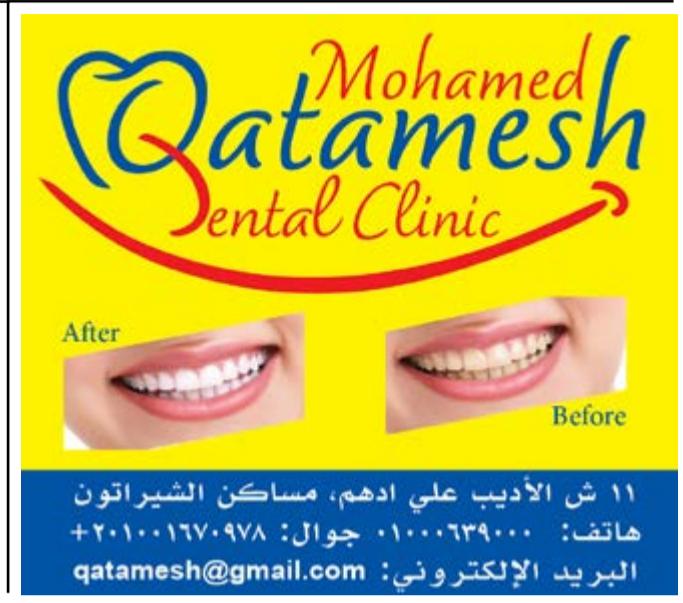


رئيس الوزراء يفتتح مؤتمر الاتحاد من أجل المتوسط للنقل البحري.. إسماعيل: نواجه بطالة وهجرة غير شرعية وإرهاب علينا بذل مزيد من الجهد للتغلب على التحديات الإقليمية.. ويؤكد: لا نهتم بالنجاح وهدفنا تحسين حال المواطن

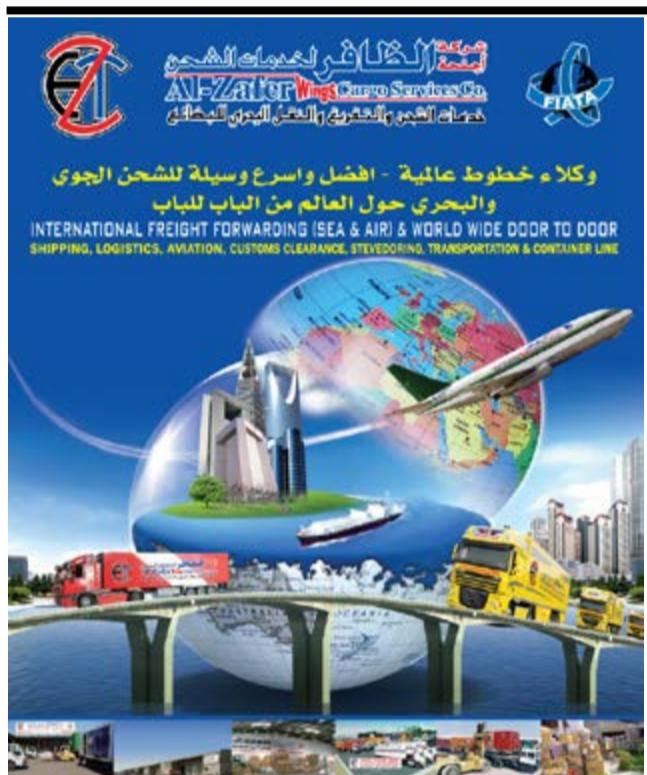
أمين منظمة السياحة العالمية يشيد بلقاء الرئيس السيسي.. ويؤكد: مصر استعادت عافيتها ولديها مستقبل سياحي مبشر.. والحكومة ملتزمة بدعم القطاع.. يدعو للاستثمار بالذن المصرية.. و٥٨٥ مليون سائح زاروا الشرق الأوسط بـ ٢٠١٧



أشاد زرائب بوليكاشيفيل، أمين عام منظمة السياحة العالمية بلقاء الرئيس عبد الفتاح السيسي المهندس شريف إسماعيل رئيس مجلس الوزراء، مؤكداً سعادته البالغة بالتزام الحكومة واهتمامها بدعم القطاع من خلال خطط استراتيجية لرفع معدلات النمو السياحي، معلناً استعداده لدعم القطاع من خلال خبرات المنظمة.



