

● **نقابة المحامين و منتدى الاعلاميات وشبكة صوتها**
يناقشون جرائم المعلوماتية
ودق الحصول على المعلومة

● **في بغداد سجينات ينتمين ل داعش**
حاولن قتل أنفسهن وأطفالهن

● **المعهد الفرنسي**
و ندوة حوارية عن عاصمة
سرجون الثاني الاشورية

● **حل اللغز بعد 500 سنة**
سر "ابن سامة الموناليزا"
كشفت.

● **تألقي بأجمل**
العبايات الملونة في رمضان

الاعلامية هبة الماجد

اتمنى من النساء ان يكافحن من
اجل تحقيق احلامهن



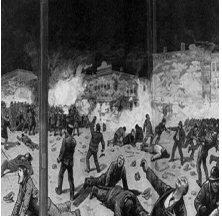
ندوة حوارية عن تعزيز مشاركة المرأة في السلام وآلية الحد من اثر الجريمة المعلوماتية ضدها.. (قانون جرائم المعلوماتية انموذجا)

4



وزارة الكهرباء تعلن عن ساعات التجهيز في شهر رمضان وتناشد مجالس المحافظات لمتابعة المولدات الاهلية

7



اليوم العالمي لعيد العمال تاريخ حافل بالنضال

8



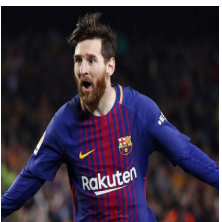
ماهو العمر الحقيقي لنجوى كرم؟

19



ديكورات ولا أروع بالخط العربي... إعتديها في رمضان ٢٠١٩

27



أوسمة ملونة للعراق في بطولة اسيا للكراتيه

30



صورة الغلاف للاعلامية هبة الماجد



مجلة شهرية
تعنى بالمرأة والمجتمع

صاحبة الامتياز ورئيسة التحرير
الدكتورة نبراس المعموري

مدير التحرير
انتخاب القيسي

هيئة التحرير
أنتخاب القيسي - رواء القزويني
خالد البدر - رند منتصر

التصميم والاعراف الفني
رغيب اموري

ادارة الموقع الالكتروني
علي زاحم - رند منتصر العيداني
خالد البدر - رواء القزويني

التصوير الفوتوغرافي
عباس كردي - كريم الدفاعي
رغيب اموري

البريد الالكتروني
soutuhamagazine@gmail.com

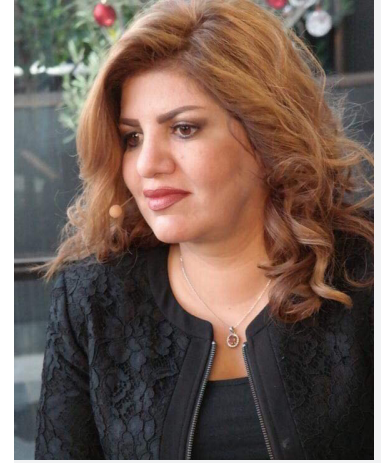
موبايل
07818811592

موقعنا على الانترنت
www.sawtuha.com

صفحتنا على الفيسبوك
http://www.facebook.com/soutuha

سيكولوجية الجماهير

طباشير



الدكتورة نبراس المعموري

”معرفة فن التأثير على مخيلة الجماهير تعني معرفة فن حكمها“

غوستاف ليبون

اهتم عدد كبير من علماء النفس الاجتماعي بدراسة السلوك الجمعي للجمهور لما يترتب عليه من تغيير خاصة سلوك الافراد عند تجمعهم واجتماعهم في مكان معين والذي يعكس اختلافا واضحا عن الصفات الاعتيادية التي تميز سلوكهم عندما يكونون في حالة استقلال وانفراد بعيدا عن المجموعة. اول من كتب عن السلوك الجمعي هو العالم النفساني الفرنسي غوستاف ليبون الذي ألف كتابه المشهور ”سيكولوجية الجمهور“ عام 1896، ابان الاحداث الثورية في فرنسا، والتي تطلبت منه البحث في أزمات الأنظمة الديمقراطية، و اسباب ظهور القوى الشعبية والثورية، التي كانت سببا رئيسيا في احداث تغييرات كبيرة في بلده، وفي بلورة نظريته المتعلقة بدراسة الجمهور والسلوك الجمعي غير المنظم .

كتاب سيكولوجية الجماهير يمثل قراءة واسعة عن سلوك الفرد والجماعة، وكيفية توجيهها من قبل السلطة بمختلف تخصصاتها، ويمكن القول ان الكتاب بحث في علم النفس الفردي و علم النفس الاجتماعي ، سيما انه درس سلوك الفرد و مدى انسجامة داخل المجتمع، مفسرا سلوكيات الجمهور بأنها تعود إلى العرق و ان كل فرد ينتمي إلى عدة أرواح جماعية “ روح عرقه، روح طبقته وروح طائفته“.

و التساؤل الأهم الذي يطرحه الكتاب .. كيف يمكن للقادة أن يسيطروا على جماهير تمتلك هذا الحجم من الارواح؟ لقد صنف ليبون الأشخاص الذين ينتمون إلى جمهور معين أنهم هامشيون وشاذون عن المجتمع، و اطلق عليهم تسمية ”القطيع“ ، ويفسر اطلاقه التسمية ؛ بان الجماهير تنصهر و تذوب روحها الفردية داخل المجموعة، و هذا يؤدي الى انخفاض مستوى سيطرة العقل و سطوة العاطفة المتطرفة على قناعاتهم وقراراتهم التي تؤدي الى الاستجابة لمبادئ خاطئة، تسهل القيام بتصرفات سلبية، كما ان الغريزة الثورية، تبقى أمراً مهمناً على روح الجماعة ، وان الأفكار الثورية لا تؤثر في الجماهير إلا إذا أدخلت إلى حالة اللاوعي وتحولت إلى عواطف، و عليه لا يمكن تحريك جمهور وتحويله لقطيع إلا عن طريق عاطفته المتطرفة ، و جذبه للتيار الذي يرغب فيه رئيس القطيع بكل سهولة، لذلك فالحيادي الموضوعي لا يمكن أن يكون داخل القطيع أبداً!

و حسب ليبون فإن الجماهير سواء اكانت في مكان واحد، او في اماكن مختلفة من العالم؛ بطبعها تميل إلى حب السلطة القوية والتنمر على السلطة الضعيفة، وفي حال كانت السلطة تتأرجح بين النوعين فإن الجمهور سيتأرجح بين الالتزام والفوضى. انصب هدف كتاب سيكولوجية الجماهير على اليات السيطرة على الجماهير، وبمقارنة مع ابحاث ودراسات علم النفس في عصرنا الحديث نجدها قد اختلفت كونها اخذت تركيز على شروط و اسباب ولادة سلوك جماهيري جمعي منظم، خاصة مع انتشار حركات المطالبة استبدال الانظمة الدكتاتورية بالانظمة الديمقراطية وتصاعد الحركات الثورية الساعية للتغيير .

وامام ما طرحه ليبون قبل قرنين و ما يطرحه باحثوا علم النفس حديثا نجد ان المجتمعات مهما اختلفت اماكنها وثقافتها الا انها في النهاية اجتمعت تحت خيمة مظلة النظريات بأنواع ثلاث وهي :

- نظريات تفسر السلوك الجمعي بانه انتقال سريع للافكار والقناعات بين الجمهور دون اي تفكير او اعتراض وتغلب عليه العاطفة، وهذه النظريات تتجسد في آراء ليبون.
- نظريات تفسر السلوك الجمعي على اساس تكتل الافراد لتشابه افكارهم واهدافهم.
- نظريات تعتقد ان السلوك الجمعي يعتمد على مقياس اجتماعي يظهر في حالات معينة.

ندوة حوارية عن تعزيز مشاركة المرأة في السلام وآلية الحد من اثر الجريمة المعلوماتية ضدها.. (قانون جرائم المعلوماتية انموذجا)

● - بغداد



هذا الجانب ويتوجب ان يكون هناك توعية قانونية باهم الفقرات العقابية التي تضمنها قانون العقوبات للحد من جرائم المعلوماتية، واختتم ان المحكمة الاتحادية على اتم الاستعداد للتعاون مع المجتمع المدني والاعلام.

وفي ختام الندوة وبعد فتح باب النقاش وطرح الاسئلة من قبل الحضور على المحاضرين؛ هنأت ممثلة دائرة المنظمات الحكومية السيدة هنادي العطية الوسط الاعلامي بمناسبة اليوم العالمي لحرية الصحافة، ونقلت تحيات مدير عام دائرة المنظمات غير الحكومية، الاستاذ محمد طاهر تميم، واعلنت ان دائرة المنظمات مستمرة في عقد الاجتماعات مع منتدى الاعلاميات لغرض تنفيذ نصب اطوار بهجت في احد ساحات بغداد وانه قريباً سيتم الاعلان عن الفنانة التي ستولى مهمة تصميم النصب.



اما المتحدث الرسمي باسم وزارة الداخلية اللواء سعد معن فقد شرح الآلية التي اعتمدها وزارة الداخلية للحد من الابتزاز الالكتروني و كيفية مكافحة الجريمة الالكترونية، مستشهدا بحالات لنساء ناشطات و صحفيات سعى البعض النيل منهن عبر مواقع التواصل، واختتم معن حديثه باهمية التنسيق المشترك للحد من الجريمة الالكترونية، و بالذات بعد العمل بشكل رسمي بوحدة التحقق الالكتروني.

اما الاعلامي ادريس جواد وعضو الهيئة الاستشارية لمنتدى الاعلاميات العراقيات، فقد استعرض مراحل كتابة مشروع قانون جرائم المعلوماتية واهم النقاط الخلافية ومدى كفاءة اللجان المعنية بكتابته



ومناقشته واقراره، ووضح ادريس اننا بحاجة لاجراءات سريعة اكثر من حاجتنا لقانون يقيد من حرية التعبير .

من جانبه وضح المتحدث الرسمي للمحكمة الاتحادية الياس فقرات من قانون العقوبات العراقي ومدى الجدوى منها و كيفية استثمارها للحد من الجريمة الالكترونية واكد الياس ان الضرر الاكبر يقع على المرأة كونها الحلقة الاضعف في

عقد منتدى الاعلاميات العراقيات، و دائرة المنظمات غير الحكومية، وبالتعاون مع مكتب المرأة للامم المتحدة، يوم الاحد، الموافق ٥ ايار ٢٠١٩ ، ندوة حوارية بشأن تعزيز مشاركة المرأة في السلام، و الحد من الانتهاكات التي تتعرض لها عبر مواقع التواصل الاجتماعي (قانون جرائم المعلوماتية انموذجا). تضمنت الورشة محاورة عدة الاول استعرضت من خلاله رئيسة المنتدى د. نبراس المعموري تعزيز مشاركة المرأة في السلام، وحجم الانتهاكات التي تتعرض لها نتيجة الابتزاز الالكتروني، و صفحات التواصل المزيفة، واثّر ذلك على الادوار التي تقوم بها للمطالبة بتطبيق مبادئ حقوق الانسان، و تحقيق السلم المجتمعي، لاسيما في مناطق النزاع التي تحتاج جهد و عمل مكثف.

