

1. *Journal of the American Medical Association*, 2000; 283: 2689-2695.

بعد استكمال انتخاب هیئة رئاسة مجلس النواب، نتجه

هذه أقوال بعض الكهنة الذين أعلنوا وفاءهم إلى الخلافة
العثمانية، مع بدء الحملة العثمانية على مصر السني

السبب في التكرار

بالكامل جميع الأبواب النافذة التي تربط العنصر
إلى السوق الطائفة"، مؤكداً أنه "في مطلع العام
الذي بدأ العمل به، تم إدخال عدد من التغييرات
استقراراً في العمل والإنتاج، فيما أشارت إلى أن
الأنقسام السياسي في البيت السنّي، توقع أن نشهد
المرحلة المقبلة حالة مشابهة لما يخص منصب

أحمد موسى: إن "الوزارة تعمل بالتنسيق مع
مجلس النواب بحما في تمرير انتخاب هيئة رئاسية
البحرين"، مضيفاً أنه: "الخلافاً الكلية - الكلية
تتبع فقط على: تحت إشراف الهيئة العامة
للإدارة العامة، تتوزع في عدة مناصب
تتبع مع الشركة المنفذة يتضمن تجهيز
الوزارة أن: "هذا الإجراء يتم تنفيذها مع
الملاك الدائم في الوزارة ونسباً كلاً كافياً، وذكر بيان

الناطق لجميع شرائح المجتمع العراقي، وحرصاً على دعم

الأحمال". وأضاف موسى، أن "المنظومة تشهد أحمد موسى: إن مشروع المنصة العائمة قيد التنفيذ على يد طاقم من المهندسين في الشركة".

المحطات الدورية المركبة تعمل على الحرارة الأميركية المتخصصة لتولي مهام نصب المنصة لرسو السفن، والتأكد من عمق القناة الملاحية أو محل سكناه الفعلي لمدة (١٠) سنوات فأكثر. تقديم

والحرارة الناتجة من وحدات الدورة ووظيفتها استقبال السفن المحملة بالغاز المسال لضمان السيابية العمل دون معوقات".

الجمهورية". فيما أكد القيادي في الحزب الديمقراطي

للرئاسة الجمهورية. وقال كريم إن "الحزب سيجتمع

سجل مستشفى ابن الهيثم التعليمي الإصابات كانت بين الأطفال والشباب تعرض أعدائهم ابن خلدون في العبيدي وإبلاغ الجهات الأمنية المختصة التي حددت بـ ١٤ مليون دينار، يتم تسديدها على شكل دفعات

نتيجة الألعاب التارية خلال احتفالات كبيرة لتقديم الرعاية الصحية للطلاب، وذلك إدارة "المصائب"، تألفت الإدارة، أن القبض على المتسبين مباشر، قال الطلبة، ذو بهمان السجلات المدرسية مقبولاً من الفضاء الوطني الكردي "وشدد على أن تاريخ ٢٠٢٦/١/٤".

الإصابات تتركز في منطقة الوجه ولا سيما العين، إذ تسميت الألعاب النارية
مشكلات مختلفة في صحة العين، حيث
الأسد أكثر من ١٢٢ مراجعياً يعانون من
في قسم تربية الغنم التابعة للمديرية
العامية أجرت كشفا ميدانياً ووجهت
الإصابات تتركز في منطقة الوجه ولا
الأسد أكثر من ١٢٢ مراجعياً يعانون من
مشكلات مختلفة في صحة العين، حيث
الأسد أكثر من ١٢٢ مراجعياً يعانون من
في قسم تربية الغنم التابعة للمديرية
العامية أجرت كشفا ميدانياً ووجهت

ننتجها تضرر الشبكة أو بطانة الفرن، تسجل نحو ٥٠٠ إصابة في ليلة رأس ساعات الاحتفال برأس السنة "ضرورة حماية المؤسسات التربوية

وحدات احتياطي داخل - الألعاب النارية و التطق الناري و حوانات المدراسة متخرج إلى القصة المتوقف اعداد أو معارفات تحريية
بقيادة الدستور

رئيس البنية بحث مع السفوف بن الابان والاردن، تعزيز العلاقات والتطورات الاقليمية

التَّحْمِيلُ : نَحْنُ ابْنُ هَيْبَتِ الْحَلْبِيِّ سَمِعْتُ ، فَمِنْ مَقَرِّ رَأْسِهِ خَازِبٌ يُقَدِّمُ الرَّائِسَ ، مُحَمَّدَ الْحَلْبِيِّ سَمِعْتُ ، سَفِيرَ الْجُمْهُورِ بِرَأْيِهِ الْإِسْلَامِيَّةِ الْإِبْرَانِيَّةِ دُونَ تَسْجِيلِ مُضَاعَفَاتٍ تُذَكِّرُ ، حَيْثُ مَكَتُ النَّفْقَةُ الْحَدِيثَةَ

تعزيزها، بالإضافة إلى تطويع الأعضاء الإقليمية، وعدد من الأعضاء ذات الاهتمام المشترك فيما يتعلق بالناب

مستقرّة حالياً، وسفاد المستشف بعد استكمال المتابعة

هيئت الحلوسى ووزير الداخلية عبد الامير الشمري، اهمية التنسيق بين السلطتين التشريعية والتفيذية. وذكر المكتب الاعلامي
للوزير: "ان الحلوسى استقبل الشورى ومعهما المرافقة العامة الى المجلس" و اضاف الى ذلك: "وقد التزم

لرأبى والتشريعي، والتنسيق بين السلطين التشريعية والتنفيذية بما يسهم في دعم مؤسسات الدولة".