متحدث الرئاسة: السيسي يعمل على استعادة قوة العلاقات المصرية بدول إفريقيا



نسخة مجانية

صحيفة إلكترونية مستقلة

أسيسها/ محمود صلاح قطامش ٢٠١٤

العدد الإسبوعي رقم ١٠٤٧ - الخميس - ٢٤ شعبان - ١٤٣٩ هـ - الموافق ١٨ مايو ٢٠١٨

قمة مصرية-أوغندية بـ"الاتحادية" تتوج باتفاقيات في مجالات الكهرباء والصناعة والزراعة.. الرئيسان يتفقان على تعزيز التعاون بين دول حوض النيل.. و"موسيفيني": السيسي "محارب" أنقذ هوية مصر من المتطرفين



الاتحاد المصري لكرة القدم يعلن بدء إزالة صورة محمد صلاح من على طائرة المنتخب

مانشستر سيتي يحتفل بدرع الدوري وأرسنال يودع مدربه فينفر بخمسية في مرمي بيرنلي وتشيلسي يهزم ليفربول بهدف نظيف ويشعل الصراع على المركزين الأخيرين المؤهلين لدوري أبطال أوروبا الموسم القادم

مبادرة لخفض أسعار اللحوم ومساعدة صغار تجار ومربي الماشي

”مبادرة حفظ اللحوم بالأسواق المصرية“ برعاية ”رجل الأعمال حمادة سالم“، رئيس مجلس إدارة ”مزارع سالم“ جروب، تهدف إلى مساندة الدولة في خفض الأسعار لتخفيف العبء على كاهل المواطن، وأن مربى وتجار اللحوم لديهم حس وطني لتنفيذ ذلك، وأن الشركة كان لها دور أساسي في إنخفاض أسعار اللحوم خلال مراحل سابقة على مستوى محافظات الجمهورية، حيث أن الشركة رائدة في مراحل التسليم وتربية الماشي، كما أن الشركة ستقدم كامل الدعم لمساعدة سغار مربى وتجار الماشي لتنمية وتطوير المزارع الصغيرة لزيادة الإنتاجية من لحوم الماشي لسد الطلب والعجز المحلي، والتوجيه إلى التصدير الخارجي.

وأشار ”عنتر“ أن هناك مبادرات أخرى من شباب رجال الأعمال سيتم الإعلان عنها قريباً لمساعدة الحكومة في ضبط الأسواق والأسعار إيماناً منا بتفعيل مبدأ المسؤولية الاجتماعية والمشاركة المجتمعية.



مبارات شخصية لمحاربة غلاء اللحوم خلال شهر رمضان المبارك.

رقم: ٢٠٢٠/٦/٢٠

بضم د. سعيد الاستري
المواشي واللحوم لزيارة مزارع الشركة، والتعامل بالتسعيرة المخضضة بعد تقليل هامش الربح لتصل إلى المواطن المصري بأسعار مخضضة بمناسبة قدوم شهر رمضان المبارك، وأنه سيتم التنسيق مع الجهات المعنية لإقامة المنافذ للشركة والمبادرة لبيع اللحوم الحية والمذبوحة لتصل بأسعارها المخضضة مبادرة إلى المواطن في إطار خطة الدولة لضبط الأسواق وخفض أسعار السلع، ستشهد أسواق اللحوم انخفاضاً في الأسعار خلال الفترة القادمة، حيث جاء ذلك على خلفية مبادرة عدد من منتجي اللحوم من مري وتجار المواشي، لخفض أسعار اللحوم وأن الأيام المقبلة ستشهد انخفاضاً في الأسعار.

وأعلنت شركة سام جروب لتجارة الماشي واللحوم، في بيان لها تحت عنوان "مبادرة لخفض اللحوم بالأسعار المقترنة"، أن

أ. شفاف وشفاف

المطيري: يشيد بتجربة الجزائر في مجال العمل والتشغيل

كتاب: هناء السعد

والحوار الاجتماعي، والآليات التنفيذية
المتخذة في تطبيق القوانين.

باب. نسبت نظریه های انتگرال

يافي هذا اللقاء في إطار زيارة العمل التي يقوم بها سعادة المدير العام لمنظمة العمل العربية إلى الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، لافتتاح أعمال الورشة التدريبية التي تنفذها المنظمة حول الشبكة العربية لمعلومات أسواق العمل المنعقدة خلال الفترة (٦ - ٨) مارس (٢٠١٨) في العاصمة الجزائرية.

