



طبعة العراق

الزمان - السنة الثالثة والعشرون العدد 6761 الأربعاء 28 من محرم 1442 هـ 16 من ايلول (سبتمبر) 2020م

Azzaman Arabic Daily Newspaper Vol/23.Issue 6761 Wednesday 16/9/2020

التعيينات الجديدة تدفع الصدر للتلويح بالتبرؤ شلع قلع وأحزاب تهدد بإسقاط الحكومة الكاظمي يطالب القوى السياسية بتقديم دليل على خضوعه للمحاصصة والبرلمان يرد بعدم دستورية الإجراءات

بغداد - عبد الحليط الموسوي

رئيس الوزراء المستقل عادل عبد المهدي، معرباً عن اعتقاده بأنها الجديدة التي اجراها رئيس الوزراء مصطفى الكاظمي في عدد من الهيئات المستقلة والمؤسسات المالية والأمنية، وإزادات حدة الرفض لتعمل إلى برجة التهديد بإسقاط الحكومة، فضلاً عن الكاظمي دعوة القوى السياسية إلى تقديم معلومات محددة) تحتفظت المحاصصة (الجزئية) التي اعتمدت إليها التعيينات، فأثاب خضوعه إلى آية تافرتا حزبية وقد جاءت أقوى ردود الأفعال من التيار الصدري، إذ دعا رئيس التيار مقتدى الصدر أعضاء كتلة السائرون للتعبئة إلى الحشد (فوق ولا الأتبرا منها من المبرع شلع قلع، وتحت صالح محمد العراقي المقرب من الصدر في السابق) وتنادى (أن لم تتحرك الحكومة والباسين والأهنا) وأضاف (أنهم خاب فخذن لها، ولن يبرهنوا أي شيء ولن تترك الأ لله) وبخلفن إلى القول إن (على الآوة في سائرون الصدري فوراً والأ ترائنا من الجميع شلع قطع)، إلى ذلك هدد النائب عن سائرون جواد الموسوي من أن تحالفة لن يقف مكتوف الأيدي وأن الإصر قد يصل إلى الإطاحة بحكومة الكاظمي، وقال في بيان (أنا نأسف على هذه الخطوة التي لم يغازر فيها رئيس الوزراء سريع المحاصصة وهذا تجاوز سياسة البراء العام كون كل الشخصيات الجديدة هي تابعة لأحزاب سياسية هدفها الحصول على مكاسب فائسة (هذه الخطوة ستجعل الكاظمي يواجه المصير ذاته الذي واجهه

نفسها سلام الشمري، رئيس الوزراء بسحب قائمة التعيينات الجديدة. وقال في بيان إن (القائمة التي صدرت تعبير حقيقي عن المحاصصة المقيحة وتناقض مواقف رئيس الوزراء بالقوف ضد المحاصصة الطائفية الممتنة) ضيفاً (هتلة سائرون لن تقف مكتوفة الأيدي بل سيكون لها موقف صارم، وتدعم بقوة من يعمل به) وشدداً على (ضرورة إبعاد العراق عن هذا النظام المقتد والعمل على اسس من المهنية والكفاءة دون النظر لأي شخصية على اسس المحاصصة).

بوره حذر النائب عن سائرون ايضاً جواد حمدان الساعدي من انهيار النظام السياسي. وكتب في تغريدة على تويتر (قلت واكرر أن انهيار النظام السياسي في العراق بات يهدد توقع النائب محمد الكربولي والفشل وقال إن مسؤولية ذلك وجود (تخطيط واضح، غياب رؤية، عدم وجود تخطيط، غياب الدولة، وتكهنات) الآلية الاقتصادية، العمل غير المنهج، جيل جديد لم يتقن نظم البعثة، وجوع الحصار، النخب للمحاصصة والتخبين بالوكالة من رماذ بالعيون والاكفاح بها يعني أن التعيينات امر دبر تحت الطاولة داعياً أياها إلى دعوة الكاظمي لحزبنا، كثره العملاء، غياب حب الوطن، وغيرها كثيرين، ودعاً

في تغريدة على تويتر رصدتها (الزمان) اسس ان الحكومة كان يراد منها إجراء انتخابات مبكرة بعد ان تعيد هبة الدولة، خارجياً ودخلياً وتفرض القانون، ولكن الذي جرى، حكومة مستشارين فقلنا ان ينالوا فقة البرلمان في الكابينة الوزارية، ولكن وجودهم جوهري بالحكومة، وخاطب فحان كئلة (الصافوق) النامية، عذنان فحان، رأى ان الممارات الراضية كئلة الأساسية مشابلاً (قل هناك جدية يرفض المحاصصة والتعيين بالوكالة: اصروا على الكاظمي حتى يرسل تعييناته إلى البرلمان ليستنهي زمن الإدارة بالوكالة)، متحذراً من (البيانات الراضية من زعماء البعيون والاكفاح بها يعني امر دبر تحت الطاولة)، وتوج

البرلمان الرفض بنويجه الفجة القانونية النيابية كتاباً رسمياً لنفسها، أو من المختصين في مجالات معينة، مع الأخذ في الحسبان عامل النزاهة والخبرة، ان الأوامر الخاصة بتعيينات الحزبات الخاصة مخالفة للدستور حيث تخصص صلاحيات التوصية للبرلمان في هذه المناصب لمجلس الوزراء وليس لرئيس الوزراء) المحترق، وسمع صوت سيارات الدفاع المدني، الذي أعلن بدوره السيطرة على الحريق بعد ساعات من اندلاع، وتكررت معلومات أن المبني يعود لشركة ايشي للابسة، ومن تصميم المهندس العراقية الراحلة زما حديد، ويعتبر من آخر تصميماتها. وعلم أن ميزانية تصميم المشروع الذي لم تنته أعمال البناء، فيه بعد، تصل إلى 40 مليون دولار أميركي. هذا وتوقف بعض المشطاء حول خلفية هذا الحريق محلين الطبقة السياسية الحاكمة السعودية، لاسيما أنه لم يمر أسبوع على اندلاع حريق في مرفأ بيروت، وكان وقوع الانفجار الذي في العاصمة وجرحها إلى مدينة مكتوبة، في 4 آب الماضي

حريق كبير يلتهم مبنى زها حديد البيروتي



بيروت - محسن حسين
اندلع، صباح الثلاثاء، حريق كبير داخل أحد المصعات التجارية في وسط العاصمة اللبنانية بيروت، من دون أن تعرف الأسباب، وتداول نشطاء فيديو للمبني المحترق، وسمع صوت سيارات الدفاع المدني، الذي أعلن بدوره السيطرة على الحريق بعد ساعات من اندلاع، وتكررت معلومات أن المبني يعود لشركة ايشي للابسة، ومن تصميم المهندس العراقية الراحلة زما حديد، ويعتبر من آخر تصميماتها. وعلم أن ميزانية تصميم المشروع الذي لم تنته أعمال البناء، فيه بعد، تصل إلى 40 مليون دولار أميركي. هذا وتوقف بعض المشطاء حول خلفية هذا الحريق محلين الطبقة السياسية الحاكمة السعودية، لاسيما أنه لم يمر أسبوع على اندلاع حريق في مرفأ بيروت، وكان وقوع الانفجار الذي في العاصمة وجرحها إلى مدينة مكتوبة، في 4 آب الماضي

