



تايكواندو النجدة
ثالثاً في بطولة وزير
الداخلية

6



مديرية المرور العامة
تعلن ضوابط الحصول
على إجازة السياقة
الدولية

3



مدير عام دائرة التفتيش
الإداري والمهني يعقد
اجتماعاً مع رؤساء اللجان
التفتيشية

2



8



رئيس مجلس الوزراء السيد مصطفى الكاظمي:
القوات الأمنية أبت إلا أن تصطف مع الوطن
ورفضت وضع فوهات البنادق أمام صدور العراقيين
أكد رئيس مجلس الوزراء السيد مصطفى الكاظمي في كلمته إلى الشعب
العراقي بمناسبة الأحداث الأخيرة التي جاء فيها: أنني أتحدث إليكم اليوم
ويعتصمني الألم للحالة التي أوصلنا إليها الصراع السياسي، وأتقدم بالشكر
إلى القوات الأمنية التي أريد لها أن تكون طرفاً في نزاع (السلاح المنفلت)، مع
(السلاح المنفلت)؛ فأبت إلا أن تصطف مع الوطن..

2

رئيس التحرير
لكلوا (الكلمة) وسعد محيي

8 صفحات

الحاريس



صحيفة أسبوعية تصدر
عن دائرة العلاقات والإعلام في وزارة الداخلية

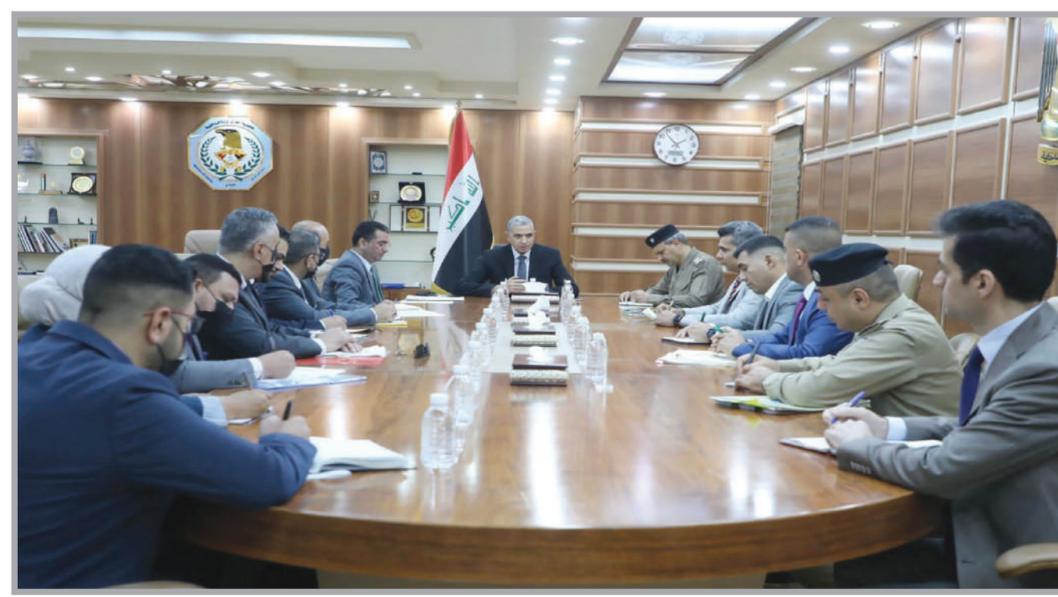
لمناقشة عدد من المواضيع المهمة بينها دخول زائري الأربعاء..

وزير الداخلية يلتقي وفدا رفيع المستوى من وزارة الخارجية

والخارجية والهجرة والمهجرين.
وأشاد السيد الغانمي بدور وزارة
الخارجية في حسم العديد من
المواضيع التي تخص العمل
المتبادل، وكذلك الإجراءات التي
تتخذها من أجل تنظيم البعثات
الدبلوماسية وعمل السفارات
العراقية، مشدداً في الوقت ذاته
على أن وزارة الداخلية مستعدة
لتقديم الدعم الكامل لعمل
وزارة الخارجية.

وعدها من المستشارين ورؤساء
الأقسام فيها، لبحث عدد من
المواضيع التي تخص العمل
المشترك، وفي بداية اللقاء،
رحب السيد الوزير بضيوفه
وناقش معهم استمرار التنسيق
والتعاون بين الوزارتين في
مقدمتها موضوع الأوراق
الرسمية الخاصة بتنظيم دخول
الزائرين من خارج العراق لإحياء
ذكرى زيارة الأربعين، كما
جرى بحث أحوال العراقيين
المتواجدين خارج البلاد، من
بينهم الذين لا يمتلكون أوراقاً
ثبوتية ولديهم معوقات في
البطاقة الوطنية والجوازات،
فضلاً عن مناقشة عودة
المهاجرين وضرورة تنسيق
العمل بين وزارات الداخلية

قال السيد عثمان الغانمي وزير
الداخلية في تغريدة له حول
الأحداث الأخيرة في المنطقة
الخضراء:
كانت ومازالت قواتنا الأمنية
البطلة التي تؤدي واجباتها على
أتم وجه محط تقدير واحترام
كبير لدينا، ولقد أثبتت مرة أخرى
أنها على قدر عالٍ من المسؤولية
وتحلت بضبط النفس خلال
الأحداث الأخيرة التي جرت في
المنطقة الخضراء..
ستبقى تشكيلاتنا الأمنية تعمل
بمهنية عالية.. حماكم الله يا
أمن العراق وشعبه.
في سياق منفصل، التقى وزير
الداخلية السيد عثمان الغانمي،
وفدا رفيع المستوى من وزارة
الخارجية ضم وكيل الوزارة



وكيل الوزارة لشؤون الشرطة يزور المديرية العامة لمكافحة المخدرات والمؤثرات العقلية

زار وكيل الوزارة لشؤون الشرطة الفريق عماد محمد محمود المديرية العامة لمكافحة المخدرات والمؤثرات العقلية في مقرها الجديد، وكان في استقباله مدير وضباط المديرية، وقد اطلع على تطوير العمل وتكثيف الجهود للقضاء..

2

وفقاً لمعلومات دقيقة.. وكالة الاستخبارات تقتل إرهابيين اثنين بضربة جوية في كركوك

الإتحادية في وزارة الداخلية رصد تحركات العناصر الإرهابية بالتنسيق والتعاون مع خلية الاستهداف التابعة لقيادة العمليات المشتركة، فقد زودت

أثمر عن الاستمرار في تبادل المعلومات وتقاطعها نتائج إيجابية عالية في مختلف قواطع المسؤولية، حيث تواصل وكالة الاستخبارات والتحقيقات

أثمر عن الاستمرار في تبادل المعلومات وتقاطعها نتائج إيجابية عالية في مختلف قواطع المسؤولية، حيث تواصل وكالة الاستخبارات والتحقيقات

3

وكيل الوزارة الأقدم يوعز بفتح نوافذ التعاون المباشرة مع ذوي الشهداء والجرحى وشريحة المتقاعدين

في إطار اهتمامه بذوي الشهداء والجرحى، وشريحة المتقاعدين، أوعز وكيل الوزارة الأقدم حسين العوادي بفتح نوافذ التعاون المباشرة مع الشرائح أعلاه عن طريق مفاز مديرية التقاعد، وشعبة العلاقات والإعلام عن طريق الهواتف المختصرة..

3

الشرطة الاتحادية تلقي القبض على ٤ متهمين وفق مواد قانونية مختلفة في بغداد

ضمن الجهود الأمنية المستمرة لقطعات الشرطة الاتحادية وبالإشتراك مع مفاز عمليات بغداد أقتت قوة من الفوج الثاني اللواء الرابع القبض على مشتبه به ضبط بحوزته ٤ مسدسات مختلفة المنشأ مع ٣ مخازن و ١٨ اطلاقه عيار ٧ ملم، فضلاً عن مخزني بندقية كلاشنكوف أثناء تنفيذ ممارسة أمنية ضمن قاطع المسؤولية في منطقة الرسمية وفق المادة/ ٢٨ مخدرات بحسب قرار قاضي تحقيق المحكمة المركزية تمكنت قوة من اللواء الثاني ومفرزة من استخبارات..

2

شرطة كربلاء المقدسة تنفذ عمليات استباقية تمهيداً للخطة الأمنية للزيارة الأربعينية



الشرطة الاتحادية في عمليات الارادة الصلبة المرحلة السادسة في كركوك

2

الشؤون الداخلية تعقد مؤتمرها الفصلي لمدرء أقسام بغداد والمحافظات

بحسب توجيهات السيد وكيل الوزارة الأقدم الأستاذ حسين العوادي بالاهتمام بذوي الشهداء والجرحى ومتابعه وحل مشاكلهم ومعرفة احتياجاتهم وطلبتهم، توجه الأستاذ زامل الساعدي مدير شؤون الشهداء والجرحى الى محافظتي كركوك ونيوى مع لجنة من صندوق الشهداء، وكان الغرض من الزيارة هو متابعة جرحى المحافظاتتين (من ذوي الإصابات الشديدة) لغرض تكريمهم بمبالغ مالية، ومعرفة احتياجاتهم وطلبتهم، وكان باستقباله قائد شرطة نيوى، ومديري قسم الشهداء والجرحى لكركوك..

