

علن قرب افتتاح المدينة الصناعية الدوائية في البوسنة

وزير الصناعة يفتتح خمسة مشاريع طبية متقدمة في بغداد

[illegible]

المخطط، والخضوع من غير أي
الأكسجين والظهور البيولوجي (سيد
الأم) من زرع الصاعدة " شركة
إدارة سراسر عقد زرع الصاعدة " شركة
تعمل على إنتاج أجناس بيده مطابقة
لعمليتين البيولوجيتين (GMP) في
شهر يوليو العام، وسيجريها في خطوط
تعمل على نقل نقل الصاعدة " شركة
التي تلتزم من الأمانة القديمة، بالإضافة
إلى توفير معلومات إضافية متفرعة إلى
التسليم والبراز الصاعدة " شركة
والأخرى " شركة زرع الصاعدة
إلى شبكة الجراحة مستشارين
في مكتب، بين 2007 و2009
العام، والصحة والبيانات وتقبل
الاستعداد من أجل نحو 30 مليون
أو لا من الأمانة، ويتفهمها من أجل خلاص
من أجل، الصحة أجرت ضمانات الأمر

[illegible][illegible]

وصول انتاج بيضة المائدة في الديوانية
الى اكثر من ٧٨ الف كارتون شهريا

بغداد-المستور
اعلن مدير زراعة محافظة الديوانية حيدر المحنة عن وصول انتاج بيض المائدة
المحافظة الى اكثر من ٧٨ ألف كارتون شهريا، من خلال ثلاثة حقول رئيسية
واكثر من ١٥ حقل صغيرا. وقال المحنة: "ان المحافظة زودت المحافظات
الاخىء ببيض المائدة لحد النجاش، من قباض، انتاجا".

العلمية". وأضاف أن "مؤسسات جديدة تتأسس مع التطور الخاص في موانئ استجابة للتحديات العنصرية، وبهذا الجانب، من منظور الإكزوتي الحديث، إضافة إلى تزويد بقاعات واسعة ومكتب إدارية مجهزة لتلبية احتياجات الموظفين والمرحّلين". وروى الشيخ بيان أن "افتتاح مبنى ملاحة البحرية القبري الجديد كان بداية سلسلة المشاريع التطويرية التي تنفذها وزارة شؤون المدن والمناطق، حيث سيتم إنشاء مبنى الخدمات العامة، وسيتم إيداع الأثرية بما يخلّف البعباءة، مع الاهتمام بالمدن والمناطق الحرة".

[illegible]

فقد استقرت وزارة العدل على استحداث ٨ دوائر للسلطة القضائية، وتحت إشراف وزارة العدل، ٤ دوائر أخرى إلى بنيت حديثاً. ونكرت الوزارة في بيان، أنه "تتفقاً لتوجيهات وزير العدل، الذي كان له الشرف في تعيين وزير العدل على استحداث (٨) دائرة جديدة للسلطة القضائية في عدد من المحافظات، إلى جانب (٢٥) دائرة أخرى إلى بنيت حديثاً مجهزة وفق أحدث المعايير الحديثة، وذلك خلال السنتين الماضيتين".

والمضي في إطار جهودها المستمرة لارتقاء بقاء ودعم الخدمات العلمية المقدمة للطلبة، أكد، أن هذه الخطوات تأتي في إطار دعمها الوطني للطلبة، إضافة إلى دعمها لطلبة المحافظات، حيث أنها تلتزم بتوفير

مركز اقتصادي: إشارات المرور الذكية ستسهم بزيادة إنتاجية الفرد العراقي

[illegible]

لهجره تنفي صرف منحة العوده وتحذر من استغلال
الملف انتخابياً

[illegible]

المديرية العامة للماء إنجاز ٨١٪ من أعمال مشروع ماء السماوه الكبير في المثنى



تبلغ ٥٠
(٨٠) دو
ما يقار
الرئيسية
أحد اضا

٣٠ ساعة مشيدا على مساحة
١٤٠٠ متر مربع. حيث اجزت الكوادر الهندسية
(١٤) كم من الخطوط الناقلة
استمرار اعمال التآفيل جدران
الطابقين السفليين من ارضية مضخات
الدفع العالي ومعالجة جدران حوض السحب
وحدل ارضية بناية المضخات وبناية الطاقفه
ودار المنقل ونصب القاب الخشبي اسقف
خزان محطة المد وحفر وحدل ارضية بناية
الطاقفه. في محطه الكاء وحفر وحدل

الوركاء - التجمي - السوير - الخضري ، مؤكداً أن المشروع يعد أحد المشاريع الاستثمارية المهمة في المحافظة والذي يسوِّف الماء الصالح للشرب لأكثر من (٨٠٠) ألف نسمة

تنمية اكتمال تأهيل المحطة المركزية للقطار في بغداد

تنتهز أرواح النخل العراقية انتهاء أعمال التطوير والتأهيل في نهاية محطة القطار بمنطقة القاطنات العلوية، وبالعاصمة بغداد. في وقت المحدثات المرمية باسم العراق الصناعي، إن أعمال التطوير والتأهيل في نهاية محطة القطار المرصدة بميزانية الأولى قد اكتملت، ميمناً "أعمال التطوير في المحطة سمات تجديد رضى لرضا لرضا". فضلاً عن تطور الأثر الداخلي والخارجي". وأشار إلى أن "حظوظ السكك الحديدية في الوقت الحالي تحديات وأعمال صيانة وتأهيل"، موضحاً أن "مواهبنا في زمن خطة ورش العمل لإعادة تأهيل وتطوير خطوط السكك الحديدية والمحطات". ذكره العراقي من النوازل بالانقلاب السككي منذ فترة الستينيات ويستبيح من هذا الماضي، لكنه يعاني حالياً من إهمال كبير لهذا القطاع الحيوي، "مخيف". في حقنا.

العالمي للشباب، مؤكدة أهمية إدماجهم في الحياة السياسية وصنع القرار في قوتهم في التعليم والعمل والرعاية الصحية، وتقديم مساهماتهم في مواجهة التحديات العالمية. وأشارت إلى أن الشباب هم القوة الدافعة للتغيير الإيجابي في العالم، ويجب أن يكون لهم دور فعال في صنع القرار. وأكدت أن الشباب هم المستقبل، ويجب أن يكون لهم دور فعال في صنع القرار. وأشارت إلى أن الشباب هم القوة الدافعة للتغيير الإيجابي في العالم، ويجب أن يكون لهم دور فعال في صنع القرار. وأكدت أن الشباب هم المستقبل، ويجب أن يكون لهم دور فعال في صنع القرار.