واشنطن : سمنع طهران من حيازة أسلحة روسية وصينية

ترامب يهدد برد أقوى ألف مرة على أي هجوم إيراني

واشنطن - ا ف ب: حذّر الرئيس الأمريكي دونالد ترامب مساء الإثنين إيران من شن أي هجوم على الولايات المتحدة، متوعداً بأن الرد الأمريكي سيكون أقوى ألف مرة، وذلك بعد تقارير إعلامية أفادت بأن طهران خططت لغتصاب سفيرة أمريكية في طهران من الجنرال قاسم سليماني. وتكرم موقع بوليتيكنو الإخباري الأمريكي نقلاً عن مسؤولين أمريكيين لم يكشف عن هويتهم قولها إن الأجهزة الاستخباراتية سبقوا الحكومة الإيرانية تخطيط لغتصاب سفيرة الولايات المتحدة في جنوب أفريقيا لانا ماركس القريبة من ترامب

قبل الانتخابات الرئاسية في تشرين الثاني وقال الموقع إن هذه الخطة اكتشفتها واشنطن في الربيع وأصبحت معاً معها الوضع في الأسابيع الأخيرة، مشيراً إلى أن طهران أنشأت خططاً لغتصاب السفيرة ماركس انتقاماً لمقتل قائد فيلق القدس في الحرس الثوري الإيراني الجنرال قاسم سليماني، وقال ترامب في تغريدة على تويتر حسب تقارير صحافية، قد تكون إيران تخطط لإحتلال أو هجوم آخر ضد الولايات المتحدة ردا على قتل الزعيم الإيراني سليماني، وأضاف أن أي هجوم من جانب إيران، آياً يكن شكله، ضد

وزير الخارجية الأمريكية مايك بومبيو التعليل على التهديد الذي وجهه لانا ماركس، لكنه قال لسياسة كوكس نيوز الأتئين إن جمهورية إيران الإسلامية هي الدولة الأولى الساعمة للإرهاب في العالم. واشرح في جهود اغتيال في جميع أنحاء العالم، وأضاف أن الإيرانيين اغتالوا أشخاصاً في أوروبا وفي أجزاء أخرى من العالم، ونحن نأخذ هذه المزاعم على محمل الجد. وتابع بومبيو نقول لولا جمهورية إيران الإسلامية إن هذا النوع من النشاطات - مهاجمة أي أمريكي في أي مكان وفي أي وقت،

سواء كان دبلوماسياً أمريكياً أو سفيراً أو عسكرياً غير مقبول إطلاقاً، مؤكداً ستفعل كل ما بوسعنا لحماية كل مسؤول في وزارة الخارجية.

في غضون ذلك أكد وزير الخارجية الأمريكي مايك بومبيو، الثلاثاء، أن الولايات المتحدة ستمنع إيران من حيازة أسلحة روسية وصينية، في الوقت الذي تنتهي فيه صلاحية حظر دولي للأسلحة على إيران في 18 تشرين الأول المقبل. وقال بومبيو لإذاعة فرانس إنتر، إنه لم يتم القيام بأي شيء خلال الأنت لتمكن من تدمير هذا الحظر، بالتالي تحملت

هنا النجف ومن هم الملموم؟



رنا عبد الحليم صميدع الزبيدي

النجف
الزمان) اسس انه وجّه بإجراء سلسلة من التغييرات الضرورية في بعض المواقع الإدارية الهامة في مؤسسات الدولة، متحذراً من (هذه الخطوة واجهت ردود فعل مختلفة، بعضها من القوى السياسية التي أعلنت رفضها المحاصصة بكل اشكالها، والتي تمثل بلا شك انعكاساً لوقف شعبي ثابت من بناء الدولة)، موضحاً أن (هذه التغييرات الضرورية جاءت منسجمة مع سياق إداري وقانوني فرضته نهاية الندا القانونية الرسمية لبعض المسؤولين بل وتجاوز ذلك الحد عن سقوطها لند طويلة)، مؤكداً إن (الإجراء لم يات لإحداث تغييرات كدفية في المؤسسات)، وأضاف انه (على هذا الأساس تم اختيار معظم الأسماء المطروحة من داخل المؤسسات المختصة في أو من المختصين في مجالات معينة، مع الأخذ في الحسبان عامل النزاهة والخبرة، وضمان التوازن الوطني)، مذكراً إن (مواقف بعض الكتل السياسية من موضوع المحاصصة يحد من اقتدرن معلومات محددة بشأن هذه المحاصصة المزعومة وسوف نتعامل مع هذه المعلومات بحذورة ونتحقق منها ضمن المناقشات العمول بها)، متسائلاً (ومن ثم، فضلاً عن كسات القوى السياسية قد أعلنت رافطها من هذه التغييرات وقد فعلت لم تتدخل فيها ولم تؤثر فيها، فكيف نتهم بأن التغييرات اعتمدت على المحاصصة الحزبية؟) وتمنى الكاظمي (على الجميع، التعاطي مع الحقائق من واقع المسؤولية الوطنية وسباقات النبوة، واهم مصاديقها أن التغييرات التي اشهار تمت من خلال المسار الطبيعي والضروري لتنشيط عمل الدولة وتفعيل دورها لخدمة تطاعات شعبنا وتنفيذ مطالبه، ولم تخضع لأليات المحاصصة الحزبية. (تفاصيل ص 2)

الزمان) اسس ان الحكومة كان يراد منها إجراء انتخابات مبكرة بعد ان تعيد هبة الدولة، خارجياً ودخلياً وتفرض القانون، ولكن الذي جرى، حكومة مستشارين فقلنا ان ينالوا فقة البرلمان في الكابينة الوزارية، ولكن وجودهم جوهري بالحكومة، وخاطب فحان كئلة (الصافوق) النامية، عذنان فحان، رأى ان الممارات الراضية كئلة الأساسية مشابلاً (قل هناك جدية يرفض المحاصصة والتعيين بالوكالة: اصروا على الكاظمي حتى يرسل تعييناته إلى البرلمان ليستنهي زمن الإدارة بالوكالة)، متحذراً من (البيانات الراضية من زعماء البعيون والاكفاح بها يعني امر دبر تحت الطاولة)، وتوج