2

مدير شؤون الشهداء والجرحى يتفقد جرحى قوى الأمن الداخلي في كركوك ونيوى

بحسب توجيهات السيد وكيل الوزارة الأقدم الأستاذ حسين العوادي بالاهتمام بذوي الشهداء والجرحى ومتابعه وحل مشاكلهم ومعرفة احتياجاتهم وطلبتهم، توجه الأستاذ زامل الساعدي مدير شؤون الشهداء والجرحى الى محافظتي كركوك ونيوى مع لجنة من صندوق الشهداء، وكان الغرض من الزيارة هو متابعة جرحى المحافظاتتين (من ذوي الإصابات الشديدة) لغرض تكريمهم بمبالغ مالية، ومعرفة احتياجاتهم وطلبتهم، وكان باستقباله قائد شرطة نيوى، ومديري قسم الشهداء والجرحى لكركوك..

3

الشرطة العربية والدولية تنال شكر وتقدير الأمين العام لمنظمة الانتربول الدولي

حصلت مديرية الشرطة العربية والدولية متمثلة بمديرتها اللواء علاء عاشور العبادي وضباط ومنتسبي الانتربول في العراق على شكر وتقدير من الأمين العام لمنظمة الشرطة الجنائية الدولي للانتربول (يورك شتوك) على الانتقالة الكبيرة في عمل المديرية خلال الفترة الأخيرة، وعلى المنجزات الكبيرة، والنشاطات النوعية التي حققتها المديرية، هذا وحصل رئيس الوزراء القائد العام للقوات المسلحة مصطفى الكاظمي..

3

3

وكيل الوزارة الأقدم يوعز بفتح نوافذ التعاون المباشرة مع ذوي الشهداء والجرحى وشريحة المتقاعدين

الهواتف المختصرة، فضلا عن مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك الرسمية، ونافذة الطلبات الالكترونية. ويأتي هذا الإجراء حرصا منه لضمان حقوقهم ومنحهم استحقاقهم ضمن القانون، مؤكدا على الإخوة المتقاعدين والجرحى بالتواصل بشكل مباشر مع مديرية التقاعد، وعدم اللجوء لأي جهة غير الجهات التابعة للوزارة، كما شدد سيادته على ضرورة الاهتمام بهم تمشيا لجهودهم ومسيرتهم التي قضاها في خدمة العراق.



في إطار اهتمامه بذوي الشهداء والجرحى، وشريحة المتقاعدين، أوعز وكيل الوزارة الأقدم حسين العوادي بفتح نوافذ التعاون المباشرة مع الشرائح أعلاه عن طريق مفازر مديرية التقاعد، وشعبة العلاقات والإعلام عن طريق

وفقا لمعلومات دقيقة..

وكالة الاستخبارات تقتل إرهابيين اثنين بضربة جوية في كركوك

استخبارات الداخلية تعد من في قواتنا الأمنية لمتابعة العمليات النوعية المشتركة بقايا عصابات داعش المهمة التي نفذها الأبطال الإرهابية.



وفقا لمعلومات استخباراتية دقيقة من وكالة الاستخبارات والتحقيقات الاتحادية، نفذت القوات الخاصة في الجيش العراقي، عمليات إنزال جوي بواسطة الطائرات المروحية، سبقتها ست ضربات جوية من طائرات القوة الجوية على خمسة أهداف في مناطق جنوبي قضاء الرطبة، حيث تم استهداف أوكر للإرهابيين. إن هذه العملية المشتركة التي شارك بها رجال القوة الجوية ووحدات الجيش والقوات الخاصة ورجال

أثمر عن الاستمرار في تبادل المعلومات وتقاطعها نتائج إيجابية عالية في مختلف قواطع المسؤولية، حيث تواصل وكالة الاستخبارات والتحقيقات الاتحادية في وزارة الداخلية رصد تحركات العناصر الإرهابية بالتنسيق والتعاون مع خلية الاستهداف التابعة لقيادة العمليات المشتركة، فقد زودت الوكالة وخليه الاستهداف طائرات القوة الجوية العراقية بمعلومات استخباراتية دقيقة، أسفرت عن مقتل إرهابيين اثنين من خلال توجيه ضربة جوية في جبال ماما ضمن محافظة كركوك، مهما حاولت العصابات الإرهابية إن تجد ملاذات تعتقد أنها آمنة، ستكون وكالة الاستخبارات لها بالمرصاد، فلا مصير لهم غير الهلاك، ولكل من تسول له نفسه العبث بأمن العراق. في سياق منفصل، تواصل قطعنا الأمنية عملياتها النوعية والاستباقية ضد ما تبقى من العناصر الإرهابية المنهزمة، وبإشراف وتخطيط قيادة العمليات المشتركة،

قسم التوجيه المعنوي يلقي محاضرة لرفع الروح المعنوية في قاطع نجدة حي العامل



ألقى قسم التوجيه المعنوي والعمليات النفسية التابع لدائرة العلاقات والإعلام في وزارة الداخلية محاضرة توعوية لرفع الروح المعنوية للضباط والمنتسبين أثناء زيارته لقاطع نجدة حي العامل وعدد من الدوريات المرابطة ضمن القاطع، كما قام عناصر القسم بتوزيع المنشورات الإرشادية والتوعوية التي تختص بالولاء الوظيفي، والعقيدة الشرطوية، والسلوك النموذجي لرجل الشرطة، كذلك التأكيد على مبدأ حقوق الإنسان، وضرورة التعامل الحسن مع جميع المواطنين.

شرطة الطاقة تلقي القبض على متهمين اثنين وتضبط عجلتين في بغداد وذي قار



ألقت مفازر سيطرة شرطة النفط (سويب) في بغداد القبض على متهم وضبط عجلته صهريج محملة بمنتوج نفطي دون أي موافقات رسمية، ومن جانب آخر ألقت مفرزة سيطرة شرطة النفط «تل اللحم» في محافظة ذي قار القبض على متهم وضبط عجلته «شاحنة» محملة بمنتوج نفطي داخل براميل بلاستيكية سعة ١٠٠٠ لتر عدد ١٠، تم ايداعهما التوقيف، وحجز العجلات داخل مراكز شرطة النفط لعرضهما أمام القضاء ومحاسبتها وفق قانون تهريب النفط ومشتقاته رقم ٤١ لسنة ٢٠٠٨.

فرق الدفاع المدني تخمد حريقا في سوق شعبية ببغداد



أخمدت فرق الدفاع المدني حادث حريق اندلع داخل عدد من الأكشاك التجارية المشيدة من ألواح السندويج بنل والجينكو تجاوزا داخل سوق النصر في منطقة الشعلة شمال غربي بغداد، حيث استنفرت فرق الدفاع المدني وطوقت الحادث من أربع جهات، واتخذت من أسطح المنازل القريبة موقعا لتكافح النيران المشتعلة من الأعلى إلى الأسفل، وتحقق المحور الخامس وتحكم سيطرتها الكاملة على امتداد الحريق، وتمنع وصول النيران إلى الدور

السكنية القديمة المتهاكلة المجاورة لموقع الحادث، وأنهت فرق الدفاع المدني أعمال الإخماد والتبريد من دون تسجيل إصابات بشرية أسباب الحريق.

مدير شؤون الشهداء والجرحى يتفقد جرحى قوى الأمن الداخلي في كركوك ونيوى



بحسب توجيهات السيد وكيل الوزارة الأقدم الأستاذ حسين العوادي بالاهتمام بذوي الشهداء والجرحى ومتابعه وحل مشاكلهم ومعرفة احتياجاتهم وطلباتهم، توجه الأستاذ زامل الساعدي مدير شؤون الشهداء والجرحى الى محافظتي كركوك ونيوى مع لجنة من صندوق الشهداء، وكان الغرض من الزيارة هو متابعة جرحى المحافظتين (من ذوي الإصابات الشديدة) لغرض تكريمهم بمبالغ مالية، ومعرفة احتياجاتهم وطلباتهم، وكان باستقباله قائد شرطة

نيوى، ومديرا قسمي الشهداء والجرحى وكركوك، ونيوى، وتم التباحث بخصوص البسيطة والمتوسطة، والشديدة لمعرفة طلباتهم وإجراء اللازم لها من قبل الملاك الذي معه.

