

مجلة صوتها

مجلة شهرية تعنى بالمرأة والمجتمع

العدد (33)

آيار 2021

* الداخلية تحدد مستويات معالجة قضايا الابتزاز الالكتروني

* حملة (العنف مو رجولة) تطرق ابواب الدراما العراقية لتحتفي بمسلسل الهروب

* تحت رمال الصحراء... آثار العراق مهددة بالهدم والانذار

* شبكة صوتها في بابل توصي بتعزيز دور الرقابة الصحية على صالات الولادة

* خبر ارتباط رحمة رياض حديث مواقع التواصل الاجتماعي

* ثلاث لاعبات حصلن على لقب الدوري الكردستاني

الاعلامية امل علي :

منتدى الاعلاميات (iwjf) عزز مبدأ المرأة نصيرة المرأة لا عدوتها



العنف الاسري سبب في تفكك
الاسرة والمجتمع
جنح الملاك

16



اطلالة الفنانة شذى سالم
بتوقيع مصمم الأزياء سيف
العبيدي

24



الفنانة زهور علاء ولمسات
خبير التجميل علي
إسماعيل

25



خل التفاح علاج سحري داخل
مطبخك.. يحارب العدوى
الفيروسية ويحسن بشرتك

26



السماك العراقي

28



صورة الغلاف للاعلامية أمل علي

مجلة
سوتها

مجلة شهرية
تعنى بالمرأة والمجتمع

رئيسة التحرير
الدكتورة نبراس المعموري

مديرة التحرير
رشا صباح

هيئة التحرير
أنتخاب القيسي ، نور نبيه ، خالد
البدر، رند منتصر العيداني

التصميم والخراج الفني
رغيب اموري

ادارة الموقع الالكتروني
رشا صباح - علي سعد - سمرة سمير
خالد البدر - نور نبيه - رند منتصر

التصوير الفوتوغرافي
عباس كردي - كريم الدفاعي
رغيب اموري - احمد عبد الرزاق

البريد الالكتروني

soutuhamagazine@gmail.com

موبايل

07818811592

موقعنا على الانترنت

www.sawtuha.com

صفحتنا على الفيسبوك

http://www.facebook.com/soutuha

القوة والضعف

طباشير

فهمت اخيرا ان القوة ليست نقيض الضعف ” ترتبط الاشياء والمفردات مع بعضها رغم اختلافها وتناقضها ، ان تكن قويا لايعني انك لست ضعيفا ، لنناقش معا عبر خطوط افكارنا وتفكيرنا معنى ان نكون ضعفاء واقوياء بذات الوقت. جدلية القوة والضعف.. ثنائية النقائض المتصقة في حياة نظمها الله على خروج الخبيث من الطيب والطيب من الخبيث .

يصف البعض فلان بالقوي والآخر بالضعيف لكن هل يكتمل الفرد بوصف واحد؟ اما اسود او ابيض؟ طبعا.. لا .. فالخلق مختلفون كما في الفرح والسعادة والحياة والموت ، الضعف يغذي القوة ومن يدرك ثغرات ضعفه يدرك ايضا انه تمكن من معرفة الداء والدواء .. فالقوة بمعرفة سلبياتنا لا بالسكوت عنها ولنا في السيد المسيح والحسين وجيفارا نماذج بشخصيات انتصرت بضعفها المؤمن بقظيته .. لتعامل مع السلبيات ونعالجها باحتوائها بشكل لا يعيق حياتنا ، ومعرفتنا بالاخطاء عند ارتكابها قوة.. فنتعلم من فشلنا و ندرك اننا لسنا معصومين من الفشل . فالكمال لله تعالى.

نحتاج لان نثق بانفسنا لنعرف لغة التواضع والتسامح تجاه ذاتنا وتجاه الاخرين ، نحتاج ان نحد من سيئاتنا ونغير منها بالحد منها ايضا والاستعانة بمن ينصحنا ، نحتاج للكثير.. نحتاج لبعضنا البعض ، افكار تدرجت بدأت بالقوة والضعف والتناقضات اللصيقة بها دخلت صميم حياتي بل حتى صميم حبري وورقي ورغم ذلك احببت فكرة الاعتراف بان الضعف قوة ان عرفنا صولاته وجولاته وميادين استقراره..

لنبحر معا في كيفية التكيف والتعامل والشعور بالفخر اننا في الطريق الصحيح ، تشابهنا كبشر واختلفنا بالمسميات والادوار لكننا جميعا لم نختلف كوننا اقوياء وضعفاء بذات الوقت ، رسالتي لمن يشعر بالضعف انت لست ضعيفا لكنك لم تبحث عن جوانب القوة فيك ، ابحثوا من جديد حتى اولئك الذين اصروا على انهم اقوياء فانتم ضعفاء قد لاتشعرون لكن تحتاجون من ينبهكم بذلك .

لنفكر كيف نستفيد من المفردة ونقيضها والرأي ونقيضه .



الدكتورة نبراس المعموري

حملة (العنف مو رجولة) تطرق ابواب الدراما العراقية لتحتفي بمسلسل الهروب

تسلط الضوء عن ما يتمخض عن الدراما العراقية من رسائل اجتماعية وسياسية خاصة ما يتعلق بملف المرأة، واهمية مواصلة العمل على زيادة الانتاج الدرامي البناء الذي يعد وسيلة مهمة لرقى الشعوب وثقيفها بهذا الصدد.

كاتب المسلسل علاء الفارس تحدث عن الاسباب التي دعت له لكتابة نص (الهروب) واهمية ارشافة حجم المعاناة التي تعرضت لها

الى العمل المشترك السابق الذي جمعها مع المنتدى والمنظومة الاممية بصدد الحد من العنف ضد المرأة، مؤكدة ان مسلسل الهروب قدم رسائل عديدة عكست بطولية المرأة العراقية وشجاعتهما والدور الايجابي لشريحة من الرجال في دعمها اضافة الى التأكيد ان (العنف مو رجولة).

كما تحدث ابطال المسلسل مهند هادي و حسن هادي عن تجربتهم، واهمية عقد ندوات

نظم منتدى الاعلاميات العراقيات وبالتعاون مع هيئة الامم المتحدة للمرأة في العراق وضمن حملة العنف مو رجولة، يوم الثلاثاء الموافق ٢٥ ايار في بغداد، ندوة حوارية عن دور الدراما في الحد من العنف ضد المرأة (مسلسل الهروب انموذجا) ، وبمشاركة جهات حكومية وغير حكومية وشخصيات فنية وثقافية واكاديمية .

افتتحت الندوة من قبل رئيسة منتدى الاعلاميات العراقيات بالترحيب بالحضور والتعريف بحملة (العنف مو رجولة) التي انطلقت منتصف ايار الحالي والهدف من الحملة التي تسعى الى تعبئة الرأي العام بتوجيه رسائل بان مشاركة الرجال بمختلف الطبقات الاجتماعية امر اساسي للحد من العنف ضد المرأة، وتعزيز المساواة بين الجنسين، وازافت المعموري لقد تم اختيار مسلسل الهروب ليكون انموذجا للدراما العراقية التي تتبنى قضايا العنف ضد المرأة، خاصة في مناطق النزاع وما يترتب عنها ودور الرجال في الحد من تلك الانتهاكات، مؤكدة ان للدراما دور مهم في تغيير الصورة النمطية السائدة عن المرأة في الاعلام.

من جانبها عبرت الفنانة ايناس طالب بطلة مسلسل الهروب عن شكرها وامتنانها للدور الفعال الذي يتبناه منتدى الاعلاميات وهيئة الامم المتحدة بشأن قضايا المرأة، مشيرة



المرأة ابان احتلال داعش، وما ترتب عنه من نزوح وقتل وسبي.
من جانبه اشاد ممثل هيئة الامم المتحدة للمرأة في العراق الدكتور عمار عبد القهار بالدور الذي يطلع به منتدى الاعلاميات، مؤكدا ان الجهد الاعلامي مهم جدا في دعم الانشطة التي تقوم بها الهيئة الاممية بصدد الحد من العنف ضد المرأة، واختتم بتهنئة فريق عمل مسلسل الهروب لما قدموه من عمل درامي

تناول ملف المرأة في مناطق النزاع. المتحدث الرسمي باسم وزارة الداخلية اللواء سعد معن اشاد بالمسلسل ودعا الى تبني حملة (العنف مو رجولة) وابدى استعداد الوزارة للتعاون المشترك هذا وشارك في المداخلات والنقاش مخرج المسلسل امجد زنكنة وكذلك مدير قناة u tv ادور جورج ومجموعة من الفنانين الذين شاركوا في هذا العمل الدرامي اضافة الى

الحضور الذين قدموا مجموعة من الملاحظات والاسئلة للمحاضرين في الندوة . وفي ختام الندوة منحت الفنانة ايناس طالب درع العمل التطوعي من قبل منتدى الاعلاميات وهيئة الامم المتحدة للمرأة .