من جانبه وضح السيد ضياء السراي ممثل منظمة اليونسكو في العراق المحور الثاني للندوة و هو حجم الخروقات الالكترونية التي يواجهها العراق بسبب عدم وجود منظومة قانونية رصينة، و لا قرارات تنفيذية ترتبط بالمصادقة على الاتفاقيات الدولية ذات العلاقة، و اضاف السراي المرأة بشكل عام اكثر شريحة تتعرض للضرر والعنف؛ نتيجة الاستخدام السيئ لمواقع التواصل الاجتماعي، و هذا يحتاج اجراء سريع من قبل الجهات المعنية وبالذات هيئة الاعلام والاتصالات و وزارتا الداخلية والاتصالات.

الاعلاميات ينظم ورشة تدريبية ثالثة عن تعزيز مشاركة المرأة في فض النزاعات والتعايش السلمي والقرار 1325

● - بغداد

الجزء الثالث تضمن ماهية المدافعة والمناصرة (عناصرها، انواعها، مراحلها) و تحليل موضوع الحملة (تعبئة الراي العام بصدد تعزيز مشاركة المرأة في فض النزاعات والسلم المجتمعي) و العوامل المؤثرة والتحديات اضافة الى أنشطة عملية عن كيفية تنظيم حملة مناصرة لتعزيز مشاركة المرأة و تنفيذ قرار مجلس الامن الدولي ١٣٢٥.

و المحامية ايمان عبد الرحمن.. تدريب بشأن الجندر، والفرق بين الجندر والجنس، والتمييز القائم على اساس النوع الاجتماعي وانواع العنف لا سيما في المناطق التي شهدت نزاعات مسلحة، واليات الحد من العنف، اما الجزء الثاني فتضمن التعريف بقرار مجلس الامن الدولي ١٣٢٥ الذي يعنى بالمرأة ما بعد الصراع والخطوة الوطنية والاجراءات الحكومية والاستعانة بتجارب و قصص، لا سيما خلال تنفيذ خطة الطوارئ .

ضمن مشروع المرأة للسلام والعمل الانساني؛ نظم منتدى الاعلاميات العراقيات iwjf ، بالتعاون مع مكتب الامم المتحدة للمرأة في العراق، الورشة التدريبية الثالثة بشأن (بناء قدرات وسائل الاعلام على حملات المناصرة وتعزيز مشاركته المرأة في فض النزاعات والسلم المجتمعي) ، و للفترة ٣٠ نيسان - ٢ ايار ، وبمشاركة ١٨ اعلامية وناشطة من ديالى و بغداد . تضمنت الورشة التي حاضرت فيها كلا من الدكتورة بشرى العبيدي



رئيس الادارة الانتخابية في مفوضية الانتخابات : المفوضية تفتح مراكز مؤقتة لتحديث سجل الناخبين للنازحين

متابعات
سياسية



مجالس المحافظات غير المنتظمة باقليم لاختيار من يمثلهم في تلك المجالس .

زيادة عدد المسجلين في عملية التحديث البايومتري. مؤكداً الى ان المفوضية ستسير فرق جواله متخصصة تعمل على تحديث سجلات الناخبين النازحين في المحافظات التي يسكنون فيها حالياً فضلاً عن توزيع بطاقات الناخب الالكترونية البايومترية ممن لم يستلم بطاقته سابقاً. لافتاً الى ان هذا الاجراء هو فرصة للناخبين الذين نزحوا من مناطقهم نتيجة احتلال عصابات داعش الارهابية لمحافظاتهم سابقاً ولم يستطيعوا العودة اليها ولضمان مشاركتهم في الاستحقاقات الانتخابية المقبلة ومنها انتخابات

اعلن رئيس الادارة الانتخابية في مفوضية الانتخابات السيد احمد رحيم بشارة عن مباشرة المفوضية بافتتاح مراكز مؤقتة لتحديث سجل الناخبين للنازحين ، وأشار السيد بشارة الى ان المفوضية وفي ضوء اهتمام مجلس المفوضين بالناخبين النازحين من مناطق سكنهم الى المحافظات التي نزحوا اليها ومنها محافظات اقليم كوردستان فقد اصدر المجلس قراراً بفتح مراكز مؤقتة لتحديث سجل الناخبين بايومترياً الى شريحة النازحين في مناطق النزوح , لتسهيل الاجراءات التي تقوم بها المفوضية بهدف

الداخلية تؤكد تحقيق "إنجازات مهمة" في محاربة الفساد المالي والإداري

بغداد



اختيار القيادات الأمنية في وزارة الداخلية وتكليفها بالمناصب الإدارية والعسكرية فهو يخضع لجملة شروط وضوابط وعبر لجان مختصة يشترك في عضويتها ممثلين عن مكتب المفتش العام وأمن الأفراد، مع العلم بأن الوزارة لا تتوانى في محاسبة أو استبدال اي فاسد أو غير متمكن من أداء واجباته".

وأشار البيان، إلى أن "وزارة الداخلية وفي الوقت الذي تحترم فيه آراء الجميع وتأخذها على محمل الجد اذا كانت تهدف الإصلاح، فهي في ذات الوقت تدعو إلى تقديم ادلة وواقع وبراهين ملموسة والابتعاد عن لغة التعميم مع الاحتفاظ بالحقوق القانونية المكفولة دستوريا حيال ذلك".



الضرر الأكبر على المنتسبين، تؤكد وزارة الداخلية أن قياداتها العليا وأجهزتها الرقابية كمكتب المفتش العام ومديرية أمن الأفراد ودوائر التفتيش الإداري وغيرها تعمل وبصورة مهنية على محاربة كل أشكال الفساد الإداري والمالي وقد حققت هذه الدوائر إنجازات مهمة في إطار عملها وهو ما أكد مدى المهنية التي تتحلّى بها الوزارة". وأضاف البيان، أن "موضوع

أكدت وزارة الداخلية، أن القيادات العليا والأجهزة الرقابية في الوزارة تعمل "بصورة مهنية" عل محاربة جميع أشكال الفساد المالي والإداري، مشيرةً إلى تحقيق "إنجازات مهمة" بشأن ذلك، فيما بينت أن اختيار القيادات الأمنية في وتكليفها بالمناصب الإدارية والعسكرية يخضع لجملة شروط وضوابط. وقالت الوزارة في بيان تلقت صوتها نسخة منه، إنه "بناءً على ما تم تناقله من تصريحات جرى تداولها عبر عدد من مواقع التواصل الاجتماعي ووسائل الإعلام لأحد النواب مفادها تفشي ظاهرة فرض الاتاوات لدى بعض قيادات وزارة الداخلية وابتزاز هذه القيادات أخرى أدنى منها ووقوع

وزارة الكهرباء تعلن عن ساعات التجهيز في شهر رمضان وتناشد مجالس المحافظات لمتابعة المولدات الاهلية

متابعات
اجتماعية



لما يزيد عن
(٢٠) ساعة
باليوم خلال
شهر رمضان
المبارك، في
العاصمة بغداد
والمحافظات.
وبهذه المناسبة
تناشد وزارة

الكهرباء، مجالس المحافظات
والوحدات الادارية التابعة لها،
كونها الجهة المسؤولة عن متابعة
ومراقبة عمل المولدات الاهلية
والحكومية، بالتحرك الجاد لمتابعة
عملها، والالتزام بالاسعار المخفضة
للامبير المباع الى المواطنين، كون

هذه المولدات لا تعمل اكثر من
اربعة ساعات يومياً كأقصى حد.
كما تناشد الوزارة المواطنين الكرام
بالحفاظ على الطاقة وعدم الاسراف
فيها لينعم الجميع بكهرباء مستمرة
دون انقطاع.

يقدم منتسبو وزارة الكهرباء احمر
التهاني والتبريكات للمواطنين
الكرام، بقدوم الشهر الفضيل شهر
(رمضان المبارك)، اعاده الله على
الجميع باليمن والبركات.

وفي مستهل هذا الشهر، تؤكد
الوزارة للمواطنين الكرام، ان
المساعي الجادة التي بذلتها ملاكاتها،
نجحت بشكل كبير وملحوس بزيادة
انتاج الطاقة الكهربائية في عموم
البلاد، وانها بدأت وستستمر
بتجهز المواطنين بالتيار الكهربائي

تعرف على الغرامات المروية الجديدة بحق المخالفين من اصحاب المركبات

بغداد -



تجديد أجازة السوق. ح-الوقوف
في محل ممنوع. خ-أستعمال جهاز
الهورن الهوائي. د-مخالفة العلامات
الشاخصة والأرضية.

٤-يعاقب بالحبس مدة لا تقل عن
شهر ولا تزيد عن سنتين او بغرامة
لا تزيد عن مليون دينار او بكلا
العقوبتين كل من أحدث أذى أو عاهة
مستديمة بسبب قيادة المركبة دون
مراعاة القوانين والأنظمة.

٥-يعاقب بالحبس مدة لا تقل عن
سنة ولا تزيد عن ثلاث سنوات او
بغرامة لا تزيد عن مليون دينار او
بكلا العقوبتين كل من قاد مركبته
تحت تأثير المسكر أو المخدر.

٦- يعاقب بالحبس مدة لا تزيد عن
ثلاث سنوات كل من أعتدى على
رجل المرور.

يذكر ان مجلس النواب العراقي
صوت خلال جلسته الـ ١٧ التي
عقدت امس الاحد، على قانون
المرور الجديد.



مركبات الحمل كاه. ب- تجاوز
الارتفاع المقرر للحمولة.
ج- عدم التوقف عند الخروج
من الطريق الفرعي الى الطريق
الرئيسي. ح- مخالفة البيانات
والتعليمات الصادرة من المرور
العامة.

٣- يعاقب بغرامة مالية قدرها ٥٠
الف دينار كل من أرتكب الأفعال
التالية: أ- قيادة مركبة بأجازة سوق
غير مخصصة بنوع المركبة.

