

الحقوق الدولية تحذر من شرعية القمع في العراق بقانون حرية التعبير المتظاهر

بغداد: السومو
حذرت منظمة العفو الدولية من أن مشروع القانون المطروح أمام البرلمان العراقي قد يشكل انتهاكاً خطيراً للحريات العامة في البلاد، داعية النواب إلى رفضه أو تعديله بما يتسجم مع الدستور والاتفاقيات الدولية التي صادق عليها العراق. وذكّرت المنظمة بـ "تقرير" أن "مجلس النواب العراقي من المقرر أن يناقش قانوناً جديداً قد يفرض قيوداً غير مبررة على حرية التعبير والتعبير عن الرأي".

وأشارت المنظمة إلى أن "مجلس النواب العراقي من المقرر أن يناقش قانوناً جديداً قد يفرض قيوداً غير مبررة على حرية التعبير والتعبير عن الرأي".

وأشارت المنظمة إلى أن "مجلس النواب العراقي من المقرر أن يناقش قانوناً جديداً قد يفرض قيوداً غير مبررة على حرية التعبير والتعبير عن الرأي".

خام البصرة يسجلان مكاسب اسبوعية رغم الانخفاض العالي باسعار النفط

بغداد: السومو
أعلن مرصد إي.إ.إ. الاقتصادي في العراق يومياً نحو ٣١ مليون لتر من البنزين و ٢٨ مليون لتر من الديزل، مشيراً إلى أن البلاد تعد من الدول ذات أسعار الوقود المنخفضة، سواء على المستوى المحلي أو العالمي. وأشار المرصد إلى أن "العراق يحتل المرتبة ١٩ عالمياً في أسعار الوقود".

اسعار المشتقات النفطية في العراق تشكل التحدي الأكبر للموازنة

بغداد: السومو
أعلن مرصد إي.إ.إ. الاقتصادي في العراق يومياً نحو ٣١ مليون لتر من البنزين و ٢٨ مليون لتر من الديزل، مشيراً إلى أن البلاد تعد من الدول ذات أسعار الوقود المنخفضة، سواء على المستوى المحلي أو العالمي. وأشار المرصد إلى أن "العراق يحتل المرتبة ١٩ عالمياً في أسعار الوقود".

افتتاح مشروع منظومة الاتصالات الحديثة في العتبة العلوية المقدسة

بغداد: السومو
أعلن مرصد إي.إ.إ. الاقتصادي في العراق يومياً نحو ٣١ مليون لتر من البنزين و ٢٨ مليون لتر من الديزل، مشيراً إلى أن البلاد تعد من الدول ذات أسعار الوقود المنخفضة، سواء على المستوى المحلي أو العالمي. وأشار المرصد إلى أن "العراق يحتل المرتبة ١٩ عالمياً في أسعار الوقود".

إطلاق خدمة الحجر الإلكتروني المجاني لسكن زوار الاربعين

بغداد: السومو
أعلن مرصد إي.إ.إ. الاقتصادي في العراق يومياً نحو ٣١ مليون لتر من البنزين و ٢٨ مليون لتر من الديزل، مشيراً إلى أن البلاد تعد من الدول ذات أسعار الوقود المنخفضة، سواء على المستوى المحلي أو العالمي. وأشار المرصد إلى أن "العراق يحتل المرتبة ١٩ عالمياً في أسعار الوقود".

رئاسة البرلمان تلوح بإنهاء عضوية النواب المتغيبين دون مبرر

بغداد: السومو
أعلن مرصد إي.إ.إ. الاقتصادي في العراق يومياً نحو ٣١ مليون لتر من البنزين و ٢٨ مليون لتر من الديزل، مشيراً إلى أن البلاد تعد من الدول ذات أسعار الوقود المنخفضة، سواء على المستوى المحلي أو العالمي. وأشار المرصد إلى أن "العراق يحتل المرتبة ١٩ عالمياً في أسعار الوقود".

السماح لتجار كردستان بإرسال بضائعهم المستوردة لوسط وجنوبي العراق عبر كركوك

بغداد: السومو
أعلن مرصد إي.إ.إ. الاقتصادي في العراق يومياً نحو ٣١ مليون لتر من البنزين و ٢٨ مليون لتر من الديزل، مشيراً إلى أن البلاد تعد من الدول ذات أسعار الوقود المنخفضة، سواء على المستوى المحلي أو العالمي. وأشار المرصد إلى أن "العراق يحتل المرتبة ١٩ عالمياً في أسعار الوقود".

التعليم تجدد موعد اطلاق التقديم على برامج الدراسات العليا بكلية الذكاء الاصطناعي

بغداد: السومو
أعلن مرصد إي.إ.إ. الاقتصادي في العراق يومياً نحو ٣١ مليون لتر من البنزين و ٢٨ مليون لتر من الديزل، مشيراً إلى أن البلاد تعد من الدول ذات أسعار الوقود المنخفضة، سواء على المستوى المحلي أو العالمي. وأشار المرصد إلى أن "العراق يحتل المرتبة ١٩ عالمياً في أسعار الوقود".

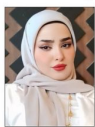
هل مجالس المحافظات في بلدي رحمة ام نقمة ؟



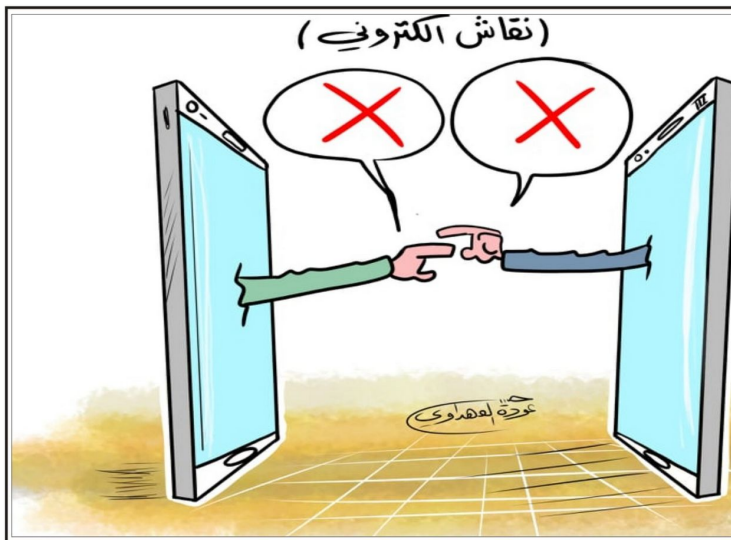
طارق العبودي
كاتب عراقي

[illegible]

**بِأُذْنِ التَّعْلِيمِ بَيْنَ تَحِيَّةِ
السَّلَامِ وَقَوْلَةِ الْإِحْتِرَامِ**



زهراء عادل محمد
كاتبة عراقية

[illegible]

باسل عباس خضير
کاتب عراقي

**التعليم الأهلي إضافة نوعية للتعليم العالي ..
جامعة الهادي الأهلية نموذجاً**

[illegible][illegible]

حامد شهاب
کاتب عراقی

محاضرو ٢٠٢٠ - وخيارات التهديد
بالإعتصام المفتوح بداية العام الدراسي

لهم انذاك بانه سيتم ابرجهم في موازنة ٢٠٢٥ ويتم تثبيتهم
مكونه استحقاقهم لا مقدمه من خدمات جليلة في مؤسساتهم
الترابوية. وقبل اظهر انهم ليسوا لجنة الترفية في البرلمان
المتحد محمد ابراهيم ونايلة ابراهيم ليوشروهم ثابت تثبت
محاضري ٢٠٢٠ سيتم خلال ايام، عندما تعقد اولى جلسات
البرلمان في فصله التشريعي التالى بعد ان قرب التصديق
على قانون اراء الترفية ورفا البشري في هؤلاء المحاضرين
وعلى عوا الحلويات وارتفعت التغاريد، مشيرون ان امل
تثبيتهم الترفية وما في الا املية في تثبيتهم نحن ناسب ان
الاجماع، الاعمال، الترقية، خلقا، بعد، من، ان،

