



مجموعة اطفال مدارس صينيت من ابناء
مهاجري المدن الكبرى اثناء الاستراحة في
مدرسة داخلية



مشجعة برازيلية قبل مباراة فريق بلدها ضد لوزيون السويسري

الإعلان في لوحات زاموا
على سطوح المباني والشوارع
في بغداد والمحافظات

للإعلان والترويج
للحداثة والاعلان

انصل على الارواق النالية
07901591253 - 07901762369 - 07901919281

Editor - in - Chief
Fakhri Karim

AlMada

General Political Daily
June. (1) May 2006

http://www.almadapaper.com
E.Mail-almada@almadapaper.com

250 ID 16 Pages

في يوم الطفل العالمي فعاليات فنية موسعة



احتفاء باليوم العالمي للطفل والذي يصادف هذا اليوم الخميس الاول من شهر حزيران ينظم المركز الثقافي للطفل العراقي في المنصور التابع لدار ثقافة الاطفال فعاليات فنية موسعة بالتعاون مع منظمة السلم والتضامن. وأكدت د. فائق الجراح مديرة المركز ان هذه الفعاليات ستزامن مع بدء فعاليات مهرجان المرح لصيف ٢٠٠٦ الذي ينظمه المركز لمناسبة حلول العطلة الصيفية حيث يتضمن المهرجان دورات في نظام الحاسبات والرسم والموسيقى والبالية والمسرح واللغة الانكليزية ويستمر لمدة ثلاثة اشهر على شكل دورات يومية. وازافت: ان الهدف من اقامة هذه الدورات هو تنمية المواهب الفنية لدى الطفل حيث ستكون مخصصة للاطفال ما بين عمر ست سنوات الى ١٥ سنة. وقالت ايضا ان المركز سينظم وبمناسبة اليوم العالمي للطفل فعاليات اخرى بالتعاون مع منظمة اطفال المعمورة ووزارة العمل والشؤون الاجتماعية حيث سيتم خلالها عرض مسرحية (الطيور لاعشاشها تعود) من اخراج د. فائق الجراح وهي من تمثيل مجموعة من الممثلين الشباب منهم ساهرة عويد وباسم الحجر وامير الحداد وغيرهم.

افتتاح المعرض الأول لهواة جمع الطوابع البريدية في إقليم كردستان

يضم اقليم كردستان العراق نخبة من هواة جمع الطوابع البريدية الذين يمارسون حتى الان تلك الهواية على الرغم من تراجع استخدام الطوابع في البريد العادي في اقليم كردستان بشكل كبير بعد انتشار وسائل الاتصال ومنها البريد الالكتروني ، لذلك وحفاظا على تلك الهواية من الانقراض قامت وزارة المواصلات بتنظيم المعرض الاول لهواة جمع الطوابع في كردستان حيث ضم المعرض اعدادا كبيرة من الطوابع الاثرية والقديمة والطوابع الخاصة بجمهورية مهاباد الكوردية . وحضر افتتاح المعرض محافظ اربيل نوزاد هادي وعدد من مسؤولي وزارة المواصلات اضافة الى جمع غفير من هواة جمع الطوابع في كردستان .



٣٢ فتاة يتنافسن لنيل تاج ملكة جمال المونديال

البحر " المايوه".ونقلت وكالة الأنباء الألمانية عن هورست كليمر، أحد منظمي البطولة، أن هناك إقبالا كبيرا من قبل الفتيات من جميع أنحاء العالم، حيث تقدمت نحو ١٥٠٠ فتاة من جميع أنحاء العالم للمشاركة في المسابقة منذ شهر شباط (فبراير) الماضي. وتابع: "لم نهدد قبل ذلك شيئا مماثلا مطلقا". في إشارة لهذا الإقبال اللا متوقع من قبل الفتيات، إلى جانب النجاح الكبير الذي سيكون حليف هذه المسابقة في ظهورها الأول وستضم لجنة التحكيم عددا من الشخصيات الشهيرة في كرة القدم والنض التي ستختار ملكة جمال المونديال، أمثال كارتهايينز فورستر وماريو بازلر وهورست هيلدت اضافة الى بطلة ألمانيا السابقة في الرياضة الايقاعية ماجدلتينا بريستيسك والطربة دونجيا رايتير، على أن يقوم المذيع الرياضي جورج فونتورا بتقديم فقرات المسابقة. يذكر أن المشاركات في المسابقة تتراوح أعمارهن بين ١٨ و ٢٨ عاما ، كما يجب أن تكون كل مشاركة في المسابقة مولودة في البلد الذي تمثله أو في الاقل تقدم ما يفيد حصولها على جنسية هذا البلد.

