

النزاهة تُوقع بموظف في مديرية بلدية الكوت متلبساً بجريمة الرشوة

الحقيقة - خاص

تمكّنت ملاكات هيئة النزاهة الاتحادية من الإيقاع بموظفٍ في مديرية بلدية الكوت متلبساً بتسليم مبالغ مالية؛ مقابل تيسير بعض الإجراءات المتعلقة بعملية الكشف على أرض مُستأجرة.

مكتب الإعلام والاتصال الحكومي في الهيئة، وفي معرض حديثه عن العملية، التي نُفذت بناءً على مذكرّة قضائيّة، أفاد بتأليف مكتب تحقيق الهيئة في واسط

فريق عمل، بعد تلقّيه معلوماتٍ وردت في شكوى تفيد بطلب مُوظفٍ يعمل بمديرية البلدية في المحافظة مبلغاً مالياً (رشوة) من أحد المشتكين.

وأردف مكتب الإعلام مُبيناً أنّ الفريق، وبعد تدوين إفادة المشتكي والاستماع إلى سجلات المكالمات والاتصالات بالمشكو منه، واستحصله الأمر القضائي، بادر إلى نصب كمين محكم للمشكو منه الذي يعمل موظفاً في شعبة الإجراءات في بلدية الكوت، وضبطه متلبساً

بالجرم المشهود، مُبيناً أنّه تلقّى مبلغ الرشوة؛ لقاء قيامه بتمشية إجراءات إنجاز معاملة الكشف على الأرض الواقعة بجانب نهر دجلة التي قام المشتكي باستئجارها من مديرية البلدية.

ونوّه بتنظيم محضر ضبط أصوي بالعملية، التي تمّت وفق أحكام القرار (١٦٠ لسنة ١٩٨٣)، وعرضه بصحبة المنّهم والمضبوطات على قاضي التحقيق المختص، الذي قرّر توقيفه على ذمّة التحقيق.

رئيس أركان الجيش يناقش الوضع في المنطقة ويؤكد جاهزية القوات الأمنية

الحقيقة - متابعة

ترأس رئيس أركان الجيش الفريق أول قوات خاصة الركن عبد الأمير رشيد يارالله، اجتماعاً لمناقشة الوضع في المنطقة، فيما أكد جاهزية القوات الأمنية.

وذكر بيان لوزارة الدفاع تلقته (الحقيقة): أن "رئيس أركان الجيش ترأس اجتماعاً أمنياً حضره، معاون رئيس أركان الجيش للعمليات وقادة الأسلحة (البرية، والجوية، وطيران الجيش، والدفاع الجوي) ومدير التخطيط".

وأضاف أن "الاجتماع، تناول مجمل الأوضاع الأمنية في المنطقة والتحديات التي تواجهها، كما تطرق إلى جاهزية القوات الأمنية في توفير أقصى درجات الأمن البلاد وأخذ الحيطة والحذر من اي طارئ".



نائب الأمين العام لحزب الله: سنختار أميناً عاماً للحزب في أقرب وقت

الحقيقة - خاص

ألقى نائب الأمين العام لحزب الله اللبناني، نعيم قاسم، كلمة للمرة الأولى منذ إعلان استشهاده الأمين العام للحزب، حسن نصرالله.

وقال نعيم قاسم: "خلفاً لما ذكره الكيان الصهيوني فإن حسن نصرالله لم يكن يعتزم عقد اجتماع مع 20 شخصاً، بل كان معه علي كركي وعباس نيلفروشان وقائد حرسه وآخرون من المقربين منه في الحزب".

وأضاف قاسم: "جاهزون للالتحام البري مع العدو الصهيوني". وتابع نائب الأمين العام لحزب الله: عملياتنا مستمرة بنفس الوتيرة وقدرتنا العسكرية متينة وكبيرة".

وأردف قاسم: "نحن نتابع القيادة وإدارة المواجهة بحسب هيكلية الحزب وهناك نواب للقادة وبدائل جاهزة".

وتابع نائب الأمين العام: "سنختار أميناً عاماً للحزب في أقرب فرصة، والخيارات ستكون سهلة لأننا على قلب رجل واحد

الحكومة تبدأ

خطة دبلوماسية جديدة

الحقيقة - متابعة

أعلن المتحدث الرسمي باسم الحكومة باسم العوادي إتمام خطة تحرّك دبلوماسي حثيثة لمتتين علاقات العراق، عاداً الاتفاق العراقيّ الأميركيّ بشأن إنهاء تواجد التحالف الدولي في العراق العام المقبل "إنجازاً تاريخياً".

العوادي أكد أنّ "الحكومة استطاعت وفي ظرف بالغ الحساسية على صعيد المنطقة والعالم وظروف سياسيّة معقّدة داخلية لدى الأطراف التي تتفاوض معها، الوصول إلى اتفاق مشترك لإنهاء مهمّة التحالف الدولي لمحاربة (داعش) في العراق، وأنه عليه إنهاء تواجده بحلول شهر أيلول 2025، كما استطاعت الحكومة أيضاً الوصول لاتفاق على إنهاء دور العراق في تمكين التحالف داخل سوريا بحلول 2026".

وأكد أنّ "التوصل إلى اتفاق من هذا النوع في هذه الظروف المعقّدة ومن خلال التفاوض والدبلوماسية ومن دون آثار سلبية سياسيّة واقتصاديّة وماليّة وأمنيّة في العراق، يمكن أن يوصف بالإنجاز التاريخي، وأن يضمن سلامة وأمن العراق والعراقيين".

المتحدّث الرسمي باسم الحكومة، قال: "لقد أتممنا خطة تحرّك دبلوماسي حثيثة لمتتين علاقات العراق، وستكون هناك زيارات دولية مهمّة خلال المدة المقبلة، ليكون للعراق الوجود والتأثير الذي يليق به في مجريات الأحداث".

الحقيقة

رئيس مجلس الإدارة

رئيس التحرير

فالح حسون الدراجي

الطبعة

01 | 10 | 2024 | العدد (2755)

رقم الاعتماد 1301 لسنة 2013

www.Alhakikanews.com

هواتف الصحيفة

07901868864

07714247603

السعر: 500 دينار

جريدة يومية سياسية عامة

Alhakika.anews@Gmail.com

وزير الداخلية يفتتح خط إنتاج العجلات المدرعة التابع لهيئة التصنيع الحربي



الحقيقة - خاص

بدعم وتوجيه رئيس الوزراء محمد شياع السوداني، افتتح وزير الداخلية عبد الأمير

الشمري، امس الاثنين، خط إنتاج العجلات المدرعة التابع لهيئة التصنيع الحربي، بحضور عدد من الشخصيات والقادة والضباط.

واطلع الوزير على العديد من مفاصل العمل في هيئة التصنيع الحربي، مشيداً بجهودها في رفد المؤسسة الأمنية بأنواع الأسلحة

والأعتدة والعجلات.

يذكر أنّ وزارة الداخلية وقعت عقوداً متعددة مع هيئة التصنيع الحربي بهدف تعزيز موارد الوزارة من الأسلحة

والعجلات لتكون هذه الهيئة سنداً أساسياً للقوات الأمنية العراقية بجميع صنوفها وخاصة وزارة الداخلية لتعزيز قدراتها القتالية.

الأمن الوطني: القبض على 229 إرهابياً

ومبتزراً إلكترونياً ومتطرفاً دينياً

الحقيقة - خاص

أعلن جهاز الأمن الوطني، امس الإثنين، القبض على 229 إرهابياً ومبتزراً إلكترونياً ومتطرفاً دينياً وتاجر مخدرات خلال الشهر الحالي.

وذكر بيان للجهاز تلقته (الحقيقة) أنّ "جهاز الأمن الوطني حقق خلال شهر أيلول 2024 سلسلة من الإنجازات الأمنية البارزة في عموم محافظات البلاد شملت قضايا مختلفة".

واضاف أنّ "الإنجازات الأمنية أسفرت

عن إلقاء القبض على 42 متهماً بالإرهاب و63 متورطاً في تجارة وترويج المخدرات و70 مبتزراً إلكترونياً بالإضافة إلى 54 شخصاً ينتمون إلى حركات دينية متطرفة وغيرها من العمليات النوعية التي نفذها الجهاز خلال هذا الشهر".

الاخيرة

قضية عرك تسعى في مقاومة

تقحم الموت لايبغي له بدلا
رام الخلود ومن يرنو اليه علا
لله يومك يوم فيه منعطف
يامن رسمت الى سوح الوغى سبلا
قد هن نيك اهل الارض وا أسفا
والشمس قد كسفت والنجم...

التفاصيل ص12

ترجمة

أمير الذباب: القاتل.. الحيواني.. الكرنفالي

لا ينبغي أن نقلل من شأن الشعبويين ولا أن نشهر بهم. إن كل ما يشبه التقزز أو السخرية أو الإقصاء المنهجي، من دون أي شكل آخر من أشكال المحاكمة، له اسم واحد هو: احتقار الشعب. لا يمكن مكافحة هذا النوع من الأمراض إلا بالحجج، والالتزامات، والاثباتات، بالفكر، قولاً وفعلاً، وليس بالتجاهل...

التفاصيل ص 10

ثقافية

عندما تصبح الكاميرا سلاح الثائر

قليلة هي الكتب التي تعنى بالنقد والتأرخة لفن التصوير الفوتوغرافي، بل نلاحظ أن في العراق لا تتوافر مصادر كثيرة، يمكن من خلالها ملاحظة أثر كثير من المبدعين في هذا المشهد الثقافي المهم.

كتاب يؤرخ لتجربة إبداعية كبيرة متمثلة بالمصور المبدع الراحل جاسم الزبيدي، والذي جاء بعنوان "جاسم الزبيدي..."

التفاصيل ص 9



تقاطعات المعلومة المقطوعة

د. حسنین جابر الحلو

يندر في زماننا الجيوثقافي والجيو سياسي أن يكتمل اطار اللوحة ، والوانها ، واشكالها ، وتغير تركيبتها البنوية الثبوتية ؛ لانها دائمة التغير ، مرة تجدها مربعة واخرى مستطيلة وثالثة دائرية وهكذا شكل ماشئت ، على الرغم من بيان بعض الموارد الارتكازية عند متقني الحالة ، الا ان الثابت ليس بثابت .

وهذا التعقيد نابع من جملة المفاهيم المركبة للنفعية اليومية ، لا النفعية الكلية المرسومة بسقف زمني واضح المعالم ، بل هي دائمة البحث عن الفائدة .

فبيان حاجة الفرد إلى استقرار شيء مهم ، وهو يحتمل وظيفة الدولة المبرزة للأمر ، ووظيفة الفرد المشتغل على نفسه كمتلقي ، يستقى المعلومة من قراءة أو سماع أو مشاهدة .

واليوم، المشاهدة أكثر واسرع واوسع، تجد هذا التركيب، أصبح بازدياد خطواتي متمثل بالصيغة المرحلية لكل خطوة، بثباتها من جهة وصياغتها من ثانية، وتنفيذها من ثالثة، وبخطوات شحن يولد السابق اللاحق.

فجد شخصاً يصرح بأمر ، يفنيه الذي فوقه ، ويميله من بعده ، وهكذا تجد ان للنص الثقافي والسياسي والاقتصادي وحتى الاجتماعي له أكثر من تفسير وتقرير وتمير ، و عند التطبيق تجد العشوائية بسبب البيروقراطية القاتلة ، والتي لاتنتج التطور والنمو في أي جزء من اجزائها .

هذه التقاطعات، ليست في الجانب العلمي والوظيفي فحسب ، بل تجده حتى في الجانب اليومي الحياتي ، هناك أكثر من تقاطع في الأفكار والعلوم والفهم ؛ لأنك وبكل صراحة تصطدم مع من يمثل فكره وتوجهه وإيدولوجيته ، ولانطلق من العمومية الجمعية ، بل من الفردانية المتوقعة على ذاتها وبيانات سلبية وضعها العقل الجاهل من غير تفكير ولتدبير أو تبرير ، بل هكذا دائم التقاطع ، يريد أن يريز ويقتصر ويشترط ، من غير معرفة ، فقط ينتج مقولة " أنا مشهور إذن أنا موجود " ، فيفقد على الدين والقيم والشرف ليحصل مراده ، مما أدى سلبا إلى تفكيك البنية النفسية والبناء الاجتماعي والاسري وصولا إلى نقاط الاستلاب . انتج هذا الأمر جمهورا سياسيا يتحدث فقط بالسياسة مشاهدة لا تحليل ، ويبقى يجتر المعلومة وينقلها من غير تحقق وتدقيق ، وواجد لنا عقلا اقتصادياً ، يطعك بدائل كيبوردية من غير وعي ولا تأكد ، فقط كلام في كلام ، ووضع لنا عقلا ثقافياً يتماهى مع أي وافد من غير أن يفهمه ، جميع هذه العقول برائية وليست جوازية ، تفكر بقيمة المخلات وتحولها إلى الداخل ، بل إلى داخل الداخل ، وهكذا...

وهي سياسة اقناعية ، قد تكون الافكار موجودة ، ولكن ، المشكلة عند بعضهم لايمتلكون ادوات المواجهة والاقناع وكما يقول "وليام اوسلر " : " في الاكتشافات العلمية ، يذهب التقدير من يقنع الناس بها ، و ليس من تأتيه الفكرة أولاً " من هنا تضحى أهمية العمل على التاكيد من المعلومة والعمل على ايصالها ، لتتفق التواصل مع الجمهور ...

التخطيط: الانتهاء من 70%

من أعمال الحصر والترقيم فى كركوك



ملاحظات ومخاوف ومقترحات وتوصيات
إقليم كردستان إلى الجهات المعنية في الحكومة
للاتحادية. وسيشمل الحصر والترقيم كافة
ملاحظات العراقية وإقليم كردستان لمدة 60
يوماً. وبدأت العملية في العراق مطلع الشهر
الجاري، لكن إقليم كردستان لديه ملاحظات
عليها ولم تبدأ بعد العملية. منذ عام 2009،
خطت الحكومة العراقية لإجراء التعداد
العام للسكان، لكن عوامل كثيرة حالت دون
إجرائه. وبحسب وزارة التخطيط فإن عدد
سكان العراق سيتجاوز الـ 51 مليون نسمة
في عام 2030.



البنك المركزي يحدد عمولة

شركات الصرافة الخاصة ببيع الدولار

أنه "بغية السير بالآلية التي تم إطلاقها لتسهيل الإجراءات للمواطنين بصورة صحيحة وسلسة، نرجو الالتزام بالتوجيهات الصادرة عن هذا البنك، وبخلافه قد يؤدي مستقبلاً إلى استبعاد شركاتكم من الاشتراك في نافذة بيع وشراء العملة الأجنبية".

للمسافرين لوحظ أنَّ البعض من شركات الصرافة تستحصل عمولة من المواطنين المسافرين بمبلغ (50,000) دينار وهذا يُخالف مضمون إعمامنا المرقم 8003/1/9 في 2024/7/11، إذ سبق لنا توجيهكم باستحصال عمولة (25,000) دينار فقط من المواطن عند قيامه بعملية شراء الدولار". وأضاف،

حدد البنك المركزي، عمولة شركات الصرافة الخاصة ببيع الدولار. وذكر بيان للبنك المركزي أنه "من خلال التدقيق ومراقبة أعمال شركات الصرافة الخاصة ببيع الدولار بشأن بيع الدولار المخصص

التصنيع الحربي تعلن نجاح

توطین صناعة العجلات المدرعة



الحقيقة - متابعة

الواقع ببغداد وتزويده بكافة وسائل التكنولوجيا الحديثة". وأضاف أنه "تم توقيع عقود متعددة مع أجهزة أمنية ومنها وزارة الداخلية"، مشيراً إلى "أننا سنسلم اليوم الوجبة الأولى وبالغاية 50 عجلة مدرعة قتالية وسيتم تسليم الوجبات الأخرى تباعاً". وأضاف أن "ذلك جاء بعد الدعم الحقيقي من الحكومة للهيئة لتكون سائناً أساسياً للقوات الأمنية العراقية بكافة صنفها وخاصة وزارة الداخلية لتعزيز قدراتها القتالية".