في تغريدة على تويتر رصدتها (الزمان) اسس ان الحكومة كان يراد منها إجراء انتخابات مبكرة بعد ان تعيد هبة الدولة، خارجياً ودخلياً وتفرض القانون، ولكن الذي جرى، حكومة مستشارين فقلنا ان ينالوا فقة البرلمان في الكابينة الوزارية، ولكن وجودهم جوهري بالحكومة، وخاطب فحان كئلة (الصافوق) النامية، عذنان فحان، رأى ان الممارات الراضية كئلة الأساسية مشابلاً (قل هناك جدية يرفض المحاصصة والتعيين بالوكالة: اصروا على الكاظمي حتى يرسل تعييناته إلى البرلمان ليستنهي زمن الإدارة بالوكالة)، متحذراً من (البيانات الراضية من زعماء البعيون والاكفاح بها يعني امر دبر تحت الطاولة)، وتوج

البرلمان الرفض بنويجه الفجة القانونية النيابية كتاباً رسمياً لنفسها، أو من المختصين في مجالات معينة، مع الأخذ في الحسبان عامل النزاهة والخبرة، ان الأوامر الخاصة بتعيينات الحزبات الخاصة مخالفة للدستور حيث تخصص صلاحيات التوصية للبرلمان في هذه المناصب لمجلس الوزراء وليس لرئيس الوزراء) المحترق، وسمع صوت سيارات الدفاع المدني، الذي أعلن بدوره السيطرة على الحريق بعد ساعات من اندلاع، وتكررت معلومات أن المبني يعود لشركة ايشي للابسة، ومن تصميم المهندس العراقية الراحلة زما حديد، ويعتبر من آخر تصميماتها. وعلم أن ميزانية تصميم المشروع الذي لم تنته أعمال البناء، فيه بعد، تصل إلى 40 مليون دولار أميركي. هذا وتوقف بعض المشطاء حول خلفية هذا الحريق محلين الطبقة السياسية الحاكمة السعودية، لاسيما أنه لم يمر أسبوع على اندلاع حريق في مرفأ بيروت، وكان وقوع الانفجار الذي في العاصمة وجرحها إلى مدينة مكتوبة، في 4 آب الماضي

أثار نفيسة في قبضة الشرطة الاتحادية إحباط إستهداف سوق شعبي في بعقوبة

بغداد - قصي منذر
سحلت وزارة الصحة والسنة و4224 اصابة جديدة بكورونا مغالب 4214 حالة شفاء - وقالت الوزارة في الوبقت الوبائي الومي اسس ان عدد الوفيات بلغ 80 حالة ونسبة الشفاء 78.1 بالمئة، وللمرة الأولى تتفارب اعداد الاصابات والشفاء منذ بدء أزمة كورونا في آذار الماضي، وتؤكد فرق كورونفا في آذار الماضي، ونفذت فرق البليات الثاني زيارة ميدانية للتحال التجارية والأسواق العامة في منطقة (العمراني والشماعة) ضمن الرقعة الجغرافية للشماعة، وقال بيان لثقته (الزمان) اسس انه (خلال الحملة تم التأكيد من مدى التزام أصحاب المحال التجارية بالتعليمات الصحية في إطار الإجراءات الاحترازية للوقاية من فيروس كورونا فضلاً عن الكشف على المواد الغذائية لتأكد من صلاحيتها وتخزينها بشكل مناسب مشيرة على أصحاب المحلات الحفاظ على التباعد الجسدي بين المواطنين أثناء عملية التسوق، وتجنب التجمعات، وإرتداء الكمامة والتعقيم والقيام بأعمال التعقيم بصورة مستمرة ونظافة محلاتهم بواقع

خلال معلومات استخباراتية دقيقة وتنفيذ امر ترح وتفتيش بحق المتهم في محل إقامته جنوب بغداد بحضور غازر من شعبة استخبارات الشهوران وحدة سبائية وشعبية تحقيق شمال الرصافة، وتم تسليمه المخطوف وإرسال الصور إلى أهله لغرض استزاهم بالمال، فيما تم تحرير المخطوف وتسليمه للخاطفين اصولي إلى الجهات المختصة، وفي صولة أعلنت قيادة الشرطة عن إلقاء القبض على شخصين من الجالية العراقية الختلفة شخصاً وعميداً لغرض الأتزان، وتكرت القيادة في بيان اسس انه (نويجه من قبل قائد شرطة كربلاء والمنشآت اللواء أحمد على زويبي تمكن قسم شرطة النجدة من إلقاء القبض على شخصين من دولة بنغلادش بعد قيامهم بخطف شخص آخر من نفس الدولة (تعدديه)، وأضافت ان (أوروبا) الأولى الفرقة الأولى شرطة اتحادية النجدة وخلال الجوال في منطقة حي المدينة تمكنت من ملاحقة شخص طالبا خدعة وتخبين بانه شخصاً لبناني الجنسية حيث ارعى بيان صديقه من نفس الجنسية مخلوف من قسب الأسد الأنتصاص البغدادية (إيضاً) وأوصحت انه (بعد الاستدلال على مكان الخطف تم

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).



دونالد ترامب

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

سواء كان دبلوماسياً أمريكياً أو سفيراً أو عسكرياً غير مقبول إطلاقاً، مؤكداً ستفعل كل ما بوسعنا لحماية كل مسؤول في وزارة الخارجية.

في غضون ذلك أكد وزير الخارجية الأمريكي مايك بومبيو، الثلاثاء، أن الولايات المتحدة ستمنع إيران من حيازة أسلحة روسية وصينية، في الوقت الذي تنتهي فيه صلاحية حظر دولي للأسلحة على إيران في 18 تشرين الأول المقبل. وقال بومبيو لإذاعة فرانس إنتر، إنه لم يتم القيام بأي شيء خلال الأنت لتمكن من تدمير هذا الحظر، بالتالي تحملت

وزير الخارجية الأمريكية مايك بومبيو التعليل على التهديد الذي وجهه لانا ماركس، لكنه قال لسياسة كوكس نيوز الأتئين إن جمهورية إيران الإسلامية هي الدولة الأولى الساعمة للإرهاب في العالم. واشرح في جهود اغتيال في جميع أنحاء العالم، وأضاف أن الإيرانيين اغتالوا أشخاصاً في أوروبا وفي أجزاء أخرى من العالم، ونحن نأخذ هذه المزاعم على محمل الجد. وتابع بومبيو نقول لولا جمهورية إيران الإسلامية إن هذا النوع من النشاطات - مهاجمة أي أمريكي في أي مكان وفي أي وقت،

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاقبة بالامن والتركيي بشؤون الأوت الإيراني، وأعدت في أعقاب طهران، خاصة على خلفية دعمها للإرهاب.

إعلان جهاز مكافحة الإرهاب عن مواطنين في سوق شعبي في قضاء بعقوبة، وقال بيان اسس انه (من خلال عملية استباقية نفذت قبل التفجير بدقائق تم من خلالها اعتقال الإرهابي الذي يحمل بحوزته عمود ناسفة).