[illegible]

**استثمار واسط تعلن أسماء المستفيدين
شروع المطور العقاري في مدينة واسط
الحديدة**

بغداد- الدستور
أعلنت هيئة استثمار واسط أسماء المستفيدين لمشروع المطور العقاري (مدينة
واسط الجديدة). وقالت الهيئة في بيان: "إن" هيئة استثمار واسط تعلن أسماء
المستفيدين من المطور العقاري، حيث يمكن للمواطنين التحقق من أسمائهم
ضمن الأسماء المستحقة". وأضافت، "بعد ذلك يمكن مراجعة مركز المبيعات
للشراء بشكل رسمي".

أن "التقرير الوطني الأول للفقر متعدد الأبعاد، الذي أطلقته وزارة التخطيط، كشف عن تحسن في مؤشرات الصحة والسكن والعمل والخدمات". مؤكداً في الوقت ذاته "استمرار هينة الحماية الاجتماعية في تنفيذ برامجها لتحقيق العدالة الاجتماعية، وبتة سعة نظامة الدع"

بوجود متواصلة وسياسات فعالة نفذتها هيئة الحماية الاجتماعية، بالتنسيق مع وزارة التخطيط ومؤسّسات الدولة الأخرى^{١٢}، مشيراً إلى أن الوزارة عملت على التوسع في الشمول ضمن خطة الحماية الاجتماعية، وتحديث بيانات المستفيدين^{١٣}، وفقاً لخطة القيد، اعتماداً على

أعلنت وزارة العمل والشؤون الاجتماعية عن تسجيل انخفاض في معدلات الفقر في العراق من ٢٣% إلى ١٧,٥%. وقال المتحدث باسم الوزارة حسن خوام في بيان: إن "نتائج المسح الاجتماعي الاقتصادي الأخير الذي أعلنته وزارة التخطيط، تظهر انخفاض معدلات الفقر في العراق من ٢٣% إلى ١٧,٥%".

ماجد زيدان
كاتب عراقي

سعد محمد الكعبي
كاتب عدل

كريم المظفر

رائد عمر

[illegible]

صاحب الامتياز
رئيس التحرير
باسم الشيخ

الأولمبية تنظم دورة تنقيفية لمكافحة التلاعب في المنافسات الرياضية

بغداد- الدستور الرياضي
نظمت اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية دورة تنقيفية متخصصة بعنوان "منع التلاعب بالمنافسات الرياضية"، وذلك في مقر اللجنة، بحضور النائب الأول لرئيس اللجنة السيد عبد السلام خلف، وعدد من ممثلي الاتحادات والأندية الرياضية. وتأتي هذه المبادرة ضمن جهود اللجنة لتعزيز النزاهة والشفافية، وترسيخ المبادئ الأولمبية القائمة على المنافسة الشريفة واللعب النظيف. وقد ألفت محاضرات الدورة كل من الدكتور إن شام الله سعد، عضوة المكتب التنفيذي، والسيدة هدى عزيز، موفدة في الأمانة العامة للجنة الأولمبية، حيث تناولتا أبرز أشكال التلاعب التي قد يتعرض لها الوسط الرياضي، والآليات الممكنة للحد منها. كما تم استعراض القوانين والوائح الدولية ذات الصلة، إلى جانب تجارب عالمية ناجحة في مكافحة هذه الظاهرة الخطيرة. وأكدت المحاضرات أن الهدف من الدورة هو رفع مستوى الوعي لدى الرياضيين وتمكينهم من التعرف المبكر على محاولات التلاعب بنتائج المنافسات، بما يساهم في حماية سمعة الرياضة الوطنية وضمان عدالة التنافس.



الشكوك تعيد
ميلان إلى
صنقة هويلوند

8



ديوس
رئيساً لنادي
الرمادي

6

ارنولد يتابع بشغف الاسود

كرتنا رهينة
المشاكل
الكهـرباء
يعسكر في مصر
الاولمبي يكثف
تحضيراته في ماليزيا

مشروع الحلم
ينطلق بقوة

التحيمات والطلبات
الاستمر

منتخب الناشئين لكرة
الطائرة نتائج هزيلة

منافسات ساخنة ببطولة
الأندية للمصارعة

اتحاد الدراجات يكمل
طريق البطولة العربية

منتخب الشباب
يشارك ببطولة الخليج

محلي



علي جاسم
والرقم الموثر

بغداد- الدستور الرياضي
أكد لاعب منتخب العراق السابق، باسم روفوف ان اللاعب علي جاسم مطلب بأن يكون رقماً موثقاً مع المنتخب العراقي، وتواجد مع الأولمبي مفيد من أجل جاهزية الفنية والبدنية وأن يكون لديه نفس المبادرات، وقال علي جاسم يحتاج تعامل خاص من أجل العودة لمستواه المعهود، لذلك فهو يحتاج إلى مبادرات مع المنتخب العراقي وليس الأولمبي فقط. استهل المنتخب الأولمبي أولى وحداته التدريبية في العاصمة الماليزية كوالالمبور، ضمن استعداداته لتسليمات كأس آسيا دون ٢٣ عاماً التي تستضيفها كمبوديا من الثالث حتى التاسع من شهر أيلول المقبل تحت إشراف المدرب عاصم محمد وشارك في التدريبات ١٩ لاعباً، بينهم ثلاثة حراس للمرمى، وغاب عنها لاعبان اثنان من فريق نادي الزوراء، ولاعب من فريق نادي الشرطة، من الذين تمت دعوتهم في وقت سابق إلى صفوف تدريبهم في معسكرات خارجية.

عربي



الرشدان يكسب
ثقة شهد

الأردن - خاص
خاض لاعبو الزوراء حصة تدريبية متكاملة بدأت في الصالة الرياضية، ثم شُرح المدرب ببعض الأساليب التكتيكية قبل الانتقال للملعب. تشكل اللاعبون في أربع فرق ولعبوا مباريات نصف ملعب، ثم تم تقسيمهم في مبارات كاملة ١٠ × ١٠. المفاجأة كانت أداء زار الرشدان المميز في مركز خط وسط دفاعي، حيث قدم تكتيكات عالية المستوى وأظهر الكادر التدريبي وزملاءه.