للسجل العام الحالي: مشاريع الصلوات الجماعية السنوية بوقت قرائته ١٠٠ مشروعاً

بغداد: الدستور

مشاريع بدأ منذ العام ٢٠١٧، وتم تنفيذ العديد منها في عدد من المحافظات، ما تبقى سيتم إنجازه بشكل كامل خلال العام المقبل إلى أن "هذه المشاريع أصبحت في توفير خدمات أساسية للقرى".

بغداد: الدستور

كامل خلال العام الحالي. وقال المتحدث باسم الوزارة عبد الزهرة **تنداء من: "العمل من أجل مشاريع الصندوق الاجتماعي للتنمية** يقارب ٦٠ قرية في عموم المحافظات"، مبيناً أن "عدد المشاريع تعزيز ثقة المواطنين بالمشاريع التي تنفذها الحكومة"، وبين أن "اختيار المشاريع يكون وفق الأولويات بالنسبة للقرى من خلال وأوضح المصدر أن "يوم الأحد لم يحدد حتى الآن بشكل

الدولي والبالغ قيمته ٣٠٠ مليون دولار"، لافتا الى ان "العمل بهذه الهندواي ان" ما تبقى من هذه المشاريع وصلت الى نسب اجزا حيث الاعمية والاولوية ويتم بعدها التنفيذ بمشاركة أبناء تلك القرى".

يلصم طائر وعجلان حديدية.. الدفاع المدني يعلن.. يودامي لغادر رسمياً.. ملقاعودوي السهماء عاصبون من استقطاعات خبيثة

[illegible]

العام الماضي، أكد إدخال أنظمة الكترونية حديثة لكشف المباني ومتطلبات السلامة خلال خطة ٢٠٢٦. وقال

هينة النقاعد والدوائر المختصة، بتوضيح أسباب الاستقطاع وإعادة المبالغ المخصوصة، معتبرين أن الرواتب تمثل (يونامي) عن انتهاء ولايتها الرسمية، ولا تحتل أي خصوصية مفاجئة في حوزة كثر من مصلحها، لأن الإلتزامات العامة، خاصة، مذكورة في نية الأمم المتحدة في العراق، وأضاف أن "الدفاع المدني شرع بتطوير أسطوله الألي لإعادة تأهيل بنيتها التحتية واستعادة نشاطها".

الم المتحدة، وأوضح إعلام البعثة في بيان أن
 "في حق الأمم المتحدة يعمل بالشراكة الوثيقة
 شكل دفعات وبمواصفات تتلاءم مع طبيعة الأجواء العراقية ونوعية الحادث". وأشار إلى أن "عام ٢٠٢٥

الأمن الوطن، بطرح يأث من ١٥٠٠ متهم بقضايا

الوطن العربي ضمن إطار جامعة الدول العربية". وتابع أن "المبادرة حققت في عام ٢٠٢٥ إنجازاً تاريخياً

يذكر أ. م. ب. ٧: «تتعلق توصول طرق الاعتماد إلى مواقع الحوادث، بما يتسجم مع المعايير العالمية رغم تحديات الزخم العمومي». مشير إلى أن «هذا التطور لم يعود لأسباب أهمها خطة انتشار فرق الدفاع

في مجالات تنويع الاقتصاد، والعمل على إبقاء القبض على (٣٩٢) متهمين بالارتباط، و(٧٣٦) متهمين بتجارة وترويج المخدرات، وأضاف البيان أن

المباني بأقرب مراكز الدفاع المدني، بما يضمن التنبيه الفوري وتقليل تأخير الإبلاغ عن الحوادث".

مراسلونا

الأردن - مصر - سورية - لبنان
الإمارات - اليمن - تونس - المغرب
لندن - السويد - الدنمارك - النرويج
روسيا - اميركا - تركيا

تصريحنا

- الدستور (يومية سياسية)
- جريديتي (نصف شهري)
- الدستور الرياضي (يومية رياضية)
- الرجح القريب (اسبوعيا)
- الديرة (اسبوعيا)
- المفترج (اسبوعيا)
- فن (اسبوعيا)
- شورجة (نصف شهري)