أعلنت هيئة التصنيع الحربي، امس الاثنين، عن نجاح توطين صناعة العجلات المدرعة، فزما الداخلية 50 منها تستسلم صيرتها الداخلية 50 عجلة قتالية مدرعة أنتجت في صنعها.

وقال رئيس الهيئة مصطفى عاتي إنه "بدعم وتوجيه من رئيس الوزراء محمد شياع السوداني بضرورة إقامة صناعات حربية متطورة من خلال توطين صناعة حقيقية داخل البلد، تحت هيئة التصنيع الحربي بتوطين صناعة العجلات المدرعة في مصنع الربع

الاقتصادي، أحمد عيد، إن "ارتفاع سعر صرف الدولار لن يعكس بشكل أو بآخر على اقتصاده، وبما أن العراق تعدواول مباشر بين السوق العراقية والبلاتينية من الناحية السوفية، إنما هناك جزئيات متعلقة بارتفاع الدولار ترتبط بالأحداث الجارية في لبنان والمتعلقة بزيادة الطلب على الدولار في السوق".

من يطلب الدولار؟

ويوضح عيد ، أن "الطلب على الدولار تزايد من قبل شخصيات و تيارات مرتبطة بالأحداث الجارية في لبنان بهدف التهيئة للخروج مع عائلاتهم من العارة في حال انتقال استعفاف البلد المركزي العراقي، لأن الأزمة كيبان بكميات تقديده محدودة غير التحويلات الخارجية، لذلك كان هناك ارتفاع طفيف، وهذا قبل تفاقم أحداث لبنان".

التاجر والاستغلال

– طلباً متزايداً في السوق الموازية "بسبب زيادة الاستيراد بشكل غير قانوني عن طريق التحويل المباشر أو تهريب العملة، لأن الاستيراد من الدول المحظورة المتمثلة بإيران وسوريا يتم وفق هذه الطرق بعيداً عن مراقبة البنك الفيدرالي والخزانة الأمريكية".

ويشير عبيد في نهاية حديثه إلى أن "السوق العراقية هي سوق شتهة، تتأثر بأي أحداث أمنية وسياسية في المحيط الإقليمي، وارتفاع الدولار قد يدفع لارتفاع السلع والمواد خلال الفترة المقبلة ما لم تتم مراقبة السوق ومعالجة التجاوزين والمستغلين للأوضاع الجارية".

من جهته، يؤكد الخبير الاقتصادي، عبد الرحمن الشبيبي، أن "في كل

استغلال الطرف والاضطراب الأمني والعسكري والسياسي والوضع على الساحة الإقليمية بما فيها العراق، والإشاعات المغرضة بتوقع ضربة قادمة على بعض المناطق الحيوية في العراق، ما قد يعيق حركة البضائع المستوردة وصولاً إلى المواطن".

"لذلك بدأ بعض التجار بزيادة أسعار بضائعهم التي تستورد من الخارج إلى الضعف، خاصة المواد التي يحتاجها الزبون يومياً، فهي تعتبر فرصة لبعض التجار بتقليل تكاليفهم لزيادة السعر، وهذا الاستغلال مرفوض".

بدوره، يوضح الباحث والمختص في الجانب المالي والمصرفي، مصطفى حنتوش، حرب لبنان على الوضع الاقتصادي العراقي، بالقول إن "العراق لا يمتلك سلاسل إمداد أساسية من وإلى لبنان، وبالتالي من الناحية الاقتصادية لن يتأثر الاقتصاد



عراقي أو ميزاته التجاري، ومع استمرار سلاسل الإمداد العالمية فإن هذا كفيل بعدم رفع أسعار السلع الأساسية (اعتماداً مبدئياً على الأسواق العراقية) "ويضيف حتاتوش، " كما أن العراق يمتلك احتياطيات كبيرة من النفط وإيراد (تغطي دولاري) مستمر، يجعل تغطية حاجة السوق المحلية من الدولار متاحة، ولا داعي أن تخوف المواطنون من أسعار الصرف يعملون على إدراجها".

وفي حينها سوف تنهار أغلب سلاسل
إمداد الطاقة على ما في الشرق
أوسط، وهذا ما يجب تجنبه بكل
"موسائل"، وفق حنتوش. وخلال
تجسيم الأضرار، زادت حدة المخاوف
من تحول الصراع بين إسرائيل وحزب
له في حرب شاملة، مع شن إسرائيل
هجمات عنيفة على غرض أن يمتد
في لبنان في غضون ذلك، أعلن وزير
صحة اللبناني، فراس الأبيض، أنه
يترى تسجيل 1640 قتيلًا، منهم 104
طفلاً و194 امرأة، و8408 جرحى،
بمذبح هذا الوجهات بين إسرائيل وحزب
له قبل نحو عام.



مدني صالح.. ذاكرة لا تنسى

علي المرهج

ذات مرة، كان هناك تكريم لمجموعة من رواد الفلسفة كانوا من مفكرينا المهمين في الدرس الفلسفي: د. حسام محي الدين الألوسي وأستاذنا مدني صالح والأستاذ الدكتور كريم متى.

حرص رئيس الجمعية الفلسفية العراقية الأستاذ الدكتور عبدالأمير الأعسم على تكريم رواد الفلسفة.

كان مقر الجمعية الفلسفية العراقية (كما أتذكر) في القصر الأبيض في شارع النضال بعد أن صار مركزاً أو نادياً لرواد الفكر يلتقون به.

كُرمَت الجمعية أستاذنا الدكتور حسام محي الدين الألوسي ومعه الأستاذ الدكتور كريم متى بعد عودته من التدريس في ليبيا، فتسلم الجائزة هو واستاذنا الألوسي، ولكن مدني صالح لم يحضر، فتسلمها تلميذه، د. فوزي الهيبي.

طلب مني د. فوزي الهيبي الذهاب لأستاذنا مدني صالح الذي كان يسكن في مدينة الغزالية ببغداد، فذهبتا له ورحب بنا، فأخبرنا أننا نحمل جائزة له بوصفه رائداً من رواد الدرس الفلسفي في العراق، فتسلمها منا وشكرنا ونحن في باب البيت، وأظنه تسلمها منا تكريماً لقدمنا له لا احتفاءً بالجائزة.

تذكرت حينذاك ما ذكره لنا حول شخص صعد لقمة جبل (إفرست) وكان في وقتها حدثاً كبيراً، ولم يعلم هذا الذي صعد قمة هذا الجبل أن هكذا حدثاً سيكون له هذا التأثير وتلتقي به كثير من القنوتات العالمية، فتفاجأ بها حينما نزل من الجبل، بعد أن وجد أن العالم يحتمي به، فسأله أحدهم هذا إنجاز عظيم حدثنا عنه، فأجابني وما العظمة فيه؟ فرد عليه أنك صعدت قمة جبل عظيم مثل جبل (إفرست) ! فرد عليه أنني صعدت لأنفت نظر حبيبي، أما ما تتحدثون عنه من إنجاز فلم يكن من حساباتي.

كان مدني صالح يذكر رفض سارتر لجائزة نوبل لأنه لا يستحقها طالما كان على قيد الحياة.

لم يكن تفرجه الجوائز، لأنه كان مغتنيا بنفسه، يعثر بها ويصادفها بعد أن خذله كثير من الأصدقاء.

ذات مرة في أواسط تسعينيات القرن المنصرم طلب منه صحفي إجراء حوار معه، فأجابني أستاذنا (كنت أليس قُندرة أيام الشباب قياسها ٣٩ اليوم أليس قياس ٤١) فتعجب الصحفي من رده الذي يبدو أن فيه استهانة، فخرج منه ممتعضاً، فقابلته بعض من طلبة أستاذنا فذكر لهم الحادثة، فضحكوا وفسروا له مقاصده.

أذكر أن قناة تلفزيونية رغبت بإجراء حديث معه فرفض وأجابهم بالقول: (إن كثيراً من السكوت صراخ) وسكت ولم يفهم مقاصده هؤلاء..

ميزة مدني صالح بوصفه عندي وعند من يعرفه بما يستحق أن صمته كلام، وإيماءات الجسد عنده تعبير عن رفض أو عن قبول..

لم يكتب مقالاً واحداً يُدافع به عن دكتاتور بقدر ما كتب عن المكاري والمفلولين على أمرهم.

رسم الكاريكاتير لمدني صالح في الأسفل للكبير علي المنذلاوي.



مستشار رئيس الوزراء: خطة من محورين لبناء ١٤ ألف مدرسة عن طريق الاستثمار



الحقيقة - متابعة

أعلن مستشار رئيس الوزراء لشؤون التربية عدنان السراج، عن خطة من محورين لبناء 14 ألف بناية مدرسية عبر الاستثمار، فيما أوضحت آلية تسديد التكاليف.

وقال السراج إن "العراق بحاجة إلى 9600 مدرسة وخلال العامين القادمة قد يحتاج إلى 12000 ألف مدرسة"، لافتاً إلى أنه "تم طرح مقترحات ووافق عليها رئيس الوزراء، منها بناء 4000 مدرسة عبر صندوق العراق للتنمية أعلن عن تخصيص مواقع 400 منها على أن تنجز خلال عامين".

وأضاف، أن "بناء تلك المدارس يتم من قبل المستثمرين بعد توفير قطعة أرض له من قبل الحكومة كما يقوم بعملية الصيانة وتجهيز المدرسة بالرحلات والسيورات، وبعد إكمالها تُؤجرها الدولة لـ 15 عاماً على أن تعود ملكيتها للدولة بعد انقضاء الدة".

وأشار إلى أن "هناك مقترحاً آخر لبناء 10 آلاف مدرسة من خلال قيام المستثمرين ببناء المدارس وتجهيزها وتدفع الدولة مبالغ عن كل طالب في المدرسة للمستثمر".

التعليم تحدد موعد انتهاء التقديم على القبول المركزي

الحقيقة - متابعة

المركزي، وذكر بيان للوزارة أنه "تأكيداً على توقيتات وإجراءات القبول المركزي في الجامعات للسنة الدراسية 2024/2025 تقرر تحديد موعد انتهاء التقديم إلى القبول

مساء غد الثلاثاء الموافق 2024/10/1 موعداً لانتهاء مدة التقديم إلى قنوات القبول المركزي والقبول المباشر والطلبة النخبة". ودعت

الوزارة وفقاً للبيان "الطلبة إلى استثمار الوقت واستكمال التقديم (gate.org) على وفق الضوابط المحددة في دليل الطالب".

الموائ العراقية تنفي وجود مواد "شديدة الانفجار" داخل ميناء أم قصر

الحقيقة - متابعة

نفى الشركة العامة للموائ العراقية، امس الاثنين، وجود مواد "شديدة الانفجار" داخل ميناء أم قصر، مؤكدة حرصها على أمن وسلامة جميع الموائ العراقي. وقال مدير الموائ فرحان الفرطوسي خلال مؤتمر صحفي داخل ميناء أم قصر، إن "الشركة العامة لموائ العراق تعمل وفق القوانين والأنظمة الدولية، ومن ضمن هذه القوانين هناك تصنيف للمواد الخطرة من 9 فئات"، مبيناً أن رقمي 1 و2 من التصنيف يمثلان المواد شديدة الانفجار، وهذه المواد لو كان لها دخول لموانئنا، سيعمل كادر الشركة حسب متطلبات المنظمات الدولية ليتم إخراجها فوراً إلى خارج الميناء لصالح الجهة المستفيدة". وأضاف الفرطوسي، "أما

المواد الأخرى من التصنيف، يتم التعامل معها أيضاً كل حسب درجة خطورته وتصنيفه"، مشدداً على أنه "حالياً لا توجد أي مواد شديدة الانفجار داخل ميناء أم قصر، لأن الشركة حريصة جداً على أمن وسلامة الموائ العراقية بأجمعها". وتابع الفرطوسي، أن "يوم أمس كان هناك رسو لإحدى البواخر تحمل عدداً من الحاويات من التصنيف الثامن، وهي عبارة عن بطاريات ومواد كيميائية وعطور وما شاكل ذلك، تم إخراجها فوراً إلى المستفيدين"، لافتاً إلى أن "إجراءات الميناء دقيقة وسريعة ولا تسمح بأي خلل يسمح ببقاء حاوية من هذا النوع".

بغداد.. ه احكام بالحبس الشديد بحق ضابط استلم مبالغ مالية خلافاً للقانون

الحقيقة - متابعة

أصدرت المحكمة الجنائية المركزية، امس الاثنين، خمسة احكام بالحبس الشديد لمدة سنتين عن كل حكم، بحق ضابط برتبة رائد لقيامه باستلام مبالغ مالية من المواطنين خلافاً للقانون. وذكر المركز الاعلامي لمجلس القضاء الأعلى في بيان أن "المدان قام بمساومة وابتزاز المواطنين وأصحاب المحلات والكراجات ضمن قاطع مسؤوليته في منطقة الاعظمية لغرض الحصول على مبالغ مالية منهم شهرياً"، لافتاً إلى أنه يقوم بتهديد المواطنين بغلق محلاتهم وأماكن عملهم في حال لم يتم دفع الأموال".

وأضاف أن "الاحكام صدرت وفقاً لأحكام القرار 160 / ثانياً/ 1 لسنة 1983 وبدلالة المواد 47 و48 و49 من قانون العقوبات والاستدلال باحكام المادة 132 / 3 منه".



العتبتان المقدستان تقيمان مجلس عزاء للشهيد نصر الله



حياته في الدفاع القضية العربية والدفاع عن الحق وكل القيم الإنسانية". وأكد الحمداني أن "أبناء المقاومة صامدون وواقفون وداعمون للحق ومساندون له ويكفي ما قاله إمامنا وقائدنا السيد السيستاني بحق

لنعزي مراجعنا العظام وموالي أهل البيت وجميع المسلمين الشرفاء برحيل القائد المجاهد السيد حسن نصر الله قائد المقاومة الذي دافع عن فلسطين وضحي بروحه الطيبة دفاعاً عن المقدسات وتضامناً مع أهل غزة في الوقت الذي نرى فيه جميع العرب في وضع الانبطاح والخنوع والابتعاد عن قضية المسلمين الكبرى القضية الفلسطينية".

وأضاف، "إننا اليوم نقول إن العين لتدمع والقلب ليحزن ونحن لفراق الشهيد لحزناء بذهاب قائد المقاومة والشرف والبطولة ولذا فإن أهالي كربلاء الشرفاء وأبناء الحشد الشعبي والعشائر والعتبات المقدسة يعزون برحيل هذا القائد الشجاع الذي أفضى

الحقيقة - متابعة

أقامت العتبتان الحسينية والعباسية المقدستان في كربلاء المقدسة، مجلس عزاء للأمين العام لحزب الله اللبناني الشهيد السيد حسن نصر الله. وقال مراسل الحقيقة إن مجلس العزاء حضره المتوليان الشرعيان للعتبتين المقدستين الشيخ عبد المهدي الكربلائي والسيد أحمد الصافي ومحافظ كربلاء وقيادات من الحشد الشعبي، وشخصيات عشائرية وجمع غفير من أبناء المحافظة. وقال قائد عمليات الفرات الأوسط اللواء علي الحمداني "إننا اليوم مجتمعون بين الحرمين الشريفين



مسرحية ما بييه بوس

رحيم العراقي

كان الصبيان سيتاو وحتناو يعيشقان الأفلام العربية و يسهران ليلة الخميس في مقهى ابي عبدالله بقطاع 32 في الثورة لمشاهدتها و يهتمان و يعلقان كثيرا على مشاهد تبادل القبلات بين بطلة وبطل الفيلم ،حيث كان كل فيلم عربي ينتهي

بقبلة ساخنة و بعدها السلام الجمهوري.

