



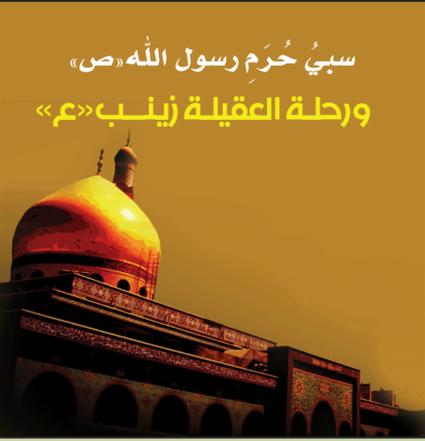
المراقب العراقية

فمن قبلنا بقبول الحق
فالله أولي بالحق
الدمام الحسين «عاشق الحق»

صحيفة-يومية-سياسية-عامة
Almuraqeb Aliraqi Newspaper

سبي حرَم رسول الله «ص»
ورحلة العقيلة زينب «ع»

اوراق
المراقب
9



Almuraqeb Aliraqi news paper

صحيفة-يومية-سياسية-عامة

العدد 4 آب 2024 العدد 3400 السنة الخامسة عشرة

العراق

يحصد جائزة أفضل
سينوغرافيا بمهرجان
المونودراما في الأردن



ثقافية

برشلونة

يرفض 20 مليون يورو
للتخلي عن روكي



رياضة

«إسرائيل»

تعرب والمحمور يتوعد...
كيف ستكون ملامح
المرحلة؟



آراء

بانتظار المكان والزمان المناسبين

الرد الإيراني «كابوس» يلاحق دول الاستكبار ويدخلها حالة النفير العام

الإسلامية بأربعة عقود ونصف، لا يوجد فكر في الشارع بمواجهة إسرائيل، وكان الكيان الصهيوني يريد أن يهيمن على المنطقة بأسرها. وبين، ان «محور المقاومة» غير المعادلة، فغزة صامدة والعراق صامد ولبنان واليمن صامدان بوجه الكيان والاستكبار العالمي، وهناك سيطرة للمقاومة على المنافذ البحرية والبرية التي تسيطر على حركة التجارة العالمية، فضلا عن العمليات العسكرية والتقدم التقني هذه كلها عوامل إيجابية لاستمرار مواجهة الكيان الغاصب..



العراق / سداد الخفاجي
انشغل العالم أجمع بجريمة اغتيال رئيس المكتب السياسي لحركة حماس الشهيد إسماعيل هنية، وسط مخاوف غربية من اندلاع حرب شاملة في منطقة الشرق الأوسط، فيما ترقب واشنطن وتل أبيب برعب، خيارات الرد الإيراني على العدوان الأخير الذي استهدف الشهيد المجاهد هنية، خاصة مع تأكيد الجمهورية الإسلامية وبقية فصائل محور المقاومة، على أن الرد سيكون مزلزلاً وفي الوقت المناسب، وإن هذه الجريمة لن تضر من دون عقاب.

ووتعد قائد الثورة الإسلامية السيد علي الخامنئي «الكيان الصهيوني» برد قاس، مؤكداً أن الانتقام لدم هنية «من واجبات بلاده، لأن الاغتيال وقع على أرضها»، وفي وقت سابق، كشف الحرس الثوري الإيراني، عن ملابس اغتيال رئيس المكتب السياسي لحركة «حماس» الشهيد إسماعيل هنية في طهران مؤخرا، وطبيعة السلاح المستخدم في العملية، مؤكداً أن

أن «الجمهورية الإسلامية لا تواجه الكيان الصهيوني فحسب، بل تواجه الاتحاد الأوروبي والترسانة العسكرية الأمريكية بكاملها، ومن هنا يجب ان تعمل بحكمة وتكتيك دقيق قوي، الرد المزلزل يكون بزوال الكيان الصهيوني من الوجود»، وأشار الى

الهاشمي له المراقب العراقي، «إن «محور المقاومة» يخوض حرباً طويلة مع الكيان الصهيوني، وقد يكون من التكتيك ان تضرب ايران ضربة خفيفة حتى توهم العدو بأن الأمر حسم وتفاعله في وقت لاحق بضرعة

السياسي صادق محمد الهاشمي، ان «المنطق العسكري يجب ان لا يكون رداً مزلزلاً، لأنه في المعارك تختلف حرب الشوارع عن حرب الصواريخ والحروب البرية والسيبرانية كل لها قواعدها ومبادئها»، وأضاف

تجاهلت جميع وساطات التهدة ورفضت النقاش من أساسه في الموضوع، والتزمت بحق الرد الميداني مع التأكيد بأن الضربة ستكون أقوى من العدوان الذي ارتكبه الكيان. وحول الموضوع، يقول المحلل

مقاتلة، وسفن مجهزة بأنظمة دفاع ضد الصواريخ الباليستية، فيما أكدت إسرائيل، أن جيشها دخل في حالة «تأهب قصوى»، خوفاً من هجمات محتملة، فيما تشن إيران حرباً نفسية ضد الكيان الصهيوني، في وقت

أسعار المجمعات السكنية تدهس المواطن وتضرب «سيطرة» الأعمار

القسم الاقتصادي

دخلت مدن الحكومة السكنية التي تحدثت عنها في دهاليز لم يُعرف عنها شيء، بعد عامين من الأحاديث التي أشيع فيها المقربون من القرار، منصات التواصل الاجتماعي ووسائل الإعلام، تصريحات لم تتمخض عن انطلاق العمل في تلك المجمعات، فيما تفيض المجمعات السكنية بكوارت والأسعار الخيالية واتساع رقعتها يهدد استقرار العقارات التي قفزت إلى معدلات عالية، مع غياب التخطيط والمتابعة لتلك الأموال التي تتسلسل إلى بعض مناطق بغداد، وحولتها إلى مكان لا يخترقه إلا الغارقون في «غسيل الأموال» والطبقات المخملية. ورغم تلك المؤشرات التي لا تغيب عن المواطنين، تقول وزارة الاعمار والإسكان، أن «الأسعار في المجمعات السكنية في العاصمة مسيطر عليها.

تفاصيل أكثر

3

تفاصيل أكثر

7

➔

تعاقبات ما بعد الحل.. إدارة الزوراء السابقة تجاوز القانون

صفاء الخفاجي

السابقة أن «القانون والقضاء العراقي ما زالوا في صالحنا»، وأشارت إلى أنها مستمرة بإدارة النادي من مقرها الرئيسي والثانوي في الشالجية ببغداد وفقاً للقانون كما هدّدت بالجوء إلى محكمة التحكيم الرياضية (كاس) في حال عدم تسوية الوضع لصالحها.

أعلنت إدارة نادي الزوراء المنحلة تعاقدها مع لاعبين جدد وتجديد عقود آخرين وذلك على الرغم من أن اللجنة الأولمبية العراقية قد شكلت إدارة مؤقتة بعد انتهاء صلاحيات الإدارة السابقة، فيما أكدت الإدارة

الغرامات الخفية.. تسليم تحت ظل القانون وصاحب المركبة آخر من يعلم

يونس جلوب الصراف

الغرامات كونهم لا يعرفون مقدار ما عليهم من غرامات ويتفاجأون بوصول مبالغها إلى ارقام خيالية عند عملية البيع، وليس بعيد عما قاله سعد، يؤكد المواطن علي ياسين الذي يرى ان مديرية المرور قد اغلقت موقع «غرامة» بعد أن شعرت ان وجوده يمكن ان يضر ضدها الكثير من الاعتراضات بسبب المبالغ التي يجب دفعها من قبل السائقين فقامت بهذا الاجراء لتجنب وقوع مثل هذه المشاكل.

أكثر المواطنين لا يعرفون سبب غياب الموقع المروري الخاص باحتساب الغرامات المسمى «غرامة» منذ مدة ليست بالقليلة حيث ان كل من يزوره يرى هذا الموقع قد أصبح خارج الخدمة، ذلك ما قاله المواطن سعد كامل الذي اضاف ان هذه الحالة تثير الانتباه والاستغراب معاً، حيث إنها تضع السائقين تحت «قبضة» تراكم

تفاصيل أكثر

10

➔

تفاصيل أكثر

سنجار.. قضاء استعاد هريته بسواعد الحشد بعد ان باعه الإقليم لداعش

سيف حديد

في الذكرى العاشرة للإبادة الجماعية بحق الإيزيديين التي نفذتها عصابات داعش الإرهابية سنة ٢٠١٤، يحيي العراقيون هذه المناسبة برفع صور للشهداء ولإفادات كتبت عليها عبارات حزن ممزوجة بدموع ذويهم الذين حملوا قوات الأمن الكردية «البيشمركة» التابعة للحزب الديمقراطي الكردستاني الذي يتراسه مسعود البارزاني، مسؤولية ما حصل نتيجة لتخاذلهم وانسحابهم في ليل مظلم، وتسليم رقاب هؤلاء المدنيين العزل لهذه العصابات الإجرامية التي جاءت لاحتلال العراق بكامله، إلا ان هذا المشروع الأمريكي الذي تم تنفيذه بإبار داخلية وعربية، اصطدم بوجود قوة ضاربة وولدت بالتزامن مع العمليات الإرهابية لداعش.