الدستور
اسمها باسم الشيخ
٢٠٠٣-٢٠١٦

مكتب عمان

الشمسباني شارع سيد قطب - بناية ٩
توزيع وكالة التوزيع الاردنية

بغداد - الكرادة - البوشجاع

محله ٩٠٧ فائق ٤٩ دار ١١

الطباعه والتوزيع في العراق

مطابع مجمع العدالة للنشافة والنشر

الدستور
خيمه كل عمر العربيين

موقعنا: www.daraddoustour.com

١٦٠,٠٠٠ دينار لمدته سنة
٢٥٠,٠٠٠ دينار عراقي لمدته سنة
٢٦٠,٠٠٠ لمدته سنة

٢٦٠,٠٠٠ لمدته سنة
٥٠٠ لمدته سنة
٢٦٠ لمدته سنة

٢٦٠,٠٠٠ لمدته سنة
٥٠٠ لمدته سنة
٢٦٠ لمدته سنة

٢٦٠,٠٠٠ لمدته سنة
٥٠٠ لمدته سنة
٢٦٠ لمدته سنة

صالح سدير: ارنولد يمتلك فرصة ثمينة للوصول الى المونديال

بغداد-الدستور الرياضي
أكد نجم منتخب العراق الأسبق صالح سدير، أن مدرب أسود الرافدين غراهام أرنولد حصل على فرصة ثمينة بالمشاركة في كأس العرب ٢٠٢٥، وذلك قبل مباراة الملحق العالمي المؤهلة إلى كأس العالم ٢٠٢٦. ومن المقرر أن يواجه المنتخب العراقي الفائز من مباراة بوليفيا وسورينام في الملحق العالمي، وستقام المباراة في المكسيك عند الساعة السادسة مساءً يوم ١ أبريل/نيسان المقبل. وقال سدير في تصريحات إعلامية: "المنتخب الذي حقق فائدة فنية كبيرة بسبب مشاركة أرنولد في بطولة كأس العرب قطر ٢٠٢٥، ألتحق في الاحتكاك بعدد من المنتخبات الممتازة في آسيا، ومنحت البطولة للمدرب الأسترالي فرصة لروية اللاعبين على أرض الملعب، خصوصاً أن المدرب مع العراق منذ نحو ١٥ شهر فقط، واعتقد أن هذه المدة قليلة". وأضاف: "مشاهدة اللاعب في الملعب أفضل من متابعه عبر التلفاز، وأفضل أيضاً من التقارير أو الأحاديث التي تصلنا من المعاصرين والمسؤولين عن الفريق. مدرب العراق شاهد جميع اللاعبين المتاحين على أرض الملعب، وقام بتجريبهم فنياً ومنتخب الفرصة الكاملة، وما كان ليحظى بمثل هذه الفرصة لو لا بطولة العرب، كونها منحت مباريات مميزة فنياً".



نابولي يؤكد
تفعيل بند أحقية
شراء هويلوند



أمانة بغداد
يفسخ عقد
فيغولي بالتراضي

فيما يجدد فترات التوقف الدولي

الكرامة يصير
الخراف يمدف

الزوراء يتخاب
على الكشريات

النجف والناشط
يتقاسمان النقاط

السمانة
ونوروز حباب

الطالبة يتعادل
مع الموصل

هيثم كاظم
يطالب بدعم الاولمبي

اعتبار فريق السماوة
خاسرا امام اليات الشرطة



محلي
عماد محمد يدعو الاندية
للتعاون

بغداد-الدستور الرياضي
أعلن مدرب المنتخب الأولمبي، عماد محمد، أن المنتخب الأولمبي باتت تجميعه الأول يوم الجمعة المقبل استعداداً للمشاركة في بطولة آسيا التي ستقام في المملكة العربية السعودية. وقال محمد، عبر حسابه الرسمي على "الفيديو"، إن هذا التجمع يأتي ضمن خطة إعداد شاملة تهدف إلى تجهيز اللاعبين فنياً ونفسياً، إضافة إلى تقديم أفضل أداء للمنتخب في البطولة المقبلة. ودعا جميع الأندية إلى التعاون الكامل وإرسال لاعبيها للمشاركة في التجمع، بروح وطنية عالية ومسؤولية تجاه تمثيل البلاد في المحافل القارية، مبيناً أن "هذا الاستعداد المبكر سيسمح للمنتخب فرصة تجربة الحظ الفعلي المختلفة، وتعزيز الانسجام بين اللاعبين، إضافة إلى رفع المستوى البدني والفني استعداداً للتصفيات القارية الكبرى". وأضاف مدرب المنتخب الأولمبي: "نأمل من الجميع الالتزام بروح الفريق والعمل الجماعي، فتمثيل الوطن مسؤولية كبيرة تتطلب تكاتف الجميع".



