

الدستور
اليوم
ملحق
الرجع القوي

شؤون عراقية
الصحة الدوائية تقترح قانون تنظيم المنشآت الدوائية في العراق

سوبر الأولمبي
الأمم وكشور
تدريبية

شؤون عراقية في جوائز الشارقة
الاندماعات المرارة الخفيفة ٢٠٢٤

أكثر من رأي
الإسلاموفوبيا في اليوم الدولي
لكلمة تكريمية للإسلام

شؤون خليجية
الزراعة الدوائية تحذر غيب
الغزوات والسود يعطل حملة الأقطار

بلارقيب
مديرية التدريب بالحشد
تفتتح دورة ضباط الصف
النموذجية الثانية

بغداد المستور
افتتحت المديرية العامة للتدريب في هيئة الحشد
مركز تدريب العسكريين (ع) ، ويذكر بيان لهيئة الحشد
مركز تدريب عسكريين (ع) ، ٢٤ يوم بمشاركة (١٠١)
مفتيها من مختلف تشكيلات الهيئة ، يتلقى المشاركون
تدريباً برورياً متعلقاً بتعليمات الميزة والتعبئة وإساحة
المهارات وإضافةً وإضافاً " إن الدورة تأتي ضمن
الخطط الاستراتيجية للحشد التي ترعاها المديرية
العامة للتدريب في هيئة الحشد
العسكري وتسمى من خلالها في الاموال بتشكلات
الحشد التدريبي للاستعداد القتالي المثالي والهجومي
التعبوية التامة.

مقتل كايلان بجري
أفد مصدر أمريكي بمقتل كايلان بجري
في قتل بطلين أمريكيين
مستورين في العراق
بجري وكايلان بجري
الأمريكيين في العراق
بجري وكايلان بجري
الأمريكيين في العراق
بجري وكايلان بجري
الأمريكيين في العراق

قتل زوجته حقاً
اعلنت مديرية شرطة عقرة
في قتل زوجته في حقها
مقتولتين في حقها
مقتولتين في حقها
مقتولتين في حقها
مقتولتين في حقها
مقتولتين في حقها
مقتولتين في حقها

الدستور
ADDUSTOUR
خيمة كل العراقيين
E-mail: addustour_b@yahoo.com
بومية سياسية مستقلة

الدفاع تدعو طلاب الدورة ٨٩ والذين لا تتطابق أقسامهم العلمية مع الاختصاصات المطلوبة
بغداد المستور
دعت وزارة الدفاع الطلاب الذين أكملوا التقديم للدورة ٨٩ والذين لا تتطابق أقسامهم العلمية مع الاختصاصات المطلوبة مراجعة موقع استقطاب الطلاب في قيادة القوات البرية. وقال وزير الدفاع والذين لا تتطابق أقسامهم العلمية مع الاختصاصات المطلوبة في إعلان التقديم ، مراجعة موقع استقطاب الطلاب في قيادة القوات البرية. وسبقت النظر في اختصاصاتهم ليستمن الطلاب من الاختصاصات المشابهة الاختصاصات المطلوبة لإكمال إجراءات التقديم.

السنة الثانية والعشرون - العدد (١١٣٢) - الأجزاء (١٩) آذار (٢٠٢٥) - (١٨ رمضان ١٤٤٦) هـ

ضمن إجراء عملية التقييم الدوري لأصحاب الدرجات الخاصة

الحكومة تقفي ٧ مدربين عامين وثبتت ١٧ مديراً في عدد من الورارات

بغداد المستور
صوت مجلس الوزراء على إعفاء ٧ مدربين عامين من إمامة بغداد ووزارة الكهرباء وتثبيت ١٧ مديراً في عدد من الوزارات. وذكر بيان لمجلس أنه "مقرر عمل من الوزراء في جلسته المتعددة برئاسة رئيس مجلس الوزراء محمد شياع السوداني، إعفاء ٣ مدربين عامين من إمامة بغداد من مسؤولياتهم الإدارية، بسبب إغفالهم في معالجة آثار موجة الأمطار الأخيرة التي اجتاحت مختلف مناطق العاصمة بغداد، وكذلك التصويت على إعفاء ٤ مدربين عامين من إمامة الكهرباء بسبب التفتيش المتدني، كما صوت المجلس على "تثبيت ١٧ مديراً عاماً في مختلف الوزارات، استناداً إلى ما قدمته اللجنة الخاصة بتقييم أصحاب الدرجات الخاصة أو شاغلي المناصب في الدوائر والمدريات العامة، وذلك ضمن نهج الحكومة في إجراء عملية التقييم الدوري لأصحاب الدرجات الخاصة". وأكد السوداني أن "تثبيت المدربين العاميين، إصالة، لا يعني إعفائهم من عملية التقييم والحسابية الخاصة، بل إنهم سيخضعون لتقييم الأداء المستمر وفق معايير دقيقة من قبل اللجنة المختصة".

