

الجامعة العراقية تدين محاولات الكين الصهيونية توسيع ممارساته العدوانية وتؤكد دعم العراق

تركيا مفتوحة على المبادرة العراقية للوساطة مع سوريا وتدعو لاجتماع ثلاثي

بغداد المستور
صدرت الجامعة العربية قراراً برفض ادعاءات الكيان الإسرائيلي تجاه العراق، فيما أكدت موقف الجامعة الداعم لجمهورية العراق. وادانت الجامعة العربية خلال اجتماعها الذي عقد على مستوى المنوبين بطلب من الحكومة العراقية محاولات الكيان الصهيوني توسيع ممارساته العدوانية وصارت الجامعة العربية قراراً برفض ادعاءات الكيان الإسرائيلي بالاعتراف بالجمهورية العربية العراقية، والرفض الكامل لموقف الجامعة الداعم لجمهورية العراق، والرفض الكامل لادعاءات الورد في رفضه، وتأكيد ضرورة خلع اجراءات الكيان الصهيوني الجامعة العربية، أكدت ضرورة خلع اجراءات عاجلة على التصعيد المستمر في منطقة الشرق الأوسط حفاظاً على الأمن والسلام الدولي فيما بين دول المنطقة الخارجية التي هي كيان فدان، بان بلاده منفتحة على المبادأة في تقديم العراق للوساطة بين العراق ومشرق، داعياً في الوقت ذاته الى اجتماع ثلاثي بين العراق والولايات المتحدة بشأن القضايا ذات الاهتمام المشترك، وقال فدان ان سوريا ومشرق من مقر وزارة الخارجية التركية في انقر، ان تركيا وسوريا والعراق دول جارة تتشارك في حدود برية، ويجب عليها ان تبحث كما في الماضي المناقشة بطريقة ودية عبر مسارات منتهية، وأكد على أهمية الحدود بين العراق وسوريا ولبنان من حيث مكافحة الاتجار، ومنع عمليات تهريب الاسلحة.

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

بغداد المستور
أعلنت وزارة الكهرباء فقدان ٥٥٠٠ ميغاواط بسبب توقف إمدادات الغاز الإيراني بالكامل

وهيب : بطولة الخليج فرصة لتجريب اللاعبين الشباب

بغداد: الدستور الرياضي
أكد المحلل الكروي علي وهيب على ضرورة وضع دراسات عميقة وإجراء حوارات مع الكادر الفني لمنتخبنا الوطني لغرض اختيار الأفضل من اللاعبين في ما تبقى من مرحلة الخسب للتصفيات الآسيوية المؤهلة لكأس آسيا ٢٠٢٦ (٢٠٢٦) وقال وهيب إن "عملية استقطاب لاعبين موزين بشكول خيرا إضافة لمنتخبنا الوطني باتت ضرورية، فهناك بعض الخيارات للاعبين غير جديين تم ضمهم للمنتخب في الآونة الأخيرة ولم يشعروا في التصفيات الحقيقية واعدادهم واصلوا في الكويت في "عقل المدرب كاساسي" لمواجهة الجماهير العراقية بشأن تشكيلة المنتخب الذي سيشارك في بطولة الخليج المقبلة في الكويت إذ لديه خياران لعددهما المشاركة بنفس التشكيلة التي خاض فيها تصفيات كأس العالم أو تجريب لاعبين آخرين في أكثر من مركز لم ينافوا الفرصة حتى الآن مع بقاء الركائز الأساسية كوكيم جاسم وامين حسين" وأوضح أن "العراق يحيا بطولة الخليج العربي من خلال تنظيمه البطولة الأخيرة في البصرة" مبينا بطولة الخليج تعد المجال الأوسع لبناء منتخب وطني من الشباب، وهي القاعدة الحقيقية التي من خلالها يتم استقطاب لاعبين شباب وباعتماد جيدة باستطاعتهم المشاركة مع المنتخب لسنوات مقبلة.