عالمي



برونو يعادل
رقم صلاح

متابعات- الدستور الرياضي
أظهر قائد مانشستر يونايتد، برونو فيرنانديز، على فريقه، فرصة التقدم في مباراة فولهام مساء الأربعاء، ضمن الجولة الثانية من الدوري الإنجليزي. واحتسب الحكم، ركلة جزاء لصالح المانيو، بعد مراجعة تقنية الفيديو، لوجود مخالفة بحق ماسون سوانت داخل منطقة الجزاء. و البري فيرنانديز لتتلقى ركلة، يبدو أنه سددتها عالياً فوق المرمى، وسط دهشة زملائه وفرحة جمهور الفريق المضيف. ووفقاً لما ذكرته صحيفة "الاسكوا"، فقد ظهر فيرنانديز في ركلات جزاء في الدوري الإنجليزي منذ انضمامه إلى يونايتد، وهو أعلى عدد من الركلات المهددة خلال هذه الفترة بالمسابقة بالاشتراك مع نجم ليفربول، محمد صلاح. ومهاجم فولهام الساري "أوبتا"، أنه منذ بداية الموسم الماضي، يختر جنو (٣٠ مباراة) الفريق الوحيد في الدوريات الخمس الكبرى، الذي فشل في تسجيل هدف بالشوط الأول في عدد مباريات أكثر من يونايتد (٢٩ مباراة).

[illegible]



مراهق يخنق زميله حتى الموت بسبب لعبة ببجي في سوريا

بغداد-الدستور شهدت مدينة القامشلي شمالي محافظة الحسكة السورية جريمة مروعة أثارت موجة من الذول، بعدما أقدم مراهق على قتل آخر خنقاً بسبب خلاف نشب بينهما خلال جولة في لعبة "ببجي" الإلكترونية. ووفقاً لما أورده "المُرصد السوري لحقوق الإنسان"، وقعت الحادثة قرب أريّة منتصف الليل في حي "قدور بك"، حيث كان مجموعة من الأطفال يلعبون على أحد الأرصفة المعمولة. وخلال إحدى الجولات، تصاعد خلاف افتراضي بين اثنين من اللاعبين، ما لبث أن تحول إلى شجار عنيف في الواقع. وأشار المرصد إلى أن المشادة خرجت عن السيطرة، حيث أقدم أحد الأطفال على خنق زميله بيديه حتى لفظ أنفاسه الأخير، إذ تصاعد الغضب بعد اكتشاف عائلة الضحية تفاصيل ما جرى. وفي رد فعل انقياسي، أقدم نوة الفتى المتوفى عند الساعة الواحدة ظهراً على إحراق منزل عائلة الطفل المتهتم بارتكاب الجريمة، وألحقت تظاهرات بان عائلات الأطفال المتورطين في الحادثة قرواً من منازلهم خوفاً من تصاعد موجة الانتقام. الجريمة أثارت موجة من الجدل عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وسط تحذيرات من خطورة تقنيس العنف بين المراهقين بسبب الألعاب الإلكترونية، في ظل غياب رقابة أدرية ومجتمعية حقيقية.

غرامة مليون دولار على شي إن في إيطاليا

بغداد-الدستور فرضت هيئة المنافسة الإيطالية غرامة قدرها مليون يورو (١,١٦ مليون دولار) على شركة شي إن الصينية لتجارة الأزياء بانتهازة عيسر الإنترنت بسبب تشكيل العملاء بخصومات الترويج البسيمي لمنتجاتها. وجرى فرض الغرامة على شركة تقنيات سنانيز سرفيسز نيمكو، وهي شركة مقرها نيسان تدير موقع شي إن الإلكتروني في أوروبا، وذلك في ختام تحقيق حول "التشغيل البيئي" لخصمته هيئة الرقابة في سويسرا (إبول) وفصلت هيئة الرقابة إن ادعاءات الاستدامة البيئية والمسؤولية الاجتماعية التي يتم الترويج لها على الموقع الإلكتروني لشي إن "كلمات في بعض الأحيان غامضة وعامة وأوامر غامضة، وفي حالات أخرى تم حذفها أو أنها مضللة". وعندما بدأ التحقيق في العام الماضي، قالت الشركة إنها "مستعدة للتعاون بشكل شفاف مع السلطات الإيطالية ذات الصلة، وتقديم الدعم والمعلومات اللازمة لإجابة على أي تساؤلات".

استراحة

		2		8			6
	4			5			
6			7		8		
		5		1		9	
1							4
	9		8		7		
		7		4			9
			3				7
8				6		3	

SO
DU
KO

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

KA
KU
RO

17	15							
		18				11		
24				16				
			6	2	1	3		
		10						
							10	11
3					6			

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. ثلًا هذه المربعات بأرقام يكون مجموعها الرقم المدون في المربعات الرمادية. إذا كان الرقم الأساسي مدوناً في الجزء الأعلى من المربع الرمادي فهو يعني المجموعة الأفقية، أما إذا كان مدوناً 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.

بعد وفاة حارسها- دمية أنابيل المرعبة تنتقل إلى ملكية ممثل أمريكي

بغداد-الدستور أعلن الممثل الأمريكي الشاب، ٢٩ عاماً، استحوذ على منزل ومتحف المحققين المشهورين في الطواير الخارقة، إد ولورين وارن، ليصبح رسياً الوصي على مجموعة القطع المسكونة، وعلى رأسها الدمية الصغيفة "أنابيل" ودمية القتال من طراز "رايدي أن". حفظت لسنوات داخل صندوق زجاجي في متحف وارن للقياسات في مدينة مونترو وسو لاية كونيتيكت الأمريكية، مع لافتة واصلصصة تحتجسمين: ممنوع الفتح نهائياً". وربطت الدمية بعشرات القصص المرعبة والحوادث الغامضة، كما ألهمت سلسلة أفلام الرعب الشهيرة "Annabelle". وقبل أسابيع من إعلان البيع، عاد اسم أنابيل ليتمسك عناوين الصحف بعد العثور على حارسها الشخصي، دان رابيرا، جثة هامدة في غرفة فندق أثناء جولة مع الدمية في الولايات المتحدة. وورغان لا مؤشرات جنائية واضحة في الوفاة، فإن غرضها أشبه بمجداً للشوك في "لغة أنابيل"، وأغان رابف، المعروف بـمعرضه الكوبودية الناجمة على تنقلها مثل "Natural Selection" و"Lucid"، من الصقصة في فيديو على التواصل الاجتماعي، ووصفه بـ"الاعلان الجنوني". وظهر فيه وهو يتحدث قنابل إله أصبح، إلى جانب صديق صانع المحتوى الشنن كاستي، الوصي القانوني على مقتنيات المتحف، بما فيها الدمية أنابيل، لمدة لا تقل عن ٨ أعوام. وأضاف سافرا "هذه هبة عشوية جيدة، لكن رهبة جدا. ربما كان الأطفال أجمع طواير بدل اللب بالدمى المسكونة". ووفق رابف، سيستعد افتتاح المنزل والمتحف المعلق منذ ٢٠١٩ بسبب مخالقات تنظيمية. على أن يشمل العروض زيارات نهائية، وإقامة ليلية، وحسب عطلات نهاية اسبوع كاملة للزائرين في اختيار التجربة عن قرب ويحتوي المتحف على أكثر من ٧٥٠ قطعة مرتبطة بواقع غامضة ومخيفة، جميعها الزوجان وارن طيلة عقود من التحقيقات في الطواير الخارقة، مثل منزل The Conjuring وحادثة Amityville المشهورة تعود قصة الدمية إلى ١٩٧٠. عندما تسلمتها طالبة ترميز تدعى نونا ديبه من والدتها، وسرعان ما بدأت تلاعب حوات غريبة، مثل تحريك الدمية، وظهور رسائل مكتوبة على ورق لم يوجد أصلاً في المنزل، وعندما استعادت بوسيط روحي، أخبرها بأن اللقطة "أنابيل هيتر" تسكن الدمية لكن إد ولورين وارن، يريد تدخلهما في القضية، خلاصاً إلى أن ما يدخل الدمية لم يكن روحاً بشرية بل "أشباح شيطانية". يسعى لاستخدام الدمية لإملاك روح بشرية ومن أشهر القصص المرتبطة بالدمية، حسب روايات وارن، الشاب الذي زار المتحف وسخر من أنابيل قبل أن يطلب منه المغادرة، ليبقى ختف لاحقاً في حادث دراجة نارية.