وزير الخارجية يكشف عن مقترح لتشكيل مجلس لإدارة العلاقات مع سوريا
بغداد المستور
كشف وزير الخارجية محمد أيمن Hassan عن مقترح لتشكيل مجلس لإدارة العلاقات مع سوريا، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز العلاقات الثنائية بين البلدين. وأكد الوزير أن المجلس سيضم ممثلين من كلا الجانبين، وسيكون مسؤولاً عن تنسيق العلاقات السياسية والاقتصادية بين البلدين. وأضاف أن العراق يسعى لتعزيز علاقاته مع سوريا، خاصة في ظل التحديات التي تواجهها سوريا حالياً.

العراق يدعو للحرك عاجل ضد عدوان الكيان على غزة

بغداد المستور
دعت وزارة الخارجية العراق للحرك عاجل ضد عدوان الكيان على غزة، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتوفير الدعم السياسي والدبلوماسي للقضية الفلسطينية. وأكد وزير الخارجية أن العراق سيبذل كل الجهود الممكنة لدعم الشعب الفلسطيني في مقاومته لعدوان الكيان الإسرائيلي على غزة. وأضاف أن العراق سيعمل على تعزيز علاقاته مع دول الجامعة العربية والإسلامية، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتوفير الدعم للقضية الفلسطينية.

القضاء: انتخابات نقابة المحامين العراقيين ستجرى نهاية آذار الحالي

بغداد المستور
أعلنت وزارة القضاء العراقية عن موعد إجراء انتخابات نقابة المحامين العراقيين، والتي ستجرى في نهاية آذار الحالي. وأكد وزير القضاء أن الانتخابات ستجرى في أجواء نزيهة ونزيهة، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز النزاهة والشفافية في العملية الانتخابية. وأضاف أن الوزارة ستعمل على توفير الدعم اللوجستي والفني للانتخابات، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز النزاهة والشفافية في العملية الانتخابية.

رئيس هيئة الإعلام والاتصالات دنوفل أبوغريف يستقبل وزير الاتصالات دهيام الياسري ويبحثان الملفات الأساسية في عمل الجانبين

بغداد المستور
استقبل رئيس هيئة الإعلام والاتصالات، الدكتور نواف أبوغريف، وزير الاتصالات دهيام الياسري في مكتبه في بغداد، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين. وبحث الجانبان عدة ملفات أساسية تتعلق بعمل الهيئة والوزارة، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين. وأضاف أن الجانبين اتفقا على تعزيز التواصل والتعاون بين الجانبين، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين.

بحث مع بنك التنمية الألماني ومنظمة المهجرو الدولية آليات برنامج دعم المشاريع الصغيرة والمتوسطة

بغداد المستور
بحثت وزيرة التجارة والصناعة، الدكتورة منال عبد السبع، مع وفد من بنك التنمية الألماني ومنظمة المهجرو الدولية، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين. وبحث الجانبان عدة ملفات أساسية تتعلق بدعم المشاريع الصغيرة والمتوسطة، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين. وأضاف أن الجانبين اتفقا على تعزيز التواصل والتعاون بين الجانبين، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين.

رأي الدستور
وهم السلطة
المستبدة

يسطر على أغلب المتكلمين مواقع المسؤولية المتقدمة وهم السلطة المستبدة الذي يقع بين أيديهم من السلطة التي يديرونها في إحدى مستلزماتهم الصرف بسمازهم لأمر كل خطوة فيها بالقدرة الشخصية للمسؤول وإمكانيته في الإدارة لا يفتقر بسببهم خاصة فريق العمل وكفائه للمساعدة في الوصول لمنجز بحسب المسؤولية وليس للأشخاص فيها.

باسم الشيخ
Addustour_b@yahoo.com

رئيس هيئة الإعلام والاتصالات دنوفل أبوغريف يستقبل وزير الاتصالات دهيام الياسري ويبحثان الملفات الأساسية في عمل الجانبين



بغداد المستور
استقبل رئيس هيئة الإعلام والاتصالات، الدكتور نواف أبوغريف، وزير الاتصالات دهيام الياسري في مكتبه في بغداد، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين. وبحث الجانبان عدة ملفات أساسية تتعلق بعمل الهيئة والوزارة، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين. وأضاف أن الجانبين اتفقا على تعزيز التواصل والتعاون بين الجانبين، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين.

المصرف العقاري: حجم القسط الشهري لقروض شراء الوحدات يصل إلى ٤٢٨ ألف دينار
بغداد المستور
أفاد المصرف العقاري، شروبو الموصل على قروض شراء الوحدات السكنية، والتي حددتها هيئة القسط الشهري بـ ٤٢٨ ألف دينار، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين. وأضاف أن المصرف سيبذل كل الجهود الممكنة لتوفير الدعم للقضية الفلسطينية، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز التعاون بين الجانبين.

مديرية التدريب بالحشد تفتتح دورة ضباط الصف النموذجية الثانية



بغداد المستور
افتتحت المديرية العامة للتدريب في هيئة الحشد مركز تدريب العسكريين (ع) ، ويذكر بيان لهيئة الحشد مركز تدريب عسكريين (ع) ، ٢٤ يوم بمشاركة (١٠١) مفتيها من مختلف تشكيلات الهيئة ، يتلقى المشاركون تدريباً برورياً متعلقاً بتعليمات الميزة والتعبئة وإساحة المهارات وإضافةً وإضافاً " إن الدورة تأتي ضمن الخطط الاستراتيجية للحشد التي ترعاها المديرية العامة للتدريب في هيئة الحشد العسكري وتسمى من خلالها في الاموال بتشكلات الحشد التدريبي للاستعداد القتالي المثالي والهجومي التعبوية التامة.