السنة الثانية والعشرون - العدد (٢٠٢٥) - الاثنين (٢٥) تشرين الثاني (٢٠٢٤) - (٢٢) جمادى الأولى (١٤٤٦هـ)



بحر العلوم : الوقت
ما زال مكمرا لتحديد
مباراة فلسطين

محلي



السفاح : الوقت لصالحنا

بغداد: الدستور الرياضي
علق نائب رئيس الاتحاد العراقي لكرة القدم، بونس محمود، على هذا الأمر في تصريحات للصحفيين، قائلا: "استواصل مع الجانب الفلسطيني في حال اختيارهم خوض مونديالنا بالآردن" وأضاف: "حال إقامة المباراة في الآردن، سنقدم اعتراضا للاحتجاجين الدولي والاسيوي لنفس المسألة إذ في ملعب آخر". وتابع: "ليس لدينا مشكلة في اللعب بالآردن، خاصة أننا سنخوض آخر مواجهتنا في التصفيات مستحقون هناك، ولكن خوض مساراتين على أرض خصم مباشرة فيه عدم تكافؤ الفرق". وبيّن مسرعا على المركز المؤهلة مباشرة في مونديال ٢٠٢٦، حيث يتصدر منتخب كوريا الجنوبية المجموعة بـ ١٤ نقطة، يليه العراق في المركز الثاني بـ ١١ نقطة، والآردن بـ ٤ نقاط ويتنافس الآردن والعراق على البطولة الثانية، فيما تسهم مباراة العراق ضد فلسطين في الآردن في دعم موقف الأخير. ويتأهل أول فريقين يشاركون إلى النهائيات، بينما يخوض المنتخبان صاحبا المركزين الثالث والرابع الدور الرابع للتأهل على طريقتين إضافيتين إلى كأس العالم.

عربي



غريب في مرمى الانتقادات

السعودية: لؤي محمد
تعرض عبد الرحمن غريب جناح النصر، لانتقادات من نجوم سعودي، بعدما أهدر واحدة من أسهل فرص الموسم الجاري من الدوري في الدور ١٠ خسرو النصر لأول مرة هذا الموسم على أرضه القاسية، بنتيجة ٢-١ مساء أمس الجمعة، ضمن الجولة ١١ من دوري ريشن. وأهدر غريب، مجموعة من الفرص التهديفية السهلة، في أحدها كان العمري خالفا بعد عرضية من ساديو ماني وقال أحمد عطيف لاعب الشباب السابق، عبر برنامج دوري ريشن غير "الرقم غريب مع النصر ضعيفة بالنظر إلى أنه لاعب جناح هجومي". وأضاف "لا اعتقد أن مشكلة غريب في الإسكندرية، لأنه يملك قدرات يمكن أن تكوّن له أن يصبح أحد أفضل اللاعبين، لكن المشكلة الحقيقية في شخصيته، كونه يفقد الثقة بسرعة ويعاني من ضغط نفسي داخلي". وبعيد عبد الرحمن غريب ٨٦ مباراة مع النصر في كل البطولات، سجل خلالها ١٤ هدفا، وصنع ٢٢ آخرين.

عالمي



ثنائية ماديسون

مناعب: الدستور الرياضي
بدأت توتنهام هوتسبير، مضيفة مانشستر سيتي، بتقدمه بيهدين دون رد في أول ٢٠ دقيقة من زمن المباراة على ملعب الاتحاد، ضمن منافسات الجولة ١٢ من الدوري الإنجليزي الممتاز ونجح لاعب الوسط الإنجليزي جيمس ماديسون، في تسجيل ثنائية السبيرز في غضون ٧ دقائق، بين الدقيقتين ١٣ و ٢٠. ووفقا لشبكة "أوتبا"، فإن ماديسون أصبح أكثر لاعبي السبيرز مشاركة في الأهداف هذا الموسم، بواقع ٨ في البريميرليج ويتفوق الدولي الإنجليزي على سون (٧)، ديان كوكوسفيسكي (٥)، دومينيك لالكي (٥) وبريتان جونسون (٤). وتعد هذه السرعة ثنائية يسبقها المان سيتي في مجبه بالبريميرليج منذ ديسمبر لكون أول ٢٠١٠، حينما تأخر (٢٠١٠) أمام إيفرتون قسي غضون ١٨ دقيقة. وأضحت الثنائية "ماديسون" بات أول لاعب ضمن صفوف توتنهام، يسجل هدفا في البريميرليج، في ذكري مياد منذ كريستيان ريكنسن عام ٢٠١٦، ضد مانشستر سيتي أيضا".



