









## المبرقع يبحث مع وزير التخطيط مشاريع الوزارة في بغداد والمحافظات

بغداد-الدستور الرياض: بحث وزير الشباب والرياضة الدكتور أحمد المبرقع، خلال لقائه نائب رئيس مجلس الوزراء وزير التخطيط، الدكتور محمد علي تميم، الخميس، واقع مشاريع الوزارة في بغداد والمحافظات، ولا سيما مشاريع ملاعب كرة القدم، والمنشآت الشبابية وتم خلال اللقاء الذي جرى في وزارة التخطيط، بحث واقع العمل في مشاريع وملعب التايكواندو الأولمبية ببغداد سعة ٦٠ ألف متر، مع ملحقاته التي تتضمن إنشاء فندق فئة أربعة نجوم يضم ٧٠ غرفة ووجه نائب رئيس مجلس الوزراء بالإسراع لإحجاز متطلبات العمل لمشروع الملعب، لكونه يمثل أحد المشاريع الرياضية المهمة في العاصمة بغداد. وحضر اللقاء، وفد من دائرة الشؤون الهندسية والفنية برئاسة المدير العام السيد طارق.

صاحب الامتياز  
رئيس التحرير  
باسم الشيخ



إنتر  
يستعيد  
طارمي  
8



شنيشل:  
نسعى  
للفوز  
6

# النوارس خلف بقا الكراسيكه

الشرطة والنجف  
بقمة ملتهبة  
عيبك:  
فرنا بجداره

جلال: سعداء  
بالفوز

سليمان:  
شعارنا الفوز



نوروز يضيف  
نقط ميسان

الكهرباء ونقط البصرة  
بمواجهة الطموحات  
عودة: نتطلع  
لكسب النقاط  
ابو الهيل: لم  
نستحق الخسارة

### محلي



بيتر كوركيس يغيب عن  
دهوك

بغداد-الدستور الرياض: اجتمعت لجنة الانضباط في الاتحاد العراقي لكرة القدم، بناء على التكرار الواردة الى اللجنة بخصوص مسيرات نادبي الزوراء ودهوك ضمن دوري نجوم العراق (الجزء ٢٦، اذ قام لاعب نادي دهوك (بيتر كوركيس) بعد احتساب ركلة جزاء لمصلحة فريق الزوراء، قام بالانذار بيديه الى عد القو في اشارة مستهجنة ضد حكم المباراة وقامت اللجنة بمشاهدة الفيديو، وتبين ان اللاعب انشأ بسكتنا يديه الى عد القو باستحائه تجاهه فريق الزوراء، وهذا الفعل يعد مخالفا لنواحي وانظمة الاتحاد، واثره لجماعه الفريق المنافس، ولما تقدم شررت للجنة: عقوبة اللاعب (بيتر كوركيس) بالحرمان من اللعب (مباراة واحدة)، وغرامة مالية قدرها (٢٠٠٠٠٠٠٠) مليون دينار عراقي، مستنادا لاحكام المادة (٥٥١) من لائحة الانضباط والاحكام الموسم ٢٠١٤-٢٠٢٤، وصدر القرار بالاقبال قابلا للاستئناف.

### عربي



حمد الله وانجاز السومة

السودانية-سيد الأعلى بيكر: واصل عبد الرزق في حمد الله، مهاجم الشباب، زحفه خلف السور في عصر السومة نجم العروبة، والذي يعد أكثر اللاعبين تسمية للاهداف في الدوري السعودي، ونجح حمد الله في هز الشباك خلال لقاء الشباب والخلود، من ركلة جزاء، في اطار الجولة ٢٧ من دوري روشن، الخمسين، وتمكن حمد الله من هز شباك الخلود في الدقيقة (٥٤+٤) عن طريق ركلة جزاء نفذها ببراعة شديدة وبهذا الهدف، بات حمد الله يمتلك ١٤٨ هدفا، بفارق هدفين فقط عن عصر السومة، الذي يستعد لمواجهة اتحاد جدة، مساء الخميس وربع حمد الله وصيده في ١٩ هدفا في وصافة ترتيب هدافي دوري روشن، واصبح على بعد هدفين من متصدر القائمة، كوستانتينو وبنكوكو قائد النصر، ويمنع حمد الله بسجل مميز امام الخلود، حيث تكافأ ضده مرتين، الاولى في دور ٣٢ بكاس خادم الحرمين، وسجل هدفين وضع اخر، في فوز الشباب ٣-١، اما المباراة الثالثة كانت في الدور الأول يسدوري روشن هذا الموسم، وسجل حمد الله، هدفين، في فوز الشباب ٢-٠.

### عالمي



مورينيو يستهدف خيرات  
مولر

مناعب-الدستور الرياض: تحوم التكهات حول مستقبل النجم الاماني المخضرم، توماس مولر، الذي أعلن بسلامة موندج انه لن يحدد عقده، الذي ينتهي بقطعة الموسم المقبل، ويؤكد لنا لخصه "ميسور كسر" اثير كية، فإن قراره يتخذ بشكل على الخط، كخمس المهتمين بالانفصال، مع مولر هذا الصيف وانشارت المنصة ان جوزيه مورينيو، مدرب الفريق التركي، يحرس على اضافة عنصر الخبرة والقيادة الى كتيبه، خاصة مع وجود تكهات حول رحيل بعض المهاجمين، مثل دوسان تاديتش واين دجيكو والحرس تاديتش ١١ هدفا وقدم ١٥ تمريرة حاسمة، هذا الموسم، بينما سجل دجيكو ٩ اهداف وضع ٧، وهو ما يعنى ان خسرة التلثي مستحسن ضربة قوية لفريقه، وبالتالي فإن التعقد مع مولر، قد يكون خطوة لتعويض هذه الخسائر، وتعزيز طموحات الفريق على الصعيدين المحلي والاوروبي، ومن المتوقع ان يقدم فريقه عرضا مستورا لمدة عام، مع خيار التمديد لعام ثان، بساء على مستواه ومدى التوافق بين الطرفين.