الصدقا / وكالات : ما زال صدى مونديال ألمانيا واسعا وقضاياها ومتابعاته متشعبة ، وأخباره وكواليسه تتجدد بشكل يومي ونوعي، هذا الشيء يقودنا للحديث عن أطرف موضوع وهو مسابقة إختيار ملكة جمال مونديال ألمانيا حيث تتنافس في هذه المسابقة ٣٢ فتاة يمثلن المنتخبات المشاركة في المونديال الألماني ومن المقرر أن يعلن عن الملكة المتوجة في الأول من حزيران (يونيه) المقبل، في حفل كبير ومنوع يتم خلاله الإعلان رسميا عن ملكة جمال كأس العالم، إذ سيقام هذا الحفل في متنزّه أوروبا بارك بمدينة روست الألمانية وستمنح الملكة المتوجة بلقب " ملكة جمال المونديال فرصة كبيرة ومميّزة، تبرز منها فرصة تمثيل بلادها في عدد من المناسبات ، وعدد من مباريات البطولة ، كما أن الثلاث فتيات اللاتي سيفتزن بالمراكز الثلاثة الأولى سيحصلن على ١٠ آلاف يورو وتبدو شروط الاشتراك في المسابقة عادية في جانب وطريفه وجذابة في جانب آخر، فغلاوة على أن الفتيات يمثلن المنتخبات المشاركة، يتحتم على كل فتاة في بداية الأمر وتحديدا في بداية عرضها لقميص منتخب بلادها، ومن ثم عرض بزي السهرة وأخيرا بزي



الرياضة مهمة لارتداء الكعب العالي

بولينا - أكد أطباء ألمان إنه يتعين على النساء اللاتي يفضلن ارتداء الأحذية الضيقة والمدمية ممارسة الرياضة لبناء العضلات في أقدامهن وينصح طبيب عظام بممارسة تمارين بسيطة لمنع حدوث التشوهات التي قد تصيب القدم عند ليس مثل هذه الأحذية وحذر قائلا "إن القدم يتعرض للضغط داخل مثل هذه الأحذية ومن عواقب ارتداء الأحذية المدمية الشعور بالألم الناتج عن الضغط الزائد على أحد أعصاب القدم ومن بين الوسائل التي تساعد في تخفيف الألم عن عضلات القدم الوقوف على الكعبين لعدة ثوان ثم على أصابع القدمين ويقول في هذا الإطار "بهذه الطريقة يتوزع الحمل إلى الأجزاء الخارجية والداخلية للقدم".ومن التدريبات الأخرى التي يمكن اتباعها ضم أصابع القدم حول منشفة على الأرض ثم رفعها لاعلى، ويوصي بممارسة هذا التمرين في الصباح وأثناء النهار والمساء لدقيقتين أو ثلاثة. ومن المهم أيضاً لبس أحذية مريحة بين الفينة والاخرى. وينصح قائلاً "أفضل شيء هو ارتداء أحذية مدمية في أضييق الحدود". ويحذر من لبس الأحذية دون جوارب موصيا بارتداء جوارب قصيرة لمنع تكون البثور والقرح .



أصغر أم في العالم .. تبلغ الثانية عشرة

لندن : في حادثة فريدة من نوعها كسرت طفلة بريطانية كل الموازين وهي في عمر الثانية عشرة ٩ أشهر لتصبح أصغر أم في العالم وقالت والدة الطفلة إنها تعتز بابنتها الفتاة وتضخر بأنها لم تلدا، كبقية الصغيرات، إلى الأجهاض. وزادت بالإعجاب عن سعادتها أنها (الأم الكبيرة) ستصير جدة شابة في الرابعة والثلاثين من عمرها. ومن الجدير بالذكر أن والد الجنين المنتظر في الخامسة عشرة من عمره وأشارت إلى أن الطفلة حدث لها الحمل في أول معاشرة كاملة معه ولم يدر بخلدتها إن ما تفعله ربما يسبب لها الحمل. ومن جانبها أعربت الطفلة عن سرورها بأنها ستضع مولودا في ظرف شهر، مؤكدة أنها لم تفكر مطلقا في التخلص من حملها بإجراء عملية لإجهاضه. وإذا وضعت الصغيرة حملها الشهر المقبل، كما قال الأطباء، فإنها ستسجل كأصغر أم في المملكة المتحدة، إذ ستبلغ من العمر حينها ١٢ عاما و٨ أشهر، أقل بشهر من الرقم القياسي في البلاد لأصغر أم مسجلة.



وجبة العشاء قد تصيبك بالأزمات القلبية



بثلاث مرات من حجم الوجبة التقليدية وهذا استناداً إلى المعلومات المعيارية وعدد السعرات الحرارية الموجودة فيها. إذا إضافة إلى أن وجبة العشاء هي من أهم أسباب السمنة التي تسبب بدورها الكثير من المشاكل الصحية والأمراض فهذه الوجبة بحد ذاتها خطر كبير لقدرتها على رفع احتمال الإصابة بالأزمات القلبية ومن الضروري تجنبها والهروب منها للتخلص من عواقبها الوخيمة.

لندن - تبين من خلال دراسة قام بها خبراء بريطانيون عن الأزمات القلبية وعلاقتها بتناول وجبة العشاء الدسمة بأن تناول الأطعمة الدسمة خاصة في وجبة العشاء يزيد من خطورة الإصابة بأزمة قلبية أثناء الليل. فلا يعقب الساعات التي تلي تناول وجبة العشاء عادة نشاط جسدي كبير بل النوم أو مشاهدة التلفزيون أو أي عمل لا يتطلب الكثير من الجهد. وحين يتعلق الأمر بتناول وجبة عشاء صحية في المطعم فإن الوجبات المقدمة في المطاعم هي أكبر بمرتين أو