مجلات يومية لرصد الخلفات في المؤسسات الصحية والمطاعم
وزير الصحة يؤكد سعيه لأتامة وحوكمة التعاملات لإغلاق الطرق بوجه الفساد
بغداد المستور
أكد وزير الصحة صالح الحسني سعيه لأتامة وحوكمة تعاملات وإجراءات الوزارة لإغلاق الطرق بوجه الفساد الإداري والمالي، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز النزاهة والشفافية في العملية الانتخابية. وأضاف أن الوزارة ستعمل على توفير الدعم اللوجستي والفني للانتخابات، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز النزاهة والشفافية في العملية الانتخابية.

مقتل كايلان بجري
أفد مصدر أمريكي بمقتل كايلان بجري في قتل بطلين أمريكيين مستورين في العراق بجري وكايلان بجري الأمريكيين في العراق بجري وكايلان بجري الأمريكيين في العراق بجري وكايلان بجري الأمريكيين في العراق

قتل زوجته حقاً
اعلنت مديرية شرطة عقرة في قتل زوجته في حقها مقتولتين في حقها مقتولتين في حقها مقتولتين في حقها مقتولتين في حقها مقتولتين في حقها مقتولتين في حقها

مجلس النواب العراقي، يتسلم الفهملات التصويت على جدول الموراة الاحصائية
بغداد المستور
تلقت رئاسة مجلس النواب العراقي، اليوم، الفهملات التصويت على جدول الموراة الاحصائية، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز النزاهة والشفافية في العملية الانتخابية. وأضاف أن المجلس سيبذل كل الجهود الممكنة لتوفير الدعم للقضية الفلسطينية، وذلك في إطار الجهود المبذولة لتعزيز النزاهة والشفافية في العملية الانتخابية.

أكدت ان الوزارة نجحت في إدارة الوردانة الزراعية خلال رمضان

الزراعة النيابية تحذر: غياب الخزانات والسدود يعطل حصاد الأمطار

بغداد الدستور - وقال وكيل اللجنة، ثامر الجبوري انه وخلال زيارة ثلث ايام الى وزارة الموارد المائية، امطاراً واصف الجبوري في ان وزارة الموارد المائية تسعى الى زيادة عدد الخزانات والسدود ويحث على ايجاد حلول عاجلة في البنية التحتية لضمان سلامة حصاد الأمطار التي تشهدها من السنوات السابقة، لكن غياب الخزانات...

العدل: استحداث ١٢ دائرة عدلية ونقل ٤٢ أخرى ضمن خطة شاملة

بغداد الدستور - أعلنت وزارة العدل عن توسع خدماتها باستحداث ١٢ دائرة عدلية ونقل ٤٢ أخرى الى بساتين جديدة ضمن خطة شاملة لتطوير البنية التحتية ونشر بؤر الوزارة في مختلف المحافظات. وقالت الوزارة ان هذه الخطة تهدف الى تعزيز العدالة وتحسين الخدمات القضائية وتنويع عتادها القضائية والتقليل على المواطنين.

خلال جولته في البصرة..

نائب رئيس الوزراء لشؤون الطاقة وزير النفط يزور شركة الحفر العراقية ويؤكد دعمه لتطوير قدراتها وتعزيز دورها في الصناعة النفطية



شركة الحفر العراقية السيد حسن محمد حسن، ووزير النفط الدكتور طارق عزيز على حرس الوزارة للتوسع نطاق عمل الشركة عبر شراء أجهزة حفر خلال الاجتماع على اربعة اشهر الحفر العراقية باعتبراها الركيزة الأساسية للتوسع القومي في العراق، مشيراً الى ان الوزارة تدعم مشاريع الحفر النفطية من خلال تنفيذ مشاريع الحفر والاستصلاح، وموالية أحدث التطلعات في الصناعة النفطية العالمية والتي على الجاهات التي حققتها الشركة في تطبيق...

رئيس مجلس الوزراء يستقبل رئيس هيئة الإعلام والاتصالات الدكتور نوفل ابوريغيف



بغداد الدستور - استقبل رئيس مجلس الوزراء السيد محمد شياء السوداني، الرئيس الجديد لهيئة الإعلام والاتصالات السيد الدكتور نوفل ابوريغيف. وقال السيد السوداني انه في هذا الاجتماع، يسلطون الانوار على الوضع الاقتصادي والاجتماعي في العراق، وعلى مدى التقدم الذي حققته الحكومة في تعزيز التنمية المستدامة...

التعليم تطلق خدمة الحصول على وثيقة التخرج من الجامعة العراقية عبر بوابة أور

بغداد الدستور - أعلنت وزارة التعليم العالي والبحث العلمي عن اطلاق خدمة الحصول على وثيقة التخرج من الجامعة العراقية عبر بوابة أور الإلكترونية.