عربي
الاهلي يوافق على عرض
برشلونة

القاهرة-محمد السويدي
وافقت إدارة الكرة بسلاطني المصري، على عرض برشلونة، لضم حمزة عبد الكريم، مهاجم فريق الشهاب برشواني، والذي تم تصديره مؤخراً للفريق الأول. وقال مصدر مسؤول بـ"سلاطني" في تصريحات خاصة: إن اجتماعاً عقد بحضور محمود الخطيب، رئيس النادي، شهد الموافقة على عرض برشلونة. وأوضح أن العرض يتضمن استعارة حمزة لمدة ٦ أشهر، بداية من الشهر الجاري، مع حصول الأهلي على مبلغ مالي يصل إلى ٢ مليون يورو، في حالة الاتفاق على الشراء النهائي بعد ذلك، مع نسبة من أرباح البيع تصل إلى ٥٠٪. وأضاف المصدر: "إدارة الكرة ستضع أيضاً بنداً يقضي بضم حمزة عبد الكريم للفريق الأول بـ"برشلونة" أو يبيعه إلى أي نادي آخر في الثلاث سنوات الأولى بالعقد، لضمان الحصول على عائد مالي". وكشف أن الأهلي لن يضع أي شروط إضافية، حيث تم التوصل بعد الجدية النهائية، لأن اللاعب يعد من أسر "الهواة خالصاً".



عالمي
مودريك: لا تقفوا ثقتكم بي

منعطف-الدستور الرياضي
تحول أول منشور لنجم الأوكري ميخايلو مودريك على مواقع التواصل الاجتماعي مع بداية العام الجديد إلى حديث واسع بعدما كسر الجناح النمساوي في صفوف تشيلسي صمته برسالة حملت الكثير من الإصرار والتفوق بالمستقبل. ولم يظهر مودريك داخل الملعب منذ ما يقارب عاماً كاملاً في ظل انتظار جسم مصير به بشأن عقوبة محتملة عقب فشله في اختبار المنشطات. ورغم هذا الغياب الطويل، حرص الدولي الأوكراني على التأكيد أنه مصمم على فعل كل ما يلزم لجعل عام ٢٠٢٦ عاماً مثقلاً ولا يُنسب في مسيرته. وخلال تجربته حتى الآن في كرة القدم الإنجليزية، لم ينجح مودريك سوى في تسجيل ١٠ أهداف وصناعة ١١ تمريراً حاسماً خلال ٧٣ مباراة في مختلف المسابقات، وهي حصيلة متواضعة قياساً بقيمة الصفقة الضخمة التي دفعها تشيلسي لضمه من شاختار دونيتسك في عام ٢٠٢٣، والتي بلغت نحو ٨٩ مليون جنيه إسترليني، ما وضعه في نظر كثيرين ضمن أسوأ الصفقات في تاريخ الدور الإنجليزي الممتاز. لكن مع دخول عام جديد، يبدو أن مودريك يتعامل مع المرحلة بروح "البيات الجديدة".



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

للابلاغ عن الفساد
الانقلع علو
الرقم المجاني

154



hotline@nazaha.iq
(07718888854)

سجون اليابان- مأوى النساء المسنات من الفقر والوحدة



بغداد-الدستور

في ظاهرة مأساوية تسود اليابان، تتجه بعض النساء إلى دفع مبالغ مالية أو القيام بجرم يستدعي الحبس للعيش في السجون. وبحسب تقرير نشرته "السي إن إن" تتجأ النساء المسنات في اليابان إلى السجون باعتبار ملاذاً من المرض والبرد، إضافة إلى الحصول على رعاية صحية مجانية. وتُشكل سجوناً يائسية تتلصق من العمر ٨٠ عاماً، تدعى كوكو، أن السجون أصبحت بمثابة مأوى أكثر استقراراً وأفضل مقارنة بالعيش خارجها، وقالت: "ربما تكون هذه الحياة أفضل بالنسبة لي" من جناتها، أوضحت يوكو، ٥١ عاماً، التي قضت عقوبات بالسجون خمس مرات على مدار ٢٥ سنة الماضية بتهمة تعاطي المخدرات، أن العديد من المسجنات المسنات يرتكبن جرائم عديدة للعودة إلى السجون والاشترار إلى أن معظمهن يعانين من صعوبة في توفير احتياجاتهن الأساسية كالسكن والطعام. تعاني الإحصائيات الحكومية إلى أن أكثر من ٨٠% من المسجنات المسنات في اليابان مسجونات بتهمة السرقة. وتُعكس هذه الأرقام جانباً من معاناة كبار السن، خصوصاً النساء، اللواتي يواجهن تحديات اقتصادية واجتماعية تدفعهن للبحث عن الاستقرار حتى لو كان ذلك خلف القضبان. تشير الجرائم التي يرتكبها كبار السن في اليابان، خاصة السرقات، بالنسبة لتقرير لوكالة الإخبارية على قيد الحياة، حيث يعاني حوالي ٢٠% من كبار السن في اليابان من الفقر، مما يعرض الأزمة الاجتماعية المتفاقمة التي تواجه هذه الفئة الكبيرة، التي لا تملك ما سوى أو مصدر دخل ثابتاً وتُشير بعض التقارير إلى أن غياب الدعم العائلي يزيد من تعقيد معاناة كبار السن، في الوقت الذي تكافح فيه الحكومة اليابانية لتوفير دعم أكبر لهذه الفئة، التي تعاني من الإهمال المتزايد مع تزايد أعداد المسنات المسنات في اليابان. بدأت السجون تتحول إلى أماكن أكثر رعاية وأقل قسوة، إذ شهدت تحسينات في ظروف الحياة، بدءاً من تغيير حفاظات السجناء وصولاً إلى تقديم الدعم الطبي والنسائي. وفي بعض الحالات، أصبحت السجون تشبه دور رعاية المسنين أكثر من كونها أماكن لعقوبة، بما يخص تحولاً كبيراً في النظرة السجون في اليابان، وتظهر هذه التحولات بوضوح الحاد إلى تعزيز الدعم الاجتماعي والمجتمعي لكبار السن الذين لا يمكن لهم في العالم الخارجي.