من جانب آخر وفي إطار الدعم الذي يوليه وزير الداخلية عثمان الغانمي بملحقة العاق

رجال يحيل عدداً من مهندسي الشباب إلى النزاهة



بغداد- الزمان
وجه وزير الشباب والرياضة عدنان بإحالة عدد من مهندسي الوزارة إلى هيئة النزاهة بسبب تهم الفساد.
وقال مصدر بوزارة الشباب والرياضة في حديث صحفي إن عدداً من مهندسي الدائرة الهندسية في وزارة الشباب والرياضة شابت حولهم شبهات فساد خلال تسلمهم عدداً من المشاريع التابعة للوزارة.
وأوضح المصدر الذي طلب عدم الكشف عن اسمه، أن وزير الشباب والرياضة عدنان درجال، تابع الأمر بنفسه وقرر إحالتهم إلى هيئة النزاهة بتهم الفساد.

ناطق: القيثارة عوقبت بخطأ وحيد والحظ تخلى عنا

الأهلي السعودي يخطف فوزاً قاتلاً من الشرطة بأبطال آسيا



بغداد- الزمان
خطف الأهلي السعودي فوزاً متاخراً على حساب الشرطة العراقية بهدف دون رد، في المباراة التي أقيمت في الجولة الثالثة من دور المجموعات في بطولة كأس الخليج لكرة القدم، التي أقيمت في العاصمة القطرية الدوحة. أحرز هدف المباراة الوحيد ماركو مارين في الدقيقة 87 من زمن المباراة، ليرفع الأهلي رصيده إلى 6 نقاط في الصدارة ويضمن التأهل رسمياً إلى دور الـ 16 فيما توقف رصيد الشرطة عند نقطة واحدة في المركز الثالث.

شوط شرطاوي
دخل الشرطة المباراة برغبة الفوز وتحقيق ثلاث نقاط تمنحها الأفضلية بالمناقشة على بطاقة التامل للطور الثاني واتضح خطورة الشرطة برأسية للمدافع كراي عامر في الدقيقة السادسة، من كرة ركنية تعلق في إبعادها الحارس محمد العويس لتضيق فرصة خطيرة على الشرطة، وحاول مازن فياض من تسديدة لكنها افضلية الشرطة كانت تفتقد لحيوية

شوط شرطاوي
عقد مدافع الشرطة علاء مهاوي مهمة فريقه في المباراة بعد تلقيه البطاقة الصفراء الثانية في الدقيقة الأخيرة من الشوط الأول، وبعدها انتهى الشوط الأول بالتعادل السلبي.

الشوط الثاني
في بداية الشوط الثاني زج مدرب الشرطة عبد الغني شهد بالظهير الأيمن خضر علي بدلا من أحمد جلال لتعويض طرد مهاوي، حيث واصل الشرطة ضغطه.

ومن ركنية في الدقيقة 57 ردت عارضة الأهلي رأسية سعد ناطق بعد أن نفذ على فائز الركنية انبرى لها ناطق لكن

كرته اصطلت بالعارضة وعادت لكرار عامر لكن المدافع شنتها من بين اقدامه.

حصل فريق الشرطة على عدد من الركنيات لم تستثمر رغم خطورتها وحاول المدرب تغيير واقع النتيجة من خلال إجراء التغييرات.

ودفع مدرب الأهلي بيوسف الحربي بدلا من محمد المجهد وعبد الرحمن غريب بدلا من سلمان المؤشر فيما اشترك مدرب الشرطة محمد شوكان بدلا من مروان حسين وحسن عاشور بدلا من محمد مزهر.

هدف قاتل
خطف الأهلي السعودي هدفاً قاتلاً في الدقيقة 87 عبر المحترف ماركو مارين الذي استغل الكرة التي وصلت من البديل عبد الرحمن الذي تجاوز المدافع خضر علي لتصل إلى ماركو مارين الذي وضعها داخل الشباك.

وكان ناطق هدف قاتل للفريق قدم مباراة كبيرة ضد الأهلي السعودي في الجولة الثالثة من دور المجموعات لدوري أبطال

الزمان
بعد توقف قسري دام لأكثر من خمسة أشهر بسبب جائحة كورونا ، تعود الحركة الرياضية في فعاليات التايكواندو من خلال انطلاق تدريبات

المنتخب الوطني الذي
يستعد لاستحقاقات مهمة أبرزها البطولة الآسيوية والتصفيات الأولمبية ، وحددت رئاسة الاتحاد المركزي للعبة مطلع الاسبوع المقبل موعدا لمعاودة

التدريبات للمنتخب الوطني وفق ضوابط الاحترام الصحي وتعليمات خلية الأزمة الصحية.

وقال رئيس الاتحاد العراقي للتايكواندو ابراهيم السهالي ان التدريبات ستكون تحضيرية لبطولة تونس الدولية يعقبها معسكراً تدريبياً في القاهرة قبيل التوجه للمشاركة ببطولة اسيا مروراً بتصفيات طوكيو الأولمبية، ولم تحدد مواعيد دقيقة لبطولتي اسيا والتصفيات الأولمبية بسبب متغيرات الوضع الصحي في العالم.

يذكر ان خلية الأزمة الصحية في العراق سمحت لعودة النشاطات الرياضية الجماعية تحت قواعد الالتزام بالتباعد الاجتماعي ومستلزمات الحماية من الفايروس

القاتل .

الزمان
بغداد- الزمان
بعد توقف قسري دام لأكثر من خمسة أشهر بسبب جائحة كورونا ، تعود الحركة الرياضية في فعاليات التايكواندو من خلال انطلاق تدريبات

جانب من منافسات بطولة التايكواندو

نيمار يُصدر بياناً عن أزمة العنصرية بعد مواجهة كلاسيكو فرنسا

نفس الحالة، والأضرار الناجمة عن المواجهة يمكن أن تكون مدمرة لكلا الجانبين، وسواء كنت اسوداً أو أبيضاً لا أريد الانخراط في المواجهة، ويجب ألا نخلط المواضيع .
وإذ: نحن لا نختر لنون بشرتنا، وأمام الله كلنا متساوون، وخسرت بالأسس في المباراة وافتقرت إلى الحكمة، وتحاول فعل عنصري لن العنصرية هو واجبتنا حتى يدافع الأقل حظاً عن حقوقه، وأتم: سنلتقي مرة أخرى وطريقي سيكون لعب كرة القدم، أبق في سلام، أنت تعرف ما قلته، وأنا أعرف ما فعلته، والمزيد من الحب للعالم.