الإعمار: تأخر جداول الموازنة لا يؤثر على تنفيذ المشاريع

بغداد الدستور - أعلنت وزارة الإعمار والإسكان عن اتباع أسلوب في تنفيذ المشاريع الخدمية لاستقطاب الشركات الرصينة، فيما أشارت الى تأخر جداول الموازنة لا يؤثر على تنفيذ المشاريع. وقالت الوزارة انه يتم توقيع العقود قبل استلام الموازنة.

بوتير ذر متصاعدة - شركة آشور تواصل أعمالها في مشروع كسك ريعة في نينوى



بغداد الدستور - تواصل الكوادر الهندسية والفنية التابعة الى شركة آشور العامة للمحولات الانشائية، إحدى شركات وزارة الإعمار والإسكان والبنية التحتية، العمل في مشروع كسك ريعة في محافظة نينوى. وأكدت الوزارة انها ستستلم موازنة ٢٠٢٤ في شهر نيسان.

وزارة المالية توضح بشأن صرف مستحقات عقود تربية الرصافة الثالثة

بغداد الدستور - أصدرت وزارة المالية توضيحاً بشأن صرف مستحقات عقود الرصافة الثالثة في بغداد، مؤكدة اتخاذها كافة الاجراءات اللازمة لتنفيذ قرارات مجلس الوزراء بشأن مستحقات عقود تربية محافظة بغداد الرصافة الثالثة، تؤكد وزارة المالية، واستناداً الى كتاب عدد الموازنة رقم (٢٦٥٩٧) بتاريخ ٢٠٢٣/١٢/٢٢.

محافظ ذي قار يترأس اجتماعاً حاسماً لتوسعة الناصرية وتحديث تصميم بلديتها

بغداد الدستور - ترأس المحافظ ذي قار مرتضى الإبراهيمي اجتماعاً مناقشياً لبحث توسعة قضاء الناصرية في إطار مشروع تحديث التصميم البيئي للبلدية الناصرية. وأكد بيان لمكتبه ان الاجتماع يأتي ذلك ضمن جهود الحكومة المحلية لتوسيع نطاق التوسع العمراني وتطوير البنية التحتية بما يتناسب مع احتياجات المدينة والمناطق المحيطة بها.

بعد إعادة تأهيلها... افتتاح المقبره الجماعية رقم واحد الشهداء الانتفاضة الشعبانية في البصرة

بغداد الدستور - افتتح محافظ البصرة، ظاهر النجار المعبرة الجماعية رقم واحد لشهداء الانتفاضة الشعبانية المباركة ١٩٩١ في حي الحسين، بعد إعادة تأهيلها من قبل الحكومة المحلية، تزامناً مع اليوم الوطني للمغربين الجماعية، وذلك لتكريس ذكرى شهداء انتفاضة الشعبانية التي قادتها منظمة الشباب في البصرة...

مدير عام دائرة المباني المهندس عمار عبدالرزاق الجبوري يزور مشروع في بغداد



بغداد الدستور - قام السيد مدير عام دائرة المباني المهندس عمار عبد الرزاق الجبوري بزيارة ميدانية الى مشروع الحي الدبلوماسي في بغداد للاطلاع على سير العمل في المشروع ومناقشة التحديات التي تواجهه. وأكد المهندس عمار انه يتوقع ان يتم الانتهاء من أعمال البناء بحلول نهاية الشهر الجاري.

الأنواء الجوية : امطار وانخفاض بدرجات الحرارة خلال الايام المقبلة

بغداد الدستور - توقعت هيئة الأنواء الجوية، سناطاً للامطار متوسطة الشدة وانخفاض بدرجات الحرارة خلال الأيام المقبلة. ودرجات الحرارة تتراوح بين ٢٥ و ٣٠ درجة مئوية. وقالت الهيئة انها ستستلم موازنة ٢٠٢٤ في شهر نيسان.

السفير الإسباني ترور الأولمبية وتؤكد دعم الرياضة العراقية

بغداد-المستور الرياضي استقبل رئيس اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية عقيل مقلن، السفيرة الإسبانية في بغداد ألسيا ريكو، برافها القمتصل كارمن بوجان، في زيارة رسمية أقيمت خلالها دعم بلادها للمسابح الرياضية في العراق. تخصصت في استهداف تطوير البنية التحتية، واعربت السفيرة ريكو عن سعادتها بالتعاون القديم بين اللجنة الأولمبية العراقية والفرع الإسباني مؤكداً أن دعم الرياضة العراقية بمختلف أشكالها، وليس كرس فقط ركما أشادت بمحكمة التعاون السببية بين الطرفين. مربة عن تطلعاتها لتنشيطها خلال المرحلة المقبلة ومن جانبه، رحب رئيس اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية عقيل مقلن، بزيارة السفيرة الإسبانية والوفد المرافق، مشمداً الجهود التي تبذلها إسبانيا في دعم الرياضة العراقية، وأكد مقمناً أن (تفرقة العقيلة) ستشهد تعاوناً أكبر بين الطرفين، مشمداً على حرص اللجنة الأولمبية على تعزيز العلاقات الرياضية مع إسبانيا، ودعوة الجانب الإسباني للمشاركة في مختلف الفعاليات الرياضية التي تنظم في العراق. وفي ختام الزيارة، تبادل مقلن والسفيرة ريكو الهدايا التذكارية، بحضور الأمين العام للجنة الأولمبية، هيام عبد الحميد، والخبير الإسباني أكتاسي فابريغاس.