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي تستجيب لطلب مديرية التدريب والتأهيل بتمديد مدة التقديم الالكتروني للدراسات الأولية المسائية



أن مديرية التدريب والتأهيل أصدرت اعاما الى تشكيلات الوزارة بموجب كتابها ذي العدد (١٨٩١٠) في ٢٠٢٢/٨/٢٤ بما ورد أعلاه، وعليه نوهت مديرية

مديرية التدريب والتأهيل من وزارة التعليم العالي والبحث العلمي بتمديد مدة التقديم للدراسة أعلاه، وبدورها استجابت الوزارة للطلب المديرية، وحصلت موافقة السيد وزير التعليم العالي والبحث العلمي على تمديد فترة التقديم الإلكتروني لغاية نهاية الدوام الرسمي ليوم الأحد ٢٠٢٢/٩/٤، مما إتاحة فرصة أوسع لمنتسبي الوزارة لإكمال عمليات التقديم، يذكر

تنفيذا لتوجيهات السيد الوزير، والسيد وكيل الوزارة الأقدم، ومتابعة وإشراف السيد اللواء زياد طه علي مدير عام التدريب والتأهيل، وبهدف إتاحة مجال أوسع لمنتسبي الوزارة، وضمان حقوقهم من الراغبين بإكمال الدراسات الأولية المسائية (البكالوريوس) للمرحلة الأولى فقط في الكليات والمعاهد الحكومية للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣، طلبت

مديرية إدارة الموارد البشرية تختتم دورة الإدارة والتنمية البشرية



اللواء الحقوقي حسين سيهان الساعدي على اختتام الدورة التي أقيمت في قاعة مركز تأهيل القادة التابع لمديرية

في إطار الاهتمام الذي يوليه وكيل الوزارة الأقدم الأستاذ حسين العوادي لتطوير ودعم الملاكات العاملة ضمن ملاكات وكالة الوزارة للشؤون الإدارية والمالية بكل الجوانب الإدارية والالكترونية والثقافية واستمرارا للمناهج المتطور الذي يسعى إلى اعتماده في العمل، اختتمت شعبة إدارة الجودة في الموارد البشرية دورة الإدارة والتنمية البشرية، حيث أشرف مدير عام إدارة الموارد البشرية

الشرطة العربية والدولية تنال شكر وتقدير الأمين العام لمنظمة الانتربول الدولي على المنجزات الكبيرة والنوعية التي حققتها

التزوير، وألقت القبض في بغداد على متهم باكستاني الجنسية مطلوب الى السلطات العمانية عن جريمة (إساءة الأمانة)، كما ألقت القبض في بغداد على متهم عراقي مطلوب الى السلطات الأمريكية عن جريمة قتل، حيث تمت مفاتحة مكتب انتربول واشنطن لإرسال ملف استرداده بالطرق الدبلوماسية المعتمدة.

بالطرق الدبلوماسية المعتمدة، كما ألقت المديرية في المملكة الأردنية الهاشمية القبض على متهمين اثنين أحدهما عراقي الجنسية مطلوب الى محكمة جنح الاعظمية وفق أحكام المادة ٤٣٢ لارتكابه جريمة التهديد، والأخر مطلوب الى محكمة تحقيق بغداد الجديدة وفق أحكام المادة ٢٧٩ لارتكابه جريمة

النوعية التي حققتها المديرية، هذا وحصل رئيس الوزراء القائد العام للقوات المسلحة مصطفى الكاظمي، ووزير الداخلية الأستاذ عثمان الغانمي على كتب شكر وتقدير مشابهة من الأمين العام لمنظمة الشرطة الجنائية الدولي للانتربول (يوركن شتوك) على الانتقالة الكبيرة في عمل المديرية خلال الفترة الأخيرة، وعلى صعيد متصل وفي إطار المنجزات الكبيرة والنوعية

حصلت مديرية الشرطة العربية والدولية متمثلة بمديرها اللواء علاء عاشور العبادي وضباط ومنتسبي الانتربول في العراق على شكر وتقدير من الأمين العام لمنظمة الشرطة الجنائية الدولي للانتربول (يوركن شتوك) على الانتقالة الكبيرة في عمل المديرية خلال الفترة الأخيرة، وعلى المنجزات الكبيرة، والنشاطات

مديرية المرور العامة تعلن ضوابط الحصول على إجازة السياقة الدولية

أعلنت مديرية المرور العامة ضوابط الحصول على إجازة السياقة الدولية، وهي الإجازة التي تخولك قيادة المركبة خارج البلد بحسب اتفاقية (فيينا) للسير على الطرق لعام ١٩٦٨ والموقع عليها من قبل العراق لعام ٢٠١٧، وتكون مدة نفاذيتها لسنة واحدة فقط، وتضمنت الضوابط إحضار إجازة السياقة المحلية، وجواز السفر العراقي، وهوية الأحوال المدنية او البطاقة الموحدة، صورتين شخصيتين، ودفع مبلغ رسوم الإجازة الدولية البالغة ٦٢ ألف دينار، ويتم منح وإصدار الإجازة الدولية في مقر مديرية المرور العامة الكائن في بغدا زينة قرب ملعب الشعب، وتكون الإجازة مترجمة الى ١٠ لغات ومعترفا بها دوليا.

قسم محاربة الشائعات يكثف حملاته التوعوية لزيادة الوعي الأمني والفكري

نظم قسم محاربة الشائعات حملة توعوية ضمن منطقة حي الإعلام في جانب الكرخ ببغداد، حيث التقى عناصر القسم بعدد من المواطنين، وتم تعريفهم بماهية الشائعة، ومدى تأثيرها على المجتمع بصورة عامة، وأسباب انتشارها، وسبل الوقاية منها. كما أشاروا الى أن الأخبار التي تنتشر عبر مواقع التواصل الاجتماعي غالبا ما تكون مجهولة المصدر، مؤكدا على الاعتماد على المصادر الموثوقة.

مكاتب مكافحة الإجرام.. عمل اختصاصي ونوعي في ملاحقة الجريمة والوصول الى مرتكبيها



منطقة المسؤولية من مدينة الصدر، فهو يمتد من ساحة المظفر الى منطقة الطالبية مروراً بمنطقة الدسيم ومنطقة الحميدية، موضحاً تم تقسيم المدينة الى قاطعين

أحدهما قاطع مكتب مكافحة إجرام الحبيبية، والقاطع الآخر هو قاطع مكتب الكرامة، الذي يشغل

الرقعة الجغرافية لمدينة الصدر على امتداد مساحتها، والكل يعلم أن مدينة الصدر حسب آخر إحصائية يضم ما يقارب (٤) ملايين نسمة، الأمر الذي يدعو الى تشكيل مكتب ثالث ليغطي عمل مكاتب مكافحة، ونعتقد أنه يوجد مقترحات من المراجع بأن يتم افتتاح مكتب لهذا الغرض .

وهذه العوامل تمكن رجل مكافحة من الوصول واكتشاف الجريمة بأسرع وقت ممكن، وهي ثقة المواطن، وثقة السادة القضاة برجال مكافحة في اكتشاف الجريمة بوقت محدد، مؤكداً لا يوجد أي تداخل بالعمل بين مكاتب مكافحة وبين الأجهزة الأمنية الأخرى، وكما بينا بسبب الإجراءات السريعة التي تتخذها مكاتب مكافحة، وبسبب العمل والخبرة والمصادر المتواجدة في مناطق المسؤولية، علماً أن عمل مكاتب مكافحة غير مقيد ضمن الرقعة الجغرافية لقاطع المسؤولية، وإنما يتم التنقل من منطقة الى أخرى، ومن مكتب الى مكتب لحين الوصول الى خيط من خيوط الجريمة يدلنا على مرتكب الجريمة، ومن ثم القبض عليه وتسليمه الى السلطة القضائية لينال جزاءه العادل، وحين يتطلب الأمر العمل خارج العاصمة لملاحقة المجرم ليتم القبض عليه، ولدينا تجارب كثيرة من هذا النوع من الجرائم منها جرائم القتل الغامض، مشيراً الى أن الحال يتطلب ملاحقة المجرمين الى محافظات شمالية وتم القبض عليهم وتسليمهم الى القضاء، وثقة المواطن، وثقة القضاء بعمل مكافحة هي من دعت إحالة جرائم القتل الغامض الى مكاتب مكافحة ليتم اكتشاف المجرمين وتسليمهم الى العدالة.

مدير مكتب مكافحة إجرام الكرامة، كما أنها تختلف عن باقي الجرائم المرتكبة، حيث إن لكل جريمة درجتها في الخطورة وترتيبها وتوصيفها كما ونوعاً، خلاف الحوادث الغامضة فإن لها خصوصية، بدءاً من تنفيذ الحادث الى جمع المعلومات، الى الملاحظة المشتبه بهم، الى ظروف المشتكي، او ظروف الضحية نفسها، جميع ذلك يؤخذ بنظر الاعتبار. مدير مكتب إجرام الكرامة العقيد الحقوقي ماهر فرهود يشير الى أن الدعم في عمل مكاتب مكافحة لا حدود له سواء من قبل السيد معالي



الشرطة الى مكاتب مكافحة لأسباب منها هي ثقة المواطن بمكاتب مكافحة لكشف الجريمة وفق آليات عمل احترافية ومهنية للوصول الى خيوط الجريمة، ومن ثم اكتشافها

مدير مكتب إجرام حي العامل:

لا يتم تنفيذ أي واجب من غير تعاون القطاعات الماسكة برفقة مفاوز مكافحة لملاحقة المجرمين

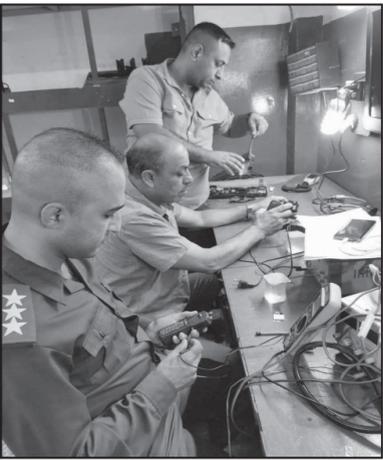
بالوقت المحدد، وكذلك ثقة السادة القضاة العاملين في المحاكم المختصة بضباط مكافحة، وكذلك بالإجراءات التي تتخذها مكاتب مكافحة من بينها التنفيذ السريع، والمفاوز المتواجدة في الشارع على مدار الساعة، وكذلك وجود المصادر العاملين في مناطق العاصمة والذين يمتازون بالمهنية العالية والقدرة على كشف الجريمة بالسرعة الممكنة،

الحارس - ستار الساعدي إن زيادة مستوى التنسيق والتعاون المستمر بين جميع الأجهزة الأمنية والمواطن، تعد ركناً أساسياً لتحقيق الأمن والاستقرار ومكافحة الجريمة بشتى أنواعها، وهذا بالمحصلة النهائية تصب في مصلحة المواطن، ومن هذه الجرائم التي تسمى بالغامضة هي جرائم القتل الغامض، او الجريمة الغامضة التي تحتاج الى مواصفات واجب توفرها من أجل النيل من مرتكبيها.