hotline@nazaha.iq
(07718888854)

الأبراج

- الحمل (21 مارس – 20 أبريل): تعود الأمور إلى مجراها الطبيعي وتضي مع الشريك أوقاتاً ممتعة.
- الثور (21 أبريل – 20 مايو): كن حكيماً في تعاملك مع الآخرين واضبط انفعالاتك مهما اشتدت الضغوط في العمل.
- الجوزاء (21 مايو – 20 يونيو): انتبه! هناك شخص يدهانك لكي تسلك طرقاً ملتوية في شؤونك العملية. تذكر أن الاستقامة تؤدي إلى النجاح في خاتمة المطاف.
- السرطان (21 يونيو – 20 يوليو): تستعيد نشاطك اليوم وتتحرك في اتجاهات عدة وتسيطر على معظم الأمور.
- الأسد (21 يوليو – 21 أغسطس): أنت على مفترق طرق. أمعن التفكير قبل اختيار الطريق المؤدية إلى الهدف الذي تصبو إليه.
- العذراء (22 أغسطس – 22 سبتمبر): لا تلعب بالنار مع من تحب حتى لا تحرق أصابعك. لا تدع مشاكلك الشخصية تؤثر على عملك.
- الميزان (23 سبتمبر – 20 أكتوبر): الشريك يتودد إليك منذ فترة. لا تكن بخيلاً في إسماعه كلام الحب والمودة.
- العقرب (21 أكتوبر – 20 نوفمبر): صديق باعدت الأيام بينك وبينه ربما يتصل بك اليوم.
- القوس (21 نوفمبر – 20 ديسمبر): تصرفات الحبيب تجعلك تشعر بالغيرة وعدم الأطمئنان. عليك مصارحته بما يخطر في ذهنك.
- الجدي (21 ديسمبر – 20 يناير): يكرر حظك في الحب ويسعدك ما يقوم به الحبيب لإرضائك.
- الدلو (21 يناير – 20 فبراير): تفوز بقلب الحبيب بكلام الحلو وباهتمامك الدائم به.
- الحوت (21 فبراير – 20 مارس): تتلاشى الضغوط المادية شيئاً فشيئاً وتعرف تماماً موقع قدميك.

الكلمات المتقاطعة

11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

عمودياً :

- 1 - عالم إنكليزي يُسبب إليه مرض 1 - عالم فرنسي تمكن من إعادة عمى الألوان
- 2 - رباط أو قيد - والد - يفسد عقله المتحجرة
- 3 - ضد خساسة - مرأوم مطلب
- 4 - ناضج - سقي
- 5 - طاية - لهو وتسلي
- 6 - محبة - ماهر - والده
- 7 - معنى - مرض عام
- 8 - ضد شجاع - انتقال المرض من 6 - بارق أو ساطع - حسن وطلاوة
- 9 - مريض إلى سليم
- 10 - سكن بعد عدة - قطعة مستقلة في جاء
- 11 - نقيص - ميت - ما بين 9 - قصد - جدوى
- 12 - الأرض والسما
- 13 - دولة في غرب آسيا عاصمتها 11 - إيقاظ أو تحذير - قواعد
- 14 - يريفان - مدينة في جنوب اليمن

كلمة السر

ابحث عن الكلمات التالية في الشبكة واشطبها في جميع الاتجاهات. تجد بعد عملية الشطب أحرفاً غير منطوية تؤلف على التوالي كلمة السر، وهي أعلى قمة في عُمان.

أرنب	حصان	سمكة	غراب	ليث
أفعى	حمامة	سنجاب	غزال	ماعز
ببغاء	حوت	سنونو	فار	ناقة
بجعة	خروف	شحرور	فراشة	نعامة
بقرة	خفاش	صقر	فهد	نعجة
تمساح	خلد	ضفدع	فيل	نمر
ثعلب	دب	طاووس	قرد	نورس
ثور	دجاجة	عصفور	قطعة	هدهد
جاموس	ذئب	عقرب	قنفذ	يمام
جمل	زرافة	عنذليب	كنغر	
حرباء	سلحفاة	عنكبوت	لبوة	

بعد رحيل أسامة تشابي ألونسو- التحديات بانتظار تين هاج في ليفركوزن

[illegible]

ورموت، كما تفعل المدافع اوديلون
وسونو لي انثالما.
بداية جديدة لتين هاج
يمكن تفسير جز كبير من رحيل
اليعازير بنو القوراسو بالانكسار في
حريه، ثم التعاقد مع تين هاج كخليفة
لغير كوزن وتعقد ان سمعته حين
تساعد في استقطاب لاعبين
وقال المدير الرياضي سيمون
وافس بعد تعيين تين هاج:
"الطريقة التي تلعب بها كرة القدم،
التي تعتبر مهمة بالنسبة لتنا
تقدم جويو وبمسطرة وتقنية
تتأسس جديد، انما تظهر مرارا
تكرار في الماضي هي مستطيع
تكرار المواهب الي الممتصق
"المدرب بوندي عازم علي
عازم واداءه بعد فترة مضطربة

استمرت عامين ونصف على رأس
مباشرة بونياد، وهو مدير وطني
هاج إلى "الوندت فورس"، كان
الشباب الذين في حاجة ماسة إلى
العدالة، جديدة، والكرامات التي يمكن
مردب أيكس السابق في إعادة
التفكير الكبيرة إلى مسارها على
الرغم من إنهاء موسمهم الأول في
الدوري الإنجليزي الممتاز في المركز
الثالث والفوز بكأس الرابطة، إلا أنه
في النهاية تم الاستغناء عنه مثل
الكثيرين قبله. وقد
تفصيل بعد خسارته لفرنكو (2-
0) من تشيلسي في "ستامفورد"
"ديج" في الفترة الإبداعية الموسم:
"الأمر لا يتعلق بمباشرة بونياد،
بل الموضوع قد انتهى، أنا سعيد
بالعودة، قد استعنت بالأسابيع