انتخاب العراق نائباً للجنة الشرق الأوسط لأنظمة السياحة العالمية

متابعات
سياسية

أعلنت وزارة الثقافة، انتخاب العراق نائباً للجنة الشرق الأوسط لأنظمة السياحة العالمية. وذكرت الوزارة، في بيان تلقت صوتها نسخة منه، أن "العراق حصل على ثقة الدول العربية والإقليمية المشاركة في أعمال الاجتماع السابع والأربعين للجنة الشرق الأوسط لأنظمة السياحة العالمية التي أقيمت في الرياض". وأضاف البيان، أن "العراق انتخب لمنصب نائب رئيس اللجنة فيما انتخبت مصر لرئاسة اللجنة الإقليمية كذلك انتخبت لبنان نائباً ثانياً مع إقرار تضييف المملكة العربية السعودية لمؤتمر السياحة العالمية القادم، وتابع: "جرت إعادة انتخاب العراق بناء على طلب الوفد العراقي بعد مفاوضات مع عددٍ من وزراء الدول المشاركة بلقاءات ثنائية"، لافتاً إلى أن "أعمال الاجتماع كانت قد انطلقت في الرياض بمشاركة وزير الثقافة والسياحة والآثار الدكتور حسن ناظم، ووزراء عددٍ من الدول العربية والإقليمية".



الداخلية تحدد مستويات معالجة قضايا الابتزاز الالكتروني



كشفت وزارة الداخلية، إنجاز 35 جريمة ابتزاز الكتروني خلال الأشهر الأربعة الماضية، فيما أشارت الى أن هناك مستويات متعددة لمعالجة قضايا الابتزاز الالكتروني. وقال مدير العلاقات والإعلام في الوزارة سعد معن، إن "الجهات ذات العلاقة في الوزارة أنجزت على مدار الأشهر الأربعة الماضية 35 قضية بجرائم الابتزاز الالكتروني، حيث تم استكمال الاجراءات المتعلقة بها وصولاً للانتظار للنطق النهائي. وأضاف أن "معالجة ملفات الابتزاز الالكتروني تتم وفق مستويات متعددة، منها مستوى المعالجة القانونية القضائية والتحقيقية، وذلك من خلال مكافحة الإجرام والجهات القضائية ذات العلاقة، والمستوى الآخر هو التوعية والتدقيق وحل المشكلات قبل التفاقم من خلال دائرة العلاقات والإعلام وتحديد الشرطة المجتمعية التي تحل الكثير من المشكلات.

مرضى السرطان في المحافظات العراقية يناشدون الكاظمي لتوفير العلاج لهم

متابعات
اجتماعية



ناشد مجموعة من مرضى السرطان في المحافظات العراقية، رئيس الوزراء مصطفى الكاظمي لتوفير العلاج لهم بعد فقدانه منذ أكثر من سبعة اشهر في المستشفيات الحكومية ونفاذه من الصيدليات الأهلية. وقال المرضى انهم "شريحة معرضة لكورونا بسبب نقص المناعة التي تكاد تكون منعدمة لديهم بسبب المرض".

وطالب المرضى الكاظمي والجهات ذات العلاقة بتوفير العلاج الخاص بهم والمفقود من المذاخر، وعدم استطاعتهم السفر إلى محافظات اخرى لتوفير علاجهم الدوري. واوضح عدد من المرضى ان علاجهم وصل الى مبالغ كبيرة شهريا في الصيدليات الأهلية.

العراق في المرتبة الـ7 عربياً والـ80 عالمياً بين أكثر الدول فقرا في 2021

دول العالم فقرا تليها جنوب السودان ثانيا فيما احتلت الصومال المرتبة الثالثة ومن ثم جاءت جمهورية افريقيا الوسطى رابعا وجاءت مالاوي وجمهورية الكونغو والنيجر وموزمبيق وليبيريا ومدغشقر في المراتب الخامسة والسادسة والسابعة والثامنة والتاسعة والعاشر على الترتيب، فيما تذيلت لوكسمبورغ تسبقها سنغافورة وايرلندا جدول الترتيب".

وبحسب الجدول، عربيا فإن الصومال جاءت الأولى بين الدول الأكثر فقرا تليها اريتيريا ثانيا ومن ثم اليمن ثالثا والسودان رابعا وليبيا خامسا والمغرب سادسا والعراق سابعا، فيما جاءت الأردن ثامنا ولبنان تاسعا ومصر جاءت بالمرتبة العاشرة".

وبينت أن "الأسر المحرومة في جميع أنحاء العالم عانت من أسوأ العواقب الاجتماعية والاقتصادية لوباء كورونا، قبل أقل من عام".

"العراق احتل المرتبة الـ80 من اصل 194 دولة مدرجة بالجدول من حيث نصيب الفرد من إجمالي الناتج المحلي متقدما 30 مركزا نحو الفقر بالمقارنة عن العام 2020 الذي كان يحتل المركز فيه 110". المجلة اشارت الى ان "دولة بورندي احتلت المرتبة الأولى بأكثر

أفاد تقرير صحفي مختص، بمجىء العراق في المرتبة الـ80 عالميا والـ7عربيا من بين أكثر الدول فقرا خلال العام 2021 .

مجلة "غلوبال فاينانس" المتخصصة بتصنيف دول العالم، ذكرت في تقرير لها للعام الجاري 2021، طالعته (صوتها) ان



تحت رمال الصحراء.. آثار العراق مهددة بالهدم والاندثار

الواقعة في وسط العراق أن "إهمال المواقع الأثرية واضح من قبل الجهات الحكومية وغير الحكومية".

ولاحظ أن "أفضل شاهد على ذلك قشلة كركوك"، وهي القلعة العثمانية ذات القبة الفيروزية التي فقدت كثير من أجزائها وباتت جدرانها اليوم مهددة بالانهيار.

فالتصحر أخذ في التزايد، وبلغ ٥٠ في المئة من مساحة بلاد وادي الرافدين، الأمر الذي يهدد الحياة عموماً وينذر بضياع آثار وحتى منشآت حديثة.

وذكر الجيلاوي بان "حزاماً أخضر كان يحمي المنطقة في سبعينات القرن الفائت وثمانيناته".

لكن تلك الأشجار التي كانت تقف بوجه العواصف رحلت، إذ بينها ما أتت عليه قذائف الحروب المتكررة، فيما أجتث قسم آخر لتوفير مناطق للبناء العشوائي.

في المحصلة، ارتفعت درجات الحرارة ووصلت أحياناً إلى أكثر من خمسين درجة، ما شكل خطراً على صحة الناس، وكذلك تزايدت العواصف الرملية وهطول الأمطار خلال مواسم الشتاء.

بالنتيجة، أصبحت المواقع الأثرية وحجارتها تحت رحمة العواصف الرملية التي باتت تهدد بإعادة مدن وادي الرافدين رمالاً من جديد.

وقال عبد الله الجيلاوي الذي يسكن في محافظة الديوانية المجاورة "الغرب والاميركيون يهتمون بآثارنا أكثر منا".

وأضاف الجيلاوي "لقد عمِل أباًؤنا وأجدادنا مع الأميركيين منذ خمسينات القرن العشرين في (حملات) التنقيب، لكنها انتهت" مع فرض الحصار الدولي على العراق في التسعينات.

ودعا زهير الشعلان وهو محافظ الديوانية التي تضم أكثر من ألفي موقع أثري، إلى "الاستثمار في هذه المواقع" لإيجاد "فرص عمل جديدة في المحافظة المتعطشة إلى نهضة اقتصادية" يتطلع إليها العراقيون منذ قرابة عشرين عاماً عندما وعدت الولايات المتحدة بتحقيق الديمقراطية والازدهار.

وكان لدى الشعلان، مثل كثير من العراقيين، بصيص أمل عند وصول فريق إيطالي للتنقيب عن الآثار بداية العام الجاري وبعده زيارة البابا فرنسيس التاريخية للعراق خصوصاً لموقع أور التآريخي حيث ولد النبي إبراهيم، قريباً من الديوانية.

لكن للأسف، كلها لم تخدم حتى اليوم في إعادة الحياة إلى تراث العراق الذي تلاشى جزء كبير منه بسبب الإهمال والسرقة والظروف البيئية.

تغير مناخي

ورأى محمد طه الذي يسكن محافظة كركوك

حملت زيارة البابا فرنسيس التاريخية للعراق الأمل في أن تفتح الباب أمام توافد أفواج من السياح لزيارة معالمه الأثرية وبينها الأقيصر، وهي من أقدم كنائس العالم، إلا أن التغيير البيئي والإهمال في بلد لا يكاد يخرج من أزمة حتى يدخل في غيرها، يجعلان هذه الكنوز عرضة للضياع.