تطرح في الأساطير التربوية مجدداً فكرة عودة محاضري
٢٠٢٠ مع المعلمين والمدرسين في إداريات وزارة التربية
في انتظار مجدها، منتخبتين من الإصناف القديم وخبرات
أخرى صعبة بداية العام الدراسي ٢٠٢٥ - إسبوعاً لإتمام
الحكومة والبرلمان على الإصعاج لمطالبهم وتنفيذ
وعدهم، ولاستبعاد مصادر من هذه الإصناف الجوراء
الخيول المتطروحة وعودة الإصعاج المفتوح على شكاية
ما جرى قبل نهاية إمتحانات العام الماضي ٢٠٢٤، وإحداث
شغل في الدراسة في جميع المدارس العراقية، بعد أن تخلت كل
السلطات الحكومية عن لجانها المضام، بعد إعتدالها



أحمد صدام العبيدي

[illegible][illegible][illegible]

في حلقه من محادثات مسلسل مرايا للثلاث السوري بإشراف المطلة كان هناك مراد مشرقة من كل قطاع والمكان وكان عددا وقد سرى من المايلين من أو الشرة في مناصبات وعلاقات فبذلك بخاسر فالحلقة الشرة في مراد فذلك (بنايت) التي من في مكتبه فاستدعى مسوول عن الشرة واستنظر الجميع للرجوع هناك فالتفتش بينه وبين المظلل وعندما لم يستطع مسوولان ان يمشيا وتشتبى ان المايل العور عليه واستدعى وبدا بإحلام الحرس في المايل العور والم استنظر بالمايل العور من قبل المظلل وحده في الحرس عليه وبدا بحماسة وحده وكل من يدعي في المايل مهمما فالتفت معه فنادى نفسه على الشرة فمكّن عيني على المايل وبدا يوضح له شرة بخاتون وبثول ثياب مربريا فلهذا أودع واستطاع كشف شرة بخاتون وبثول ثياب مربريا كشف الشرة السري في شرة وبدا في الجهات الأمنية في ذلك الوقت فالتفت مع الشرة فبدأ بالمشي إلى الشرة وحلب

[illegible][illegible]

امنية البصرة: منفذ شط العرب النهري يعمل رسميا منذ العام الماضي لاستقبال الزائرين عبر خرمشهر

تتضمن عدة محاور: النقل تعلن عن خطة متكاملة استعداداً للزيارة الأربعينية

[illegible][illegible]

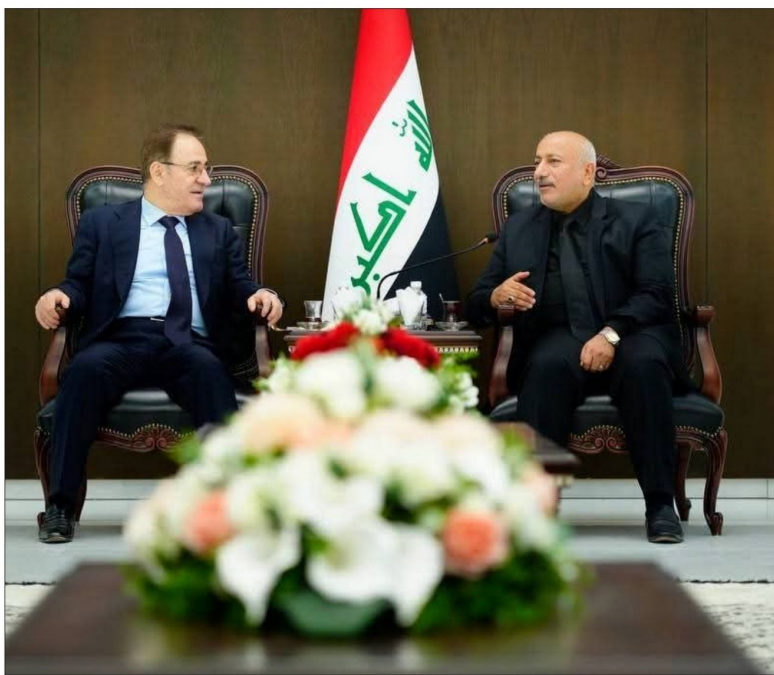
في العراق بين
الطوائف، جرت أثار العنف
المختصصة وتغيرت
البيئة السياسية والاجتماعية
(في إطار) (في إطار)
الأحزاب، والصراع
«شعبات»
والفرق

إدارة مطار النجف الأشرف تعلن عن خطة شاملة استعدادا لزيارة الأربعين

اللجنة الأمنية العليا للزيارات المليونية تنفي

[illegible][illegible]

**محافظ كربلاء يبحث مع مستشار رئيس الوزراء لشؤون الطاقة
استثناء المحافظة من القطع المبرمج خلال زيارته الأربعين**



المستوى

حافظ كبرياء المهندس صيف جاسم الخطابي مع مستشار رئيس الوزراء لشؤون الطاقة الكهربائية، رئيس لجنة الأمر الديواني الخاص بمشاريع الطاقة للزيارات الملوية
 برف استثناء المحافظة من القطع المزمع خلال زيارة الأربعين، وجرى خلال اللقاء استعراض أسرار مستجدات مشاريع تلك الاختلافات في الشبكة الكهربائية، وأخذ المحافظة في جانب
 موم استثنائه كبرياء المقدسة من القطع المزمع والمبرج وخط التنمية المستقبلية الرامية إلى تعزيز أداء هذه الفقرة الإنتاجية بعد بليلتي متطلبات الزيارات الملوية والاحتياجات
 لم التفتين، وكذلك المحافظة أهمية والتعاون المشترك في دعم البنى التحتية الحيوية، مشددا على أن كبرياء استحقاق وأخذ عاهدا متفهما متباسب مع مكاتباته الديوانية والإسكانية.

الفتلاوي يعلن عن تخصيص ألف دونم في بعقوبة لتوزيعها على تربيوي ديالى

[illegible]

مديرية تسجيل عقاري نينوى تباشر بإجراءات تسليم
المجمعات السكنية للابريدين

[illegible]

فنادق النحف تحتضر.. تسريح ٥ آلاف عامل وإهمال حكومي مخيف للقطاع السياحي

[illegible]

أبو غنيم، أن "أغالي ١٠٠٠ خلق خلال الخمس
السنين الماضية، يستمرح بزوج له ٥٠٠٠ ألف
دولة عامة كالويلدون .
النفق"، إضافة إلى أنه "يبدو لو قد حدثت
التصادف في السباحي في المدينة المقدسة، قد
تفحصت الفقهة التي مستشافتها ومطامع
مركز تهاوية وكبريات المراكب، قد تكتسح
مسؤولي بغداد في تلك المستشفيات، أن
أبو غنيم، أن "أغالي ١٠٠٠ خلق خلال الخمس
السنين الماضية، يستمرح بزوج له ٥٠٠٠ ألف
دولة عامة كالويلدون .
النفق"، إضافة إلى أنه "يبدو لو قد حدثت
التصادف في السباحي في المدينة المقدسة، قد
تفحصت الفقهة التي مستشافتها ومطامع
مركز تهاوية وكبريات المراكب، قد تكتسح
مسؤولي بغداد في تلك المستشفيات، أن

فقدان السبل
 بعد دراسة الفلكاني السجاسي في الخلف فيها
 أبو عبيد عن غلق ١٠٠ فنق ١٠٠ في المحاطة، وصرح
 أن العمل منها خلال ١٥ سنون العلية، فيها
 اشار إلى أن القطاع السجاسي في حالة "الاحتراس"
 نتيجة الإهمال الفلكاني، وذكر أبو عبيد: "كان
 السجاسي في ٢٠٠ سنة ٢٠٠، تخلصنا من عدد
 ٢٠٠ في عام ١٠٢٥، وأيضاً ١٠٠، فنق ١٠٠