العقيد عباس كاظم غني مدير مكتب مكافحة إجرام حي العامل لمكافحة الإجرام يقول: بالنسبة لحوادث القتل الغامضة التي تقع ضمن قواطع المسؤولية بشكل عام، وتحديداً في محافظة بغداد، تحال من مراكز

مدير قسم معمل تصليح معدات الاتصالات:

وضعنا الحلول للمشكلات والأعطال الفنية بإيجاد البدائل الناجحة للعناصر الالكترونية



والشخصيات في بغداد لأجهزة السيورا فيما يخص محاضرات ودورات التصليح يقوم قسم المعمل بالتنسيق مع مركز التدريب ضمن مناهج التدريب والتأهيل السنوي لإدخال منتسبي الاتصالات والنظم المعلوماتية بدورات تخصصية في مجال تصليح الأجهزة السلكية واللاسلكية نوع (هارس، أيكوم، سيورا، موتورولا).



المخططات للخراطم الالكترونية (كتلوية وفولتية)، والإطلاع على تصليح الأجهزة بطرق حديثة مثل استخدام كاميرات حرارية، ومكبرات، وأجهزة فحص وقياس متطورة، وكوابل ليزرية بالتنسيق مع وزارة العلوم والتكنولوجيا، بالإضافة الى إدخال منسوبينا في دورات تخصصية خارجية وداخلية في مجال تصليح الأجهزة اللاسلكية ضمن مديرية حماية المنشآت

تغذية مراحل السايك كافة، بعد أن عجزت الشركة المختصة بتصليح الكارت أعلاه، وقد عرج الععيد الى أن إعادة الأجهزة المستهلكة وتدويرها من مديرية مستودعات المواد المعادة والمستهلكة في مديرية البنى التحتية بعد أن يقوم ملاك القسم باستخراج مواد احتياطية وعناصر الكترونية للاستفادة منها في مجال تصليح الأجهزة بعد أن يتم استلامها من المديرية على شكل أوزان، وكذلك نصب أجهزة في داخل عجلات فوج المهمات الخاصة والوكلاء والمدراء العاملين، أما فيما يخص المشاريع المستقبلية للقسم فقد أوضح الععيد أن للقسم خطط ومشاريع مستقبلية من بينها إشراك منسوبينا في دورات أساسية وتطويرية لصيانة وتصليح الأجهزة اللاسلكية واللاسلكية في الجامعات، والكليات والتقنية العراقية، ودورات خارج البلد مع الشركة المختصة في مجال تشغيل وصيانة أجهزة الاتصالات اللاسلكية الحديثة العاملة في منظومة الاستجابة الأولية، أما من ناحية التنسيق فقد تم زيارة الجامعات في جامعة بغداد كلية الهندسة الخوارزمي، وكذلك الجامعة التكنولوجية لإشراك منسوبينا وإدخالهم في دورات تخصصية في مجال الاتصالات بعيدة المدى، وكذلك قصيرة المدى وإشراكهم في دورات لقراءة

الشرطة الاتحادية، وحرس الحدود عن طريق عجلة اختصاصية متنقلة فيها الأجهزة والمواد الاحتياطية اللازمة للتصليح بصحبة فريق فني من مهندسين وفنيين متخصصين في مجال التصليح، وكذلك رفد الاتصالات شرطة المحافظات بابل، كربلاء المقدسة، النجف الأشرف بمفاوز فنية وملاك فني لتصليح الأجهزة العاطلة موقعياً أثناء فترة الزيارات الدينية، فضلاً عن إيجاد بديل الكتروني ناجح لمجهز القدرة نوع هارس متعدد الحزم (VHF-UHF-HF) بعد أن كانت ترد الى المعمل أجهزة هارس متوقفة عن العمل وبأعداد كبيرة جراء عطل مرحلة تجهيز القدرة، مما يسبب عطل الجهاز، ولعدم وجود مادة احتياطية (كارتات) ونفاها من المستودع الفني، قام ملاك من مهندسين وفنيين بإيجاد بديل الكتروني ناجح، وتم تجربته ونسبة نجاح ١٠٠٪، مشيراً الى أن معدل تصليح الأجهزة المنجز تصليحها في القسم وأنواع الأجهزة السلكية واللاسلكية وصلت ل ٨٠٠٠ جهاز سنوياً، حيث بلغ تصليح الأجهزة لسنة ٢٠٢١ (٦٢٠٠) جهاز، فضلاً عن قيام ملاك قسم معمل تصليح معدات الاتصالات بتصليح كارت (الريكتفاير AFRN) الخاص بمنظومة الاستجابة الأولية، إذ أن عطل هذا الكارت يسبب توقف السايك الذي يولد فولتية مسؤولة عن

الحارس - رثل سمير

معمل تصليح معدات الاتصالات أحد أقسام مديرية الاتصالات والنظم المعلوماتية، تقع على عاتقه مهام تقديم الاستشارات الفنية اللازمة، وإجراء أعمال صيانة الأجهزة اللاسلكية والسلكية، ومعدات الاتصالات العاطلة الواردة من توابع وزارة الداخلية وتشكيلاتها، واتصالات شرطة المحافظات كافة، بالإضافة الى تحديد نوع العطل والمادة الاحتياطية اللازمة لصيانة الأجهزة، وكذلك تسليم الأجهزة المنجز تصليحها الى الجهة المستفيدة، فضلاً عن تقديم المشورة الفنية الى الجهات العليا فيما يخص صيانة الأجهزة اللاسلكية والسلكية، وتطوير قابلية المهندسين والفنيين في مجال الاتصالات والصيانة، فضلاً عن إجراء البحوث الفنية لإيجاد الحلول للمشكلات والأعطال الفنية التي تواجه قسم المعمل في مجال التصليح، وإيجاد البدائل الناجحة للعناصر الالكترونية، وقد أكد مدير معمل تصليح معدات الاتصالات الععيد خالد حبيب إسماعيل أن من النشاطات التي قام بها قسم معمل تصليح المعدات خروج مفاوز فنية متنقلة لصيانة أجهزة الاتصالات السلكية واللاسلكية وتصليحها موقعياً لمديريات شرطة محافظات العراق للاتصالات والمعلوماتية، وكذلك قيادة قوات

قاطع نجدة الكندي: واجبنا الحفاظ على أمن وسلامة المواطن وحمايته من الأعمال الإرهابية والإجرامية

مفاوز المرور بحل الاختناقات المرورية في عموم بغداد.

النقيب وليد موفق عباس من جهته قال: إن قاطع نجدة الكندي من القواطع المهمة في جانب الرصافة، حيث يضم عدداً كبيراً من الأسواق التجارية، والمناطق السكنية، والمناطق الصناعية، تنفيذاً لتوجيهات السيد مدير نجدة بغداد اللواء صباح عبد الحسن جعفر الربيعي، حيث أكد سيادته على إبداء المساعدة للمواطنين كافة على مدار ٢٤ ساعة، حيث يتم توجيه دوريات القاطع عبر النداء المركزي من قبل السيطرة المركزية في مقر النجدة بإبداء المساعدة للحالات المرضية والتي يتعذر على تلك الحالات من الوصول الى المستشفى، حيث تقوم الدوريات بنقل تلك الحالات بالسرعة الممكنة، إضافة الى الأعمال الرئيسية للقاطع، والتي تتعلق بالعمل الأمني والخدمي، مبيناً أن هناك توجيه من السيد مدير النجدة بالاستمرار بوضع مفاوز جهاز الحاسوب، حيث يتم تحديث الجهاز مع سيطرة المرور، إذ تتم متابعة العجلات المطلوبة لجهات ذات العلاقة، فيتم القبض عليها من خلال إجراء الممارسات الأمنية.