فكنيسة الأقيصر التي تعود إلى أكثر من ١٥٠٠ سنة وتقع في صحراء قضاء عين تمر في كربلاء، إلى الجنوب من بغداد، شبه منهارة اليوم، إذ لم تبقى منها سوى جدران متهاوية، فيما طمرت أرضها رمال الصحراء.

وقال منقّب الآثار زاهد محمد بحسب تقرير لـ"فرانس برس"، إن "العوامل التي أدت للوصول إلى هذه المرحلة هي الظروف البيئية واتخاذ المنطقة معسكر رماية في عهد نظام صدام حسين" بالإضافة إلى "عدم وجود صيانة دورية للكنيسة".

وأوضح قائم مقام عين تمر رائد فضال، أن "الصيانة تحتاج إلى أموال طائلة". وأضاف "مخصصاتنا قليلة، ولا نستطيع بالتالي إجراء صيانة أو بحث عن المعالم التاريخية".

وعلى بعد ٦٠ كيلومتراً شمال هذا الموقع، تقع مرقد شيعية مقدسة في كربلاء تجتذب ملايين الزوار سنوياً من مختلف دول العالم.



عدد حالات "العفن الأسود" في الهند يقترب من 9000 شخص

في الظروف العادية ، تكون الفطريات غير ضارة تمامًا - فهي لا تسبب المرض ، على الرغم من أنها مادة قوية للحساسية. وقالت هيئة الرقابة الفيديالية إن الأشخاص الذين يعانون من نقص المناعة "يمكن أن يظهر في حالات منعزلة على أنه عدوى انتهازية". لكن بشكل عام ، في المناخ المعتدل ، لا ينتشر الفطر ولا يؤدي إلى تفشي المرض على نطاق واسع. وأوضح Rospotrebnadzor أن تركيز جراثيم "العفن الأسود" في الهند بسبب الرطوبة العالية ومتوسط درجة الحرارة السنوية أعلى بعدة مرات من البلدان ذات المناخ المعتدل

ولايات ومناطق في الهند حيث ينتشر الفطر المخاطي بشكل خاص. لوحظت حالات الإصابة بالفطريات المخاطية في ٢٤ من أصل ٣٧ ولاية وإقليمًا هنديًا. يربط الخبراء التفشي الحالي لهذا المرض الفطري بعواقب COVID-19 - بعد الإصابة بالفيروس التاجي ، يعاني أولئك الذين تعافوا من المرض من مشاكل مناعية خطيرة ، وضد في هذه الخلفية ، يمكن أن يكون الاتصال بالعامل المسبب لداء الفطريات القاتلة قاتلاً. "العفن الأسود" منتشر في كل مكان (عمليًا) في جميع البلدان) ، فطريات رمية تعيش في جميع كائنات البيئة الخارجية تقريبًا " ، - تم شرحه سابقًا في Rospotrebnadzor.

يستمر تفشي العفن الأسود (فطر الغشاء المخاطي) في التطور في الهند. قال وزير الكيماويات والأسمدة الهندي ساداناندا جوفدا على تويتر إن عدد الحالات بلغ ٨٨٤٨ حالة. لم تكشف "ناقلات" الطفريات "الشريفة" للسلالة الهندية من COVID-19 فطر الغشاء هو مرض فطري يصيب التجويف الأنفي والفم والرئتين والعينين ، عندما تصطدم الأبواغ بالأغشية المخاطية لدى الأشخاص الذين يعانون من نقص المناعة ، ويمكن أن يؤدي إلى فقدان كامل للرؤية (يجب إزالة العين المصابة). وقال جوفدا إنه تم شحن ٢٣.٦٨٠ أمبولة إضافية من عقار أمفوتريسين بي المضاد للفطريات إلى



شبكة صوتها في بابل توصي بتعزيز دور الرقابة الصحية على صالات الولادة وتأهيل العاملات فيها



شبكة صوتها في بابل توصي بتعزيز دور الرقابة الصحية على صالات الولادة وتأهيل العاملات فيها بدعم من هيئة الأمم المتحدة للمرأة وصندوق المرأة للسلام والعمل الانساني، عقدت تنسيقية بابل لشبكة صوتها للمدافعات عن حقوق الانسان ندوة حوارية عن (الواقع الصحي للنساء في محافظة بابل وآليات تحسين هذا القطاع بما يضمن بيئة صحية آمنة)، وبحضور عدد من المسؤولين المتخصصين ورؤساء المنظمات والناشطين والاعلاميين . افتتحت الندوة السيدة اخلاص السلطاني منسقة شبكة صوتها في بابل للتعريف باهم الانشطة التي نظمت بهذا الصدد واسباب عقد الندوة واهمية التعاون المشترك بين المنظمات والمؤسسات الحكومية. من جانبها اكدت الدكتورة رفعت عباس مدير قسم الصحة العامة بأن الواقع الصحي في بابل بحاجة الى بنى تحتية متكاملة من حيث المكان والمعدات اضافة الى الاختصاصات الطبية المعنية بالمرأة وتأهيل تلك الاختصاصات وتطوير مهاراتهم لتحسين ادائهم كما اشارت رفعت الى قلة التخصيصات المالية للقطاع الصحي مما ادى الى تدهور هذا القطاع. بينما اكد الدكتور جابر الحمداني مستشار محافظ بابل بأن السبب في ازدياد التحديات الصحية خاصة ما يتعلق بصحة المرأة هي التدخلات والضعف من قبل الاحزاب والمتنفذين وغير المختصين . فيما تطرق الدكتور حسن الربيعي الطبيب الاستشاري في طب المجتمع والصحة العامة الى ضرورة وجود قاعدة بيانات صحيحة ودقيقة للوقوف على الحقائق وتعزيز عملنا بارقام دقيقة ، وتم الاتفاق على مجموعة من التوصيات التي تهدف الى معالجة الواقع بجوانبه المذكورة. هذا وقد شارك الحضور بالنقاش ورفع التوصيات والتي من اهمها تعزيز دور الرقابة الصحية على صالات الولادة وتأهيل العاملات فيها بما ينسجم ومتطلبات الفتيات والنساء بهذا الصدد



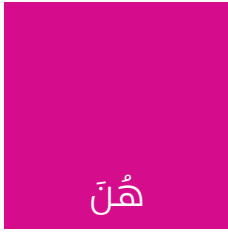




#لا_لخطاب_الكراهية

نعم

لأعلام مستقل ومهني



#لا_لخطاب_الكراهية

نعم

للمساواة ونبذ العنف



#لا_لخطاب_الكراهية



صفحة القرن



حمزة مصطفى

في أواخر إدارة الرئيس الأميركي السابق، دونالد ترامب، بدا وكأن القضية الفلسطينية التي يفترض إنها قضية العرب والمسلمين الأولى أو المركزية مثلما هو الخطاب السياسي والإعلامي المتداول منذ 7 عقود من الزمن، قد دخلت أخطر مراحل التسوية عبر ما سمي بـ«صفحة القرن» التي سرعان ما أطلق عليها الرئيس الفلسطيني، محمود عباس، تسمية «صفحة القرن».. كانت إدارة ترامب قد حاولت تهيئة الأذهان من أجل قبول هذه الصفقة برغم قيام واشنطن بنقل سفارتها من تل أبيب إلى القدس وهو الإجراء الذي لم يقدم عليه أي رئيس أميركي سابق منذ أكثر من ربع قرن برغم أن كل من سبق ترامب كان مؤيدا لإسرائيل.. وبالتزامن مع تلك الصفقة التي لم تر النور عمليا بعد رفض الفلسطينيين سواء كانوا في الضفة أم القطاع، ما بدا إنه إغراءات مالية ثمنا لقبولها، فقد حاولت تلك الإدارة فرض أمر واقع عبر عمليات تطبيع أجرتها بين الكيان الصهيوني وعدد من الدول العربية.

عندما تغيرت الإدارة في البيت الأبيض من جمهورية مؤيدة لإسرائيل إلى ديمقراطية ليست أقل تأييدا لها إلا في بعض التفاصيل التي تتعلق برؤية الجناح اليساري في الحزب الديمقراطي لكيفية حل القضية الفلسطينية، لم يكن هناك من يتوقع أن مفاجأة مدوية يمكن أن تقع على صعيد القضية الفلسطينية.. حماس بات أقل على صعيد صفقة القرن أو حتى التطبيع، لاسيما بعد أن إنهمكت إدارة بايدن في ملف المفاوضات مع إيران فيما يخص الملف النووي، ناهيك عن المشاكل السياسية داخل إسرائيل والقسم الأكبر منها مرتبط برئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتيناهو الذي أجريت بسببه خامس انتخابات في غضون أقل من سنتين، الأمر الذي جعل كل الأنظار تتجه نحو فيينا، حيث ما يظهر من نتائج على صعيد المباحثات هي التي يمكن أن تحدث تغييرا في الخريطة بصرف النظر إن كان هذا التغيير جذريا أم جزئيا.