تفاصيل أكثر

2

الاعمار تدعي السيطرة على الأسعار

أموال الفساد
«جهنم» والفقراء يدفعون الثمن
تحليل عقارات العاصمة الى

من المواطنين، وهذه العمارات الفارهة لا يصلها إلا الفاسدون القادرون على إعطاء تلك المبالغ الضخمة، وهم في الغالب يستخدمونها كمحطة استراحة، أما الطبقات الهشة فأزمتها مستمرة ولا تزال بعيدة عن الحل.

لكن مصدرا مقربا من الحكومة يعتقد انه في نهاية العام الجاري سنتطلق رحلة التسجيل في مدينتي سككيتين في بغداد، تكون البوابة الأولى لردم غول الأرقام العالية التي سجلتها العقارات على مدى الثلاثة أعوام الماضية.

ويقول المصدر الذي فضل عدم الكشف عن اسمه، ان «العاصمة تشهد حاليا ضمورا في أسعار العقارات وكسادا بسبب عزوف المواطنين عن الشراء، وتشير المعلومات الى ان العديد من المناطق تتربح انطلاق التسجيل على المدن وبعض العقارات صارت تتدرج بأقل من تلك الأرقام السابقة بما يعني اننا أمام هبوط متوقع خلال هذه الأشهر حتى منتصف العام المقبل.

ومضى يقول، ان «الحكومة تخطط لإنهاء الأزمة في بغداد والمحافظات من خلال استراتيجية مدروسة يتم على أساسها حساب التحولات التي تنتجها قلة الطلب، وهو الأمر الذي يعيد التوازن في سوق العقارات».

ويرى مراقبون، ان «المجمعات السكنية في أغلبها

العراق / القسم الاقتصادي
دخلت مدن الحكومة السكنية التي تحدثت عنها في دهاليز لم يُعرف عنها شيء، بعد عامين من الأحاديث التي أشبع فيها المقيرون من القرار، منصات التواصل الاجتماعي ووسائل الإعلام، تصريحات لم تتمخض عن انطلاق العمل في تلك المجمعات، فيما تفيض المجمعات السكنية بكوارث الأسعار الخيالية واتساع رقعتها يهدد استقرار العقارات التي قفزت الى معدلات عالية، مع غياب التخطيط والمتابعة لتلك الأموال التي تتسلسل الى بعض مناطق بغداد، وحوّلتها الى مسكن لا يخترقه إلا الغارقون في «غسيل الأموال» والطبقات المخملية.

ورغم تلك المؤشرات التي لا تغيب عن المواطنين، تقول وزارة الامصار والإسكان، ان «الأسعار في المجمعات السكنية في العاصمة مسيطر عليها، وهو تصريح يجانب الحقيقة والأرقام الخيالية التي عبرت المليار دينار في بعض الأماكن».

ويعلق المختص في الشأن الاقتصادي قاسم بلشان التميمي، على تصريحات وزارة الامصار والإسكان بانها تخالف الواقع، إذ لم يتغير شيء في الأقف والأسعار لا تزال تغلي وترمي بحممها على الفقراء، ويشير التميمي في تصريح له-المراقب العراقي» ان «الأزمة تستهدف المهمشين والفقراء والكسبة

العراق يطلق خطة خمسية موسعة لرفع قدرته الاقتصادية

أن «رئيس الوزراء أطلق خطة التنمية الوطنية الخمسية (٢٠٢٤-٢٠٢٨)، وذلك خلال الحفل الذي أقامته، أمس السبت، وزارة التخطيط بالتعاون مع شركاء العراق التنمويين، مشيرا الى أن الخطة تهدف الى تحقيق مشاريع البنى التحتية والطاقة النظيفة، وريدم تلك الفجوات».

وأوضح، ان «الخطة وضعت مساهمة لتحقيق الحكم الرشيد، والآليات المناسبة لمحاربة الفساد واعتماد مبادئ الشفافية، وراعت أولويات تحسين الخدمات في المجالات كافة، عبر تسريع تنفيذ المشاريع قيد الإنشاء، والنهوض نحو مشاريع تنموية وخدمية جديدة».

وتابع: «بدأنا بسلسلة مشاريع استراتيجية لتطوير قطاع النفط والغاز، وإيقاف الهدر فيه، والاعتماد على قدراتنا ومشاريعنا في تأمين المشتقات النفطية بدلا من الإستيراد، واتجهنا لمشاريع تنسجم مع رؤية التنمية المستدامة ٢٠٣٠».

وبيّن، أن «صندوق العراق للتنمية يهدف إلى تكوين بيئة استثمارية متكاملة في البلد»، مضيفا: «منحنا القطاع الخاص ضمانات سيادية لإقامة مشاريع صناعية وزراعية، ما سيوفر له مساحة واسعة وتناسب ودوره التنموي».

المراقب العراقي / بغداد
أكد رئيس الوزراء محمد شياع السوداني، أمس السبت، أن خطة التنمية الخمسية للأعوام ٢٠٢٤-٢٠٢٨ راعت تحسين الخدمات في المجالات كافة.

وذكر مكتبه الإعلامي في بيان تلقته «المراقب العراقي»،



العمل تطلق منظومة خاصة بـ«التقاعد الاختياري»

المراقب العراقي / بغداد
أعلنت وزارة العمل والشؤون الاجتماعية، أمس السبت، عن إطلاق منظومة ضمان رقمية خاصة بالتقاعد الاختياري.

وقال وزير العمل أحمد الأسدي خلال مؤتمر صحفي نظمته دائرة التقاعد والضمان الاجتماعي للعمال، وتابعته «المراقب العراقي»، ان «هذه المنظومة تتضمن الحزمة الأولى من الخدمات الخاصة بتقديم وتفعيل إجراءات التقاعد الاختياري للعاملين في القطاع غير المنظم بموجب قانون رقم (١٨) لسنة ٢٠٢٣».

وأضاف: أن «هذه هي المرة الأولى التي يشمل في هذا القانون جميع العاملين سواء من أصحاب المهن الحرة كالتجار والحداد والحلاق وسائق التاكسي وسائق سيارة الحمل وغيرهم من الكسبة».

ولفت الى ان «الخطوة الأولى التي اعتمدها دائرة التقاعد والضمان الاجتماعي للعمال لتنفيذ فقرات هذا القانون، من

خلال التعاقد مع إحدى شركات القطاع الخاص للبدء بإطلاق الضمان الاختياري، وكذلك أتمتة الدائرة، وأتمتة كل عمل المديرية خلال فترة أقصاها ستة من اقرار القانون».



وتابع: «بعد إطلاق عملية الضمان الاختياري، يحق لكل عامل من خلال منصة أور الإلكترونية أو عبر البوابات الإلكترونية لمنظومة الضمان الرقمية، أن يتقدم بطلب للشمول بتقاعد العمال».

خبر يبين أسباب عدم الاكتفاء من الدواجن واللجوء الى الاستيراد

المراقب العراقي / بغداد
كشف الخبر الاقتصادي ناصر الكنتاني، عن الأسباب التي تدفع البلاد نحو الاستيراد باستيراد اللحوم البيضاء وعدم تحقيق الاكتفاء الذاتي بالدجاج المحلي.

وقال الكنتاني في تصريح صحفي، ان «الدجاج المحلي يسد حاجة السوق بما يقارب ٨٠ بالمئة، وباقي حاجة السوق تسد من خلال الاستيراد وهذا بسبب زيادة الطلب على الدجاج من قبل المواطنين وعدم سد حاجته بالدجاج المحلي، ولهذا يجب ان يبقى الاستيراد حتى لا يتم رفع أسعاره بشكل كبير



نفط الوسط تؤكد التزامها بإيقاف حرق الغاز

العراقية»، مؤكدا «تحقيق إطفاء شعلة الغاز عن طريق استثمار الغاز إلى محطات الكهرباء».

وأضاف: أن «استثمار الغاز المصاحب للنفط يعد إنجازا بيئيا، وهو من ضمن التزام العراق مع المنظمة العالمية للبيئة، وأيضا ضمن اتفاقية باريس»، لافتا الى أن «استثمار الغاز المصاحب يمثل إنجازا علميا، باعتبار أن وحدات معالجة كبس الغاز متوقفة لسنوات عديدة، وعجزت

المراقب العراقي / بغداد
أعلنت شركة نفط الوسط، أمس السبت، عن ضخ الغاز لتشغيل ٥٠ ميغا واط من الطاقة الكهربائية، مؤكدا التزامها بإيقاف حرق الغاز من خلال الاستثمار.

وقال مدير الشركة، محمد ياسين حسن في تصريح صحفي، ان «الوزارة عملت على البرنامج الحكومي الذي يلزم بإيقاف حرق الغاز المصاحب للنفط في كل الحقول

مبيعات المركزي تتخطى حاجز الـ«مليار دولار» خلال أسبوع

وكانت أعلى مبيعات الدولار يوم الأحد، حيث بلغت المبيعات فيه، ٢٧٤ مليوناً و٨١٨ ألفاً و٢٨٦ دولاراً، فيما كانت أقل المبيعات ليوم الثلاثاء حيث بلغت المبيعات فيه، ٢٦٢ مليوناً و٢٢٣ ألفاً و٤٤٣ دولاراً.

