

# رئيس مجلس الوزراء السيد مصطفى الكاظمي يتفقد عددا من عوائل الشهداء

تفاصيل أكثر من 2

رئيس التحرير  
السلامة الإلكترونية

8  
صفحات

## الحارس



صحيفة أسبوعية تصدر  
عن دائرة العلاقات والإعلام في وزارة الداخلية

Wed. 19/5/2021 - No. 436

العدد ٤٣٦ - ٢٠٢١/٥/١٩

أثنى على جهود فرق الدفاع المدني بإطفاء حريق الكرادة

## وزير الداخلية يوعز بإعادة تأهيل سيطرة معامل السعادة شرقي بغداد

الحارس - خاص

زار وزير الداخلية السيد عثمان الغانمي، برفقة السيد محافظ بغداد المهندس محمد جابر العطا، سيطرة معامل السعادة شرقي العاصمة بغداد.

حيث التقى السيد الوزير بعدد من الضباط، والمتسبين، واستمع الى طلباتهم واحتياجاتهم وكان في استقبال سيادته السيد قائد شرطة محافظة بغداد والسيد مدير السيطرات، وواعز بإعادة تأهيل هذه السيطرة بما يتلاءم مع موقعها وإضافة جمالية الى العاصمة بغداد.

ومن المؤمل ان يكون هناك تنسيق بين وزارة الداخلية ومحافظة بغداد في القضايا ذات الاهتمام المشترك كون هناك العديد من المشاريع والقضايا مسؤولية مشتركة. وفي سياق منفصل أثنى وزير الداخلية السيد عثمان الغانمي

على جهود فرق الدفاع المدني بإطفاء حريق اندلع داخل ثلاث مولدات كهربائية مع خزير وقود الكاز الخاص لتشغيلها في بدالة الجادرية ونجاحها بإبعاد النيران عن خزانات وقود البنزين الأرضية داخل محطة وقود الحرية الملاصقة لموقع الخزان، وطوقت فرق الدفاع المدني النيران المشتعلة بالقرب من المحطة وعزلت السننها عنها وانتهت الحادث دون تسجيل اصابات أو خسائر بشرية وتحجيم الاضرار المادية داخل البدالة دون تأثر عمل المحطة.

وقدم اهالي الكرادة شكرهم وتقديرهم للسيد وزير الداخلية ومن خلاله لابطال الدفاع المدني الذين دفعوا خطرا كبيرا عن منطقتهم باستبسالهم وسرعة استجابتهم بإطفاء الحريق.

## وكيل الوزارة لشؤون الشرطة يزور مديرية إدارة الموارد البشرية

## الاتصالات والنظم المعلوماتية؛ واجبا تقديم الخدمات وتأمين الاتصالات لجميع دوائر الوزارة

## مديرية شرطة نجدة بغداد: القبض على متهم بحوزته عملة مزورة في اليرموك

## الشرطة الاتحادية: تنفيذ عملية استباقية ضمن قاطع عمليات كركوك

## التدريب والتأهيل تقيم دورة القيادة الابداعية وتطوير العمل المؤسسي

الحارس - خاص

بمشاركة (١٢) برتبة (أعيد - لواء) من مختلف تشكيلات الوزارة تناولت الدورة موضوع القيادة وطرق تطوير العمل المؤسسي وكيفية اختيار الآراء والأفكار والتحليل المنطقي للقضايا والمشاكل وسبل تطوير العمل المؤسسي واتخاذ وصنع القرار ودور القائد في التخطيط الأميني.

## أبطال مديرية مكافحة المتفجرات ينفذون نشاطات نوعية في عدد من المحافظات خلال الشهر الماضي

الحارس - خاص

والكرامة، واليوم نرى أبطال قيادة قوات حرس الحدود وهم يواصلون عملهم رغم المصاعب، لتأمين الشريط الحدودي، وإحباط عمليات التهريب، وإلقاء القبض على المهربين والمتسللين، جريدة الحارس سلطت الضوء على بعض هذه الجوانب والتي توزعت على مناطق متفرقة من العاصمة بغداد

تفاصيل أكثر من 4

## قسم جوازات الأعظمية: إكمال إجراءات المعاملة لا يستغرق أكثر من يوم وتخصيص نوافذ للحالات الإنسانية

الحارس - خاص

إذ خدمة المواطن، وتبسيط الإجراءات هو الهدف الرئيس الذي تسعى تشكيلات وزارة الداخلية العمل به، واليوم ومن خلال العمل على تبسيط الإجراءات، وتقديم أفضل الخدمات للمواطنين تواصل أقسام الجوازات إنجاز معاملات المواطنين في ترويج المعاملات المتعلقة بجواز السفر، وفق سياقات مهنية، وتبسيط كبير للإجراءات، فضلا عن التأكيد على الالتزام

تفاصيل أكثر من 4

## مدير عام الدفاع المدني يجري جولة للاطلاع على جاهزية تأمين محصلي الحنطة والشعير من الحرائق

الحارس - خاص

والعاملين فيها، ولا يخفى على الجميع ان مديرية الدفاع المدني وبتوجيه كافة لهام دور مهم في التوعية المطلوبة لمختلف شرائح المجتمع بغية إيصال ثقافة الدفاع المدني ومتطلباته إلى الجميع، للحد من إخطار الحوادث وبالتالي المساهمة الفاعلة في الحفاظ على الاقتصاد الوطني بشقيه البشري والمادي..

تفاصيل أكثر من 5

## مدير عمليات الوزارة عملا يتضمن مكافحة سير الأحداث بشكل عام في مديريات الشرطة والقطاعات المتفرقة

الحارس - خاص

وانطلاقاً من حرصها لتسليط الضوء على عمل هاتين المديريتين ناقشت موضوع التنسيق الأمني للوقوف الى الشبكات الإرهابية، ومكافحة الإرهاب والجريمة مع مدير عمليات الوزارة اللواء الركن شاكر لفته الاسدي، ومدير النظم المعلوماتية العميد المهندس علي عبد هادي التميمي، حيث كانت محطتنا الأولى مع اللواء مدير عمليات الوزارة الذي تحدث قائلا: إن مديرية العمليات من المديريات المهمة والفعالة في وزارة الداخلية، والتي تقوم بدور كبير مهم، وتتضمن مسؤوليات جسيمة ومضاعفة من خلال إعداد الخطط العامة استنادا الى توجيهات معالي وزير الداخلية،

تفاصيل أكثر من 5

جهود ومساع كبيرة يبذلها أبطال وزارة الداخلية من أجل الدفاع عن البلاد، وحماية أمن المواطنين، وتأمين سلامتهم، والقضاء على كل أشكال الجريمة والإرهاب في العراق، وفي هذا المجال لا بد من بروز مديريات مهمة تنفذ خطط الوزارة وتعليماتها، وتحافظ على الأداء والواجبات الملقة على عاتقها، ومن بين هذه المديريات هي مديرية عمليات الوزارة، ومديرية النظم المعلوماتية، اللتان استطاعتا ان تحققا الكثير من الإنجازات التي يتفخر بها كل عراقي. صحيفة (الحارس)

الحارس - خاص

بمفاعلة واعتماد مباشر من قبل مدير عام التدريب والتأهيل

لزيادة ريادة علمي، اقامت مقررات التدريب والتأهيل في

مركز اعداد وتأهيل القادة دورة القيادة الادبعية وتطوير

العمل المؤسسي بمشاركة (١٢) برتبة (عبد - لواء، من

مختلف تشكيلات القوات المسلحة) تناولت موضوع القيادة

وطرق تطوير العمل المؤسسي وكيفية اختيار الاراء والافكار

والتحليل المنطقي للقرارات والمشاكل وسبل تطوير العمل

المؤسسي واتخاذ وضع القيا ودور القائد في التخطيط

الامني، وتم البقاء المحاضرات في هذه الدورة من قبل

ضباط كبار واكاديميين مختصين. تم اذ الاشارة الى ان

هذه الدورة تمكن من ايجاد معالجة المعوقات اثناء

النزاعات والسلم والقدرة على تطوير العمل المؤسسي عن

طريق تبادل الناحية والاخذ بالاراء، ومضوا الى صنع القرار

الناجح واليهم بطرح ومناقشة العمل المؤسسي ككل.