كانا يشمان راحة الأفلام التي لا تبخل على مشاهديها بمشاهد القبلات هذه ،فيقول سيتاو : أكثر فيلم بي بوس هو فيلم ابي فوق الشجرة ، بي 48 بوسة ، شفته بسينما النصر ، و وين ما ينقلونه أروح وراه..

في العام 1971عرض إعلان فيلم عشاق الحياة لرحم فؤاد و نادبة لطفي ويوسف وهبي ومحمود المليجي فقال حنتاو : هذا بي 38 بوسة.

و عندما عرضت مسرحية (وحيدة) غادرا المقهى بعد أن قال سيتاو :

- المسرحيات مكروهة ،ما بييه بوس النوب عراقية ، إغسل إيدك منها .

لذلك كانا لا يشاهدان حتى المسرحيات الكوميديّة مثل :إلا خمسة ، سيدتي الجميلة ، أنا و هو وهي ،إيدك بالهن ،الخرابة ، طنطل ، الديدان وحتى مسرحية الدبخانة التي يمثل فيها عبدالله غضيب (الناصر) ابن صاحب المقهى .

في اواسط السبعينيات، وجدت حنتاو قرب محل أبي جواد في الصالحية و كان بصدد شراء (طابع) أبو الدرهم لمعاملته المعقدة كما وصفها ، ثم سألني عن محل ألبان فيوري و هل هو نفسه (فيورينا) الكابتن الرياضي ؟. و حدث أن مر الممثل والمخرج حسن حسني فقال حنتاو :

- هذا الممثل الوحيد اللي مثل بمسرحية بييه بوس، بس بوسة مستحي.

و مضى حنتاو لمجرد أن ينظر الى وجه الفنان حسن حسني ببلاهة.

تذكرت حنتاو وسيتاو ظهيرة اليوم و أنا أستمع الى برنامج طريف عن القبلات

السينمائية ، حيث قال مقدم البرنامج و هو مصري:

أول قبلة سينمائية في الأفلام المصرية كانت ضمن مشهد في فيلم (قبلة في الصحراء) ، وهو ثاني فيلم في تاريخ السينما العربية بعد فيلم (ليل)، وغُرض لأول مرة عام ١٩٢٧، و بعدها بست سنوات، تحركت مؤسسة الأزهر لحذف القبلة من فيلم (الوردة البيضاء)، والتي كان بطلها موسيقار الأجيال محمد عبدالوهاب والفنانة سميرة خلوصي، ورغم أن المخرج محمد كريم صور أحداث الفيلم في استديوهات باريس، اعترض الأزهر الشريف لأن عبدالوهاب باس سميرة وهو يرتدي (الطربوش) الذي كان رُباً قومياً في البلاد.

وقادت فاتن حمامة كتيبة الفنانات الرافضات للقبلات في السينما المصرية،

وكانت ترى أن القبلات بلا وظيفة مهمة في سياق أحداث سينمائية أو درامية وتعتبر (خلعة)،لكن الجميع فوجئ بقبولها تقبيل عمر الشريف في فيلم (صراع في الوادي) عام ١٩٥٤، وخرجه يوسف شاهين، واندمجت حتى استمرت القبلة دقيقة و أربعين ثانية ، وبدت حقيقية عميقة كشفت عن حب البطلين المتبادل، و وصل الخبر إلى زوجها عز الدين ذوالفقار، الذي اتفق معها على الطلاق، لتصبح قصة فيها مع عمر الشريف ، الذي كان وجهاً جديداً آنذاك، خترا في جميع

الصحف انتهى بزواجهما، لتعود إلى منع القبلات مرة ‘ حتى مع أكثر الفنانين حباً لها وهما فتى الشاشة شكري سرحان والموسيقار الحزين فريد الأطرش الذي ادار ظهوره لشادية ولسامية جمال و خرج من المولد بلا قبلة ، و قلت لنفسي بعد انتهاء البرنامج :- لو لم يمت حنتاو و لم يُفقد سيتاو في قادمة جرم الشاشة العراقية لشاهدا القبل السينمائية العراقية بوفرة في أفلام السكرين أيام الحصار الجائر على العراق و في مسرحيات الأعياد التجارية .

و تذكرت تجربة مسرحية رحيم بس بالإسم التي اقترح مخرجها الراحل د. شفيق المهدي أن نضيف لمسة فنتازية على مشهد الحفلة الأسترطاطية بأن يستعينوا بفرقة غجرية أو ريفية تحيي الحفل بدلا من المطربة الأوبرالية .. واختاروا إحدى المطربات الريفيات التي كانت تشكل مع بناتها فرقة معروفة..و عندما جلسنا مع المنتج و هو يتفاوض معها ، قالت :

-انا فنانة معروفة و أحترم المسرح ،وما راح اتعجبك ..عندي أهم شي الإيجور.

و بعد ساعتين اتفقوا على الأجور ، فصمتت دقيقة ثم قالت :

- عندي سؤال للمؤلف ..

قلت : تقضي .. فقالت :المسرحية خو ما بييه بوس ؟.

أجبتها : هذا مسرح محترم و الكل أكاديميين ، و حتى النكات والطرائف الموجودة ما بييه تهريج و تحترم ذكاء المشاهد ..

- موهي هم صارت مودة..و آني أخاف على سمعتي .

ثم أردفت : عليك الله ماكو بوس ؟.. أجبتها مازحاً :

- ماكو بوس .. بس يجوز بالإستراحة يصير بوس يغرف الممثلين اذا ما تسيطرين على بناتج .. ففوجئنا بإحدى بنات المطربة وهي تقف متألمة ؛ فظننت بأن كلامي أغضبها و خدش حيائها.... لكنها قالت :

- من رخصتكم أروح

تعزير الأمن الغذائي في العراق

(مقترحات استراتيجية لمستقبل مستدام)

تعزير الأمن الغذائي: استراتيجيات وحلول من أجل مستقبل مستدام



لضمان توفير المياه بشكل مستدام للزراعة وتطوير النقل والتخزين عن طريق تحسين شبكات النقل والتخزين لتقليل الفاقد من المحاصيل وتعزيز الكفاءة اللوجستية.

تنويع المحاصيل: وذلك بتشجيع زراعة المحاصيل المتنوعة ودعم زراعة محاصيل جديدة تلائم البيئة المحلية وتلبي الاحتياجات الغذائية للسكان.

مما تقدم أعلاه أرى بأن تعزيز الأمن الغذائي في العراق مهمة تتطلب جهوداً مشتركة من الحكومة والقطاع الخاص والمجتمع المدني من خلال تنفيذ استراتيجيات شاملة ومستدامة، يمكن للعراق تحقيق الاكتفاء الذاتي الغذائي وضمان مستقبل أفضل لأجياله القادمة ولا بأس من التعاون مع المؤسسات الدولية والبحثة لضمان تطبيق أحدث التقنيات المتطورة في المجال الزراعي لضمان تحقيق التنمية المستدامة في القطاع الزراعي.

وتطوير واستخدام البذور المحلية المحسنة القادرة على مقاومة الظروف المناخية القاسية والأمراض.

إصلاح السياسات الزراعية: وذلك بتقديم الدعم المالي والتقني للمزارعين لتحفيز الإنتاج المحلي وإعادة النظر في السياسات التجارية المتبعة وتقليل الاعتماد على الواردات من خلال تشجيع الإنتاج المحلي وفرض ضرائب على المنتجات المستوردة التي يمكن إنتاجها محلياً لكي نحقق حماية حقيقية لمنتجاتنا المحلية.

تعزيز التعليم والتدريب: وذلك بالتركيز على التدريب المهني وتقديم برامج تدريبية للمزارعين حول تقنيات الزراعة المستدامة والإدارة الفعالة للموارد والاهتمام بالبحوث الزراعية ودعم تلك البحوث والدراسات لتطوير حلول مبتكرة لمشكلات الزراعة في العراق.

الاستثمار في البنية التحتية: وذلك بتوجيه الاستثمارات في مجالات تحسين شبكات الري وبناء وتحديث شبكات ري حديثة ومتطورة

إلى تغييرات في أنماط الزراعة وتهدد بإضعاف المحاصيل الزراعية.

الهجرة العكسية من الريف الى المدينة: ازدادت معدلات الهجرة العكسية بسبب تدهور حالة الفلاح العراقي وعدم رعاية الحكومة له وعدم توفر الخدمات الأساسية في الريف.

انعدام مبدأ حماية المنتج الوطني: ضعف الإجراءات الحكومية في تقديم الحماية الحقيقية للفلاح العراقي لحماية منتجاته من المنافسة مع مثيلاتها من المستوردة من الخارج. الاعتماد على السلع المستوردة: يعتمد العراق بشكل كبير على استيراد المواد الغذائية لتلبية الطلب المحلي، مما يجعله عرضة لتقلبات الأسعار في الأسواق العالمية.

المقترحات لتعزيز الأمن الغذائي:

تطوير التقنيات الزراعية: وذلك باستخدام التكنولوجيا الحديثة حيث يمكن استخدام التقنيات الحديثة مثل الري بالتنقيط والزراعة المائية لزيادة كفاءة استخدام المياه وتعزيز الإنتاجية وكذلك استخدام البذور المحسنة

صدمة نيتشر.. غياب كامل للعقول العربية

والتفكير المستقل، وان نؤمن بقدرتنا وامكانياتنا. فالعلم ليس ترفاً، بل هو ضرورة حتمية لبقاء الامم وتقدمها. اننا نحتاج الى استثمارات ضخمة في البحث العلمي، وتوفير بيئة محفزة للإبداع، وكسر قيود البيروقراطية والفساد التي تعوق تقدمنا. علينا ان نستبدل العقليات التربوية والعلمية السائدة بعقليات مبتكرة ومبدعة لتضع الاسس لمستقبل مشرق يعج بالابتكار والاكتشافات العلمية. فهل سنظل نكتفي بدور المتفرجين على مسيرة الحضارة الانسانية، ام سنقرر ان نكون جزءا فعالا من هذا المسار؟

حكاما ومحكومين.

ان اسباب هذا التراجع متجذرة في اعماق منظومتنا التعليمية والبحثية.. فغياب الرؤية الاستراتيجية، والبيروقراطية الخائفة والتوجهات السياسية المتقلبة والفساد الاكاديمي، كلها عوامل ساهمت في تدهور مستوى انتاجنا العلمي. لن نتمكن من تغيير هذا الواقع المريع الا بتغيير جذري في ثقافتنا العلمية، بدءا من المدارس وحتى الجامعات. يجب ان نزرع في اذهان ابنائنا حب المعرفة والابداع، وان نشجعهم على التفكير النقدي وطرح الاسئلة والبحث عن الاجابات.

اننا مدعوون جميعا للعمل معاً من اجل بناء مجتمعات قائمة على المعرفة والابتكار. علينا ان نخلص انفسنا من ثقافة التقليد السائد، والتي تغفل عن اهمية العقل

تظهر نتائج تصنيف نيتشر اندكس Nature Index صورة قاتمة ومؤسفة عن واقع البحث العلمي في العالم العربي والإسلامي. يصنف المؤشر كل عام المؤسسات الرائدة والبلدان بناءً على عدد الاوراق العلمية المنشورة في المجالات الرائدة كالنيتشر وسابنس وسيل ووقائع الاكاديمية الوطنية للعلوم ومجلة الجمعية الكيميائية الامريكية ومجلة ابحاث السرطان. غياب اي دولة عربية او اسلامية ضمن افضل خمس وعشرين دولة هو بمثابة صفة قوية لوعود القيادات السياسية والعلمية الزائفة بالتقدم العلمي والتكنولوجي. احزرت السعودية ترتيب 29 ومصر 54 والاردن 87، اما العراق فتبوأ ترتيب 130. هذا الفشل الذريع، رغم الموارد الهائلة والسكان الضخمة، يمثل ادانة لنا جميعا،



د.رافد الهاشمي

يمثل الأمن الغذائي أحد التحديات الرئيسية التي تواجه العراق في ظل التغيرات الاقتصادية والسياسية والمناخية، حيث يعاني العراق من مشكلات في توفير الغذاء الكافي للشعب العراقي بسبب التحديات الزراعية وانخفاض الإنتاجية، مما يجعل الأمن الغذائي قضية ملحة تحتاج إلى استراتيجيات وحلول فعالة. التحديات الراهنة:

يواجه العراق العديد من العقبات في سبيل تحقيق الأمن الغذائي، منها:

ندرة المياه: يعتبر العراق من بين الدول التي تواجه نقصاً حاداً في الموارد المائية بسبب انخفاض منسوب الأنهار والجفاف المتكرر وعدم استلام حصته القانونية من المياه من الدول المتشاطئة معه (تركيا وايران) ، مما يؤثر سلباً على الإنتاج الزراعي.

التدهور البيئي: يعاني القطاع الزراعي من تدهور التربة وتلوث المياه، مما يقلل من القدرة الإنتاجية للأراضي الزراعية. البنية التحتية الضعيفة: تفتقر المناطق الريفية للبنية التحتية اللازمة لدعم الزراعة، مثل الطرق والري الحديث. التغيرات المناخية: تؤدي التغيرات المناخية



د.ه. محمد الربيعي

النفط سلاح المعركة القادم!

من 35%-21/ ما يعني أن هناك تعطيلًا سيكون في الملاحة سيصل الى 30% من إجمالي التصدير في العالم.

واشنطن ليس من مصلحتها ارتفاع أسعار النفط،ولديها مصلحة طويلة الامد في بقاء سعر النفط ما بين(80-75)دولارا للبرميل الواحد بالإضافة الى باقي الدول المعارضة لسياسة واشنطن في المنطقة والتي هي الاخرى لا تريد لأسعار النفط أن ترتفع عن الحد المتفق عليه عالمياً،وهو الامر الذي قد يلحق ضرراً بالغاً بالاقتصاد العالمي،خصوصاً اذا وصلت أسعار النفط ما بين(95-90) دولارا للبرميل الواحد والذي بالتأكيد لسيؤدي الى مخاطر الانكماش في عدد من اقتصادات الدول الكبرى.

شرحها ولايمكن تغطيتها بهذه الاسطر،لذلك سيكون الاستهداف لتعطيل الشحن عبر مضيق هرمز والذي يمر عبره أكثر من 30% من أجمالي نفط العالم،وهذه المهمة ستنتع على عاتق القوات المسلحة اليمنية وبمساعدة الحوثيين والتي ستعمل على شن هجمات على البحر وتعطيل الملاحة هناك تماما. هناك العديد من الاختيارات المتقدمة والمتاحة لإيران من أجل الرد،خصوصاً بعد الخطاب الصادر من قبل الوي الفقيه بعد اغتيال اسماعيل هنية، والذي على إثره رتب إسرائيل نفسها على رد وعقاب قاسيين من إيران، والذي سيؤدي بتعطيل الملاحة وخفض تصدير النفط، وارتفاع أسعاره في البداية من 13%-3 ومن ثم من 21 الى 35%.وأما الانقطاع الاكبر الذي سيقطع الامدادات بمقدار 6-8 مليون برميل يومياً والذي سيدفع أسعار النفط بزيادة متوقعة

400S،المتطورة والتي بالتأكيد ستكون الحاسمة للمعركة المتوقع حدوثها بأي ساعة، وإذا ما ذهبنا أبعد من ذلك فان الروس قد دخلوا على خط المواجهة والدعم لإيران عبر تزويد طهران بأسلحة وصواريخ وطائرات متطورة جداً يمكن ان تشكل فارقاً في حسم المعركة مبكرا بالإضافة الى الإمكانيات البشرية التي يمتلكها حزب الله والتي تقدر ب100الف جندي وترسانة ضخمة من الاسلحة المتطورة بما فيها أكثر من 200 الف صاروخ وقذيفة متمرزة في شمال إسرائيل. هذه التعبئة وعلى أغلب الجبهات يمكن أن تؤدي الى إضعاف قدرات إسرائيل الدفاعية بشكل كبير، وخاصة إذا ما تم تعزيزها بهجمات جوية على إسرائيل من قبل إيران أو من خلال قوات عسكرية إضافية على الجبهة السورية والتي لم تفعل لحد الآن لأسباب ربما يطول

الإسرائيلي، وهو أمر رجحته عدد من القراءات والتحليلات السياسية، خصوصاً وأن فكرة التصعيد ما زالت قائمة وحتمية الرد الإيراني ما زال قائماً حتمياً ولكن من سيختار التوقيت هو الوضع في المنطقة والاستعداد لما بعد الرد، وهو أمر قد تمت دراسته بشكل عميق من قبل محور الرد، والذي بالتأكيد سيكون من عدة محاور وجبهات،لذلك ربما من جهة أخرى ستعتمد الدول الكبرى الى الاندفاع نحو التهدة والحفاظ على أسعار النفط الحالية.