ب-أستعمال الضوء العالي الزنون
والبروجكترات الإضافية. ج- عدم

فرضت هذه الغرامات في قانون
المرور الجديد الذي صوت عليه
مجلس النواب والذي يتضمن ٥٠
مادة. وتنوعت هذه المواد بحسب
القانون الى الحبس والغرامة بحسب
نوع المخالفة وضررها.
وأداة مختصر من الغرامات ومقدار
الغرامة المالية:

١-يعاقب بغرامة مالية قدرها ٢٠٠
الف دينار كل من أرتكب الأفعال
التالية: أ-عدم الأمتثال لأشارة
رجل المرور أو الأشارة الضونية.
ب-قيادة المركبة بأهمال ورعونة.
ج- قيادة المركبة بسرعة تزيد عن
المقررة قانوناً. ح- السير عكس
الاتجاه (رونك سايد). خ- الستائر
أو الزجاج المضلل. د-قيادة المركبة
بدون لوحات تسجيل.

٢- يعاقب بغرامة مالية قدرها ١٠٠
الف دينار كل من أرتكب الأفعال
التالية: أ-عدم تغطية الحمولة

اليوم العالمي لعيد العمال تاريخ حافل بالنضال

العشرات من أولئك العمال. وقامت الخمسون ولاية أميركية بالاحتفال بعيد العمال كعطلة رسمية. يوم ١ أيار يمكن أن يشير إلى العديد من الاحتفالات العمالية المختلفة التي أدت إلى الأول من مايو كذكرى لحياء النضال من أجل الثمان ساعات في اليوم. وفي هذا الصدد يسمى الأول من أيار بالعطلة الدولية لعيد العمال، أو عيد العمال. بدأت فكرة "يوم العمال" في أستراليا، عام ١٨٥٦. ومع انتشار الفكرة في جميع أنحاء العالم، تم اختيار الأول من أيار ليصبح ذكرى للاحتفال بحلول الدولية الثانية للأشخاص المشتركين في قضية هايماركت ١٨٨٦.

مع حزب العمل باعتباره أولوية سياسية. وخوفاً من المزيد من الصراعات، تم تشريع عيد العمال وجعله عطلة وطنية من خلال تمريره إلى الكونجرس والموافقة عليه بالإجماع، فقط بعد ستة أيام من انتهاء الإضراب. وكان كليفلاند يشعر بالقلق لتواؤم عطلة عيد العمال مع الإحتفالات بيوم مايو الدولي، والذي قد يثير مشاعر سلبية مرتبطة بقضايا هايماركت عام ١٨٨٦، عندما أطلق أفراد شرطة شيكاغو النار على عدد من العمال أثناء إضراب عام مطالبين بحد أقصى لعدد ساعات اليوم الواحد لا يزيد عن ثماني ساعات، وقد راح ضحية تلك الحادثة

يعود الاحتفال بعيد العمال إلى شيكاغو عام ١٨٨٦ حيث حصلت نزاعات بين العمال وأرباب العمل لتخفيض ساعات العمل اليومي إلى ثماني ساعات، ما أدى إلى ظهور قانون الاتحاد التجاري، الذي أضفى الصفة القانونية، وقام بحماية نشاط الاتحاد في عام ١٨٧٢ في كندا. أول عيد للعمال في الولايات المتحدة الأميركية تم الإحتفال به في الخامس من أيلول، عام ١٨٨٢ في مدينة نيويورك. وفي أعقاب وفاة عدد من العمال على أيدي الجيش الأميركي ومارشالات الولايات المتحدة خلال بولمان سترايك أو إضراب بولمان، وضع الرئيس جروفر كليفلاند تسويات مصالحة



في بغداد سجينات ينتمين لـ "داعش" حاولن قتل أنفسهن وأطفالهن



وتابعت الوكالة، أنه "يسمح للأطفال بالخروج إلى الفناء لمدة ساعتين يوميا وبخلاف ذلك يقضون أيامهم في زنابن مكدسة أو يشاهدون حلقات الرسوم المتحركة على التلفزيون". وأشارت إلى أن "نحو ٢٠ مصدرا مطلقا على الظروف في السجن وقضايا النساء أكدوا أن الأطفال ينامون على حشايا رقيقة يعترهم الملل وينهشهم الجوع بل والمرض في كثير من الأحيان دون رعاية طبية تذكر"، موضحة أن "أكثر من ستة من هذه المصادر إن الأوضاع السيئة أدت إلى وفاة سبعة أطفال على الأقل، فيما أكدت مصادر دبلوماسية ومن الاستخبارات أن عددا من النساء توفين أيضا".

حاولن قتل أنفسهن وأطفالهن"، مبنية أن "السجن يضم بين جدرانها ١٢٤١ امرأة وطفلا أجنبيا يشتبه في أنهم من أطفال مقاتلي «داعش» من أكثر من ١٢ دولة". وأكدت أن "أعمار ٧٧٤ طفلا منهم تتراوح بين تسعة أشهر و١٥ سنة". وبينت مديرة السجن أن "الأوضاع في السجن، الواقع داخل مجمع وزارة الداخلية ذي الحراسة المشددة، تحسنت منذ الأيام الأولى. ولم يتم السماح بزيارة الزنابات التي تقضي فيها النساء وأطفالهن ما يقرب من ٢٠ ساعة يوميا ولم تسمح السلطات بالتصوير". وأوضحت، أن "نحو ٢٢٥ طفلا ولدوا في السجن ببغداد لأن كثيرات من الأمهات وصلن إلى السجن وهن حوامل".

رغم إعلان بيان النصر على تنظيم "داعش" في عموم البلاد، منذ التاسع من شهر كانون الأول ٢٠١٧، إلا أن آثاره لا تزال موجودة لغاية الآن، فنساء وأطفال "الدواعش" الأجانب لا زالوا وراء القضبان في العديد من السجون بالعاصمة بغداد. وكشفت وكالة "رويترز" في تقرير أنها "زارت سجن الرصافة، الذي يعتبر من صميم معضلة التصرف مع نساء «داعش» وأطفالهن". وأضافت أن "بنت أذربيجانية وعبر السياج الأشبه بالسلاسل الذي يحيط بنحو ١٠٠ طفل قالت: (من فضلكم أريد العودة للبيت. لو سمحتم ساعدونا. هذا مكان غير صالح لنا). ونقلت الوكالة عن مديرة السجن التي طلبت عدم كشف أسمها، أن "الثقة في البداية كانت صعبة، وسجينات

بمناسبة اليوم العالمي لحرية الصحافة.. ارتفاع ظاهرة التمييز ضد الاعلاميات العراقيات على اساس (الجنـدر) وتعرض عدد منهن الى الضرب والتهديد والابتزاز



اليوم العالمي لحرية الصحافة ٣ أيار / ٢٠١٩

تقرير منتدى الاعلاميات العراقيات

ارتفاع ظاهرة التمييز ضد الصحفيات العراقيات على اساس (الجنـدر)
وتعرض عدد منهن الى الضرب والتهديد

اساس النوع الاجتماعي في الحصول على المعلومة . ٨- عدم تولي أي امرأة منصب وكيل في وزارة الثقافة . ٩- عدم تنفيذ الكوتا في تشكيلة مجلس أمناء شبكة الاعلام العراقي لغاية الان بما يضمن الثلث للنساء حسب قانون الشبكة. ١٠- لغاية الان تخلو هيئة الاعلام والاتصالات من النساء في تشكيلة مجلس الأمناء. ١١- كما رصد منتدى الاعلاميات في تموز ٢٠١٨ حجب خدمة الانترنت في اغلب محافظات البلاد، و عد قرار الحجب انتهاك للحقوق التي كفها الدستور العراقي و موثيق حقوق الانسان في الحصول على المعلومة و حرية التعبير، كما إنه أدى الى وقف عمل آلاف الصحفيين/ات، وأربك عمل المؤسسات الاعلامية المحلية والدولية المتابعة للشأن العراقي.

١٢- و في مجال التشريع طيلة العام الماضي لم يقر أي قانون لصالح الاعلام و حرية التعبير رغم ارتفاع معدلات العنف ضد العاملين في الوسط الاعلامي ومن كلا الجنسين، و مازال قانون حرية التظاهر والاجتماع السلمي يراوح في اروقة مجلس النواب، اضافة ان العاملين في الوسط الاعلامي تفاجئوا بطرح مسودة مشروع قانون جرائم المعلوماتية في مجلس النواب العراقي في نيسان ٢٠١٩ و جاءت مسودة القانون بمضمون يهدد حرية التعبير و يقوضها لغرض حماية المتنفذين من الفاسدين من النقد و كشف ملفات الفساد امام الرأي العام .

في إذاعة الديوانية (أسماء الأوسي) من قبل مدير الإذاعة بسبب جرأتها و كشفها لملفات الفساد، كما احيلت لاحقا الى القضاء بسبب تغطيتها لتظاهرة قام بها محامين في مدينة الديوانية؛ وصدر ضدها امر قضائي بالحبس لمدة سنة واحدة مع وقف التنفيذ بتهمة السب والقذف الموجه الى السلطة القضائية . ٤- في كانون الاول ٢٠١٨ تعرضت الاعلامية سحر عباس جميل والتي تعمل في قناة دجلة الى تهديدات بالقتل نتيجة عملها في برنامج سياسي يستضيف محللون سياسيون يتصفون بالجرأة والصراحة. ٥- في كانون الثاني ٢٠١٩ تعرضت الاعلامية عسل القيسي التي تعمل في قناة هنا بغداد الى الضرب من قبل احد العشائر و محاصرتها في مبنى المؤسسة التي تعمل فيها . ٦- تعرضت الاعلامية بتول الحسن منذ كانون الاول ٢٠١٨ ولغاية الان الى حملة مغرضة و مزيفة في مواقع التواصل الاجتماعي من خلال صفحات وهمية تحمل اسمها و تشجع على الطائفية والعنف. ٧- تعرضت الاعلاميات في محافظة كربلاء الى التمييز على اساس النوع الاجتماعي في منح هويات التصريح الامني (هويات المحافظة) والتي تسمح للاعلاميين التصوير في حالات حظر التجوال والترخيص الدخول الى المدينة القديمة حيث اكتفت الجهات المسؤولة الى منح ٣ هويات للصحفيات من اصل ٢٤٥ هوية ممنوحة للرجال، اضافة الى تعرضهن الى التمييز على

تعكس المؤشرات التي سجلها منتدى الاعلاميات العراقيات للفترة الممتدة من ايار ٢٠١٨ إلى ٣ ايار ٢٠١٩ ، حجم الانتهاكات والتمييز والعنف الذي يتعرضن له الصحفيات ؛ حيث سجل المنتدى ضرب و تهديد مجموعة من الصحفيات من مختلف مدن العراق، اضافة الى سياسة التمييز والاقصاء على اساس النوع الاجتماعي (الجنـدر) التي تعاني منها معظم الصحفيات في مؤسساتهن، و ما ورد الى العيادة القانونية في المنتدى من شكاوى لم يتم الاعلان عنها احتراماً لرغبة الصحفية المتقدمة للحصول على المساعدة القانونية، لاسيما ما يتعلق بحالات التحرش والابتزاز وهذا يعكس مدى ضعف نفاذ القانون وغياب البيئة التشريعية الناجعة التي توفر الحماية للعاملين في الحقل الاعلامي ، وندرج ادناه ابرز الحالات التي رصدها منتدى الاعلاميات العراقيات:

١- تعرضت الصحفية انتظار السلطاني التي تعمل في المكتب الاعلامي لبلدية الحلة في محافظة بابل الى التهديد والاقالة لمرات متكررة بسبب كشفها لملفات فساد مالي واداري، ومن ثم تعرضها للضرب على يد مجموعة اشخاص مما ادى الى نقلها الى المستشفى وهي في حالة غيبوبة و فقدان للوعي. ٢- تعرضت الاعلامية ألاء جلال المهدي لمضايقات من قبل شرطة حماية مكاتب محافظ ديالى ومجلس المحافظة لكونها إعلامية وناشطة مجتمعية وتتحدى بالشجاعة في نقل الحقيقة ولأنها سلطت الضوء على عدد غير قليل من الانتهاكات لحقوق المواطنين (النازحين) تم سحب تخويل ممارسة المهنة منها و بقيت لغاية شهر آب ٢٠١٨ من دون عمل لخوفها من ملاحقة المتنفذين سياسيا في محافظة ديالى ٣- في ٦ تشرين الاول ٢٠١٨ طردت مقدمة البرامج

نقابة المحامين ومنتدى الاعلاميات و شبكة صوتها يناقشون جرائم المعلوماتية وحق الحصول على المعلومة

هَلْ

بغداد -



رصينة ودعم اعلامي واسع .

من جانبه رحب نقيب المحامين الاستاذ ضياء السعدي، بالوفد الزائر، مستعرضا اهم النقاط التي ناقشتها اللجنة التي شكلتها النقابة، بصدد تشريعات القوانين في مجلس النواب، واشارة الى اهمية التعاون مع منتدى الاعلاميات العراقيات، لاسيما ان الاخير يتميز بتنوع اقسامه المتمثلة بالمرأة والاعلام والقانون وهذا سيساعد على ان تكون هناك اجتماعات ونقاشات

مثمرة .

هذا واختتم اللقاء بالاتفاق على اية العمل المقبلة وتحديد اسماء الاشخاص من الطرفين الذين سيتكفلون بعملية المراجعة القانونية . يذكر ان الوفد الزائر ضم كلا من الاعلامي ادريس جواد والاعلامية آن صلاح والمحامية رجاء عبد علي و رئيس تحرير مجلة مشاهير العراق صباح الغريزي بالاضافة الى الدكتور علي خيون .

التقى نقيب المحامين العراقيين، الاستاذ ضياء السعدي، في مقر النقابة، وفد منتدى الاعلاميات العراقيات، بشأن مناقشة مشاريع القوانين الموجودة حاليا في مجلس النواب، خاصة مشروعا جرائم المعلوماتية و حق الحصول على المعلومة .

استهل اللقاء بتقديم التهاني والتبريكات من قبل رئيسة منتدى الاعلاميات العراقيات الدكتورة نبراس المعموري، لتسليم المحامي المعروف ضياء السعدي مهام نقيب المحامين، متمنية له النجاح والموفقية ، واكدت المعموري خلال اللقاء على اهمية التعاون المشترك بما يخدم المسيرة التشريعية والاعلامية، لاسيما الدور الذي اطلع به منتدى الاعلاميات و شبكة صوتها للمدافعات عن حقوق الانسان في مجال حملات المدافعة والمناصرة؛ لاجل ايجاد منظومة تشريعية رصينة، في اشارة الى مشروعي جرائم المعلوماتية و حق الحصول على المعلومة .

اما رئيسة شبكة صوتها للمدافعات عن حقوق الانسان الدكتورة بشرى العبيدي، اكدت على ضرورة تشكيل مجموعة عمل متكاملة من المتخصصين بالقانون الجزائي والدستوري، لغرض مراجعة مشروعي القانونين، مشددة بان الخبرة التي يتحلّى بها المنتدى والشبكة بالتعاون مع نقابة المحامين ومجلس النواب ستكون خطوة مهمة لتحقيق مراجعة قانونية



تخرج مجموعة من الاعلاميات العراقيات من ورشة TOT الدولية بشأن صحافة المواطن

عمان -



العملية التي تضمنها التدريب و في تقديم العروض وفي اختتام الورشة منحت المتدربات شهادة مدرب دولي في اختصاص صحافة المواطن وستتولى الخريجات مهمة التدريب في بلادهن لاحقاً. يذكر ان التدريب الدولي شمل اربع بلدان عربية و هي السودان واليمن وفلسطين والعراق.

السريعة القابلة للانتشار والتأثير . كما تضمنت الورشة ادوات المدرب واساليب التدريب من خلال استخدام وسائل نظرية وعملية تدريبية عبر أنشطة لمجاميع عمل متعددة وزعت ضمن محاور حقوق الانسان والجندر والصحافة الالكترونية واساليب الاعلام في تعبئة الراي العام . هذا وشاركت المتدربات من الاعلاميات العراقيات في الانشطة

شارك منتدى الاعلاميات العراقيات في الورشة التدريبية الخاصة بتدريب المدربين التي عقدتها منظمة بدائل الكندية، في العاصمة عمان و على مدى خمسة ايام. تضمنت الورشة مفهوم صحافة المواطن والاليات المعتمدة في مواقع التواصل الاجتماعي لهذا النوع من الصحافة، والية اعتماد الاخبار الصادرة عنها، اضافة الى كيفية اعداد التقارير الصحفية



رحلة ولا أروع تمضيها في ماليزيا خلال شهر رمضان!

- سياحة وسفر



هل تنوين قضاء رحلة مميزة خلال شهر رمضان المبارك ولا زلت تبحثين عن الوجهة المثالية؟ لا تفوتي إذاً هذا الموضوع حيث سنعرفك عن كُتب إلى أفضل النشاطات التي يمكنك ممارستها في ماليزيا خلال الشهر الفضيل، مع الإشارة إلى الأجواء الرائعة التي تعم البلاد خلال هذا الشهر ولن نتردد بعداً في حجز تذكرتك إليها.

البازارات الرمضانية

تنتشر البازارات خلال شهر

رمضان في معظم أنحاء تايلاند وهي تقدم بشكل خاص المأكولات المختلفة إضافة إلى العديد من المنتجات والتذكارات. تجذب هذه البازارات نسبة عالية من السكان المحليين والسياح الذين يتوافدون إليها ابتداءً من فترة بعد الظهر، بغية الإستمتاع بمظاهر الإحتفال المميزة التي ترافق البازارات وتناول أشهى الأطباق عند الإفطار.

زيارة أهم المساجد

تعتبر زيارة المساجد من أبرز النشاطات التي يمكن ممارستها في ماليزيا خلال شهر رمضان بغية الصلاة واكتشاف روعة هذه المساجد وتصاميمها المميزة.

ويشكل مسجد السلطان صلاح الدين عبد العزيز شاه المعروف كذلك بالمسجد الأزرق أحد أبرز وأهم المساجد، وتشكل الوجهة الأساسية للسياح والسكان المحليين خلال هذه الفترة.

التجول في مدينة الأضواء

تقع مدينة الأضواء في مدينة شاه علم وتعتبر من أفضل وأجمل الأماكن التي يمكن زيارتها في ماليزيا خلال شهر رمضان، إذ تتم إضاءة الأشجار والفوانيس بملايين الأضواء الملونة خلال هذه الفترة. كما تكثر المطاعم والمقاهي التي يمكن للزوار تناول وجبة الإفطار فيها بعد الإستمتاع برؤية الأضواء

والزينة المبهرة.

رحلة سياحية من العمر تنتظرك في ماليزيا!

زيارة مراكز التسوق

تشكل زيارة المراكز التجارية والأسواق الشعبية منها والراقية في ماليزيا وخصوصاً العاصمة كوالالمبور من أفضل النشاطات التي يمكن ممارستها خلال شهر رمضان. وتسيطر أجواء الإحتفال بالشهر الفضيل بشكل ملحوظ على أغلب الأسواق والمراكز التجارية من خلال اعتماد الزينة الرمضانية المميزة.

الإعلامية هبة جبار الماجد لازلت في البداية وطموحي لاسقف له

*أتمنى من النساء أن يكافحن من أجل تحقيق أحلامهن .
*حكمتي في الحياة: كوني جيشا بلا قائد امرأة بألف رجل.
*اقرأ لـ دابراهيم الفقي وجلال الدين الرومي وشمس التبريزي.

حاورتها - انتخاب القيسي

بعفويتها وإطلاقاتها البسيطة وابتسامتها النابعة من الداخل اقترحت الإعلامية هبة الماجد عالم الإعلام النجاح وحب الناس كلمات مكتوبة في قاموس حياتها . واجهت الكثير من التحديات والصعوبات لكنها بفضل إيمانها وثقتها بنفسها استطاعت اجتياز الصعاب، عملت كناشطة في (منظمة نساء من أجل نساء العراق) شاركت في العديد من الورش والتدريبات في مجال التنمية البشرية... كما ساهمت في الحملات الإنسانية لمساعدة الفقراء والأيتام .

- بداية مسيرتك الإعلامية ومن
أكتشف هبة الماجد ؟

بداية مشواري الإعلامي كان في قناة الغدير...من ثم انتقلت إلى قناة السلام الفضائية كمراسله ..وبعدها إلى قناة النجباء كمراسله ايضا ، الاكتشاف كان في ٢٠١٢ عندما اجري معي حوار كناشطة في منظمات المجتمع المدني (بمجلة كربلاء) وتم سؤالي عن أمنيته فكانت الإجابة أن أصبح إعلامية بعد مرور فترة اتصل بي أحد الأصدقاء المساندين لي طلب مني العمل كمقدمه برامج في قناة الغدير فوافقت على الفور كانت الانطلاق الأولى لي في عالم

الإعلام

- هل كان للأهل دور في دعمك ؟

كان أهلي هم سندي في الحياة ولهم الفضل الكبير في دعمي ووصولي الى ما إنا عليه الآن ولا أنسى مساندة بعض الأصدقاء من الوسط الإعلامي وتحفيزهم لي على النجاح - هذا يعني ان هناك من دعمك من الأصدقاء؟

الأصدقاء؟

نعم في حياة كل إنسان نجاح فراشة أمل ترافقه في بداية مشواره وتبقى معه يستمد منها الأمل والقوه... فهي تبعث الروح في داخله وإنا كنت محظوظة بهذا الفراشة

- مشاريعك المستقبلية ؟

أن أعمل برنامج إنساني أساعد به



اثبتا جدارة في القيادة الإعلامية
في أغلب البرامج والإعلاميات
اثبتن جدارتهن في الأدوار الإعلامية
وقيادة البرامج

**- رسالة توجيهها للجيل القادم من
الإعلاميات؟**

أن يعتمدن على أنفسهن في
مواجهة الصعوبات وعدم تقليد
الأفكار والشخصيات واختيار برامج
هادفة تخدم المجتمع وتساهم في
إصلاح الجيل القادم وإظهار المرأة
العراقية بصورة لائقة

**- أي البرامج الإعلامية تعجبك وهل
تجدين نفسك محظوظة ؟**

البرامج الاجتماعية الهادفة في
إصلاح المجتمع والبرامج الإنسانية
التي ساعدت في إيصال صوت
الفقراء أجد نفسي محظوظة لأنني
حققت جزء من أحلامي وواجهت
المجتمع بعلمي ونجاحي بعد بعد أن
كنت إنسانة محطمة بسبب ظروف
صعبة مرت بي .