## وكالة الاستخبارات والتحقيقات الاتحادية تلقي القبض على عدد من المتهمين في محافظات مختلفة



الحارس - ثائر عبد الخالق

في إطار تفعيل الجهد الاستخباري لإلقاء القبض على المتهمين والمطلوبين للقضاء، وبما يسهم في تعزيز الاستقرار ومكافحة الجريمة والإرهاب، حيث تمكنت وكالة الاستخبارات والتحقيقات الاتحادية في محافظة ديالى بإشراف ومتابعة ميدانية من قبل السيد وكيل الاستخبارات في الوزارة من تفكيك خلية إرهابية مختصة بزراعة العبوات الناسفة مكونة من أربعة إرهابيين مطلوبين وفق أحكام المادة (٤) إرهاب، بحوزتهم عبوتين لاصقتين، وثلاثة هواتف مسلكة، وثلاث قذاحات تفجير، وفتيل تفجير، وخمس بطاريات تفجير، ودراجة نارية، وعجلة نوع كيا تستخدمان لنقل الإرهابيين، والعبوات الناسفة، وبعد إجراء التحقيقات الأولية مع المتهمين اعترفا بانتماهم بعدة لعصابات داعش ومشاركتهم بعدة عمليات إرهابية استهدفت القوات

الأمنية والمواطنين بما يسمى ( قاطع الكاطون )، فيما تمكنت مفاز وكالة الاستخبارات والتحقيقات الاتحادية في محافظة كركوك من إلقاء القبض على متهم، وذلك لقيامه بالتجارة بالعملة الأجنبية المزيفة، جاءت عملية إلقاء القبض على المتهم من خلال المتابعة المستمرة لقاطع المسؤول في المحافظة، بعد استدراج المتهم ونصب كمين محكم له، وتم إلقاء القبض عليه بالجرم المشهود وبحوزته (١٦٠.٠٠٠.٠٠٠) دولار امريكي مزيف فئة (١٠٠) دولار، حيث

اعترف من خلال التحقيقات بقيامه بتزوير العملة من خلال طابعة تعمل في منزله، وبعد الانتقال لمحل سكنه تم ضبط الطابعة والمواد التي تستخدم في عملية التزوير، فضلا عن قيامه بثلاث عمليات نصب واحتيال على المواطنين بترويج وبيع تلك العملة، وتم تدوين أقواله ابتدائيا وقضائيا، وتم اتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة بحقه، هذا وتستمر وكالة الاستخبارات والتحقيقات الاتحادية بالقبض على المتهمين والمطلوبين للقضاء العراقي، وبعملية نوعية ومتابعات دقيقة، تمكنت مفاز الوكالة في محافظة الديوانية من إلقاء القبض على متهم مطلوب وفق أحكام المادة (٤) إرهاب، والذي اعترف لدى التحقيق معه بقيامه بزراعة العبوات الناسفة في المحافظة المذكورة ومشاركته في تنفيذ العديد من الجرائم الإرهابية، وتم تدوين أقواله ابتدائيا وقضائيا بالاعتراف واتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة بحقه.

استمرارا في ملاحقة بقايا العصابات الإرهابية المهزومة ضمن قاطع عمليات كركوك، نفذت قوة مشتركة من اللواء الثامن عشر الفرقة الخامسة شرطة اتحادية، وفوج الآلي للفرقة بالتنسيق مع الجهد الاستخباري، ومفاز الطائرات المسيرة واجبا تفتيشا في منطقة سلسلة جبال حمرين وقرية الحمودية أسفر عن تدمير دراجة نارية تابعة للعصابات الإرهابية، إضافة الى العثور على كمية من مواد متفجرة، وتم رفع وإتلاف جميع المواد من قبل مفاز الجهد الهندسي. ومنشن الجهد الأمنية المستمرة لقطعات الشرطة الاتحادية في بغداد وكركوك وسامراء خلال الأسبوع) (٧٨) قطعة سلاح مختلفة الأنواع غير مرمخة، وتدمير ٨ لوكر تابعة للعصابات الإرهابية المهزومة، ورفع وإتلاف (٢٨) عبوة ناسفة (٨) مساطر من القاء القبض على (١٨)

متهما بترويج وتعاطي المواد المخدرة والقبض على (١٤) (١٤) إصاروخ SPG٩، و(٥) إصاروخ قاذفة RBGV، وفي سياق آخر تمكن الجهد الهندسي لقطعات الشرطة الاتحادية من تطهير ٢٠٦ دونم من القصب والادغال ضمن قواطع المسؤولية في كركوك وسامراء، ونفذت قوة من اللواء الاول الفرقة الاولى شرطة اتحادية عملية تفتيش في منطقة «النهران» جنوب شرقي بغداد، تم العثور خلالها

### الشرطة الاتحادية:

### تنفيذ عملية استباقية ضمن قاطع عمليات كركوك



على ٤ بنادق مختلفة الأنواع، ومسند تركي محور، ومخزن بندقية، بالإضافة الى عدسة ناظور، وفي السياق ذاته نفذت قوة من اللواء الثاني الفرقة الاولى شرطة اتحادية عملية تفتيش في منطقة «البلديات» شرقي بغداد عثر خلالها على بندقية كلاشكوف، ومسند صوتي، و٩ مخازن بندقية، ومخزني بندقية M٤ وحربية بندقية. تم ضبط جميع المواد والتعامل معها اصوليا.

## إنجاز أكثر من ٣٠٠٠ معاملة جواز خلال الاشهر الماضية من هذا العام

### قسم جوازات الأعظمية:

## إكمال إجراءات المعاملة لا يستغرق أكثر من يوم وتخصيص نوافذ للحالات الإنسانية



عثمان الغانمي بالعمل على تقديم أفضل الخدمات المواطن في دوائر وزارة الداخلية كافة، تواصل دوائر الجوازات عملها بإشراف مدير عام الأحوال المدنية والجوازات والإقامة اللواء رياض الكعبي، وإشراف مدير شؤون الجوازات اللواء احمد عبد الستار، موضعا أنه تم وضع آلية خاصة باستقبال المراجعين ومنع التقارب بينهم، فضلا عن التشديد على ارتداء الكمامات والكفوف، مؤكداً أن القسم ينظم بشكل مستمر محلات تغيير وتعقيم لمختلف أروقة القسم، وتابع العميد أن القسم أصدر العديد من الجوازات بشكل استثنائي ولظروف تخص العلاج وتتطلب السفر بشكل عاجل، موضعا أن القسم بدأ بإنجاز المعاملات الخاصة بالجوازات بانسيابية عالية، لافتا الى إنجاز أكثر من ٣٠٠٠ معاملة جواز خلال الأشهر الماضية من هذا العام، وأضاف العميد أن هناك متابعة مباشرة من قبل مدير عام الأحوال المدنية والجوازات والإقامة، ومدير شؤون الجوازات وتوجيهاتها المستمرة بتوفير كافة التسهيلات للمواطنين فيما يخص إنجاز معاملاتهم، وتبسيط الإجراءات الخاصة بسير المعاملة، موضعا أنه بإشراف مدير شؤون الجوازات تم تخصيص مكالات ونافذة خاصة للحالات الإنسانية، والعجزة وكبار السن، مبينا هناك ٤ نوافذ مفتوحة لإنجاز المعاملات، لافتا الى أن الفترة الماضية تم خلالها إنجاز عدد من المعاملات الخاصة بالحالات الإنسانية، والتي تتطلب سرعة بالإجراءات، مؤكدا توفير وسائل الراحة للمواطنين في قاعات الانتظار، مشيرا الى إجراء الصيانة الدورية لكافة أجهزة التبريد، بالإضافة الى صيانة الحمامات وأماكن