وأشار، الى ان مبيعات الحوالات الخارجية خلال الأسبوع الماضي بلغت مليارات و٣٦١ مليوناً و٤٨٠ ألفاً و٧٨٢ دولاراً بنسبة ارتفاع بلغت ٩٦ بالمئة مقارنة بالمبيعات النقدية التي بلغت ٤٨ مليوناً و٧٥٠ ألف دولاراً.

المراقب العراقي / بغداد
أعلن البنك المركزي، أمس السبت، عن بلوغ مبيعاته في مزاد العملة خلال الأسبوع الماضي، أكثر من مليار دولار. وذكر تقرير للبنك اطلعت عليه «المراقب العراقي»، انه باع خلال مزاد العملة ولدة ٥ أيام التي فتحت بها المزاد، مليارات و٤١٠ ملايين و٢٣٠ ألفاً و٧٨٢ دولاراً، بمعدل يومي بلغ ٢٨٢ مليوناً و٤٦ ألفاً و١٥٦ دولاراً، مرتفعاً عما سجله الأسبوع الذي سبقه حيث بلغ ملياراً و٣٨٧ مليوناً و٢٢٣ ألفاً و٤٩٠ دولاراً.

حرب غزة تنعكس على اقتصاد الكيان الصهيوني

انعكست الحرب الصهيونية على الوضع الداخلي للاحتلال المجرم

بات سكان «إسرائيل» يعانون قلة المواد الأساسية والمتطلبات الحياتية اليومية

لم ينجُ البناء من آثار الحرب على قطاع غزة فقد تراجع بشكل ملحوظ

وفقاً لإحصائيات رسمية أن معدل الإنتاجية في مواقع البناء بلغ 30% وبلغت مدة التأخير لتسليم الشقق الجاهزة 36 شهراً



العالم يترقب رد طهران المرزلي

إيران تجهز ترسانتها العسكرية انتقاماً لشهيد القدس

وعن طبيعة الرد الإيراني، قال رئيس لجنة الأمن القومي والسياسة الخارجية بالبرلمان الإيراني إن «إجراءات الرد ستكون أولاً ذكية، وثانياً في وقتها، وثالثاً رادعة على أساس الاستراتيجيات الموضوعية للإسلامية، وهذه الاستراتيجية ثابتة أبداً للتعامل مع هذه الحوادث»، مشدداً على أن «ردنا سيكون بطريقة تجعل الأميركيين والصهاينة نادمين على هذه الأفعال وتتلج صدور الأمة الإسلامية». ورداً على سؤال حول ما إذا كان الرد الإيراني يمكن أن يؤدي إلى حرب في المنطقة، قال عزيزي إن «إجراءنا في

والسياسة الخارجية في مجلس الشورى الإسلامي في إيران، إبراهيم عزيزي، أن رد طهران على اغتيال رئيس المكتب السياسي لحركة المقاومة الإسلامية حماس إسماعيل هنية «قادم لا محالة». وأضاف عزيزي أن الرد «له مواصفات عدة، أولاً أنه حتمي، وثانياً أنه سيكون مؤثراً وحازماً، وثالثاً أنه سيبيح على الندم، ورابعاً سيشكل رادعاً ويلقن العدو درساً لن ينساه»، قائلًا: «لن نتوانى في الدفاع عن أمننا القومي ومصالح شعبنا وقيمنا الثورية».

المراقب العراقي / متابعة
تستعد الجمهورية الإسلامية الإيرانية لتنفيذ ردها المزلزل ضد الكيان الصهيوني بعد إقدامه على تنفيذ عملية اغتيال بحق رئيس المكتب السياسي لحركة المقاومة الفلسطينية حماس إسماعيل هنية في طهران، فيما استنجدت حكومة الاحتلال بالولايات المتحدة الأمريكية وعدد من الدول المؤثرة في سبيل تغيير الموقف الإيراني من تنفيذ عملية الانتقام لشهيد القدس.

مادورو يحدد دعمه لفلسطين ويؤكد أن الصهاينة وراء محاولة الانقلاب في البلد

المراقب العراقي / متابعة
جدد الرئيس الفنزويلي نيكولاس مادورو دعمه للقضية الفلسطينية، فيما أكد أن الدور الصهيوني صاحب التأثير في وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي يقف خلف محاولة الانقلاب التي تجري في بلاده. وقال مادورو، إن فوزه في فنزويلا هو «أكبر دليل عما يمكن لشعب أن يفعله من أجل استقلاله وكرامته ومستقبله فالعالم لم يعد يعتمد على قرار واشنطن، أو اليمين المتطرف الرأسمالي المتوحش، والفاشية الجديدة».

ورد مادورو على الحديث عن محاولات عزله وعدم الاعتراف بنتائج الانتخابات، التي أنت به رئيساً لولاية جديدة، مشيراً إلى تلقيه دعوة للمشاركة في قمة تجمع (بريكس) إضافة للعديد من برقيات التهنية له بالفوز من دول مختلفة.

وقال مُجدداً موقفه تجاه القضية الفلسطينية إن «فنزويلا ستكون دائماً مع فلسطين»، معلناً إدارته لـ«الإرادة الجماعية الأظف منذ زمن هتلر، والتي تُركت بحق الشعب الفلسطيني»، ودعمه «القضايا العربية والمسلمة، التي ستتصير عاجلاً أم آجلاً، وسيخرج الأمل والقوة والحق بالحياة من رحم المعاناة».

تفجير إرهابي يتسبب بمقتل وإصابة أكثر من 90 مواطناً في مقديشو

المراقب العراقي / متابعة
أشارت وسائل إعلام إلى مقتل ٣٢ شخصاً وإصابة العشرات في هجوم انتحاري نفذته حركة الشباب المتطرفة وأعقبه إطلاق نار على شاطئ يرتاده رجال أعمال وموظفون حكوميون في العاصمة الصومالية مقديشو. وقال الناطق باسم الشرطة عبد الفتاح أدن حسن للصحافيين «قتل أكثر من ٣٢ مدنياً في هذا الهجوم، وأصيب نحو ٦٣ بجروح، بعضهم إصابات خطيرة». وأكدت الشرطة وشهود أن انتحارياً فجر نفسه على شاطئ ليدو الذي يرتاده رجال أعمال وموظفون حكوميون في حي راق تنتشر فيه الفنادق الفخمة والمطاعم الراقية وتعرض لهجمات في الماضي. بعد التفجير، أطلق المهاجمون النار على الشاطئ، بحسب المصدر نفسه. وقال الشرطي محمد عمر إن «الإرهابيين الذين لا تأخذهم شفقة ولا رحمة أطلقوا النار عشوائياً على المدنيين». وأضاف أن قوات الأمن الصومالية قتلت خمسة من عناصر حركة الشباب المتطرفة المرتبطة بتنظيم القاعدة. ووصف المهاجمون بأنهم «خوارج»، وهي عبارة تستخدمها السلطات الصومالية لدى التحدث عن أعضاء هذه الجماعة.



الرد على العصابة الصهيونية المجرمة ستؤمّن أمن المنطقة واستقرارها وتأتي في هذا السياق»، مضيفاً: «نحن نسعى إلى الأمن والسلام والاستقرار في المنطقة، لكننا لن نتنازل عن مصالحنا القومية وعزتنا الوطنية وقيمنا الثورية الإسلامية، وهذه استراتيجية ثابتة أبداً كانت طبيعة الحكومة في البلد». وأكد أنّ «العلم الذي رفعه الشهيد المجرمة والإرهابية الصهيونية، وقاتل الأطفال والنساء والرجال المظلومين هنية لأجل فلسطين وتحريرها سيبقى مرفوعاً، وجبهة المقاومة ستواصل هذه المسيرة بكل عزيمة وإصرار». وتوعد القائد العام لحرس الثورة

بدوره، كشف ممثل حركة حماس في إيران خالد القدومي، عن ملابسات وتفصيل بشأن عملية اغتيال هنية ومرافقه وسيم أبو شعبان في العاصمة الإيرانية طهران، نافياً صحة ما نشرته صحيفة «نيويورك تايمز» الأمريكية عن أن الاغتيال تم عبر قنبلة مزروعة في مكان الإقامة.

وقال: «إن الواضح من شكل المكان بعد الهجوم وما حدث له، ومن جهة الشهيد القائد إسماعيل هنية، أن الاستهداف قد تم بواسطة مقذوف من الجو، سواء كان صاروخاً أو قذيفة».

هذا وتوقع الإعلام الأمريكي، أن يأتي الرد الإيراني على الكيان الصهيوني في الأيام المقبلة.

وأفادت محطة «سي إن إن» نقلًا عن مسؤولين أمريكيين بأن «الهجوم الإيراني المتوقع على إسرائيل قد حدث في الأيام المقبلة».

وأضافت «إن واشنطن تراقب الأحداث عن كثب»، فيما لم يُحدد موعد محدد للرد.