- ما أكثر تكريم تعزين به ؟

كل الكريكات أعتز بها، لأنها تقدير
لمشواري الإعلامي والإنساني لكن
هناك تكريمات أضافت لي الكثير
منها ، تكريمي عام ٢٠١٤ كأفضل

الفقراء والأيتام وأكون أنا صوتهم
وأمد يد العون لهم

**- لو كنت في منصب حكومي كبير
ماذا ستفعلين ؟**

سوف يكون تركيزي على فئة
الشباب والعاطلات عن العمل عن
طريق تطويرهم وتأهيلهم وتمكين
المرأة اقتصاديا

- كيف كانت تجربتك الإعلامية؟

كانت تجربة مميزة وناجحة بالرغم
أنني واجهت الكثير من الصعوبات
خصوصا من العاملين في هذا
الوسط وإلى هذه اللحظة لم أجد
الفرصة المناسبة في هذا المجال.

- هل تعتقدين أن المرأة الإعلامية

مهنية قد أخذت حقها ؟

في الخارج نعم... فقد نقلت الكثير
من الحقائق.. لكن في العراق
البعض منهن اخذ حقه

- ما هي مواصفات الإعلامية؟

أن تكون مهنية وغير مسيبة لأي
جهة وتتحلى بالشجاعة في مواجهة
الحقائق والمجتمع الذكوري في هذا
الوسط الذي تحفه المخاطر

- أيهما أكفاً بنظرك للقيادة الإعلامية

الرجل أم المرأة، ولماذا ؟

بنظري الرجل والمرأة في العراق

ناشطة في كربلاء من قبل وزيرة
المرأة في بغداد

ايضا تكريمي في كربلاء كأفضل
إعلامية وتكريمي كمراسلة في قناة
النجم الذي حصلت عليه مع
مجموعة من الإعلاميين من قبل
اتحاد الإذاعات والتلفزيون الإسلامي
في محافظة كربلاء.

-كلمه أخيرة ؟

اشكر مجلة صوتها والدكتورة
نبراس المعموري والسيدة انتخاب
القيسي وفي نهاية هذا الحوار
أتمنى من النساء أن يكافحن من
أجل تحقيق أحلامهن



حدائق ومطاعم

مانويلا



زيونة . شارع الاولمبية . خلف مدينة العاب السندباد

07730006388 - 07822022927

نزلها مرة...
واسمعها
كذا مرة
من تطبيق
TapSong



احصل عليه من
زين سوق



ميريام فارس تطلق صيحة صيفية جديدة

مشاهير

● - بيروت



قامت الفنانة ميريام فارس، بنشر صورة جديدة عبر حسابها على "إنستغرام" لها أحدثت ضجة كبيرة في أوساط المتابعين. وظهرت ميريام بإطلالة أنيقة للغاية حيث ارتدت معطفاً من الفرو الأبيض الناعم جداً. لكن بدا أنها اعتمدته كلباس صيفي حيث تبين أنها ارتدت سروالاً قصيراً جداً مع حذاء رياضي. كما أكملت اللوك بأكسسوارات شملت عدداً من الأساور وفولاراً أحاطت به رأسها. وأثارت بذلك ضجة كبيرة عبر تطبيق الصور والفيديوهات وحققت في وقت قصير أكثر من 227 ألف إعجاب. وأبدى الكثير من المتابعين إعجابهم الشديد بهذه الإطلالة غير المسبوقة. وتعليقاً على الصورة كتبت الفنانة: "أشعروا بالحب".

العراقية "نور نعيم" اول عربية تحصل على الدرع الماسي من يوتيوب

● - دبي



مشاهدة وتجاوزت الأحد عشر مليون مشترك ، نور بعد أقل من 5 سنين وصلت لأكثر من 10 مليون مشترك على اليوتيوب وربما في الشهور القليلة القادمة ستصل الى المليون الثاني عشر. وأخيراً قررت نور ترك الولايات المتحدة والعيش في دبي.

أبريل / نيسان من نفس العام. عند مشاهدتك أول فيديو قدمته ستلاحظ حجم التطور الذي حدث في المحتوى الذي تنتجه الآن على الرغم من أنه كان جيداً كبدائية. ومنذ أن بدأت نور في مجال صناعة المحتوى وهي تحقق نجاحات وقفزات سريعة تدل على شخصية مبدعة، حيث بلغت قناة نور ستارز 100 ألف مشترك في سنة 2015 أي بعد عام تقريباً من إنشائها. وفي عام 2016 استطاعت الوصول إلى مليون مشترك على اليوتيوب وحصدت الدرع الماسي بعدما حصلت القناة على 10 مليون اشتراك في 3 فبراير / شباط من هذا العام، والآن تخطت القناة مليار

نور نعيم أو نور ستارز كما تقدم نفسها على مواقع التواصل الاجتماعي هي مدونة فيديوهات على يوتيوب في العام الواحد والعشرين من عمرها وأول صانعة محتوى في العالم العربي والشرق الأوسط تحصل على الدرع الماسي من يوتيوب.

نور فتاة عراقية نشأت في سورية وبدأت دراستها الثانوية في تركيا قبل ان تنتقل الى الولايات المتحدة. وهناك أكملت الدراسة الثانوية وبدأت مشوارها مع يوتيوب. وأول فيديو لها كان بعنوان "ماذا يوجد في جوالي". وقامت بنشره في نوفمبر / تشرين الثاني عام 2014 بعد أن أنشأت القناة في

ممثّل مصري يشتري سيارة ميسّي بالصدفة

● - إسبانيا

وكشف له صاحب الوكالة أنّ ميسّي يرغب في بيعها. وقال علي في منشوره: "شرف لي أن أركب سيارة لاعب عالمي". موضحاً أنّه سيقوم بإجراء بعض التعديلات عليها ليضيف إليها روح الفراعنة، مفتخراً بجذوره المصرية، خاتماً التغريدة بهاشتاغ #الفرعون_المصري.

في معرض السيارات في مدينة برشلونة الإسبانية، إلى جانب سيارة "فيراري" قال إنّها للنجم ميسّي. وأوضح أنّه مدمن سيارات، وكان يرغب بتغيير سيارته من نوع بـ"ورش"، فأعجبه سيارة من نوع "فيراري كاليفورنيا تي"، فوجئ بأنّها تعود للاعب الأرجنتيني.

تناقلت وسائل إعلام عربية عديدة خبر شراء أحد الممثلين المصريين سيارة كان يملكها النجم الأرجنتيني ليونيل ميسّي لاعب برشلونة الإسباني، وهي من نوع "فيراري". وأرقت وسائل الإعلام خبرها بمنشور للممثل المصري محمد علي، عبر حساب يحمل اسمه على فيسبوك، يُظهر صورة له



ما هو العمر الحقيقي لنجوى كرم؟



● - بيروت

ألبوم لها بعنوان "يا حبايب" أما ألبومها الثاني فجاء في العام 1992 بعنوان "شمس الأغنية" تلاها عدد من الألبومات. عرفت بصوتها الجبلي، وتميزت بغناها باللهجة اللبنانية فقط بالإضافة الى غنائها للمواويل والأغاني الوطنية كأغنيات "البرج العالي"، "عنك قالوا"، "بيبقا الوطن" و"غصونك يا أرز".

1966 في قضاء زحلة لعائلة مارونية، ما يعني أن عمرها 53 عاماً إلا أن هذا العمر ليس سوا رقماً عند نجوى التي تهتم بجمالها وتحافظ على رشاققتها وإطلااتها الكلاسيكية الأنيقة. - شاركت الفنانة نجوى كرم العام 1985 في برنامج "ليالي لبنان" حاصلة على الميدالية الذهبية. - في العام 1989، أطلقت أول

حازت النجمة اللبنانية نجوى كرم على شهرة كبيرة في لبنان والعالم العربي كله، وبدأت حياتها الفنية في ثمانينات القرن العشرين لتلقب بـ"شمس الأغنية اللبنانية"، واستطاعت أن تشع يوماً بعد يوم أكان من خلال إطلااتها وجمالها أو من خلال أعمالها. تعرفي من موقع أنوثة على عمر نجوى الحقيقي. ولدت نجوى كرم في 26 فبراير



طه حسين

أشهر المثقفين قديما وحديثا



جمال حمدان



عباس محمود العقاد



عبد الوهاب المسيري

عبقريّة محمد وعبقريّة عمر، وعبقريّة المسيح، وله العديد مع المعارك الأدبية أشهرهم معركته مع بنت الشاطئ، وطه حسين وأحمد شوقي.

عبد الوهاب المسيري

وهو مفكر اجتماعي وسياسي كبير، له صبغة إسلامية، له أصول وله وجهة نظر مهمة في كثير من القضايا، له العديد من المؤلفات منها موسوعة اليهود واليهودية والصهيونية، العلمانية الجزئية والعلمانية الشاملة، ورحلتي الفكرية في البذور والجنود والثمار، وهو ممن يعتقدون أنه ليس هناك ما يُسمى بروتوكولات حكماء صهيون.

المتخصصين، وكتاب مستقبل الثقافة في مصر، ودعاء الكروان.

جمال حمدان

وهو جمال محمود صالح حمدان ولد بمحافظة القليوبية، عام ١٩٢٨، وهو من أعلام الجغرافيا في العالم، ولديه أسلوب ساحر ومتفرد يجمع بين علم النفس والتاريخ والجغرافيا في آن واحد، ويُعد كتابه شخصية مصر من أهم الكتب الثقافية، وكتب جغرافيا المدن، واستراتيجية الاستعمار والتحرير أيضاً.