الصراع بين الكيان الإسرائيلي وحركة حماس وصل الى مراحل متقدمة في المواجهة،خصوصاً وأن التقارير تتحدث عن إدخال أسلحة متطورة الى غزة وسنرى التغيير في ساحة المعركة. وبالانتقال الى الجبهات الاخرى سنجد أن سوريا هي الاخرى قد زودت لبنان وتحديدا حزب الله بصواريخ S300

التوترات التي تشهدها المنطقة أثرت بشكل سلبي على الوضع الاقتصادي بشكل عام وخطوط امدادات النفط، وبالتالي يؤثر تأثيراً واقعياً على الاسعار العالمية للنفط،وتحديدا اذا دخلت المنطقة في حرب مباشرة بين إيران والكيان الصهيوني،وتحدث البنك الدولي عن المديات التي يمكن أن تؤدي الى ارتفاع النفط عالمياً وتحديدا مع التصعيد المباشر بين طهران والكيان الإسرائيلي،الامر الذي يجعل كل الاحتمالات واردة في التأثير على السوق العالمية وكذلك انتقال ناقلات النفط في البحر والذي هو الآخر سيقف تماماً إذ من المرجح ان يتم استهداف ناقلات النفط في البحر .

الامر المرجح والذي ربما لم يؤخذ بالحسبان أن منظمة أوبك ربما ستذهب الى فرض حظر نفطي على بعض الدول التي ستكون من ضمن محور المواجهة مع الكيان



محمد حسن الساعدي

الحقيقة الرياضية

الثلاثاء 10 01 2024 العدد (2755)

اليوم.. الشرطة في مواجهة صعبة امام الهلال السعودي في دوري ابطال اسيا

الاصابة تبعد ثلاثي الهلال عن المباراة والشرطة بمعنويات عالية



الهلال والاصابات الثلاث:

يعاني ثلاثة لاعبين من نادي الهلال من إصابات قوية خلال الفترة الحالية وذلك قبل مباراة اليوم امام الشرطة. ونشر النادي في بيان رسمي على حسابه على موقع التواصل الاجتماعي أكس، إصابة ثلاثي الفريق علي البليهي بالإضافة إلى محمد العويس وحسان تمبكتي النهائي من المباراة".

البرازيلي لوانان لودي . وكان فريق نادي الهلال في المباراة الأولى قد فاز في الجولة الأولى من مسابقة دوري أبطال النخبة على حساب نادي الريان بنتيجة ثلاثة أهداف مقابل هدف وحيد في اللقاء الذي أقيم على ملعب أحمد بن علي بنادي الريان.فيما تعادل فريق نادي الشرطة امام النصر السعودي بهدف واحد لكل منهما في المباراة التي جرت بينهما على ملعب المدينة بالعاصمة بغداد.

جانب السرعة في استعادة الكرة من منافسه كما يضم مجموعة كبيرة من اللاعبين على غرار النجم العالمي نيمار و المهاجم الصربي الخطير الكسندرميتروفيتش والجناحين الضاربين البرازيلي مالكوم والسعودي سالم الدوسري وإلى جانب صناع اللعب مثل البرازيلي ماركوس ليوناردو والسلفوفيني سافيتش والبرتغالي نيفيز علاوة على الظهيرين اللذين يمتازان بالنزعات الهجومية وهما البرتغالي خوا كانسيلو وفي الجهة الأخرى

السفر الذي تخللته محطة انتظار في العاصمة الأردنية لساعتين ومن ثم السفر ثانية إلى الرياض بواسطة التمارين الخفيفة التي عادة ما تبدأ بالمشي لمدة نصف ساعة لتحفيز الدورة الدموية إلى جانب المساج والتدليك وإلى جانب إعداد وجبات غذائية غنية بالبروتينات والسوائل ، وكذلك التمارين الخططية التي تحاكي أسلوب مدرب الهلال البرتغالي جورجي خيسوس المعروف بقدرته على تطوير الهجمات من طرفي الملعب إلى

الحقيقة / خاص

يخوض فريق نادي الشرطة في تمام الساعة التاسعة من مساء اليوم الثلاثاء مباراته الثانية ضمن الجولة مسابقة دوري أبطال آسيا للنخبة بنسختها الجديدة التي يحتضنها ملعب الأمير فيصل بن فهد في الملز بعد نقلها من استاد المملكة أرينا لعدم جاهزية عشبه الطبيعي. وحرص اللعد البدني لفريق الشرطة الكابتن حيدر عبد القادر على التغلب على الجهد الناتج والتعافي من إرهاق

هل تعترف القيثارة في الملز؟



قاسم حسون الدراجي

نحن وإياكم اليوم على موعد مهم لمباراة الشرطة العراقي والهلال السعودي ضمن الجولة الثانية من دوري ابطال اسيا النخبة بكرة القدم والتي ستقام على ملعب الأمير فيصل بن فهد في الملز ، بعد نقل المباراة من استاد (الملكة أرينا) لعدم جاهزية عشبه الطبيعي، وتعد مباراة اليوم مهمة وصعبة لكلا الفريقين مع افضلية لفريق الهلال حامل لقب دوري ابطال اسيا لاربع مرات وكاس الكؤوس الاسيوية مرتين وفي(نوعية) وامكانيات اللاعبين المحترفين الاجانب في صفوف الفريق، حيث يضم مجموعة كبيرة من اللاعبين على غرار النجم العالمي نيمار و المهاجم الصربي الخطير الكسندرميتروفيتش والجناحين الضاربين البرازيلي مالكوم والسعودي سالم الدوسري وإلى جانب صناع اللعب مثل البرازيلي ماركوس ليوناردو والسلفوفيني سافيتش والبرتغالي نيفيز علاوة على الظهيرين اللذين يمتازان بالنزعات الهجومية وهما البرتغالي خوا كانسيلو وفي الجهة الأخرى البرازيلي لوانان لودي .

وبالمقابل، فإن فريق الشرطة يضم نخبة من اللاعبين المحترفين والمحليين الدوليين أبرزهم الهداف السوري محمود المواس وعبيد الله ابو بكر ومهند علي (ميمي) واحمد فرحان واحمد يحيى ومحمد داود وآخرون ، وحرص للعد البدني لفريق الشرطة الكابتن حيدر عبد القادر على التغلب على الجهد الناتج والتعافي من إرهاق السفر الذي تخللته محطة انتظار في العاصمة الأردنية لساعتين ومن ثم السفر ثانية إلى الرياض بواسطة التمارين الخفيفة، وكذلك التمارين الخططية التي تحاكي أسلوب مدرب الهلال البرتغالي جورجي خيسوس المعروف بقدرته على تطوير الهجمات من طرفي الملعب إلى جانب السرعة في استعادة الكرة من منافسه .

ان مباراة اليوم تعد اختباراً حقيقياً لقدرات فريق الشرطة حامل لقب الدوري المحلي ثلاث سنوات متتالية والذي قدم مستوى رائعاً امام النصر السعودي في الجولة الاولى من دوري ابطال اسيا وكان قريباً من الفوز على فريق متحم بالنجوم والمحترفين الاجانب الكبار والذي سبق وان حقق الفوز في الجولة الاولى على فريق الريان القطري بثلاثة اهداف

لهدف في اللقاء الذي أقيم على ملعب أحمد بن علي بنادي الريان. ويعاني ثلاثة لاعبين من نادي الهلال من إصابات قوية خلال الفترة الحالية وذلك قبل مباراة اليوم امام الشرطة وهم علي البليهي بالإضافة إلى محمد العويس وحسان تمبكتي ولم يحسم موقفهم النهائي من المباراة". فيما يخوض القيثارة الخضراء مباراته وهو في كامل صفوفه بعد عودة نجم الفريق احمد فرحان من الإصابة التي ابعثته عن الملاعب منذ الابدول الاخير من الموسم الماضي وشارك في مباراة فريقه الاخير امام دبائى وانتهت بسداسية نظيفة .

الفوز او حتى التعادل في مباراة اليوم يعتبر نتيجة (جيدة) ومقنعة امام فريق كبير مثل الهلال السعودي على ملعبه وامام جماهيره الكبيرة ، لاسيما وان نظام البطولة ينص على ان يخوض الفريق عشر مباريات ضمن البطولة، خمس منها على ملعبه ومثلها خارج ارضه، وانتزاع نقطة واحدة، هو بمثابة الفوز وهذا مانطمح اليه فكرة القدم تعطي من يعطيها ويستغل الاخطاء دون النظر الى اسم وتاريخ الفريق الاخر، وثققتنا عالية بكتيبة المدرب الشاب احمد صلاح لتحقيق نتيجة طيبة تعزز نجاحه في مباراة النصر والاسلوب الخاص الذي اتبعه في تلك المباراة.

بعد الفوز على تايلند..

منتخب الشباب يتأهل إلى نهائيات كأس آسيا ٢٠٢٥ بالعلامة الكاملة

الحقيقة - خاص

تأهل منتخبنا الوطني للشباب إلى نهائيات كأس آسيا التي ستقام في الصين مطلع العام المقبل بعد انتصاره على منتخب تايلاند بهدف من دون مقابل سجله اللاعب كرار جعفر ضمن تصفيات كأس آسيا (دون 20 عاماً) والتي أقيمت في مدينة بوريرام التايلاندية امس الاول الاحد. وقال مدرب منتخب الشباب عماد محمد: إن اللاعبين كانوا عند حسن الظن وقدموا مباراة كبيرة تلحق بسمة وتاريخ الكرة العراقية، ممبينا: إن مواجهة اليوم كانت الأفضل للمجموعة



على مستوى الانضباط والالتزام بتعليمات الجهاز الفني طوال دقائق المباراة ، وأضاف: أضعنا الكثير من الفرص المحققة للتسجيل

والتي كانت كفيلة بتسجيل نتيجة كبيرة أمام منتخب متطور تمكنا من السيطرة على نقاط القوة لديه، ولكن الأهم هو الفوز

للمرة الثانية.. منتخب الناشئين يتغلب

على نظيره الإيراني تجريبياً

الحقيقة - خاص

تغلب منتخب الناشئين على نظيره الإيراني بهدف واحد من دون رد في المباراة التجريبية الثانية التي أقيمت بينهما امس الاول الأحد في العاصمة القطرية الدوحة ضمن تحضيراته لتصفيات كأس آسيا التي تجري الشهر المقبل في الصين تايبيه ،وسجل هدف فوز منتخبنا على نظيره الإيراني اللاعب مرتضى مخلص. وحضر المباراة النائب الثاني لرئيس الاتحاد العراقي لكرة القدم «يونس محمود» ورئيس وفد منتخب الناشئين عضو المكتب التنفيذي لاتحاد الكرة «رحيم لفته» ورئيس الاتحاد الفرعي في محافظة دهوك الدكتور «محمد سعيد» وكان منتخب الناشئين قد تغلب على نظيره

الإيراني بثلاثة أهداف دون مقابل في المباراة التجريبية التي أقيمت بينهما مساء الخميس الماضي في العاصمة القطرية الدوحة ضمن

المعسكر التدريبي ذاته وتناوب كل من اللاعبين أمير فلاح وكرار كاظم وزين العابدين جاسم على تسجيل أهداف منتخب الناشئين.



اخبار سريعة :



«وزير الشباب والرياضة أحمد المبرقع يدعو منتخب لبنان إلى اختيار ملاعب العراق أرضاً له في تصفيات كأس اسيا مع تقديم كافة التسهيلات.



« المدرب عبد الغني شهد يعود لتدريب فريق النجف بعد غياب استمر لأكثر من ثلاثة أشهر نتيجة ظرف خاص ويقود فريقه للتعادل امام كربلاء الجمعة الماضي .



« نادي الحلة يتغلب على نادي دجلة الجامعة بفارق نصف سلة وبنتيجة (66-67) لحساب دوري المحترفين العراقي بكرة السلة.

« توقيع اتفاقية شراكة بين دوري نجوم العراق برئاسة عدنان درجال وشركة "سبورت ميكرز" المتخصصة في القانون والإدارة الرياضية بحضور المستشار نصر الدين عزام الشريك المؤسس والمحامي الرياضي الدولي.

«إدارة نادي دهوك: سيتم تغيير أرضية ملعب نادي دهوك خلال فترة التوقف الدولي وبعد المباراة أمام أربيل. حيث تم التعاقد مع شركة هولندية رصينة ذات خبرة لإنتاج الأرضية الجديدة وبأسرع وقت ممكن.



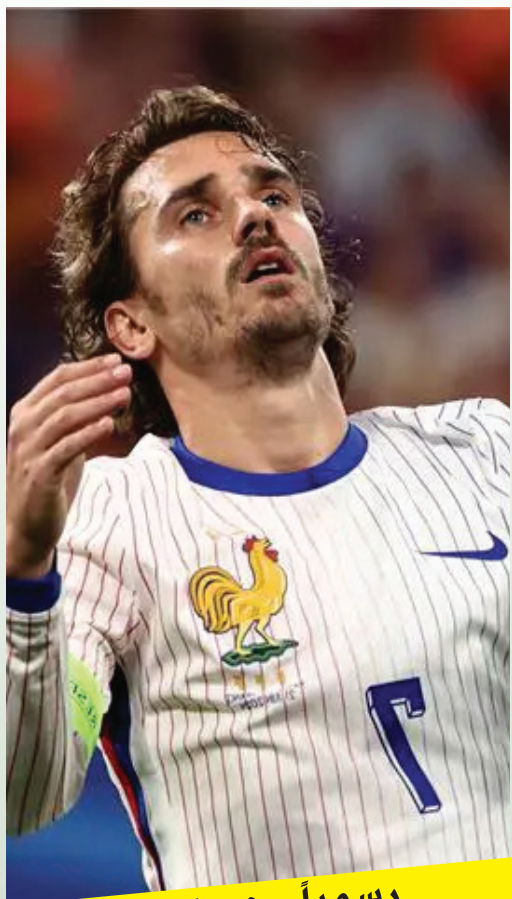
هاميلتون: أصبت بهذا المرض في سن مبكرة

الحقيقة - خاص

كشف لويس هاميلتون السائق البريطاني في مسابقات فورمولا 1 أنه عانى من مشاكل الصحة العقلية طوال معظم حياته بسبب التنمر في المدرسة وضغوط المشاركة في السباقات. وقال بطل العالم 7 مرات في فئة السائقين ضمن سباقات سيارات فورمولا 1 أنه عانى من الاكتئاب منذ سنوات مراهقته. وعانى هاميلتون، الذي

ولد لأبوين من أعراق مختلطة، من العنصرية عندما كان طفلاً نشأ بمدينة ستيفينيدج الإنجليزية. وصرح هاميلتون لصحيفة (صنداي تايمز) البريطانية: "عندما كنت في العشرينيات من عمري، مررت ببعض المراحل الصعبة حقاً. لقد عانيت من مشاكل الصحة الذهنية طوال حياتي". وأضاف هاميلتون: "لقد أصبت بالاكتئاب منذ سن مبكرة للغاية، عندما كنت في الـ 13 من عمري. أعتقد أنه كان

بسبب ضغط السباقات والكفاح في المدرسة والتنمر. لم يكن لدي أحد لكي أتحدث معه". وبعد فترة من البحث عن الذات وسط جاذبة فيروس كورونا عام 2020، بدأ هاميلتون في الاستيقاظ في الساعة 5 صباحاً للتأمل قبل الذهاب للركض. وأوضح هاميلتون في تصريحاته، التي نقلتها وكالة الأنباء البريطانية (بي آيه ميديا): "كنت أعاني في البداية من أجل تهدئة عقلي". وأكمل: "لكنها طريقة رائعة حقاً



رسمياً.. جريزمان

يعلق حذاءه الدولي

الحقيقة / متابعة

أعلن الفرنسي أنطوان جريزمان نجم أتلتيكو مدريد، اعتزاله اللعب الدولي، أمس الإثنين. وقال جريزمان في بيان، عبر حساباته بالتواصل الاجتماعي "بقلب يعج بالذكريات، أغلق هذا الفصل من حياتي.. شكراً لكم على هذه المغامرة الرائعة، وإلى اللقاء قريباً".