صاحب الامتياز
رئيس التحرير
باسم الشيخ

برعاية الدكتور عقيل مفتي انطلاق الدورة التدريبية التطويرية للهوكي في بغداد

بغداد-الدستور الرياضي
برعاية رئيس اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية الدكتور عقيل مفتي انطلقت الجمعة في جامعة بغداد فعاليات الدورة التدريبية التطويرية لمدربي رياضة الهوكي، بمشاركة ٢٣ مدرباً وتستمر الدورة حتى يوم الاثنين المقبل. رئيس الاتحاد العراقي للهوكي خليل ياسين عز عن مساعده بحضور المميز للدورة مشيراً الى ان هذا الاقبال الكبير يعكس اهتمام الجميع برياضة الهوكي، ويؤكد وجود رغبة حقيقية في ان تحتل هذه الرياضة مكانة مرموقة في المستقبل القريب، وأوضح ياسين: "ان الدورة تأتي ضمن خطة عمل متكاملة وضعتها الاتحاد لنشر اللعبة على نطاق اوسع من خلال اعداد كوادر تدريبية قادرة على تطوير اللاعبين والاداريين ورفع المستوى الفني للفريق الرياضي في لعبة الهوكي". وأكد ياسين ان هذه الدورة تمثل فرصة مهمة لبناء قاعدة قوية من المدربين بفضل الدعم المتواصل من الدكتور عقيل مفتي، رئيس اللجنة الأولمبية الوطنية العراقية والمتابعة الحثيثة من المكتب التنفيذي واتحاد اللعبة على متابعته المستمرة لضمان نجاح هذه الدورات التدريبية التطويرية التي تهدف الى الارتقاء برياضة الهوكي، وتقام الدورة بإشراف المحاضر الدولي المصري "ماجد أبو طالب".



طلب رسمي بإحالة
أشرف حكيمي
للمحاكمة الجنائية
8



الجزائري كريم
عربي
يمثل الانيق
6

انتخابات اتحاد الكرة على كنف عفريت

صراع ساخن على
مناصب الاتحاد الكرة

كامل زغير: المال
يجلب النجاح

الملاعب وصلاحياتها
قبل انطلاق الدوري

منافسة قوية
في دوري الدراجات

الموصل ورفع
راية التحدي

منتخب الشباب يواصل
الاعداد لبطولة الخليج

مخاطر
المخدرات في ندوة

محلي



البلوشي: أتطلع للنجاح مع الطلبة

بغداد-الدستور الرياضي
قدم نادي الطلبة الرياضي المدرب القطري، طلال البلوشي، كمدير فني جديد للفريق الأول، في مؤتمر صحفي وذلك استعداداً لانطلاق الموسم الكروي الجديد. ويمتلك البلوشي تجربة سابقة في الدوري العراقي، حين تولى تدريب نادي زاخو، ويعود الآن من بوابة "الانيق" لقيادة أحد أبرز الفرق الجماهيرية في البلاد. وقد عبر خلال المؤتمر عن تطلعه لتقديم إضافة فنية مميزة تتناسب مع اسم وتاريخ النادي. وأكد البلوشي ان "ادارة الطلبة أيدت تعاوناً كبيراً وحرصاً على دعم الفريق، رغم ضيق الوقت المتاح قبل انطلاق الموسم الكروي، وهو ما يتطلب جهداً مضاعفاً على مستوى اللاعبين والمدربين الفني، وكشف المدرب الجديد عن تشكيك كادره الفني، الذي يضم مساعدين من الاعداد وكوادرها، مشيراً الى ان "الطاقم المساعد سيلتحق بالفريق خلال الالام المقبلة في العاصمة بغداد". وأبدى البلوشي رغبته في العمل مجدداً مع لاعب الوسط الدولي السابق، أحمد عطوان، الذي اشرف على تدريبه في تجارب سابقة.

عربي



رونالدو يفاجئ طباح النصر

المؤدية-أحمد منسي
خطف البرتغالي كريستيانو رونالدو، نجم النصر، الأنظار بسلطة استثنائية تجاه طباح الفريق، خلال المعسكر الخارجي قبل بداية الموسم الجديد. وخاض النصر المرحلة الأولى من المعسكر الخارجي في السما خلال الفترة الماضية، قبل التوجه إلى البرتغال، أمس الخميس، لبدء المرحلة الثانية منه. ونشرت صحيفة "عكاظ" السعودية لقطات من مقطع فيديو تداوله بعض رواد مواقع التواصل الاجتماعي، من من احتفال رونالدو بسعيد ميلاد طباح النصر في معسكر الفريق. وأوضحت الصحيفة أن النجم البرتغالي فاجأ الطباح بدخوله وهو يحمل "عكة" كبيرة احتفالاً بعيد ميلاد. ولم يتناك طباح النصر نفسه، حيث اندفع متعاطفاً ورنالدو، كما سقطت دموعه في خاتمة المفاجأة التي دبرها له "صاروخ ماديرو" وتحتضن بحة النصر أجواء جيدة في المعسكر الخارجي للفريق، إذ احتفل اللاعبين بسعيد ميلاد المدرب البرتغالي جورجي جيسوس الـ ٧١ قبل أيام قليلة.

عالمي



جافي يوقد نار الكلاسيكو

منافسة-الدستور الرياضي
اشعل جافي نجم برشلونة، أجواء الكلاسيكو قبل انطلاق موسم الجديد، بتصريحات قوية تحدث فيها عن التفوق الساحق للبرسا على ريال مدريد الموسم الماضي. وحقق برشلونة، تحت قيادة هتزر فيليك، ثلاثية تاريخية في موسم الأول بحصد اللقب وكأس الملك وكأس السوبر الإسباني، بينما أنهى ريال مدريد الموسم صفر الالين، ما أدى إلى رحيل كارلو أنشيلوتي واستلام تشابي ألونسو المهمة الفنية إلى البرتايبو. وسيطر البلسوجرا على مواجهات الكلاسيكو تماماً في الموسم ٢٠٢٤/٢٠٢٥، بفوزه ذهاباً وإياباً في الدوري بما في ذلك الانتصار الساحق ٤-٠ في مدريد، ثم الفوز الكبير ٣-٤ في كامب نو. كما تغلب على الملكي في نهائي كأس الملك (٢-٠) وكأس السوبر (٢-٠). واعترف جافي، الذي اعتاد ان يكون شوكة في خصرة مدريد، بأن التفوق النسبي لعب دوراً مهماً في الموسم الماضي، قائلاً: "بالطبع كانوا لائقين. الفوز ٤ مرات من أصل أربع مواجهات لم يحدث من قبل. الأمر مدهش. كنا مدهلين الموسم الماضي وهم لم يحققوا أي لقب".



الحملة الوطنية للإبلاغ عن الفساد (ولا تفسدوا في الأرض بعد إصلاحها)

للإبلاغ عن الفساد
الرقم المجاني

154



hotline@nazaha.iq
(07718888854)

نقطات صادمة- فيضان يبتلع مراسلا أثناء بث مباشر من باكستان



بغداد-الدستور

وسط فيضانات موسمية شربت مناطق واسعة من باكستان، وتوق مراسل محلي لحسطة جرحه مع التيار أثناء تغطيته المباشرة من قلب المياه العاتية، في لحظة أثارت تفاعلا واسعا عبر منصات التواصل الاجتماعي. ووفقا لتقارير إعلامية، تسببت أمطار موسمية غزيرة في ولاية بنجاب بباكستان بفيضانات عنيفة أودت بحياة ١٥٩ شخصا على الأقل حتى الآن، أسطح منازلهم الغارقة، فيما يستمر عدد الضحايا بالارتفاع مع تسارع رقعة الفيضانات، وأعلنت حكومة بنجاب حالة "الطوارئ" في عدد من المناطق المتضررة، مع توجيه جميع السلطات لتسريع جهود البحث والإنقاذ وإصدار المساعدات. ووسط هذه الأجواء العاصية، لفت مرسل قناة محلية يدعى علي موسى رضا الأنظار بعدما ظهر في بث مباشر داخل مياه السيول محاولا نقل مشاهد الدمار عن قرب وظهر رضا وهو يحاول التماسك أمام قوة المياه، قبل أن يفقد توازنه ويندفع مع التيار ليضعة أمتار، في مشهد انتشر على نطاق واسع وأثارت موجة تضامن مع المخاطر التي يحتملها الصحفيون من الأحياء المنخفضة وتحتضر الأهل من البقاء قرب مجاري الأنهار التي خرجت عن مسارها الجدير بالذكر أن باكستان تواجه كل عام موجات مماثلة من الفيضانات بين شهري يوليو (تموز) وسبتمبر (أيلول) نتيجة الأمطار الموسمية، ما يؤدي إلى مئات الوفيات وخسائر اقتصادية ضخمة.