والجوازات والإقامة، قسم جوازات الأعظمية الذي يضم رقعة جغرافية كبيرة، والتي تشمل ٦ مكاتب صادرة منها بطاقة السكن، وهي المناطق التابعة لمكاتب القدس، وباب الشيخ، والأعظمية، والوزيرية، وباب المعظم، وعدد من مكاتب التابعة الى القناة، فضلا عن نقل عددا من المحلات السكنية من قسم جوازات الأعظمية الى قسم جوازات الصليخ، الحارس تحولت في أروقة القسم بعد أن باشر باستقبال المراجعين وتابعنا الإجراءات الوقائية المتخذة في كيفية تنظيم المراجعين، فضلا عن متابعة سير المعاملات وآلية العمل في القسم، والتقت مدير دائرة جوازات الأعظمية العقيد ياسر علي الجوراني، والذي أوضح لنا سياق العمل في الدائرة، مبينا أن حسب توجيهات معالي وزير الداخلية السيد

الحارس - نور الاسدي

إن خدمة المواطن، وتبسيط الإجراءات هو الهدف الرئيس الذي تسعى تشكيلات وزارة الداخلية العمل به، واليوم ومن خلال العمل على تبسيط الإجراءات، وتقديم أفضل الخدمات للمواطنين تواصل أقسام الجوازات إنجاز معاملات المواطنين في ترويج المعاملات المتعلقة بجواز السفر، وفق سياقات مهنية، وتبسيط كبير للإجراءات، فضلا عن التأكيد على الالتزام بالإجراءات الوقائية، والالتزام بوصايا اللجنة العليا للصحة والسلامة، وتعليمات وزارة الصحة، وحقت مديرية شؤون الجوازات إنجازات كبيرة في مجال إنجاز المعاملات، وإصدار الجوازات في اوقات قياسية، ومن الدوائر الاختصاصية للجوازات إحدى توابيع مديرية الأحوال المدنية

الاستراحة، وأضاف العميد ان المنظومة الجديدة في إصدار الجوازات أسهمت بشكل كبير في تحقيق نقلة نوعية في موضوع إصدار الجواز من كافة النواحي الفنية وفي مجال خدمة المواطن، أيضا وبعد أن أصبح العمل بالمنظومة الحديثة تم اختزال العديد من المراحل التعقيدية، فضلا عن السرعة في إعداد الجوازات التي تصدر بشكل يومي علاوة على ذلك الموضوع الأمني بخصوص الجواز، حيث إن المنظومة الحديثة تمتاز بدقة عالية في حفظ وأرشفة بيانات المواطنين، فضلا عن صعوبة اختراقها وتزويرها والقضاء على موضوع المعقبيين وضغفاء النفوس في استغلال المواطن، حيث أصبح بإمكان المواطن اليوم مراجعته للدائرة المعنية وينجز معاملة بنفس يوم المراجعة،

وأشار الى أن هناك سياق عمل ثابت يتم العمل به لإنجاز المعاملات الخاصة بالمواطنين كبار السن أو من ذوي الاحتياجات الخاصة، فضلا عن عوائل الشهداء، مؤكداً أن هناك اهتمام كبير بهذه الشريحة من المواطنين الكرام، حيث يتم استقبالهم منذ دخولهم للقسم واستلام المعاملة الخاصة بهم وإنجازها وفق السياقات القانونية بالسرعة بحيث لا يتحمل المراجع عناء مراحل سير إنجاز معاملته، مضيفاً أن التسهيلات، وتبسيط الإجراءات، وتذليل القيود تشمل شرائح عدد من اللافتات الإرشادية مثبتة على مختلف جوانب القسم لإرشاد المواطن عن مراحل إنجاز المعاملة.

### بعمليتين منفصلتين..

## مكافحة إجرام بغداد تحرر مخطوفا وتلقي القبض على الخاطفين وتحكم قبضتها على عصابة لسرقة الحقائق النسائية

الحارس - احمد سعد

الجريمة هي الفعل الذي يتم ارتكابه ويكون منافي للنظم الاجتماعية السائدة، ويكون فيه خروج عن القانون، وهي اي سلوك غير إيجابي وغير مقبول في المجتمع، ويتطلب ردة فعل في إصدار العقوبات ضد شخص مرتكبها، وينظر للجريمة بالمفهوم القانوني بأنها كل مخالفة لقواعد القانون الوضعي المعمول به، سواء أكانت هذه القواعد متعلقة بالقانون الجنائي أو غيره من القوانين، والأجهزة الأمنية بمختلف صنفونها هي الجهة المسؤولة عن إنفاذ القانون، ومحاسبة الخارجين عنه، ويعد مكتب مكافحة إجرام بغداد من أهم الأجهزة الأمنية المسؤولة عن الكشف والتحقيق في الجرائم التي لها اثر على أمن العاصمة بغداد وأمن المواطنين، وفي إطار

الجهود الكبيرة التي تبذلها مكافحة إجرام بغداد ليسط الأمن، ومكافحة الجريمة تمكن لمكتب مكافحة إجرام النهران من تحرير مخطوف، وإلقاء القبض على الخاطفين، وذلك بعد توفر معلومات حول حادث خطف احد المواطنين ضمن قاطع المسؤولية جنوب العاصمة بغداد، تم على الفور تشكيل فريقا للعمل والانتقال الى محل الحادث، وبعد التحري وجمع المعلومات ومن خلال الاستعانة بالوسائل الفنية الحديثة تم التوصل الى الجناة وتحديد مكان تواجدهم، وبعد استحصل الموافقات القضائية تم إلقاء القبض عليهم وهم متهمين اثنين وبدلائلتهما تم تحرير المخطوف من داخل دارهما، حيث تم عرض المتهمين أمام انظار السيد قاضي التحقيق وقرر توقيفهما وفق أحكام المادة ٤٢١ من قانون العقوبات عن جريمة الخطف، وعلى

صعيد متصل لدى مكتب مكافحة إجرام الفزالية القبض على عصابة قامت بعدة سرقات للحقائب النسائية في منطقة الفزالية ببغداد، وذلك بعد توفر معلومات حول وجود عصابة قامت بعدة سرقات حقائب نسائية كان آخرها سرقة حقيبة نسائية من امرأة وسحبها وأساقها في الشارع، فتم على الفور استنفاذ الجهد وتوجيه المفاز بالبحث والتحري وجمع المعلومات ونصب عدة سيطرات داخل المنطقة، وتم خلال ثلاث ساعات فقط القبض على الجناة وهم متهمين اثنين يستقلان دراجة نارية، وضبط بحوزتهما (مبالغ مالية مسروقة مع مسند وجهاز موبايل)، تم التحقيق معهما ودونت أقوالهما بالاعتراف عن أكثر من عملية سرقة، وتم تصديق أقوالهما قضائيا أمام السيد قاضي التحقيق وقرر توقيفهما وفق أحكام المادة ٤٤٦ ق.ع..



## الدفاع المدني.. دور مهم في الحفاظ على الاقتصاد الوطني

### مدير عام الدفاع المدني يجري جولة للاطلاع على تأمين محصولي الحنطة والشعير من الحرائق في عدد من المحافظات



بوقت مناسب لأهمية هذين المحصولين، وفي إطار الجهود المبذولة من قبل مديرية الدفاع المدني للحفاظ على محصولي الحنطة والشعير من الحرائق أجرى مدير عام الدفاع المدني اللواء كاظم سلمان بوهان جولة في المحافظات لغرض التوعية والإرشاد والمباشر على الإجراءات المتبعة من قبل مراكز وفرق الدفاع المدني في هذه المحافظات التي من شأنها حماية هذه المحاصيل من الحرائق، وترأس مدير عام الدفاع المدني اللواء كاظم سلمان بوهان اجتماعاً في محافظة بابل لتأمين موسم الحصاد لمحصول الحنطة والشعير بحضور السيد قائد شرطة محافظة بابل اللواء الدكتور علي هلال، وحضور السيد معاون مدير عام الدفاع المدني لشؤون الإطفاء والسلامة



محافظة بابل لتأمين موسم الحصاد لمحصول الحنطة والشعير بحضور السيد قائد شرطة محافظة بابل اللواء الدكتور علي هلال، وحضور السيد معاون مدير عام الدفاع المدني لشؤون الإطفاء والسلامة