الرياضي

في دوري نجوم العراق

الشرطة يواجه النجف والكهرباء يلتقي نفط البصرة ونوروز يضيف نفط ميسان



فهد السطور الرياضي
تختتم اليوم السبت منافسات الجولة السابعة والعشرين من منافسات دوري نجوم العراق...

من الشهر الحالي
استقر الفريق وتنتهي مباراة اليوم في ظل استقرار الحالة الفنية...

وعزم على تحقيق الاهداء لرجال الامور في وضع جيد وذلك في التقدم والسير بخطى ثابتة...

مباريات وكانت البطولة سابقا تنظم تحت اسم كأس الخليج للحدائق في الاتحاد العراقي لكرة القدم...

مباريات وكانت البطولة سابقا تنظم تحت اسم كأس الخليج للحدائق في الاتحاد العراقي لكرة القدم...

معاينة مدرب نادي الكرخ
تفريق تحت ٢١ عاما
فهد السطور الرياضي
اجتمعت لجنة الانضباط في الاتحاد العراقي لكرة القدم...

حرمات مشرف نادي الرمداني
مرافقة فريقه وتغرمه مايا
فهد السطور الرياضي
اجتمعت لجنة الانضباط في الاتحاد العراقي لكرة القدم...

الانضباط تعد فريق النجمة
خاسرا امام فريق الكوت
فهد السطور الرياضي
اجتمعت لجنة الانضباط في الاتحاد العراقي لكرة القدم...

النفط يتخطى ديالي
فهد السطور الرياضي
اجتمعت لجنة الانضباط في الاتحاد العراقي لكرة القدم...



فهد السطور الرياضي
النفط يتخطى ديالي
اجتمعت لجنة الانضباط في الاتحاد العراقي لكرة القدم...

الانضباط تصدر عقوبتين ضد فريق جليده الشط
فهد السطور الرياضي
اجتمعت لجنة الانضباط في الاتحاد العراقي لكرة القدم...

اجتماع بحدراء مراكز الموهبة الرياضية
فهد السطور الرياضي
تعددت الاجتماعات لدراسة شؤون القابليين والمحافظات...

الزوراء يتخابر على الجوية لاسيكو الوطن



فهد السطور الرياضي

انعقاد اجتماع الجمعية العمومية للاتحاد الفرعي في الأنبار

فهد السطور الرياضي
عقدت الجمعية العمومية للاتحاد الفرعي لكرة القدم في محافظة الأنبار...

الانضباط تعد نادي الجولان خاسرا امام نادي دورتي تحت ٢١ عاما

فهد السطور الرياضي
اجتمعت لجنة الانضباط في الاتحاد العراقي لكرة القدم...

مدير الاقاليم يلتقي برئيس وأعضاء اتحاد تنس الطاولة



فهد السطور الرياضي
التقى المدير العام لادارة شؤون الاقاليم والمحافظات المهندس الدكتور سعد عليوي...



## الحملة الوطنية للإبلاغ عن الفساد ولم تفسدوا في الأرض بعد إصلاحها



hotline@nazaha.iq  
(0771888854)

## في حادث غريب.. صاعقة برق تصيب امرأة وتغير لون عينيها



بغداد/السفور شابة أميركية لتجربة فريدة من نوعها، حيث تعرضت لصاعقة برق، وكان ما أصابها بسد الحواسد أمراً في غاية الغرابة، ووفق "ديلي ميل"، عانت "كارلي الكريك"، كما تسمى نفسها، في البداية من صعوبة تنفس وحركة وكلام، لكنها لحسن الحظ نجت باضراً طفيفة دامت، باستثناء أن تغيراً غريباً كان واضحاً في وجهها، إذ تغير لون عينيها تماماً، وبعد أن كتبت خضراً قبل الصاعقة، تحولت الآن إلى اللون البني، وقالت الشابة البالغة من العمر ٣٠ عاماً، من كوينز لاند، أستراليا: "عندما بسخت من الأمر على الإنترنت، اكتشفت أن هذا ليس أمراً نادراً في الأشخاص الذين تعرضوا للضيق الكهربائي، حيث بدأت تجربة الاقتراب من الموت، التي حدثت في ديسمبر (كانون الأول) ٢٠٢٢، عندما وصلت كارلي عاصفة عنيفة تتحرك في الأفق، فأخذت التصوير للهاتف... هتفتها، ولكن في منتصف التسجيل، تعرضت للصعق "وقالت، "عبرت وتشعر بوقت قصير في زرعاعي على شكل موجات، عندما نظرت لي نفسي في المرآة، رأيت حقيقيتين، وسعيت، شعرت وكأني تمزقت"، وبعد الصاعقة مباشرة، لم تستطع تحريك رجليها ورأسها، وعشت من صعوبة في التنفس، وقالت: "كنت غارقة في العرق، أشعر بول، ثم شعرت بنوبة غامرة تقريبا، لم فجأة، فقلت للاشخاص الذين لم استطع الحركة، وراحتي شبرا واحدا، شعرت بالذعر، فطلبت من زميلة كانت معي الاتصال بالإسعاف ونقلت على الفور إلى المستشفى، وحين وصلت النجدة، كانت قدماي وبداي قد ارتقت تماما، ورغم أنني كنت مستيقظة، إلا أنني كنت أعاني من صعوبة في التنفس، وبعد قليل، لم أعد أستطيع سوي اليلع والتنفس، وتجمع الأضواء حولي، وشعرت بأنني فقدت وعي تماما"، وبعد بضعة ساعات من فقدان الوعي، استعادت الإحساس في أصابع يديها وقدميها، وقال الأطباء حينها إنها أصيبت بشلل "كيرونو"، وهي حالة عصبية نادرة تسبب شللاً مؤقتاً، وبعد ٩ ساعات عادت كارلي لطبيعتها، رغم تلفظها في البداية، وبعد أسبوعين، أصبحت أفضل بكثير، وقالت كارلي إنها لم تتألم بعد هذه الفترة سوى تغير غريب في لون عينيها وبقعة حساسة للغاية في قمة للضفة، إنها ساخنة عند لمسها، ذلك التجنّب عند تمسيط شعري، لكنني اليوم أصف الصاعقة، بأنها ضربة حظ أصابني، لقد حسنت حياتي كثيرا منذ ذلك الحين، وأصبحت علاقاتي أفضل مع الناس، فهم مهتمون بمعرفة المزيد عن تجرّبي التي كنت أموت فيها، غير أنني أشعر دائما بقشعريرة كلما جيت عاصفة"، ووفق لمرآة السيطرة على الأمراض والوقاية منها، فإن احتمالات التعرض لصاعقة برق في أي سنة هي أقل من واحد في المليون.