وجاء قرار جريزمان بشكل مفاجئ، صباح أمس الإثنين، بعدما خاض 137 مباراة دولية مع فرنسا، وسجل 44 هدفاً.

ولم يسجل أي لاعب، أهدافاً لمنتخب فرنسا، أكثر من جريزمان، سوى أوليفييه جيرو وتييري هنري وكيليان مباي.

وفاز جريزمان مع المنتخب الفرنسي بكأس العالم 2018، ودوري الأمم الأوروبية بموسم 2020-2021.

ومن المقرر أن يعلن ديدييه ديشامب مدرب فرنسا، الخميس المقبل، قائمة الديوك للمبارتين المقبلتين في دوري الأمم الأوروبية.



أتلتيكو مدريد يقتنص التعادل من ريال مدريد

الحقيقة - خاص

اقتنص أتلتيكو مدريد، تعادلاً قاتلاً (1-1) ضد ريال مدريد، ضمن منافسات الجولة الثامنة من عمر الليجا، على ملعب سيفيتاس ميتروبوليتانو. سجل إيدير ميليتاو، هدف ريال مدريد في الدقيقة 64، وتعادل أنخيل كوربا لأتلتيكو مدريد في الدقيقة (90+5). ورفع ريال مدريد رصيده إلى 18 نقطة في وصافة الليجا، بفارق 3 نقاط عن المنصر برشلونة، بينما رفع أتلتيكو مدريد رصيده إلى 16 نقطة في المركز الثالث. بدأت المباراة بضغط من الضيوف، حيث انطلق فينيسيوس جونيور على الطرف الأيسر، وتوغل في المنطقة وصوب كرة قوية، لكنها وصلت بين قفلات أولياك حارس أتلتيكو مدريد في الدقيقة الرابعة. وجاء أول رد من أصحاب الأرض، عبر جولييان ألفاريز السذي انطلق وصوب

كرة أرضية زاحفة داخل المنطقة تصدى لها ببراعة الحارس كورتوا في الدقيقة الثامنة. وحاول فيدي فاليريدي، التصويب من خارج المنطقة، بكرة قوية لكنها وصلت بسهولة بين أحضان الحارس أوبلاك بالدقيقة 16. وطالب لاعبو الأتلتي، بالحصول على ركلة جزاء بالدقيقة 18، إثر لمس تشواميني، الكرة داخل المنطقة أثناء سيطرته على الكرة، لكن الحكم رفض احتساب أي شيء. واحتسب حكم المباراة، ركلة حرة على حدود منطقة الجزاء، وانبرى لتسديدها فاليريدي، لكن الكرة مرت بجانب القائم الأيمن في الدقيقة 26. وتلقى جود بيلينجهام، الكرة على حدود منطقة الجزاء، وصوب كرة قوية تصدى لها الحارس أوبلاك بالدقيقة 34. وطالب رودريجو، بالحصول على ركلة جزاء بعد التحام من خيمينيز، لكن الحكم رفض احتساب أي شيء

في الدقيقة 44. ومع بداية الشوط الثاني، طالب لاعبو أتلتيكو مدريد، بركلة جزاء، بسبب وجود لمسة يد على فاليريدي، لكن الحكم أمر باستكمال اللعب. وكاد رودريجو أن يفتتح التسجيل في الدقيقة 50، إذ تلقى تمريرة من مودريتش، وصوب كرة ارتطمت بالعارضة. ونجح إيدير ميليتاو في تسجيل هدف التقدم لريال مدريد في الدقيقة 63، حيث تلقى عرضية داخل منطقة الجزاء من فينيسيوس، واستلم وسدد على يسار الحارس أوبلاك. وقرر الحكم ماثيو بوسكينس، إيقاف المباراة، بسبب إلقاء جماهير الروخي بلانكوس، مقذوفات على كورتوا حارس ريال مدريد، بعد احتفاله بتسجيل هدف التقدم. وحاول لاعبو أتلتيكو مدريد، ومدرّبهم سيميوني، الحديث مع الجماهير، لكي يتوقفوا عن هذه الأفعال، وأمر الحكم، لاعبي كلا الفريقين، بالخروج من أرض الملعب في الدقيقة 68، وتوجهوا إلى غرف تبديل الملابس لمدة 10 دقائق، من أجل تهدئة الجماهير. وعاد اللاعبون لاستكمال المباراة، وتلقى أوبلاك في التصدي لتسديدة من فينيسيوس داخل المنطقة بالدقيقة 72. وكاد سامويل لينو أن يسجل هدف التعادل لأتلتيكو مدريد في الدقيقة 81، حيث راوغ ميليتاو وصوب كرة بالقدم اليسرى تآلق كورتوا في التصدي لها. واقتنص أنخيل كوربا، هدف التعادل لأتلتيكو مدريد في الدقيقة 95، إذ انطلق راوغ كورتوا ووضع الكرة في الشباك، ورغم أن الحكم ألغى الهدف بداعي التسلل، لكنه عاد إلى تقنية الفيديو وأقر ب صحة الهدف. وأشهر الحكم، بطاقة حمراء مباشرة في وجه ماركوس بوريتي بعد تدخله العنيف على فاليريدي، عقب الرجوع لتقنية الفيديو، قبل صافرة النهاية بالتعادل الإيجابي 1-1.

سينر يتخطى ليهيشكا ويتقدم لنصف نهائي الصين المفتوحة

الحقيقة - خاص



تاهل المصنف أول عالميا الإيطالي يانيس سينر إلى نصف نهائي بطولة الصين المفتوحة فئة 500 نقطة، وذلك بعد التفوق على التشيكي جيري ليهيشكا، أمس الإثنين. وتغفّق سينر في

ربع النهائي على التشيكي بمجموعتين دون رد، بواقع (6-2) و(7-6)، وذلك في غضون ساعة و44 دقيقة. ويتنظر سينر في نصف النهائي الفائز من مباراة الروسي أندري روبليف المصنف الرابع على البطولة، والصيني

يوشاوكيتي بو المشارك ببطاقة دعوة. ويبحث سينر عن التتويج بلقبه السابع هذا الموسم، حيث توج بلقبَي أستراليا المفتوحة وأمريكا المفتوحة في الجراندي سلام. وفي بطولات الأساتذة حصّد لقبَي ميامي وسينسيناتي،

كما توج بلقبين في بطولات فئة 500 نقطة في روتردام وهاله. وتعد الصين المفتوحة البطولة الإعدادية الأخيرة قبل المشاركة في شنغهاي للأساتذة، والتي تنطلق يوم 2 أكتوبر المقبل.

ثلاثية توتنهام تعمق جراح مانشستر يونايتد

الحقيقة - خاص

عمق توتنهام جراح مضيقه مانشستر يونايتد، بالفوز عليه بثلاثية نظيفة ، ضمن الجولة السادسة من الدوري الإنجليزي الممتاز. وسجل أهداف توتنهام كل من بريان جونسون (ق) وديان كولوسيفسكي (ق47) ودومينيك سلونكي (ق77). وارتفع رصيد توتنهام بهذا الفوز إلى 10 نقاط في المركز الثامن، بفارق نقطة واحدة وراء فولهام ونيوكاسل، فيما بقي رصيد مانشستر يونايتد 7 نقاط في المركز الثاني عشر. جاءت بداية توتنهام للقاء عاصفة، حيث قطع المدافع ميكى فان ديك الكرة من أمام مهاجم مانشستر يونايتد ماركوس راشفورد، ليتقدم بها نحو 80 متراً دون مقاومة تذكر، قبل أن يمرر الكرة من الناحية اليسرى إلى جونسون الخالي من الرقابة، والذي وضعها في المرمى الخالي بالدقيقة الثالثة. وأهدر توتنهام فرصة

لتعزيز تقدمه في الدقيقة الثانية عشر، عندما أثمرت لعبة جماعية عن وصول الكرة إلى ديستيني أودوجي الذي أطلق تسديدة فوق المرمى. وبدأ توتنهام أكثر ثقة على أرض الملعب مع مرور الوقت، ووصلت الكرة إلى أوديجي في الناحية اليسرى قبل أن يمرر إلى كولوسيفسكي، فمرر الأخير إلى جونسون الذي سدد كرة زاحفة ارتدت من القائم البعيد في الدقيقة 20. وبعدها بدقيقتين، رد مانشستر يونايتد عندما وصلت الكرة داخل منطقة الجزاء إلى جوشوا زيركزي، بيد أن الحارس فيكاريو تصدى لمحاولته. وكان توتنهام خطيراً في كل مرة يستلم فيها الكرة، ووصلت كرة عرضية من الناحية اليمنى إلى مدافع توتنهام كريستيان رومرو، الذي سددها مقصية جانبية، مرت بجانب القائم في الدقيقة 32. ومن هجمة مرتدة، وجه راشفورد كرة عرضية نحو القائم البعيد، قابلهها الجناح الأرجنتيني أليخاندرو غارناتشو

بتسديدة ارتدت من القائم القريب في الدقيقة 37. وانفرد مهاجم توتنهام تيمو فيرنر بمرمي مانشستر يونايتد، لكنه عجز عن التغلب على حارس المرمى الكاميروني أندري أونانا الذي تصدى لانفرداه في الدقيقة 39. وتلقى مانشستر يونايتد صفعه مؤلمة في الدقيقة 42، عندما حصل قائده برونو فرنانديز على البطاقة الحمراء، بعد عرقلة متعمدة بحق صانع ألعاب توتنهام جيمس ماديسون. ودخل مايسون ماونت إلى تشكيلة يونايتد عوضاً عن كوبي ماينو بهدف استعادة التوازن الخططي بعد الطرد، بيد أن شيئاً لم يتغير في الشوط الأول السذي انتهى بتقدم توتنهام 0-1. وبدأ توتنهام الشوط الثاني كما بدأ الأول، حيث سجل هدفاً بعد أقل من دقيقتين، عندما مرر جونسون كرة عرضية كم الجهة اليمنى، ارتدت من الدفاع ووصلت إلى كولوسيفسكي الذي تابعها في الشباك. ومرة أخرى، حرم أونانا، فيرنر من التسجيل بالدقيقة 48،

عندما تصدى لانفرداه، ثم أبعد الكرة قبل وصول المتحضر دومينيك سلونكي إليها. وطالب لاعبو مانشستر يونايتد بركلة جزاء في الدقيقة 60، بعد لمسة يد على روميو، بيد أن الحكم أمر بمواصلة اللعب، ومرر مدافع مانشستر يونايتد ليساندرو مارتينيز الكرة فوق المدافعين لتصل إلى البديل كاسيميرو الذي سدد بجانب القائم البعيد في الدقيقة 69. ودخل راسموس هيلوند وكريستيان إريكسن إلى تشكيلة يونايتد عوضاً عن راشفورد ومانونيل أوجارتي، وتحسّن أداء الفريق بعض الشيء، إلا أن توتنهام أضاف الهدف الثالث في الدقيقة 77، عندما وضع سلونكي الكرة في الشباك من مسافة قريبة، إثر متابعة البديل بابي سار لركلة ركنية. وفي الدقائق الأخيرة من زمن اللقاء، كاد توتنهام أن يضيف هدفاً رابعاً، عندما سدد سار الكرة برأسه من موقف مريح بجانب المرمى الخالي.



لولحني



الراحل محسن الخياط

لولحني من حواجبك لجدامك بهيدة وخف
وخلي البروحي بذمتك يتحكرص بخيط الحف
ولفني على محبتك لف
زغار العصافير التزف
وي امهن يلوك الزف
وجروحي غربة بغربتي ومدري على ياهو اتلهدف
اركص وياي من الحزن
نص وكتي اوكنف وازحف
فزينه نلتكّه الصبح صغنالك لجبيتك دف
وارسمنا بي عن الحسد عين وجف
جرحي الجديد احجيلي بي
وخلي العتيك اعله الرف
عمري قمر دين انغسل لابد يضيك ويكصف
چن صكر شدوا برّكعه وفوك الشداد مكرطف
واعتاب الاخرس والاعمه كلما تلاكوأ يكلف

ضي الكمر

واحترك ويه التتن
واتوسف ايامك !
وابجيامن اكلب الصور

حتى اخل شكلي كبل من چنت بأحلامك
چا شوگي ما فزرك ؟
عمري ؟ السحكته درب ماعرض گدامك ؟
كل ذكرياتي صدگ
هيچ انتهت عادي ؟
وراح الضحك والبجي البعيد ميلادي ؟
لا طيفي لا محبسي ؟
لا دمعۀ لا شبكة ؟
چا هو باب العشگ وبكيفك تطبگه ؟
چا صدرك
شبي حجر ؟ لو هم كلب بي دم
چا ليش عگبك اون ونات المسم ؟
هم جنه نزل كبل
وبعرکۀ نتراضه
و تجرحني واني اجرحك
بس چنه نتراضه !
هلمرة
شو من صدگ طولت زعلتنا

اوحدك اوحيدي شكتر شمات شافتنا !
لا والكتلني
الحجي التتناقله الغربية
هذا الإحساس الأبد ما حاسب نجريه !
هسه اني
اريد افتهم عزة نفس لو كره ؟
حته اشتهي موتتي لا بالقرار اشتبه !
وك تيهت كعدتي
وربعي ومواعيدي
ومن شبكة ايدك لحد هسه اشتم بأيدي
ما جاي اعرك متت ...
وگفت ايامي هناك
من كتلي بأخر عتب اخذ الهدايا ويك
من درت وجهي وشلت
نارك اعله شموعي
گمت انهدم وانبني
وعگازتي دموعي

احمد المرشدي

ليلة اعله ضي الكمر
شفه وزند مشعل
وبين الفرح والخدر مر العمر چيله
يا سفر رية وعطر
دنيا ولذيد النفس
والريح من سرت عالباپ شد چيله
شغيرني ؟ وشغيرك ؟
وشلون ضاع العرف چا والوعد ويته ؟
ملگانه ملكه الغرب
وأرواحنا امجتنفة
نتسالم ونفترگ ؟ محد ترف عينه !
ياكل بروحي الجفه
لو زاتك للکبر
لو ميت اشوالي
الکتاله كلبه يذل
ويس الدمع حصته المجروح من غالي
تدري اصفن الوحيدي

تدنالي

الراحل ماجد الزبيدي



تدنالي
ألعتك يتشيم ابطلوله
لون يستفحل اسلالي
يا اول ندى يتخوصر ابالي
يا أول حلال يصير چتالي
تدنالي
السلف يفتراض لو مامش
عراضة طين
تدبج لو رحل غالي
من اشم زبجك أظن موعيب
لا مو عيب
بس عيب الطلوف بحضرتك تالي

تدنالي
اريدندك مثل ماريد
سالوفة ودمع والكاس
ووشالة حلم ينباس
ناگع غالي وي غالي
واجيسنك مطر كانون
مايفتك
لون بگاعي كون يطيح
وأصيح الفيش هنياي
تدنالي
ماريدك صور بعيون
اريد عيونك گبالي