صاحب الامتياز
رئيس التحرير
باسم الشيخ



حسن احمد :
لعينون التدريب
اعتزلت اللعب

محلي



عودة سليمان للتقارئة
بغداد-المستور الرياضي أعلن نادي الشرطة التعاقد مع المدير الفني المصري مومن سليمان، خلفاً لمواطنه محمد عبد العظيم (عظيمه) وكان مومن سليمان قد قاد فريق الشرطة في فترتين؛ إذ توج في الأولى بلقب الدوري وفي الثانية بلقب الدوري والكأس. وتولى مومن سليمان عقب الرحيل عن الشرطة تدريب فريق اهلي بنى غازي اللبسي قبل أن يتم فسوخ التعاقد في مطلع مارس/آذار الجاري. ورحل سليمان عن الأهلي بنغازي و الفريق في المركز الثاني بجدول الترتيب برصيد ٢٨ نقطة بفارق نقطتين عن الهلال المنصهر. ويحتل فريق الشرطة المركز الثالث حالياً برصيد ٤٧ نقطة بجمعهم من ٢٢ مباراة بفارق نقطتين عن الزوراء الوصيف وزاخو المنصهر اللذين خاضا ٢٤ مباراة.

عربي



الاتفاق يكافئ الشهري
السعودية-أحمد الوكي كشفت تقارير صحفية عن خطوة جديدة من إدارة نادي الاتفاق السعودي، تجاه سعد الشهري المدير الفني للفريق، وكان الاتفاق أعلن في يناير/كانون الثاني الماضي تعاقد مع سعد الشهري لقيادة الفريق حتى نهاية الموسم الجاري، خلفاً للمغرب الإنجليزي مستقراً جواراً الذي كان ارتبطاً مع النادي بسبب سوء النتائج. ووفقاً لصحيفة "اليوم" السعودية، قرر مسؤولو الاتفاق توقيع عقد مع سعد الشهري لمدة موسمين وقالت الصحيفة أن خطة استمرار الشهري جاءت في ظل ثقة قيادة النادي في المدرب، والنتائج التي قدمها مع الفريق مؤخراً. ويحتل الاتفاق المركز السابع في جدول ترتيب دوري روشن السعودي برصيد ٣٥ نقطة، بعد مرور ٢٥ جولة حتى الآن.

عالمي



مدرب البرازيل: متطور كوتومبيا
متابعات-المستور الرياضي سلسط مدرب منتخب البرازيل، دوريفال جوتنور، الضوم على "الثبات الهائل" في المستوى، الذي يتمتع به منتخباً كوتومبيا والارجنتين، وهذا "خضمان رائع" بسبب اجهتهما في ٢٠ و ٢٥ مارس/آذار الجاري ضمن تصفيات أمريكا الجنوبية المؤهلة لكأس العالم ٢٠٢٦. وقسلس المدرب في تصريحات نشرها الاتحاد البرازيلي لكرة القدم اليوم الاثنين "لهمما منتخبان خضماً امامهما العديد من المباريات، يحافظان على ثبات هائل في المستوى، المنتخب الكولومبي في عملية تطور، مع لاعبين مثيرين للاهتمام للغاية". وأشار المدرب أيضاً إلى أن الأرجنتين هي سيطرة العالم حالياً وبسطة كوبا أمريكا في آخر نسختين، إذا "فهي تستحق كل الاحترام والتقدير". وفي ظل التساؤلات التي تدور منذ الشهر حول الأداء الباهت لإيطاليا خمس مرات، يدعو دوريفال في أن الفريق "سببواصل التطور والنمو والتميز" في المباراتين المقبلتين، وما أول مواجهة يتخوضنها "السويسوا" في عام ٢٠٢٥. وأضاف "أمل أن تكون مستعدين جيداً لخوض مباراتين كبيرتين".

الاسود يكتفون تدريباتهم

اليمين حسنين يتدرب بحماسة
حسين علي يشارك في التدريبات
زيدان يلتحق مع الاسود

كاساس يخفق التدريبات اعلاميا
أنديتنا وحصد ثمار النجاح



ابطال الاولمبياد الخاص يناشدون رئيس الوزراء
اكتمال عقد المحترفين
تجديده نصف ثمائي دوري السلة
وطني الشطرنج اولا ببطولة اربيل

التفاهم والاستقرار النفسي وراء استقرار الحياة الزوجية

والعوضه تدمر نفسية الرجل والمرأة وتبعث القلق وتؤدي الى الذبول وعدم الارتياح. الأبحاث الاجتماعية في محكمة الصلابة التي أجريتها مؤسسة لوك: إنطلاق يؤدي الى تفكك العلاقات الصحية على القلب وان التمرل الرجل أو المرأة مؤشر لسوء الأكتساب مع الأرتيسك في النوم لأن الحسية الزوجية المتصلة في كل الأمور هذا الحسية يدل على صحة وسرور في الحياة على الرغم من مرارة الحياة لكن هناك كثير من الأمور التي يجب التخلي عنها إذا كان الزوج يتعامل معها في طبيعة وأخلاق ويوفر لها ما تحتاج اليه في كافة أمور الحياة لهذا فاني أؤكد للمرأة الثانية إن الحسالية النفسية هي شيء أساسي في بناء حياة هانئة.