## مأساة في تركيا.. مزاح طفل ينتهي بمقتل زميلته

بغداد/السفور تحول مزاح بريء بين الأطفال في مدينة أضنة التركية إلى كارثة أراح ضحيتها طفلة في الحادية عشرة من عمرها، بعد أن دفعها أحد زملائها دون قصد، لتصلده بحلقة مدرسية وتلقى عطفها على الفور ووفقاً لشهود العيان، فإن الطفلة "غزل"، وهي تلميذة في الصف الخامس الابتدائي، كانت في طريقها إلى المنزل بعد انتهاء اليوم الدراسي، عندما قام أحد أصدقائها بدفعها على سبيل المزاح، دون أن يدرك العاقبة الوخيمة لهذا التصرف في تلك اللحظة، كانت حلقة مدرسية تقل الطلاب تتحرك بالقرب من المدرسة في حي شتاتلي بمنطقة كوزان، ولم يتمكن المراقبون من تفادي الطفلة، فاصطدمت بها الحلقة بقوة، لتسقط على الأرض جثة هامدة وسارت فرق الشرطة والإسعاف إلى مكان الحادث فور تلقي البلاغ، لكن المظفرين أكدوا أن الطفلة فارت الحياة على الفور نتيجة قوة الاصطدام، وفي تلك اللحظات، استجوبت الشرطة والشهود وقامت باحتجاز سائق الحلقة للتحقيق معه، بينما عرق زملاء الطفلة في حالة من الجأء والصدمة ولا هول الموقف، وبعد إجراء الفحوصات الأولية من قبل الشرطة والتبلي العامة، تم نقل جثمان الطفلة إلى مشرحة المستشفى لاستكمال الإجراءات القانونية ولا تزال التحقيقات مستمرة لكشف جميع ملابسات الحادث، وسعدت قوات المزيد من التوعية حول مخاطر اللعب العنيف بين الأطفال، لاسيما في الأماكن العامة والشوارع المزدحمة.

## النايوت والسلاح.. منشور مريب يسبق مجزرة في تركيا

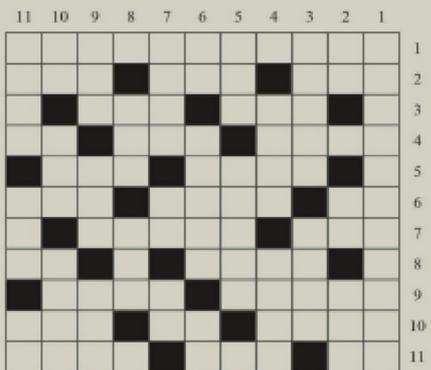
بغداد/السفور شذبت مدينة أضنة التركية حادثاً مروعا، حيث أقدم شاب يبلغ من العمر ١٧ عاماً على قتل شخصين داخل مقهى شعبي، في جريمة مرتبطة بخلاف على الذهب، بعد أن نشر منشورا مريباً على وسائل التواصل الاجتماعي قبل دقائق من ارتكاب الجريمة ويصحب التحقيقات الأولية، كانت والدته الشاب قد أقرضت شخص يدعى إركان سافان (٣٥ عاماً) ثماني قطع من الذهب، وبعد مرور الوقت، حاولت استعادتها، فأرسلت ابنتها إلى المقهى حيث كان يجلس سافان للمطالبة بها، إلا أن الأخير رفض إعادة الذهب، مما دفع الشاب إلى مغادرة المكان وهو يحمل في داخله نوايا انتقامية، وبعد مغادرته المقهى، عاد الشاب إلى منزله، وهناك بنشر صورة مثيرة للجدل على حسابيه الشخصي في وسائل التواصل الاجتماعي، إذ ظهر في الصورة وهو يحمل مسدس، بجانب رمز تعبيرى للنايوت وأحرف من اسم إركان سافان، في إشارة تخشيفية إلى ما كان ينو وعلمه، ولم تكن سوى دقائق على هذا المنشور، حتى عاد الشاب إلى المقهى مرة أخرى، وقضى حوالي عشرين دقيقة في من أيقية المكان، ثم دخل المقهى مباشرة، وسحب سلاحه، ونظف النار لولا على إركان سافان، ثم على رجل آخر عمره ٤٠ عاماً كان يحاول التدخل، وسط الضحيان أراضا غارين في منمنها، بينما لا المتهم بالفرار، بحسب موقع "haberturk" التركي.