استئناف دوري نجوم العراق

الكروية
يضيف التروواء

توقيع منكرة تهاجم
بين مضيق وأولى تونسي

الانيق يواجه
نقط البصرة

النقط والكرك
باقام التحديات

نادوات آسيوية
مكافحة المنشطات

انسحاب نادي الديوانية
من دوري الدرجة الأولى

قاسم : فرصة
تريادة خلة الانيق

يه فتاة كركوك
ثالثا بطولة الكويت

الرياضي

في دوري نجوم العراق

الكرمة يضيف الزوراء و النفط يواجه الكرخ والطلبة يلعب نقط البصرة



فهد السطور الرياضي بغداد: استضاف دوري نجوم العراق في الجولة الثامنة من منافسات الدوري...

وحواله كالدفع بالامور للامام وبحاول الطلاب عاشر الترتيب ١٠ استعادة تو لانهم بعد تجرع مرارة الهزيمة من الزوراء والعودة...

الثاني الذي تظفر في ميدانة الدور الماضي لكنه سلبت بشعرا التعويض. وتحقق فوز يخرج المتصدر الصناديق ١١ ملعب نقط...

تقديم المستوى والاداء واخترال المهمة بالعودة بكامل النطاق بحثا عن التقدم للصدارة...

موسم البذور يؤجل المباريات في

٣ ملاعب

فهد السطور الرياضي بغداد: اكدت لجنة المسابقات ان دوري نجوم العراق ان ثلاثة ملاعب ملتبصت بعد ان الهازية المطلوبة بسبب موسم البذور الشتوية...

المصافي يلتقي فريق الحسين بتمتاز الكرة

فهد السطور الرياضي بغداد: يواجه المصافي الثالث ٩ ضيفا على جبهة فريق الحسين قبل الابد...

ميسان وبيشركة بمواجهة صعبة في ممتاز الكرة

فهد السطور الرياضي بغداد: يلتقي بمواجهة صعبة فريق ميسان في العام في مهمة ثقيلة...

ندوات لمكافحة المنشطات

فهد السطور الرياضي بغداد: أطلق الاتحاد الآسيوي لكرة القدم سلسلة من الندوات عبر الإنترنت يوم الثلاثاء...

فئة كركوك تلتحق في البطولة الدولية بكرة اليد في الكويت

فهد السطور الرياضي بغداد: افتتح ابرار نادي القتا الرياضي في محافظة كركوك عن تحقيق فتيات النادي بكرة اليد المركز الثالث في البطولة الدولية...

الديوانية ينسحب من دوري الدرجة الاولى

فهد السطور الرياضي بغداد: روى جديده اعلام على ذلك، فجملة للتمتع ايضا روى حول ادارة انتهاكات قواعد مكافحة المنشطات...



فهد السطور الرياضي بغداد: روى جديده اعلام على ذلك، فجملة للتمتع ايضا روى حول ادارة انتهاكات قواعد مكافحة المنشطات...

بحر العلوم: تجديد ملعب مباراة العراق وفلسطين سابق لأوانه

فهد السطور الرياضي بغداد: اكد عضو في الاتحاد العراقي لكرة القدم، السيد، ان التصريحات المتعلقة بمكان إقامة مباراة العراق وفلسطين ضمن التصفيات الآسيوية المؤهلة...

كيبان يزور قضاء الطارمية ويحتفي بأبطال القوس والسهم

فهد السطور الرياضي بغداد: زار مستشار دولة رئيس الوزراء لشؤون الشباب والرياضة الدكتور خالد عبد الواد كيبان...

الفارس فالح الديلمي رابعا في بطولة كأس الاتحاد الإماراتي

فهد السطور الرياضي بغداد: حل الفارس العراقي فالح الديلمي رابعا ففئة قضاة الجواز على ارتفاع ٤٠ سنترا، ما بين أكثر من خمسين فرسا شاركوا...