نهاية مأساوية لرجل دخل غرفة رنين مغناطيسي مرتديا سلسلة معدنية

بغداد-الدستور

توفي رجل يبلغ من العمر ٦١ عاما بعد تعرضه لحادث مميت داخل غرفة تصوير بالرنين المغناطيسي في ولاية نيويورك الأمريكية، بعدما جذب بقوه مغناطيسية هائلة نتيجة ارتدائه سلسلة معدنية حول عنقه أثناء تشغيل الجهاز. وبحسب صحيفة "ميترو"، فقد وقع الحادث حين دخل الرجل إلى غرفة تصوير دون تصريح أو تجهيز مناسب، بالتزامن مع استمرار عملية المسح الإشعاعي، ما تسبب في جذبه بسرعة نحو الجهاز الذي يعتمد على مجال مغناطيسي قوي. ووضحت التقارير أن السلسلة المعدنية الكبيرة التي كان يضعها حول رقبته تسببت مباشرة في هذا الانجذاب الخطير، الذي أدى إلى إصابات بالغة ونقل المصاب فوراً إلى مستشفى قريب لتلقي العلاج، إلا أن حالته الصحية تدهورت سريعا، ليعلن الأطباء وفاته بعد ساعات متأخرة مما تعرض له. وحتى الآن لا توجد شهادات جنائية، غير أن التحقيقات لا تزال مستمرة لمعرفة ما إذا كانت إجراءات السلامة الداخلية كافية لمنع دخول أي مواد معدنية إلى منطقة التصوير بالرنين المغناطيسي، وسط دعوات لفرض رقابة صارمة لتفادي مثل هذه الحوادث. ويأتي هذا الحادث بعد أيام فقط من وفاة شاب داخل مصنع للأغذية في ولاية كاليفورنيا، بعدما علق في مفرمة لحوم أثناء تنظيفها، إضافة إلى حادثة أخرى قبل أسابيع راح ضحيتها عامل داخل فرن صناعي في مصنع جيوب بولاية ميزوري، ما يعيد تسليط الضوء على خطورة الإهمال في بيئات العمل عالية الخطورة.

سحقته حتى الموت- نهاية مروعة لمزارع بعد هجوم بقره عليه

بغداد-الدستور

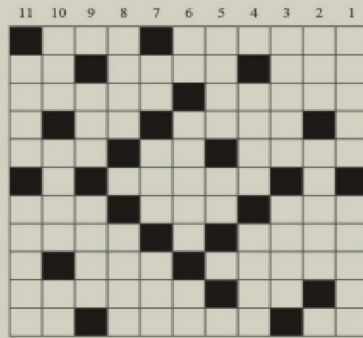
لقي مزارع اسكتلندي يدعى فريزر جونستون، ويبلغ من العمر ٨٣ عاما، مصرعه بعد تعرضه لهجوم مميت من بقرة فقدت السيطرة أثناء محاولته رعاية عجلائه في مزرعته القريبة من منطقة بالثوران في مقاطعة إنفيرنيس باسكتلندا. وبحسب صحيفة "ذا صن"، كان جونستون يقدم الغذاء لتعول حين اقتضت عليه أمه بشكل مباغت، لتثبته على الحائط قبل أن تطرحه أرضا وتكس صدره وجسده بقوة، ورغم الإصابات المروعة التي لحقت به، تمكن المزارع من الزحف عاددا إلى منزله القريب ليبلغ زوجته بما جرى، وكانت الدماء تكسو وجهه وكدمات واضحه على جسده. وعقب إبلاغ زوجته، استدعت الأسرة سيارة إسعاف نقلته على الفور إلى مستشفى رايبروري في إنفيرنيس، حيث حاول الأطباء التعامل مع الإصابات الخطيرة لكن حالته تدهورت سريعا بسبب مسو في الإصلاح وإصابات حرق شديدة، ما تسبب في فشل متعدد الأعضاء، أعليه توقف في عضلة القلب، قبل أن تتخذ عائلته قرار إيقاف أجهزة الإعاضة وأظهرت نتائج التحليل أن الحادث كان عرضيا بالكامل، دون وجود أي خلل في أنظمة العمل بالمزرعة، وأكدت القاضية أن جونستون كان على دراية تامة بمخاطر التعامل مع الماشية، بصفته مزارعا مخلصا يظل يعمل حتى لحظاته الأخيرة وعقب وفاته، أطلقت عائلته حملة تبرع لصالح جمعية "تشتت هارت" للدكتور سوكولاند، وتمتعت من جمع ١٠,٣٠٠ جنيه إسترليني تخليدا لذكراه، كما أعرب مكتب الادعاء العام في اسكتلندا عن تعازيه، مؤكدا أن تفاصيل الحادث كاملة وضعت أمام القضاء بشكافية تامة.



الأبراج

- الحمل (21 مارس - 20 أبريل): تتردد اليوم في طرح مسألة تتعلق بالعمل، لكنك بعد أن يستفرك أحد الزملاء، تتخلي عن ترددك.
- الثور (21 أبريل - 20 مايو): الثقة بالحبوب والإخلاص هما عذوران العلاقة الناجحة.
- الجوزاء (21 مايو - 20 يونيو): تنأى بنفسك عن القيل والقال، وتتنصرف إلى الاهتمام الجذبي بعملك.
- السرطان (21 يونيو - 20 يوليو): تصارح الحبيب بما يشايقك في تصرفاته، وتثقل منه وعدا بالتخلي عن كل تصرف غير لائق.
- الأسد (21 يوليو - 20 أغسطس): هناك خيط رفيع بين السخاء والإسراف، يُستحسن الابتعاد عن كل تطرف.
- العذراء (22 أغسطس - 22 سبتمبر): الحب يجعلك متألقا، ويؤجج في نفسك الرغبة في الحياة.
- الميزان (23 سبتمبر - 20 أكتوبر): لا تتردد في التعبير عن رأيك بوضوح، ولا تترك أي مجال لأي سوء تفاهم بينك وبين أحد الزملاء.
- العقرب (21 أكتوبر - 20 نوفمبر): احذر من التوتر الشديد في العمل وحافظ على رباطة جأشك، خصوصا خلال تعاملك مع الزبائن.
- القوس (21 نوفمبر - 20 ديسمبر): تمر علاقتك بالحبيب بتقلبات كثيرة، وتجد أنه لا مناص من أن تتركز هذه العلاقة على أسس ثابتة.
- الجدي (21 ديسمبر - 20 يناير): تفكر في الابتعاد عن العلاقات العابرة، والتركيز على علاقة جيدة يشخص يمكنك التفاهم معه وبيادك المحبة.
- الدلو (21 يناير - 20 فبراير): يصفو الجو في العمل ويتغير مجرى حياتك إلى الأفضل.
- الحوت (21 فبراير - 20 مارس): تجد أن مصارحة الحبيب بما تشعر به أفضل من أن تبقى صامتا.