### مدير العلاقات والإعلام في مديرية الدفاع المدني: إعداد خطة من ثلاثة محاور لتأمين محصولي الحنطة والشعير من الحرائق

المعيد حسن إبراهيم حسن، ومدير دفاع مدني محافظة بابل المعيد حامد حسن بركوش، وعدد من مدراء وضباط المديرية للتنسيق والعمل المشترك في نشر وصايا وإرشادات الدفاع المدني للمزارعين من خلال توحيد الجهود مع منتسبي الشرطة المجتمعية، بحضور مدير شعبة الشرطة



رئيسية، وهي المحور الأول استباقي



مديرية الدفاع المدني في محافظة بابل المعيد حامد حسن بركوش، وعدد من مدراء وضباط المديرية للتنسيق والعمل المشترك في نشر وصايا وإرشادات الدفاع المدني للمزارعين من خلال توحيد الجهود مع منتسبي الشرطة المجتمعية، بحضور مدير شعبة الشرطة

مديرية الدفاع المدني في محافظة بابل المعيد حامد حسن بركوش، وعدد من مدراء وضباط المديرية للتنسيق والعمل المشترك في نشر وصايا وإرشادات الدفاع المدني للمزارعين من خلال توحيد الجهود مع منتسبي الشرطة المجتمعية، بحضور مدير شعبة الشرطة

تمثل بالعمل الطبيعي للدفاع المدني من تنفيذ كشوفات السلامة والوقاية ولمختلف المشاريع المحددة بقانون الدفاع المدني رقم (٤) لسنة ٢٠١٣، والتوعية الصحية لإرساء ثقافة الدفاع المدني، وأن الإجراءات خلال الحادث والمعروفة لجميع العاملين في الدفاع المدني

وبمختلف صنفه، ومن بعدها تأتي الإجراءات التي تكون ما بعد أي حادث كبير ومهم من خلال عقد المؤتمرات التحليلية للمشاركين في الحادث بغية تطوير العناصر الإيجابية التي اتضحت خلال الحادث ووضعها أساس عمل وتلافي السليطات عبر وضع المعالجات الصحية لها، وأن مديرية الدفاع المدني العامة تصدر بصورة مستمرة الإرشادات والتوصيات لتكون الحجر الأساس للعمل التوعوي، والذي من المؤمل تطويره عبر المقترحات والملاحظات الجديدة لكل حالة، ومن الإرشادات المهمة التي تصدرها مديرية الدفاع المدني بصورة مستمرة وخصوصاً بعد تسجيل عدد من الحرائق في محصولي الحنطة والشعير للذان يعتبران العصب الرئيسي للسلة الغذائية، فلنحذر الحرائق أسباب ولديها معالجات وإجراءات احترازية، وأن مديرية الدفاع المدني العامة تتخذ جملته من الإجراءات قبل حصاد هذين المحصولين

الحارس - احمد سعد  
مديرية الدفاع المدني العامة من المديرية المهمة التابعة لوزارة الداخلية، فهي المسؤولة عن حفظ سلامة المواطنين وممتلكاتهم والممتلكات العامة من الحرائق، وتعمل على مكافحة الحرائق، واتخاذ الصابيين أثر الحرائق أو الكوارث الطبيعية، بالإضافة إلى إجراء كشوفات السلامة على المشاريع لمطابقتها شروط السلامة والأمان حفاظاً على المشاريع والعاملين فيها، ولا يخفى على الجميع أن مديرية الدفاع المدني ويتولايها كافة لها دور مهم في التوعية المطلوبة لمختلف شرائح المجتمع بغية إيصال ثقافة الدفاع المدني ومتطلباته إلى الجميع، للحد من إخطار الحوادث وبالتالي المساهمة الفاعلة في الحفاظ على الاقتصاد الوطني بشقيه البشري والمادي، فضلاً عن الاستفادة من هذه الإرشادات في الندوات العامة والمحاضرات واللقاءات الإعلامية لوسائل الإعلام المختلفة، وهذا كله لدعم العمل التوعوي الذي أصبح ضرورة ملحة للتقليل من فرص حدوث الحوادث بعد أن تنوع وتشعب العمل في مختلف الاختصاصات، والذي استوجب تطور سريع في المجال التوعوي الذي يعد ركنا مهماً وأساسياً في عمل الدفاع المدني، لا سيما إذ عرفنا بأن عمل الدفاع المدني يكون قبل الحادث وبمختلف أنواعه وخلال الحادث وبعد الحادث، حيث إن الإجراءات قبل الحادث

### مدير الرقابة والتدقيق الداخلي في مديرية أحوال الكرخ:

## وضع خطة تنظيمية لتحقيق كفاءة إنتاجية عالية وحماية المال العام والحفاظ عليه



الخاصة بكل حالة ، سواء أكانت إصدار بطاقة وطنية، أو طلب صورة قيد، أو طلب نقل نفوس، أو تغيير اسم أو لقب وغيرها من المتغيرات الحياتية التي تطرأ على حياة المواطن، لذلك فإن منتسبي شعبة الرقابة والتدقيق الداخلي مع امتلاكهم الخبرة الكافية والمهنية في مجال عملهم يعملون بصورة مباشرة ويومية على مراقبة وتوجيه العاملين في هذه الدوائر، وتحثهم بضرورة حماية المال العام، والحفاظ عليه، والعمل على استيفاء الرسوم القانونية المطلوبة، وتعمل بشكل كبير على الحد من وقوع حالات الغش والفساد والرشوة والأخطاء، أما في حالة حصول تلك الأخطاء، لا سامح الله فإننا نعمل على اكتشافها من خلال تدقيق السجلات لتلك الدوائر ومقر المديرية بصورة مستمرة، مما ينتج عن هذا الإجراء تقييم دقيق لكفاءة وفعالية عمل تلك الدوائر مع العاملين فيها ضباطاً ومنتسبين وموظفين مدنيين، كذلك فإننا أثناء جولتنا التفتيشية المفاجئة لسجلات وحسابات هذه الدوائر، نعمل على التوجيه المستمر بضرورة التقيد بالقوانين والتعليمات الصادرة من قبل معالي وزير الداخلية السيد عثمان الغانمي التي تنص على وجوب الحفاظ على المال العام، وعدم هدر الأموال في مشاريع غير الضرورية، وكذلك وجوب استيفاء الرسوم السبائية وغير السبائية زيادة الميزانية المالية للحكومة التي تمكن من إنجاز وتنفيذ المشاريع الخدمية المختلفة التي تصب في مصلحة المواطن، ومن هنا يتبين العلاقة طردية في تفعيل إجراءات الضبط، حيث إن كلما زادت إجراءات الضبط كلما زاد حجم الموارد والإنتاج، والحد من فرص الهدر



الذي قال: إن المفهوم العام لمصطلح الرقابة والتدقيق الداخلي هو عبارة عن مجموعة من الإجراءات والوسائل التي تبنتها إدارة الدائرة من خلال وضع خطة تنظيمية مهمتها حماية الموجودات والاستعلام عن دقة البيانات الحاسوبية والإحصائية في سبيل تحقيق كفاءة إنتاجية عالية، وضمان تماسك المنتسبين العاملين في هذه المديرية وتوابعها بالخطط والقوانين الموضوعية من قبل المراجع في وزارة الداخلية بهدف إنجاز معاملات المواطنين بصورة صحيحة ودقيقة، ونحن في مديرية أحوال بغداد الكرخ نعمل مع (١١) دائرة فرعية مختصة بإصدار البطاقات الوطنية للمواطنين المسجلين ضمن سجلات تلك الدوائر، إضافة إلى مقر المديرية وكل هذه الدوائر لديها حسابات خاصة بإنجاز معاملات المواطنين التي يترتب عليها استيفاء الرسوم الحكومية

الحارس - المقدم عامر العتيبي  
يعد نظام الرقابة والتدقيق الداخلي من أهم مكونات التنظيم الإداري والمالي في مؤسسات الدولة الحديثة كافة، وفي مختلف الوزارات، ذلك لأنه يؤمن حماية كاملة للموارد المالية والخيرية من الهدر والتلف وسوء الاستعمال، ونظام الرقابة والتدقيق الداخلي له أهمية بالغة لدى المنظمات المهنية الدولية والإقليمية، كونه يوفر نظام رقابي متكامل ومتكامل بما يضمن تحقيق الأهداف المطلوبة من قبل الإدارة العليا في أي مؤسسة أو مديرية لمكافحة الفساد الإداري والمالي في تلك المؤسسات بدرجة عالية، إلى ذلك التفتت جريدة الحارس بمدير الرقابة والتدقيق الداخلي في مديرية أحوال بغداد الكرخ الأستاذ ماجد جاسم عبد الحسين