أسد يهاجم باكستانيا أثناء تصوير فيديو على تيك توك

بغداد-الدستور

بدأت الشرطة في باكستان تحقيقاً، بعد أن هاجم أسد رجلاً كان يصور مقطع فيديو على تطبيق تيك توك، في منشأة خاصة لتربية الأسود. واثار الحادث غضباً عاماً بشأن السلامة والمخاوف المتعلقة بالحيوانات. وقال مسؤول الشرطة كرم نواز "تم تسجيل قضية ضد مالك بيت تربية الحيوان، بسبب تعرض حياة شخص للخطر". ووقع الحادث، خلال عطلة نهاية الأسبوع في مدينة لاهور شرق البلاد، حيث تعتبر أقفاص الأسود على أسطح المنازل ومزارع المزارع مشهداً شائعاً، بعد أن دخل أحد المتحمسين إلى قفص الأسد لتصوير مقطع فيديو. وقال فيصل مشتاق، وهو مفتش من إدارة الحياة البرية الإقليمية، إن الرجل تعرض لإصابات خطيرة، لكن حالته مستقرة. وأشار إلى أن أكثر من ١٠٠ بيت خاص لتربية الحيوانات توجد في إقليم البنجاب، وتعمل الحكومة الإقليمية حالياً على تعديل القوانين بشأن تربية الأسود، والتمور والفهود في المنازل والأغراض التجارية.

أمريكية ترز ١٥٤ كغ قتلت ابنها بالجلوس عليه

بغداد-الدستور

في واقعة مأساوية هزت أمريكا، قُتلت أم ترز ١٥٤ كغ، طفلها البالغ من العمر ١٠ سنوات، بالجلوس عليه لمدة ٧ دقائق حتى وفاته المفنية مختلفاً. وخم على جنينفر لي ويسلون، من أجازة، في ولاية إلينوا الأمريكية، بالسجون لمدة ٦ سنوات بعد إدانتها بقتل الطفل دافوتا ليفي في حادث مروعة، وجاء ذلك عقب معابقتها الطفل بكسب قاس بعد أن هرب من المنزل مستجداً بأحد الجيران لإقناعه من سوء معاملتها. روى الجار أن الطفل دافوتا أخبره وبسأته تعرض للضرب على يد والده البتشي ومُنع من التواصل مع مركز الشبيبة لكن بعد لحظات من استجاده، وصلت ويسلون وسجبت الطفل بسعف إلى داخل المنزل، وهناك، سمع الجار صوت صراخ الطفل، ثم توقف فجأة عندما اختفى، لتتحول الواقعة إلى مأساة مروعة. وبحسب تحقيق الطب الشرعي، تبين سبب الوفاة أنه على الرغم من أن الأم كانت تعاني من الاكتئاب، وتزيف في الزرع والكبد، و عليه أصدر مكتب الطب الشرعي، تلف في الأعضاء والأنسجة، وتزيف في الزرع والكبد، و عليه أصدر مكتب الطب الشرعي، فقد ألقى الطفل بنفسه على الأرض في منزله، فاستقلت على بطنه وجسدت عليه لمدة ٥ دقائق تقريباً، وعند هذه اللحظة توقف عن الحركة، مشيرة إلى أنها اعتقدت أنه يكذب ويعد أن وصول رجال الشرطة إلى المنزل، وجدوا أن الطفل لم يكن يتنفس، كما وجدوا كميات على الجزء السفلي من رقبته وصدره، ونقل فوراً إلى مستشفى في ساوث بيند، وأعلن عن وفاته بعد يومين. ووصف الأطباء الحادث بأنه جريمة قتل.

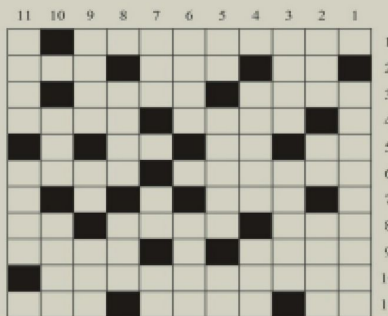


حكماً بغدائه توفي نتيجة الاختناق الميكانيكي. ووفق اعترافات جنينفر، فقد ألقى الطفل بنفسه على الأرض في منزله، فاستقلت على بطنه وجسدت عليه لمدة ٥ دقائق تقريباً، وعند هذه اللحظة توقف عن الحركة، مشيرة إلى أنها اعتقدت أنه يكذب ويعد أن وصول رجال الشرطة إلى المنزل، وجدوا أن الطفل لم يكن يتنفس، كما وجدوا كميات على الجزء السفلي من رقبته وصدره، ونقل فوراً إلى مستشفى في ساوث بيند، وأعلن عن وفاته بعد يومين. ووصف الأطباء الحادث بأنه جريمة قتل.