اطرد الحسابات والليل

حيدر النوري

لما فجرک نده عيني
گلبي ضم جرحه عليك
ودرت وجهي امسح دموعي
وبقايا الشمع عاجلف
وأطرده الحسابات والليل
وشبابيك القطرات المكدرة
انته تضحك واني اكل للغربة هانت
وي ضحكتك كلت للما كلته هانت
لما فجرک نده شباجي الحزين
للممت كل ورة متعوبة بغرفتي
وردت ألومك من فرحتي
صار كلشي البيه وده ينحجيك

وأنه كُيلك كون ضهري
وهاي الخطوط البجفي
وضحكتي المتلومة
والدخان البصري ثكل
ورماد جم صورة
بعدها براسي تفتّر ..يسولفلک
جم عزيز بعيني كبلک بجه عيني
يا حبيب يا عذب يا طير خايف
أنت وي ما تغفه أبوس أيدک
وأکلک لا تعودني عليك
يا حبيب لا تعلمني عليك
انه كبلک بعث كلشي
ومو الي ومنذور دمي
أنت تحلم بيه وأنه

جرحي ضم گلبي عليك
شندري بيه کبل لا شوفک
بهذا الليل الأظلم
والمطر والبرد والدم
والورک عينه على عشوشي
وتدفعه الريح والدم
شندري بيه منين اجبت
والجنط هاي الأجرها شبیها
وعیوني ولعها وخوفها وشحة دمعها
جفوف أدی والباب ذاک
گلبي بسنینه يدک عالباپ ذاک
گلبي دامه يدک
يدک عالباپ ذاک
يا حبيب يا عذب يا طير خايف

طير ابيض خايف ومبتل
نکت جنحه بسواد عیوني وبگلبي
وسبح بشطوط دمي
شندري بيه
شکد شوارع شافت عیوني الغربية
شکد مدن ووجهه محفوظة بقصصها
منين اجبت ووين رايح
انه ياروح الأغاني
مو الي ومنذور دمي
وأنه لو ما غربتي اباب المحطة
ما أشوف الضحكة دمعة
وما أشوف الجاي رايح

دارميات

وعن الوداع :

من شال عني الolf شاوري بسکوت
واسکتت خاف الروح من تسمع تموت
من کتلي راح تروح وتحمّل افراک
دختت کلي اعليک من هامی لساک
وما اطيحن کلتک من گلت رايح
مو متهمني بس شيطيح

من کتلي راح اتروح دم سـالـت العين
مو زيحي کلي اعليک شـکـيته نصين
يا عيني بطلي ادموع حطو جريبيـ
مشيت سنة اعله الخيل ماهم بعيدين
مصدق تريد تروح ويصـير الوداع
جا غير اشيل الکاع ورکعـها بالکاع
ودعتک ورديت بس شنهي رديـت
بس دمعة تمشي ويـاي زتنتي للبيت

يرکض عليك الحوش و يطشر البيت
انظلفت واني بعوز شوف المشده
من جاري جبـت الجاي قرضه وتبده
من عيني عيني تغار ماترضه يهوـاي
وکت التشوق ذيج لازم اسـد هاي
بجفاک مـا مبتسم ... يل شوغتي آتفرحک
هم زين بيّه جرح ... مـن يتلجم يضحک
الفرقة التـشريح شماتي اجوني
وارجعو مرتاحين من کلبوني

خلو ابالکم ما حاسب الراحـن
بعدهن يوجعني وکلت لا طاحـن
بالشط صفن يا حيف زيناتي کلهن
وصبحن عد بذات مامش وفه الـهن
أنهجم بيته الليل هاطولـه بجفاک
وبطول أظفري أیصير من أکعد ويـاک
بيضه وخصرها رفيع وبخده حفرة
نعله عله ابیها النوب شفتها حمـره
ما لاطر الجکليت لومرة مريت





هيثم فتح الله عزيزة

جاسم الزبيدي الشاعر بعدسته

لا يستخدم تقنيات آلية معقدة في التصوير الفوتوغرافي من عدسات مقربة وفلاترات وإضاءة إضافية، بل يعتمد في أغلب لقطاته على كاميرا واحدة نوع (رول فلكس) بالرغم من امتلاكه عددا آخر من الكاميرات".

المحور الخامس كان بعنوان (فوتوغرافيا جاسم الزبيدي) وجاء فيه "إن اتجاه الزبيدي في تصوير معاناة الإنسان في بيئته من نساء وأطفال وشيوخ، كان الهدف منها إرسال رسالة توثيقية واضحة للعالم، تفصح فيها الأنظمة التي تتحكم بمصير شعوبها"، وتضمن المحور لقطات رائعة بعدسة المبدع الراحل جاسم الزبيدي.

كما كانت هناك توقفات عدة للمؤلف عند محطات الزبيدي، ومن بينها آرترينا واليمن وعمان وفلسطين وحرب العراق وإيران.

عندما تصبح الكاميرا سلاح الشاعر

مع معرفة تقنياته، جعله يفتح استوديو خاصا به في منطقة (كرادة مريم) قرب حي الأرم، وسماه (فوتو فلاش) مارس فيه إنتاج الصور، التي كانت تتطلبها مستلزمات الوثائق الحياتية، بيد أن الانعطافة الكبيرة في حياته، حدثت عندما كان يتجول في أحد الشوارع قرب السفارة الإيرانية، وعثر على كاميرا حديثة من نوع (لايكا)، جعلته يتعمق بفن الفوتوغراف، خصوصا انها من أعرق وأحسن كاميرات التصوير في العالم".

المحور الثاني من الكتاب جاء بعنوان (جاسم الزبيدي.. جيفارا العراق)، ويقول فيه المؤلف "من الذين اتخذوا جيفارا رمزاً لهم، الفوتوغرافي الشاعر جاسم الزبيدي، إذ أطلق لحيته، ولبس الكاكي، واقتنى سيارة جيب بلون كاكي! لقد بدا حقاً متماهيا مع تماذج المناضلين والثوار الساعين الى التحرر من ظلم

مع معرفة تقنياته، جعله يفتح استوديو خاصا به في منطقة (كرادة مريم) قرب حي الأرم، وسماه (فوتو فلاش) مارس فيه إنتاج الصور، التي كانت تتطلبها مستلزمات الوثائق الحياتية، بيد أن الانعطافة الكبيرة في حياته، حدثت عندما كان يتجول في أحد الشوارع قرب السفارة الإيرانية، وعثر على كاميرا حديثة من نوع (لايكا)، جعلته يتعمق بفن الفوتوغراف، خصوصا انها من أعرق وأحسن كاميرات التصوير في العالم".

المحور الثاني من الكتاب جاء بعنوان (جاسم الزبيدي.. جيفارا العراق)، ويقول فيه المؤلف "من الذين اتخذوا جيفارا رمزاً لهم، الفوتوغرافي الشاعر جاسم الزبيدي، إذ أطلق لحيته، ولبس الكاكي، واقتنى سيارة جيب بلون كاكي! لقد بدا حقاً متماهيا مع تماذج المناضلين والثوار الساعين الى التحرر من ظلم

جاسم الزبيدي، والذي جاء بعنوان "جاسم الزبيدي.. الشاعر بعدسته" لمؤلفه المبدع هيثم فتح الله عزيزة. الكتاب جاء بأكثر من (300) صفحة من القطع الكبير وتضمن سبعة عشر محورا، فضلا عن مقدمة وخاتمة، حيث تناول المؤلف محطات كثيرة من حياة الفنان الكبير جاسم الزبيدي، ليقدم لنا أشبه بالسيرة، التي جاءت على شكل انثيالات تاريخية.

في مقدمة الكتاب والتي كتبها المؤلف ما نصه "في هذا الكتاب حرصت على أن تظهر أعماله الفوتوغرافية، بأفضل شكل فني ممكن من حيث معالجة الصور الأصلية، وإزالة الشوائب والآثار، التي سببها تقادم الزمن وتأثيره على سوابل الصور".

المحور الأول من الكتاب أتى على شكل سيرة بعنوان (جاسم الزبيدي الفوتوغرافي الشاعر) وجاء في السيرة "إن شغف جاسم الزبيدي بالتصوير



عدنان الفضلي

قليلة هي الكتب التي تعنى بالنقد والتأرخة لفن التصوير الفوتوغرافي، بل نلاحظ أن في العراق لا تتوافر مصادر كثيرة، يمكن من خلالها ملاحظة أثر كثير من المبدعين في هذا المشهد الثقافي المهم.

كتاب يؤرخ لتجربة إبداعية كبيرة متمثلة بالمصور المبدع الراحل

فلنقرأ



أناقة المعنى

كريم جخيور

من أجل بياض أشد وطأة
السواد يلوح بالمشوك
الوطايط مدلاة بخيط الخرافة
يناكدها قوس الفضاء
أصابع الغبار
ترتب لقاماتنا
عويلا حاداً
وهي تمنع في السخاء
السماء أكثر شبهة
النجوم التي لا تبطل شرقتي
ليس لأعطافها صباح بارد
أمام راحة الإسطليل
يحتمي القانط بالدعاء
وهو يمر خصرة الدائرة
يؤكد المستقيم هشاشة المعنى
تبدو المكائد أنيقة
وهي تصطبغ رعاياها
باتجاه الكارثة
العمائم من رماد
والتاج أحمر عبيط
العقل
خطأ يكرره الجنون
الشمس نافذة
رتاجها الأرجوان
النار
كم يوجعها مرأى الرماد
غير أنها دائماً تشتعل
بما لا يرى
يتدل الكلام

مثلهم ولو بحياة الروح ..
لنشرب نخب الفكر .. ما أحلى
أن يحس الواحد نفسه كلمة
.. معلومة . . كتيب .. لنقرأ.
يطلب روحي ارددها لا
بصيغة الأمر بالقراءة . حيث
التعليم لم يكن فيه شيء من
الإكراه .. فالقصد منه تربية
الشخصية والخلق الكريم
والفكر النير . لا حشو الدماغ
بمعلومات قد لا تنفع بشيء
لدى البعض .. فالكتاب الخير
هو الكتاب الذي يقرأك إذ أنت
تقرؤه . فلا تأتي صفحة من
صفحاته إلا وأحسست بأنك
كنت جدولاً فأصبحت نهراً .
أو نهراً فأمسيت بحراً .. وإننا
عندما نقرأ فصول الكتاب
الناجح نشعر بأن مؤلفه
إنسان مثلاً لكنه يكتب وربما
نحن لا نكتب دائماً . وإنه كتب
للقراءة من معنى .

ظرف وحادثة .. فإن من خلال
كتيب يتاح لنا ان نعرف أي
جهاد جاهده صاحبه حتى
تمكن من وضعه بين أيدينا
الساعة .. ومن ثم نعرف كم
قرأ واطلع وبحث ذلك الكاتب
قبل أن أتبع لمواهبه أن تنبثق
من براعمها .. إن الحياة
الحقة هي حياة الفكر أولاً .
وحياة الروح .. الحياة كتاب
.. وزهرة .. ولوحة .. وحب
خالص .. هذا هو الإنسان
وهذه هي حياته .. وما تبقى
فحيوانية لا تعرفها النفوس
الكبيرة . هذه هي الحياة التي
أمن بها العباقرة وقد عملوا
كل ما في وسعهم ليحيوها
كريمة . نبيلة .. سخية شذية
.. ونحن عندما نحاول وزنها
بميزان علينا أن نقرأ .. فلنقرأ .
لنجاهد قارئين كي نصير إلى

ظرف وحادثة .. فإن من خلال
كتيب يتاح لنا ان نعرف أي
جهاد جاهده صاحبه حتى
تمكن من وضعه بين أيدينا
الساعة .. ومن ثم نعرف كم
قرأ واطلع وبحث ذلك الكاتب
قبل أن أتبع لمواهبه أن تنبثق
من براعمها .. إن الحياة
الحقة هي حياة الفكر أولاً .
وحياة الروح .. الحياة كتاب
.. وزهرة .. ولوحة .. وحب
خالص .. هذا هو الإنسان
وهذه هي حياته .. وما تبقى
فحيوانية لا تعرفها النفوس
الكبيرة . هذه هي الحياة التي
أمن بها العباقرة وقد عملوا
كل ما في وسعهم ليحيوها
كريمة . نبيلة .. سخية شذية
.. ونحن عندما نحاول وزنها
بميزان علينا أن نقرأ .. فلنقرأ .
لنجاهد قارئين كي نصير إلى

حسن قلبي الصباغ

لعل لوحة خشبية صغيرة فوق
بقعة صغيرة من أرض شارع
المتنبي . تمثل حياة . . خاتمة
حياة . ونتاج حياة .. وسر
حياة العظماء والعباقرة
وإذا صح قولي خاتمة لحياة
من فارق تلك الحياة منهم .
فما أجملها خاتمة تتصل
فيها أرواح جميلة . كريمة .
وادعة . سكنت حفنة من
اللحم والعظم والدم لسنوات
معدودات بأرواح جبال تتناثر
أشلاء الدهور على أقدامها ،
فلا تأبه لها ولا تحسب لها
حسابا .. حتى تقمصت
بعد أن ارتحلت أجساد هذه
المجلدات والكتب .. تجاه
الخلود . لنقرأ .. فلنقرأ دون
توقف عن القراءة وتحت أي



هل تحقق الحلم العظيم؟

قراءة في رواية "الحلم العظيم" للروائي أحمد خلف

الحبيبة المستحيلة ام عن الزوجة الصديقة، وهل لك
مقدرة ان تترك مئات الناس الذين يتصورون جوعا
؟؟ ص 43
يوجد الكاتب هذا الصراع براعة المبدع عبر حوارات
ومونولوجات ومشاهد داخلية صامتة.. يعيش
البطل بمعزل عن محيطه البيئي في عملية بحث
مضنية عن ذاته وجدوى وجوده وماذا يريد؟؟
بدا البطل وكأنه نسخة عراقية من (ميرسو) بطل
رواية "الغريب" لـ (ألبيركامو) الشخص المنفصل
عن الواقع والمجتمع، يتساءل عن ماهية الحياة التي
يحكمها اللامعنى احيانا .

في المقابل ، حرص الكاتب أحمد خلف على أن يمتلك
بطله نضوجا فكريا وثقافيا الامر الذي مكّنه ان
يصبح مرشدا لنا لتلك الفترة من تاريخ العراق
المعاصر . اي واقع عاشه البطل ؟ ذلك الواقع المرير
بالحرمان والالام الذي قرر ان يستبدله بعالم اخر
الا انه يلازمه الحلم بكابوس ليلى قاس
وهو رؤية شخص غامق البشرة
ينوي رميه الى قاع البئر حيث
يصبح ولا يسمعه احد ، يفيق والعرق
يتصبب من جبينه، يشعر بعدم
الضائقة النفسية التي تعتريه...
في " الحلم العظيم " كان توجه المؤلف
في تعزيز المضمون الإنساني كرافد
أساسي في الرواية . وهو من الكتاب
الذين يقدمون لنا شخصيتهم في الرواية
أولا ثم يعرض لنا العالم من خلاله،
أي أن الجوهر هو الإنسان ينصره
وينصهر بمرحلاته وحياته.

نلمس في الرواية وعي الكاتب للبعد النفسي
لشخصية بطله عبد الله، حيث لا يمكن
التغاضي عن الدرس السيكولوجي العميق
الذي يقدمه لنا بقلم المحلل النفسي الماهر

مشيرة الى ظهور الحزب الشيوعي الذي قمعته
السلطة الاستبدادية في انتفاضة الاهوار . تدخل
الرواية في هذا الإطار المتعدد في المتن الروائي الى
تسليط الضوء على مرحلة من مراحل العراق
السياسية والثقافية.
كان البطل نهما في قراءة الكتب والروايات وتأثر بها
، في مقدمة الرواية كتب أحمد خلف (ليس صحيحا
أن تقلد ابطال الروايات كما لو كانوا أشخاصا
حقيقيين وان كان تقليدهم يغرينا خصوصا خلال
تولعنا في سبر أحداث رواياتهم فلا مناص من
تمردنا عليهم بعد حين من الزمن) .ص5
تعتبر الرواية بولوفينية ، (متعددة الشخصوص
والاصوات) في جوهرها . مع وجود المونولوجات
الشيقية المتناثرية التي ابداع فيها الكاتب أحمد
خلف والتي شكلت سمة في رواياته. تعتبر " الحلم
العظيم" رواية مثيرة للتفكير الناقد لما تحتويه من
سرديات شيقة استخدم في سردها الكاتب الإستباق
والاسترجاع بشكل توصيفي دقيق يجذب اهتمام
القارئ الى حد كبير..