سوء الاستخدام لأموال الدولة، وأضاف أن شعبة الرقابة والتدقيق الداخلي تسهم في إعداد الدراسات العملية لضبط الداخلي كون مديرية أحوال بغداد الكرخ لديها دوائر فرعية تقوم بتقديم خدمات للمواطنين من خلال إصدار المستمسكات الثبوتية البطاقة الوطنية، حيث قمنا بتطبيق عناصر نظام الرقابة الداخلية وتوامة تعليمات النظام المحاسبي الماركرزي الحكومي الصادر من وزارة المالية الذي يبين فحواه الدليل الإشرافي لوحدة التدقيق الداخلي في الوزارات كافة، الصادرة عن ديوان الرقابة المالية الاتحادية لتكون واقعاً تطبيقياً وليس نظرياً، حيث أعدنا هذه الدراسة باللفة العربية والإنجليزية التي من المزمع أن تترجم قريباً أمام أنظار السيد المدير العام لتعال رعايته وعنايته الكريمة، وبين الأستاذ ماجد إن منتسبي شعبة الرقابة والتدقيق الداخلي في

هذه المديرية يقومون بصورة يومية بأعمال التدقيق والمراقبة والتقييم لمفاصل ودوائر مديرية أحوال بغداد الكرخ كافة، كذلك العمل على رفع التقارير اللازمة إلى مدير المديرية اللواء عباس حسين كاظم بصوره مستمرة وهو بدوره يعمل على اتخاذ الإجراءات وأوضاع المناسبة لتلك المعلومات والبيانات، وأوضح أن الرقابة والتدقيق الداخلي يكون عمله في كل دائرة لها خطة تنظيمية وإدارية ناجحة من خلال وجود هيكل تنظيمي قادر على تحديد الصلاحيات والمسؤولية لكل المنتسبين في الدائرة مع توفير إجراءات قانونية صارمة تتخذ بكل حق منتسب أو موظف خلف نظام الضبط الداخلي، ويتم ذلك عن طريق إيمانهم لفصل واضح ما بين الواجبات المختلفة المناطة بالعاملين في تلك الدوائر.



الحارس

# الرياضي

## استعدادا لبطولة كأس وزير الداخلية.. إدارة النجدة تجتمع بفريق الصالات

الحارس : ستار الساعدي



اجتمعت الهيئة الادارية لنادي النجدة الرياضي بالملك التديني ولاعيي فريق كرة الصالات التي تنتظرهم مشاركة مهمة ممثلة بنهائيات كأس وزير الداخلية التي ستنتقل نهاية الشهر الحالي. واكد مشرف فرق كرة القدم في النادي السيد ضياء كاظم جبر ان نهائيات كأس السيد وزير الداخلية لها اهمية خاصة بالنسبة للفريق نظرا لما تحمله البطولة

من مسمى تسعى ادارة النادي للحصول عليها وتأكد رياتها في هذا المجال كما فعلتها في مرات سابقة، مبينا دعم ادارة النادي

بالكامل للفريق وتلبية احتياجاته لغرض الحصول على لقب البطولة وفق الدعم اللامحدود التي تقدمه ادارة النادي بالتعاون مع مديرية شرطة النجدة كون البطولة تحمل الجانب الرياضي في مؤسسة عسكرية امنية. من جانبه عبر مدرب فريق كرة القدم للصالات الكابتن جمال حميد شونه عن شكره وتقديره لادارة النادي على تلبية احتياجات الفريق

من توفير معسكر داخلي الى تجهيزات ذات منشأ عالمي وصولا الى دعم الفريق ماديا ومعنويا. يذكر ان نهائيات بطولة كأس السيد وزير الداخلية ستقام في محافظة اربيل. وتمكن فريق النجدة للصالات من التأهل الى النهائيات للسنة الثالثة على التوالي بعد ان قدم اداء مميزا في مرحلة التصنيفات الأولية.

## اتحادا العراق وقطر يعزبان بوفاة مدرب منتخب اليمن

للاتحاد اليمني، ولأسرة الفقيد والشعب اليمني.

تلقى الشيخ أحمد صالح العيسى رئيس الاتحاد اليمني لكرة القدم برقيتي عزاء من الاتحادين العراقي والقطري للعبة، بوفاة الراحل سامي نعاشر، المدير الفني لمنتخب اليمن.

واتصل

خليفة

بنيان محمد النداوي رئيس الهيئة التطبيعية للاتحاد العراقي، والشيخ حمد بن خليفة بن أحمد آل ثاني رئيس الاتحاد القطري، والتعازي والمواساة اليمنية.

## فوز صعب للشرطة على الميناء

حقق فريق الشرطة فوزا متاخرا على الميناء، بنتيجة (٢-٣)، على ملعب الفيحاء، لحساب الجولة ٣١ من الدوري العراقي الممتاز. وشهدت المباراة إثارة كبيرة، حيث تقدم الميناء ببركلة جزاء في الدقيقة (٢٤) سجلها حسام مالك. وتعادل الشرطة بواسطة محمد قاسم في الدقيقة (٤٣)، لينتهي الشوط الأول بنتيجة (١-١). وانتفض الشرطة في الشوط الثاني، وسجل الهدف الثاني عبر محمد داود في الدقيقة (٥٢). لكن الميناء عاد للمباراة بهدف ثاني في الدقيقة (٧١) باقدام اللاعب سيف جاسم. واضاع امجد

عطوان ركلة جزاء للشرطة في الدقيقة (٧٦) بعد ان نفذها خارج المرمى. لكن عطوان أحرز الهدف الثالث، بعد ان تلقى عرضية من محمد داود في الدقيقة (٨٦). وشهدت المباراة طرد ٣ لاعبين هم حسام مالك وأحمد خالد من الميناء، وسعد ناطق من الشرطة، لتنتهي المباراة بفوز الشرطة (٣-٢). واستعاد الشرطة وصافة الدوري العراقي برصيد ٦١ نقطة، فيما تجدد رصيد الميناء عند النقطة ٣٨ في المركز التاسع.

## لحساب الجولة الخامسة من دوري الناشئين.. ناشئة الحدود تتغلب على المرور

الحارس : خاص



واصلت ناشئة الحدود عروضها المميزة عندما اكتسحت فريق المرور برباعية مقابل هدف واحد. سجل الاهداف كلا من سجاد امير واوس فراس وعلي محمد ومحمد صادق، وفي نفس السياق حقق فريق ناشئة الحدود ضمن مباريات دوري الناشئين على فريق الحسين بنتيجة (١-٣) ليرفع قتيان الحدود رصيدهم الى سبعة نقاط.

## خبر وصورة

## مبابي يدفع باريس نحو محمد صلاح



وهناك إمكانية لتقديم عرض رسمي وفقا لما يستفسر عنه مستجدات الأمور في الأسابيع القليلة المتبقية من الموسم الجاري. وأوضحت أن ما دفع النادي الفرنسي نحو نجم منتخب مصر هو القلق الشديد بشأن مصير كيليان مبابي، الذي تعلقت مفاوضات تمديد عقده، وهناك تكهنات بأنه يفكر في الانتقال إلى دوري جديد. وقالت ليكيب «نتيجة لعدم اليقين بشأن مستقبل مبابي، بدأ مسؤولو باريس سان جيرمان في وضع خطط طوارئ، مع وجود صلاح كخيار محتمل».