الأبراج

- **الحمل (21 مارس – 20 أبريل):** تشعر بأنك قد سئمت العناء لأناس لا يقدرون جهودك.
- **الثور (21 أبريل – 20 مايو):** ركز على أمورك المالية. حاول أن تنظم ميزانيتك وتجنب المصاريف غير الضرورية.
- **الجوزاء (21 مايو – 20 يونيو):** احسن اختيار كلماتك عندما تتحاور مع الآخرين حتى لا يسببون قهقهة.
- **السرطان (21 يونيو – 20 يوليو):** خفف أعمالك لأنك في حاجة ماسة إلى الراحة.
- **الأسد (21 يوليو – 21 أغسطس):** حالة انتعاش بعد إحباط تجعلك أكثر ثباتاً في مواجهة مصاعب الحياة.
- **العذراء (22 أغسطس – 22 سبتمبر):** تحافظ على برودة أعصابك بالرغم من كل الصعوبات التي تواجهها في هذه الفترة.
- **الميزان (23 سبتمبر – 20 أكتوبر):** يوم مناسب للتعبير عن إبداعك. لا تخف من المخاطرة، بل استغل مواهبك وقدراتك لتحقيق أحلامك.
- **العقرب (21 أكتوبر – 20 نوفمبر):** تتمتع بطاقة إيجابية اليوم تدفعك نحو تحقيق أهدافك. استغل هذه الحيوية في العمل وكن جريئاً في اتخاذ القرارات.
- **القوس (21 نوفمبر – 20 ديسمبر):** تقبّل انتقادات الآخرين بروح إيجابية واعمل على تصحيح الأخطاء التي اقترفتها.
- **الجدي (21 ديسمبر – 20 يناير):** قد تواجه بعض التحديات المالية، لذا من المهم أن تكون حذراً في إنفاقك. حاول وضع خطة مالية واضحة لتحسين وضعك.
- **الدلو (21 يناير – 20 فبراير):** حضورك المميز وشخصيتك الجذابة يجعلانك محط إعجاب الكثيرين.
- **الحوت (21 فبراير – 20 مارس):** التشاؤم ليس من طباعك. تقال بالخير كما اعتدت دائماً.

الكلمات المتقاطعة



عمودياً:

- 1 - شاعر كويتي يُلقَّب بشاعر الوطن
- 2 - والد - ظلمة - واسع
- 3 - سخي - شذا
- 4 - تعب - كيف
- 5 - بحر - شقيق - عُمر
- 6 - تبادل الرسائل بين طرفين
- 7 - على فترة من الزمن - متخصص
- 8 - كرسى الملك - حازم - لس
- 9 - بيدية
- 10 - موج البحر القوي - حلم
- 11 - موقع أثري في صعيد مصر

أفقياً:

- 1 - شاعر كويتي يُلقَّب بشاعر الوطن
- 2 - والد - ظلمة - واسع
- 3 - سخي - شذا
- 4 - تعب - كيف
- 5 - بحر - شقيق - عُمر
- 6 - تبادل الرسائل بين طرفين
- 7 - على فترة من الزمن - متخصص
- 8 - كرسى الملك - حازم - لس
- 9 - بيدية
- 10 - موج البحر القوي - حلم
- 11 - موقع أثري في صعيد مصر

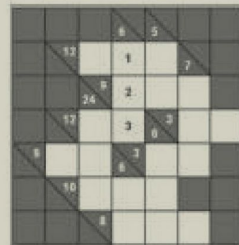
استراحة



SO
DU
KO

تتألف هذه الشبكة من 81 خانة موزعة في 9 مربعات متساوية. اصلاً الخانات الفارغة بأرقام من 1 إلى 9 مرارياً عدم ظهور الرقم الواحد سوى مرة واحدة في الصفوف الأفقية والصفوف العمودية وبداخل 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. تُملأ 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 عاصمة أوروبا.

إبريق	حديقة	سرير	مبخرة	مكتبة
أثاث	خزانة	سلة	مصاب	منضدة
أريكة	درج	شمعدان	مخزن	موقد
إنارة	دلو	صندوق	مدفأة	نافذة
أناقة	ديكور	طاولة	مزهريّة	وسادة
باب	ديوان	طبق	مساحة	
بيت	ذوق	فناء	مسند	
بساط	رفاهية	قبو	مصباح	
تلفزيون	ساعة	قصص	مظلة	
تمثال	ستارة	كوب	مفروشات	
ثرثيا	سجادة	لوحة	مقعد	

بين انتظار وعدم قبول

مبارك أنت حامل .. عبارة تتمناها النساء.. ولكن!