عباس محمود العقاد

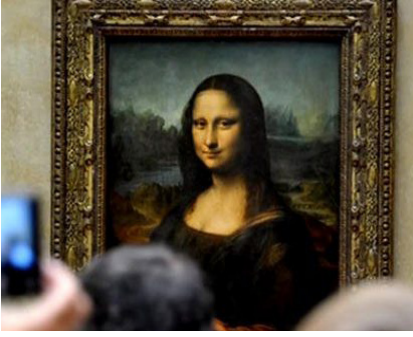
هو أديب ومفكر وشاعر لا يُشَقُّ له غبار، ولد عام ١٨٨٩ في محافظة أسوان، مر بالعديد من الظروف القاسية، مما دفعه للعمل ك مترجم في بعض الصحف، من أهم كتاباته

وهو الطبيب العلامة، والكاتب والأديب ذو الأسلوب الماتع، ولد عام ١٩٢١، بشبين الكوم، له العديد من المؤلفات التي تروق كثيراً للشباب ومنها، رحلتي من الشك إلى الإيمان، ورائحة الدم، وله العديد من المسرحيات التي كتب قصتها، ونصيحتي لمن يريد القراءة للدكتور مصطفى محمود، لا تتعامل معه على أنه كتاب دين.

طه حسن

هو عميد الأدب العربي، ابن محافظة المنيا، ولد عام ١٨٨٩، وغير مفهوم الرواية العربية، في روايته الأيام والتي قام بتجسيدها الفنان أحمد زكي في مسلسل تليفزيوني شهير بنفس الاسم، وله العديد من المؤلفات منها، في الشعر الجاهلي والذي أثار جدلاً كبيراً بين

حل اللغز بعد ٥٠٠ سنة... سر "ابتسامة الموناليزا" كُشف



الذي لم يكن لدى رسام موهوب مثل دافنشي أي مشكلة في التعبير عنه. وكشف الطبيب أن بشرتها الصفراء تعود ببساطة إلى عمر العمل الفني، ويقول إن اصفرار الجلد لا يظهر إلا بعد فترة طويلة من المرض. وعادة، فإن الإصابة بقصور الغدة الدرقية على المدى الطويل من شأنه أن يؤثر بشدة على الخصوبة، ولكن من المعروف أن، ليزا غيرارديني، المعروفة باسم "الموناليزا"، أنجبت خمسة أطفال، بما في ذلك حملها قبل شهر واحد فقط من الجلوس أمام دافنشي لرسم اللوحة. وأشار إلى أن العديد من لوحات دافنشي تصور النساء بلا حواجب، لذلك ليس من الضروري أن نعزو هذه الميزة إلى الغدة الدرقية.

أشار في آخر تحليل له إلى أن معاناة الموناليزا من قصور في نشاط الغدة الدرقية، أعطاها رقبة متضخمة وجعل عضلات وجهها ضعيفة، لا أساس لها من الصحة. وأوضح يافي: "شعرت بمسؤولية شخصية بالدفاع عن الموناليزا، السيدة الرائعة التي تصور اللوحة"، وتابع: "لقد ألهمت آلاف الأشخاص على مدار القرون القليلة الماضية. لم أستطع أن أفكر بالطريقة السائدة بأنها مصابة بقصور في الغدة الدرقية، عندما يبدو لي أنها كانت سوية الدرقية، أي أن الغدة كانت تعمل في حالتها الطبيعية". وأشار يافي إلى أن توثيق مرض الغدة الدرقية كان شائعاً في تاريخ الفن، وأن هذه اللوحة لا تتطابق مع عدد لا يحصى من تصوير فرط نشاط الغدة الدرقية، أو النقص الحاد في نشاطها، من ذلك المنحوتات المسجلة من حضارات الأنديز ومصر القديمة في مناطق نقص اليود البيني، مثل منطقة توسكانا، حيث عاشت الموناليزا. لكن الطبيب لاحظ أنها لم تكن قادرة على الجلوس حتى خلال رسم اللوحة، بسبب معاناتها من نوع من ضعف العضلات والتخلف النفسي الحركي،

كشف طبيب من جامعة تكساس أن الموناليزا عانت من قصور شديد في الغدة الدرقية، وأن ابتسامتها المبهمة كانت بسبب اضطراب حركي نفسي. وتشير أحدث نظرية منشورة إلى أن الموناليزا لم تكن تعاني من فرط نشاط الغدة الدرقية، أو نقص حاد في نشاطها، بل إنها ربما لم تكن قادرة على الجلوس لأخذ الصورة في ذلك الوقت، نظراً لأنها كانت تعاني من الأعراض المرتبطة بضعف العضلات. ويستشهد الطبيب في تفسيره، بلون بشرة الموناليزا الأصفر، والمظهر المتضخم للغدة الدرقية، ونقص الحواجب، مضيفاً أن ابتسامتها الغامضة قد تمثل تلميحا للتخلف النفسي الحركي الناتج عن ضعف العضلات. وفي السنوات الأخيرة، اقترح علماء الروماتيزم وعلماء الغدد الصماء الذين فحصوا اللوحة الشهيرة لليوناردو دافنشي، أن المرأة التي جلست في الصورة منذ مئات السنين عانت من آفات جلدية وتورم نتيجة لاضطرابات الدهون وأمراض القلب. لكن الدكتور مايكل يافي، من قسم أمراض الغدد الصماء لدى الأطفال بجامعة تكساس،

المعهد الفرنسي و ندوة حوارية عن عاصمة سرجون الثاني الاشورية

● - بغداد



العزاوي. من جانبه رحب مستشار التعاون والنشاط الثقافي و الاتسائي السيد جان نويل باليو مدير المعهد الفرنسي في العراق والسيدة الاء الفخري المسؤولة التربوية للمعهد بمشاركة المنتدى والمجلة وتم التأكيد على التواصل المستمر من خلال الدعوات والمشاركات في فعاليات المعهد.

واثارها الرائعة. وقد رصدت الحكومة الفرنسية اموالا لنقل القطع الاثرية الى فرنسا لوضعها في متحف اللوفر عبر البحار ولكن سوء الموارد وطول طريق الرحلة تسبب بفقدان الكثير من هذه الآثار من خلال غرقها. و كمبادرة من قبل الحكومة الفرنسية في زمن الرئيس اولاند ٢٠١٥ ومن اجل المحافظة على هذا الارث العريق ونقل الفن المعماري لمدينة خورساباد الى العالم، تم إقامة معرض افتراضي في متحف اللوفر لآثار هذه المدينة ونقل البيئة المعمارية والطبيعية بشكل كامل وتمثيلها عبر فيلم تسجيلي . و شارك الحضور بالنقاش و طرح الاسئلة والاستفسارات على المحاضرة، من بينها مشاركة منسقة منتدى الاعلاميات العراقيات و مجلة صوتها السيدة سمرة

عقد المعهد الفرنسي في بغداد، يوم ١٠-٤-٢٠١٨ ، ندوة حول المدينة الاثرية العراقية خورساباد، نموذج ثلاثي الابعاد لاعادة اكتشاف عاصمة سرجون الثاني الاشورية" و بمشاركة مجموعة من المنظمات والناشطين والمتخصصين في هذا المجال من بينهم منتدى الاعلاميات العراقيات و مجلة صوتها. قدمت المحاضرة الفرنسية اريان توما مسؤولة قسم الآثار الشرقية في متحف اللوفر، نظرة شاملة على تاريخ مدينة خورساباد الواقعة شمال نينوى وملكها العظيم سرجون الثاني واهمية هذه المدينة التاريخية والحضارية كونها عاصمة الاشوريين. وقد اوضحت من خلال المحاضرة كيف قام الدبلوماسي الفرنسي المستعرب اميل بوتّا في الفترة (١٨٠٢-١٨٧٨) باكتشاف مدينة خورساباد

خلال شهر رمضان... حافظي على جمالک دون مكياج

جمالک -



الماء خلال فترة الإفطار لا يجب أن تقلّ عن ٨ أكواب. فللماء دور أساسي في تنظيف بشرتك من الداخل والحفاظ على جمالها.

٤- رطبي بشرتك يومياً مستخدمة المرطب ذات التركيبة المناسبة لنوعيتها، ما يساهم في إبراز نضارة بشرتك ويعزز جمالک بشكل ملحوظ.

٥- طبقي الكريم الواقى من الشمس قبل خروجك من المنزل كي تحمي بشرتك من أثار الشمس السلبية عليها والتي تحدّ بشكل ملحوظ من الجمال والجاذبية.

٦- مارسي التمارين الرياضية الخفيفة على غرار المشي ٣ مرّات أسبوعياً على الأقل، إذ تحفز هذه الخطوة عملية تدفق الأوكسجين إلى البشرة ما يعزز نضارتها وجمالها.

١- احرصى أولاً على تنظيف بشرتك بعمق وبشكل يومي مستخدمة الغسول المثالي لنوعية بشرتك بغية تخلصها من الأوساخ والشوائب التي تؤثر سلباً على نضارة بشرتك وجمالک. وننصحك في هذا المجال بالاعتماد على الأنواع التالية من الغسول:

* للبشرة الدهنية

* للبشرة العادية

* للبشرة الحساسة

٢- قشري بشرتك مرّة كلّ أسبوع ما يساعدك في القضاء على خلايا الجلد الميتة والشوائب التي تعمل على سدّ المسام والحدّ من نضارة بشرتك وجاذبيتك.

٣- إلترمي بتناول كمية كافية من

احرصى على نيل قسط وافر من النوم وتفادي قدر الإمكان الإجهاد والسهرة المبالغ، ما يساعدك في الحفاظ على جاذبية بشرتك وجمالک دون اللجوء إلى المكياج. كما ننصحك بالإبتعاد تماماً عن الضغوطات النفسية والتوتر الزائد التي تؤثر بشكل سلبي جداً على نضارة بشرتك وجمالک.

حيل سهلة طبّقها للحصول على شعر لامع



هل تحتاجين بعض الحيل التي يمكن أن تساعدك في الحصول على شعر لامع وجذاب بسرعة وسهولة؟ سنعرفك إلى مجموعة من الحيل البسيطة إنمّا الفعالة في هذا المجال وندعوك لتطبيقها دون تردد.

١- إختيار الزاوية الصحيحة لتجفيف الشعر: أحرصى أولاً على توجيه مجفف الشعر نحو الزاوية الصحيحة من شعرك. ويستحسن هنا تجفيف الشعر إنطلاقاً من أعلى الخصلة حتّى أسفلها، وتلعب هذه الخطوة دوراً أساسياً في جعل الشعر أكثر لمعاناً ونعومة في الوقت عينه.

٢- إستخدام الخل: يساعد تطبيق خلّ التفاح على الشعر من وقت إلى آخر في إزالة الدهون الزائدة

بشكل سلبي جداً على جاذبيته ولمعانه، إذ تفقده زيوته الطبيعية التي تعزز لمعانه بشكل ملحوظ. ويستحسن هنا غسل الشعر مرّتين أسبوعياً فقط والإمتناع تماماً عن غسله يومياً.