المفاجأة التي لم يكن يتوقعها الجميع جاءت من غزة التي كانت بمثابة صفقة لكل من كان يتوهم أن القضية الفلسطينية لم تعد تشكل الأولوية التي كانت عليها سواء في الذهن العربي أو الإسلامي.. فالصواريخ التي طالت الكيان الصهيوني دكت أهم وأخطر معاقله، والأخطر من ذلك إنها أنهت ما كان يسمى القبة الحديدية أو الدرع الصاروخي الذي سرعان ما إنكشف تماما أمام هول الضربات الصاروخية التي غيرت المعادلة.. فالكيان الإسرائيلي بدأ مرتبكا للمرة الأولى ربما منذ حرب عام 1973. كما ان المجتمع الدولي أخذ ينظر إلى القضية الفلسطينية ليس بموجب معادلة التسوية، وإنما في سياق جديد عبر معادلة الصواريخ التي كان الداخل الإسرائيلي في مأمن منها. كما ان المساعي المرتبطة بما سمي صفقة القرن تراجعت كثيرا إلى الوراء، بعد أن وجهت غزة صفقة لتلك الصفقة.

الاعلامية امل علي

منتدى الاعلاميات (iwzf) عزز مبدأ المرأة نصيرة المرأة لا عدوتها

حاورتها : انتخاب القيسي

امل علي إعلامية من العراق حاصلة على شهادة البكالوريوس في العلوم السياسية .. امرأة طموحة واجهت الكثير من التحديات والصعوبات لكن ثققتها بنفسها واراداتها مكنتها من تجاوز تلك الصعوبات.. بدايتها في مجال الإعلام مقدمة برامج تلفزيونية في قنوات عدة من خلال البرامج الصباحية والاجتماعية واقتصادية لتنتقل بعد إتقان اللغة والصوت إلى العمل في البرامج السياسية منها برنامج لقاء خاص و تغطيات سياسية وجدران هشة و حتى الساعة اخرها البرنامج السياسي على المسطرة الذي يعرض في قناة الفرات.

لمجلة صوتها حوار مهم وشيق مع الإعلامية امل علي

له الكثير وقربته من المتابعين الذين هم برأيي اسرة ساندة واعتقد اننا اذا استخدمنا تلك المواقع بشكل صائب فأنا سنطور المجتمع ونستأصل سلبياته من الظواهر المسيئة للعائلة العراقية التي انتشرت بفعل العولمة والانفتاح بحيث اصبح العالم قرية صغيرة بها من المشاكل الاجتماعية والسياسية والاقتصادية في كل بلد خاصة في العراق والبلدان العربية التي كانت منغلقة على نفسها .

* برأيك ماذا ينقص المرأة العراقية وما الذي تحتاجه لتحقيق مطالبها ؟

باعتقادي ينقص المرأة القراءة والمطالعة لتجديد الإمكانيات وتطوير ثقافتها التي

العلوم السياسية والذين افتخر بهم مثل أ د أسامة السعيدى .. احياناً ادعوه كضيف في برامجي واحاوره بكل فخر بمختلف الجنبات السياسية وأساعد بمن يرانا ويكتب عنا تلك الطالبة واستاذها تتخللها كثير من مواقف بكائي عندما اقرأ ما يكتبوا عنا او ما يكتبه عني.

* لأي مدى استفدت من مواقع التواصل الاجتماعي في مجال عملك؟

لا يختلف احد على ان مواقع التواصل الاجتماعي سلاح ذو حدين، فمن اساء استخدامها فلن يمسه منها الا نار الحد السلبي، اما من تعامل معها وفق مبدأ (الشهرة وليس الشهيرة) بالتاكيد اضافت

* كيف كانت بدايتك في مجال الإعلام ؟

البداية جدا متعبة حيث العمل والدراسة والصعوبات التي تواجهها اي فتاة وهي تشق طريقها بمجتمع ذكوري، لكن دعم العائلة كان له اثر كبير لان لدي اب قدوة وسند و أم معطاءة وقلب يدعو اضافة الى زوجي النصف الثاني الذي كملني.

* من اكثر شخص دعمك في مشورك غير العائلة ؟؟

الكثير وقفوا بجانبني زرعهم الله في طريقي كانوا أناس يعطون بلا مقابل وهم الاستاذ المذيع المخضرم نسيم حسن كونه اول من دربني وعلمني ابجديات قراءة الخبر في قناة آفاق، بالإضافة الى اساتذتي في



لطالما كانت الرافد الوحيد والرئيسي لثقافتها بنفسها وتحقيق الذات والتصالح معه، بالإضافة الى الاصرار والعزيمة والإرادة القوية فمهما ضاقت سُبُل الحياة لا بد من وجود افق جديدة .

*** هل يمكن القول ان المشكلة الحقيقية للاعلام العراقي أنه لا يعرف ماذا يريد؟**
مشكلة الإعلام الحقيقية هي الطارئين سواء على مستوى الادارات او العاملين في الشاشات من مقدمين ومذيعين ومراسلين، ومن كلا الجنسين.

*** هل انت مع او ضد إيقاف برنامجي 'طلقة توني' و 'طنب رسلان من قبل هيئة الإعلام والاتصالات؟**

نعم مع إيقاف هذا النوع من البرامج لأن الكوميديا لا تصل الى المتلقي ولا تُضجك المشاهد وهي بهذا الكم الهائل من الإسفاف والاستخفاف بمشاعر الناس اما فيما يتعلق بـ (طنب رسلان) فأقول ان النصر العراقي الذي تحقق على داعش الإرهابي على ايدي وسواعد ابطالنا في القوات الامنية بمختلف صنوفها والحشد الشعبي فيجب ان يُؤرخ ويجسد ببرامجٍ ومسلسلات وافلام اكبر وافضل من ما قدم في هذه البرامج مع جل الاحترام للعاملين فيها

*** ما هو رأيك بالإنجازات التي حققها منتدى الاعلاميات العراقيات iwjf ؟**
منتدى الإعلاميات بقيادة الدكتورة نبراس المعموري تلك المرأة المعطاءة دماثة خلقها وروحها النقية جعل للإعلامية العراقية

* هل حققت طموحك؟

دائماً ما انقد نفسي بل اجدها ودائماً ما ينتابني الشعور بعدم الرضا على ما قدمته ويجب ان اقدم المزيد فكثيراً ما كان هذا الشعور يزعجني الا انني عندما طرقتُ باب الثلاثينات من العمر وجدت نفسي مذيعة اخبار ومقدمة ومعدة برامج سياسية لا اقول من طراز خاص بل لي لوني الخاص بتقديم السياسة والحوار فيها بإشادة من مختصين ناقدين وهذا من جعلني اقتنع بأن احد اسباب نجاحي هو الجشع بالطموح وعدم الاقتناع بما تقدم والتكبر بالأحلام ودائماً اوصي متابعيني « لا تجعل نفسك متواضع بأحلامك»-

صدى و صوت في المحافل الوطنية و العربية والعالمية واخرها حفل يوم الاعلامية بمشاركة تسعة دول عربية هذا المحفل الذي جمع طاقات اعلامية وسياسية ودبلوماسية فذة وعملاقة عربية كانت وعراقية وكنت واحدة من ضمن المكرمات بجائزة اطوار بهجت (شهيذة الكلمة).
قلتها سابقاً واقولها الآن هذا البيت منتدى الاعلاميات العراقيات (iwjf) فند نظرية او مبدأ المرأة عدوة المرأة بعبائنه الجمعي ودعمه للإعلامية العراقية والطاقات الشابة وعزز مبدأ المرأة نصيرة المرأة ويكفي بهذا منجزاً كبيراً ومتألقاً.

* أي مصممة يروق لك اكثر عالميا وعربيا؟

المستوى العربي اعشق تصميم وملسات ايلي صعب وعلى الصعيد المحلي فالمصمم سيف العبيدي الذي غالباً ما تكون فساتيني منه. في الختام رسالتي إلى المجتمع.. ارجوكم لا تحولوا الاختلاف الى خلاف وتقبلوا الآخر كما هو فالتناس أجناس ولا اقول هذا جزافاً بل من ما نعانيه من انقسامات وتجاهيات وصراعات بسبب المصالح الخاصة حولت طريق السلم والمحبة الى طريق الإخوة الاعداء فكل يبحث عن مصالحه وامتيازاته الخاصة بعيدا كل البعد عن المصلحة العامة لبناء الدولة لغرض تحقيق الازدهار والاستقرار بدل الفوضى والفساد.