ان تجاهل ذلك: لا أعرف، واليوم ويرأس هادئ أقول نعم، ولكن خلال المباراة طلبت أنا وزملائي في الفريق المساعدة من الحكام وتم تجاهلنا، وهذه هي النقطة، فحنن الذين نشترك في الترفيه نحتاج إلى التفكير .
استكمل: لقد قبلت عقابي لأنه كان يجب أن أتبع طريق كرة القدم النظيفة، وأمل من ناحية أخرى أن يُعاقب الجاني، والعنصرية موجودة وعلينا إبقاؤها، وكان الرجل أحقاً وأنا أيضاً تصرفت مثل الأحمق بتورطي معه في ذلك .
ونوه: لا يزال لدي امتياز إبقاء رأسي مرفوعاً اليوم، لكن علينا جميعاً أن نعرف أن ليس كل السود والبيض في

رقبياً . وتابع: أنا أفهم هذا الرجل، فكل هذا جزء من اللعبة، لكن العنصرية مسمومة، وفي رياضتنا الدوائية والإهانات والشتمات جزء من اللعبة، ولا يمكن أن يكون ذلك .
وأردف: بالأساس أردت من المسؤولين عن المباراة الحكام والمساعدين، أن يتخذوا موقفاً محايداً وأن يفهموا أنه لم يكن هناك موقف متحيز، وأفكر بكل ما حدث، وبحزني شعور الكراهية الذي ظهر في خضم اللحظة .
وأوضح: هل كان يجب

أردت أن أجيب كالعادة بلعب كرة القدم، والحقائق أظهرت أنني لم أنجح وكنت سان جيرمان الفرنسي، بياناً رسمياً ، للرد على واقعة العنصرية التي تعرض لها خلال مواجهة الكلاسيكو ضد مارسييا .
ونال نيمار بطاقة حمراء في مباراة الكلاسيكو، مؤكداً أنه اعتدى على الفارو جونزاليس مدافع مارسييا، لأن الأخير وجه له إساءات عنصرية .
وقال نيمار، خلال بيان نشره على حسابه الشخصي علي إنستجرام: بالأساس كنت مسمئراً، وعوقبت بالبطاقة الحمراء لأنني أردت ضرب شخص أساء لي، واعتقدت أنني لا أستطيع مغادرة الملعب دون القيام بشيء، لأنني اردت أن المسؤولين لن يفعلوا اي شيء، ولم يلاحظوا أو تجاهلوا الحقيقة .
وأضاف: خلال المباراة

الزمان
بغداد- الزمان
اعلنت لجنة الصالات والشاطئية في الهيئة التطبيعية عقد المؤتمر الفني لنادية الدوري الممتاز لكرة الصالات للموسم 2020-2021 يوم الأربعاء المقبل، عند الساعة الثانية عشرة ظهراً في مقر الاتحاد، من أجل تحديد موعد والية لانطلاق الدوري .
وقال رئيس لجنة الصالات والشاطئية، ضحى رحيم تم الاتفاق على عقد المؤتمر الفني مع ممثلي اندية الدوري الممتاز لكرة الصالات يوم الأربعاء المقبل، لشرح ما في اجندتنا من نقاط عدة، اهمها تحديد انطلاق المسابقة، فضلا عن الآلية التي ستعرب بها الفرق، كون هذا الموسم يعد استثنائياً لما يمر به البلد من ظروف صعبة بسبب جائحة كورونا، وبالتالي يتطلب من الجميع أن يتعاون لنجاح منافسات الدوري بالشكل السليم .
وفي السياق نفسه، طلبت اللجنة من اندية كرة الشاطئية الراغبة

بالمشاركة في دوري 2020-2021 الذي حدد له منتصف شهر تشرين الثاني المقبل موعداً لإطلاقه، ان تكون على علم بمسود بداية المسابقة التي ستكون مختلفة عن المواسم السابقة.



احدى منافسات كرة الصالات

بالمشاركة في دوري 2020-2021 الذي حدد له منتصف شهر تشرين الثاني المقبل موعداً لإطلاقه، ان تكون على علم بمسود بداية المسابقة التي ستكون مختلفة عن المواسم السابقة.



احدى منافسات كرة الصالات

بالمشاركة في دوري 2020-2021 الذي حدد له منتصف شهر تشرين الثاني المقبل موعداً لإطلاقه، ان تكون على علم بمسود بداية المسابقة التي ستكون مختلفة عن المواسم السابقة.



احدى منافسات كرة الصالات

بالمشاركة في دوري 2020-2021 الذي حدد له منتصف شهر تشرين الثاني المقبل موعداً لإطلاقه، ان تكون على علم بمسود بداية المسابقة التي ستكون مختلفة عن المواسم السابقة.



احدى منافسات كرة الصالات

بالمشاركة في دوري 2020-2021 الذي حدد له منتصف شهر تشرين الثاني المقبل موعداً لإطلاقه، ان تكون على علم بمسود بداية المسابقة التي ستكون مختلفة عن المواسم السابقة.



احدى منافسات كرة الصالات

نتيجة مخيبة

النتيجة التي خرج بها فريق نادي الشرطة من مباراته ببطولة دوري أبطال اسيا ضد فريق نادي الأهلي السعودي أبرزت امرا طالما بينته المباريات الآسيوية من جانب قلة خبرة اللاعب العراقي ، وعدم قدرته فحاجية المباريات من هذا العيار مع الأخذ بنظر الاعتبار ان اللاعب العراقي قادر على صنع الفارق في اي لحظة من لحظات المباراة .

لم يكن فريق الأهلي السعودي بتلك الفاعلية التي تحوله الخروج بنقاط المباراة الثلاثة لكن قلة الخبرة من جانب اللاعب العراقي والتي جعلت من الشرطة يلعب منذ الدقيقة الأخيرة من أحداث الشوط الأول متوقفا عديدا مما جعله يكشش في منطلقة مع العلم انه شن هجوما ضاعفا طيلة أحداث الشوط الثاني لكن تائق الحارس السعودي الى جانب افتقاره الفريق العراقي للحظ مكنت الجانب المقابل من استثمار فرصة وحيدة وسط ذمول دفاعي وغياب الفاعلية المطلوبة ليحقق المأمول ويخرج بالثلاث نقاط الثمينة .

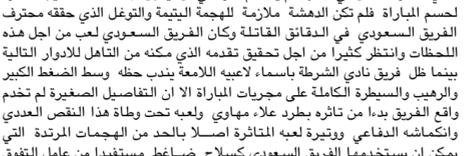
في هذا الخصوص هل يمكن ان تلوم المدرب عبد الغني شهد من جانب عدم استفادته من أوراقه التكتيكية بالرغم من انه استعان بأكثر من لاعب وعزز المناطق الدفاعية لكن في المقابل عاب عن خطة اللعب للاعب الوسط الفعال الذي يسهم بالجزئيات الصغيرة او التفاصيل البسيطة التي تمكن من تحقيق الفارق المطلوب فبمرت من جانب الوسط فقدان الكرة بالسهولة وتعريض الفريق ككل من الهجمات المرتدة فضلا عن عدم استفادة الفريق العراقي من ميزة الكرات الثابتة وتوظيفها بالشكل المناسب في صالح ابراز الخبرة المطلوبة مع هذه الكرات مع العلم ان الفريق اعتمد في هذا الجانب على لاعب وحيد هو علي فائز مع العلم ان الفريق يضم بين صفوفه عوامل مختلفة من الخبرة والاندفاع والشباب والاسماء الشابة التي تبرز في هذه المباريات .