## الأبراج

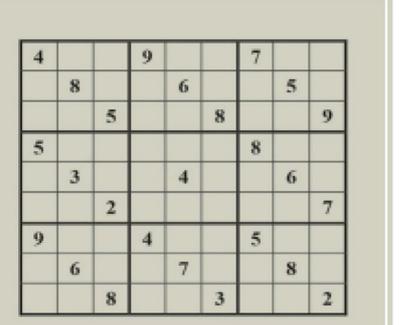
- الحمل (21 مارس - 20 أبريل): تشعر بالحاجة إلى التواصل مع مشارك الداخلية. حاول تخصيص وقت للتأمل أو ممارسة الأنشطة التي تمنحك الراحة النفسية، فهذا سيساعدك على استعادة توازنك.
- الثور (21 أبريل - 20 مايو): تبدي اليوم ميلاً بالبطاقة والحساسية، ما يمنحك القدرة على إنجاز المهام المؤجلة.
- الجوزاء (21 مايو - 20 يونيو): قد تسمع كلاماً جارحاً من الحبيب بسبب تجاهلك له وعدم احترامك مشاعره.
- السرطان (21 يونيو - 20 يوليو): قد تواجه تحدياً صغيراً في العمل، ولكن إصرارك سيؤديك إلى النجاح. على الصعيد العاطفي، حاول أن تكون أكثر لمشاعر الشراخ.
- الأسد (21 يوليو - 21 أغسطس): تكون قادراً اليوم على تحمل المسؤوليات الملقاة على عاتقك.
- العذراء (22 أغسطس - 22 سبتمبر): لا تنع أحداً يقف في طريق تفريقك من الحبيب، فانت تعرف أنه صادق ووفى لك.
- الميزان (23 سبتمبر - 20 أكتوبر): الاعتراف بالخطأ فضيلة، عليك أن تعتذر للشريك عن تصرفك غير اللائق معه.
- العقرب (21 أكتوبر - 20 نوفمبر): تشعر اليوم برغبة قوية في التغيير، سواء في حياتك المهنية أو الشخصية. قد تحتاج إلى اتخاذ قرارات حاسمة، لكن تأمّر قبل أن تخطو أي خطوة.
- القوس (21 نوفمبر - 20 ديسمبر): تتدفق الأفكار الإبداعية لديك اليوم، ما يجعلك محط الأنظار في محيطك العملي. قد تكون هناك فرصة لتوسيع دائرة معارفك.
- الجدي (21 ديسمبر - 20 يناير): يومك مليء بالرومانسية، فلا تتردد في التعبير عن مشاعرك.
- الدلو (21 يناير - 20 فبراير): تشعر اليوم برغبة قوية في تعزيز الروابط العائلية. استغل الفرصة لقضاء وقت مع أحبائك، فهذا سيساهم في تعزيز الألفة والوئدة.
- الحوت (21 فبراير - 20 مارس): تشعر ببعض الإرهاق بسبب المسؤوليات المتزايدة. حاول تخصيص وقت للاسترخاء واستعادة طاقتك. التوازن بين العمل والحياة الشخصية ضروري.

## الكلمات المتقاطعة



- عمودياً :**
- 1- ادب أميركي من مسرحياته «قطعة على سطح من الصفيح الساخن»
  - 2- بحر - ما يجري في عروق الإنسان - مداد
  - 3- فحاش - ضد أيمن
  - 4- كفاية - علاج
  - 5- ألم - عاصمة أوروبية من معالمها برج إيفل
  - 6- سرب من الطيور - أفعى - تسوية
  - 7- جراد نطاط - حيوان من الزحفات شبيهه بالحرزون - ضد هزل
  - 8- خابور - سعد
  - 9- ضد عسر - برهة من الزمان - وقت
  - 10- يد - ثمن - عسكري
  - 11- منفرد بنفسه - قاعة الاستقبال - والدة
- أفقياً :**
- 1- رسام فرنسي له لوحات مشهورة في متحف اللوفر، منها «الفرانس» الجريج»
  - 2- طراز - غطاء العين - أسفل الجبل
  - 3- حالة - طابق في مبنى
  - 4- تحية - استقر - حاجز
  - 5- سمة أو دمة - ماء العين
  - 6- حب - زئبرك - طريق
  - 7- سمرة في باطن الشفة - سُتْحَسَن
  - 8- ضد يسائر - ما بين الأرض والسما
  - 9- شعور - قلب
  - 10- مُسْتَوْج - فاصل - مجال
  - 11- ما يُجعل في العروة - إيراد - ضباب رقيق

## استراحة



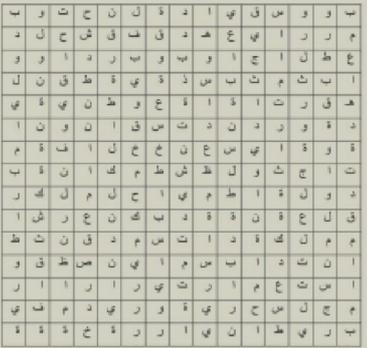
تتألف هذه الشبكة من 81 خانة موزعة في 9 مربعات متساوية. اصل الخانات الفارغة بأرقام من 1 إلى 9 مراعى عدم ظهور الرقم الواحد سوى مرة واحدة في الصفوف الأفقية والصفوف العمودية وداخل كل مربع من المربعات التسعة.