من الشعر والتي تؤثر بشكل سلبي على جاذبيته ولمعانه بشكل خاص. ويشكل الخلّ اليوم أحد أبرز المكونات المستخدمة في صناعة المستحضرات الخاصة بالعناية بالشعر.

٣- عدم المبالغة في غسل الشعر: تؤثر المبالغة في غسل الشعر

تألقي بأجمل العبايات الملونة في رمضان

موضة



الاطلالات التقليدية
وخصوصاً العبايات.
لذا صوتها اختارت لك
اليوم في هذه الصور
اجمل موديلات عبايات
ملونة لرمضان 2019،
كي تختاري من بينها ما
يلفت انتباهك.

يعتبر شهر رمضان من
الأشهر التي تعود
فيها المرأة الى
التقاليد الشرقية من
حيث الأطعمة المعدة
والسهرات مع الاهل
والاقارب والاصدقاء،
الى جانب اختيار



حليمة الصومالية تدخل التاريخ بعد "مورة البوركييني"

موضة

سياسيات ونساء أعمال وصحفيات وغيرهن من النساء الناجحات اللواتي يرتدين الحجاب أمام الملأ دون أدنى مشكلة". وتابع "أنا فخورة لأنني اتخذت هذه الخطوة وظهرت على مجلة "سبورتس إيلوسترييتد"، بهدف إبراز الجمال الذي تتمتع به النساء اللواتي يرتدين هذا النوع من الملابس".

وأوضح المصدر أن عدن ظهرت على المجلة في عدد مايو، مرتدية ملابس السباحة المزركشة، التي تغطي كل أنحاء جسمها، في خطوة انقسم بشأنها المتابعون. وقالت عدن في حوار صحفي مع قناة "بي بي سي" إنها ترغب في أن ترسل للعالم رسالة مفادها أن الحجاب لا يشكل أي عائق للنجاح. وأضافت "يمكننا الآن أن نرى

دخلت عارضة أزياء صومالية-أميركية التاريخ، بعدما أصبحت أول فتاة ترتدي "البوركييني" تظهر على إحدى صفحات مجلة "سبورتس إيلوسترييتد". وقالت صحيفة "غارديان" البريطانية إن حليمة عدن أصبحت أول عارضة أزياء مسلمة تظهر على صفحات المجلة الأميركية الشهيرة مرتدية البوركييني.



بالخطوات... إليك أفضل طريقة لتطبيق كريم الأساس في الصيف

مكيالك

● - مكيالك



بعدها البودرة بغية الحد من لمعان بشرتك وتثبيت كريم الأساس، ما يساعد في الحفاظ على إطلالة جذابة لوقت أطول خصوصاً خلال الصيف. خامساً، إستخدمي بعدها رذاذ تثبيت المكياج الذي يساعد في الحفاظ على إطلالتك الطبيعية والجذابة، كما يحد من الإفرازات الدهنية ذات التأثير السلبي جداً على كريم الأساس.

التركيبة المناسبة لنوعية بشرتك، ويعتبر هنا كريم الأساس ذات التركيبة الجافة الأفضل إجمالاً بالنسبة لمختلف أنواع البشرة وخصوصاً الدهنية منها. ثالثاً، وزعي بعدها كريم الأساس على كامل وجهك عبر الطبطبة بالإسفنجة أو إستخدام الفرشاة المخصصة لكريم الأساس. ويستحسن هنا البدء من الأنف وصولاً إلى الخدين، الجبين ومن ثم الذقن. رابعاً، طبقي

يرتكز وضع كريم الأثاث وتثبيته خصوصاً خلال فصل الصيف على خطوات ونصائح معينة. فإذا كنت تجهلين كيفية تطبيق كريم الأساس بشكل مثالي خلال الصيف لا تفوتي هذا الموضوع حيث سنعلّمك بالخطوات أفضل طريقة لوضعه وتثبيته. أولاً، احرصي في المرحلة الأولى على تنظيف بشرتك جيداً ثم تطبيق الكريم المرطب المثالي لها، وتركه لمدة لا تقل عن 10 دقائق قبل المباشرة بتطبيق كريم الأساس. ثانياً، إختاري كريم الأساس ذات

بالخطوات... هكذا تطبقين مكياباً براقاً للمناسبات الخاصة

القطعة عند الحدود الخارجية للرموش وبعدها اسحبيه من الخارج إلى الداخل. تاسعاً، لفي رموشك وكثفيها من خلال تمرير الماسكارا بشكل متكرر عليها. عاشراً، وتكمن الللمسة الأخيرة في وضع أحمر شفاه نيود على شفقتك، وان كنت ترغبين بإبراز حجمها بشكل واضح طبقي الغلوس الشفاف.

في هذه الحالة. سادساً، مرري البلاش الوردي على الخدود وبعدها استعيني بالهايلايتر اللامع وافريه على حدود الخدود العلوية، زاوية الأنف الأمامية والذقن. سابعاً، حان وقت عمل مكياج العيون، أولاً ضعي ظلال عيون نيود فاتح كطبقة أساسية، بعدها لوني حدود العين الخارجية والجفن السفلي الساكن بدرجة داكنة من درجات النيود

الزهري، وعند دمجها بشكل جيد طبقي ظلالاً براقاً (نيود، زهري، فضي أو برونزي) من الجهة الداخلية للجفن المتحرك وايضاً ضعي القليل منه أسفل الجفن الساكن.

ثامناً، ابديني برسم خط الأيلايندر الأشبه بعين

أولاً، لا تهملني الخطوة الأساسية ألا وهي تنظيف الوجه جيداً قبل البدء بوضع المكياج، ثم تطبيق المرطب على الجلد وانتظاره حتى يجف. ثانياً، غطي الهالات السوداء تحت العيون والبقع الموجودة على وجهك بالكونسيلر. ثالثاً، مرري طبقة من كريم الأساس المطابق للون بشرتك، وافريه بالبيوتي بلاندر وايضاً انتظري بشرتك حتى تمتصه قليلاً. رابعاً، إجنئي إلى تقنية الكونتورينغ لإبراز ملامح الوجه أكثر، فمرري الكونتور الداكن على عظمتي الخدين، حدود الأنف الخارجية، حدود الجبهة الخارجية، وحدود الذقن السفلية. ومن ثم طبقي الكونتور الفاتح بين خطوط الكونتور الداكنة. خامساً، وزعي البودرة على الوجه لتثبتي مكيالك واستخدمي الريشة العريضة



الإنجاب بعد الثلاثين يُطيل عمر المرأة



غيرها. كما أكدت الدراسة على تفاصيل مذهشة، ففي جميع الأسر المشاركة كانت هناك نساء من أعمار متقدمة، وقد وُجد أن 462 من الأمهات اللاني بلغن عند ولادتهن الأخيرة 33 عاماً أو أكبر، وصلت أعمارهن إلى 95 عاماً أو أكثر.

هل يمكن أن يؤثر توقيت الحمل حقا على حياة الأم؟ نعم، هذا ما أكدته دراسة لباحثين من كلية الطب في جامعة بوسطن، أشارت إلى وجود علاقة بين وقت الحمل وطول عمر الأم. ومن خلال الدراسة الواسعة النطاق التي أجريت على 551 أسرة، تبين أن النساء اللاني حملن بعد بلوغ سن الثلاثين يُتوقع لهن حياة أطول من الأمهات اللاني ولدن الطفل الأخير قبل بلوغ سن الثلاثين. وأفادت الدراسة بأن النساء اللاني تمر أجسامهن بالحمل في سن متأخرة يتقدمن في العمر بشكل أبطأ، وهذا هو أهم ما توصلت إليه الدراسة العلمية. ومع ذلك أكدت مديرة البحث باولا سباستيان أن الحمل الصناعي لم يعط نفس النتائج في إطالة العمر، حيث تقول إن المرأة التي تمر بفترة حمل متأخر تتمتع -على ما يبدو- بجسم وجهاز تناسلي يتقدمان في العمر بوتيرة أبطأ، كما أن الساعة البيولوجية لدى بعض النساء تكون أبطأ من

السحور... هل يزيد الوزن فعلاً؟



في الدم خلال فترة الصيام ما يمنع زيادة الوزن. 3- يساهم تناول الأطعمة الغنية بالألياف خلال السحور في تعزيز عملية الأيض ومحاربة الإمساك ما يمنع زيادة الوزن. أي نصائح تعتمدين أثناء السحور؟

تعتبر وجبة السحور من الوجبات الأساسية خلال شهر رمضان إذ تعزز النشاط والطاقة وتحّد من الشعور بالجوع خلال فترة الصوم. وفي موضوعنا اليوم سنشير إلى العلاقة ما بين السحور وزيادة الوزن ونزودك ببعض النصائح المثالية للحصول على أفضل سحور.

هل يساهم السحور في زيادة الوزن؟

1- تلعب وجبة السحور دوراً أساسياً في تعزيز عمل الجهاز الهضمي وتنشيطه ما يساعد على التخلص من السعرات الحرارية والوزن الزائد بسهولة أكبر، ويمنع تلقائياً زيادة الوزن خلال شهر رمضان. 2- تساعد وجبة السحور في الحفاظ على مستوى السكر المعتدل

أولاً، يستحسن التركيز على الخضروات على غرار الخس والخيار خلال السحور، إذ تحتوي على نسبة عالية من الماء والألياف ويساهم تناولها في الحد من الشعور بالعطش خلال الصيام. ثانياً، يفضّل الإمتناع عن تناول الحلويات والمأكولات الغنية بالملح خلال وجبة السحور، إذ تعزز

الإحساس بالعطش والجوع. ثالثاً، ينصح بتناول المكسرات خلال السحور بما أنها تحتوي على نسبة عالية من الفيتامينات وتساهم في تعزيز الطاقة خلال فترة الصيام. كما يستحسن تناول الزبادي الذي يساعد على الحد من العطش خلال الصيام.

ديكورات ولا أروع بالخط العربي... إعتمديها في رمضان 2019

كي تختاري منها ما يلفتك ويتماشي
مع ذوقك.

أرجاء منزلك؟ تفقدي إذاً معنا هذا
الألبوم حيث تجددين مجموعة من أجمل
الديكورات بالخط العربي وأكثرها تميزاً

مع إقتراب شهر رمضان الكريم، هل
تبحثين عن بعض الديكورات المميزة
بالخط الغربي بغية تزيين مختلف



مطبخ أم أيمن

كيكة الارز المحشية



نحضر بايركس ويدهن بالقليل من الزيت ونغلف قاعدته بورق الزبد ونقوم بوضع نصف كمية الرز مع الضغط الخفيف باليد لتسويته ويوزع عليه كمية من الكريمة ثم نضيف الحشوه ونوزع عليها ايضا كمية من الكريمة ثم نضع بقية الرز فوق الحشوه وايضا نقوم بالضغط عليه باليد لتسويته وبالاخير نضيف المتبقي من الكريمة على الوجه يوضع القالب في الفرن لحين احمرار الوجه يخرج من الفرن ويقلب البايكس في صحن التقديم ويقدم والف عافيه .