والدعاء على رأس الفيلسوف الجليل
 كوسا، والكسائر، والاداء الميركي
 نيمان من قبل قوس في اوقاف
 من الرغ من ان نيمان كان
 عن صفتين عن الفيلسوف
 خلية الوالي ليراني، ان الرغ
 ان هذا من المرجح عن صفت
 عن صفتية عن الوالي
 ان ٣٣ رطل عن صفت
 (القرير) عن صفت، ان كان
 على الوالي كير عن الرغ
 والاعاء المنتخب، ان
 عن الوالي، ان
 منحت لثان

[illegible]

رغم العراقيل.. باردجي يرفض مغادرة برشلونة



فليك يظهر العين الحمراء لثنائي برشلونة



الشكوك تعيد ميلان إلى صفقة هويلاوند



كيرستيا نتوج ببطولة كيرفيلاند للتنس

الإخراج المسرحي في الدراما الشعائرية الدينية

[illegible][illegible][illegible]

١٠٠
 ١٠١
 ١٠٢
 ١٠٣
 ١٠٤
 ١٠٥
 ١٠٦
 ١٠٧
 ١٠٨
 ١٠٩
 ١١٠
 ١١١
 ١١٢
 ١١٣
 ١١٤
 ١١٥
 ١١٦
 ١١٧
 ١١٨
 ١١٩
 ١٢٠
 ١٢١
 ١٢٢
 ١٢٣
 ١٢٤
 ١٢٥
 ١٢٦
 ١٢٧
 ١٢٨
 ١٢٩
 ١٣٠
 ١٣١
 ١٣٢
 ١٣٣
 ١٣٤
 ١٣٥
 ١٣٦
 ١٣٧
 ١٣٨
 ١٣٩
 ١٤٠
 ١٤١
 ١٤٢
 ١٤٣
 ١٤٤
 ١٤٥
 ١٤٦
 ١٤٧
 ١٤٨
 ١٤٩
 ١٥٠
 ١٥١
 ١٥٢
 ١٥٣
 ١٥٤
 ١٥٥
 ١٥٦
 ١٥٧
 ١٥٨
 ١٥٩
 ١٦٠
 ١٦١
 ١٦٢
 ١٦٣
 ١٦٤
 ١٦٥
 ١٦٦
 ١٦٧
 ١٦٨
 ١٦٩
 ١٧٠
 ١٧١
 ١٧٢
 ١٧٣
 ١٧٤
 ١٧٥
 ١٧٦
 ١٧٧
 ١٧٨
 ١٧٩
 ١٨٠
 ١٨١
 ١٨٢
 ١٨٣
 ١٨٤
 ١٨٥
 ١٨٦
 ١٨٧
 ١٨٨
 ١٨٩
 ١٩٠
 ١٩١
 ١٩٢
 ١٩٣
 ١٩٤
 ١٩٥
 ١٩٦
 ١٩٧
 ١٩٨
 ١٩٩
 ٢٠٠
 ٢٠١
 ٢٠٢
 ٢٠٣
 ٢٠٤
 ٢٠٥
 ٢٠٦
 ٢٠٧
 ٢٠٨
 ٢٠٩
 ٢١٠
 ٢١١
 ٢١٢
 ٢١٣
 ٢١٤
 ٢١٥
 ٢١٦
 ٢١٧
 ٢١٨
 ٢١٩
 ٢٢٠
 ٢٢١
 ٢٢٢
 ٢٢٣
 ٢٢٤
 ٢٢٥
 ٢٢٦
 ٢٢٧
 ٢٢٨
 ٢٢٩
 ٢٣٠
 ٢٣١
 ٢٣٢
 ٢٣٣
 ٢٣٤
 ٢٣٥
 ٢٣٦
 ٢٣٧
 ٢٣٨
 ٢٣٩
 ٢٤٠
 ٢٤١
 ٢٤٢
 ٢٤٣
 ٢٤٤
 ٢٤٥
 ٢٤٦
 ٢٤٧
 ٢٤٨
 ٢٤٩
 ٢٥٠
 ٢٥١
 ٢٥٢
 ٢٥٣
 ٢٥٤
 ٢٥٥
 ٢٥٦
 ٢٥٧
 ٢٥٨
 ٢٥٩
 ٢٦٠
 ٢٦١
 ٢٦٢
 ٢٦٣
 ٢٦٤
 ٢٦٥
 ٢٦٦
 ٢٦٧
 ٢٦٨
 ٢٦٩
 ٢٧٠
 ٢٧١
 ٢٧٢
 ٢٧٣
 ٢٧٤
 ٢٧٥
 ٢٧٦
 ٢٧٧
 ٢٧٨
 ٢٧٩
 ٢٨٠
 ٢٨١
 ٢٨٢
 ٢٨٣
 ٢٨٤
 ٢٨٥
 ٢٨٦
 ٢٨٧
 ٢٨٨
 ٢٨٩
 ٢٩٠
 ٢٩١
 ٢٩٢
 ٢٩٣
 ٢٩٤
 ٢٩٥
 ٢٩٦
 ٢٩٧
 ٢٩٨
 ٢٩٩
 ٣٠٠
 ٣٠١
 ٣٠٢
 ٣٠٣
 ٣٠٤
 ٣٠٥
 ٣٠٦
 ٣٠٧
 ٣٠٨
 ٣٠٩
 ٣١٠
 ٣١١
 ٣١٢
 ٣١٣
 ٣١٤
 ٣١٥
 ٣١٦
 ٣١٧
 ٣١٨
 ٣١٩
 ٣٢٠
 ٣٢١
 ٣٢٢
 ٣٢٣
 ٣٢٤
 ٣٢٥
 ٣٢٦
 ٣٢٧
 ٣٢٨
 ٣٢٩
 ٣٣٠
 ٣٣١
 ٣٣٢
 ٣٣٣
 ٣٣٤
 ٣٣٥
 ٣٣٦
 ٣٣٧
 ٣٣٨
 ٣٣٩
 ٣٤٠
 ٣٤١
 ٣٤٢
 ٣٤٣
 ٣٤٤
 ٣٤٥
 ٣٤٦
 ٣٤٧
 ٣٤٨
 ٣٤٩
 ٣٥٠
 ٣٥١
 ٣٥٢
 ٣٥٣
 ٣٥٤
 ٣٥٥
 ٣٥٦
 ٣٥٧
 ٣٥٨
 ٣٥٩
 ٣٦٠
 ٣٦١
 ٣٦٢
 ٣٦٣
 ٣٦٤
 ٣٦٥
 ٣٦٦
 ٣٦٧
 ٣٦٨
 ٣٦٩
 ٣٧٠
 ٣٧١
 ٣٧٢
 ٣٧٣
 ٣٧٤
 ٣٧٥
 ٣٧٦
 ٣٧٧
 ٣٧٨
 ٣٧٩
 ٣٨٠
 ٣٨١
 ٣٨٢
 ٣٨٣
 ٣٨٤
 ٣٨٥
 ٣٨٦
 ٣٨٧
 ٣٨٨
 ٣٨٩
 ٣٩٠
 ٣٩١
 ٣٩٢
 ٣٩٣
 ٣٩٤
 ٣٩٥
 ٣٩٦
 ٣٩٧
 ٣٩٨
 ٣٩٩
 ٤٠٠
 ٤٠١
 ٤٠٢
 ٤٠٣
 ٤٠٤
 ٤٠٥
 ٤٠٦
 ٤٠٧
 ٤٠٨
 ٤٠٩
 ٤١٠
 ٤١١
 ٤١٢
 ٤١٣
 ٤١٤
 ٤١٥
 ٤١٦
 ٤١٧
 ٤١٨
 ٤١٩
 ٤٢٠
 ٤٢١
 ٤٢٢
 ٤٢٣
 ٤٢٤
 ٤٢٥
 ٤٢٦
 ٤٢٧
 ٤٢٨
 ٤٢٩
 ٤٣٠
 ٤٣١
 ٤٣٢
 ٤٣٣
 ٤٣٤
 ٤٣٥
 ٤٣٦
 ٤٣٧
 ٤٣٨
 ٤٣٩
 ٤٤٠
 ٤٤١
 ٤٤٢
 ٤٤٣
 ٤٤٤
 ٤٤٥
 ٤٤٦
 ٤٤٧
 ٤٤٨
 ٤٤٩
 ٤٥٠
 ٤٥١
 ٤٥٢
 ٤٥٣
 ٤٥٤
 ٤٥٥
 ٤٥٦
 ٤٥٧
 ٤٥٨
 ٤٥٩
 ٤٦٠
 ٤٦١
 ٤٦٢
 ٤٦٣
 ٤٦٤
 ٤٦٥
 ٤٦٦
 ٤٦٧
 ٤٦٨
 ٤٦٩
 ٤٧٠
 ٤٧١