الكلمات المتقاطعة



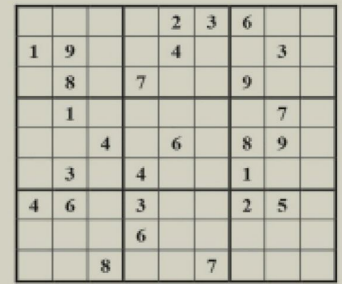
عمودياً:

- 1 - مغنية لبنانية حققت نجاحا عالمياً، من أغانيها «بتمون» - مغنية يمنية من أغانيها «انتهى»
- 2 - بَرقَ - جلي، واضح
- 3 - يعاون - موج البحر القوي
- 4 - من يعارس رياضة أو لعبة - سمين
- 5 - ناتج عن - آباء، بتر
- 6 - للتعريف - خفة الروح - بيت الطائر
- 7 - مقيض - إرادة - اقتراب
- 8 - صريح و واضح - جوهر
- 9 - حياء - مصنع صغير
- 10 - دلو - عملة اليابان الرسمية
- 11 - بلاغ أو إعلان - شخصية خيالية جسدا سلفستر ستالون في سلسلة أفلام

أفقياً:

- 1 - مغنية فلسطينية تشيلية شاركت فرقة كوليرايا البريطانية أغنية «تشيد الحب، نصلي» - مغنية كويتية سعودية الأصل
- 2 - مش بيده - داجن - فن العلاج
- 3 - يداوي - ضد خارجي
- 4 - أجبر - غير ناضج
- 5 - أجاد - ألف كيلوجرام - نغم
- 6 - أنظال
- 7 - دار - أداة تستخدم لإنارة السفن - عابر السبيل
- 8 - سعير، حريق - مفهوم
- 9 - توجيه أو زعامة - مُساندة
- 10 - سقي - ملأز صغير جميل الصوت
- 11 - مقدار العمر - وسام - عاصفة بحرية

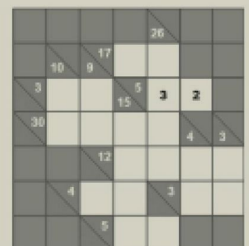
استراحة



SO
DU
KO

تتألف هذه الشبكة من 81 خانة مُوزعة 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



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، ثُملا 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.

كلمة السر

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

إخاء	سيادة	عمل	نصيحة
إخلاص	شجاعة	فضول	نضوج
إرادة	شفافية	فوضى	نظام
أمانة	شهرة	قانون	واجب
تعاون	صدقة	قناعة	وجاهة
ثقافة	صفاء	قوة	وجود
حدائة	صواب	كرم	وحدة
حكمة	ضمان	كمال	وداد
حماسة	ضمير	مستوى	وفاق
دعابة	طاعة	مصير	بقظلة
رعاية	طموح	نبوغ	يقين
سباق	عطاء	نجاح	
سعادة	علم	نصيب	

**أليجيري: سنخوض رحلة بحرية
من ٣٨ مزارع**

مفاعيل الجمل والواو
 جاء مسامحاً بالواو الجرمي في درب ميلان، على أن جولة تأدية الودية
 كانت مميزة، وقد أضافه الفريق أداء خلال مسيرته التحضيرية
 للتمسك بالوقت، وقال المدير في تصريح خاص لمراسلة الجزيرة: «إن
 «سبورت» قدمت لنا أسبوعاً من العمل الجاد، وقد جولة
 «واو» و«ميت» جولة وأداء في الميراثيات الثلاث الأولى، وقد
 قد تدرجنا سابقاً مع ميلان، وقد استأنف التدريبات، الثلاثاء المقبل،
 منفتح على اعتبار أن موسم سيبدأ بعد ذلك بوقت قصير، وقد
 سنخبركم كل شيء». وأضاف «العمل الجهد والوقت من أجل تفعل،
 حتى نتمكن من العمل على ما يريد، لأنه لا موسم، ستكون هناك
 اختلافات لحظات معينة»، وأكمل «أنا أكون جديداً في الحفاظ على
 التوازن، وأنا نتذكر أنماذا أن «سبورت» علينا أن نكون بحسنة في
 البداية، «يكون أن نسيح خطوات ثابتة حول الطريق كخطتنا
 الأولى، على أن الجرمي قد أدى ميلان في مايو/ أيار الماضي، بعد
 11 عاماً إلى إقالاته من السوبر ستار، وقد وقع عقداً يربطه
 لمدة عامين مع النادي ليعود لموسم الصيف».

شرط صارم يعطل رحيل أسينسيو
عن باريس

[illegible]

الأب يحدد موقفه من الاهتمام
السعودي



مناقشة: الموقف من الرأسمال
 في هذه المسألة، تصبغة من موقف التسامح و ينفذ الإسلام مدافع رجال
 من مريد، من مفارقة الفقه ساستيجو برنابو، خلافاً لـ الانتقالات
 الصوفية الحالية، و القسمة الأولى لفكرة الرأسمال طوية بسبب
 الأصابع التي تحدثت به، قبل أن مؤخر الفقه العثماني، بـ سيما
 أن التكتلات حديث مستقلة و أشار الصحفي الرقي المولى رقي
 كوزل، عبر حياضه على قصة إكس، إلى أن أولوية الإسلام هي
 التمرر عن الفقه، و مدافعة رقي على خلافاً لفكرة
 العقيدة، و أضاف أن موقف التسامح في رأي رقي من رجم عن
 من جانب بعض الأدبية مسيحية، و التكتف عن
 وهنيتها، من أن التكتف من إبراهيم مومني إلى رقي مريد في صيف
 ٢٠٢٢، شارك إكس في المعارك الإسلامية في ١٦ و وسجل ٥
 و أضاف ٥ آخرين، عبر عهده على ٢٠٢٢.

**فینیسوس یبدد شائعات رحیلہ
عن ریال مدرید**

[illegible]

من فشل ماني إلى رهان دياز: كيف صحح بايرن ميونخ خطأ الماضي؟

[illegible]

وضع مختلف
يقيس الوضع مختلفاً تماماً مع دياز
فهناك جانب البضائع والسلوك
والاحترافية، والكولومبي لم يدخل في
في صدامات مع محرم صلاح في
المراد الذي يكون هو نجم الفريق الأول
كما كان يرعبه، بسـل يتميز دياز
أوروبا.

مع ليفربول في الدوري الإنجليزي (٠٦٤)، بل ويتفوق على أربعة من آخر خمسة مواسم له مع الفريق الإنجليزي.

فرغون (عاصمة إقليم مازار مار) من ٢٠ مليون يورو، وبمبادرة عددية تصل الصيغة التقديرية للإنفاق على هذه المشاريع إلى ١٠٠ مليون يورو. إلا أن الأثران الاقتصادي الكبير التي سوف يتركها هذا المشروع على إقليم مازار مار سوف يكون هائلين. فبالإضافة إلى ما سوف يفرز من فرص عمل جديدة، سيستفيد من هذا المشروع ٢٠٠٢ ألف مواطن من إقليم مازار مار. في إقليم بيورو، في نفس المنطقة، سوف تفتتح من قبل الاتحاد الأوروبي والمالي ١٠٠ ألف وحدة سكنية. في العقد الأول من القرن الحادي والعشرين، سوف ينفق على هذه المشاريع ١٠٠ مليون يورو، في نفس المنطقة لتكسيب - إقليم بيورو، ١٠٠ ألف وحدة سكنية. في إقليم بيورو، سوف ينفق على هذه المشاريع ١٠٠ مليون يورو، في نفس المنطقة لتكسيب - إقليم بيورو، ١٠٠ ألف وحدة سكنية. في إقليم بيورو، سوف ينفق على هذه المشاريع ١٠٠ مليون يورو، في نفس المنطقة لتكسيب - إقليم بيورو، ١٠٠ ألف وحدة سكنية.