«العنف الاسري سبب في تفكك الاسرة والمجتمع»



يوكسل ترزي باشي

العنف الأسري من أهم الأمراض التي تهدد الأسرة بانهيائها، ويقصد بالعنف الأسري إلحاق الأذى بأحد أفراد الأسرة باستخدام القوة المادية أو المعنوية وقد يشمل العنف ضد الأطفال أو ضد الزوجة أو الزوج وقد يكون عنف جسدي أو اجتماعي أو لفظي أو اجتماعي. والتفكك الأسري موضوع مهم وحساس للغاية حيث تعاني منها الكثير من الأسر في المجتمع في جميع بلدان العالم، فالتفكك الأسري يعني انه فشل أحد أو أكثر من أفراد الأسرة في القيام بواجباتها مما يؤدي إلى ضعف العلاقات وحدوث الصراع بين أفرادها. ولغرض الوقوف على تفكك الأسرة علينا أن نبحث عن أسباب العنف الأسري كأن تكون أسباب شخصية أو أسباب اقتصادية أو اجتماعية، ومن ثم معالجة تلك الأسباب لغرض حماية الأسرة من التفكك والانهيار. فالأسباب الشخصية أو الذاتية يمكن حصرها في الأسباب الفسيولوجية أو تعاطي الكحول والمخدرات التي تؤثر على الجهاز العصبي للإنسان والذي يكون سبباً في فقدان السيطرة على النفس ويكون أكثر عرضاً إلى العنف من الإنسان الطبيعي، أيضاً مستوى الذكاء له علاقة كبيرة باستقرار الأسرة وظهور المشكلات أو تجنبها، والصحة النفسية لها تأثير على العلاقة الأسرية سواء بين الزوجين أو بينهما وبين الأبناء وان كانت الصحة النفسية سيئة يكون التأثير سيئاً.

أما العامل الاقتصادي مثل الفقر والبطالة سبباً في الأزمات الأسرية فنقص الموارد المالية يخلق شعوراً بالقلق والخوف بسبب تدني المستوى الاقتصادي فتضطر الأم في أحيات كثيرة إلى مزاوله العمل طوال اليوم وإهمال تربية أبنائها، وكذلك المستوى الاقتصادي يكون من أسباب تشتت الأطفال ومزاوله التسول وترك مدارسهم أو بسبب انخفاض المستوى الاقتصادي قد يكون مكان سكن العائلة ذات مساحة صغيرة والذي يؤدي إلى معانات وصراعات بين أفراد الأسرة. وأخيراً الأسباب الاجتماعية، فالعادات والتقاليد الموجودة في المجتمع والتي تتطلب من الرجل أن يكون قوياً ويتصرف بالرجولة وإلا فهو ساقط من عداد الرجال، ومن ناحية أخرى غياب دور الاباء كأن يكون متوفياً أو مسجوناً أو مشغولاً أو مريضاً لا يستطيع تربية الأبناء فهذا يكون سبباً في انحراف الأبناء، ومن الأسباب الاجتماعية أيضاً مشاجرة الزوجين أمام الأبناء حيث يؤثر ذلك على أبنائهم مستقبلاً، أو التفرقة الظاهرة بين الأبناء من قبل الوالدين فمن شأنه أن يرع الحقد والكراهية والذي يؤدي إلى تصاعد العنف داخل الأسرة، أما التنشئة الأسرية الغير السليمة كالقوة الزائدة أو اللين الزائد في معاملة الأبناء وتضارب سياسة الوالدين في تربية الأطفال كل ذلك يؤدي إلى تصاعد العنف لدى الأبناء مستقبلاً. من اجل بناء أسرة متينة وقوية هناك العديد من الوسائل التي تساهم بشكل كبير في علاج مشكلة التفكك الأسري منه :-

- 1- بناء الأسرة على أسس صحيحة ومتينة بتمسكها بالتعاليم الإسلامية المستمدة من الكتاب والسنة.
- 2- أن يكون العلاقة الزوجية قائمة على الاحترام المتبادل والتفاهم.
- 3- قيام الأم بتنشئة أولادها تنشئة صحيحة ذلك بتوجيههم وتقديم النصائح لإبعادهم عن الانحراف الأخلاقي والفشل الدراسي ونشر المحبة بين أبنائها.
- 4- عدم مشاهدة الأبناء مشاجرة الوالدين.
- 5- عدم التدخل في حياة الزوجين من قبل أهل الزوجين.
- 6- دور الإرشاد التربوي في المدارس مهم والذي يعمل على تلمس مشاكل الطلاب وحلها بالتواصل مع الوالدين الذين يكونان سبب المشكلة.
- 7- المؤسسات الخيرية والثقافية تكون عاملاً أساسياً يساهم في علاج التفكك الأسري من خلال الندوات التوعوية والإرشادية أو تقديم المساعدات المالية.
- 8- لوسائل الإعلام دور عظيم لنشر ثقافة اللاعنف.
- 9- المؤسسات الصحية يجب أن توفر برامج خاصة لصحة الأسرة الجسدية والنفسية.
- 10- وضع القوانين والتشريعات التي تحافظ على تماسك الأسرة وتقوية بنيانها ومناهضة العنف الأسري. وختاماً الأسرة هي نواة المجتمع ودورها عظيم والحفاظ عليها من التفكك فإذا استقامت واستقام أفرادها وصلح المجتمع بأكمله، وإذا فسدوا فسد المجتمع وانهار وتفكك. أتمنى لجميع أسرنا الهدوء والسلام العائلي والمحبة والتألق.

سلمى حايك تكشف عن تعرضها للعنصرية في هوليوود كونها امرأة مكسيكية

مشاهير



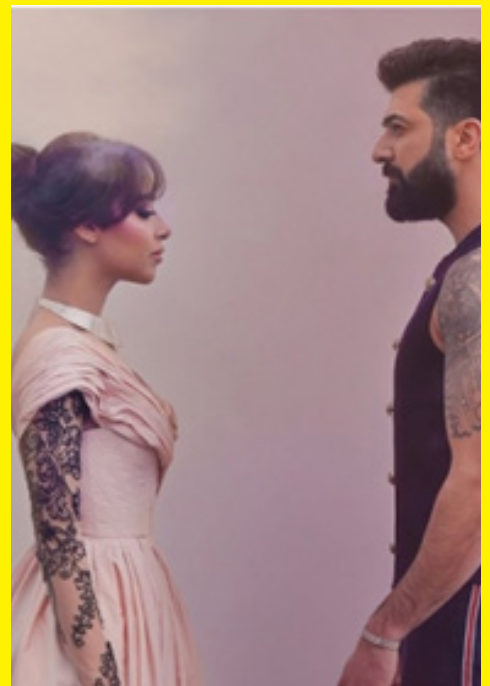
كشفت النجمة العالمية سلمى حايك في حوارها مع مجلة فارايتي عن تعرضها للعنصرية في هوليوود، حيث أكدت أنها تقدمت لعمل اختبار أداء لفلمين كوميديين، وبعد أن أخبرها مخرج الاختبارات أنها صاحبة أفضل أداء تم رفضها كونها مكسيكية.

وأضافت سلمى حايك أنها كامرأة إذا قدمت دورا ناجحا في فيلم كبير والجمهور أعجب به يحسبون إيرادات شبك التذاكر لصالح الرجل بطل الفيلم دون وضع أنها جزء من الأسباب التي دفعت الجمهور لحضور الفيلم في السينما

سيف نبيل وبلقيس يطرحان ديو غنائياً بعنوان "ممكن"



طرحت النجمة اليمنية بلقيس فتحي، والنجم العراقي سيف نبيل، ديو غنائياً جديداً بعنوان "ممكن" باللهجة العراقية، وهو التعاون الأول الذي يجمع سيف وبلقيس. وحققَت الأغنية بعد يوم واحد على طرح الكليب الخاص بها، وهي من إخراج دان حداد، عبر قناة سيف الرسمية على موقع "يوتيوب"، نحو مليون مشاهدة. وأغنية "ممكن" من ألحان سيف نبيل، وكلمات سيف الفارس، وتوزيع عمر صباغ.



الفنانة رحمة رياض تعلن ارتباطها رسمياً

ومن جانبه نشر ألكسندر علوم أيضاً صورة مع رحمة رياض عبر حسابه على إنستجرام وأرفقها بتعليق جاء فيه: "وعد مني وعد واخذتها.. باركولي".

حيث نشرت رحمة رياض صورة تجمعها بألكسندر علوم عبر حسابها على تطبيق الصور والفيديوهات إنستجرام ظهرت بها وهي تمسك بيده وكتبت في تعليقها عليها: "باركولي".

أعلنت نجمة برنامج ستار أكاديمي في موسمه السابع الفنانة العراقية "رحمة رياض" عن خطوبتها من عارض الأزياء والممثل الأمريكي ذو الأصول العراقية "ألكسندر علوم".



بروس ويليس وجون ترافولتا يجتمعان بعد غياب 27 عاماً

مشاهير

يستعد نجما هوليوود
المخضرمان جون ترافولتا
وبروس ويليس، للعمل معاً
مرة أخرى من خلال الشاشة
الكبيرة، وذلك بعد غياب استمر
٢٧ عاماً.
فإن النجمين اللذين قاما بدور

البطولة معاً في فيلم ”Pulp
Fiction“ عام ١٩٩٤، من المقرر
أن يجتمعا مرة ثانية في فيلم
”Paradise City“ من إخراج
تشاك راسل، والذي من المقرر
أن يبدأ العمل أنتاجه في
هاواي.