وكانت الجمهورية الإسلامية الإيرانية قد توعدت بالأخذ بشأ الشهيد إسماعيل هنية الذي اغتالته أيادي الغدر في طهران، وعلى إثر ذلك يعيش الكيان الصهيوني حالة من الذعر. يذكر أن جيش العدو الصهيوني أعلن دخوله حالة الإنذار القصوى فيما أوقف الاجازات لجنوده تحسباً لأي ردة فعل إيرانية مقبلة.

المراقب الثقافي

ومضة

قلمي اعطيته
الحرية:
أدخلني
السجن.

علاء فيصل الصباغ

قصة قصيرة جداً

توجيه
بين جدران مظلمة، عصفت
بها رياح الأحزان، متنقلة من
صورة لصورة، تمسح غبار الفقد،
استجدت الأمل؛ مناغاة في الجهة
المقابلة.. أخرجني عن الإطار.

إقبال جمعة - سوريا

8

العراق يحصد جائزة أفضل سينوغرافيا بمهرجان المونودراما في الأردن

حصل المخرج العراقي علي عادل السعيدني على جائزة أفضل سينوغرافيا عن مسرحية "شغف" ضمن فعاليات الدورة الثانية لمهرجان المونودراما بالأردن، والتي نظمت هذا العام على هامش فعاليات مهرجان جرش للثقافة والفنون، بمشاركة 8 عروض عربية.

حصل المخرج العراقي علي عادل السعيدني على جائزة أفضل

سينوغرافيا عن مسرحية "شغف" ضمن فعاليات الدورة الثانية

لمهرجان المونودراما بالأردن، والتي نظمت هذا العام على هامش

فعاليات مهرجان جرش للثقافة والفنون، بمشاركة 8 عروض عربية.



المراقب الثقافي / المحرر الثقافي...
المونودراما هي محاكاة لفعل درامي محدد خلال زمن محدد لشخصية واحدة يقدمها ممثل واحد، مستعرضاً أزمة الشخصية تجاه نفسها أو تجاه الآخرين من خلال المناجاة والجانبية والحوار مع شخصيات افتراضية ومشغوعاً بألوان التزيين الفني، ورغم أنها من أصعب صنوف المسرح، إلا أن الكثير من الممثلين العرب أصبحوا يقبلون عليها للروح دون أن يعانون حرقية الكتابة أو كلفة الإنتاج.

المغرب، تونس، الجزائر، سلطنة عمان، الأردن، فلسطين، السودان، الهند، البحرين، ومصر وهي من تأليف جميل الرجة. وأضاف: إن «مسرحية شغف تتحدث عن امرأة تتذكر الولايات والأفراح، أن وجدت بحياتها، مروراً بطفولتها وحببها وزواجها وظروف البلد الذي تعيش فيه فغوصاً في العلاقة بين الرجل والمرأة ونظرة المجتمع الشرقي للمرأة والواقع المؤلم الذي يعيشه تفضح الإزدواجية المتجذرة بهذه العلاقة وكيف أن الأزمات والحروب تكون المرأة هي الخاسر الأكبر والوحيد في هذه الكوارث الامتنائية». وتابع: إن «البطلة وهي امرأة عراقية معذبة تحاول أن تنقل معاناة هذا الكائن الذي يشكل نصف المجتمع، بل أحياناً أكثر من النصف ومع ذلك تتحول المرأة من كائن جميل إلى ضحية

على مساحات كبيرة مما يسمي المجتمع، إلا أن الجمهور العراقي هو جمهور عاطفي جدا لا يحب الممثل الذي يجسد الأدوار الشريفة، لكنني كقناعة شخصية أرى أن الشخصيات الشريفة هي التي تسهم في شهرة الممثل بشكل سريع جداً، لذلك أنا أرغب في تجسيد الشخصيات الشريفة أكثر من الشخصيات الطيبة والسلمية». ولفت إلى إن «اللجوء إلى أعمال المونودراما هي بمثابة الابتعاد عن الشائبة الموجودة بكثرة في الدراما العراقية والمسرح، إذ إن كل مخرج لديه مجموعة من الممثلين الذين يعتمد عليهم وهذا الأمر يؤدي إلى مصادرة فرص الممثلين الشباب في تأكيد وجودهم في الدراما العراقية، رغم أن ظهور الممثلين أنفسهم في أعمال عدة يصيب المثقفي بالفنور، لذلك يجب إعطاء فرصة للممثلين الشباب حتى نزرع بدماء جديدة في جسد الدراما العراقية».

المغرب، تونس، الجزائر، سلطنة عمان، الأردن، فلسطين، السودان، الهند، البحرين، ومصر وهي من تأليف جميل الرجة. وأضاف: إن «مسرحية شغف تتحدث عن امرأة تتذكر الولايات والأفراح، أن وجدت بحياتها، مروراً بطفولتها وحببها وزواجها وظروف البلد الذي تعيش فيه فغوصاً في العلاقة بين الرجل والمرأة ونظرة المجتمع الشرقي للمرأة والواقع المؤلم الذي يعيشه تفضح الإزدواجية المتجذرة بهذه العلاقة وكيف أن الأزمات والحروب تكون المرأة هي الخاسر الأكبر والوحيد في هذه الكوارث الامتنائية». وتابع: إن «البطلة وهي امرأة عراقية معذبة تحاول أن تنقل معاناة هذا الكائن الذي يشكل نصف المجتمع، بل أحياناً أكثر من النصف ومع ذلك تتحول المرأة من كائن جميل إلى ضحية



«طوبى»

مسلسل إيراني عن زيارة الأربعين



الإيرانية الأولى، ويستمر تصويره حتى شهر أيلول المقبل.

ويشارك في بطولة مسلسل «طوبى» كل من الفنانين: هومن برق نورد وداريوش أرحمند وأمين زندكاني وفريبا متخصص وغيرهم. ويروي مسلسل «طوبى» قصة تاريخية في مسيرة الأربعين ويتألف المسلسل من ٤٠ أو ٥٠ حلقة ويروي فترة تاريخية مدتها ٤٠ عاماً من أوائل السبعينيات إلى الألفينيات.

كشف حامد حسيني منتج مسلسل «طوبى» للمخرج سعيد سلطاني عن وجود موقع عراقي أدى إلى صعوبة عملية تصوير العمل، مبيناً أن «عملية تصوير مسلسل «طوبى» الذي تدور أحداثه في العراق، ما زالت مستمرة في مدينة «غزالي» السينمائية بالتزامن مع إنتاجه».

وبدأ إنتاج مسلسل «طوبى» منذ العام الماضي وذهب طاقم العمل إلى العراق لتصوير بعض المشاهد هناك، ومع ذلك، تم تصوير اللقطات العراقية في إيران بسبب بعض القيود والتحديات. وقال المنتج عن هذا الموقع في هذا المسلسل: «كان لدينا نحو ١٥٠ موقعاً ويبلغ إجمالي طاقم الممثلين نحو ٢١٠ ممثلين، بما في ذلك الممثلون الرئيسيون والثانويون».

وأضاف: «كانت لهذا المسلسل ظروف صعبة للإنتاج، حيث القصر الذي تم بناؤه كموقع عراقي للمسلسل في بلدة «غزالي» السينمائية تبلغ مساحته ٢٧٠٠ متر. وتم تصميم الديكورات بتصميم خاص تم أخذه في الاعتبار، كما أنها تتمتع بالقدرة على التحويل إلى أكثر من ٥٠ موقعاً». وسيتم عرض هذا المسلسل على القناة التلفزيونية

«نماذج الديمقراطية»

حروب العالم الرأسمالي على أفغانستان والعراق

توفير الأمن أو إدامة الازدهار أو زرع مثل علياً أو الدفاع عن «حكم الشعب» وحرية البشر ومساواتهم وحقوقهم في تقرير مصائرهم، إضافة إلى انتشار تساؤلات عن مدى شرعية المؤسسات الدولية الراهنة.