ثلاثة كوب من الارز المطبوخ والمجهز بالكامل لعمل الحشوة نحتاج الى نصف كيلو من صدر الدجاج المقطع وبصله كبيره مقطعه جوانح على النار نشوح الدجاج مع البصل وكميه من الزيت ثم نضيف البهارات المشكله الي تعجبكم والملح ثم نقوم بقلي كميته من البطاطا المقطعه مكعبات وكميه من الباذنجان المقطع مكعبات ونضيفه للحشوه ونضع كميته من البازلاء الجاهزه وبذلك اصبح الحشو جاهز لتحضير الكريمة نحتاج كوب من كريمة الطبخ مع نصف كوب جنبه كريمي نخلطهم مع بعض ونتركهم جانباً

كاريكاتير

رمضان كريم كاريكاتير صوتها





ابراج هواتفها

ستقرر الشكل الذي تريده لعلاقتك بشريك حياتك.. إما أن تبقى وتكسر الملل أو ترحل وتكسر أيضاً الملل! إذا كنت غير مرتبط: من أول العام إلى ديسمبر (كانون الأول).. «المشتري» في منزل الحظ يعدك بلقاء عاطفي غير منتظر ويمنحك الرغبة في بناء علاقة جادة.	الحمل	
في برجك يدفعك للتمرد على الروتين والعادات، حينئذ ستحتاج مزيداً من الحرية والتجديد والانطلاق. قد يساعدك ذلك في إعطاء مذاق جديد لعلاقتك بشريك حياتك من خلال نشاطات مثيرة تجمعكما، مع تحقيق توازن بحيث لا تظل ملتصقاً به طوال الوقت.	الثور	
مواجهة «المشتري» لبرجك من أول العام حتى ديسمبر تمنحك شعوراً بالتمرد وعدم الرضا.. قد تميل للهروب من القيود والالتزامات أو للكذب أحياناً. كل ذلك يمكنك أن تتغلب عليه إذا كانت هناك مشاعر حب تربطك بشريك حياتك، بشرط أن تناقش مشاعرك بهدوء مع الطرف الآخر وأن تراجع نفسك.	الجوزاء	
لا تتوقع أن تمضي الأمور كما تريد.. قد يكون هناك عتاب أو نقد متبادل مع شريك حياتك وقد تتناوب رغبة في الابتعاد. احكم على الأمور بنضج ومرونة، وكن مستعداً لتقديم تنازلات إذا لزم الأمر، أو ضع أسس جديدة لحياتك الزوجية.	السرطان	
في منزل الحب يقوي الروابط والتوافق مع شريك حياتك.. حتى لو كنت تعمل كثيراً، ستعرف كيف توفر وقتاً للاهتمام بشريكك. لن تنقصك الأفكار التي تعبر له من خلالها عن حبك وتقديرك وتبدو مستعداً لتقديم له كل ما يمكن إبعاده.	الاسد	
تميل للعزلة أو للهروب والاختفاء، وفي أحيان أخرى تميل للتواجد بجانب شريك حياتك.. «نبتون» في مواجهتك يتسبب لك في حيرة، والنتيجة تعتمد على قوة تحمل الطرف الآخر وقدرته على التسامح والاستيعاب.	العذراء	
قد تكون العلاقات الزوجية متوترة في أول العام، لكن من ٦ مارس تكتشف أن المشاعر موجودة تجاه الطرف الآخر، وتبدي استعداداً للتعبير عن مشاعرك دون معوقات. ما تريده: علاقة بسيطة بلا عناء، وسيكون الوقت مناسباً لقضاء أوقات هانئة مع شريك حياتك.	الميزان	
قد تدخل في مغامرات وفي كل مرة تتأرجح بين الانبهار والإثارة ثم الإحباط لأن الواقع أقل من توقعاتك. من ٦ مارس ترغب في الارتباط، لكن «نبتون» كوكب الأحلام يجعلك ترى نصف الحقيقة. تحارب لتحصل على المكانة التي تحلم بها.	العقرب	
مشاركة الطرف الآخر وتوطيد مشاعر الحب التي تربطك به وسيكون هدفك بناء مستقبل مشترك معه. إذا كنت غير مرتبط: أنس الإحباط والوحدة أو قصص الحب غير المكتملة، «المشتري» سيصالحك على الحب، وقد يهديك شخصاً مناسباً ومستعداً لبناء المستقبل معك.	القوس	
مراجعة علاقتك بشريك حياتك من عدة زوايا.. قد تكون في حاجة لمساعدة طبيب أو خبير لتري الصورة أفضل، ومع ذلك لا مكان للمشاكل بالنسبة للعلاقات المتوافقة، على العكس سيزداد التقارب بينكما.	الجدي	
عض الظروف قد تتغير تبعاً للضغوط المهنية والعائلية. لحسن الحظ «المشتري» يساعدك في التغلب على الضغوط وتعطي الأولوية للحفاظ على توافقك مع شريك حياتك. إذا كنت غير مرتبط: قد تلتقي بشخص مناسب.. لا ترفض دعوة الأصدقاء وعلبك بالانطلاق اجتماعياً.	الدلو	
من الآن فصاعداً، لديك رؤية واضحة وتعرف ما تريده: علاقة حقيقية، تجد لنفسك فيها مكانة وتحقق من خلالها اتزاناً عاطفياً. تتقدم نحو الآخر بمزيد من الثقة في النفس وتصر في علاقتك بشريك حياتك على تطبيق مشاركة حقيقية واعية.	الحوت	

حافلة برشلونة تتخلى عن ميسي.. واللاعب يغادر "أنفيلد" وحده

رياضة



ذكرت تقارير صحفية أن حافلة برشلونة الإسباني لم تنتظر نجم الفريق ليونيل ميسي عند مغادرتها ملعب "أنفيلد"، بعدما تكبد الـ"بلوغرانا" هزيمة مذلة أمام ليفربول الإنجليزي. وبحسب صحيفة "مترو" البريطانية، فإن ميسي شوهد لوحده وهو يخرج من منطقة المقابلات الصحفية في ملعب "أنفيلد"، لكنه لم يدل بأي تصريح وبدا في حالة من الغضب الشديد. وأضاف المصدر أن "جهدا كبيرا تم بذل لأجل جمع ميسي مع باقي اللاعبين وطاقم الفريق قبل العودة إلى إسبانيا، لكن البرغوث لم يغادر مع باقي زملائه".

أوسمة ملونة للعراق في بطولة اسيا للكراتيه

● - ماليزيا



على المشاركة الخارجية، مبينا ان المنتخب دخل للمنافسات الآسيوية بقيادة المدربين المصريين (مصطفى ابراهيم وثامر عبد الرؤوف) بدون اي معسكر تدريبي خارجي وانما محلي ولعدة الأيام بسبب عدم وجود الأموال.

سلام، بزارمهدي وبيزرمصطفى). وأضاف عيدان، "سيخوض اليوم الاحد لاعبي منتخبنا تحت (21) عام لفعالية الكاتا الفردي كل من (شاكار محمود، محمد محمود لوزن 61- كغم، علي احمد قاسم لوزن 75- كغم، روند ايوب لوزن 84 كغم)، مشيرا الى امكانية ومهارة لاعبيننا بأضافة عدة ميداليات أخرى في البطولة الآسيوية المهمة". وختم رئيس الاتحاد حديثه بالقول، "معظم الفرق المشاركة في البطولة الآسيوية شاركت بكافة الأوزان ولفتي الرجال والنساء، منوها الى ان عدم صرف المستحقات المالية للجنة الأولمبية أثر بشكل كبير

تمكن منتخبنا الوطني للكراتيه في فعالية "الكاتا" الجماعي من تحقيق ميدالية فضية في بطولة اسيا المقامة حاليا في العاصمة الماليزية كوالامبور، فيما حقق البطل (بنر عباس) برونزية الكاتا الفردي لفئة الناشئين.

وقال رئيس الاتحاد العراقي المركزي للكراتيه، عادل عيدان في بيان للجنة الاولمبية، ان "منتخبنا الوطني تمكن من الحصول على الميدالية الفضية في نهائي فعالية "الكاتا" الجماعية وذلك بعد خسارته امام صاحب الذهبية المنتخب الياباني"، مبينا ان "اللاعبين الذين حصلوا على الفضية هم (يوسف



Regular 10\$

Light 12\$

Midel Line 17\$

Standarad 22\$

Domestic 27\$

Active 32\$

Fast Line 57\$

Business 77\$

أختر أحد عروضنا... واستمتع بخدماتنا
التي تناسب جميع احتياجاتك

مدينة ألعاب سندباد لاند بغداد

يعد سندباد لاند من المشاريع الاستثمارية الكبيرة في العراق وتحديداً العاصمة بغداد, حيث تميزت منذ تأسيسها كمدينة ترفيهية بموقعها الجغرافي الرائع المطل على رمز العراق الأول ” نصب الشهيد“ واحتوائها على بحيرة محاطة بمساحات خضراء تم تنظيمها بعناية بحيث يستمتع الزائر بلوحة فنية تكونت من أمتزاج عناصر الطبيعة وابداع الإنسان ، مضافاً الى ذلك فهي تتضمن أحدث الألعاب من أفضل المنشآت الأوربية تكملها الخدمات الحقيقية التي يوفرها المكان من حيث الامان ، النظافة ، مواقف السيارات والنشاطات المختلفة المتمثلة بالكرنفالات والحفلات المقامة على مدار العام ليثبت إنها وجهة لا منافس لها وبدليل أعداد الضيوف التي تصل إلى عشرات الآلاف خصوصاً في المناسبات.

في السندباد لاند أول دولاب هواء يتفرد بمواصفات من حيث التصميم وارتفاعه البالغ (75)م ليكون بذلك الأعلى في العراق وموقعه والمرفقات المحيطة به والذي سيتم افتتاحه قريباً إن شاء الله .

بالإضافة الى قاعات للمؤتمرات والمناسبات مجهزة بأحدث التقنيات . نجتمع ، نفكر ، نخطط وننفذ لنضع كل جهودنا بين أيدي المواطن العراقي الذي يستحق الأفضل كهدية متواضعة تعيد الأمل إلى حياته بأتاحة الفرصة أمامه لخوض تجربة حقيقية يمارس فيها نشاطاته الانسانية .