تهدف هذه اللعبة إلى ملء المربعات البيضاء في الشبكة باستعمال الأرقام من 1 إلى 9. تتكون هذه اللعبة من مجموعات أفقية ومجموعات عمودية تحدها مربعات رمادية كما في شبكة الكلمات المتقاطعة. تتألف كل مجموعة من 2 إلى 8 مربعات. ثلأ هذه المربعات بأرقام يكون مجموعها الرقم المدون في المربعات الرمادية. إذا كان الرقم الأساسي مودناً في الجزء الأعلى من المربع الرمادي فهو يعني المجموعة الأفقية، أما إذا كان مودناً في الجزء الأدنى فهو يعني المجموعة العمودية. ينبغي ألا يظهر أي رقم مرتين في المجموعة نفسها، ويمكن أن تظهر المجموعة نفسها أكثر من مرة في الشبكة.

## كلمة السر

ابحث عن الكلمات التالية في الشبكة واشطبها في جميع الاتجاهات. تجد بعد عملية الشطب أحرفاً غير مشطوبة تؤلف على التوالي كلمة السر، وهي قصر ملكي في المملكة المتحدة.



- |            |       |       |        |        |
|------------|-------|-------|--------|--------|
| استعمار    | تشريع | دولة  | قصر    | نشيد   |
| إمبراطورية | ثروة  | ديوان | قلعة   | نظام   |
| أميرة      | ثقافة | سلطة  | قيادة  | نفوذ   |
| انتداب     | حرية  | سيادة | لقب    | واجبات |
| برلمان     | حكمة  | سياسة | لندن   | وحدة   |
| بريطانيا   | حكم   | طبقة  | مجس    | وراثية |
| باطل       | خطاب  | عرش   | معاهدة | وطنية  |
| تاج        | خلافة | عظمة  | مكانة  | ولي    |
| تاريخ      | دوق   | عهد   | ملك    |        |
| تراث       |       | قانون | مملكة  |        |





## مالية

### وفد حماس في القاهرة لاستئناف محادثات وقف إطلاق النار

# إندونيسيا تعلن استعدادها لتوفير مأوى فلسطينيين من غزة

بغداد المستور - أعلنت حكومة إندونيسيا استعدادها لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يفرّون من قطاع غزة، وذلك في خطوة تهدف إلى تخفيف العبء على المخيمات الفلسطينية في الضفة الغربية.

وقد أعلنت الحكومة الإندونيسية أنها ستقبل ما بين 100 و200 فلسطيني من غزة، وذلك في إطار عملية إنسانية تهدف إلى توفير بيئة آمنة لهم. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

بغداد المستور - أعلنت حكومة إندونيسيا استعدادها لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يفرّون من قطاع غزة، وذلك في خطوة تهدف إلى تخفيف العبء على المخيمات الفلسطينية في الضفة الغربية. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### الاتحاد الأوروبي يعقد إجراءاته بشأن الرسوم

## ٩٠ يوما

بغداد المستور - أعلن الاتحاد الأوروبي عن تعليق إجراءاته الاقتصادية بشأن الرسوم الجمركية لمدة 90 يوما بعد ترحيب جميع الأعضاء بقرار حظر الرسوم البيئية المتعلقة بالأسواق في الاتحاد الأوروبي.

وقد أعلن الاتحاد الأوروبي عن تعليق إجراءاته الاقتصادية بشأن الرسوم الجمركية لمدة 90 يوما بعد ترحيب جميع الأعضاء بقرار حظر الرسوم البيئية المتعلقة بالأسواق في الاتحاد الأوروبي. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### الاتفاقيات تقنذ الأرواح لا القنابل: رسالة طياري سلاح الجو

## تمرد و انقلاب في الجيش الإسرائيلي- رسالة صادمة تفزتل أيبب وتشير غضب نلتاهاهو

بغداد المستور - في رسالة صادمة تم إرسالها من قبل طياري سلاح الجو الإسرائيلي، تم التعبير عن غضبهم تجاه القيادة العسكرية والحكومة الإسرائيلية.

وقد أعلن طياري سلاح الجو الإسرائيلي عن غضبهم تجاه القيادة العسكرية والحكومة الإسرائيلية. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### الاتفاقيات تقنذ الأرواح لا القنابل: رسالة طياري سلاح الجو

## تمرد و انقلاب في الجيش الإسرائيلي- رسالة صادمة تفزتل أيبب وتشير غضب نلتاهاهو

بغداد المستور - في رسالة صادمة تم إرسالها من قبل طياري سلاح الجو الإسرائيلي، تم التعبير عن غضبهم تجاه القيادة العسكرية والحكومة الإسرائيلية.

وقد أعلن طياري سلاح الجو الإسرائيلي عن غضبهم تجاه القيادة العسكرية والحكومة الإسرائيلية. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### مباحثات إسطنبول.. واشنطن تجدد قلقها

## لروسيا بشأن طاقم سفارتها في موسكو

بغداد المستور - أعادت الولايات المتحدة التمسك بالحق في إجراء مباحثات لروسيا خلال مباحثات أراها الطرفان في إسطنبول.

وقد أعادت الولايات المتحدة التمسك بالحق في إجراء مباحثات لروسيا خلال مباحثات أراها الطرفان في إسطنبول. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### الإمارات ومونتينيغرو تبحثان العلاقات الثنائية

## وفد مصري يطالع على عمليات التحديث والتطوير البيئية الفعيرة للثقافة

بغداد المستور - وفد مصري يضم خبراء في مجال البيئة والتكنولوجيا، يطالع على عمليات التحديث والتطوير البيئية الفعيرة للثقافة.