[illegible][illegible][illegible][illegible]

مسرحية طعم الجدران مالح- الألم السوري بين توثيق الحكايات وإعادة صياغة الذاكرة

ريون كياتهم عبر العقلة والرواية وسائر
التي يجب أن يحضر المسرح السوري الأصلي
في الكتب والمهرجانات علاه النظم
ووجهة مسرحية في سوريا بعين
مربين في الخارج فاق عمل أدبي عراقي
في الأمان المسرحي قدم عروضاً في
عديدة ثقافت الحكيمة السورية في حين
في «مسرح الشتات» بينما تفرغ العرض
في القاعة محسوبة ويرى أن الرواية الآن هي
المسرح السوري في سوريا، وتجاوز
الرواية الحكيمة عن الاشتياك مع السلطة
وجتمع والقديم معترلاً سوريا فقلنا
ماجياً وماجياً... يدعو إلى الشك للجمع
شأن، ويضيف أدبي على على المسرح تحت
نواضات أدبية بعيداً عن القضاة
مكتفياً على أدلة في مجالس بخر
التي هي قضاء العالم، سواء في بخر
أو في بخر، في المسرحيات التي هي بخر
أو أصلاً في أدلة مجالس بخر مسرحية
المتكئين ويختتم بختتم بخر مسرحية
التي (٢٠١٥) أفاد: «في مرحلة من
الأسد، في الدول التي هي مرحلة من
المستقبل» ويشرح أن المسرح في المستقبل
على ٢٠١٥ المسرح في سوريا في المستقبل
كولاً وخاصة، وتوجه بخر مسرحية
في مسكدا على المسرح في سوريا
على على المسرح في سوريا في سوريا
على على المسرح في سوريا في سوريا
على على المسرح في سوريا في سوريا

[illegible][illegible]

السوري روى حكايا لثافتها
بأصل مسرحيتها
بأنه "بكر" في محافل
أدبية، كما احتضنت
أفراح كبرى بلاطة من
سكنه كين. إضافة إلى
تأليفه مسرح أصل
الحب، للفرح في
الحدود، في حين عقد
مهرجانه الدولية، وكان
الجمهور حينذاك
أساسيا في الوجد.
العرض أن الشخص
يعتقد العمل بكونه
المهجو بين أدب
أساسيا في الوجد.
العرض أن الشخص
يعتقد العمل بكونه
المهجو بين أدب
أساسيا في الوجد.
العرض أن الشخص
يعتقد العمل بكونه
المهجو بين أدب
أساسيا في الوجد.

المرحبة وشهد المسرح منذ سقوط الإمبراطورية العثمانية في أواخر القرن التاسع عشر، "والتجديد" مثل كل عصر قديم عذب بعد عواثها من فرقة الأوبرا عبر "عز" من تلك الأوبرا السورية، من تلك، وأصل القواعد التي للبلية الأخيرة ليست مرفق على هيئة مسرح مختبر دمشق المسرحي أو فخر بشيخون "ياشتر" في العراق. يا شتر، غم يحميتم مسرحي الكاظمي تحت المسرحية يقول أن نحن المسرحية بعد عرضة في حكايات كفاء ملحوظة خاضت على الإطلاق إلى الواقع القضاة المسرحيين ممنوعين الطبع، العرض، وشهد المسرحية ملحوظة بصورة العرض يقولون بأن بوجها سلسا بما يكفي في تلك العذبة الشخصية متدنية التي يا شتر في باجيه. يا شتر في باجيه، العبد الذي اللانوار عرشه بنى الجمهور وشرح "كلمات أمسية" في المسرحية.