الصادرة بحقها أوامر إلقاء القبض لأسباب منها حجز أموال عن طريق المحاكم المدنية، ويتم إشعار وزارة الداخلية، فضلاً عن إجراء ممارسات أمنية كإجراء سباق متواصل صباحاً الغرض منها إلقاء القبض على الحالات المخالفة منها العجلات التي لا تحمل لوحات تسجيل والعجلات المظلمة، ومنع المركبات المظلمة من التجوال داخل العاصمة بغداد، كما تقوم المفاوز بتأمين الأسواق التجارية، وكذلك منع العجلات من الوقوف المخالف لسير العجلات، كما إن تلك المفاوز تشعر المواطنين بوجود دوريات النجدة، فضلاً عن أن تلك الدوريات تقوم بالتعاون مع



البغدادية بوجود رجال النجدة العيون الساهرة للحفاظ على أرواحهم، وكذلك منع حدوث الجريمة داخل المناطق السكنية. المقدم علي حميد سلمان مساعد أمر القاطع يقول: إن المفاوز والدوريات واجبها إلقاء القبض على العجلات المطلوبة والصادرة بحقها بقرقيات ضبط عجلات، وكذلك صلاح فاضل في لقاء خص به (الحارس) تقوم دوريات نجدة قاطع الكندي بجولات بحسب توجيهات السيد مدير النجدة اللواء صباح عبد الحسن جعفر بإجراء الممارسات الفعلية على مدار ٢٤ ساعة تبدأ مساءً بعد الساعة ١٢ ليلاً لغرض إشعار المواطن العراقي والعوائل



الحارس - خاص كشف العقيد صلاح فاضل جاسم امر قاطع نجدة الكندي التابع الى مديرية نجدة بغداد الرصافة، إن القاطع بدأ بتنفيذ خطط مهمة لرفع القدرة القتالية لمنتسبي القاطع، وكذلك مساعدة الأجهزة الأمنية الأخرى، منها المرور، وأفواج الطوارئ، وبقية الأجهزة الأمنية لفرض الأمن والاستقرار ومحاربة الجريمة، مضيفاً أن الدور الرئيسي، والمهم هو الحفاظ على أمن وسلامة المواطن، والحفاظ على الممتلكات العامة والخاصة من الأعمال الإجرامية، وأضاف العقيد

مهام مفاوز دورية السرقات.. القبض على العجلات المطلوبة بالتنسيق مع الأجهزة المختصة



نادي المرور للكاراتيه يحصل على المركز الثالث في بطولة أصفهان الدولية



الحارس: سنان الساعدي

ضمن بطولة أصفهان الدولية المقامة في إيران، حصل فريق نادي المرور للكاراتيه نظام IKD للمدرسة شوتوكان على المركز الثالث دولياً، وقدمت الهيئة الإدارية لنادي المرور الشكر والتقدير لرئيس النادي اللواء الحقوقي طارق اسماعيل حسين، ونائب رئيس الهيئة الإدارية العميد كريم وردي خلف، وأمين سر نادي المرور



فريق الشرطة الكروي.. روحية كبيرة واستعدادات متواصلة

مدرّب الحدود لـ (الحارس): سنخوض 3 وديات بمعسكر أربيل استعداداً للدوري الممتاز



الحارس: سنان الساعدي

أعلن الجهاز الفني لنادي الحدود عن برنامج مبارياته التجريبية في معسكر أربيل، استعداداً للموسم الجديد ٢٠٢٢-٢٠٢٣. وقال عادل نعمة، المدير الفني للفريق لـ (الحارس): إن تحضيراتنا بدأت في معسكر أربيل استعداداً للدوري الممتاز قبل ثلاثة أيام. وأضاف نعمة: أن المعسكر سيشهد خوض ٣ مباريات تجريبية مع أربيل، ثم ضد الشرطة، ومنتخب شباب العراق خلال الشهر المقبل. وتابع: أن جميع اللاعبين المحترفين سيصلون إلى بغداد خلال اليومين المقبلين، ثم يلتحقوا تبعاً بمعسكر أربيل، مضيفاً أن إدارة النادي عملت على توفير أفضل الأجواء لنجاح مهمة الفريق بعد العودة لدوري الأضواء، ونطمح لتحقيق مشاركة متميزة بالموسم الجديد. يذكر أن الحدود خاض أولى مبارياته الودية بتجمع بغداد، وتعادل فيها مع أمانة بغداد بنتيجة (١-١).

البنفسجي العسكري يتغلب على المنشآت بأربعة أهداف لهدفين استعداداً لبطولة وزير الداخلية

في الدقيقة (٢٥). ومع بداية الشوط الثاني توالى الهجمات على مرمى فريق المنشآت وتوجت هذه الهجمات بتسجيل فريق الأليات لهدف الثاني عن طريق اللاعب (أسامة عباس) في الدقيقة (٥٥) من أشواط المباراة، ليتمكن بعدها اللاعب (حيدر علي) من تسجيل هدفين متتاليين في الدقيقتين (٦٠) و(٧٩). ولتنتهي المباراة بفوز مستحق لفريق الأليات الشرطة.



الحارس: خالد

في إطار استعداداته لبطولة وزير الداخلية تمكن فريق أليات الشرطة العسكري لكرة القدم من التغلب أداء ونتيجة على فريق المنشآت في مباراة ودية جمعت الفريقين على ملعب نادي اللواء الرياضي، حيث تمكن من إحراز الفوز بنتيجة (٤-٢). وسجل هدف فريق الأليات في الشوط الأول للمباراة اللاعب (أحمد ناصر)



كريم بنزيما يقود ريال مدريد لفوز ثمين على إسبانيول وبرشلونة يتجاوز بلد الوليد برعاية المركز الـ ١٦

المركز الـ ١٦. من جانب آخر، حقق برشلونة انتصاراً كبيراً بنتيجة (٤-١) على بلد الوليد، ضمن منافسات الجولة الثالثة بالليجا، في معقل البلوجرانا «سبوتيفاي كامب نو»، ليعزز انتفاضته بعد الفوز على ريال سوسيداد. (٤-١) الجولة الماضية. وسجل رابعية برشلونة، ليفاندوفسكي (هدفين) في الدقيقتين ٢٤ و ٦٥، وبيدري (٤٣)، وسيرجي روبرتو (٢٩٠). وبهذا الانتصار، رفع برشلونة رصيده إلى ٧ نقاط في المركز الثاني مؤقتاً، بينما يتجمد رصيد بلد الوليد عند نقطة وحيدة في المركز التاسع عشر.

واصل ريال مدريد انتصاراته المثيرة بعدما أسقط إسبانيول في عقر داره (٣-١) في الوقت القاتل، الأحد، خلال مباراة جمعت الفريقين ضمن منافسات الجولة الثالثة من الدوري الإسباني. وسجل أهداف الريال فينيسوس جونيور وكريم بنزيما «ثنائية» في الدقائق ١٢ و ٨٨، و ٩٠+١٠، فيما وقع خوسيلو على هدف إسبانيول الوحيد في الدقيقة ٤٤. بهذه النتيجة، حصد الريال العلامة الكاملة بوصوله للنقطة التاسعة، ليتربع على عرش جدول الترتيب، متساوياً مع ريال بيتيس، فيما تجمد رصيد إسبانيول عند نقطة واحدة في



بين تهديف وصناعة.. محترفو العراق يتوهجون في أوروبا



التشيكى الممتاز. وتعرض رفاق دوسكي للهزيمة (١-٢)، بعد طرد احد لاعبيهم في وقت مبكر من المباراة. وفي دوري الدرجة الأولى الروسي، تمكن الدولي العراقي، علي عدنان، من صنع الهدف الوحيد لروبين كازان، في أول مشاركة أساسية له، والتي جاءت ضد كاماز في مباراة انتهت بالتعادل (١-١). وتعد هذه المباراة الثانية التي يشارك فيها عدنان مع كازان، منذ التحاقه بالفريق قبل عدة أيام.

قدم عدد من المحترفين العراقيين مستويات مميزة في بعض المسابقات الأوروبية، حيث نجح بعضهم في صناعة الأهداف، بينما زار آخرون الشباك وظهروا بشكل لافت. وقد ساهم أمير العمري في فوز فريقه ميايبي على هلسينجبورج (١-٠)، بصناعته للهدف الوحيد لفريقه. وذلك خلال مشاركته الكاملة، في مباراة شهدت أيضاً دخول العراقي الآخر، عمار محسن، بديلاً في صفوف هلسينجبورج عند الدقيقة ٦٥، ضمن الجولة ٢٠ للدوري السويدي الممتاز. وفي المسابقة نفسها، أنهى هاماري، الذي يلعب في صفوفه الظهير الدولي مهند جعاز، مباراته مع أيك بالتعادل (٢-٢)، مع مشاركة أساسية وأداء مميز لجعاز حتى الدقيقة ٨٨. كما شارك ظهير منتخب شباب العراق «الاي فاضل»، لأول مرة في الدوري السويدي الممتاز، مع فريقه جوتنبيرج كبديل في اللحظات

تايكواندو النجدة ثالثاً في بطولة وزير الداخلية



الحارس: سنان الساعدي

أحرز فريق نادي النجدة في لعبة التايكواندو المركز الثالث في بطولة معالي وزير الداخلية التي أقيمت في أربيل بحضور ضابط ألعاب شعبية النجدة العقيد حسين خنجر عضو الهيئة الإدارية لنادي النجدة الرياضي. على سعيد متصل، حقق لاعب نادي النجدة الرياضي البطل علي حسين حمود المركز الأول في منافسات الدوري الخامس والسادس من بطولة أندية العراق للبويسي (تايكواندو) التي جرت منافساتها على قاعة نادي وسام المجد بالعاصمة بغداد، وواصل حمود تألقه بحصده المركز الأول من دون منازع منذ انطلاق منافسات الدوري. وفي منافسات الأحزمة السوداء لفئة المتقدمين حقق كل من عمار جابر وليث محمد عبد المركز الثاني، في



برودة الأطراف قد تخبئ أمراضاً خطيرة

الذهان ومضادات الصرع أو غيرها من الأدوية الخافضة للضغط أحياناً إلى شعور عام بالبرودة يزداد سوءاً في الأطراف. يمكن للطبيب تكيف بعض هذه العلاجات. يؤدي الانخفاض في هرمونات الغدة الدرقية إلى تباطؤ عام في الجسم، وتتأثر القدرة على تنظيم درجة الحرارة الداخلية. يكون الشعور بالبرد مصحوباً بالإرهاق أو جفاف الجلد أو حتى زيادة الوزن. في حالة الشك، يسمح فحص الدم للطبيب بإجراء التشخيص. يتم تصحيح قصور الغدة الدرقية باستخدام دواء يعيد المستويات الهرمونية الطبيعية.