* الطيبة مروءة حامد حمد اخصابية امراض نفسية في مستشفى الامراض العقلية تكين لنا ان الزواج المتكافئ استقرار للجنس والعنف فالحياة النفسية تكون افضل مما كانت عليه قبل الزواج لانه يولد الاستقرار وان الاضطرابات النفسية تكون افضل لدى المتزوجين قياسا الى العزاب والعازبات والمطلقين من الجنسين والأرامل من الجنسين أيضا لهذا فاني أوصي كل امرأة أو رجل أن يستعملوا في الزواج لأن إذا كانت المرأة تعاني دون رجل يملأ عليها حياتها يؤدي ذلك الى اكتئاب نفسي وهذا الشيء يهلك النفسية ويكتسب طمخ ان كلا الزوجين يعيشان حياة سعيدة خالية من المشاكل لكي نحيا في مجتمع متطور ونجاح خال من المشاكل.

شيء بنوه بسهولة. * الدكتور فخرية كاظم اخصابية في علم الاجتماع تقول: الزواج بحسب صحة الزوجين من الامراض والطلاق والتمرل

وتعامله معي لهذا فاني أؤكد ان اعتماد الحالة النفسية في الزواج يعتمد على الصحة النفسية فانا اطلب من كل رجل ان لا يتعصب على زوجته لان هذا الشيء يهدم كل

* السيدة يسرى عبدالصن (٤٥) عاما تقول: اني تزوجت منذ حوالي ٢٢ عاما لكن لم يرضني الله بنعمة الاطفال لكن ان كل ما يفتح موضوع الاطفال فان البيت يتقبل راسا على عقب لكن عندما نصمت عن هذا الشيء نمش حاله نفسية جيدة جدا لهذا فاني اؤكد ان الراحة النفسية تبعه الكثير من المشاكل عن البيت.

* السيدة نصره خالد مطلقه (٢٩) عاما تقول: ان المراهج السريه دائما جاني ترك ابنتي واطلب الطلاق من زوجي لانه حول حيايتي الى دمار وجيتني اعاني من حاله نفسيه اصبحت الكره نفسيه بسبب اسلوبه

الزواج نعمة كبرى من الله تبارك وتعالى للبشرية ولقد ذكره الله في كتابه الحكيم وفي الكتب المقدسة عند الديانات الأخرى وحلل الزواج من أربعة في الاسلام ويرى البعض صعوبة لأسباب كثيرة ان يجد زوجة واحدة وتبقى حصرية في القلب والعقل وأمنية تؤثر على الشخص (ذكر أو انثى) وهما في سن الزواج ولقد أشتت كثير من الدراسات الميدانية ان الزواج الناجح المعتدل بين الزوجين بغض النظر عن العمل والشهادة جيمي الصحة العامة للجسم كما أنه يزيد من إنتاجية العمل بتأثير ودية وخاصة تقريرا ان أساس كل علاقة زوجية ناجحة هو الحالة النفسية أي ان للصحة دورا كبيرا في تطور القمص الزوجي لهذا فقد استطلعت (الاستور) الآراء هل الصحة هي السبب في استقرار الحياة بين المتزوجين..

المحور



القناديل تودع شبابيك اللمفة

القناديل التي أوقدتها أول الليل مازالت ترقب انطفاء الغيش.. والورود التي سقيتها أول الصباح تفتقد قطرات الندى التي عزفت عن زيارتها منذ آخر اللقاءات.. والسدره امرت بظلمها ان تمتنع عن ابواء المحبين مره ثانية. ولما أرخت حجاب الشفق اعلنت الصحاري انتفاضتها على العوسج.. واقفلت البحار على امواجها صناديق الشواطي.. وخبات الالهة موقفتها عند مشارف النجوم.. وعابتني الابلان لانني اطلقت ذئاب غفلتي.

ولو سألنتي قبيل هذا الاوان لو فعلت فقطر.. لتغير وجه مابيننا ولاستعصنا عن الخصام بتسبيء اخر لا يوصلنا الى نهاياتك السانبيه.. وربما حملنا اعباب سنواتنا الى بوابة تليق باحزاننا.

القناديل ستودع شبابيك ليلتنا.. بعد طول عناق.. وتذهب لافاءه قصيرة.. لن نمر علينا كل مساء لتضيء ليل السممر كما كانت تفعل ذات اقصاء.. والقناديل لن يحلو لها حين يجن صخبنا وينفلت الوجد من وقاره لنجد انفسنا بلا احبه.

والقناديل التي انتمتتنا على فراسياتها.. آثرت ان تاخذ كل بهجتها معها لانها لم تعد تنق بلحلائنا.. ولم تعد تسابق اللهب لالحراق غيلان البعد.. وتسعى لجمع تغاريد العصافير كل صباح.