الديمقراطية، التي بدأت تواجه بعد استقرار، ضغوطاً شديدة أمام التحديات الأمنية، وخوض العالم الرأسمالي «الحرب على الإرهاب»، وتداعيات «تغيير نظام الحكم» في العراق، فضلاً عن استشراف إحساس بعدم قدرة الديمقراطيات على

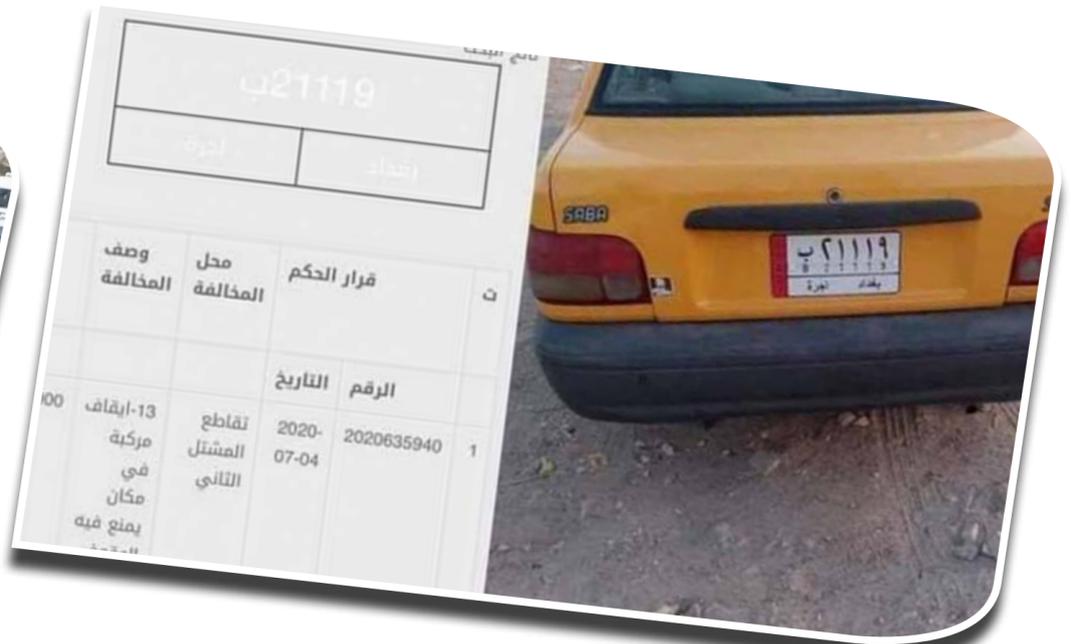
حروب العالم الرأسمالي على أفغانستان (٢٠٠٢) والعراق (٢٠٠٣)، والتي أطلقت موجات هائلة ذات صخب وتلاطم ومُور من التغيير أحدث ارتطامها بصخور الواقع في أرجاء المعمورة الحساسة انقلاباً جذرياً، حتى بلغ تأثيرها

صدرت النسخة العربية من كتاب «نماذج الديمقراطية» لأستاذ العلوم السياسية والباحث البريطاني ديفيد هلد، بترجمة الباحث السوري الراحل فاضل جتكر ضمن سلسلة «ترجمان» في المركز العربي للأبحاث ودراسة السياسات».

الكتاب الذي صدر في طبعته الثالثة محدثاً، تتركز أقسامه الثلاثة بفصولها الأحد عشر في بحث ظاهرة الديمقراطية منذ عهود اليونان القديمة السحيقة وقدمى الإغريقي إلى يومنا الحاضر برأسماليته واشتراكيته، وصراعاته القومية والعرقية والدينية، وأنظمتها المتراوحة بين أقصى اليمين واليسار والوسط، وتلك التي لا تتداول للديمقراطية فيها، ويستعرض أيضاً حسناً تطبيق الديمقراطية وصعوباته على وفق تعريفها بـ«حكم الشعب»، ويرى أنها النظام الأفضل للحكم.

مع إصدار ديفيد هلد طبعته من كتابه «نماذج الديمقراطية» في ظل حقبة عالية وثقافة مستقرتين نسبياً بيترتا له التعميم، جاءت طبعته الثالثة المنقحة (في عام ٢٠٠٦) في زمن مضطرب، شهد أحداثاً ١١ أيلول ٢٠٠١ وما تلاها من





مديرية المرور بلا موقع للغرامات ومواطنون يصدمون من تراكم المبالغ

بعض الاحيان... الطريف في الموضوع هو اتهام المواطن خالد موسى لمديرية المرور العامة بتعطيل تطبيق وموقع الغرامات، عاداً اياه محاولة للتهرب من الاعتراضات على مبالغ الغرامات التي تظهر على المواطن عند مراجعته ليكون امام الامر الواقع عند البيع فيضطر للدفع بغية التخلص مما بدمته من مبالغ بهوء ودون ضجيج.

غرامة سيارته نوع «سايبة» الـ 215 مليوناً والتي جاءت نتيجة التراكمات في مخالفتها بسبب عدم الالتزام في اشارات المرور والقوانين الملزمة في التطبيق، وكذلك عدم الاستعلام عن الغرامات. وأشار الى «ضرورة دفع الغرامات في وقتها لمنع تراكمها على المواطنين والسعي الى الالتزام بالقانون بهدف تقليل نسبة المخالفات التي تصل الى ارقام خيالية في

عليهم مرة أو مرتين في السنة، أو كل بضعة أشهر، لذلك سيكون من المفيد تطبيق تطبيق خاص بالسائقين، من شأنه إعلامهم بأي مخالفة يرتكبونها خلال وقوعها ليكنوا على علم بالعقوبة المفروضة عليهم ما يدفعهم لتجنب ارتكاب مخالفات جديدة وعدم تراكمها». غريبة قبل ثلاث سنوات وهي بلوغ قال المواطن ناصر غالي: يجب ان يكون السائقون على علم بالعقوبات المفروضة عليهم من خلال الموقع الإلكتروني لإدارة المرور والذي يجب عليه القيام بعرض بيانات خاصة بكل سائق حول المخالفات المرتكبة من اجل ان يعرف كل شخص مقدار الغرامات المفروضة عليه لا أن يترك دون اعلان حيث ان غالبية المواطنين يقومون بمراجعة الغرامات المفروضة

دفعها من قبل السائقين فقامت بهذا الاجراء لتجنب وقوع مثل هذه المشاكل» لافتاً الى ضرورة الانتباه الى عدم ارتكاب المخالفات كي لا يقع السائق في عملية تراكم الغرامات التي من الممكن ان تلحق به في شوارع العاصمة او المحافظات. وفيما يتعلق بكيفية اعلام المواطنين بمخالفاتهم والغرامات المفروضة عليهم ودفعهم لتسديدها بأقرب وقت تراكم الغرامات كونهم لا يعرفون مقدار ما عليهم من غرامات ويتفاجأون بوصول مبالغها الى ارقام خيالية عند عملية البيع.

سكنة الثعالبية يشكون عدم إكساء شوارعهم بالضغط والكهرباء



طالب عدد من أهالي منطقة الثعالبية، أمس السبت، بتوفير الخدمات لمنطقتهم ولاسيما إكساء شوارعها الرئيسية، متهمين الجهات المعنية في امانة بغداد ودوائرها البلدية بعدم التعامل مع مطالبهم منذ أكثر من 3 سنوات. ويشكو سكنة محلة 3٦5 في الثعالبية، عدم إكساء شوارعهم بالضغط والكهرباء، وهما أبرز شارين في المنطقة، على الرغم

من مطالباتهم المتكررة للجهات المختصة باكساء الشوارع ورفع مستوى الخدمات البلدية في المنطقة. ووجه الاهالي نداءاتهم الى رئيس الوزراء محمد السوداني للتدخل وحل المشاكل التي تحول دون إيصال خدمات الإكساء الى منطقتهم، واصفين مطالبهم بالبسيطة التي لا تحتاج الى الكثير من الجهود البلدية

والخدمة. ويتهم المظاهرون أحد مسؤولي دائرة المشاريع في امانة بغداد بعدم تنفيذ توجيهات أمين بغداد والوكيل البلدي لإكساء المنطقة، في حين لم يحضر ممثل من الأمانة أو البلدية المسؤولة عن المنطقة الى موقع التظاهرة التي شهدت القوات الأمنية إجراءاتها لتأمينها.



سيارات نقل النفايات تنشر الروائح الكريهة في العاصمة

شكا عدد من المواطنين، انتشار الروائح الكريهة المنبعثة من سيارات نقل النفايات في العاصمة، نتيجة عدم غسلها بعد عمليات التفريغ. ويدعو المواطنون في بغداد وتزامناً مع حملة الاعمار الكبيرة التي تشهدها العاصمة الى اظهار «كاسبات النفايات» بصورة أجمل. وقال المواطن حميد شاكر من منطقة الرصافة، ان «شكل الحاويات ليس جميلاً، وذلك لان العمال القماميين عليها لا يغسلونها وهي تخرج روائح كريهة عندما تتقف

مشاكل بموقع خدمة «لوحتك ليبتك» تتعاقب بالهبة وطبع اللوحات

كشف المهندس المتخصص في الأمن السيبراني علي الشمري، عن وجود أخطاء في موقع «لوحتك ليبتك» الذي اطلقتها مديرية المرور العامة، لتبديل لوحات أرقام السيارات. وذكر الشمري في مقطع مصور، انه «لوحظت بعض المشاكل في هذا الموقع فيما يخص المحلة التي يجب أن تكون أرقاماً محددة في الاستمارة، لكن الموقع يتبع إدخال ٢٠ أو ٣٠ رقماً وهذا خطأ تقني واضح، إضافة إلى ذلك فإنه من الممكن كتابة كلمات في مكان إدخال رقم المحلة والزقاق». وأضاف: «أن كثيراً من المواطنين لا يمتلكون المعرفة الكافية في

أهالي قرية كركوكية يحتجون ضد بناء معسكر على أراضيهم

احتج العشرات من أهالي قرية اوبزوة، الواقعة جنوبي كركوك، يوم أمس السبت، على محاولة قوّة من الجيش العراقي بناء معسكر عسكري على أراضيهم الزراعية، مطالين وزارة الدفاع بالتدخل لوقف ما اعتبروه تجاوزات على أراضيهم. وقال ساطع محمود أحد سكان القرية: «أن قوّة من الجيش العراقي استخدمت جرافات عسكرية لبناء معسكر جديد في أطراف القرية، بجانب معسكر قديم تم بناؤه قبل سنوات»، مبيناً «القوّة استولت على نحو ١٩٠ دونماً من الأراضي الزراعية التي تعود للکرد والتركيمن». وأضاف: «أن الأهالي يرفضون الاعتداء على أراضيهم الزراعية، ويطلبون وزارة الدفاع بالتدخل

مواطنون يطالبون بتغيير محطة الطاقة الكهربائية القديمة

القديمة المرقمة (٢٧٢) في منطقتهم بأخرى جديدة، من أجل اعادة الطاقة الكهربائية الى سابق عهدها. وأضافوا: ان «عطب المولد القديمة كان بسبب زيادة الأحمال عليها التي تسببت قطعاً مستمراً لكابلات المحولة، لذا يطالبون الجهة المعنية بإيجاد الحلول السريعة لمشكلتهم، في ظل الصيف اللاهب وارتفاع درجات الحرارة».