فقر الدم
برودة اليدين والقدمين يمكن أن تشهد على فقر الدم ونقص الحديد وفيتامين بي ١٢ أو بي ٩. يسير الشعور بالبرودة جنباً إلى جنب مع حالة عامة من التعب وشحوب الوجه وضيق في التنفس عند بذل مجهود. يمكن أن تساعد إعادة التوازن في نظامك الغذائي أو تناول مكمل غذائي يحتوي على الحديد أو الفيتامينات، ولكن تبقى الاستشارة الطبية ضرورية لاكتشاف سبب فقر الدم.

ما الذي تخفيه برودة الأطراف؟
في معظم الأحيان، يكون الخطأ بسبب الأوعية الصغيرة التي من المفترض أن تنقل الدم وتغذي خلايا الجسم. نظراً إلى أنها شديدة التناغم أو الانسداد قليلاً، فإنها لا تزود اليدين والقدمين بما يكفي من الدم، أو حتى الأنف والأذنين، التي تفقد الحرارة. ولكن يمكن أن تكون أيضاً مشكلة عامة في نظام تنظيم درجة حرارة الجسم، على سبيل المثال منشأ الغدة الدرقية.

ظاهرة رينود

هذا هو اضطراب دوران الأوعية الدقيقة. تصبح أصابع اليدين والقدمين بيضاء وخدرة، مع وخز مزعج. عندما يكون الجو بارداً، تنقبض الشرايين المحيطة الصغيرة بشكل طبيعي لتركيز الحرارة على الأعضاء الحيوية. لكن في ظاهرة رينود، تنقبض كثيراً ولا يمر الدم بعد ذلك، في حالة الانزعاج اليومي، قد يصف الطبيب الأدوية التي توسع الأوعية الدموية، مثل حاصرات قنوات الكالسيوم (نيفيديبين) أو البروستاجلاندين (إيلوبروست).

شريان مسدود
يؤدي ارتفاع ضغط الدم إلى تضيق وتيبس جدران الشرايين الدقيقة في أطراف الجسم. يكافح الدم ليشق طريقه، وتبرد القدمان واليدين. يمكن أن تشير هذه الأعراض أيضاً إلى وجود ما يسمى «الأوعية الدموية جزئياً». هذا هو تضيق الشرايين الذي يحتاج إلى العلاج بالأدوية. أخيراً، يمكن أن تتسبب بعض الأمراض النادرة في حدوث هذه المشكلة، مثل مرض بورغر، وهو التهاب في الأوعية الدموية يمنع الدورة الدموية الطبيعية.

الآثار الجانبية للدواء

بعض الأدوية قد تؤدي إلى الشعور ببرودة الأطراف
تسبب حاصرات بيتا (أنتينولول، بيسوبرولول...)، على وجه الخصوص، تضيق الأوعية مما يقلل من تدفق الدم إلى اليدين والقدمين. العلاجات الأخرى لها نفس التأثير، مثل أدوية الصداع النصفي. تؤدي مضادات

السيارة إلى أي محل أو إعدادها للحركة إلا بأمر تحريري يصدره الوزير إلى مدير الشرطة العام والى ضابط الشرطة المسؤول عن الوحدات المذكورة، ويكونا مسؤولين إذا خالفا ذلك. اعاشتها:

١. على أمر القوة السيارة أن يطلب إلى متصرفية اللواء الذي يكون فيه مقر الوحدات المرابطة من القوة المذكورة إجراء مناقصة بواسطة المجلس الإداري لتجهيز الأرزاق إلى تلك الوحدات من أفراد الشرطة، وضباط الصف فقط وفقاً للنسب والشروط المتبعة. ٢. يتم توزيع التجهيزات وكميات العتاد والماء بواسطة السيارات الحكومية التابعة للقوة، وعند تعذر ذلك تستعمل وسائل النقل المحلية بمساعدة سلطات اللواء مقابل أجور تدفعها أمرية القوة المذكورة، أو شرطة اللواء المختص بطلب من الأمرية، أو شرطة اللواء. ٣. يتم تجهيز العلف إلى جياد القوة من قبل متعهد اللواء الذي يكون فيه مقرها، وإذا لم يوجد متعهد فتجرى المناقصة المتبعة (بموجب الوصايا الأنفة الذكر).



علامات نقص فيتامين E عند النساء.. لا تستهيني به

الإشارات بشكل صحيح، مما يؤدي إلى الشعور بالتعب والوخز، وهي أعراض تسمى أيضاً الاعتلال العصبي المحيطي...



ضروري للجهاز العصبي المركزي، حيث يعتبر من بين مضادات الأكسدة الرئيسية في الجسم، ويؤدي نقصه إلى الإجهاد التأكسدي الذي يمكن أن يؤدي إلى ضعف العضلات.

٣- صعوبات في التوازن والمشية: يمكن أن يتسبب النقص في تحلل بعض الخلايا العصبية، مما يضرب قدرتها على نقل الإشارات بين المخ والأطراف.

٤- التئيم والوخز: يمكن أن يمنع تلف الألياف العصبية الأعصاب من إرسال

غذائية تحتوي على هذا الفيتامين المهم. أعراض نقص فيتامين إي عند النساء يتسبب نقص فيتامين إي في الشعور بالتئيم والوخز نتيجة تلف الألياف العصبية

١- حدوث ارتباك ومشاكل في الرؤية؛ لأن نقص فيتامين إي يمكن أن يضعف مستقبلات الضوء في شبكية العين وخلايا أخرى في العين، وهذا يمكن أن يؤدي إلى فقدان البصر مع مرور الوقت.

٢- ضعف العضلات؛ لأن فيتامين إي

فيتامين إي E هو فيتامين أساسي قابل للذوبان في الدهون، مما يعني أنه يتطلب امتصاص الدهون من النظام الغذائي بشكل صحيح، ويتم تخزينه في الكبد قبل إطلاقه في مجرى الدم لاستخدامه.

يوجد فيتامين إي في ثمانية أشكال كيميائية، وعادة ما يكون المستوى الطبيعي لفيتامين إي في حدود ٥,٥-١٧ ملجم/لتر. وعندما يكون مستوى فيتامين إي لدى الشخص البالغ أقل من ٤ ملجم/لتر، فعادة ما يحتاج إلى مكملات

تعرفي على أهم الأغذية التي تزيد سرعة النطق عند الأطفال

وينصح الأطباء داهماً بتعرض الأطفال منذ الولادة لأشعة الشمس الصحية، للحصول على فيتامين «د» الطبيعي. أسباب تأخر الكلام عند الطفل هناك بعض الأسباب لتأخر الكلام عند الأطفال، والتي لا يكون علاجها مقتصرًا فقط على الفيتامينات، لكن ربما تشمل أيضاً جلسات التخاطب والجلسات النفسية والسلوكية مع تجنب بعض العادات اليومية السيئة، مثل الجلوس فترات طويلة أمام الشاشات كالموبايل والتلفزيون والتابلت. ومن أسباب تأخر الكلام عند الطفل ما يلي: مشكلات السمع، وأبرزها التهابات الأذن المتكررة. متلازمات مرضية ممتلازمة داون أو التوحد. الصدمات النفسية الشديدة كالموت والسفر المفاجئ وانفصال الأهل وما شابه. عيوب خلقية في الفم مثل الشفة الأرنبية واللسان المربوط. التلعثم بسبب الخجل المفرط. الجلوس ساعات طويلة أمام الشاشات دون تفاعل. عدم الحديث أو التواصل مع باللغة الأم للأهل، والتحدث معه بلغتين مختلفتين معاً، كدمج العربية والإنجليزية دون فصلهما في تكوينات جمل صحيحة وواضحة، مثل «أحضر الـ shoes» «اشرب الـ water» فيتشتت الطفل بين اللغتين ويعاني من تأخر الكلام.