تحرك نادي باريس سان جيرمان خطوة جادة نحو التعاقد مع محمد صلاح نجم ليفربول الإنجليزي. وذكرت صحيفة «ليكيب» الفرنسية أن مسؤولي بي إس جي تواصلوا مع صلاح وممثليه لاستطلاع رايه بشأن إمكانية تقديم عرض رسمي لشراؤه خلال فترة الانتقالات الصيفية المقبلة. وأضافت أن صلاح يواجه مستقبلا غامضا داخل قلعة أنفيلد، ويمكن أن يرحل عن صفوف الفريق بنهاية الموسم الجاري. وتابعت أن المفاوضات بين الطرفين تبدو في مراحلها الأولية،

## التاريخ ينصر تشيلسي.. ويشعل نار السيتي بثأر قديم

من جهة، بلغ مانشستر سيتي، نهائي تاريخه، والثاني أمام ممثل لمدينة مانشستر، حيث خسر أمام يونايتد في نهائي ٢٠٠٨، بينما حقق لقبه الأول على حساب بايرن ميونخ في ٢٠١٢. تشيلسي فنجح في تجاوز ريال مدريد.

تتجه أنظار عشاق كرة القدم حول العالم، صوب ملعب الدراجو في البرتغال يوم ٢٩ مايو/أيار الجاري، حيث يصطدم تشيلسي بمانشستر سيتي، في نهائي دوري أبطال أوروبا. ويخوض

## وجه جديد في قائمة إيطاليا الأولية

استدعى روبرتو مانشيني مدرب إيطاليا مهاجما جديدا لتشكيلة الأولية لمنتخب بلاده التي ضمت ٣٣ لاعبا، استعدادا لبطولة يورو ٢٠٢٠. وبات مهاجم ساسولوجياكوموراسبادوري (٢١ عاما) الذي لم يسبق له تمثيل المنتخب الأول، أحدث الوجوه في تشكيلة المنتخب الأول. وستنخفض التشكيلة إلى ٢٦ لاعبا قبل نهاية الموسم.

## كين يصل لخط النهاية مع توتنهام

كشف تقرير صحفي إنجليزي، عن مفاجأة كبرى تتعلق بمستقبل النجم هاري كين، مهاجم توتنهام هوتسبيرز. وارتبط اسم كين (٢٧ عاما) بمفارقة توتنهام هذا الصيف، بحثا عن تحقيق الألقاب، والذي فشل في تحقيقها مع الفريق اللندني، وكذلك في ظل اهتمام العديد من عملاقة أوروبا بالحصول على خدماته. وبحسب شبكة «سكاي سبورس»، فإن كين أخبر إدارة توتنهام برغبته في الرحيل عن صفوف الفريق هذا الصيف. ويتصدر كين قائمة هدافي البريميرليج هذا الموسم برصيد ٢٢ هدفا، بالتساوي مع النجم المصري محمد صلاح، مهاجم ليفربول.

## ريال مدريد يعلن انتهاء موسم كروس

أعلن ريال مدريد رسميًا، إصابة نجمه الألماني توني كروس، بفيروس كورونا المستجد، ليتأكد غيابه عن المباراة الأخيرة في اليجا أمام فياريال. ودخل كروس في العزل الصحي منذ يوم الجمعة الماضي، بعد مخالطته أحد الأشخاص المصابين بفيروس كورونا. وغاب عن

## سؤال كومان المحير بين التبرير وإثبات العجز



كانت الخسارة أمام سيلتا فيجو في كاميپ نو، الهزيمة السابعة لبرشلونة هذا الموسم، وهو العدد الأكبر منذ موسم ٢٠٠٧-٢٠٠٨. ويعني ذلك أن الفريق يمكن أن ينهي الدوري الإسباني في المركز الثالث في أفضل الأحوال. وبعد الفوز في ٨ من آخر ١٢ لقبا للدوري قبل بدء الموسم الحالي، يبرز السؤال المهم: أين الخطأ في برشلونة؟ إذا لم يكن ميسي، فمن؟ سجل القائد ليونيل ميسي ٣٠ هدفا في الدوري حتى الآن. وألقى المدرب

لدوري أبطال أوروبا الموسم المقبل بدلا من المنافسة على اللقب. كوارث دفاعية لطالما اشتكى كومان من قدرة المنافسين على الحسم هجوميا أمام برشلونة، لكن ذلك يعكس خطورة الفرص التي يهديها فريقه لمنافسيه. لا يزال الفريق يعتمد كما هو الحال دائما، على جيرار بيكيه (٣٤ عاما) وظهر جليا أن كليمنت لينجليت وصامويل أوميتي يجدان صعوبة في مشاركته في قلب الدفاع. ومع ذلك، فإن الاعتماد الدائم على بيكيه بدأ فاشلا للغاية أمام باريس سان جيرمان في دوري أبطال أوروبا. وانتشرت صورة كيليان مبابي وهو يركض سريعا وبيكيه خلفه في فوز الفريق الفرنسي ٤-١ في كاميپ نو بشدة على الإنترنت، وأصبحت

مثار سخريه من اللاعب والنادي الكتالوني على السواء. ويجب على برشلونة إيجاد شريك يعتمد عليه في قلب الدفاع إلى جوار بيكيه. وكذلك خليفة للمدافع الإسباني. خطأ آخر قرار برشلونة بإقالة إرنستو فالغيري، الذي فاز بلقبين متتاليين، عندما كان مستعدا للدوري في يناير/كانون الثاني ٢٠٢٠ لم يبدأ أبدا خطأ في الحسابات. وأقيل خلفيته كيكي سبيتين الصيف الماضي ليتولى كومان المسؤولية خلفا له. ورغم أنه أحد أساطير النادي كلاعب، لكن تاريخ كومان التدريبي على صعيد الأندية يجعل التعاقب معه مقامرة يبدو أنها جاءت بنتائج عكسية. وفاز برشلونة بلقب كأس ملك إسبانيا، أول القاب المدرب الهولندي منذ ٢٠٠٩، ومع ذلك يعاني النادي من سجل متواضع في المواجهات الكبرى مع كومان.

## كيف يحافظ النوم على صحة الأطفال؟



مغادرة الغرفة لعدة دقائق، والعودة لتفقدته، وتكرار الحركة حتى ينالم. ومعانعة الطفل وهو على سرير، وتهدئته حتى يصبح مستعداً للنوم، وإعطاء الطفل لهاية لمساعدته على الاسترخاء. وهناك نصائح لجعل الطفل ينالم مبكراً من قبل أفراد المنزل، وتعويد الأطفال على النوم قبل الكبار، لأن على الكبار إنهاء بعض المهام، وجعل الأطفال ينامون في غرف منفصلة بعد الشهر السادس، فضلاً عن ترتيب طقوس النوم، كنظف الأسنان، والدخول إلى الحمام، وقراءة قصة لهم، أو غناء أغنية، وجعل عادات النوم ملازمة له سواء كانت قيلولته أم في الليل، كذلك تجتنب

للطفل. كذلك اتباع روتين وقصير للنوم، من خلال تحديد موعد ثابت للنوم، وربطه بشيء محب للطفل، مثل سماع موسيقى، أو قصة، بالإضافة لتحميم الطفل حماماً سريعاً لا يتجاوز العشر دقائق قبل النوم، ثم إلباسه لباس النوم، وإعطاء الطفل لعبة ما أو شيء الذي يفضل، لتوفير الحماية له، مثل الألعاب المحشوة، أو البطانية، ومن المفضل رشّ القليل من عطر الأم أو الأب عليها، لتعلق الرائحة على اللعبة مما يزيد الشعور بالأمان. ترك الطفل يبكي والربت عليه بلطف، وإخباره أن كل شيء على ما يرام، إلا أن موعد النوم قد حان، مع إظهار الحزم أثناء التعامل معه، ثم

يسعى العديد من الأهل لتنظيم نوم أطفالهم، لمساعدتهم على النوم بشكل جيد، وزيادة قدرتهم على القيام بالعديد من الأنشطة في اليوم التالي، لذلك يلجأ بعضهم للبحث عن الحلول يشتكى الطرق لضبط ساعات نومهم، نظراً لأهميته لهم، إذ يزيد قدراتهم العقلية والفكرية والإبداعية، وفي هذا المقال سنعرضكم على كيفية تنظيم نوم الطفل. ولتنظيم نوم الطفل خلال النهار يجب إعطاء الطفل قيلولته خلال وقت النهار مما يساعد على تنظيم النوم خلال فترة الليل، والقيام بالأعمال والواجبات المنية بالتفاعل والحركة خلال النهار، فتضبط الساعة البيولوجية

