى اضطراب مواسم التكاثر والهجرة لدى الحيوانات، كما قد يربك النباتات التي تعتمد على الظلام في دوراتها الحيوية، ما ينعكس في نهاية المطاف على الأمن الغذائي.

وفي هذا السياق، حذر علماء من أن زيادة الإضاءة الليلية قد تدفع الطيور المهاجرة إلى تغيير مساراتها، أو تتسبب في خروج بعض الكائنات من سباتها في توقيتات غير مناسبة، فيما قد تزهز النباتات في غياب الملقحات.

كما أشار خبراء إلى أن الضوء الاصطناعي الإضافي قد يؤثر على جودة النوم لدى البشر، خصوصاً في المناطق التي تستلقي هذا الضوء بشكل مباشر.

إلى جانب التأثيرات البيئية، حذر منتقدون من أن المرايا قد تتسبب في تشتيت انتباه الطيارين، والتأثير على عمل المراقدين الفلكية، ما قد يهدد الأبحاث العلمية المرتبطة بالفضاء.

إعلانك في صوت القلم يضمن لك الانتشار الأوسع

للتواصل

07730004671

sawtalqalam8@gmail.com

alnasday@yahoo.com