شخصية البطل (عبدالله) الاشكالية ، سيكولوجية
ما وراء السرد .
قدم لنا احمد خلف شخصية بطله بنظرة
سيكولوجية احترافية مثيرة للتفكير والتأمل وابدع
في سرد وتخييل هذه الشخصية الاشكالية، نفسيا
وسلوكيا . سخر له في روايته بطلا مثقفا يحمل
فكرا جدليا ، يكتب القصص القصيرة ولا يجد
لها سبيلا للنشر في الصحف والمجلات . ويعيش في
عزلة اجتماعية ونفسية يرافقه شبق جنسي غير
منضبط يفسر طبيعة هذه الشخصية الفلقة. حيث
يعيش البطل صراعات نفسية وفكرية . كان ممزق
الخطر يكتب ساعة ليفنجر بالضحك ساعة اخرى
ص.43. يخاطب نفسه: عن أي شيء تريد ان تكتب ؟
ومن اجل من سوف تسرد الصفحات الطوال ؟ عن

يعتبر القاص والروائي أحمد خلف من الأسماء
المرموقة في الإبداع السردى العراقي ولا يمكن لأي
ناقد ان يستوحي ملامح الرواية العراقية دون أن
يعرج على الانجاز الإبداعي لهذا الكاتب. وفي روايته (
الحلم العظيم) والتي كتبت بلغة فنية غاية في الصنعة
والإتقان، واتسمت بأناقة الحرف وسحر المخيلة،
عبر لغة غاصت في أعماق الذات لشخصية البطل
(عبد الله) الذي سماه الكاتب بمؤلف القصص.
صدرت الرواية عام 2009 عن دار المدى في 304
من القطع المتوسط.

تكشف الرواية ملامح هامة من السيرة الذاتية
والحياتية للبطل والذي يشاطر بها الكثير من سيرة
الكاتب المؤلف أحمد خلف، ولكن ببراعة التخييل
الذهني، والسردى، والفني والذي اعتبر به الكاتب،
ان الخيال هو في الحقيقة جزء من الواقع. وبذلك
نجح أحمد خلف في ان يخلق بنا بعيدا لنلمس
حقيقة هذا الخيال المستمد الى حد كبير من السيرة
الذاتية للكاتب نفسه . تبين الرواية لحظات ضعف
البطل وتخبطه كشاب مراهق والذي ينساق الى
علاقات حميمة مع عدة نساء جميلات دخل على
أثرها في ازيمات نفسية خانقة .
وثقت الرواية تأثر العراق بحركات حزبية سياسية



نادية عوض - فلسطين



تجربتي مع تناول البيض يومياً تستحق التطبيق

بناء العضلات
البروتين الموجود في البيض يساعد في بناء العضلات وتقويتها، لذلك تناول البيض بعد أو قبل التمرين، لا سيما وأنه بروتين حيواني له أثر كبير في سرعة بناء العضلات.
هل تناول البيض كل يوم يُزيد من خطر أمراض القلب؟
واحدة من الخرافات المرتبطة للبيض هو أنه يرفع مستوى الكوليسترول، ما قد يُثير مخاوف بشأن زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب، لكن الأبحاث دحضت هذه الفكرة تماماً.
وفقاً للعلم، فإن تناول البيض يومياً ليس له تأثير كبير على مستويات الكوليسترول في الدم بنفس الطريقة التي تفعلها الدهون المشبعة أو الدهون المتحولة. وبالتالي، فإن تناول بيضة واحدة أو اثنتين في اليوم لا يشكل خطراً كبيراً على صحة القلب لدى الأشخاص الأصحاء .

الشعور بالشبع لفترات طويلة. كما أنه يساهم في بناء العضلات في وقت أسرع. كما أن البيض يحتوي على جميع الأحماض الأمينية الأساسية التي يحتاجها الجسم، مما يجعله مصدراً ممتازاً للبروتين الكامل.
تعزيز صحة الدماغ
يحتوي البيض على الكولين، وهو مركّب ضروري لصحة الدماغ ووظائف الجهاز العصبي، وأثبتت الدراسات قدرته على تحسين الذاكرة والوظائف الإدراكية .
إنخفاض الوزن
عادة ما ينصح خبراء التغذية بتناول البيض؛ لأنه يساعد على إنقاص الوزن، وذلك لأنه يعزز الشعور بالشبع لفترات أطول بفضل محتواه من البروتينات التي تساعد في استقرار مستويات السكر في الدم، مما يقلل من الشعور بالجوع المفاجئ.

سلامة التخزين، وشراء الأصناف العضوية اللذيذة المذاق مقارنة بالأنواع الأخرى. أما الأمر الثاني فهو تجربة وصفات للبيض وليس تناوله بالطرق التقليدية، فهناك فطائر البيض أو مزيج البيض مع البطاطس المسلوقة بطريقة الكفتة وغيرها من الوصفات اللذيذة".
فوائد تناول البيض
تجربة إيمان ليست الدليل الوحيد على دور البيض في تعزيز الصحة العامة، بينما العلم أيضاً أكد على فوائد البيض المتعددة:
البيض غني بالفيتامينات والمعادن يحتوي البيض على العديد من الفيتامينات والمعادن الأساسية، مثل فيتامين دي D، فيتامين بي B12، فيتامين أ A، ومعدن الحديد.
مصدر للبروتين
يعتبر البيض مصدراً غنياً بالبروتينات عالية الجودة، لذلك يعزز

وتنصح السيدة الثلاثينية الأشخاص الذين لا يفضلون تناول البيض قائلة: "ربما يشعر البعض أن مذاق البيض غير لذيذ بالنسبة إليهم، لكن أنصح هؤلاء بأميرين: الأول هو شراء البيض من مكان موثوق للتأكد من

وتضيف: "ساعدي البيض في تعزيز كتلة العضلات، لا سيما عند تناول بيضتين عقب التمرين مباشرة، كانت نصيحة مدربة اللياقة، ولاحظت فارقاً كبيراً في سرعة نمو العضلات بعد الالتزام بها".



إنقاص الوزن، لأن طبيب التغذية الخاص بي نصحتني أن أبداً اليوم بأي وصفة للبيض؛ لأنه سيساعدي خلال اليوم على كبح الشهية وتراجع الشعور بالجوع".
وأردفت "في البداية لم يكن مذاق البيض مستساغاً بالنسبة لي، لذلك بدأت أجرب وصفات البيض بالخضروات مع قليل من الجبن قليل الدسم، وكنت أتناوله مع قطعة توست واحدة، ورغم أن كمية الخبز هذه بالنسبة لي أقل مما يشعرني بالشبع، إلا أن هذا الفطور نجح في أن يمنحني الطاقة والشبع لساعات".
تقول إيمان إن البيض ساعدها في رفع نسبة الحديد في الجسم، وتوضح "قبل إدراج البيض في نظامي الغذائي كنت أعاني من نقص معدن الحديد، لكن مع الاهتمام بتناول البيض و اللحوم ارتفعت نسب الحديد إلى المعدلات الطبيعية".

البيض من الأطعمة الصحية التي يوصي بتناولها خبراء التغذية، حتى أن البعض ينصح بتناوله يومياً، وذلك بفضل محتواه من البروتين الذي يعزز الشعور بالشبع ويمد الجسم بعناصر غذائية أساسية.
في إطار الحديث عن توصيات تناول البيض كل يوم نشارككم تجربة إيمان، 36 عاماً، و التي قررت أن تتناول بيضتين كل يوم ولدة عام، فهل كان لذلك تأثير إيجابي على صحتها؟ وهل عانت من آثار جانبية؟.. تعرفي إلى الإجابات في السطور الآتية وعبر تجربة حقيقية.
التقت "سيدتي" إيمان لتروي لنا لماذا بات البيض جزءاً أساسياً من نظامها الغذائي، فقالت: "لم أكن من قبل من عشاق البيض، غير أنني بدأت أجرب نفسي على تناوله بهدف

الحقيقة - متابعة

تجربتي في تقليل تساقط الشعر خلال الحمل.. عادات تجنبها!

فصغ الشعر لجرد تغيير اللون يمكن تأجيله ويمكن استخدام صبغات طبيعية تغذي الشعر وتحافظ عليه مثل استخدام المضاد لها بعض الألوان الطبيعية مثل الكركديه أو مادة تُعرف بـ"دم الغزال"، وهي مادة ملونة وآمنة الجوانب.

وتتقصفه عن طريق إضعاف البصيلة، خاصة إذا ما كانت الصبغات من الأنواع التي تحتوي على الأمونيا أو من الأنواع غير المسجلة في وزارة الصحة؛ أي أنها مجهولة المصدر وضعيفة الجودة، ولذلك

الأخير، وكذلك ما بعد الولادة؛ لكي تحسلي على فوائده التي تساعد على منع الولادة المبكرة، كما يجب عدم تناول الأطعمة الغنية بالحديد ومكملاته مع الشاي؛ لأنه يمنع امتصاص الحديد، وكذلك عند تناول مكملات الكالسيوم أو عدم شربه مع الحليب واللبن؛ لأنه يمنع امتصاصه أيضاً.

استخدام الأمشاط المصنوعة من الخشب أو الألياف
أمنشاط خشبية
اختاري نوع الأمشاط المناسبة عند تمشيط شعرك وفك تشابكه، ويفضل أن تستخدم مشطاً مصنوعاً من الخشب الطبيعي أو من الألياف؛ لكي تحافظي على صحة شعرك ومنعه من التقصف، وفي حال قيامك بتمشيط شعرك بمشط معدني مثلاً- فأنت تعرضين شعرك لحدوث الكهرباء الساكنة التي تضر البصيلات؛ ولذلك يُفضل استخدام المشط الخشبي.

استخدمي المشط واسع الأسنان لفك تشابك الشعر خاصة بعد غسله وفي منطقة الجذور؛ حيث يعمل المشط واسع الأسنان على الألياف؛ لكي تحافظي على صحة شعرك ومنعه من التقصف، وفي حال قيامك بتمشيط شعرك بمشط معدني مثلاً- فأنت تعرضين شعرك لحدوث الكهرباء الساكنة التي تضر البصيلات؛ ولذلك يُفضل استخدام المشط الخشبي.

توقفي عن استخدام المعالجات الصناعية لشعرك بجميع أنواعها خلال مرحلة الحمل؛ فهناك تحذيرات حول ضرر الصبغة وتلوين الشعر على الجنين، وكذلك هناك أضرار مثبتة للمعالجات الكيماوية التي تقوم بها صالونات التجميل للشعر مثل التلميس واستخدام مواد لغرد الشعر والقضاء على الهيشان والتجاعيد مثل الكيراتين والبروتين وغيرها؛ فقد ثبت أنها تسبب أضراراً للجنين.

قومي بتأجيل موعد تغيير صبغ شعرك ما بعد الولادة؛ لأن الصبغة بعد ذاتها، وهي عبارة عن مادة كيميائية تعمل على إتلاف الشعر

مظهر جميل على الأقل، واهتمي باختيار طلة مناسبة لشعرك في أثناء الحمل وابتهدي عن التلوين؛ حيث تتساءل الحوامل: صيغة الشعر أثناء الحمل هل تؤثر في الجنين؟ والحقيقة أنها تؤثر في الشعر أولاً، ويكفي أن تختاري قصة مناسبة فقط.

قصي شعرك في الوقت السني يكون فيه غير مبلبل أو رطب؛ لأن الشعر اللبلل لا يعطي طويلاً حقيقياً للشعر، ويجب أن يكون شعرك جافاً لكي لا تفاجئت النتائج في حال قررت أن تقصي من أطراف شعرك مسافة تزيد على سنتيمتر، واهتمي باستخدام مقص جديد ومخصص للشعر، ويفضل أن تصحي مع مقصك الخاص في حال توجهت لمصففة الشعر للقيام بهذه المهمة.

الاهتمام بتغذية جسمك بشكل عام تناول أقراص الحديد

اهتمي بمد جسمك خلال الحمل بكل العناصر الغذائية المهمة من فيتامينات ومعادن، وكذلك البروتين الصحي بنوعيه، ومن العناصر الغذائية المهمة التي تؤثر في صحة الشعر وقوته هو عنصر الحديد؛ حيث تبين أن نقص عنصر الحديد في الجسم يؤدي لتساقط الشعر وبكمية كبيرة، إضافة لنقص فيتامينات ومعادن أخرى. ولكن أهمها هو عنصر الحديد، ولذلك يجب أن تهتمي بالحصول على مصادر الطبيعية مثل اللحوم الحمراء والكبد البقري والبقوليات، ويفيد تناول هذه الأصناف في الحصول على حصة مناسبة من البروتين أيضاً، وهو يدخل في تكوين الأنسجة والخلايا، بالإضافة إلى أنك يمكنك الحصول على الحديد على شكل مكمل غذائي في حال كان

لديك نقص كبير في مستواه في جسمك.
ارحصي على تناول مكمل الحديد في وقته المناسب، وهو بعد تناول الوجبة الرئيسية بساعتين، ويجب أن تستمري بتناوله حتى الشهر

الحقيقة - متابعة

تلاحظ المرأة الحامل أن هناك مشكلة تواجه شعرها خلال فترة الحمل وشعرها يُعد تاج جمالها، وهذه المشكلة هي تساقط الشعر بكثرة؛ حيث إنها تتأثر نفسياً وتصاب بالقلق خوفاً من استمرار هذه المشكلة التي قد تؤدي لظهور فراغات في فروة الرأس مثلاً، إضافة لتأثيرها في جمالها وألونها وجاذبيتها؛ ولذلك فهي تبحث عن حلول لمشكلة تساقط الشعر خلال الحمل واتباع نصائح تجارب نساء حوامل حول تقليل هذه الظاهرة المقلقة.

سجلت بعض النساء تجاربهن الخاصة حول استخدام بعض النصائح وتجنب بعض السلوكيات والعادات الخاطئة التي تزيد من مشكلة تساقط الشعر خلال الحمل، وذلك من خلال طبيبتهن وأطباتهن الذين يتابعون لديهن سلامة حملهن خلال أشهره التسعة، ولذلك فقد التقت "سيدتي وطفلك" في حديث خاص بها؛ الدكتورة منى أبو مصطفي استشارية طب النساء والولادة، حيث أشارت إلى تجربة إحدى النساء التي اتبعت من خلالها نصائحها وإرشاداتها حول تقليل تساقط الشعر خلال الحمل عن طريق اتباع عدة نصائح وتجنب عادات خاطئة تؤدي الشعر وتقلله مثل قص أطراف الشعر وعدم تمشيطه مثلاً، وغيرها من النصائح في الآتي.

قومي بقص شعرك من الأطراف كل شهر وعلى مسافة سنتيمتر واحد فقط كل مرة؛ لأن تهالك وضعف الشعر يبدأ من الأطراف وليس الجذور، والخلص من الشعر الضعيف الذي فقد لمعانه وقوته يعطي الفرصة للشعر القوي الذي ينبت من الجذور لكي يصبح مكانه، وبالتالي فعليك التعود على قص أطراف شعرك للحفاظ على

SUDOKU

كيف تلعب؟

لهواة هذه التسلية المفيدة والممتعة، ثلاث ألعاب سودوكو من مستويات متعددة: عادي، وسط، متقدم. ضع بكل بساطة الأرقام من 1 إلى 9 في كل مربع خال، وذلك حتى يحتوي كل عمود وخط أفقي وكل مربع صغير 3*3 على الأعداد من 1 إلى 9 مرة واحدة فقط. يجب ألا يظهر أي رقم مرتين في أي عمود، أو خط أفقي، أو مربع صغير 3*3.