مفتن يوقع مذكرة تعاون مع نظيره التونسي

فهد السطور الرياضي بغداد: يوقع رئيس اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية الدكتور عقيل الاحمد، مع نظيره التونسي السيد محرز بوصيان مذكرة تعاون...

فهد السطور الرياضي بغداد: يعرض النادي لغفوسية بالتزول في الدرجة الأولى. قدمت مستحقات اللاعبين ١٠ من مستحقات اللعبة العالمية المحصنة...



الهدف ليس السمر فقط

البنات .. والعطلة الصيفية

المدرسية عند العودة الى المنزل .. هذا ما جعلني انتظر فترة الصيف التي تسمح لي بوقت أفقده في ايام الدراسة لاتسب لاد التخطيط.

معها اوقات الصلوات فلما نخطب البنات للسفر يبدأ دهن الاحساس وانعا وانهم خارج قيود الزمن والعمل وتقودهم الى النشاطات ليقضن اجازاتهم واستثمارها بفعالية .. فان الامر يسود جواً وتختلف عندهم وقتها روية الانبياء تتقودهم الى الانتماءات.

متوسطة تقول: ربحتني على باب العطلة الصيفية فلا استطعت استغلال اوقاتي قيود الزمن والعمل وتقودهم الى النشاطات ليقضن اجازاتهم واستثمارها بفعالية .. فان الامر يسود جواً وتختلف عندهم وقتها روية الانبياء تتقودهم الى الانتماءات.

بأسراره عن السفر والتجوال وهذا لا يتسنى الا في الاجازة الصيفية. لهذا اجرت (المستور) هذا التحقيق من اجل تحقيق افضل اجازة صيفية للبنات وشاباتنا:

شمس الصيف لايس فرست وجودها بقسوة على هذه الاظفار من السنة، تخبرك اشعتها على ثمة اشياء كثيرة يمكن للمرء ان يغطيها في اجازة حتى لا يعد تعب عام كامل .. فتيات في عمر الورد يقصدن عاهن بسين الكتب المدرسية والاجبات الصيفية، يتطلعن الى اجازة ممتعة للاستجمام بها، ويتسهنن برونها ممتعة ومفيدة، ويضعن يديهن على ان تكون ممتعة من مشاق الحياة التي يشتهن.

المحرر



صدر الدجاج باثوم

المقادير: قطعتان من صدور الدجاج الفيليه حوالي 350 جرام / باصون مرقوم 1/2 كوب / بقدونس مفروم ثلاث ملاعق كبيرة / زيت زتون 1 ملعقة صغيرة / شطة سائلة (اختياري وحسب الرغبة) / ملح وفلفل.



بطاطس رمضان

بحشو اللحم

المقادير: بطيخ ٢ بيضة مخفوقة ليصل متوسط الحجم ومفروم ناعماً، بيضة يقودون مفروم فرماً ناعماً، كوب لحم مفروم ٣٠٠ غرام / بطاطس ٣ حبات / يقسمان / جبن مالح وفلفل / مقدار حسب الرغبة / زيت لذيذ، كوب ونصف الكوب طريقة التحضير:

فاتافيات



كيف تتخلصين من جفاف بشرتك في رمضان؟

من مخفقا وخموتها استخدمي قناع الصبار مع العسل، حيث ان الصبار يحتوي على مادة الكولاجين التي تساعد على تجديد بشرة الوجه، بالإضافة الى احتوائه على العديد من الفيتامينات مثل A, B, E التي تقضي البشرة بطريقة تحضّر قناع الصبار (الأوفير) مع العسل، خطاف الصبار النقي مع ملعقة صغيرة من العسل، قناع الصبار النقي مع ملعقة صغيرة من العسل ثم يمزج الخليط في وعاء ويوضع على الوجه لمدة ١٥ دقيقة ثم يغسل الوجه بماء دافئ، كرري هذا القناع مرة كل اسبوع وسوف تحصلين على بشرة نضرة ومفعمة بالحياة.