مطالعة السبلون

شكل المسرح اقدم مساحة صعبية في كل نظام المدن، وكان التمسيس الى قرية في شكل المسرح احدى اقدم التاتورات والكليات، انشأ المسرح الحديث في مصر حداثته نحو العقيدة والاشياء التي تدور حوله، احدثت مسرح جديد المعنى الذي للظهور المسرحية بدلا من سبوتان الغم الجدران من طابع السند وفراغ السند في مصر وساعة الجاري، وعلى يد سبوتان القاعة بالجمهور رغم سوء الحرارة، ليعاين الحاضرون من تصديق كل قصيد الممثل التاتوري نوو ابو صبيح الممثل العربي، في يوم مدهم بدو الممثل المصري (مرتقة)، تعرض فقاذا لهما مهندس اديني شاب له صاحب بطنان اذعنا تكشف اعطاهما بطنان هوامتها الحقيقية، فكل الاثنان والموارد تقود الى الخلاص، التاج اصليانو دور احدثه في الايام اذعنا بدلا احكام لقدم الايام سبوتان المسرح حوض من المراتج جري سبوتان والادراج في عظمها الايام سبوتان

[illegible]

متابعة - الدستور
الجزائر في
الآخيرة" للكا
لبيافين على
المرحى
البرز اعلام
الصادرة عن
يقوم به ص
مخطوط مسر
١٩٩٤م. وت
حينها العم "م
فقدان الص
الصادقان ع
تفعل عند نص
في لقاء يرك
الصادقان م
ومسيرته ال
المفقود. و
للمرحى
يلو غوما
العاصر محد
روياتها با
لعيد القادر
المرحى ارت
مستعينا ب
القضاءات ال
وعتمدا على
الجمهور ك
تبتها عولة
لتطوير خا
الامتد الثقافي
التي تشهد
المرحى
عام ١٩٩٤
ارثا م
أن الكتابة
بالمرحى من
والعرائس
هو ما فقهه
أحد رموز ال

[illegible]



لأنني أخشى ان يسرقك التوجس

اني لأخشى ان اراك وقد سرق التوجس منك اجمل ماتمكين، اني لأخشى ان يداهمك الغيبش وانت لما تز الين غضة الوله، و عيون وجدك عصبية على المحبة.

اني لأخشى ان ترافك السواسوس في الطريق الى هوك، اخشى بان يخالذك العاد فيأخذ منك بهجة العويبة. لكني وان افرطت كثيرا بالخشية هذه المره، جل ما اشداه ان يمنحك هذا سببا للغياب.

يقينا انني لم ادخر للحظة مثل هذه كثيرا من الجدل او التصبير، لكني وعلى مدار القلق المستديم عليك، اعراف ان اوراق الحناء التي اصطبغت بها كفوف غيبتك كانت من صنع احز لي، ختمتها بساخر جرح احداثك، ومعه واحدة كان لابد لي ان امنحها فرصة الضايح على يدك.

اني لأخشى بعد ان افرغت قوافلي عند ناصية الاملاية، ان يحمل غريك عني ماتيقني من محولات مترعة بالمسره، وتختلط عليك القوافل، فيكون نصيبك غير ما تأملين به متى.

كم قد خضيت وانا مك، وقد خضيتي وانتي معي، وبين الخشيتين كنا بعيدين الى درجه الشفف وقريبين الى حد المقت، فهل سينفعا ما كنا فيما سنكون عليه؟ ابخشي انني فقط عن الاوجوبه بسين اخر ماركته لك من القبلات، لك تجدني سرا ما يك طلام الاسئلة؟

عاشق

زميلات العمل

خاطفات أزواج وإن كن بريئات!

مكتبة في صبيحة ايام لا تقول لنا، ان احد الموظفين قد اتصل بها واخبرها بأنه قد تزوج من إحدى الموظفات، وجاءت تستفسر عن الامر الا ان الذي يؤكد سفره في سبحة الى لندن لاسباع، واستمرت تعريد حديثها: ففرقا انه كان قد تزوج احدى الموظفات، لانه كان في اجازة مرضية.

انقل ان اتصل بزوجي احدى الزوجات قالت: لا اتقبل ان يكون لزوجي من يحضره وجهه الاظفار في المكتب وفي العمل، ولا اتقبل ان يشترك زميلاته وجهه الصباح، ولماذا لا يشترك زوجته وعائلته ذلك، بل لا اتقبل ان يكون هناك من يصنع له القهوة او الشاي من زميلاته في العمل، لان الرجل يتعود على وضع معين، ويبقى يرفض ان يتناول الاظفار في البيت، ولا اتقبل ان تتصل به اي زميلة في العمل لتخبره بانها عدا قد تناخر، كما ان البعض يتعدى حدود الزمالة لتكون العلاقة هي البث في المشاكل الزوجية والعائلية فيضع الكل مستهلكه على طولة الصفيح، ويكون هناك مقلد للفتوليين والموظفين.

عملت بقره ففكرت وشاركتنا الحوار زوجة اخرى فقلت: في بداية عملي ان زوجتي اشعر بالخيرة من زميلاتي العمل، لكني وجدت نفسي لا استطيع الاستيعاب ان يزعم الامور، لان زوجتي يفضي الكثير من الوقت في العمل، ولا يمكن ان يزل نفسه عن الاخرين ليخلف من ربة اعراس عرس عليه، ووجدت ان بعض حبيباته وتربية في العمل مع الزملاء والزميلات لا استطيع التحكم فيها، بعد ان زرت في مكتبه دون ان يشعر بذلك ووجدت التكرار في حولة في المكتب، وكنت قصص قصص العلاقات والتعود على المرأة الاخرى في العمل كان يثير خولي، وهذا ما جعلني انتقل للعمل معه في المكتب، بعد ان علمت بانته لا يرد على غيبتي، وما ان علمت عن ذات المكتب حتى ابتعدت عنه الكثير.

وداد ابراهيم

هذا يحدث في بعض الاحيان ان تكون هناك علاقة حب بين زميلتين فزوجا، وهذا ما يفرح كل من حولهم، بل احبنا فزوجا، وهذا ما يفرح بعضهم الآخر على الزواج من زميلة انا كانت تناسبه وتنكاف معه، لكن ما يحدث للزلاء في البيوت لا اعره لا كان غيرة او شكا ولا استبعد ذلك لاسيما بين المتزوجين الجدد.

انا محط شكوك زوجتي محمد غازي نعم قال تزوجت قبل سنتين وكنت زوجة بحدود

بينما ترى تغريد ان العلاقات في العمل هي الاشد والاكثر تأثيرا على المرأة والرجل، فقد شهدت زواج مشيرى من احدى الموظفات، وكان زوجها بالسر حتى جاءت زوجته امام

حتى صرت مشاركا معهم في جلب السكر او الشاي، بعد ان وجدت ان هذه الوجبة قد تسعت لتكون بطورا كاملا، الا ان هذا الحلال لم تكن يسيرة على حين تزوجت، فقد وجدت ان هذه الحال تعذب زوجتي واحيانا تضغني في جلسة تحقيق عن تفاصيل دقيقة عما اكلت ومن الذي صنع الشاي او القهوة، خصوصا وانها تعد لي الفطور وتهم بانها اكون على طولة الصباح معها، وتبهر ذلك بانها يوقى العلاقات الزوجية ويحاذي الزوج اهمية الجلوس على المائدة مع زوجته ومع اطفاله مستقيلا، ولمست منها زوجة وشك من زميلاتي العمل، حتى استسلمت لها وصرت اتناول الفطور في البيت حتى لا اثير المشاكل في البيت.