وقد وفد مصري يضم خبراء في مجال البيئة والتكنولوجيا، يطالع على عمليات التحديث والتطوير البيئية الفعيرة للثقافة. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### الإمارات وأيرلندا توقعان مذكرة

## تفاهم لإنشاء لجنة اقتصادية مشتركة

بغداد المستور - وقعت الحكومة الإماراتية وأيرلندا مذكرة تفاهم لإنشاء لجنة اقتصادية مشتركة.

وقد وقعت الحكومة الإماراتية وأيرلندا مذكرة تفاهم لإنشاء لجنة اقتصادية مشتركة. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### موقف متوازن.. روسيا تنفي اتهامات زيلينسكي

## بشأن الصين

بغداد المستور - نفت الحكومة الروسية اتهامات الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي بشأن تورط الصين في الصراع الأوكراني.

وقد نفت الحكومة الروسية اتهامات الرئيس الأوكراني فولوديمير زيلينسكي بشأن تورط الصين في الصراع الأوكراني. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### القضاء التركي يفرج عن ١٠٧ طلاب سجنوا

## بعد تظاهرات

بغداد المستور - أفرج القضاء التركي عن 107 طالب سجنوا بعد تظاهرات احتجاجية.

وقد أفرج القضاء التركي عن 107 طالب سجنوا بعد تظاهرات احتجاجية. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### القضاء التركي يفرج عن ١٠٧ طلاب سجنوا

## بعد تظاهرات

بغداد المستور - أفرج القضاء التركي عن 107 طالب سجنوا بعد تظاهرات احتجاجية.

وقد أفرج القضاء التركي عن 107 طالب سجنوا بعد تظاهرات احتجاجية. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### في رسالة مفادها ان الرباط تضع العلم والابتكار في صلب

## اختياراتها الاستراتيجية

بغداد المستور - في رسالة مفادها ان الرباط تضع العلم والابتكار في صلب اختياراتها الاستراتيجية.

وقد في رسالة مفادها ان الرباط تضع العلم والابتكار في صلب اختياراتها الاستراتيجية. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### المغرب يعطق برنامجا وطنيا للبحث العلمي

## كلفته ١٠٠ مليون دولار

بغداد المستور - أعلن المغرب عن إطلاق برنامج وطني للبحث العلمي بقيمة 100 مليون دولار.

وقد أعلن المغرب عن إطلاق برنامج وطني للبحث العلمي بقيمة 100 مليون دولار. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### القارة العجوز وكندا وأستراليا في قمة الجاهزية لاستقطابهم

## بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا

بغداد المستور - في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا.

وقد في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا. وتأتي هذه الخطوة في إطار الجهود الدولية لتوفير مأوى للفلسطينيين الذين يعانون من الظروف الصعبة في قطاع غزة.

### بغداد المستور

بغداد المستور - في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا.

### بغداد المستور

بغداد المستور - في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا.

### بغداد المستور

بغداد المستور - في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا.

### بغداد المستور

بغداد المستور - في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا.

### بغداد المستور

بغداد المستور - في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا.

### بغداد المستور

بغداد المستور - في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا.

### بغداد المستور

بغداد المستور - في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا.

### بغداد المستور

بغداد المستور - في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا.

### بغداد المستور

بغداد المستور - في قمة الجاهزية لاستقطابهم بوليتيكيو: ترامب يدمر جامعات أميركا والعلماء يهاجرون إلى أوروبا.



للمواعيد المضبوطة أهمية في حياتنا لربما تتوقف عليها حياة أشخاص ومستقبلهم لأن الالتزام بالمواعيد يعد من أهم الأشياء التي تدر على الرقي في مجتمعنا وعامل نجاح لتتخيل لو ان طيباً اخل بموعده مع مرصاه او استاذاً طائفة تأخر عن رحلته او ابو وعد اولاده واخلف فانه يدل على عدم تقدير ظرف الشخص المقابل وانه اخلف في كل شيء من اجل عدم خلف الوعد الذي لان الالتزام بالوعد شيء جميل جداً كان صغراً او كبيراً الوعد والمواعيد هما شيان نفس اللفظ لكن يختلف المعنى .. لهذا فبعد اعتد ((المستور)) هذا التحقيق حول الالتزام والخلف في المواعيد يخلق لدى المقابل ضعفاً شديداً في النفس وخوف في التفكير والاستخفاف بالشخص الذي اعتمد على المقابل بامر او عمل شيء مهم:



## لانتي غادرتك بلا عودة

نضبت كل الينابيع سقاياتك ونهيمت في عروق امالك الامنيات، و هجرت الصافير بسمايتك من غير رجعة .. انتهى ماكنت تعلقين عليه الامال .. مات القلب الذي كان رهاك عليه كبير فذوت الان بلا ضفاف .. تعطلت الشلالات عن الهطول وخرجت الانهر عن نظام الخدمة واصدت الغايات نوافذ اشجارها ورضعت كناديل البعاد ولم واحرقت كل وريقات صبري على يدك .. جفت كل الجدائل التي كانت تروي الزهور التي افطمتها لك .. لم تعد هناك ورود للبهجة او اخري للهدايا .. نبئت شجيرات انتظارني على بابك وغابت آخر الشموس التي عولت علينا ان تذيب ثلوج الصمود والبياد .. استقر الان كل ذلك الحراك .. واستكان الوجع وهدات فورة عضيبي وما عدت ارب القبرات .. علك تمرين .. لقد وادت اللقن .. ونهيت ما بيننا الى حيث انتهى .. بعد ان استغفرت كل المسبل .. ولم تتركي لي خيار اخر بعد ان اقتلعت كل جذور تمناني اليك .. اسرحت كناديل البعاد ولم يعد بدم ان اغادر الى عالمي وحيدا .. نضبت ينابيعك .. نهيمت عروقتك .. هجرت الصافير .. انتهت رهاياتك .. تعطلت شلالاتك .. اصحناك البيليس .. جفت جدائك .. نبئت زهورك .. كل هذا لاني غادرتك بلا عودة .