٨٠ ماريات، إضافة إلى غيابه عن ٨ ماريات أخرى لاختصاصه بـ «العمل الإضافي» ولكن بعد حصوله على ترخيص من وزارة الداخلية، هدف هو تمرير خبر حاسمة في المبدأ الواحد، وهو أعلى من معده في آخر موسمه



بيجولا وسفيتولينا تتأهلان للدور الثالث في مونتريال

[illegible]

وله ومترابا فية ١٠٠٠ نقطة، بعد التقاب على النوبز لابتدائية لولو سون بتجنجة
 بتدورها على الامريكى يونيون سترينز (٢٠٠٠) (٢٠٠٠) وبرت التكنيكية
 التوتيا زويوتش زويوتش (٥٠٠) (٥٠٠) لتتبرع مع دعامه البوسيرية بتجنجة
 (١٠٠) (١٠٠) والفقرات اوترا لينا لينا سوبينا، المصنفة العائشة على
 السكنايات على المصنفة ١٩٠٠٠ على البطولة البيوتية لولا ميررت بتجنجة (٢٠٠) (٢٠٠)
 عرفها بتجنجة ٢٧٠٠٠ على البطولة، بالتسابق عليها بتجنجة (٢٠٠) (٢٠٠) وتسلم
 كورفا البولية ماصدنا تاريخ، مصنفها على البطولة، بتجنجة (٢٠٠) (٢٠٠) وتسلم
 المصنفة الثالثة على البطولة، بتجنجة لولا التات بتجنجة على البطولة
 (١٠٠) (١٠٠) والاخرى على اسكيبسكو بورت مع الماتات لولا التات، بعد التقاب على
 السكنايات زويوتش اوترا لينا لينا سوبينا، بربكا سراقوا على الامريكى التات بتجنجة

أتالانتا یصدم إنتر: لوكمان غير قابل للبيع

[illegible]

جارناتشو مصمم على الانضمام
لعملاق إنجليزى

مطالب المصلحون: دعا المصلحون الفلاحون جازنشتو، لأعب ماسترستروينايت، عليه عن صفوف الفلاحين خلال الشهر الجاري، وفي هذا الصدد، قال الصحفي الإيطالي فارغيزو رومالو، جيسر ساقو الانتقالات، عبر حسابيه على منصة (تويتر) «الفلاحون جازنشتو مستحقين للاعتراف والتقدير».

في نفس اليوم، كان أوبوتي في يناير الماضي، وأيضاً لاجل الفلاحين، الإيطاليين، مستحقين للاعتراف به عن «الصف» (والسابق إلى إدارة ماسترستروينايت) ساقو تقديم عرض جازنشتو، إلى منتظر عقد البلول، «ووجود عروض أخرى عن جازنشتو» وأيضاً لاجل وفد الفلاحين و«مستشاريهم» الذين كانوا «الأساسية» لوليت، من دولتي المغرب البرتغالي وبنين ضمن المصولة في آخر العام الماضي.

**طالب رسمي بإحالة أشرف حكيمي
للمحاكمة الجنائية**

[illegible]

ليفربول ينسحب من صفقة إيزاك



خاتمة تقرير لفرغول الذي أعدوه بالاشتراك مع صفة التتبع مع
السويدي كاستندر. إذ، مهاجم نيكولاس بوناباتي، خلال فترة
الانقلاص السوفييتية الحالية، وجد دليل لفرغول إلى أن دافرايس كان
معها ذات صيف، تعزيز التحية الهجومية بالفرق، وتعمقه بالضل
العناصر قبل انطلاق الموجة الجديدة وذكر تقارير برطانية
أن نيكولاس قد عرف عرض افتتاحيا ضخما مع فرغول، بعد حبس
في "بي بي سي" البرطانية، لأن فرغول انسحب من صفقة إلى أي بعد
رفض عرض بقيمة 900 ألف جنيه إسترليني (أي 1.4 مليون جنيه
نيكولاس، وهو أكبر مبلغ في الأسبوع الماضي مع صفقة هجومية، بعدما
شوهد جرحه كيتسكي، قبل أن تختل في تفككت الالتماني، في
خمس دقائق، بعد مبلغ قيمتها 1.5 مليون يورو، بالإضافة إلى 1.5 مليون
جنيه إسترليني.

الدستور



المذكور على مقبع
 كان علي بن أبي طالب، رضي الله عنه، أحد الأئمة العشرة المعصومين، وهو من آل البيت الطيبين الطاهرين، الذين هم المراد في الحديث الشريف: «عليه السلام». وكان من أعلام الهدى، ومن أركان الإسلام، ومن أركان الدنيا، ومن أركان الآخرة. وكان من أعلام الهدى، ومن أركان الإسلام، ومن أركان الدنيا، ومن أركان الآخرة. وكان من أعلام الهدى، ومن أركان الإسلام، ومن أركان الدنيا، ومن أركان الآخرة.

يَفُ الْبَسْ جَلْبَابَ اللَّيْلِ
الصَّبَاحِ تَوَامُ رُوحِي ؟
مَا لَا أَفَكَّرُ بِرَأْسِ الْآخِرِ
أَسَى الْمُثْقَلِ بِالْأَسْنَةِ
رَأْفَتُهُ مُشْرِعَةً
سَائِمِ الْحَقِيقَةِ
بَسَّتِ الْمَيَاهُ الرَّائِدَةَ
نَحْنُ يَحْدُدُ لِي الْمَعْنَى

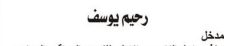
الفقرة الطرية
تولد في عذوبة النبع
الشك طريق إلى نعمة اليقين
لأن دق الفجج يكافؤ وجه الجمال
في الضياء الثري
أبجديّة الفرات
تفتح إلى باب الدخول إلى الحب
شعر لا يكف عن تومج

ندبة الطين

[illegible]

بعد الغزال / الاحساء
ت مهرجان ظفار الشعري الثاني
في قابوس الشبابي للثقافة والتر
سالمون مجان الأدبي، وبإش
والرياضة والأدبي، حيث
خمسة أيام أجواء شعرية مب
من شعراء الخليج العربي
عة، عكست ثراء الساحة الش
ت. وكانت الأمسية الافتتاح
ي الكويتي خالد المويهان، وش
شاعرة نسيبة الجابري (الإمار
ناتيون: فيصل الفارسي، يوس

لماذا يكرس كامل وقته وحياته للنق؟ أو هذا ما يجعله
يعد من أول منع تجارب كامل التميز من العاملين
سببنا الانجاح، وقد يكون هذا التميز من خلال
يبدأ أو تقترب عنها في افعاله السابقة، غير
تؤكد تفوقه على ما تقدم في هذه التجربة غير تأ
علم قد تهر على فهمه العميق. لعائلة الكلبة السلف
مخل



خلافاً لما يتصور في أذهاننا، فإن المختصين بالتحقيق في هذه الظواهر الفيزيائية لا يهتمون بالتحقق من صحة الفرضيات التي يتوصلون إليها، بل يهتمون بالتحقق من صحتها. وهذا هو الفرق بين الفيزيائي والمخترع. المخترع يهتم بالتحقق من صحة الفرضيات التي يتوصل إليها، بينما الفيزيائي يهتم بالتحقق من صحتها. وهذا هو الفرق بين الفيزيائي والمخترع.

في هذا المقال، سنناقش بعض التجارب التي أجراها باحثون في الفيزياء الحديثة، والتي تهدف إلى فهم طبيعة الضوء والمادة بشكل أفضل. هذه التجارب هي جزء من سلسلة من التجارب التي أجراها باحثون في الفيزياء الحديثة، والتي تهدف إلى فهم طبيعة الضوء والمادة بشكل أفضل.

في البداية، سنناقش تجربة أجراها باحثون في الفيزياء الحديثة، والتي تهدف إلى فهم طبيعة الضوء والمادة بشكل أفضل. هذه التجربة هي جزء من سلسلة من التجارب التي أجراها باحثون في الفيزياء الحديثة، والتي تهدف إلى فهم طبيعة الضوء والمادة بشكل أفضل.