			7		3			1
							8	
2	5			7				
5	4			8				
							7	

			2			1	7	8	4

الكلمات المتقاطعة

أفقياً

- 1 - أغنية لوردة الجزائرية - شهر هجري.
- 2 - حُرْن - متشابهاً - اكتمل.
- 3 - ماركَة أدوات كهربائية - مال.
- 4 - صوت الذباب - وحي.
- 5 - يمكث - تتبع.
- 6 - للنهي - رقية - عكس ليل.
- 7 - ناخذ - سنة (مبغثرة).
- 8 - شقيق - تعلقو - ضمير متصل.
- 9 - شاعر مسرحي فرنسي.
- 10 - خاصنة - مطربة لبنانية.
- 11 - سورة قرآنية - أفندة.
- 12 - من الأبرار - غيث.

عمودياً

- 1 - شهر ميلادي - منزل.
- 2 - آلة موسيقية - فارغ.
- 3 - وسام - أرق.
- 4 - سمين - تدرّك - متشابهاً.
- 5 - خضم - يفقد عقله - من الاسماء الخمسة.
- 6 - تتألف منها القصيدة - احترق.
- 7 - من أسماء الله الحسنى - مدينة إيرانية.
- 8 - عقل - حرف جزم.
- 9 - نصف أحاسيس - من الطيور.
- 10 - نحرف - صغير الأسد.
- 11 - صبي - نستفهم كلثوم.
- 12 - نصف رماد - أغنية لام (معكوسة) - قمة.

الحل السابق

حل الأمس

عادي

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

متقدم

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

عمودياً

- 1 - الثقل صنعتة - آه.
- 2 - وعي - آل - حُسن.
- 3 - قبر - أبي - مَ.
- 4 - عن - نغليهم.
- 5 - أف - أو - ساد.
- 6 - لذيذ - ليت.
- 7 - عدل - يلمّ.
- 8 - مجاهدة - سهم.
- 9 - نلاطفة - أن.
- 10 - جرس - حل.
- 11 - لح - بل.
- 12 - بعدك على بالي.

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب
ا	هـ	و	ع	ا	ل	ج	س	ن	ي	ق	ب

حظك اليوم

الحمل
21 مارس
20 أبريل
ليس لديك الكثير من السليبيات. أنت ديناميكي، حريص، سريع البديهة، وقادر على المنافسة. وعندما يتعلق الأمر بالقيادة، أنت الأفضل.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

الثور
21 أبريل
20 مايو
تحب الأشياء الجميلة والجدية، وتحاول أن تستوحي منها، كما تتحرك أحاسيسك وتتأثر بحاسة اللمس دون سواها، وهذه الحاسة مهمة جداً بالنسبة إليك خاصة في مجال العمل.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

الجوزاء
21 مايو
21 يونيو
البراعة هي شعارك. هناك جانبان في شخصيتك، أنت سريع البديهة وحاد الذكاء، وفي الجانب الآخر أنت شخص حساس، يتأقلم بصعوبة مع الآخرين.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

السرطان
22 يونيو
22 يوليو
من البديهي أن يستيقظ شعور الآوبة أو الأمومة فيك، حين ترى رضيعاً. حاول أن تبحث عن السبيل الذي يمنحك الاستقرار ولا شيء أفضل من العائلة.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

الأسد
23 يوليو
22 أغسطس
تكن جاذبيتك في انتفاحك وحرصك على التعرف على ثقافات مختلفة. لكن عليك أن تستغل ذلك في تكوين شخصيتك وتعزيز معارفك.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

العذراء
11 أغسطس
22 سبتمبر
يدفعك حسك العالي إلى مساعدة المحتاجين وإلى بذل مجهودات كبيرة، لتعزيز علاقاتك الاجتماعية من أجل توفير الدعم الكافي لهذه الفئة.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

الميزان
23 سبتمبر
23 أكتوبر
تهتم هذه الأيام بتوازك النفسي، وبمحاولة نسيان بعض التجارب السيئة، التي مرتت بها في حياتك خلال السنوات الماضية، هذا أمر يسير، وأنت قادر على تجاوزه.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

العقرب
24 أكتوبر
21 نوفمبر
وراء شخصيتك الهادئة يختبي قلب نابض بالانفعالات والعواطف، لا تظهر مشاعرك في العلن حتى لا يستغل البعض طبيعتك في تنفيذ أهداف وضيعة.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

القوس
22 نوفمبر
20 ديسمبر
يصعب على أي كان إحيائك، لأنك مغمم بالتفاؤل والانفتاح والحيوية. تحب التغيير والتجديد دائماً في حياتك، وهذا يبقيك دوماً في أحلى صورة.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

الجدي
21 ديسمبر
19 يناير
أنت جاد بشكل كبير، وتملك استقلالية، تسمح لك دوماً بالانتصار، سواء على الصعيد المهني أو العاطفي، حاول أن تحافظ على ذلك حتى يستمر النجاح.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

الدلو
20 يناير
18 فبراير
تفكر بعمق وعقلانية، وفي خضم انشغالاتك، لا تجد الوقت الكافي لزيارة الأصدقاء والأهل. يجب أن تعترف بالتقصير وتستردك الوضع سريعاً.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

الحوت
19 فبراير
20 مارس
تعمل هذه الأيام بتفان كبير، بغية تغيير وضعك الاجتماعي، والعودة بترقية ما في الشركة. كن صبوراً، لأن تمت ذلك الآن، ولكن سيتم في الفترة المقبلة.

الحب: ♥♥ **الحظ:** ♣♣

قضيتَ عمرك تسعى في مقاومة

(هذه القصيدة كتبها في رثاء شهيد الامة الاسلامية وسيد المقاومة (الشهيد السيد حسن نصر الله) ..

كذاك لبنان فيها الرزء قد نزلا
وفي العراق قلوب هزها خبر
على الشهيد الذي قد غاب وارتحلا*
كانت فلسطين في عنوانه هدفا
وما استكان ولم يذعن وما نجلا
ياثلة الحق يامن كنتم سندا
الحق من فقدكم قد ضاع وانسدلا*
عدونا قد تمادى اذ بنا خور
وما نرى ناصرا فذا ولا رجلا
من يطلب الثأر من اسرائيل حين علت*
فقد تمادت تسد السهل والجبال
تدكنا وبأمريكا تهددنا
ونحن في كثرة لكنما دُلَّا
ياسوء منقلب نالت عواقبنا
شعوبنا ترتمي في حزن من قَتَلَا
حكamna فئة في خسة رزحت
من خمرة الذل سكرى كلهم ثَمَلَا
راح الذي كانت الدنيا له اثر
وجسد الصدق والاخلاق والمثلا

يامن تسامى الى العليا وما نزل
يامن ترجل في الهيجاء مقتدرا
وقاد جيش جنود الله محتفلا
ابليت في الحرب حتى قال قائلهم*
اذاقتنا من رُهاب الحرب مافعلا
هذي فلسطين تبكي اذ بها الم



محمد طالب عبود

تقحم الموت لا يبغي له بدلا
رام الخلود ومن يرنو اليه علا
لله يومك يوم فيه منعطف
يامن رسمت الى سوح الوغى سبلا
قد هز نعيك اهل الارض وا أسفا
والشمس قد كسفت والنجم قد افلا
قضيتَ عمرك تسعى في مقاومة*
وما وهنت ولكن تضرب المثلا
عزيمة وصموداً كالجبال رست
وتحمل الحق لا تبغي به بدلا
وهبت (هادي) شهيدا وافتخرت به

جونى ديب يكشف

عن موعد افتتاح معرضه الفني للرسم

استطعت". ووفقاً للفريق الإبداعي، يُظهر المعرض القادم "الشخصية المميزة وروح الدعابة" لجوني.

وكتب الموقع الرسمي لـ A Bunch of Stuff: "على مدى عقود من الزمان، أنشأ جونى مئات اللوحات التي توضح مسار حياته؛ من التصوير المبكر لوالدته إلى سلسلة من الأعمال حول الهوية والتأمل والشهرة. سواء كان فنسه عبارة عن مزيج من المشاعر أو الكولاج، فهو يجسد قصة حياته".

للزوار توقعه من معرضه الفني A Bunch of Stuff، الذي سيعرض أعمال جونى الفنية لأول مرة، حيث نشر نجم فيلم Pirates of the Caribbean منذ ساعات مقطع فيديو قصيراً مصحوباً بالموسيقى، عبر حسابه على إنستغرام، ظهرت فيه لوحة فنية واحدة، بينما سلطت الكاميرا عليه وهو يتجول في المعرض. وانتهى مقطع الفيديو بالكشف عن موعد افتتاح المعرض A Bunch Of Stuff، وهو يوم الجمعة 4 أكتوبر 2024 في مدينة نيويورك.

وعلق جونى ديب على المنشور: "لقد تركت A Bunch Of Stuff في نيويورك. اتصل بي إن

الحقيقة - وكالات

جونى ديب فنان متعدد الأوجه، فهو ليس نجماً ومخرجاً سينمائياً فقط، بل فنان في مجال الرسم، وهذا ما يحرص على كشفه دائماً للجمهور من خلال إبداعاته الفنية ورسوماته التي يشاركها عبر حسابه بإنستغرام. وفي هذا المجال، الذي يندرج تحت مسمى الفن أيضاً، كشف جونى ديب عن موعد افتتاح معرض الرسم الخاص به من خلال مشاركته على موقع التواصل الاجتماعي إنستغرام.

ألقي جونى ديب نظرة سريعة على ما يمكن



وفاة النجم كريس كريستوفرسون عن عمر يناهز 88 عاماً

الحقيقة - وكالات

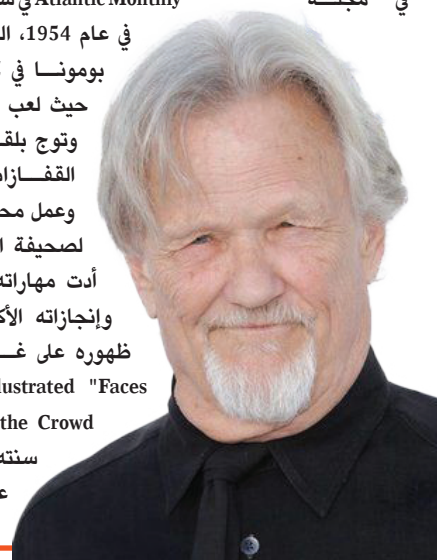
توفي الممثل والغني وكاتب الأغاني الريفي الشهير كريس كريستوفرسون، المعروف بأدائه في فيلم A Star is Born، والحاصل على جائزة غولدن غلوب، وذلك يوم السبت 28 سبتمبر عن عمر يناهز 88 عاماً، بحسب ما أعلنه المتحدث عن النجم الراحل، بالإضافة لبيان عائلته.

قال المتحدث باسم النجم إنه كان محاطاً بالعائلة عندما توفي "بسلام" في منزله في ماوي يوم السبت 28 سبتمبر. وقالت عائلته في بيان مشترك مع مجلة People: "بقلوب ثقيلة نشارك خبر وفاة الزوج، الوالد، والجدة، كريس كريستوفرسون، بسلام يوم السبت 28 سبتمبر في المنزل. نحن جميعاً محظوظون بوقتنا معه. شكراً لكم على حبكم له طوال هذه السنوات العديدة، وعندما ترون قوس قزح؛ فاعلموا أنه يبتسم لنا جميعاً".

وُلد النجم الراحل كريس كريستوفرسون في 22 يونيو عام 1936، في براونزفيل بولاية تكساس. بدأ حبه للموسيقى الريفي في سن مبكرة. كتب أغنيته الأولى "أكره وجهك القبيح" عندما كان يبلغ من العمر 11 عاماً فقط.

وفقاً لموقعه الرسمي على الإنترنت، نُشرت قصتان قصيرتان لكريستوفرسون - "Gone Are the Days" و "The Rock" - في مجلة Atlantic Monthly في سن 18 عاماً.

في عام 1954، التحق بكلية بومونا في كاليفورنيا، حيث لعب كرة القدم، وتوج بلقب ملاكم القفزات الذهبية، وعمل محرراً رياضياً لصحيفة الكلية. وقد أدت مهاراته الرياضية وإنجازاته الأكاديمية إلى ظهوره على غلاف مجلة Sports Illustrated "Faces in the Crowd" خلال سنته الأخيرة في عام 1958.



عمر هادي..

علم نفسه ذاتياً وأصبح ملحناً ومطرباً

حوار - كاظم بهية

عمر هادي.. بدأ حياته ملحناً وقدم العديد من الأعمال اللحنية في بداية رحلته الفنية، حيث قال: كانت بداياتي في برنامج (مثلث النجوم) الذي كان يقدم من خلال قناة الرشيد الفضائية في العام 2010، وفزت كأفضل ملحن من خلال تقديم أغنية (ياوسفه اطلعت بذات) كلمات صفاء الربيعي وفيما بعد اداها علي خليل، بعدها ظهرت لي اعمال على شكل كايدات منها .. وي غيري تخلص الليل و الف مبروك والباقي بحياتك وهنيالك وموال ولدي اشكك احبك و (اتعاملت مع مطربين كملحن مع صوت الارض ياس خضر في اغنية (أي دينيا)) وعبد فلك في 5 اعمال ابرزها اغنية (شتكل للناس لو سألوك عني) واغنيتين لعدنان بريسم واغنية يلفاركتني ديو مع عدنان بريسم وجلسة مع الشاعر مامون النطاح واديت

موالات مسلسل بيت الطين الجزء 4 قرابة 27 حلقة من كلمات الشاعر هيثم فالح . و عن كيفية اختياره لفن التلحين تحديدا قال هادي : في البداية كنت معجبا بأستاذي ومعلمي الاول الفنان محمد هادي، ومن ثم صرت معجبا بفن والحنان الفنان طالب القرغوسي واصبحت فيما بعد من محبي الفنانين الكبارين جعفر الخفاف ومحسن فرحان ، فكنت احفظ الحانها، ومن ثم اقوم بكتابة الاغاني والحنان من جديد غير الحانها السابقة ، فكنت عاشقا للتلحين وانا اؤمن بالاختصاص وبعدها بدأت كملحن وفيما بعد قمت بأداء الاغاني فاصبحت ملحناً ومطرباً .

وعن نظرته الى واقع الاغنية الشبابية اليوم وهل استطاعت ان تجد ارضيتها الخاصة بين طبقات المجتمع كافة قال : بعد العام 2003 ظهرت الاغنية العراقية (شبه ميتة) ، بسبب بعض الدخلاء على الاغنية ، من خلال بعض

امثال كاظم الساهر وماجد المهندس ومحمد عبد الجبارو كريم منصور وعبد فلك ، فبعد العام 2017 ، ظهر الملحن علي صابر في الساحة الغنائية، وقام بطرح الحان جميلة وحديثة بدون اسفاف وفيها جمل لحنية جميلة و اداء جيد، حتى انتشرت عربيا ، وانا ارى اليوم ان الاغنية متعافية جدا على مستوى العالم العربي .

وفي ختام الحوار كشف الفنان عمر هادي عن اعماله اللحنية المستقبلية، مشيراً الى انه قدم عملين مؤخرًا اغنية (أي دينيا) للفنان ياس خضر طرحت قبل رحيله ، والثانية (ياليل كالو يجي) محمد كرممان غناها المرحوم ياس خضر، ولكنها لم تظهر للنور حالياً، وبعد نجاح اغنية(اغيب ومايفكودني) والتي حققت نجاحا كبيرا على الوطن العربي استعد حالياً لأغنية جديدة من كلمات صفاء الربيعي.