عاشق

## الالتزام من عوامل النجاح في حياتنا

# الموعد المضبوط يحدد حياة ومستقبل الأشخاص

الباحثة الاجتماعية هبة نوري تؤكد: ان الموعد يدل على الامن والمستقبل لان عندما نقسول وعنا فلان على ان ياتي الين شيء من الامن ولكن للأسف الشديد ان في مجتمعنا الشرقي لا يوجد شيء يدل على الالتزام الوعد والموعود ابداً فان خلال الدراسات اثبت ان الغرب اكثر التزاماً بالموعد والموعود من العرب وكما معروف ان الالزام الوعد المؤثر ابي الوفاء يسلموا اعد وبعدهم القضيء في بعض القضايا المدنية هذه مقبول حتى يتلقى التسامح بوعده البعض الاخر وكماه ومياقسه وعهده لترتقي بلاتماثلنا وتحترم موايدنا.

قبل وقته شيء جميل لكن الاعتذار بعد الوقت المهدد شيء لا يقبل العذر. \*نزار حددي مؤلف في وزارة العدل تحدث قائل: ان ما يشاهده في المواقف اليومية يدعوني الى ان يكون الموعد من الامن والهدوء في حياة الانسان.

جميل جداً ويدل على ان هذا الانسان يحترم الوقت ويحترم ذاته قبل كل شيء والتخلي عن الموعد ايضاً شيء من الصعوبة لان ذلك كثير من الناس قد فقدوا الثقة بغيرهم بسبب هذا الشيء لذا يجب علينا ان نحترم الموعد وهذا لان كلاهما يدل على شخصية الانسان.

الموعد المضبوط يحدد حياة ومستقبل الأشخاص. الموعد المضبوط يحدد حياة ومستقبل الأشخاص. الموعد المضبوط يحدد حياة ومستقبل الأشخاص.



## الدجاج بالطريقة التركية

المقادير: دجاجتين مقطعة قطع متوسطة مخلى منها العظم والجلد. بصليتين مقطعة شرائح. حبتين فلفل حلو مقطع شرائح. حبتين طماطم معصورة. ملحقة صغيرة فلفل اسود. ملحقة صغيرة كمون. نصف ملحقة ملح او حسب الرغبة. نصف ملحقة ثوم مدقوق. ربيع كوب زيت. ربيع كوب زبدة. ربيع كوب زبدة. طريقة تحضير: اغسل الدجاج جيداً. ضعي الزيت في قدر وضعي على النار الدجاج ويقبل لمدة 4-5 دقائق والتشليه وضعي جانبا. ضعي على نفس الزيت البصل والفلفل والثوم ويقبل لمدة 10 دقائق. ضعي عليه البهارات و عصير الطماطم والملح واعدي الدجاج الى القدر و تركيه ان يشرب مائه ويهي فيه ماء قليل. يوضع في الطبق ويقدم.



## الروستا

المقادير: 1 كغم من شرائح الروستا. فلفل اسود خشن طازج. 2 فصوص من الثوم. زيت الزيتون. رقيق السبانخ "بيبي". طريقة التحضير: اقلي شرائح الروستا، ضعيها على اوراق السبانخ، قطعي الثوم لقطعين وضعيها على الروستا، ضعي البهارات على اللحم وقدمي.

## فتايت

### التوت والعنب لبشرة خالية من التجاعيد



اعداد السطور: لتغذية بشرتك وحمايتها من علامات التقدم في السن، قد تجدين ان هناك العديد من الكريمات التي تستطيع تقديم هذا الامر لك. ولكن لا توفري عشاء البحث هذه المنتجات؟ فقط، قومي بصنع قناع منزلي طبيعي، يتكون من التوت والعنب، فهما يحتويان على مضادات الاكسدة وغيرهما من المكونات التي تحافظ على الشباب وحماية البشرة من علامات التقدم في السن. قد يعجبك: قناع الشعر لمحاربة تعب البشر كجزء من هذه المكونات، وقومي بصنع هذا القناع الفريد منذ اليوم. وهي:

1. كوب من التوت البري.
2. كوب من العنب الاحمر.
3. ملحقة ونصف من عسل النحل.
4. مغليتان من عصير جريب فروت.
5. ملحقة من الجيلاتين البودرة.