من منا لا يتمنى أن يكمل نصف دينه ويدخل القفص الذهبي ويكون أسرة سعيدة ومتناسكة، تكون نمرتها الأطفال الذين هم فلذات أكبادنا.. حيث نلا حظاً من الزوج والزوجة بعد زواجهما بيدان للتخطيط لإنجاب طفل يعلى عليهم حياتهما وهذا أمر طبيعي.. وعندما تذهب الزوجة بعد فترة من الزواج إلى الطبيب يخبرها بأنها حامل، تشعر بسعادة غامرة باعتبارها أول طفل يولد لها.. إلا أن هذه العبارة ((مبارك أنت حامل)).. لا تفرح جميع السيدات، وهذا ما استنادنا أخذنا آراء البعض منهن، وذلك لأسباب عديدة.. فهناك من تريد تأجيل موضوع الحمل، وهناك من تتجنبه لأن لديها عدد غير قليل من الأطفال، وهناك من لم تسميها وتتمنى ذلك.. وغيرها من الأمور التي تصف عند هذه العبارة.. ولتسليط الضوء أكثر على هذا الموضوع، تحدثنا:



فسمعتنا لا توصف عندما نرزي باطفال بملون حياتنا، نعمل لأجلهم ونعيش حتى نوفر لهم ما يحتاجونه ولست من يقف ضد تلك العبارة التي تعد من أتمن وأروع الجمل التي تسميها النساء بعض النظر عن الاسباب والأمور التي تسترتب بعد الولادة.. المهم هو ولادة مخلوق صغير وجمل سوف يكبر وحمل اسمك وتراه يشب أمام عينيك وتزوجينه وتري أطفاله قل تلك الأمور عظيمة ولا تقدر بثمن..

المحرم

أخبرني زوجي بذلك إنزعج كثيراً من هذا الخبر الذي أسعده في بداية زواجنا، وقد أدركت حينها أن تلك العبارة تكون مقصورة فقط على الطفل الأول، وبعد ذلك تصبح عبارة تعقيدية تقال فقط لمعرفة الحمل. * أم أحمد/ موظفة تقول: صحيح أن الحمل شيء جميل جداً وضروري إنجاب أكثر من طفل واحد حتى أوفى بين العمل ومتطلبات البيت. * بداء خلف/ ربة بيت/ تقول: أنا متزوجة منذ ١٠ سنوات ولحده الآن أتمنى سماع عبارة "مبارك أنت حامل" وتصيف: لقد أعطاني الله تعالى كل ما أريد من مال وجاه

وكذلك عدم السيطرة عليهم فضلاً عن إنزعاج الأب المستمر وكثرة التفكير الذي يولد المشاكال العائلية.. * رشما حميد/ موظفة، تقول: سمعتني لا توصف عندما أخبرني الطبيب بعد ثلاثة أشهر أنني حامل حتى أن زوجي وأهله فرحوا كثيراً لذلك عند سماعهم هذا الخبر وبدأ التكديك والاعتناء بي منذ لحظة سماعهم الخبر حتى الولادة وبعد ذلك، إلى أن اكتشفت أنني حامل بعد فترة من ولادتي الطفل الأول وما ولد لي نوعاً من الإرباك، وعندما



بعد طول انكسار

بعد طول الوجع واجترار الذنابات قررت أن أعفك مما أنت عليه، وأفك عك قسود استلكت بالعشق، والتسكع في منى التي طرقت فيها.. أن أمحك فرصة للغياب وأخرى للرجوع.. أن أجزي روحك كل عواء الذنابات العفست، وكل ضواري العوايات.. قررت الاكوتني في ولاسواي.. بسعد طول انكسار.. توهمت أنني أنثر في ظلمات روحك نجمة لتعرف الخوف وأسرت لك القمر الذي فر من جنبات خيالك وأنت منشغلة بسعد طراندك وخراف لياليك الماجات.. بعد طول حنين لي إلى الأنا قبض على جمره الانكفاء وأهز سلاسل مستحيلك أن أفرع أجراس خداتك.. أن أتذكر ما ابتدأه معك.. ماخططته على رقعة الحجر الرممية في زاوية الصدر.. لتبني بها الحياة بعد طول سبات.

بعد طول خداع كان لي أن أدرك أن الشهب الذهبية التي في الأفق لن تعود.. وأن طرق الصافير المهاجة محفوفة بالمخاطر، وأن الدلائل التي عمدت نعمة الصغير لن تعيش طويلاً.. والزهور التي لم تقدر راحتها بعد سحق أقدام العابرين عليها تبقى مجرد ألوان ملونة.

بعد طول سراب.. لم يعد الآن في صندوق أجزائي مسمع لحزن جديد.. ولم يبق لي من ذاكرة الرجوع غير الخطوط التي رنقت بسها خبيثاتي وأخر مغازر الوجع. لم يعد منك لي لأحضانتي غير وهم ليس له الأوجه غير قناع بعد طول كل هذه التهاديات.. أفرأني أن أخط على آخر ورقة توت غير حرق خبيثي وانكساري وأنا الملم تشظيك في روعي.. لأعيد تجمع صور تلك القديمة مثل لما رأيتك أول وهله لم أفصح في ذلك.. لكنني لم أفصح في ذلك.. لم استطع قط.