طالب عدد من مواطني مدينة كركمة علي / ناحية اللطيف في محافظة البصرة بتغيير محطة الطاقة الكهربائية القديمة. ووصلت الى «المراقب العراقي» رسالة يناشد فيها أهالي مدينة كركمة علي / ناحية اللطيف في محافظة البصرة، مدير كهرباء المنطقة الشمالية بمحافظة، للإعاز للفرق الفنية في الدائرة لتغيير محطة الطاقة الكهربائية

أمانة بغداد تقرب قدم جاهزية المخازن البديلة لأسواق الجملة

هذه الأسواق»، مشيراً إلى أن «الفكرة هي تطبيق الدراسات القديمة بإخراج مخازن الجملة خارج حدود العاصمة».

وأشار الربيعي إلى أن «المخازن البديلة غير جاهزة حتى الآن، ولكن يمكن للقطاع الخاص إيجاد نقاط بديلة لتخزين البضائع القادمة من دول الخليج عبر ميناء أم قصر، وأيضا عبر أبو بوب الشام، لافتاً إلى أن «هذه المناطق جاهزة ومهيأة لتصبح أسواق جملة بالتعاون مع القطاع الخاص».

وتابع: أن «فكرة نقل أسواق ومخازن الجملة واردا ضمن التخطيط التنموي الشامل لمدينة بغداد لعام ٢٠٣٠، وبالتالي يجب إكمال المشروع، الذي يشمل رفع مخازن الجملة من مركز العاصمة». وأوضح: أن «الموضوع لا يزال قيد الدراسة، ونحن في انتظار القرارات التي ستصدر من الحكومة، لأنه يجب أن يكون هناك انسجام مع سياسات ورؤية الحكومة».

التاريخي بين باب العظم والباب الشرقي، نظراً لانتهاء عمرها الزمني وعدم قدرتها على تخزين مواد محال الجملة».

وأضاف: أن «هذا التهالك يتسبب بشكل متكرر في حدوث الحرائق وتلف المواد المخزونة، بالإضافة إلى الزخم المروري الكبير الذي تسببه

أقرّ المتحدث باسم أمانة بغداد، محمد الربيعي، بأن المخازن البديلة لأسواق الجملة في مركز العاصمة غير جاهزة حتى الآن.

وقال الربيعي: إن «هناك دراسات معدة وموجودة في دائرة التصاميم تتعلق بأسواق الجملة في بغداد، وتحديدًا في مركز العاصمة



مع تقدم العمر..

تناول الفواكه يوميا يقلل خطر الإصابة
بالاكتئاب ويحسن المزاج

كل وجبة. وأنه لم يتم ملاحظة أي فرق في النتائج بين الفواكه ذات المؤشر الغلوكوزي المرتفع والمنخفض. وبالتالي، فإنه بالنسبة لأولئك المصابين بالسكري، يمكنهم اختيار الفواكه ذات المؤشر الغلوكوزي المنخفض والتي لن ترفع نسبة السكر في الدم بقدر تلك ذات المؤشر الغلوكوزي المرتفع.»

وبحسب الباحثين، يبدو أن المفتاح يكمن في الحفاظ على تناول الفاكهة من سن ٤٠ إلى ٦٥ عاماً، كوسيلة لحماية الصحة العقلية في العقود القادمة.

قدارين على تقليل احتمال الإصابة بالاكتئاب المرتبط بالشيخوخة بشكل كبير بنسبة ٢١٪ على الأقل.»

وبينما أجريت دراسة في سنغافورة، فإن العديد من الفواكه الأكثر استهلاكاً هي عالمية، بما يشمل البطيخ والبرتقال والبونسيف والموز والتفاح. وتعتبر الحصة عموماً تفاحة متوسطة الحجم أو كوباً من الفراولة أو ما يعادلها من الفواكه الأخرى.

وأشار كوه إلى أنه «يمكن تحقيق [نتائج إيجابية] من خلال تناول حصة أو حصتين من الفاكهة بعد

هذه الأعراض الاكتئاب فحسب، بل شملت أيضاً تأخر الوظائف الإدراكية والأرق وضعف التركيز وزيادة التعب.

وقال الباحث الرئيسي «وون يو اي كوه»، أستاذ الطب في جامعة سنغافورة الوطنية: «تؤكد نتائج دراستنا أهمية تناول الفاكهة كإجراء وقائي ضد الاكتئاب المرتبط بالشيخوخة»، مشيراً إلى أن «المشاركين [في الدراسة]، الذين تناولوا ثلاث حصص على الأقل من الفاكهة يومياً، مقارنةً بمن تناولوا أقل من حصة واحدة يومياً، كانوا

مجموعة متزايدة من الأدلة إلى فوائد الصحة طويلة الأمد والواسعة النطاق لإدراج الفاكهة في أي نظام غذائي.

وقام باحثون من جامعة سنغافورة بفحص بيانات ١٣٧٢٨ مشاركاً على مدى ما يقرب من عقدين من الزمان واكتشفوا أن الأشخاص الذين تناولوا حوالي ثلاث حصص من الفاكهة يومياً، أو أكثر، خلال منتصف العمر كان لديهم خطر أقل بنسبة ٢١٪ للإصابة بأعراض الاكتئاب في السنوات التي تلت ذلك، ولم تشمل

تعتبر الفواكه مصدراً غذائياً مهماً، يتم اعتماده في أغلب الأنظمة الغذائية والصحية، لما تحتويه من فوائد كثيرة تنعكس إيجاباً على صحة جسم الإنسان في المستقبل، فإذا كانت تفاحة واحدة في اليوم تغني عن زيارة الطبيب حسب المقولة الشهيرة. فإن دراسة جديدة تشير إلى أن تناول سلطنة الفواكه يمكن أن يوفر المزيد من الفوائد - من خلال خفض خطر الإصابة بأعراض الاكتئاب بشكل كبير مع تقدم العمر.

وخلصت أحدث دراسة تشمل

اختبار بسيط يكشف عن الإصابة بسرطان الرئة!



وقد يعني ذلك تراكم السوائل حول الرئتين، وهي علامة دالة على سرطان الرئة، وهو أخطر أنواع السرطان.

ويحدث تعجز الأصابع عندما تتورم الأنسجة الرخوة في أطراف الأصابع وتجعل الأظفار تغير شكلها.

والأليات الدقيقة غير واضحة، على الرغم من أن الخبراء يعتقدون أنها قد تكون بسبب الإفراط في إنتاج عامل نمو بطانة الأوعية الدموية (VEGF)، وهو بروتين يخبر الأوعية الدموية بالنمو.

ويؤدي هذا إلى زيادة تدفق الدم إلى مناطق مثل الأصابع، فضلاً عن تراكم السوائل في جميع أنحاء الجسم، وهو ما يسمى بالوذمة والالتهاب.

كشفت عدد من الخبراء عن اختبار بسيط بأصابع اليد يمكن أن يظهر ما إذا كان شخص ما معرضاً لخطر الإصابة بسرطان الرئة.

ويطلق على هذا الاختبار اسم «إصبع فجوة الماس»، المعروف أيضاً باسم اختبار «نافذة شامرات»، وهي طريقة لا تستغرق سوى خمس ثوان للكشف عن تعجز الأصابع، وهي علامة دالة على الإصابة بسرطان الرئة.

ولإجراء هذا الاختبار، ما عليك سوى وضع أظفار السبابة معاً، ظهرًا لظهر لمعرفة ما إذا كانت هناك فجوة على شكل ماسة بينهما. وإذا لم يكن هناك مساحة، وكان فراش الأظفار متلامساً، فهذه علامة على تعجز الأصابع.

«موسكفيتش»

الروسية تكشف عن سيارة ذات مواصفات عالية

المفترض أن تُطرح هذه السيارة في الأسواق الروسية قبل نهاية العام الجاري، ويتوقع أن يكون سعرها نحو ٢,٥ مليون روبل.

سم، كما جهزت بمحرك GDI بقوة ١٧٤ حصانا، وناقل حركة أوتوماتيكي ٧ سرعات.

و من

كلوحة عدادات رقمية، وشاشة تعمل باللمس، مقاس ١٢,٣ بوصة، يمكنها الاقتران مع الهواتف والأجهزة الذكية عبر أنظمة Android و Apple CarPlay و Android Auto.