سلامة الصالحي

جنحُ الملاكِ

انثر الورد بدربك
وارقب خطاك البعيدة..
يسافر قلقي بحقائب
مثقلة ،
وطيفك جنح الملاك..
اطوف السماء،
والعصافير معي..
ثمة ادعيةٍ، وابتهالاتٍ،
ودمعٍ ماطرٍ،
والهٍ رحيمٍ
يأخذ مني..
كل حقائب رحلتي،
ويمنحني الوسن..
انتظرك على سفح

ذاكرتي ،
وكلما تسلقتُ.. يومي،
وانوي الصعود اليك..
تداهمني.. غيمةٌ ماطرةٌ
وابتل بالحنين..
فتصير لحظتي..
محض موتٍ.. صغير..
فيها نتبادل الحزن،
ونحن توأمُ الفرح..



الظمأ الكبير

عصمت شاهين دوسكي

(١)

الظمأ الكبير

يفجر البركان

حجارة ، نار ، دخان

أطفال أمام الشيطان

لن تختفي الشمس ، النجوم

ويغيب الجنان

لكي يعربد الشيطان

يمزق الإنجيل والقرآن

(٢)

تجار الحروب

يلهون في الدروب

بالأمس القريب كان الجنوب

والزيتون يصرخ لآخر

الخطوب

العالم سكران

وبناة الروك .. بغايا .. عراة

يحصدون قلوب الخيانة

في كل مكان يتسكعون

طرق مظلمة ، حانات

سيبقون عراة لآخر الزمان

(٣)

أيها الوطن الوحيد

أتتك العذابات

غاصبين ، ذئاب ، بغاة

يقتلون ، يذبحون

في كل الطرقات

من يردد أسمك

من يتوجه للصلاة

فقراء ، ثائرين ، شهداء

يا وطن الأنبياء

تتشظى حجارتك

نورا للأجيال ، للأحياء

قل للتراب ، للبحر ، للهواء

لن تنتهي مهما شب الضراء

(٤)

أيها الثائر

الشيطان ذبح الصغار

وضح النهار

شرد ، مزق ، أحرق ..

قنابل ، سموم ، نار

الضحايا في كل مكان

يقابلون الإعصار

السما قبل الأرض

تصرخ دمار .. دمار ..

أيها الثائر

الأجيال تنتظر رغم الحجاب

حطم كل الذئاب

كل الغاصبين ، البغاة

واعلو فوق السحاب

فالشمس مشرقة بعد العذاب

العناية بالبشرة المختلطة بمواد طبيعية



يتطلب منك الأمر ترطيب المناطق الجافة بخلاطات تعالج جفافها كماسك الزبادي، كما يتطلب خلطات أخرى تعالج الإفرازات الدهنية وتمنع ظهور المسام الواسعة في الجلد في منطقة T من وجهك، كخلطة الفراولة مع العسل، حيث يُعدُّ ماسك العسل ضمن أفضل الماسكات للبشرة المختلطة؛ لأنه يحتوي مضادات للبكتيريا ضمن خواصه التي تعمل بدورها على التصدي لحب الشباب ومعالجة البثور.

تقشير البشرة المختلطة

لتقشير بشرتك بشكل آمن ولطيف، يمكنك استخدام ماسك الشوفان مع الحليب على كامل البشرة المختلطة، ولإزالة الرؤوس السوداء وخلايا الجلد الميتة قومي بتدليك الجلد بالميزيج لدقائق ثم يتم غسل الوجه بالماء البارد، مرة واحدة أسبوعياً.

العناية بالبشرة والوجه وتنظيفهما باستخدام المستحضرات المناسبة والملائمة سيكون له أثر كبير على إشراق بشرتك ونضارتها وتألقك في مختلف المناسبات.

مواد طبيعية لتنظيف البشرة المختلطة
يمكنك تطبيق ذلك من خلال استخدام الغسول المناسب للبشرة المختلطة أو عبر وصفات المواد الطبيعية، وننصحك باختيار الحليب أو الزبادي؛ حيث يضمّان حمض اللاكتيك الذي يعمل على تنظيف البشرة وإزالة الخلايا الميتة، أما البروتين والدهن اللذان يحتويهما الحليب فلهما دور في ترطيب البشرة وتليينها، وابتعدى تماماً عن الصابون الذي يسبّب تهيجاً للمنطقة الجافة في أجزاء وجهك.

ماسكات البشرة المختلطة

قومي بتطبيق Multi Masking لبشرتك المختلطة مرة أسبوعياً لعلاج مشاكلها؛ حيث

أفضل علاج للأظافر واليدين

حماية الجلد من الإصابة بالجفاف.

تفتيح بشرة اليدين والقدمين.

تغذية البشرة وتعزيز إفراز الكولاجين .

ترطيب البشرة ومنحها ملمساً ناعماً حريراً .

فتح المسام والحدّ من ظهور التجاعيد.

إزالة الجلد الميت المحيط حول منطقة الأظافر.

تقوية الأظافر ومنعها من التقصّف.

يُساعد في زيادة تدفق الدم وإرخاء العضلات وتقليل تصلب المفاصل.

هل شمع البارافين آمن؟

شمع البارافين آمن، كونه مكوناً طبيعياً، ولكن لا يُنصح به لمن يعانون من ارتفاع ضغط الدم أو مرض السكري أو دوالي الأوردة. وكذلك، لا يوصى بهذا العلاج، لذوات البشرة الحساسة، وتلك المعرضة للطفح الجلدي الحراري

لتقشير شمع البارافين برقة من المعصم لغاية الأظافر؛ كي يتم إزالته بشكل كامل. ثم، تُنظف الأظافر جيداً للتخلّص من بقايا الشمع. وبعدها، تُرطب اليدين بكريمات مرطبة لتعزيز نضارتها.

فوائد شمع البارافين

معالجة تشقق اليدين وكعبي القدمين.



شمع البارافين، تمنحك تركيبات مكثفة تأخذ شكل الشمع، معززة بعناصر فعالة، تضخّ الحياة في البشرة فتمنحها ملمساً حريراً ناعماً، كما وتحسّن صحة الأظافر وتعزّز دفاعاتها لتصبح قوية.

طريقة تطبيق شمع البارافين

تقوم معظم صالونات التجميل بتطبيق شمع البارافين للعناية بالأظافر والبشرة، عن طريق إذابة شمع البارافين في «أحواض» مصمّمة خصيصاً للنقع اليدوي. عندما يذوب الشمع ويصبح ليناً، يقوم أخصائي تجميل الأظافر عادةً بفرك الأيدي بمقشّر مرطب لإزالة الأوساخ والجلد الميت. ثم، يقوم أخصائي تجميل الأظافر، بغمس اليدين في الشمع اللين. ويتم تغطية اليدين بالشمع باستخدام فرشاة لطلاء الشمع لتغطيتها. ويترك لمدة ٣٠ دقيقة.

إزالة الشمع

من خلال استخدام قطعة قماش ناعمة

استوديو إطلالتك من وحي النجمات

موضة



حرصت الفنانات والنجمات العرب على الظهور بإطلالات جديدة جذابة وأنيقة مناسبة للصيف والمناسبات المختلفة.

حرصت الفنانة درة زروق على تصميماً جذاباً حيث ارتدت عباية جذابة باللون الأزرق ومطرزة من الأطراف باللون الذهبي، مع بروز اسمها على العباية "درة" بالإضافة إلى الفراشات المختلفة الأحجام بلون داكن.

ظهرت العنود بدر بإطلالة أنيقة تجمع ما بين الذوق الرفيع والبساطة، من خلال ارتداء فستان طويل باللونين البرتقالي والبني، بالإضافة إلى حزام جلد بُني اللون في وسط الخصر مميز وأنيق؛ ليتناسب مع الصندل. فاطمة المؤمن اعتمدت فستاناً باللون البيج النيود مع تطريز من القماش بالأبيض بإطلالة أنيقة وناعمة، بمكياج نيود رقيق؛ ليتماشى مع لون الفستان، وقد نسقت معه حقيبة يد باللون الأبيض.





**اطلالة الفنانة
شذى سالم
بتوقيع
مصمم الأزياء
سيف العبيدي**





مكياج عيون من مهيرة عبد العزيز

مكيادك

مكياج عيون باللونين البني المحمر
والفضي مع خطوط الأيلينر المسحوبة

اعتمدت بمكياج عيون جذاباً باللونين البني
المحمر والفضي اللامع، مع خطوط الأيلينر
المتوازية باللونين الفضي اللامع والأسود،
التي تأتي مسحوبة ومجنحة الى خارج العين،
الى جانب الرموش الاصطناعية والحواجب
العريضة.