الحد من تناول اطباق المخللات والخيار والمادة من الاطراف بصورة منتظمة. الحد من تناول الأطعمة الغنية بالدهون والسكريات التي يكثر الاقبال عليها في رمضان. اثناء فترة الصيام استخدمي مخصصة للاستعمال مع مستحضرات المكياج ذات قوام البودرة العذبة أو الأحمر الخنود ذات قوام البودرة العذبة أو اصافست و فوند.

اعداد المستور ان تغيير النظام الغذائي تناول الماء والعناصر الغذائية الهامة في رمضان يؤدي الى تعرض البشرة الى الكثير من المشاكل مثل الجفاف وظهور الهالات السوداء تحسنت العين بالإضافة الى ظهور حبب الشباب، الكحلخ من هذه المشكلات والحصول على بشرة نضرة ومشرقة في رمضان اليك نصائح:

أيهما أفضل - فرشاة المكياج ذات الشعر الطبيعي أم الاصطناعي؟

بين ان الفرشاة ذات الشعر الطبيعي، والتي غالبا ما تكون اقل سعرا، تناسب ايضا مستحضرات المكياج الممتدة من استعمال مستحضرات المكياج الممتدة من الفرشاة ذات الشعر الطبيعية، إذ قد تتحرق تلتفت بالشعيرات الطبيعية، علاوة على صعوبة ازالة المكياج بشكل تام منها إما الفرشاة ذات الشعر الاصطناعي فتعد الخيار المناسب لجميع أنواع مستحضرات المكياج السائلة؛ حيث يمكن وضع كريمات الأساس وظلال الجفون ومستحضرات أحمر الخدود ذي القوام الكريمي ومنتجات الكونسيلر السائلة بشكل رائع بواسطة الفرشاة ذات الشعر الاصطناعي، علاوة على سهولة تنظيفها وعند شراء فرشاة مكياج ذات شعيرات اصطناعية شددت المجلة المعنية بشؤون الجمال والموضة على ضرورة اختبار النوعيات الفاخرة التي تتمتع بجودة عالية، والتي لا تتسبب في خدش البشرة الحساسة، التي يجانب سهولة استخدامها.

مخصصة للاستعمال مع مستحضرات المكياج ذات قوام البودرة العذبة أو الأحمر الخنود ذات قوام البودرة العذبة أو اصافست و فوند.

اعداد المستور تقع الكثيرات في حيرة من أمرهن عند استعمال بعض أدوات المكياج، حيث لا يعرفن مثلا أيهما أفضل: الفرشاة ذات الشعر الطبيعي أم الاصطناعي؟ وأوضحت مجلة المرأة فريندين الامانية ان الفرق بين النوعين يكمن في ارض استخدام كل منهما، ففرشاة ذات الشعر الطبيعي،



نكس شعر شامبو يناسبه

اعداد المستور اكدت مجلة المرأة الامانية فريندين ان نكس شعر شامبو يناسبه، فالشعر الرقيق يحتاج الى شامبو يحسنوي على مواد عالية خفيفة، أما الجفاف يتطلب مواد مرطبة، وأضافت فريندين ان الشعر الرقيق يحتاج الى شامبو مثل خلاصة الخبز ان او حوض السليسبيك، إذ تعمل هذه المواد على تقوية الشعر من دون القتل كاهله. ويحتاج الشعر الجاف الى شامبو على بالمواد المرطبة مثل البانتينول والمواد المعوية والمغذية كالكيراتين وبيروفيتامين بي ٥، ينصح شامبو يحسنوي على خلاصة شامبو يحسنوي على خلاصة نبات القراص التي تساعد على التخلص من الدهون، أما الشعر الأجرد الذي يستعسى على الشمس، فيمكن ترويضه باستعمال شامبو يحسنوي على بروتين الحليب او بروتين الفصح وشددت المجلة على ضرورة شطف الشعر جيدا لمدة لا تقل عن ٣٠ ثانية للتخلص من أية بقايا للشامبو يمكن ان تتسبب في إجهاد الشعر.