وتأتي المركبة بطول ٤ أمتار و ٨٢ سم، والمسافة بين قاعدتي العجلات فيها ٢٨٢

كشفت مصنع «موسكفيتش» الروسي عن سيارة «Moskvich ٨» الجديدة التي صممت لتكون مركبة عائلية أنيقة ومتطورة.

وتأتي السيارة كنسخة مطورة لسيارات Plus-JAC Sehol XA، لكنها حصلت على تعديلات خارجية وداخلية لتوفر للركاب أفضل معايير الرفاهية والراحة.

وحصلت السيارة على واجهة أمامية مميزة التصميم، وُجهزت بمصابيح تعمل بتقنيات LED الحديثة، وزودت قمريتها بثلاثة صفوف من المقاعد الجلدية المريحة التي تتسع لـ٧ ركاب، ووجهت المقاعد بأنظمة تحكم كهربائية وأنظمة تدفئة.

وجّهزت واجهة القيادة في هذه السيارة بشاشتين، واحدة تستخدم



دراسة: النوم المتأخر يضعف القدرات المعرفية



مبكراً تكون قدرتهم المعرفية أعلى بكثير من الأشخاص المفضلين للسهر والنوم صباحاً.

يذكر أن مدة النوم الطبيعية التي تستغرق ٧-٩ ساعات لها علاقة بدرجات معرفية أعلى قليلاً، ولكن النوم الزائد، أي أكثر من ٩ ساعات يرتبط بمعدلات أقل بكثير لدى جميع المشاركين في الاختبارات. وقد أثبتت نتائج الاختبارات كذلك أن النوم غير الكافي والنازم على حد سواء له علاقة بضعف صحة الدماغ.

وخلصت صحيفة PsyPost إلى أن الحصول على ٧-٩ ساعات من النوم الجيد في الليلة أمر بالغ الأهمية للحفاظ على الوظيفة الإدراكية. ومن أجل تحسين قدرات التفكير، يجب على الناس فهم نمط نومهم الطبيعي.

اكتشف باحثون أن الأشخاص الذين يستيقظون في وقت متأخر من النهار لديهم قدرات معرفية أقل مقارنةً بأولئك الذين يفضلون الاستيقاظ في الصباح الباكر.

ونظرت الدراسة في بيانات أكثر من نصف مليون شخص تبلغ أعمارهم ٤٠ عاماً أو أكثر في جميع أنحاء المملكة المتحدة. والمشاركين في التجربة الذين صوروا أنفسهم على أنهم من النوع الزمني الليلي، أو «اليوم» الليلي، كان أداءهم أقل في الاختبارات المعرفية من الذين وصفوا أنفسهم بأنهم يستيقظون مبكراً. كما كان أداء النوع الزمني المتوسط، أو «الحمامة»، أكثر في أداء مهام التفكير من النوع الصباحي، بمعنى أن الأشخاص الذين ينامون مبكراً ويستيقظون

زيت السمك.. علاج فعال للوقاية من مرض الزهايمر

منخفضة نسبياً من أحماض أوميغا ٣ الدهنية (الموجودة في زيت السمك) في الدم.

وخضع المشاركون للتصوير بالرنين المغناطيسي لأدمغتهم، أولاً عند تسجيلهم، ثم مرة أخرى في نهاية الدراسة التي استمرت ٣ سنوات، لتقييم مقدار التغيير في أوقات المادة البيضاء في الدماغ. وقد تمنح هذه الأوقات توصيل العناصر الغذائية عبر الأوعية الدموية إلى الدماغ، ما يزيد من خطر الإصابة بالخرف في وقت لاحق من الحياة.

وفي الدراسة، تناول نصف المشاركين مكملات زيت السمك الغني بأوميغا ٣ يومياً، بينما تناول النصف الآخر دواء وهمياً قائماً على فول الصويا. ووجدت صورنا الرنين المغناطيسي اللتان تقيسان درجة أوقات المادة البيضاء في بداية ونهاية فترة الدراسة، انخفاضاً طفيفاً في تقدم هذه الأوقات، ولكن ليس بالقدر الكافي ليكون له دلالة إحصائية بين المجموعتين.

ووجد الباحثون انخفاضاً كبيراً في تدهور وظائف خلايا الدماغ بين حاصلتي APOE٤، بعد عام واحد من العلاج بزيت السمك، مقارنةً بمجموعة زيت فول الصويا.

كشفت تجربة سريرية، أجريت في جامعة أوريغون للصحة والعلوم، عن فائدة رائعة قد تقدمها مكملات زيت السمك لكبار السن.

وتوجد الباحثون أن كبار السن، الذين لديهم استعداد وراثي للإصابة بمرض الزهايمر، قد يستفيدون من مكملات زيت السمك، وزعم سابقاً أنها يمكن أن تحسن وظائف الدماغ لدى الأشخاص الذين يعانون مشاكل في الذاكرة.

وأوضحت لين شينكو، أستاذة علم الأعصاب أنه قد يكون زيت السمك مفيداً للأشخاص الذين يحملون جين APOE٤، والذي يشير إلى ارتفاع خطر الإصابة بمرض الزهايمر، ولكن آثاره لا تشمل كل كبار السن.

وشملت الدراسة ١٠٢ من المشاركين الذين يبلغون من العمر ٧٥ عاماً أو أكثر، وكانت لديهم مستويات منخفضة من أوميغا ٣ في الدم.

ولكن خبراء في اللياقة البدنية يوضحون أنها ليست «الحل الأنسب والوحيد لفقدان الوزن»، وفي الواقع، يُعتقد أن تمارين المقاومة ورفع الأثقال واستخدام الأوزان أكثر فائدة لأولئك الذين يتطلعون إلى تقليل محيط خصرهم.

وبهذا الصدد، قال خبير اللياقة البدنية، ريفر هاردي، إن إحدى أكبر الأساطير في مجال اللياقة البدنية تتمحور حول فكرة «أن تمارين الكارديو أفضل من تمارين الأثقال».

وفي الواقع، أن رفع الأثقال يعزز حرق الجسم للدهون لفترة أطول، وفقاً لهاردي.

رفع الأثقال أفضل الخيارات لفقدان الوزن

يعتقد الأشخاص الذين يتطلعون إلى فقدان الوزن الزائد، أن تمارين الكارديو (أي نشاط يزيد من معدل ضربات القلب، مثل الجري أو السباحة أو المشي السريع) توفر أفضل طريقة لتحقيق ذلك.

ولكن خبراء في اللياقة البدنية يوضحون أنها ليست «الحل الأنسب والوحيد لفقدان الوزن»، وفي الواقع، يُعتقد أن تمارين المقاومة ورفع الأثقال واستخدام الأوزان أكثر فائدة لأولئك الذين يتطلعون إلى تقليل محيط خصرهم.

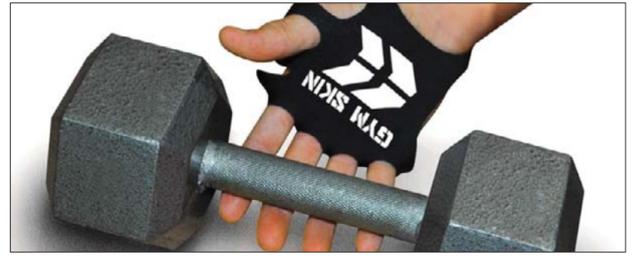
وبهذا الصدد، قال خبير اللياقة البدنية، ريفر هاردي، إن إحدى أكبر الأساطير في مجال اللياقة البدنية تتمحور حول فكرة «أن تمارين الكارديو أفضل من تمارين الأثقال».

وفي الواقع، أن رفع الأثقال يعزز حرق الجسم للدهون لفترة أطول، وفقاً لهاردي.

وأضاف: «تتمتع تمارين الكارديو بمكانتها في روتين التمرين الرياضي، وتعتبر أداة إضافية رائعة لحرق بعض السعرات الحرارية، ولكن الجزء الأكثر أهمية في أي روتين رياضي، هو رفع الأثقال».

كما أوضح المدرب الشخصي، سليمان كينادي، أن الإنسان «يستمر في حرق السعرات الحرارية بعد التمرين باستخدام الأثقال»، بينما كما هو الحال مع أي تمرين كارديو، فإن حرق السعرات الحرارية ينتهي بمجرد انتهاء التمرين.

وأضاف: «أن العضلات تتطلب الطاقة للحفاظ على نفسها، فكلما زادت قوة عضلاتك، زاد عدد السعرات الحرارية التي يحرقها جسمك أثناء الراحة». اعتقد أنه من خلال دمج رفع الأثقال وتمرين الكارديو معاً، ستري أفضل النتائج».