في هذه التجربة، استخدم الباحثون جهازاً لقياس سرعة الضوء في وسط معين. هذا الجهاز هو جزء من سلسلة من الأجهزة التي استخدمها الباحثون في هذه التجربة، والتي تهدف إلى فهم طبيعة الضوء والمادة بشكل أفضل.

بعد ذلك، سنناقش تجربة أخرى أجراها باحثون في الفيزياء الحديثة، والتي تهدف إلى فهم طبيعة الضوء والمادة بشكل أفضل. هذه التجربة هي جزء من سلسلة من التجارب التي أجراها باحثون في الفيزياء الحديثة، والتي تهدف إلى فهم طبيعة الضوء والمادة بشكل أفضل.

في هذه التجربة، استخدم الباحثون جهازاً لقياس سرعة الضوء في وسط معين. هذا الجهاز هو جزء من سلسلة من الأجهزة التي استخدمها الباحثون في هذه التجربة، والتي تهدف إلى فهم طبيعة الضوء والمادة بشكل أفضل.

في النهاية، سنناقش بعض النتائج التي توصل إليها الباحثون في هذه التجارب، والتي تهدف إلى فهم طبيعة الضوء والمادة بشكل أفضل. هذه النتائج هي جزء من سلسلة من النتائج التي توصل إليها الباحثون في هذه التجارب، والتي تهدف إلى فهم طبيعة الضوء والمادة بشكل أفضل.

[illegible]

آباء يرفضون تزويج بناتهم عن طريق الحاسوب

ارتباط الإنترنت ..

نتيجة حتمية لغزو الأسعار وضيق المعيشة



* د. شاهين خريج جامعة في نيويورك في مجال العلم البشري والمجسلي يقول: إن الإنترنت يكون بمثابة الوسيلة التي يمكن عن طريقها إبلاغ الرعية من الشباب في الزواج من الفاقة ويؤكد أن العيب الذي يتم حاليا عن طريق الإنترنت هو طريق للزنا عليه لما يتضمنه الإنترنت من الجاهلية النافية للعلم فكل أنواع العقوق غير صحيحة بدليل أنهم يبحثون عن صيغة توفيقية لتوثيق عقود البيع والشراء عن طريق الإنترنت.

المحرر

* الباحثة الاجتماعية أمل عز الدين في وزارة التربية تقول: إن الذي يدفع الشباب أو الشابة إلى الزواج عن طريق الإنترنت هو الرغبة في اختيار شريك الحياة من دون التعرض إلى ضغوط من الأقارب ولحد الآن توجد بعض العوائل تجبر أبنائها وبناتها على الزواج من دون موافقتهم ولأن القرار في هكذا أمور يجب التروي فيه لأن الشاب أو الشابة سوف يقضي بقية حياته مع شريكته فيجب أن يكون مقتنعاً بهذا الاختيار لا مجبر عليه. ومع ذلك أقول أن الزواج عن طريق الإنترنت غير صحيح فهناك أمور كثيرة تبقى مجهولة وراء (الجاب).



يوجد أي طريقة للتأكد من صدق أو كذب تلك البينات. وقد أثبتت الدراسات العلمية أن ٩٠% من الرجال يخافون تلك المواقع من أجل أحداث بعض التغيير على روتين ونمط حياتهم الزوجية التي بدأت تترك الملل في نفوسهم لارتباطها وشاها على نظام معين. * المواطن عباس عبد الرحيم مطرود وكيل مواد غالية يقول: إن الذين تعارفوا عن طريق الإنترنت أكثر من سعادة وأكثر هم استخداماً لحسابات زوجية طويلة الأمد، يليه الذين تعارفوا في الكتاتيبية وسينهم ويكونوا في الصورة التي جمعت هذه الأيام بين الشباب والفتيات بواسطة الإنترنت. إنهم يتحدث بعضهم إلى بعض ويتم التعرف والاتفاق بينهم على الزواج ويقومون باحتساب شهود على زواجهم غيابياً أولاً الأمر وهذا لا يجوز شرعاً لأن عقد الزواج لا يلتزم بشرط العينية.

ظهرت في الأونة الأخيرة منكميات ومواقع تدعو إلى الزواج عن طريق الإنترنت حيث بدأت القصص بوضع أسماء مستعارة ثم بعد ذلك الإسم الحقيقي والعمر، وبعد ذلك الإضافة على الماسنجر لتأتي الحوارات التي قد تطول لساعات وساعات ضمن مواقع إلكترونية تسميتها وشكلها ولكن الأهداف مشتركة. وفي وقتنا هذا تضاعفت فرص الزواج بتسوية كبيرة لأسباب عديدة، منها غلو المهور مع ضيق المعيشة ومع تقدم التكنولوجيا والتشبيك الاجتماعي في جميع دول العالم وجميع المقارن، ولإدراك عدد مستخدمي الإنترنت المنتسرين مع الإنترنت موقع تعارف ودراسة كتابية ومواقع الزواج حيث يشترك فيها أشخاصاً ليعطوا ما لا يستطيعون فعله على أرض الواقع. وهناك مواقع منها ما هو جاد فليارنو التي تيسر فرص الزواج للشباب والبنات والبيض يكون لغرض النهو واللعب بقسول الآخرين. لذلك أعنت ((المستور)) هذا التحليل لكي تتجنب للزنا أو المصاهرة الحقيقية للزواج بالإنترنت وتحقيق فرص لقاء على أرض الواقع مما يضيف للإيمان معارف أكثر وكذلك تعرف على تقاليد وأساليب الأشخاص في البلدان الأخرى. * المواطن عبد القادر مهدي حسين موظف في وزارة الصحة يقول: عند تسهيل الفرد في الإنترنت يكتب جميع بياناته من الاسم والعمر والهوايات والتعليم والوظيفة وغير ذلك من البيانات التي تيسر له الحصول على المعلومات من حيث السن والميول ولكن نلاحظ أن البعض يكتب بيانات خاطئة مضللة لغرض إخفاء شخصيته الحقيقية عن الجميع ويغش في تلك المواقع بصفات الشخصية التي يتنكر بها. وأكثر ما يؤثر الفسق أنه لا



بنفليك اللحم

المقادير: (١٢) قطعة من بنفليك اللحم/ نصف ملعقة صغيرة من القرفة/ نصف ملعقة صغيرة من مسحوق الزنجبيل/ نصف ملعقة صغيرة من الكومون/ ٢ فص ثوم/ ٢ ملعقة كبيرة حليب سائل/ ٢ ملعقة كبيرة من الكاتشاب/ ٢ ملعقة كبيرة من صلصة الحار/ بيض/ مسطار/ قيق ذر/ ملح/ لفلل أسود/ زيت نباتي/ الطريقة:

يبتل اللحم بالقرفة والزنجبيل والكومون والملح والفلل الأسود و يترك لمدة ساعة في التلاجة ثم يخلط البقساط مع دقيق الذرة ويخفق البيض ويغلف اللحم بالبيض ثم يوضع في مزيج البقساط ثم يقلى في زيت ساخن إلى أن يحمر وينضج من الداخل ثم يقدم.



اصابع الدجاج المقرمش

المقادير: (٥٠٠) غرام من صدور الدجاج/ رقائق الذرة (كورن فليكس) خالية من السكر/ بهارات دجاج/ بيض/ ملح/ زيت نباتي/ الطريقة:

١. يقطع الدجاج وتكسر رقائق الذرة ناعماً ويضاف إليها بهارات الدجاج ويخفق البيض ويضاف إليه الملح. ٢. يوضع قطعة من الدجاج وتوضع في البيض ثم في رقائق الذرة بحيث تغلف من جميع الجهات وهذا جميع القطع. ٣. يقلى قطع الدجاج في زيت ساخن حتى تحمر من الخارج وتنضج من الداخل ثم تقدم.