مكياج عيون سموكي برموش طويلة
جداً

تلهمك مهيرة بمكياج سموكي بتدرجات
الألوان الترابية الدافئة، مع الرموش الاصطناعية
الجريئة والبارزة، حيث استخدمت فيه ظلال
العيون بالتدرجات الترابية على الجفن العلوي
الثابت والمتحرك وعلى خط الجفن السفلي.

تواكب الإعلامية الإماراتية مهيرة عبد العزيز
خلال الفترة الأخيرة صيحات المكياج القوية
والجريئة، رغم أنها معروفة بميلها الى
أساليب المكياج الناعم، فهي تعتمد مؤخراً
المكياج القوي بمختلف أشكاله وألوانه، لتحقيق
بذلك نقلة نوعية في إطلالاتها.

مكياج عيون غرافيكى باللونين الذهبي
والأسود

يلاقي مكياج العيون الغرافيكى رواجاً كبيراً،
خصوصاً بين النجمات والإعلاميات، وهو
جريء وعصري. وقد اعتمدته الإعلامية
مهيرة عبد العزيز، على شكل خطي أيلينر
موصولين عند ثنية العين الخارجية، يغمران
الظلال الذهبية اللامعة الموجودة على كامل
الجفن العلوي.



الفنانة زهور علاء ولمسات خبير التجميل علي إسماعيل



خل التفاح علاج سحري داخل مطبخك.. يحارب العدوى الفيروسية ويحسن بشرتك



خل التفاح هو من العناصر التي لا يخلو منها مطبخ منزلي تقريباً، ويتكون من حمض الأسيتيك، ويستخدم لخصائصه العلاجية وتتضمن بعض طرق توظيف خل التفاح في نظامك الغذائي إضافته إلى السلطة أو شرب ٢-١ ملاعق كبيرة منه يومياً قبل أي وجبة.

تحسين البشرة:

يمكن لخل التفاح أن يفيد البشرة من خلال المساعدة على إعادة توازن مستويات الأس الهيدروجيني وقتل البكتيريا السطحية، يمكن أن يكون مفيداً أيضاً في علاج الأمراض الجلدية مثل الإكزيما.

ينظم مستويات الكوليسترول:

يمكن أن يساعد خل التفاح في إدارة مستويات الكوليسترول في الجسم، عن طريق زيادة الكوليسترول الحميد أو الكوليسترول الجيد وخفض الكوليسترول الضار.

إدارة سكر الدم:

يمكن للأشخاص الذين يعانون من مرض السكري من النوع ٢ الاستفادة من خل التفاح، لأنه يمكن أن يحسن حساسية الأنسولين. يخفف أعراض متلازمة تكيس المبايض: يحسن أعراض متلازمة تكيس المبايض لدى النساء.

الخصائص المضادة للبكتيريا

والفيروسات:

خل التفاح يمكن أن يساعد في محاربة وقتل الفيروسات والبكتيريا الضارة التي يمكن أن تضر الجسم.

خل التفاح للتنحيف

يمكنك الاستفادة من خل التفاح إذا كنت تبحث عن طرق لفقدان الوزن إذ أظهرت العديد من الدراسات التي أجريت مؤخراً أنه يساعد في تحسين التمثيل الغذائي، وقمع الشهية، وحرق الدهون وتقليل تخزين الدهون.



ديكورات لتصاميم الأسطح الخاصة

في السقف. إلى ذلك، قد يؤمّن الإضاءة عمود مزوّد بفانوس من الأعلى، الأمر الذي يعزز قيمة الديكور.

- تفصل أركان المساحة من خلال الأشجار أو جدار يُطلّى بطلاء ذي لون هادئ، ويحمّل بأوعية النبات والأزهار الملونة.
- تختار قطعة ديكور لافتة للأنظار للمساحة، كالمدفأة أو الجدار الذي تكسوه الخضرة أو الأرجوحة...

الخارجية، وجذابة في آن واحد.

- يزيّن سطح طاولة الطعام بالفواكه والإكسسوارات، على أن تحوطها الكراسي مهما كانت قليلة العدد.
- تترك الأرض على حالها (الكونكريت) أو تكسى بالعشب الاصطناعي أو ترصف بالخشب الذي يتحمّل الظروف الخارجية، علماً أن الخشب لن تأفل موضته.
- الإضاءة عنصر مهمّ للغاية، وفي هذا الإطار توظف الإضاءة المخفية في الخشب في الأرضية، كما يمدّ حبل مزوّد باللمبات

عند تصميم المساحات الخارجية، ولا سيّما الرووف والأسطح الخاصة، يُفضّل التركيز على تحويل هذه المساحات، مهما صغرت، إلى حدائق مفتوحة تشعر الجالسين فيها بالراحة النفسية وبعطايا الطبيعة الخضراء.

- ديكورات لتصاميم الرووف والأسطح الخاصة توزّع المساحة على جلسة للسمر ومكان لتناول الطعام ومكان لحفلات الشواء، الأمر الذي يستدعي حضور الطاولة والأرائك والمقاعد والكراسي، مع الحرص على اختيار المفروشات مريحة ومضادة للعوامل



مطبخ أم أيمن

استراحة



السمك العراقي

نحضر سمكة نوع كارب او أي نوع نقوم بتقشيرها وتقطيعها وغسلها وتتبيلها بالكمون والبابريكا والفلفل الأحمر الحار والملح. ثم نقليها بزيت غزير وحرار ونتركها جانباً لتحضير خلطة المطبخ، نفرم بصلايتين فرم ناعم ونحمره بطاوة فيها كمية من الزيت، بعد ان يحمر نرشله رشة ملح وملعقتين كبار نومي بصرة (ليمون اسود) ناشف وبهار مشكلة وكوب كشمش (زبيب)، ونقلبه جيداً لمدة خمس دقائق ونرفعه من النار ونتركه جانباً.

لتحضير الرز نضع قدر عميق على النار ونضع ربع كوب من زيت قلي السمك ونحمر فيه بصلة صغيرة، ثم نضع رشة بهار السمك او أي بهار تفضلوها، ثم نضع كوبان من الرز المغسول والمنقوع والمصفى وقطعتين ماجي ورشة ملح ونطبخ الرز بالماء بحيث يرتفع عنه بمقدار اصبع، يترك الرز لغاية النضوج ثم يترك جانباً، نرفع نصف كمية الرز ونضعها في صحن ثم نضع قطع السمك والخلطة في قدر الرز ثم نضيف النصف الاخر من الرز ونضع القدر على نار هادئة لمدة ربع ساعة يرفع من النار ويقدم والف عافية. لا تنسوا ذكر والدي بالدعاء والرحمة.