الطريقة:

1. ابني بصل التوت والعنب، ثم قومي بوضعها جانباً حتى يجفها جيداً.
2. ضعي التوت والعنب في الخلاط الكهربائي بعد جفافهما، ثم اضيفي اليهما باقي المكونات، و امزجها جيداً.
3. ضعي المزيج في علبه محكمة الاغلاق، وضعيها في الثلاجة، لمدة نصف ساعة، على الاقل.
4. اغسلي بشرتك جيداً بمغليتان من الماء، ثم جففيها بمنشفة نظيفة ناعمة.
5. اخرجي المزيج من الثلاجة، وضعيه في درجة حرارة الغرفة لمدة 10 دقائق، ثم قومي بفرده القناع على وجهك لمدة ربع ساعة.
6. اغسلي وجهك بالماء الفاتر مرة ثم بالماء البارد مرة اخرى.
7. قومي بحفظ باقي المزيج في الثلاجة، مع الالتزام بتكرار هذا القناع، مرة او مرتين، اسبوعياً؛ فالتوت البري يحتوي على العنصرين من الامحاض والفيتامينات كفيتاميني (A) و (C) اللذين يحاران انتاج الكولاجين في البشرة، مما يؤدي الى المحافظة على رطوبة ونضارة البشرة والتقليل من ظهور التجاعيد فيها.



## خلطة زيت اللوز وزيت اللافندر لتدليك جسمك

اعداد السطور: ايك سوتني هذه الخلطة المميزة من زيت اللوز وزيت اللافندر لتدليك جسمك والعشاء: المقدرات: ( 4 ملاعق من زيت اللوز. 10 قطرات من زيت اللافندر. 10 قطرات من زيت اللافندر. 10 قطرات من زيت اللافندر او البرتقال)).

1. امزجي الزيوت وادلكي كامل جسمك بها جيداً، ومع الممكن ان يساعدك احد في عمل هذا التدليك الاسترخائي الجميل.
2. اضيفي المزيد من الابعاد الى تدليكك، وقومي بصنع هذا العطر الحديث حتى تستغدي في كل لحظة في العناية بجسمك بشرتك: ( 10 قطرات من زيت اللافندر. مغليتان من الملح. ملحقة من زيت الزيتون)).
3. امزجي المكونات جيداً، ثم ادلكي بها وجهك وجسمك بخرجات الدرية حتى تحصل على بشره ناعمة ونضرة ذات رائحة عطر و جذابة، وان كنت تريد تثبيت عطر اللافندر اكثر على جسمك، استمتعي برائحته الجميلة لوقت اطول، يمكنك القيام بهذا العطر الاضائي.
4. بعد التدليك، يزين اللافندر قومي باخذ حمام دافئ.
5. ادلكي جسمك بقطرات من زيت اللافندر بعد الاغتاء.
6. انتظري حتى يجف جسمك، ثم ادلكي بوضع القليل من بودرة الأطفال على جسمك لتثبيت الرائحة.
7. حضري عطر اللافندر وضعيه في بخارة ويحرقه به جسمك.
8. ومن الممكن ان تقومي برش القليل من زيت اللافندر على شعرك، وهو مفضل حتى يكون هو الاخر مليناً بالبتاعاش اللافندر.
9. و اخيراً قومي بارداء ملابسك وستشعرين باسترخاء رائع، وجسمك ذي رائحة عطره، وبشره غاية في النعومة والنعارة.

## الحل الأمثل للحصول على شعر صحي

اعداد السطور: للحصول على شعر أكثر صحة وحسوية عليك القيام ببعض الخطوات المهمة كقص اطر الشعر بشكل دوري، والقيام ببعض حمامات الكريم والزيوت الطبيعية، لكن هذه الخطوات لا تقدم لك الحسوية التي تريدها ما لم تقومي بامهم تدليك، وهو تدليك التدليك، قد يعجبك: خلطة طبيعية لتطويل الشعر: التدليك الشعر يحتوي على العديد من فوائد، والتي من اهمها:

1. تحفيز فروة الرأس على إنتاج الزيوت الطبيعية المغذية لها.
2. تقوية جذور الشعر وإسماها مزيداً من القوة والمرونة.
3. التخلص من مشاكل الشعر اليومية كالقشرة والحجاب.
4. تحفيز صيالات الشعر على النمو.
5. تجديد الدورة الدموية في أنحاء فروة الرأس.

ويستمر افضل وقت للتدليك يستدلك فروة الرأس قبل النوم وقبل الاستحمام، فقد تدلكها قبل النوم مستخدمين بسين فوند التدليك المتعددة للشعر من جهة ويسين الاسترخاء والثوم الهادي من جهة اخرى، واذا قسمت يستدلك فروة رأسك قبل الاستحمام فانت في هذه الحالة ستستعين بسين فوند تدليك فروة الرأس وسين تغذية الشعر بالزيوت والخصائص الطبيعية. اليك افضل طرق لتدليك فروة الرأس:

1. استخدمي ماء الورد على الشعر مباشرة قبل النوم لتهدئة فروة الرأس وتدليلها بسفوف اند ماء الورد، كل ما عليك فعله هو وضع بضع قطرات من ماء الورد على فروة رأسك، ثم ادلكيها باستدلك بساطن الاصابع بسرفق وبطريقة دائرية.
2. قومي بيمزج زيت الجوجوبا + فيتامين E + ماء الورد، ثم قومي بوضع المزيج على شعرك وهو مبلل، وادلكي فروة رأسك للتعلم بسين فوند التدليك من جهة، وعلاج تلف الشعر من جهة اخرى، فمزيج زيت الجوجوبا معروف بقدرة الكبيرة على علاج تلف الشعر وتغذيته بشكل عميق، مما يساعد على تقوية شعرك وإصلاحه جراء استخدام اوات تصفيف الشعر كالمجفف الكهربائي، والتمكينة لمدة ربع ساعة، ثم اغسليه بالشامبو.
3. يمكنك خلط القشورين مع اللبونة بكميات متساوية وتدلك فروة الرأس بسها اذا كان شعرك دهنياً، وذلك للتعلم بسين فوند تغذية ويسين فوند الليمون فسي قيسض مسام فروة الرأس وتنظيم افراز الزيوت.