ومع العلم ان شهد تعامل بكل الجدية في أحداث المباراة ورغم توجيهاته التي طالب مرارا بعدم الانكماش الذي يمكن الفريق الخضم من استثمار الهفوات التي يمكن ان تحدث نتيجة هذا الامر وضرورة مواصلة الضغط الذي برز من جانب فريق نادي الشرطة لكن في المقابل لم يحسم امره في ان يكون لهذا الضغط نتيجة مثمرة لحسم المباراة فلم تكن الدهشة ملازمة للهمة اليتيمة والتوغل الذي حققه محترف الفريق السعودي في الدقائق القاتلة وكان الفريق السعودي لعب من أجل هذه اللحظات وانتظر كثيرا من أجل تحقيق تقدمه الذي مكّنه من التأهل للدور التالية بينما ظل فريق نادي الشرطة باسماء لاعبيه اللمعة يتذبذب حظه وسط الضغط الكبير والرهيب والسيطرة الكاملة على مجريات المباراة الا ان التفاصيل الصغيرة لم تخدم واقع المباراة بدءاً من تأثره بطرد علاء مهاوي ولعبه تحت وطأة هذا النقص العددي وانكماشه الدفاعي وتوتره لعبه المتأثرة اصلا بالحد من الهجمات المرتدة التي يمكن ان يستخدمها الفريق السعودي كسلاح ضاغظ مستفيدا من عامل التفوق العددي .

عبارة هذه المباراة لا يمكن ان تمر مرور الكرام ولو اخذنا في الحسبان فرضية ان الفريق السعودي قد لعب متأثرا بنقص عددي فان الفريق العراقي كان سيخرج بحصيلة وافرة من الأهداف لكن الزفرة والضغط النفسي الذي بدا على لاعبينا اثر كثيرا في ان يلعبوا بهدوء، وضبط النفس والابتعاد عن مؤثرات يمكن ان تسهم بشكل وبإختر في العودة لجريبات المباراة والتي خرجت رويدا رويدا من جانب الفريق الشرطاوي مع تقدم المباراة بدقائقها الحاسمة .

علينا ان ن نستنتج الدروس من هذه المباراة او من غيرها من الاستحقاقات الآسيوية فما قدمه الفريق الشرطاوي في هذه المباراة جدير بالاعتزاز نظرا لتائق لاعبيه من النجوم رغم ان مدافعي الفريق واسهامهم الكبير يكبح جماح مهاجمي الفريق السعودي الا ان الهدف الوحيد جاء نتيجة تراخي كبير في هذا الجانب دفع شمه اولاً اللاعب سعد ناطق الذي تائق كثيرا وكان سيسهم باختياره نجما للمباراة لو رأسيته التي سددها للمرمى السعودي لاستم المعارضة حيث كانت قريبة جدا من ترجيح كفتنا واستخواننا على النقاط الثمينة التي بدا الشرطة العراقي باسم الحاجة لها .

سامر الياس سعيد



شجار: نيمار يخوض شجاراً بسبب الفاظ عنصرية



احدى منافسات كرة الصالات

شركة تكشف عن هاتف ذكي بشاشتين

□ سيول - وكالات - كشفت شركة إل جي الكورية الجنوبية النقاب عن هاتف ذكي بشاشة كبيرة دوارة تحتها شاشة ثانية أصغر حجماً ويمكن للشاشة الصغيرة للهاتف وينغ أن تعمل بشكل مستقل عن الشاشة الأخرى أثناء مشاهدة فيلم، على سبيل المثال، ويمكن أن تكملها لتصبح وحدة تحكم بالألعاب والوسائط وتعد تشغيل بعض هذه الوظائف على متصفحات يتم تحميلها مسبقاً واعتبر أحد الخبراء أن التصميم الجديد يطرح تغييراً جذرياً في شكل الهواتف الذكية وقال بن وود، من شركة سي سي أس إنسانيت الاستشارية، من الصعب تقييمه دون استخدامه، مشيراً إلى أنه لا يشبه أي من الشاشات القابلة للطي، وهي التصميمات التي ركز عليها العديد من منافسي إل جي مؤخراً. وأضاف: علينا أن نشيد بشركة إل جي والتجربة التي خاضتها. وفي النهاية، سيكون الأمر متروكاً للمستهلكين ليقرروا ما إذا كان هذا الأسلوب ناجحاً. ويحتوي الجهاز، الذي يعمل على شبكة 5 ج، على ثلاث كاميرات في الخلف وقالت إل جي (إن هاتف وينغ سي طرح مبدئياً في كوريا الجنوبية الشهر المقبل). وأضافت أن (الجهاز سيكون متاحاً بعدما في أمريكا الشمالية وأوروبا، ولكن لم يتم الكشف عن سعر الهاتف بعد). واتخذت الشركة بعض الخطوات لتقليل الأضرار المحتملة لوجود قطع متحركة في الجهاز. وتم تجهيز مفصلة الشاشة الدوارة بمصنص صدمات، كما طلي الجزء الخلفي من الشاشة الرئيسية بغطاء من خدش الشاشة.

نجوم برودواي يواجهون الخيارات الصعبة



□ نيويورك (أ ف ب) - يبدو أن ساعة الخيارات المؤجلة قد دفت بالنسبة إلى نجوم برودواي الذين شاركوا في أهم المسرحيات الغنائية والموسيقية، في ظل الاختناق الذي يعانيه القطاع بسبب جائحة كوفيد-19. فكل القطاعات الثقافية، أقل حيوية المسرح الشهير أبواه عندما أصبحت نيويورك البؤرة الأمريكية لتفشي فيروس كورونا المستجد في الربيع. وكان ديريك ديفيس يستعد لتجسيد شخصية مارتن لوثر كينغ ضمن أي هاف إيه دريم، هو الذي سبق أن تولى أدواراً مهمة في ذي ليون كينغ وكان أول فنان أسود يؤدي شخصية الشبح خلال جولة محلية لفنانين أوف ذا أوبرا، ولكن، فجأة، وجد نفسه عاطلاً من العمل. وقال هذا المغني البالغ 41 عاماً على مدى الأسابيع التي كانت تمر، بدأ الانتعاش يسيطر علي، فالمال بدأ ينضب.