عاشق



دوائر البيتزا بطريقة سهلة وسريعة

المقادير: عجينة جلاش او عجينة بيتزا الربيع كوب سمن بلعقة اكل اوريجانو الخضوة

نص كوب مشروم مفروم نص كوب صلصة بيتزا الربيع كوب زيتون اخضر مفروم اربع كوب زيتون اسود مفروم اربع كوب فلفل اخضر بسارد مفروم كوب جبش شيدر مبشور

طريقة التحضير: نغرد ٤ شرح جلاش وتدهن كل طبقة بالسمن ثم تقطع الى ٤ مستطبات متساويه ثم نخلط معادير الحشو ويوضع مقدار منها على الجلاش وتطوى على هيئة اسطوانه ونصف الرولات في صينيه ويصمغ سطح الروال بالسمن ويرش بالاوريجانو ثم نجعل البيتزا في الفرن حتى تتحمر وتقدم وبالصلحة والهناء....



شرائح الريش المتبله

*المقادير: ١ كيلو ريش ضاني " لا يقل سمكها عن حوالي ٣ سم " *المتبله: ١/٤ كوب زيت ١/٤ كوب خل اوريجهان ١/٤ وحدة بصل مفروم " ملح/فلفل اسود مطحون طازجا

*طريقة التحضير: قومي بتنظيف طرف عظمة اللحم " الريش " من الجلد الزائد ، واعطيهما جيدا بالماء ثم قومي بعمل شقوق في اطراف الريش على مسافات متباعدة حتى لا تنفوس اثناء الطهي ، ثم نقهها خفيفا وفي قدر عميق ضيف معادير التتبيلة وضعي فيها الريش لمدة ٦ ساعات في الثلاجه ثم قومي بشوي الريش في مقلاة تبقي مسطحة " واعلمي شويها بالفرن " مع التقليب من ان لآخر ، او الشويها على الفحم وقلبيها من ان لآخر حتى تنضج ويحمر سطحها (مدة ٥ - ٢٠ دقيقه تقريبا) وتقدم ساخنة ، وبالصلحة والهناء...

الثوم واللوبز.. للرموش المتساقطة



اعداد-الستور

تساقط الرموش مشكلة تعانيها كثيرات من السيدات، واليك مجموعة زيوت تعمل على اعادة نمو الرموش المتساقطة مع تقوية الرموش وتكثيفها، تعرفي معنا وفقا لموقع "نوتة".

اللوبز: زيت اللوز من الزيوت التي تساعد في استعادة الشعر المتساقط، يمكنك تجربة زيت اللوز في استعادة رموشك من جديد والحصول على رموش اكثر لمعنا وبريقا.

زيت الزيتون: يستخدم زيت الزيتون في الحصول على رموش طويلة ورنة، وذلك عن طريق بل قطعه من القطن الطبي التنظيف بذلك الزيت المميز ودهن الرموش به، مع الحرص على عدم تسليب الزيت الى العينين، ويمكن اضافة بعض القطرات من عصير البصل لكن كوني حريصة حتى لا تتأذي عينك.

زيت الخروع: يمكنك استخدام ذلك الزيت المميز في الحصول على رموش كثيفة، وذلك عن طريق استخدام فرشاة الرموش القديمة في تمشيط الرموش ببعض قطرات زيت الخروع.

زيت الثوم: يعد زيت الثوم احد اهم الزيوت التي ينصح بها في عيادات العناية بالشعر، فهو اكثر الزيوت النباتية شهرة في استعادة الشعر المتساقط، يمكن استخدام ذلك الزيت عن طريق بل فرشاة الرموش القديمة ببعض قطرات ذلك الزيت وتمريها على الرموش، يمكن القيام بذلك الامر في المساء وقبل النوم حتى لا تتسبب رائحة الزيت في احراج امام الآخرين.

اعداد-الستور

نقدم اليك طريقة تحضير بلسم منزلي طبيعي من الليمون وزيت الزيتون يربط شعرك ويعد له نصرا ته ويحميه من التلف، تعرفي عليه معنا وفقا لمجلة "حياتك".

المكونات: نصف كوب بلسم جاهز لنصف كوب من زيت الزيتون لنصف كوب من عصير الليمون/كوب مليونيز

طريقة التحضير:

- قومي بخلط المكونات في اناء مناسب حتى تحصل على خليط متجانس.
- قومي بتوزيع الخليط على شعرك من الجذور حتى الأطراف.
- اتركي الخليط على شعرك لمدة ساعة ونصف الساعة ثم قومي بغسل شعرك بالماء البارد لتخلصي من بقايا البلسم.