مواقيت الصلاة

3:44	صلاة الصبح
12:08	صلاة الظهر
7:15	صلاة المغرب
11:21	منتصف الليل

تنجح بزراعة صنف مميز
من التفاح

دهوك



نجحت زراعة التفاح بشكل سريع خصوصا في منطقة برواري بالعمادية، وهو تفاح مقاوم للأجواء القاسية والأمراض، ويلائم التربة والمناخ. ويقول مدير زراعة دهوك إنه وزع 50 شتلة لهذه الفاكهة لأول مرة عام 2012، وبعد 12 عاما تمكن المزارعون هناك من تثبيت الأشجار وزراعتها على مساحة 100 دونم من الأراضي، ليصبح واحداً من أشهر أنواع التفاح العراقي الذي يُصدر إلى عدد من الدول ومنها أوروبا. تم توزيع صنف التفاح المسمى «كراني سميث» على المزارعين لأول مرة خلال عام 2012 حيث تم توزيع 50 شجرة على المزارعين في منطقة برواري بتاحية كاني ماسي، الذين قاموا منذ ذلك الحين بزراعة هذا النوع من التفاح واشتهروا به. ويعد 12 عاما، تمت زراعة 100 دونم من أراضي دهوك بهذا التفاح، وهذا الصنف من التفاح مقاوم للأجواء القاسية والأمراض، وتربية ومناخ منطقة برواري مناسبة لزراعته وقد أعطينا هذا الصنف للمزارعين هناك للحصول على منتج ممتاز.

ابتكار مادة تحافظ على حرارة المنزل
والمياه لـ «4 ساعات»

ابتكر باحثون روس مادة مركبة تجعل من الممكن الحفاظ على درجة الحرارة في المنزل والمياه، لمدة تصل إلى 24 ساعة، وذلك في حال إيقاف التدفئة، وفقا لوسائل إعلام. وأوضح المكتب الإعلامي لصندوق دعم مشروع المبادرة الوطنية للتكنولوجيا في روسيا، أن هذا الابتكار شارك فيه متخصصون من جامعة باومان ومركز البحوث الفيدرالي لمشكلات الفيزياء الكيمائية والكيمياء الطبية التابع لأكاديمية العلوم الروسية. وأضاف أنه «يمكن عند إضافة هذه المادة إلى مواد البناء تصميد الظروف الحرارية المثالية في البيت أو في نظام إمداد الماء الساخن من خمس ساعات إلى يوم واحد، إضافة إلى جعل مواد البناء أكثر مقاومة للرطوبة والماء، ما يحمي المبنى من الفطريات».

نجاح عملية معقدة لامرأة وزنها 222 كيلو غراما في كركوك

تم أخرجت متحسنة وبمساعدة مساعدي الجراحة زهراء جمعة موسى مهدي والذكورة الإخصائية نادية صبري أخصائية التخدير والعناية المركزة ومساعدي التخدير عبد الرحمن وفرمان عثمان».

تاريخ عائلي في الأمراض السرطانية للرحم والمبايض، وتم اتخاذ قرار استئصال الرحم بالكامل مع ملحقاته». وتابع: «استغرقت العملية 3 ساعات من قبل الأخصائية فاطمة سليم ومتابعتها سريريا بعد العملية لمدة 3 أيام

استقبلت مريضة تبلغ من العمر 64 سنة وزنها 222 كغم مصابة بالتهاب الكبد الفيروسي نوع B كانت تعاني ارتفاع الضغط المزمن مع مرض سكري الدم ووزن رحمي غير مستقر وتضخم بطانة الرحم ووجود

أعلن في مستشفى كركوك التعليمي، أمس السبت، نجاح عملية استئصال رحم لسيدة تبلغ من العمر 64 عاما وزنها 222 كيلو غراما. وقال مدير مستشفى كركوك التعليمي الدكتور محمود ماهر الجومرد إن «المستشفى

دماء الشهداء القادة
لن تترك سدى

عبد الله علي هاشم الذارحي. اليمن



عند مناقشة العلاقة بين ثورة الإمام الحسين (عليه السلام) ومحور المقاومة، نجد الكثير من المشتركات رغم اختلاف الزمان والمكان، فالإمام الحسين قام بثورته وحيدا، إلا من ثلّة من أهله وأصحابه في سبيل أهداف عظيمة تجارب الظلم والطغيان وانحراف الدين في ذلك الزمان، والمحور اليوم يقف وحيدا أمام دول عظمى تقودها الصهيونية العالمية، بكل جبروتها وهي تقتل الأطفال والنساء وتدمر المدن ومن دون أي اعتراض، إلا القليل الذي يتضامن ويتظاهر ضد هذا الدمار والاستهتار في غزة،

منذ أن زرعت بريطانيا الغدة السرطانية في جسد الأمة الإسلامية إلى الآن أثبتت الوقائع أن الكيان الصهيوني المحتل عندما يعجز عن مواجهة الأحرار بمبادئ البطولة يلجأ العدو إلى قتل المدنيين الأبرياء دون أن يفرق بين طفل وامرأة وكهل، ناهيك عن فرض حصاره عليهم،

ثم ما إن يشعر العدو أنه يقتله للمدنيين

لم يتحقق له أي هدف، يلجأ إلى اغتيال قادة المقاومة متوهما أنه باغتياله لهم أحرز نصرا مؤزرا، بينما الواقع يؤكد أن إقدامه على الاغتيال يعتبر هزيمة نكراء، وجريمة شنعاء تضاف إلى جرائم قتله وحصاره للمدنيين وتدمير البنى التحتية و... الخ من الجرائم التي كانت لم تكن لولا..

أولا: الدعم الأمريكي والبريطاني والعلاء من صهيانية الأعراب المطيعين مع العدو،

ثانيا: الصمت العالمي والتخاذل الإسلامي..

جميعها وغيرها عوامل شجعت الكيان الصهيوني على مواصلة حرب الإبادة الجماعية والتدمير واغتيال القادة سواء كانوا في الداخل كماغتياله بالأمس القريب المجاهد القائد الشهيد فؤاد شكر بضاحية لبنان الجنوبية، أو بالخارج كماغتياله رئيس مكتب حماس المجاهد القائد الشهيد إسماعيل هنية في مقر إقامته بطهران، بعد أن شارك في حضور فعالية أداء الرئيس الإيراني المنتخب مسعود بزشكيان لليمن الدستورية وتنصيبه رئيسا لإيران..

فليعلم الكيان الصهيوني المحتل وداعموه وعالم الصمت والتخاذلون أن كل قطرة دم من دماء الجرحى الأبرياء والشهداء والقادة العظاماء لن تترك سدى، فكل قطرة دم ستشعل براكين غضب تندلع منها حمام نيران براكين عمليات رد تنطلق بقوة الله القوي من اليمن وإيران والعراق ولبنان تحرق الصهيانية وتمتد إلى دول داعمة لهم..

هذا ما أكد عليه قادتنا بكلماتهم وتعازيهم وتصريحاتهم، وطالبت به بيانات حشود المسيرات المليونية لأحرار الشعب اليمني صباح وعصر الجمعة والتي خرجت تحت عنوان «وفاة دماء شهداء المقاومة ونصرة لغزة»

وستؤكد عليه الأنشطة والوقفات والفعاليات المساندة للأسرى استجابة ووفاء لدعوة المجاهد القائد الشهيد إسماعيل هنية سلام الله عليه وعلى رفاق دربه من الشهداء القادة..

خلاصة القول إن «دماء الشهداء القادة لن تُترك سُدى»، فالرد بقوة الله القوي العظيم أتت والقادم على الكيان الصهيوني المجرم أعظم وإن غدا إن شاء الله لناظره قريب.

الثور على كنز نادر في
التشيك يعود
لـ «3600» عام

لربط الملابس أو لتصفيف شعر النساء. واعتبروا أن القيمة التاريخية والعلمية أعلى بكثير من القيمة المالية لهذا الاكتشاف، إذ يساعد علماء الآثار على فهم أفضل لمهارة صناعة عجلات العصر البرونزي في أوروبا.

ومن المرتقب عرض المصنوعات البديوية في متحف وطني قريبا. يشتبه الباحثون أن القطع الأثرية كانت جزءا من مجموعة تم دفنها عمدا تحت الأرض. بالمقابل، اختلفوا حول تفسير سبب إخفائها بهذا الشكل.

وعلى الرغم من اكتشاف كنوز مماثلة من المصنوعات البديوية من العصر البرونزي في أماكن أخرى، إلا أن الباحثين وصفوا الاكتشاف الأخير في جمهورية التشيك بأنه «لا يزال نادرا جدا».

عثر علماء آثار في جمهورية التشيك على مجوهرات وأسلحة مدفونة يعود تاريخها إلى أكثر من 3600 عام، في اكتشاف نادر يقدم لمحة عن الحياة في أوروبا خلال العصر البرونزي. وعثر على الكنز لأول مرة قبل عام من قبل عالم آثار باستخدام جهاز الكشف عن المعادن في بلدة بوديني نادر أوري التي تبعد 40 كيلومترا عن العاصمة التشيكية براغ. وبعد انطلاق عملية الحفر، تم اكتشاف ثماني حلقات للآرغ، وعدد مماثل من الفؤوس، وديوسين وأسطح حربية واحدة، تعود جميعها إلى العصر البرونزي.

وقال العلماء إن الأساور المدفونة كانت تستخدم كزينة للسائد كما هي اليوم، بينما من المحتمل أن تكون الدبابيس تستخدم

صورة
وتعليق

مشهد لافتتاح

أحد الشوارع في

قضاء الحي جنوب

مدينة الكوت