عاشق

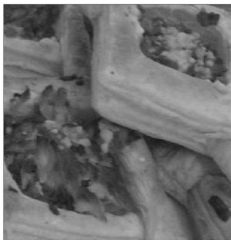
البطاطا الحشوية



تأخذ بطاطا مع جزر وتكشر ونضعها مع مرقة دجاج، وبعد ذلك نأخذ لحمة مفرومة ونأخذ حبات بطاطا ونحشي فيها اللحمة. المقادير ٥ حبات بطاطس ١ كيلو لحمة مفرومة أيضاً ٥ حبات بطاطس حشوة بقودس من اللحمة جزر حسب الرغبة الطريقة

١. توضع الحسم حبات البطاطس مع الجزر في مرقة الدجاج.
٢. وتأخذ الجزر ونغمره مع حشوة البودونس واللحمة.
٣. نحشيه في البطاطس ونضعه على النار لمدة نصف ساعة.

البف بستري بالشاورما



١. المقادير ١ دجاجة ٢ بصل ١ فلفل أخضر - مقطع ١ طماطم - مقطع ملح - بهار (فلفل أسود - هيل - قرفة) ٨ شرائح بفتري ١ بيضة سمسم زيت نباتي الطريقة
١. تسلق الدجاجة مع بيضة وتوضع عليها البهار (ملح + هيل + قرفة) لمدة نصف ساعة.
٢. نخلي الدجاجة من العظام.
٣. نحسم البصل المقطع مع الفلفل الأخضر والطماطم بالزيت.
٤. نصفي الدجاج إلى الحميم ونقلبه لمدة دقائق معدودة ونضيف الملح والفلفل.
٥. نضع شرائح عجينة البف بستري في الأربع في طبق بايركس مربع بعد دهن الطبق بالزيت.
٦. نضع الدجاج المخلوط فوق الشرائح ثم نخلي الوجه بالشرائح الأربع المتبقية.
٧. ندهن السطح بالبشيش ثم نرش عليه السمسم.
٨. نضع طبق البافيركس في الفرن حتى ينفخ البف بستري ويحمر الوجه وبالهنا والشاء.

الطماطم والخيار مزيل طبيعياً للمكيكاج

اعداد المسوق تقدم اليك طريقة تحضير مزيل طبيعي للمكيكاج دون استخدام أي مواد كيميائية، فقط عن طريقة استخدام الخيار والطماطم، تعرفي معنا على هذه الطريقة وقفا لإختصانية التجميل جويل ماريديان.

الطماطم والخيار:

يعتبر كل من الطماطم والخيار من أهم المكونات الطبيعية المنقطة للبشرة، تعمل الطماطم على التخلص من الرؤوس السوداء، في حين أن الخيار ينضج البشرة وينقلها، العرسي ثمره من الطماطم مع ثمره من الخيار وضعتي الخليط على وجهك أربع ساعة قبل غسله، هذا الماسك يساعد على تنظيف البشرة من المكيكاج يمكنك تمرير قطعة مبللة بماء ورد بعد غسل هذا القناع للحصول على بشرة مشرقة.



بديل طبيعي عن أحمر الشفاه

اعداد المسوق

تعرفي معنا على طريقة تحضير بديل طبيعي عن أحمر الشفاه لا يضر شفاهك ويعمل على ترطيبها. المكونات: شمع العسل، زبدة الفواكه، زيت جوز الهند.

زيت جوز الهند: طريقة التحضير:

- ذاب شمع العسل وزبدة الفواكه أو زبدة الكاكاو مع زيت جوز الهند في وعاء زجاجي.
- تخلط المكونات جيداً على النار بشكل سريع.
- عندما تذاب تتم إزالة النار وتضاف ألبه مكونات اختيارية للحصول على لون طبيعي للشفاه مثل ملعقة صغيرة من مسحوق البودر.
- تترك لمدة ساعة حتى تبرد وتحفظ في الثلاجة لاستخدامها على الشفاه والحصول على شفاه رطبة ورديّة.



قناع سحري للشعر وتقويته

اعداد المسوق تقدم اليك قناعاً من الطبيعة يعززك عن استخدام المواد الكيميائية ويعمل على ترطيب الشعر وتقويته وزيادة لمعانه ومحاربة الجفاف الذي يتعرض له خاصة في فصل الصيف. تعرفي معنا على هذا القناع ودلومي على تطبيقه. المكونات: ثلاث ملاعق مايونيز، أربع ملاعق زيت زيتون، ملعقة خل تفاح.

الطريقة: امزجي المكونات جيداً ورتبها على شعرك لمدة ٣٠ دقيقة، ثم اشطفيه بماء فاتر وكري هذا القناع مرتين شهرياً على الأقل للحصول على نتائج مرضية.