وفي كل مرة كانت إعادة فتح المسارح تُوَجَّل، كان ديفيس يفكر في العودة إلى مهنته السابقة كوسيط عقاري، علماً أن ممثلي نيويورك يراهنون الآن على عودة النشاط في صيف 2021. وأضاف لا يمكنني أن أبقى من دون أن أعمل شيئاً، وأن أعيش على الأمل، مشيراً إلى أن كثراً من أصدقائه سافروا وعادوا إلى ديارهم قائلين إنهم قد لا يعودون أبداً إلى برودواي. إلا أن ديريك ديفيس صامد إلى الآن، ويعطي برؤساً في الغناء عبر الإنترنت، ويحافظ على صوته، وأكد ديفيس إنه لا يزال شغوفاً بعمله. وأضاف لقد عملت طوال حياتي لبلوغ هذا المستوى، ولا يمكنني أن استسلم الآن. يبلغ إيرادات برودواي 83 مليار دولار خلال موسم 2018-2019 بحسب رابطة برودواي لبع تمثيل القطاع، وتقدر الرابطة عدد العاملين في القطاع بنحو 97 ألفاً.

وتوقع مسؤولو برودواي أن يتكبدوا خسائر مالية في حال فرض على المسارح التزام نسبة محدودة من قدرتها الاستيعابية عند إعادة فتح أبوابها، على غرار النسب التي فرضت على المتاحف، مما يعني أن المسارح ستكون آخر قطاع يعود إلى العمل بعد الجائحة. وأقادت كونترا برويفت من الوضع خلال الأشهر الأخيرة لكي تعود أما متفرقة لابنها البالغ عامين، ولو أنها خائفة من كونها تفقد من مخزونها. لكن هذه المغنية والثلاثين والتي أتت دوراً رئيسية في ذي ليون كينغ مدى عشر سنوات، شعرت بأنها واقعة تحت الضغط ورات أن لا

كلام صريح لعبة المفاتيح

مفتاح أول
وساعة ماتت سنابل الحنطة المشتولة بكثيفه، صارت الطير تاكل من لحمه.
مفتاح ثان
أكلت جسمي فوقهم وكأنتي أقسم فيهم بعض عروة والنبي
مفتاح ثالث

وفي رواية غير مجروحة، تداولتها الرعية بهشمة وذوول، فقد نبئت للكراسي وجوه تتعجب، وأكف تصفوق وترفرق، مثل راية نصر مبین.
وقع هذا بعد أن هربت الجهمرة، من لسعات الكلام الذي كاد أن يصير سحرًا.

مفتاح رابع
قالوا لتسوره بالوحشة وقلة الزاد وشع المراد حتى يسكت عنًا.
قبل: هو أعلم بما تبتون وما تصنعون.

مفتاح خامس
البارحة، سقطت تحت ماندتي المرتبكة، سطر يتيم من الكلام المبین.
الليلة أشتهيت أن أعلقه، مصلوباً على باب السماء؛ لو نزل بعض جزني فوق جبل، لناخت جلاميده وسجدت وصارت رماداً تنفخه الرياح.

مفتاح سادس
نمت فحلمت بأنني ارتفعت فوق كتف صغير، وأخطب بالناس هادئاً متيقناً راسخاً على طولي؛ أيها الناس، إن رأيتم ظلاً عملاقاً يغطي عين الشمس وصير النهار ليلاً أبدياً، فاعلموا أنني في الجوار.

مفتاح سابع
قلت له أنت صديقي، فرقص وتخلل وطر أنه مثلي.
مفتاح ثامن
كان المساء مهيباً، مثل دعاء أم نام جيب شهيد.
مفتاح تاسع
ليس للكفن جيب دنائير.

مفتاح عاشر
يا بس مساء الزقاق، كأنه سعال صيف جار.
المفتاح الأخير
بالدي العزيزة

أتوسل إليك أن تموتي الآن وتستريح. سنصنع لك نصيباً عظيماً ونعلق على أستاره أجمل المراثيات، ونشوق تحت نهر دموع، وقبل أن تدور عليك دورة سنة الرحيل، سنكون قد خلصناك من ذاكرتنا ولم نعد نشعر بالأسى والقد الكبير، أو الحاجة الملحة لأناشيد وطنية جديدة!!



علي السوداني

فيسبوك يتيح مشاهدة البرامج والأفلام في وقت واحد

صور أفراد المجموعة المشاركة، مما يتيح لكل منهم رؤية ردود فعل الآخرين بالتزامن. وسيكون هذا الخيار ممكناً خلال المحادثات التي يمكن أن يشارك فيها ثمانية أشخاص حداً أقصى، أو عبر غرف المحادثة مسنجر رومز التي يمكن أن يكون موجوداً فيها عدد أكبر من المشاركين يصل إلى خمسين. وزاد استخدام الاتصالات بتقنية الفيديو بشكل كبير خلال الأزمة الصحية المرتبطة بفيروس كورونا، وراجت مؤتمرات الفيديو إن لأغراض العمل أو لاستخدامات اجتماعية. وأشارت فيسبوك في بيان إلى أن أكثر من 150 مليون اتصال فيديو تجرى عبر مسنجر يومياً، فيما ترسل بواسطتها أكثر من 200 مليون مقطع فيديو. ويادرت الشركة العلاقة في مجال وسائل التواصل الاجتماعي إلى إضافة وظائف عدة في هذا المجال خلال مرحلة الحجر، من بينها مسنجر رومز.

مجمعتنا يشهدان تحولا، معتبرة أن الفن والموسيقى سيتجانسان

□ سان فرانسيسكو (أ ف ب) - سيكون في وسع مستخدمي خدمة فيسبوك ووتش للفيديو التابعة لشبكة التواصل الاجتماعي فيسبوك أن يشاهدوا أفلاماً وبرامج معاً في وقت واحد، تظهر على شاشات هواتفهم الذكية ومعها صور وجوه أصدقائهم الذين يشاركونهم المشاهدة. وأعلنت فيسبوك الإثنين أن وظيفة ووتش بعد الجائحة، فإن تهاجراً باترسون على ثقة بانها لن تعود كما كانت. وقال سيكون ثمة وضع طبيعي، وأوضح رئيسة مبيعات مسنجر أوفيفيا غرايس لوكالة فرانس برس أن فيسبوك تهدف إلى إيجاد طريقة جديدة لتجربة مشاهدة فيلم جماعياً، بعد أشهر من التباعد الاجتماعي بسبب جائحة كوفيد-19. ويمكن للمستخدمين خلال اتصال هاتفي في ما بينهم أن يقرروا مشاهدة أي نوع من البرامج والأفلام المتاحة على فيسبوك ووتش، فتظهر على الشاشة صورة ما قرروا مشاهدته، إلى جانب

ملاحظة أن بعض الفنانين نشروا مقاطع فيديو جديدة كل يوم تقريباً ووصفت برويفت مرحلة الجائحة بانها كانت خائفة، مشيرة إلى أنها بدأت بقراءة سيناريوهات جديدة، وتعزز التوجه نحو الإخراج المسرحي أو اختبار الممثلين بتعاون ديريك ديفيس وكونترا برويفت مع فنانين في مسرحية لايس أوت أون برودواي المفتوحة على الإنترنت. وقد أفاد مع مقدمي البرامج تاهاركا باترسون وأنجلا بيرشيت من هذه المرحلة مناقشة الإجراءات الصحية ومهارات مختلفة حسناًها برودواي بعد الجائحة، وللحمت أنه متحفز لتجاوز نفسه، لكنه حذر من أن الجائحة تركت آثاراً نفسية.