الأبراج

برج الحمل

مهنيًا: تساهم حيويتك الدائمة في إتمام مهامك على أفضل وجه وفي الوقت المناسب؛ عاطفياً: تعاني قلقلًا دائمًا، صراح الحبيب وقد يفاجئك بوقوفه إلى جانبك ومساعدته لك صحيانًا. تجذب المواجهات والنقاشات الحادة ولا تتعثر طائفتك، المطلوب الهدوء يا عزيزي

برج الميزان

مهنيًا: قد تشكلك في نيات بعض الزملاء، وتتخذ بعض الأمور أهمية كبرى بعدما اهتممتها في السابق أو تجاهلتها وخصوصاً إذا تعلقت بشراكة معية عاطفياً؛ كن حاسماً في بعض الأمور ومتفهماً في بعضها الآخر، وخصوصاً أن الشريك لا يملك القدرة على مواجهتك بكل الوسائل صحيانًا، إنتهى إلى ضغطك نتيجة العمل المرهق الذي تقوم به يومياً وقت متناخ

برج الثور

مهنيًا: تزداد مسؤولياتك هذا اليوم وتكون النتائج باهرة وتجذب في مصالحتك تحقيق لك أرباحاً غير متوقعة؛ عاطفياً: تجذب المشاكل العاطفية التي وقعت فيها سابقاً وتعلم منها خشية الوقوع فيها مجددًا صحيانًا؛ القلق والتوتر يسببان المشاكل الصحية، لكنها تزول قريباً وتستعيد هدوءك وعافيتك

برج العقرب

مهنيًا: تحقيق طموحات يحتاج إلى مزيد من الوقت، فكن صبوراً حتى تضمن تحقيق أهدافك نهائيًا وعلى نحو حاسم عاطفياً: جاذبيتك تجعلك في دائرة الضوء، ووقفتك إلى جانب الشريك يزيد إعجابك بك ويعزز الثقة بينكما صحيانًا؛ قد تسعى للتخلص مما يشغل بالك ويبيحك في حالة قلق وارق نادمين

برج الجوزاء

مهنيًا: إذا كان عمالك يتطلب منك مجازفة أو يضعك أمام أخطار معينة، فأنتي آدموك إلى الحرص الشديد وإلى تجنب المتاعب عاطفياً؛ مهما تنوعت الآراء بينك وبين الشريك، فإن الصراحة والشفافية تقيان الأساس المتين لهذه العلاقة الناجحة صحيانًا؛ أظهر قدرتك على التحمل في ما يتعلق بالحمية التي تتبناها، البداية صعبة، لكن النهاية سعيدة

برج القوس

مهنيًا: قد تتاح لك فرصة النجاح في مجال الإعلام والسياسة والكتابة الصحفية، وتحظى بمفاجأة سارة وغير متوقعة عاطفياً: قد تركز عليك انظار الشريك بسبب غضب تظهره أو استياء أو عدم رضى عمًا يحصل معك، ثم تعذر الأمور وتصبح على خير ما يرام صحيانًا؛ مهما بلغ حجم المشاعر اليومية، يبقى امامك بعض الوقت لممارسة الرياضة

برج السرطان

مهنيًا: تواجهك صعوبات جمة هذا اليوم لكنها لن تحد من نشاطك المعهود عاطفياً: لا يطلبي منك الحبيب سوى الثقة به لأنه يحبك ولا يرضى عنك بديلًا، حاول أن تفهم ذلك صحيانًا؛ أنت صاحب تصميم صلب عندما تقرر الإقدام على أمر ما، وهذا ما برهنته حتى الآن على صعيد اتباع حمية صحية للإفراط في الطعام

برج الجدي

مهنيًا: حاول أن تتجنب الجدالات العقيمة، وركز على المهم من أجل إنتاج أفضل، شرط معرفة الوقت المناسب عاطفياً: إذا كنت تشعر بان الاستقرار مع الشريك لم يعد ممكنًا، فبادر إلى البحث عن الأسباب لنبا لتصل إلى النتائج الوخيمة صحيانًا؛ يجب معالجة الأمراض التي تظهر فجأة، ولا تتردد في الذهاب إلى الطبيب بسرعة

برج الاسد

مهنيًا: إحذر غيرة أحد الزملاء، فقد يسبب لك مشكلة تصوق إنجاز مهامك وتعيدك إلى نقطة الصفر وتقتضي على طموحك عاطفياً؛ السعادة غالباً ما توفر لك مزيداً من الراحة، فتفكر على نحو أكثر راحة إلى جانب الشريك صحيانًا؛ مارس تنفيذ قرارك الذي اتخذته بشأن صحتك، والقاضي بوضع حد للإفراط في الطعام

برج الدلو

مهنيًا: تجذب التدخل في شؤون الآخرين، قد تعرض وظيفتك أو مصالحك العامة للخطر والفشل، لكنك تستدرك الأمر سريعاً عاطفياً؛ تفاهم مع الشريك يظهر لك حقيقته ويكشف أمامك شفائيته وإخلاصه، فتبدو الأمور أكثر وضوحاً صحيانًا؛ كثرة الضغوط التي تتعرض لها قد تنفجر وتحطم وضحك الصحن، انتبه

برج العذراء

مهنيًا: تميل إلى توسيع رقعة نشاطاتك فالمشاريع الكثيرة والنشاط موجه، وبيانتظارك أخبار بعيدة تثير البهجة إليك عاطفياً؛ قد يطرأ تطور لم تتوقعه، وأحداث فجائية تحرك المشاعر وتختلج على مضاعفة اهتمامك بالشريك صحيانًا؛ بادر فوراً إلى التخفيف من السهر حتى ساعات متأخرة، واخلد إلى النوم مبكراً

برج الحوت

مهنيًا: النقاشات غير المحيية لن تكون عاملاً إيجابياً لتبديل بعض الأمور التي تلوح في الأفق عاطفياً؛ إذا كنت تريد تحسين وضك العاطفي، عليك بذل جهود أكبر لتحقيق الهدف الذي حددته لنفسك صحيانًا؛ يجب أن يكون الفراش والوسادة مدموسين طيباً بسبب آلام ظهرك وربتك

هل يرث الأطفال نرجسية الآباء؟

عندما يتعلق الأمر بالأطفال، فإن تربيتهم من قبل الآباء النرجسيين يمكن أن يكون مدمراً للغاية، وقد يستمر في التأثير عليهم حتى عندما يكبرون ليصبحوا بالغين. فيطورون في أنفسهم سمات سلبية يصعب التخلي عنها. وقد يرثون هذه النرجسية من الأب فقط، وهذا ما يكون غالباً، لذلك تعرفي على بعض السمات السلبية التي قد يطورها أطفال النرجسيين في شخصياتهم، لتكوني قادرة على التعامل معهم.

قلة الثقة بالنفس

قد يشعر الأطفال المولودون لأبوين نرجسيين بالحاجة إلى إثبات أنفسهم. ومع ذلك، سوف يفتقرون إلى احترام الذات والثقة للقيام بذلك. نظراً لأن والديهم قد وضعوا معايير عالية.

إرضاء الناس بالموقف

غالباً ما يكبر أولئك الذين يولدون لأبوين نرجسيين ليكونوا متزلفين، وسيبدلون قصارى جهدهم لإرضاء الناس من حولهم. نظراً لأنهم لا يستطيعون قبول الرفض، فسوف يتأكدون من أنهم يبالغون رضا الآخرين.

يشعرون بالحاجة إلى الكمال

يميل الآباء النرجسيون إلى انتقاد جهود أطفالهم وإنجازاتهم. من المرجح أن يبألغوا في تضخيم نضالاتهم وإنجازاتهم، ما يجعل أطفالهم يشعرون بأنهم تافهون في معظم الأوقات. ولأنهم ملزمون بتوقعات والديهم الضخمة، فإنهم يعملون من أجل أن يصبحوا مثاليين، قبل أن يكتسبوا الخبرة. تعرفي إلى المزيد: لماذا يجب جمع الأطفال الصغار لعبة Peekaboo؟

لا يعرفون الاستقلالية

في حين أن جميع الأطفال يعتمدون على والديهم، لكن أولئك الذين يولدون لنرجسيين لا يمكنهم إعالة أنفسهم مستقبلاً، حتى لو كانوا قادرين على ذلك. إنهم يشعرون بالحاجة إلى سؤال والديهم عن كل شيء، لأن قرارات والديهم طغت على قراراتهم، وبالتالي يفقدون فرديتهم في الطريق.

يمكن أن يصبح التلاعب صفة شائعة في أخلاقهم

التلاعب سمة في شخصيتهم

التلاعب هو إحدى السمات الشخصية، التي قد يرثونها من والديهم. بالنظر إلى أن النرجسيين لديهم قدرة كبيرة على جذب الناس بكلماتهم وتفخيمهم للأحداث، فإن الأطفال الذين يولدون لمثل هؤلاء الأشخاص يطورون هذه الشخصية بمرور الوقت، ليثبتوا كفايتهم.

نقطة ضوء

حواضن الأجرام



الدواء الدكتور
عدي سمير الحساني

يعتبر الأمن الركيزة الأساسية للدولة والممر الأمن الذي من خلاله تسير عجلة الحياة في مسارها الصحيح، لذا من ضمن أولويات الحكومة هو تحقيق الأمن بمختلف مفاهيمه الأساسية والفرعية. ولكون الجريمة تعد من مزعزعات الاستقرار الأمني، لذا تسعى الأجهزة الأمنية جاهدة للبحث عن أسباب وأدوات الجريمة للحد منها ومنعها ومحاسبة القائمين عليها وصولاً إلى عملية التكامل الأمني المجتمعي والذي عادة ما يصعب تحقيقه حتى في أكبر وأكثر الدول استقراراً بسبب التطرف الفكري وهو ما تعانيه كل المجتمعات على حد سواء، المتقدمة منها أو النامية وهو تحصيل حاصل للتنوع المعرفي والثقافي والعرفي والديني.... الخ.