## أنا أيضاً.. لا شيء يعجبني

الأساتذة/علاء الدين شهاب

تتزامن الأشياء من حولي والغيوم تركض جافلة في سمانتي . تبدها خيوط الشمس الدافئة وهي تعرول هاربة ، متعطلة الأنفاس نحو الأفق البعيد . لهواء راكد بلا حراك قد خضض لاحتجته ليسترخ من أنفاس العالم المحمومة . أكاد ألتفتن وهو لا يعا بي ولا يماغي إلى المخبوتين . لهواء لا يعا ملنا بالموت . هو والموت ليعبان معنا لعبة الحياة ! تذكرت درويش الذي يخفني هو الآخر أحياناً بآياته التي لا أعرف كيف أصنعها . بعض قصائده تخلق عالياً بشعري جذلة وبعضها تجد فيها مسحة من البساطة والحكمة وخلطة من كل شيء ، إلا الشعر ولهواء ! ربما لأن الباص الذي انشد فيه قصيدته التي طيرتها الريح في كل الاتجاهات كان مثلاً ومزجها . لذلك صرت أشعر بالاختناق ! أو ربما بسبب القصيدة نفسها التي ما فتأت أرددتها لجمالها ! لا شيء يعجبني ، جعلتني أعيد ترتيب الأشياء من حولي بما فيها قصائد درويش ! درويش الثائر على قبلته وتزوتيه ، بل وعلى أحلامه ! فهل رايتهم درويشاً يثور من تكتيته وصومته بعد طول تبتل ؟ عن نفسي رايت البعض منهم . و أنتم ؟ هاتوا حدثوني . هل رايتهم درويشاً يقتل زواته على مرأى من الناس ويخبر رغبته على العلا بجساره ؟ لي درويشي الذي يعجبني ولكم درويشكم الذي لا شيء يعجبه غاي الدرويش سيمعننا من صومعة موت الرغبات مسحة من حياة ! لا تتأففوني بالأعراض الدافئة فقد قرأت دواويهم وقلبت آياتهم وصرت اعرف رغائبهم المخبوءة في قوافيهم المشتعلة .. هل أنا ذا مثله اليوم ، لا شيء يعجبني فهل ستمجنوني ولو زيفاً رتبة درويش أو ناسك وهل ستيون لي تكتية كتيكتيه ! سأختر كذبة - إن كانت كذبة - كي تحبوني . سأقول اني احب نود السرراوات وتجنيتني عيون المسناوات فهل سجنوني ؟ أم سجنون حسناواتي وتنبذوني كما فعل الدرويش صديقه وهو يغادر الباص وتركهم يلقون آيات قصيدته الرائعة في حافلة تمضي إلى مشهور !! أنا اليوم كدرويش ثائر على الأشياء ، متمرد على الزمن ، وضائع صنيح الكلمات . لا شيء يعجبني . ارتقت المحطات التي لا تأتي و أركب القطارات المسافرة إلى العناوين اللامعة فأتية في زحمة الممرقات . لا شيء يعجبني . لا الوجوه الممدومة إلى المجهول ولا الللال التي تركز إلى الوراء وأنا أنا ما زال احبني في نافذة الطار لعلي المع بين الحقول التي تركز إلى الخلف ذلك الدرويش الذي غادر الباص يوماً وأخفني في زحمة الحضور !

## كيفية تنظيف الرئتين من آثار التدخين



الهوائية صعوبة في التنفس ويؤدي لشعور الصدر بالثقل، وهناك بعض الأطعمة التي تساعد في تقليل آثار التدخين والمساهمة في تنظيف الرئتين مثل الكركم، الخضار الورقية، الكرز، عين الجمل والزيتون. نظام الغذائي ما بعد ترك التدخين يحدث للجسم تغيرات تدريجية: بعد ترك التدخين، لذلك هناك حاجة لنظام غذائي يناسب ما بعد التدخين، لتعويض الجسم وتقليل الأعراض الانسحابية له، وفيما يأتي نظام غذائي لما بعد ترك التدخين: تناول السكريات: بعد الإقلاع عن التدخين يتعرض الشخص إلى انخفاض السكر في جسمه، لذلك يجب أن يتناول بانتظام الوجبات الخفيفة التي تطلق السكر ببطء، في مجرى الدم، مثل شرائح الخبز البني، وأجزاء صغيرة من الجيوب الكاملة.

لا بد من بقاء آثار التدخين في الرئتين، ولا يمكن التخلص منها مباشرة، بل تحتاج إلى وقت حتى تصبح الرئتين نظيفتين تماماً! منه، ولكن هناك بعض الطرق التي تساعد على تنظيف الرئتين من آثار التدخين، وهي كما يأتي: الحصول على الهواء النقي: يجب حصول الرئة على هواء نقي والإقلاع عن الهواء الملوث، يتخذ حتى يستطيع الشخص التخلص التدريجي من آثاره، ويمكن لشخص شراء جهاز تنقية الهواء ويمكن وضعه في غرف فردية للمساعدة على تنظيف الرئتين من آثار التدخين، العلاج بالبخار: يعمل علاج استنشاق بخار الماء لفتح الممرات الهوائية ومساعدة الرئتين على تصريف المخاط، مما يؤدي إلى تحسين التنفس

## أسباب وعلاج عدم التركيز

زيارة الطبيب في حالة تطور الحالة مهمة لأخذ الوصفات الطبية الصحيحة  
أسباب ضعف الذاكرة عند الأطفال:  
سوء التغذية والسمنة وكثرة تناول الحلويات والسكريات  
نقص بعض الفيتامينات في الجسم مثل فيتامين أ، ب، هـ والزنك والحديد وأوميجا ٣، واليوتاسيوم والفوسفور والأملاح  
عدم شعور الطفل بالأمان والشعور بالخوف  
اضطراب نوم الطفل ونفسية تؤثر على الذاكرة  
مشاهدة التلفاز والأجهزة الإلكترونية لفترة طويلة تؤثر على قدرات وكفاءة المخ  
أدوية الصرع تسبب النسيان  
بعض الإصابات في المخ قد تكون سبباً للنسيان  
كيفية تقوية الذاكرة عند الأطفال:  
النوم الكافي لمدة لا تقل عن ٨ ساعات  
ممارسة الرياضة تنشط العقل والبدن  
التغذية الصحية والحرص على تناول الطعام الغني بالفيتامينات والمعادن  
التقليل من مشاهدة التلفاز والأجهزة الإلكترونية  
الاهتمام بنفسية الطفل والحرص على مناقشته وتعزيز ثقته بنفسه  
الحرص على ممارسة الطفل للقرارة والألعاب التي تعتمد على الذاكرة  
كيفية تقوية الذاكرة:  
يكم بعض النصائح للوقاية من ضعف الذاكرة والنسيان  
وعدم التركيز: الحرص على تناول الأطعمة الصحية الغنية بالعناصر الغذائية المفيدة، أهمها أوميجا ٣  
ممارسة الرياضة لتأثيرها الكبير على تحسين المزاج وتحفيز العقل

والمضادة للأكسبات قد تكون سبب في ضعف الذاكرة  
التدخين وتناول المخدرات  
إصابات المخ نتيجة لضربات شديدة أو السقوط  
السكتة الدماغية وبعض أورام المخ  
سوء التغذية ونقص بعض الفيتامينات مثل فيتامين ب ١٢ والزنك  
عدم انتظام أو قلة ساعات النوم  
الشيخوخة والتقدم في السن يعرض الإنسان لضعف الذاكرة ويمكن أن تؤدي إلى الإصابة بالزهايمر  
كيف يتم تشخيص ضعف الذاكرة ؟  
إذا شعرت بالقلق بعد تكرار النسيان والشعور بضعف الذاكرة ننصحت بزيارة الطبيب مع وجود شخص من العائلة وسيسالك الطبيب بعض الأسئلة مثل أنا كنت أتناول أدوية بدون وصفة طبية أو عدى الجرعات التي تأخذها أو إذا كنت تتعاطى بعد المواد المخدرة أو الكحوليات أو إذا كنت تعرضت لحادث وإجراء بعض الاختبارات بالأضواء إلى الفحص البدني للتشخيص الصحيح وتحديد درجة ضعف الذاكرة.  
وبناء على هذه الاختبارات والأسئلة يحكم الطبيب على حالة المريض ويحدد درجة ضعف الذاكرة وقد يطلب منه بعض الاختبارات مثل التحليل بصورة الدم وصورة المخ . علاج ضعف الذاكرة والنسيان وعدم التركيز  
تناول الدواء بشكل كبير يساعد على تنظيم الدورة الدموية وصول الدم إلى المخ  
ممارسة القراءة وتعلم لغة جديدة  
الامتناع عن بعض أدوية الأكسبات قد تكون مفيدة لحالات الأكسبات التي تسبب ضعف في الذاكرة وعدم التركيز والقلق  
أدوية ضغط في حالة ارتفاع ضغط الدم  
الحرص على الإقلاع عن التدخين والامتناع