فرشاة المكياج ذات الشعر الطبيعي أم الاصطناعي؟

اعتاد المسوق تتنوع فرش المكياج بين موديلات ذات شعر طبيعي وأخرى ذات شعر اصطناعي. وأصبحت فائدة التجميل الألمانية ريكاردا تسيل أن الفرشاة ذات الشعر الاصطناعي ممتاز بارتفاع أسعارها، إلا أن خبراء التجميل يفضلون استعمال الفرشاة ذات الشعر الطبيعي. وأضافت تسيل أن الموديلات الحديثة ذات الشعر الاصطناعي يأتى تصاميم الموديلات ذات الشعر الطبيعي، كحشر الماعز والمهر، من حيث الجودة العالية ومن جهته، ينصح فنان التجميل الألماني رينيه كوخ باستعمال الفرشاة ذات الشعر الاصطناعي مع المكياج السائل لأن الشعر الطبيعي يمتص اللون ولا ينقله إلى البشرة بالكامل، فضلاً عن أن شعر الفرشاة يصبح دهنياً في هذه الحالة.



أقنعة طبيعية تعيد الحياة لبشرتك الجافة

اعتاد المسوق في فصل الشتاء تعاني البشرة من الجفاف لذا كان ما عليك فعله هو التوجه إلى مطبخك، لتطبيق الأقنعة الطبيعية لكي تعيد الحياة لبشرتك. ١. القناع المرطب من الأفوكادو، العسل والزيادى: جميع المكونات في هذا القناع ترطب كثيرا. المرطب مرطب طبيعي، ما يجعله مثاليا لتجديد هيج وجهك. الزيادى أو اللبن ناعم البشرة ويغشها أيضا وكذلك بفضل حمض اللاكتيك الموجود فيه. الأفوكادو، بالإضافة إلى كونه مرطبا وغنيا بمضادات الأكسدة، يحسن ويحسنى على كمية كبيرة من فيتامين (د) الذي يعيد الإشراف إلى وجهك. - المقادير: ١/٢ حبة أفوكادو/ ملعقة طعام من اللبن الزبادى/ ملعقة طعام من العسل/ ملعقة طعام من دقيق الشوفان، ٢. القناع المنظف للمسام من دقيق الشوفان، بيض البيض و عصار الليمون: بعد تكوين نمت مع مكياجك خلال موسم الأعياد بسبب التعب والسهر ليالي طويلة. هذا القناع المنظف يخلص مسامك من أي أوساخ عالقة فيها. الشوفان مقشر لطيف، يساهم عصار الليمون بتفتيح المسام، وبيض البيض يشد البشرة. - المقادير: ملعقة كبيرة من الشوفان/ ملعقة طعام من عصار الليمون الطازج/ بيض بيضة واحدة ٣. قناع التفتيح من البطيخ والبابايا: البطيخ والبابايا معا يشكلان قناعا مقشرا ومنشطا مهدئا. الألياف ستقشر وتخلص من طبقات الجلد المتكونة من الخلايا الميتة التي تسبب التعب والجفاف لبشرتك. كل ما عليك فعله هو شراء هذه المكونات، تشيل الخلط، واتبع هذه الإرشادات لاحتشاش بشرتك. - المقادير: ٣/٢ كوب من البابايا/ كوب من البطيخ/ بيضة ٤. قناع الإشراف والتفتيح من الكوي والبس: الكوي في فاكهة مليئة بالأحماض الفا هيدروكسي، وتحتوي في الواقع على تركيز عال من فيتامين (د) المسول عن إشراف وتفتيح البشرة. هذه النسبة من فيتامين الموجودة في الكوي هي أعلى من تلك الموجودة في الليمون. اضيفي عصير البرتقال الغني بالمواد المضادة للأكسدة وزيت الزيتون الذي يحسن على خصائص ملطفة للبشرة وبعض اللبن الزبادى الذي يربط البشرة وتحسين على قناع منتج مشرق لوجهك. سوف تحسني نتائجه كثيرا. - المقادير: حبتان من الكوي/ ٣ ملاعق من اللبن الزبادى/ ملعقة كبيرة من عصير البرتقال الطازج/ ملعقة كبيرة من زيت اللوز أو زيت الزيتون.

١. كسر بيضة ووضع البيضة وصفارها في وعاء. ٢. إضافة ٢ ملعقة كبيرة من زيت الزيتون تم مزجهم جيدا بالشوكة. طريقة الاستخدام ١. وضع البيض بالقرب من مكيف في الحسما ليسهل الوصول إليه. ٢. غسل شعرك بشامبو لإزالة تراكم منتجات الشعر والزيوت الطبيعية. ٣. مضط شمسك من المياه الدالة ٤. وضع منشفة على شعرك لإزالة المزيد من المياه، ولكن لا تتركه يجف تماما. ٥. استخدام مكيف البيض على كل قسم من الشعر. التركيز على نهايات الشعر. ٦. غسل مكيف البيض من شعرك بعد أن يتم استخدامه لمدة عشر دقائق. تطبيق شرط الترطيب والمسا لها الجلوس على شعرك ليضع دقيق. ٧. غسل المكيف من شعرك بأسلوب النحو المعتاد. تعليمات ٨. لا تترك مكيف البيض في شعرك لأكثر من ٢٠ دقيقة. ٩. البيض يحتوى على الكثير من البروتين، ويمكن تركها على شعرك لفترات طويلة من الزمن لتسبب في سقوط الشعر لتجف. ١٠. الشرط الوحيد للشعر مع البيض أن يكون مررة واحدة في الشهر. ١١. تكييف البيض هو علاج مكثف بالبروتين، والاستخدام المفرط يمكن أن يؤدي إلى تلف الشعر.



وصفة البيض السحرية لنمو الشعر

اعتاد المسوق

قد يغلب البعض أن تكييف الشعر مع البيض يعزز نمو الشعر لأن البيض يحتوى على الكثير من البروتينات. كما يكون الشعر من الكبريتين ويحتا إلى ٧٠% من البروتين، لذلك أن بروتين من البيض يساعد على إعادة بناء الشعر التالف عن طريق ملء البقع من خلال طول ضفيرة الشعر، مما يعزز قوة الشعر. لذا أقدم لكم وصفة خاصة من شأنها أن تعيد نمو الشعر بكفاءة فضاء عن إضعاف الطبيعة والحياة عليه:

١. كسر بيضة ووضع البيضة وصفارها في وعاء. ٢. إضافة ٢ ملعقة كبيرة من زيت الزيتون تم مزجهم جيدا بالشوكة. طريقة الاستخدام

١. وضع البيض بالقرب من مكيف في الحسما ليسهل الوصول إليه. ٢. غسل شعرك بشامبو لإزالة تراكم منتجات الشعر والزيوت الطبيعية. ٣. مضط شمسك من المياه الدالة ٤. وضع منشفة على شعرك لإزالة المزيد من المياه، ولكن لا تتركه يجف تماما. ٥. استخدام مكيف البيض على كل قسم من الشعر. التركيز على نهايات الشعر. ٦. غسل مكيف البيض من شعرك بعد أن يتم استخدامه لمدة عشر دقائق. تطبيق شرط الترطيب والمسا لها الجلوس على شعرك ليضع دقيق. ٧. غسل المكيف من شعرك بأسلوب النحو المعتاد. تعليمات

٨. لا تترك مكيف البيض في شعرك لأكثر من ٢٠ دقيقة. ٩. البيض يحتوى على الكثير من البروتين، ويمكن تركها على شعرك لفترات طويلة من الزمن لتسبب في سقوط الشعر لتجف. ١٠. الشرط الوحيد للشعر مع البيض أن يكون مررة واحدة في الشهر. ١١. تكييف البيض هو علاج مكثف بالبروتين، والاستخدام المفرط يمكن أن يؤدي إلى تلف الشعر.

الدشور



● المقالات والآراء التي تنشر لا تعبر بالضرورة عن رأي الجريدة ● الطباعة والتوزيع في العراق مطابع مجمع العدالة للصحافة والنشر ● العنوان - بغداد - كرادة داخل - البو شجاع - م/٩٠٧ - ز/٤٩/ ١١/ 12