ولكن معدلات تلك الجرائم تختلف ما بين دولة وأخرى ومن مجتمع لآخر ومن وقت إلى وقت آخر، أي هناك عوامل معينة قد تزيد أو تنقص الخط البياني للإجرام كلاً بحسب بيئته، والسؤال هنا أين تختفي الجريمة لتظهر من حين لآخر؟ وللجواب عن هذا السؤال فإننا نحتاج لمعرفة حواضن الجريمة التي تنمي وتطور تلك الأفعال وتقوي أدواتها وتزيد من أعداد مرتكبيها. فلاشك أن تواجد أصحاب السوابق في التجمعات الشبابية الصغيرة (دون رقيب) له أثر واضح في انحراف النوايا والمقاصد إلى ما لا يحمد عقباه، كذلك فإن الانتشار الخفي لدور الدعارة من خلال التستر بساتر العائلة في المناطق السكنية، وإيضاً انتشار ظاهرة استئجار الشقق السكنية لمجموعة من الشباب، وكذا انتشار الصالات (وهي ظاهرة بدأت تتزايد بشكل سريع)، وكذا انتشار الصالات والحانات والنوادي الليلية غير المرخصة، والأهم من ذلك حالة الانفلات الإلكتروني وحلول مواقع التواصل الاجتماعي التي لا يمكن السيطرة عليها لتصبح أسرع وسيلة للجذب والإغراء ومؤثرة بشكل كبير جداً على الواقع من خلال عمليات الترويج للجريمة بشكل مباشر أو غير مباشر والتي أسست لبرامج فكرية متطرفة اندخلت معها القيم الإنسانية وتغيرت معها الروى الفكرية لتنتج مدارس تنتهج وتحضن الإجرام المعاصر بمفاهيمه المتطورة والحديثة لتنطلق أفعالاً وأعمالاً جرمية تزعج الاستقرار المجتمعي وتنتشر الرعب بين المواطنين. إذن هناك معطيات شرسة غير متكافئة الأطراف، فالإجرام لا دين له وسلوك متطرف تدرج ضمن مفاهيمه أبشع وأقذر الأفعال، وبالطرف الآخر تجد قواتنا الأمنية يحاولون القضاء على الجريمة بالسائل القانونية المتاحة من جهة وتطبيق معايير حقوق الإنسان والتعامل الإنساني من جهة أخرى، والتي أثبتت أنها الدرع الحصين للدولة، وهي قادرة على سحق كل من تسول له نفسه زعزعة استقرار العراق وأمنه.

كاركاتير



الشرطة المجتمعية في صلاح الدين تلقي محاضرة توعوية حول العنف ضد المرأة

مراهق يخرج «مفاجأة» من أنفه

من صعوبة في التنفس أثناء لعبه كرة القدم. وبحسب ما نقلت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية عن قمر، فإنه شعر مؤخرًا بالحم في أنفه، الأمر الذي جعله يغلق إحدى فتحات أنفه وينفخ بقوة، ليتفاجأ بخروج العملة المعدنية.



نسمع بين الحين والآخر أخباراً عن ابتلاع أطفال لعملات معدنية تم استخراجها لاحقاً، إلا أن قصة المراهق عمير قمر البالغ من العمر ١٤ عاماً تعد الأغرب على الإطلاق. وتمكن قمر من إخراج عملة معدنية من فئة الخمسة بنسات من أنفه بعدما ظلت عالقة هناك لقرابة ١٠ سنوات. وبحسب الفتى فإن العملة علقته في أنفه عندما كان في الرابعة من عمره، حيث أدخلها وهو يلعب، وظلت عالقة في تجويف الأنف، ولم ينجح الأطباء وفق والدة قمر في اكتشاف وجود جسم معدني في الأنف رغم زيارتها المتعددة للمراكز الطبية، بعدما اشتكى الفتى

عالقة 10 سنوات...

رجل يعثر على الأفاعي في منزله باستمرار

معرفة مصدرها، ولا النجاح في القضاء عليها. وطلب رضوان من المعنيين في وزارة الزراعة اللبنانية مساعدته لإيجاد حل نهائي لمشكلته، لافتاً إلى أن دخول الأفاعي منزله يبدأ مع فصل الربيع من كل عام ويزيد في آب، مع ارتفاع درجات الحرارة في الغابات المجاورة. وأشار إلى أن جيرانه لا يشكون مطلقاً من هجوم الأفاعي، كما أن هذه الزواحف لا تظهر في المنطقة والحدائق المجاورة والمحيط بالمنازل. وإيزال بلدة جبلية أرضها صخرية تنمو فيها أشجار السنديان، وتبعد عن طرابلس ٣٠ كيلومتراً، ولا يتجاوز عدد سكانها ٤ آلاف نسمة.

وكل أسبوع تقريباً يعثر على أفعى أو أكثر». وتابع رضوان: «العام الماضي عثرت على ٧ أفاع دفعلة واحدة منتشرة في أرجاء المنزل، ولم أدر وسيلة للقضاء عليها إلا وجربتها وفشلت، ثم لجأت إلى شركات خاصة بمكافحة الزواحف في بيروت أيضاً من دون جدوى، إلى أن أصبحت مهجراً بلا مأوى أنا وأطفالي». وأضاف: «أنا موظف في أحد المجمعات التجارية شرقي بيروت، أذهب إلى عملي مشدت الذهن وقلقاً على مصير أفراد عائلتي، وأسرع بالعودة إلى المنزل». ولفته إلى أنه ينفق راتبه، الذي لا يتعدى ما يعادل ٢٠٠ دولار أميركي، لمكافحة الأفاعي التي استوطنت منزله من دون

بين الحين والآخر. وفي حديث لموقع «سكاي نيوز عربية»، قال رضوان: «الأفعى التي وجدتها الأربعة لم تكن الأولى ويبدو أنها لن تكون الأخيرة، لأن هذا المسلسل مستمر منذ عدة سنوات عندما بدأت تأتينا الأفاعي». ويعيش رضوان (٥٠ عاماً) حالة من الذعر على أولاده وزوجته، ويقول إنه ورث المنزل من والده منذ ٢٠ عاماً وأضاف إليه لمسات معمارية خاصة كلفته مدخرات العمر، إلا أنه منذ ٥ سنوات، وفي مثل هذا الوقت من كل عام، يعثر في منزله على الكثير من الأفاعي. ويضيف: «عثرت على أفعى وقبعتها على اثنتين،



روى رضوان قصته التي لا تشبه غيرها من القصص، وجعلته يهجر هو وعائلته المؤلفة من زوجة و٤ أطفال، بيتهم، إلا أنه يحرص على تفقده

لم يفاجأ ياسر رضوان عندما عثر على أفعى تزحف في غرفة أطفاله، داخل منزله في بلدة إيزال بقضاء الضنية شمال لبنان، حيث تكرر الأمر بشكل مثير للقلق.

أغلى بطاطس مقلية في العالم.. مم تتكون؟

دخل مطعم في نيويورك موسوعة «غينيس» للأرقام القياسية، بعدما قدم طبق بطاطس مقلية «فريش فرايز» بقيمة ٢٠٠ دولار أميركي. ومنحت الموسوعة Serendipity٣ على الجانب الشرقي العلوي في مناهاتن، لقب المطعم الذي يقدم أغلى بطاطس مقلية في العالم يحمل اسم Creme de la Creme Pommes Frites.

للحفاظ على ركب قوية وصحية.. 3 أمور مهمة لا غنى عنها

يقول خبراء إن التركيز على صحة الركبة وقوتها أمر مهم لحياة نشطة وصحية، على اعتبار أن الركبتين تعدان من أهم المفاصل في جسم الإنسان. وذكر موقع «يو إس نيوز» الأميركي أن الركب القوية تساعد صاحبها في الحفاظ على التوازن وتجنب السقوط، الذي قد يؤدي إلى كسور خطيرة. وأضاف أن الركبتين السليمتين تجعلنا نتحرك دون ألم وتسمح بالمشي المريح والطبيعي، مبرزاً «ومع ذلك، لن تسمح

«أوبر» تكشف قائمة بأغرب المفقودات في رحلاتها

كشفت شركة «أوبر» عن مؤشر المفقودات السنوي السادس، الذي تضمن قائمة من أغرب ما نسيه الركاب خلال رحلاتهم في سيارات الأجرة الخاصة بها. ووفق مؤشر المفقودات، فإن قائمة الأشياء الأكثر شيوعاً في تركها داخل سيارات الأجرة في الولايات المتحدة، هي الكاميرات والمفاتيح ومحافظ النقود وحقائب الظهر وساعات الرأس والنظارات والسجائر الإلكترونية والبطاقات التعريفية وقطع المجوهرات التي قد تسقط من الركاب دون انتباههم. «أوبر» توفر طلبات «الحشيش» على تطبيقاتها في هذه الدولة أما قائمة أغرب المفقودات فقد ضمت ظفراً اصطناعياً وطعم أسنان و٥٠٠ غرام من الكافيار وزيا تنكرياً على شكل بيتزا.

UBER