أسباب ضعف الذاكرة  
الأسباب قد تكون نفسية أو عضوية أو غيرها، اليك أهمها:  
الحالة النفسية والعاطفية قد تؤثر على الوظائف العقلية والجسدية بشكل كبير ومن أبرز الأسباب النفسية هو التوتر و الاكتئاب والقلق وقلة النوم  
الضغط العصبي والاجهاد الشديد  
الأفراط في العمل  
الصداك الدائم  
تناول بعض الأدوية  
الأمهنة

## البابونج وفوائده على الشعر والبشرة

يعتبر البابونج من الأعشاب الطبيعية ذات الرائحة العطرة الجذابة، بالإضافة إلى فوائده الجمالية للعناية بالبشرة، وبالأخص البشرة الحساسة والدهنية، فهو يستخدم لتهدئة البشرة الحساسة، ويساعد البشرة الدهنية في التخلص من دهنيته، كما أنه منظف طبيعي للوجه، ويساعد في التخلص من الرؤوس السوداء، وجب الشباب، ولا تنسى فوائده الكبيرة لل عناية بالشعر أيضاً. ١. فتح الشهية:  
• قومي بوضع ملعقة من البابونج في لتر من الماء، وضعيه على النار لمدة نصف ساعة، ثم قومي بفصل شورك بالشامبو كالمعتاد، وغسليه بحلول البابونج.  
• كما يمكنك وضع ١٢٥ غراماً من البابونج في ٣٠٠ مل من الماء المغلي، واتركيه لمدة ربع ساعة، ثم اضيفي إليه عصير ليمونة وملعقتين من الكركم، ثم ضعي المزيج على شورك، ومشطيه بواسطة المشط الخاص بك، واتركيه حتى يجف، ويفضل أن تظلي تحت الشمس لفترة، ثم اغسلي شورك بالشامبو كالمعتاد.  
٢. للاسترخاء:  
قومي بملء حوض الاستحمام الخاص بك بالماء الدافئ مع إضافة البابونج إلى الماء، والاسترخاء فيه لبعض الوقت، فالبابونج يعمل على تهدئة الجسم، والشعور بالراحة، بالإضافة إلى رائحته المنعشة.  
٣. لبشرة ناعمة كالحرير:  
• قومي بفتح كوب من البابونج المجفف في كوب من الحليب الدافئ، واتركيه لمدة ست ساعات.  
• ضعي الحليب للتخلص من البابونج، ثم اضيفي إلى الحليب ٨ ملاعق من القمح.  
• امزجيهما معاً جيداً، ثم قومي بوضع المزيج على بشرتك، وستحسني على بشرة ناعمة كالحرير.  
• كما يمكنك وضع الكمية في التلاجة لمدة أسبوع، واستخدمها باستمرار.

## الأبراج

بدر الحمل

مهنياً: يبدو الارتباك واضحاً في تصرفاتك، فأول تكون أكثر هدوءاً لتتحقق أهدافك  
عاطفياً: قد تجد نفسك في سباق فحاشي يسبب عانيتك تجاه الشريك، وهذا قد يدفعه إلى الحسم سريعاً. إواجع فحاشية في المعامل تبيّن عاجزاً عن القيام بأي نشاط وتلازمك إلى نهار

بدر الثور

مهنياً: يبدو الارتباك واضحاً في تصرفاتك، فأول تكون أكثر هدوءاً لتتحقق أهدافك  
عاطفياً: قد تجد نفسك في سباق فحاشي يسبب عانيتك تجاه الشريك، وهذا قد يدفعه إلى الحسم سريعاً. إواجع فحاشية في المعامل تبيّن عاجزاً عن القيام بأي نشاط وتلازمك إلى نهار

بدر الجوزاء

مهنياً: يبدو الارتباك واضحاً في تصرفاتك، فأول تكون أكثر هدوءاً لتتحقق أهدافك  
عاطفياً: قد تجد نفسك في سباق فحاشي يسبب عانيتك تجاه الشريك، وهذا قد يدفعه إلى الحسم سريعاً. إواجع فحاشية في المعامل تبيّن عاجزاً عن القيام بأي نشاط وتلازمك إلى نهار

بدر السرطان

مهنياً: يبدو الارتباك واضحاً في تصرفاتك، فأول تكون أكثر هدوءاً لتتحقق أهدافك  
عاطفياً: قد تجد نفسك في سباق فحاشي يسبب عانيتك تجاه الشريك، وهذا قد يدفعه إلى الحسم سريعاً. إواجع فحاشية في المعامل تبيّن عاجزاً عن القيام بأي نشاط وتلازمك إلى نهار

بدر الأسد

مهنياً: يبدو الارتباك واضحاً في تصرفاتك، فأول تكون أكثر هدوءاً لتتحقق أهدافك  
عاطفياً: قد تجد نفسك في سباق فحاشي يسبب عانيتك تجاه الشريك، وهذا قد يدفعه إلى الحسم سريعاً. إواجع فحاشية في المعامل تبيّن عاجزاً عن القيام بأي نشاط وتلازمك إلى نهار

بدر العقرب

مهنياً: يبدو الارتباك واضحاً في تصرفاتك، فأول تكون أكثر هدوءاً لتتحقق أهدافك  
عاطفياً: قد تجد نفسك في سباق فحاشي يسبب عانيتك تجاه الشريك، وهذا قد يدفعه إلى الحسم سريعاً. إواجع فحاشية في المعامل تبيّن عاجزاً عن القيام بأي نشاط وتلازمك إلى نهار

بدر القوس

مهنياً: يبدو الارتباك واضحاً في تصرفاتك، فأول تكون أكثر هدوءاً لتتحقق أهدافك  
عاطفياً: قد تجد نفسك في سباق فحاشي يسبب عانيتك تجاه الشريك، وهذا قد يدفعه إلى الحسم سريعاً. إواجع فحاشية في المعامل تبيّن عاجزاً عن القيام بأي نشاط وتلازمك إلى نهار

بدر الجدي

مهنياً: يبدو الارتباك واضحاً في تصرفاتك، فأول تكون أكثر هدوءاً لتتحقق أهدافك  
عاطفياً: قد تجد نفسك في سباق فحاشي يسبب عانيتك تجاه الشريك، وهذا قد يدفعه إلى الحسم سريعاً. إواجع فحاشية في المعامل تبيّن عاجزاً عن القيام بأي نشاط وتلازمك إلى نهار

بدر الدلو

مهنياً: يبدو الارتباك واضحاً في تصرفاتك، فأول تكون أكثر هدوءاً لتتحقق أهدافك  
عاطفياً: قد تجد نفسك في سباق فحاشي يسبب عانيتك تجاه الشريك، وهذا قد يدفعه إلى الحسم سريعاً. إواجع فحاشية في المعامل تبيّن عاجزاً عن القيام بأي نشاط وتلازمك إلى نهار

بدر الحوت

مهنياً: يبدو الارتباك واضحاً في تصرفاتك، فأول تكون أكثر هدوءاً لتتحقق أهدافك  
عاطفياً: قد تجد نفسك في سباق فحاشي يسبب عانيتك تجاه الشريك، وهذا قد يدفعه إلى الحسم سريعاً. إواجع فحاشية في المعامل تبيّن عاجزاً عن القيام بأي نشاط وتلازمك إلى نهار



# الشائعات

هي المكان الآمن لتنفيذ  
العمليات الارهابية