خطوات بسيطة تخلصك من التجاعيد

اعداد-الستور

ظهور الخطوط حول العينين في الخامسة والستين من العمر امر طبيعي خصوصا وان هذه المنطقة من الوجه رقيقة وحساسة جدا، والخطوط التي ترينها يطلق عليها اسم التجاعيد التعبيرية أي التي تظهر عندما تضحك أو تبكي. وهذه التجاعيد تبدو واضحة كلما تقدمنا في العمر. إذ تصبح عميقة أكثر خصوصا إذا اهلناها، أما الحل فيمكن في المواقف على تطبيق هذه المنطقة الحساسة من الوجه لأنها فقيرة بالمواد الدهنية، وينصح باختيار كريم غني الترطيب يضم مكونات مغذية ومرممة في أن واحسد، ومن الضروري استعمال كريم في الصباح والمساء، او كلما شعرت بجفاف هذه المنطقة الحساسة. المعيد أيضا استعمال القناع المرطب المتخصص للعينين مره في الاسبوع، مع محاولة الاحتفاظ بكريم العينين في البراد للشعور بالانتعاش عند استعماله والتخفيف من استخدام الجلون و احتفاظها على جانب آخر ينصح باستخدام البيوتوكس Botox إذا كانت التجاعيد من عجة، لكن عليك اللجوء إلى طبيب الجلد المتخصص في هذا المجال وعدم التوقو بغيره.



تمثل حقوق الإنسان، جوهر نضال البشرية في مسيرتها الطويلة. إن الإعلان العالمي لحقوق الإنسان، علامة فارقة في تاريخ هذا النضال، ولا غرو أن يعد من مفاخر الإنسانية والحضارة الحديثة، وإن نضال البشرية حاضرا ومستقبلا يجب أن يتصب على ترجمته في الواقع العملي.



د. حسين المويد

السنة الثانية والعشرون - العدد (٦١٣٢) - الأربعاء (١٩) آذار (٢٠٢٥) - (١٨) رمضان (١٤٤٦) هـ رقم الإيداع (٧٧٤) لسنة (٢٠٠٤) E-mail: addustour_b@yahoo.com

قوة المعلق المواطن المستقر
في كتاب "العبودية الطوعية" لمؤلفه الدكتور الفرنسي تيبان د'الوين...
عبد الحكيم العبد

صاح عا ثلثي واطورسي بالخارج بس سر قاتي كلها بالوطن
عودة للفناني
بريشة الفنان عودة الفهداوي

قلمة حبر العراق يضرب الإرهاب ويحقق الأمن
في غلطة وتمسك الخطوط الأستراتيجية توجه مواجهة التحديات الأمنية...
عبد الحكيم العبد

المخرج الأردني أيمن ناصر الدين : أخرجت ١٧ عملا دراميا عراقيا ولدي عمل جديد قريبا في بغداد
بغداد المستور
اعان المخرج الأردني أيمن ناصر الدين، عن تقف عرض أربعة تصمص درامية عراقية، لتعمل فيها داخل العراق بالوقت المقبل، مبينا أن أحد هذه التصمص هو مشروع درامي يتم إخراجها والتأجيل، وهو عمل مسرحي يضم ممثلين من فلسطين، من عرب، وسوريين، وعراقيين من الدول العربية، وسكانين في بغداد قريبا وقيل في تصريح لوكالة لوثنية العراقية الجديدة للإعلام/بغداد/أيمن ناصر الدين...
بغداد المستور

حضور عراقي في جوائز الشارقة لابتداعات المرأة الخليجية ٢٠٢٥
بغداد المستور
اعان المكتب الثقافي بالمجلس الأعلى للشؤون الإسلامية بالشارقة...
بغداد المستور

الفنان رياض شهيد : انا نادم على العمل الإداري الوظيفي وتجربتي السياسية كانت سيئة
بغداد المستور
عزا الفنان العراقي رياض شهيد، سبب تقطعا عن العمل في الدراما العراقية إلى التمسك في العمل الأكاديمي التدريسي في كلية الفنون الجميلة، والعمل الإداري في عديد من مناصب إدارية مختلفة، منها إدارته لثلاث أقسام العمل الفني...
بغداد المستور

نور إيهاب تكشف حقيقة ارتباطها بنور النبوي
بغداد المستور
وقعت الفنانة الشابة نور إيهاب ضحية لغضب التجار إذ جلا في برنامجها الرمضاني "أم إيون ماسك" حيث بدأ الخلقه بتسلي من التعليقات الساخرة قبل أن تتخلل نور في يومه من الربيع ضمن الغالب الجديدة التي يقدمها البرنامج هذا الموسم...
بغداد المستور

كتابك يصنع فرقا.. مبادرته رمضانبة لجمع الكتب المستعملة في دبي
بغداد المستور
اعان مركز دبي المالي العالمي عن التعاون مع هيئة دبي للثقافة والفنون "دبي للثقافة"، لإطلاق مبادرة رمضانبة لجمع الكتب المستعملة تحت عنوان "كتابك يصنع فرقا"، وبإغاثة نهاية شهر آذار الحالي، يمكن أي شخص التبرع بكتبه المستعملة ووضعها في أحد مستودعات التبرع التابعة لمركز دبي المالي العالمي، أو في واحد من مكاتب دبي العامة، حيث تتضمن المبادرة فعالية لبيع الكتب المستعملة خلال شهر رمضان المبارك وتشتمل هذه المبادرة على إقامة ورش عمل لجمع الكتب القديمة، والتفكير في طرق جديدة لجمع الكتب المستعملة، وورش عمل لجمع الكتب القديمة، والتفكير في طرق جديدة لجمع الكتب المستعملة، وورش عمل لجمع الكتب القديمة...
بغداد المستور