زوجتي تفهني بزيارة لعلمي ويقول محمد علي جمعة: علاقاتي في العمل واسعة مع زميلاتي والزملاء واحتفظ بأرقام الهواتف، وتنهال حين يريد احدا ان يأتني، اجازة، ولا احسن بآخر عن العمل، وهناك من زميلاتي من هن بريئات على، اتصل بهن حين يستوجب الامر ذلك، وما ان تزوجت وجدت زوجتي تبحث في مالي، وتسل عن الاسماء الموجودة في الهاتف، وحين تتصل بي احدى الزميلات لامر عام، اجد ان لا تصفق ما اسأله لها، بل ان اي كلمة من اي زميلة يثر مشككة كسيرة في البيت، ولا اجدها غيرة اكثر من المقول حتى انها تأخذ الهاتف لترد هي على المكالمات، وتكرار ما كنت أقول لها: ولو كنت اريد ان ارتبط باحدى زميلاتي لغفت ذلك، واوكد لها ان علاقتي معهن هي علاقة صل لا أكثر ولا أقل من ذلك، وقد اثارت خوفي حين قسنت لي: قد اترك في مكان عملك لا اعراف اري عن قرب ما حقيقة علاقاتك بزميلاتي غير العمل، فزيراتها لي في مكان عملك قد تثير سخرية بعض الزملاء، وتؤكد ان هناك أزمة ثقة بيني وبينها.

فحش ساعات طويلة احدى زميلاتي العمل وهي السيدة ابتسام جعفر قالت: لاشك اننا نخشي وقتا طويلا في العمل، وقد نعش من زميلاتي في العمل فترة اكثر مما نعشها عن علنا في البيت، فقد تصل ساعات



اختبار سهل لتحديد نوع بشرتك

جففي وجفك برق شديد باستعمال منشفة كافيية بنوع البشرة تجتج الركي وجفك بعد غسله ساعة واحدة.

احضري "منديلا" ورقيا وقومي بسوذه على وجه مع الضغط على مناطق معينة بالسواجه كالوجهة والخدين والاذن والفك.

اخذسي ان هذه المناطق التي تم ذكرها "المنديل" وحينها ستعرفي نوع بشرتك.

والآن تقدم اليك قائمة بأنواع البشرة لتعرفي منها على بشرتك.

البشرة الدهنية هي البشرة التي توجد بها آثار للدهون في أي منطقة من المناطق الأربع سابقة الذكر.

البشرة الجافة هي البشرة التي لا توجد بها آثار للدهون في أي منطقة من المناطق الأربع التي ذكرناها وليس بها آثار لتفتير على المنديل.

اعاد السور معرك الكافية بنوع البشرة تجتج تعري كافيية الاعتناء بها وحمايتها من التغيرات التي تطرأ عليها بسبب تغير ظروف المناخ، لذلك نقدم اليك اليوم اختبارا سهلا يساعد على معرفة طبيعة بشرتك، نعرفي عليه موقعا لموقع التونة.

موقعا بغسل وجهك بغسل الوجه جيدا.

خطاة الخيار والجرجير شرقي واكثر لماعا

اعاد السور الخيار فاند جملية كثيرة وهذا ما يجعله عصرا هاما في تحضير الخيرة

المتحضرا الت التجميلة نظريا لتأثيره العالي في الغاية بالجسم. تقدم بين يدك طريقة تحضير قنار الخيار والجرجير للحصول على شرع صفي وقوي واكثر لمعا في وقت قصير.



يخنة اللحم بالببطاطس والبازيلاء

المقادير: ١ كيلو لحم مكعبات، ٢١/٣ كيلو بازيلاء مسلوقة او عليه بازيلاء مصفاة ١ كيلو من الببطاطس الصغير ١/٢١/٥ ملعقة كبيرة صلصة الطماطم ابيض جفلف ١/٢١/٥ ملعقة كبيرة صلصة صغيرة "مفروم" ٥٠٠ جرام لفت (على حسب سبب الرغبة) ١/٢١/٥ ملعقة كبيرة من المصفيق ١ كوب زيت للقلي ٢١/٥ كوب زيت ٢١/٥ ربة بقونس مفروم ٥٠٠ جرام جزر

طريقة التحضير: اول اقومى باحضار مقلاة عميقة، وضعيها على نار متوسطة الحرارة ووضعي فيها مكعبات اللحم وقبلي حتى تتحمر اقلها وديها جانبا واحضري قدر و نوب فيه ٢١/٥ كوب من الزبدة، ثم ضعي فيها مكعبات اللحم المقلية مع اضافة مقدار ملعقة كبيرة من الدقيق قلبي اللحم والدقيق حتى تخرج رائحة شهية ثم ضيفي مكعبات المرقعة مع صلصة الطماطم والملح، والفلفل، والجزر وضعي فوقها مقدار ٧ اكواب من الماء او البيون وضعي الغطاء على القدر و تركي على النار حتى تمام نضج اللحم مع التقليب من حين لآخر "وقومي بقلبي البصل في نفس مقلاة قلى مكعبات اللحم، وقلبي حتى يذبل، تنفقا النار ويترك البصل جانبا لومي بتفتير كل من الجزر والببطاطس والفت ونقطع ارباع قطعي الجزر مكعبات صغيرة اقلها الببطاطس و تركيها جانبا عند تمام نضج اللحم تقريبا، وضيفي اليه قطع الفت، والبصل المقلي، والبازيلاء والباطا، تعلمي كل الحاضر مع يضعها على النار حتى تنضج تماما مع اللحم ثم تبلي الخليط بالملح والتواب حسب الذوق، ضعي الخليط في طبق التقديم ويزين بالبقلونس المفروم ويقدم ساخنا.



شورية الريحيم المقادير: ١ حبات بصل، ١ حبات جزر، ٢ طماطم راس ملفوف فراس كرفس ١ قفل بارد بهارات حسب الرغبة الطريقة: - تقطع على قطع صغيرة وتوضع في قدر وتغطى بالماء وتوضع على النار وترتك تطبخ حتى الانسواء. - ثم يضاف اليها البهارات ويسد ذلك وتوضع في الصغار وتغلى.

ملاحظة: تستعمل هذه شوربة لسحب السموم من الجسم مع اي ريجيم تستخدمه

فتاوى

فتاوى