كاريكاتير

مجلة صوتها





أبراج هونها

تطل على شهر مفصلي وأساسي مع انتقال المشتري الى برج الحوت اعتباراً من تاريخ ١٤ يتحدث عن تغييرات جذرية تطلب منك الانتباه والحرص لكن الخبر الجيد هو الخسوف الحاصل في برج القوس والصدى ووجود الشمس والزهرة في بيت المال بالنسبة الى برجك سيجلب الحظ والنجاح .	الحمل	
تفرح وتحلق في هذا الشهر الاستثنائي والذي يحمل اليك المجد من اطرافه ويعدك بالرفاهية والراحة والجاذبية المطلقة والاعمال الأكثر انتاجية بعد فترة من الركود كما يحمل معه الانفراج والتقدم فتمنن خواترك لوجود كوكب الزهرة كوكب الاساسي الذي يوفر لك السعادة والريح والنجاح.	الثور	
تكون الاجواء راكدة روتينية تماماً وفارغة من الحظوظ ولا يجوز الاتكال على الفرص العابرة. يناسبك العمل الهادئ والروتيني بعيداً عن الاضواء والصخب ان كواكب كثيرة تعرقل امامك الطريق والحدث الأبرز انتقال المشتري كوكب الحظ الى مواجهة برجك من الحوت.	الجوزاء	
تبشرك مواقع الكواكب المتواجدة في اماكن مناسبة لبرجك بدعم مهم لكافة اعمالك ومشاريعك البداية مع وجود المريخ في برجك الذي يشير الى تقدم اما الحدث الأبرز هو انتقال المشتري الى برج الحوت المائي الصديق يحمل اليك مفاجآت سارة ما يجعلك تحلق عالياً وتحقق احلامك .	السرطان	
تندرك مواقع الكواكب هذا الشهر بالمتاعب والمسؤوليات المرهقة والتي ستكون في معظم الاحيان متشابكة، الامر الذي سيتطلب منك انضباطاً نفسياً كاملاً واعصاباً جده متينة. ابتعد عن التحديات اذا ظهرت وادر ظهرك للخلافات وتجنب اي مواجهة.	الاسد	
افضل ما يميّز هذا الشهر هو التأثيرات الايجابية التي ترسلها الشمس عطارد اورانوس والزهرة الى حياتك فتعيش مرحلة غنية بمشاريعها واحداثها بناءً على صعيد العلاقات العامة والشخصية. ولذلك سوف تجد نفسك امام اشخاص يلفتون انتباهك نظراً لتقارب وجهات النظر او لكثرة القواسم المشتركة بينك.	العذراء	
انطلاقة استثنائية لهذا الشهر الواعد جداً، فمواقع الكواكب تناسبك تماماً وترسل اجمل تأثيراتها لتتبرك بالنجاح والريح. وبالتالي سيكون شهر أيار/مايو شهراً مثمراً وغنياً على كافة الاصعدة. انه شهر مناسب لتحديد الاهداف والاولويات فأنت تبدو متحمساً للحياة ولخوض مجالات جديدة	الميزان	
شهر أيار/مايو لن يكون شهراً سهلاً أبداً، بل على العكس قد يكون من اصعب اشهر السنة واقلها حظوظاً وفرصاً. ولسوف تطل هذه التأثيرات جميع مواليد برج العقرب بغض النظر عن اعمارهم او موقعهم او مجالهم، كل حسب طاقته ودوره.	العقرب	
ان الاجواء الجميلة والمؤاتية لبرجك ما زالت مسيطرة هذا الشهر ايضاً. وبالتالي ستتخطى مرحلة الركود التي عانيت منها مؤخراً لتنطلق في عملية الانقاذ او التقدم السريع نحو الاهداف. هنالك عوامل فلكية مشجعة تسمح لك بأخذ المبادرة احياناً وبدعم تحركات الآخرين احياناً اخرى.	القوس	
انه شهر واعد بالتقدم والنجاح والازدهار ان الحظ حليفك هذا الشهر ايها الجدي وسيكون لمواقع الكواكب المجتمعة في برج الثور تأثيرات ايجابية وفعالة غنية بوعودها وغلالها شرط التحلي بالجهوزية التامة للتحرك. فالاجواء مشجعة على التنقل والتفاوض وعلى توسيع دائرة العلاقات العامة.	الجدي	
يشهد هذا الشهر تراجعاً لكواكب كثيرة في مواجهة برجك ما يعرقل خطواتك فلا مجال للاستخفاف بالواجبات هذا الشهر او لتضييع الوقت لأنه ثمين ومحدود. فأمامك فترة قصيرة لتكثيف الجهود واستثمار الوقت في اعمال بناءة، سواء كانت عائلية او مهنية او شخصية. كما ان الوضعين العاطفي والصحي يتطلبان منك الرعاية والاهتمام فكن حذراً.	الدلو	
وأخيراً تظهر في الأفق بوادر خير وتفاؤل مع انتقال المشتري الى برجك بتاريخ ١٤ ويستقر فيه حتى تاريخ ٢٩ تموز يوليو ويجلب لك الحظوظ ويحمل استقرار ونجاحاً حان الوقت لتظهر علناً فخوراً بنفسك ومبتسماً.	الحوت	

رونالدو يدخل التاريخ بمئويته الجديدة



نجح النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو في دخول مئوية جديدة من الأهداف في مسيرته الكروية، بتسجيله الهدف رقم 100 بقميص يوفنتوس، خلال المباراة التي تغلب بها على ساسولو بثلاثة أهداف مقابل هدف ضمن منافسات الجولة الـ 36 من الدوري الإيطالي. وسجل كريستيانو رونالدو الهدف الثاني في مباراة يوفنتوس وساسولو، وفي نفس الوقت حصل على أعلى تقييم من موقع "هوسكورد" بين لاعبي المباراة. وأصبح رونالدو أول لاعب في تاريخ يوفنتوس يسجل 100 هدف في 3 مواسم فقط، واحتاج رونالدو 131 مباراة للوصول إلى الهدف رقم 100، وهو أسرع لاعب في تاريخ النادي يصل لهذا الرقم.

ثلاث لاعبات من الدوري العراقي حصلن على لقب الدوري الكرديستاني

موقع الكرة النسوي العراقي..
تحصل ثلاث لاعبات من القوة الجوية على لقب الدوري الكرديستاني مع انديتهن في مواسم مختلفة بعد ان اعتبرنه لاعبات محترفات في البطولة .
حيث توجن كل من :- مينا كريم مع فتاة أربيل 2018 .
- زينب عباس مع نادي سيروان نوى مع لقب هدف الدوري برصيد 52 هدف 2019
- ناديا فاضل مع فتاة دهوك 2020 .



عصر الزعماء الافتراضيين لا الميدانيين



عدنان ابو زيد

كان عالم النفس الاجتماعي الأمريكي ويليام ماكجواير، قد حذّر في مقال مؤثّر حملَ عنوان "أسطورة التأثير الإعلامي الهائل" (McGuire 1986) من أنّ وسائل الإعلام سوف لا تقود المستقبل، لانحسار تأثيراتها على الطريقة التي نعيش ونفكر بها، وتفوّق وسائل التواصل الاجتماعي عليها، لاسيما في الحملات الانتخابية، حيث وجد السياسيون فيها الطريقة المثلى لشنّ حروب الإقناع، وغسل الذاكرة، مما علق بها من صفحات سوداء، وتدشين ورقة بيضاء جديدة.

تحذيرات العالم الأمريكي تستند الى فرضية، أنّ الاعلام المؤدلج لم يعد الوسيلة التي تقدّم لنا المعلومة الصحيحة، بعد أن أصبح ماكينة سياسية للتضليل، ونفخ الأكاذيب، من أجل صناعة وهم جديد لشخصية هذا السياسي، أو ذلك الحزب. فضلا عن ذلك، فإنّ الإعلان الانتخابي والاستشارات السياسية أصبحت صناعة، ولا يهتمها ضخ الحقائق، قدر الحصول على الأرباح، وأتباع كل الطرق لإلحاق الانكسار بالخصوم الانتخابيين، وقد ظهر في الحملات الانتخابية الأمريكية الأخيرة، حجم الأكاذيب والقصص الملقّقة، عبر الاستثمارات الاعلانية التي بلغت كلفتها مئات الملايين من الدولارات..

وإذا كان علماء الاجتماع يعتمدون على فكرة ان هناك صراعا كلاسيكيا بين المعرفة النظرية والحقيقية، بمعنى انه ليس كل ما تعرفه نظريا عبر الاعلام والتواصل والمنشورات الدعائية، هو حقيقي، وان المعلومة المستقاة من التجربة العملية هي التي يُعوّل عليها، الا ان ذلك لم يعد ذا تأثير، لان اغلب سكان العالم ينساقون اليوم وراء الدعاية، بشكل مفرط، ولا يكلّفون انفسهم معرفة الحقائق حتى تلك التي يسهل الوصول اليها، ما يعني اننا نعيش عصر "العمى المعلوماتي" بما يعنيه ذلك من معنى.

على الرغم من كل ذلك، استنتج ماكجواير، في أواخر العام 1986، أن هناك القليل من الأدلة على قدرة وسائل الإعلام على الإقناع في الحملات الانتخابية السياسية وتغيير سلوك الناخبين، ومن ذلك أنّ مايكل بلومبرج، رجل الأعمال وعمدة مدينة نيويورك السابق، أنفق على حملته للرئاسة، من أمواله الخاصة، أكثر من مليار دولار، 70% منها للإعلان.

وسائل التواصل الاجتماعي تغيّر اللعبة، بعد أن سمحت للزعماء الصاعدين بالتحدث مباشرة إلى الناخبين حول كل شيء، من السياسة إلى تفاصيل الحياة الصغيرة، وكان باراك أوباما أول مرشح رئاسي يستخدم التواصل الافتراضي للتعويض عن "الغياب الواقعي"، وينتقل دونالد ترامب إلى Twitter يوميًا تقريبًا للتعبير عن نفسه، مُهملاً وسائل الإعلام التقليدية.

الطريقة التي يتواصل بها السياسيون اليوم، تختلف تمامًا عن الطريقة التي كانوا يتواصلون بها قبل خمس أو عشر سنوات، ولم تعد هناك حاجة الى مكبرات الصوت وتلفزيون، بل عبر نوافذ التواصل التي لا تكلف أموالا كثيرة،

وتوفّر تكافؤ فرص انتخابية عادلة تقريبا، وقد استفادت من ذلك، الزعامات الجديدة التي لا تمتلك الأموال الطائلة للظهور في قنوات الاعلام التقليدية والرسومية. على هذا النحو، نتوقع أجيال سياسية، في العراق، وأحاء العالم، ستكون أقرب الى كونها شخصيات صنعها العالم الافتراضي، ليزرعها على ارض الواقع، الذي سوف يختبر مهاراتها وصدقها.



ضمن حملة (العنف مورجولة)

ينظم منتدى الاعلاميات العراقيات
وبالتعاون مع هيئة الامم المتحدة للمرأة في
العراق الندوة الحوارية

(دور الدراما في الحد من العنف ضد
المرأة.. مسلسل الهروب انموذجا)