الشاي الأزرق.. خصائص عجيبة لمنع الشيخوخة والتجاعيد



هاذا ومريحا، كما يشار إلى زهرة البازلاء غنية بمضادات الأكسدة ما يعطيها أنها يمكن أن تساعد الجسم على مقاومة الأضرار التي تسببها الجذور الحرة، مثل الأكسجين النشط ومضادات الأكسدة الموجودة في الجلد. وهذا النبات غني بشكل خاص بالأنثوسيانين، وهو نوع من مضادات الحمى ونقص شحميات الدم والتهاب الجروح. وخلفت الدراسة إلى أن مسقوق بازلاء الفراشة يحتوي على مجموعة واسعة من الفوائد الصحية مثل منشط الذهن، ومضاد للاكتئاب، ومضاد للإجهاد، ومزيل للقلق. ويعرف النبات أيضا باسم مصنع القوى العقلية لأنه يعزز الذاكرة والقوى العقلية، فحسب، بل يوفر أيضا تركيزاً

وتريبتريونيد، وأنثوسيانين، كمواد كيميائية فعالة لها آثارها البيولوجية. وتمتلك هذه الزهرة مجموعة واسعة من الأنشطة الدوائية بما في ذلك الأنشطة المضادة للبكتيريا والسري ومضادات الإسهال والفطريات ومضادات الالتهابات ومضادات الميكروبات ومضادات الأسمدة ومضادات الحمى ونقص شحميات الدم والتهاب الجروح. وكشفت دراسة حديثة، أن زهرة البازلاء لها فوائد محتلمة الخاصة في تعزيز التعلم والذاكرة، على الرغم من أن هناك حاجة إلى مزيد من التجارب البشرية السريرية لجعل هذا نهائياً. وأشارت الدراسة إلى أن النبات يحتوي على مادة قلويد، وفلافونويد، وتاركسيرول، وتاركسيرون،

بوسان السينمائي يعدل برنامجه بسبب كورونا

□ سيول (أ ف ب) - اضطر مهرجان بوسان الدولي للسينما في كوريا الجنوبية إلى تعديل برنامجه بسبب وباء كوفيد-19 وفق ما أعلن المقيمون على هذا الحدث. ويستقطب عادة أكبر مهرجان للسينما في آسيا عددا كبيرا من النجوم وشخصيات الفاع السينمائي يأتون من آسيا ومناطق أخرى في العالم لتمضية 10 أيام في هذه المدينة الساحلية. وفي بادئ الأمر، نجحت كوريا الجنوبية في احتواء وباء كوفيد-19 إلى حد بعيد بفضل وسائل فعالة للتتبع والتشخيص على نطاق واسع، لكنها في آب شهدت ازديادا في الجوز الوبائية، ما أثار مخاوف من موجة ثانية وخففت القيود بشكل مؤقت الإثنين في سيول ومحيطها. غير أن القيمين على المهرجان السينمائي كشفا الإثنين أن خيار لهم سوى حصر نطاق هذه الفعاليات التي أرجحت أسبوعين. وقال رئيس المهرجان: لي وونغ-كان (تسألنا عما إذا كان ينبغي لنا تنظيم الحدث)، ملما إلى عدم استبعاد إمكانية إلغائه إذا تسببت فعاليات عيد الحصاد كوستا خلال زيارة إلى مدرسة في منطقة سانغاريوم وسط البلاد العام الدراسي الآتي لن يخلو من المشاكل، لكن لا يمكننا الاستمرار في تكبد كلفة إغلاق المدارس. وتلحظ التدابير الصحية المعتمدة في المدارس البرتغالية خصوصا فرض وضع الكمامة على جميع البالغين والتألمة اعتبارا من المرحلة التكميلية.

حافلة كوفيد تجوب المدارس لفحص المدرسين قبيل العام الدراسي

□ كسكايش (أ ف ب) - تناوب معلمو إحدى مدارس كسكايش الاثنين الماضي على الصعود إلى حافلة جرى تحويلها مختبرا جوالا يختقل بين المؤسسات التعليمية في هذه المنطقة بضاحية العاصمة البرتغالية لشبونة لرصد الإصابات بفيروس كورونا المستجد قبيل انطلاق العام الدراسي الجديد وقالت هيليا رودريغيس مديرة مدرسة ماتيلد روزا أراوجو في ساو دومينغوس دي رانا التي تعد حوالي 800 تلميذ ومئة مدرس، لوكالة فرانس برس (تشر جميعا باطمئنان أكبر لأننا خضعنا للفحوص).



أغذية ومشروبات ترفع ضغط الدم

لندن - الزمان
ضغط الدم هو القوة الناتجة عن ضغط الدم على جدران الأوعية الدموية، حيث أن ارتفاع ضغط الدم يعني أن الضغط على الأوعية الدموية أعلى من الحد الطبيعي. وانخفاض ضغط الدم يعني أن الضغط على الأوعية الدموية أقل من الحد الطبيعي.
أعراض ارتفاع ضغط الدم
معظم الأحيان لا يرافق ارتفاع ضغط الدم أي أعراض، ولكن من الممكن أن يتسبب ببعض الأعراض، مثل: صداع شديد، إرهاق، مشاكل في الرؤية، ألم في الصدر، صعوبة في التنفس، عدم انتظام دقات القلب، وجود دم في البرول، الشعور بنض في الصدر أو الرقبة أو الأذنين.
تأثير الغذاء على ضغط الدم
يؤثر الغذاء على ضغط الدم بشكل مباشر، حيث أن بعض الأطعمة والمشروبات تسبب ارتفاع ضغط الدم والبعض الآخر يسبب انخفاضها، ويشكل غير مباشر حيث أن اكتساب الوزن قد يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم، وخسارة الوزن قد تؤدي إلى انخفاض ضغط الدم.
أطعمة ومشروبات ترفع الضغط
بعض الأطعمة والمشروبات ترفع ضغط الدم، وينصح أن يقلل منها مرضى ضغط الدم المرتفع، وقد يتناولها مرضى الضغط المنخفض لتساعدهم في رفع ضغط دمهم.