في إطار تعزيز علاقات التعاون والتنسيق بين وزارة العمل والتشغيل والضمان الاجتماعي ومنظمة العمل العربية، استقبل وزير العمل والتشغيل والضمان الاجتماعي، مراد زمالي بمقر الوزارة في الجزائر العاصمة، فايز علي الطييري - المدير العام لمنظمة العمل العربية، حيث تباحث الطرفان آفاق التعاون بين الجانبيين في القضايا ذات الاهتمام المشترك، وتبادل الآراء حول التطورات التي طرأت على أسمدة

الشركات المصرية تشارك في المنتدى العربي للطاقة بدوله الكويت



رقم: ٢٠٢٠/١٢/٢٠

بيان: سعيد المطربي
شاركت شركة النصر لصناعة المحولات والمترافق الكهربائيي العرب الماكو برئاسه المهندس بسيم سامي يوسف رئيس مجلس الاداره والعضو المنتدب
بالمجتمع العربي للطاقة المتقدمة وكفاءة الطاقة المقام بدوله الكويت برعايه جامعه الدول العربيه ووزاره الكهرباء والطاقة بالكويت وذلك في اطار دعم اواصر التبادل التجاري بين الدول العربيه في مجال الطاقة وخاصه ان لشركه الماكو سابقه اعمال جيده لتوريد منتجاتها لدوله الكويت الشقيق

اللجنة التنفيذية لصندوق تحيا مصر تناقش استعدادات شهر رمضان وتنفيذ مبادرة مكافحة مسربات العمى تنفيذاً للتوجيهات السيد رئيس الجمهورية تتمة ص ٤

تمه ط

كما لفت إلى أنه من المنتظر تسليم ٣ عقارات جديدة بمنطقة العسال بعد تطويرها بمنطقة مایو الجاري. وقررت اللجنة، تنظيم يوم صندوق تحييا مصر في محافظة كفر الشيخ السبت المقبل، يتضمن عدداً من أنشطة الصندوق، ومنها المسح الطبي للكشف عن فيروس سى وتكريم وتوزيع سيارات نقل مبرد على الشباب، وتوزيع وجبات غذائية ضمنمبادرة بالهنا والشفا. مرافق لينك لفيديو الاجتماع الطيب، شيخ الأزهر.

في ذات السياق قام مدير المالي والإداري للصندوق باستعراض نتائج فعاليات أسبوع صندوق تحييا مصر بمحافظة الإسكندرية، وتضمن عدداً من أنشطة الصندوق.

كما استعرض نتائج برنامج رعاية المرأة المعيلة "مستورة" حيث تم إقراض ٦٠٠ امرأة على مستوى الجمهورية خلال الـ ٥ أشهر الماضية في إطار البرنامج بتمويل كامل من الصندوق بـ٨٦ مليون جنيه.

الطيب، شيخ الأزهر.

الإدارية للصندوق، عدداً من النماذج التي تبرعت للصندوق من خلال مساهمات عينية خلال شهر أبريل الماضي، حيث تبرع عدد من المواطنين بعقارات وأراضي، وسيارة "باص" لاستخدامها في المسح الطبي، ذلك إلى جانب التبرعات النقدية المستمرة من المصريين على حساب الصندوق في البنوك المصرية.

وذكر أن الصندوق نظم مجموعة من الفعاليات بمحافظة الاقصر مدة أسبوع، تضمنت مسحاً طبياً لفيروس سى،

The image is a full-page advertisement for Mohammed Al Zafer Company. At the top left, a diagonal banner reads 'COMMITTED TO THE BEST'. The company's logo, 'alzafer' with a stylized 'Z' and a teal dot, is positioned next to the Arabic name 'شركة محمد الظافر'. Below this, the English name 'MOHAMMED AL ZAFER COMPANY' is written in bold, black, uppercase letters. The central focus is a large, bold red '65+' with the word 'Years of Servicing' written in a cursive, white font below it. The background features a blue-toned image of a cargo ship, a truck with shipping containers, and a globe with an airplane, symbolizing global shipping and logistics.





امين منظمة السياحة العالمية يشيد بـلقاء الرئيس السيسى.. ويؤكد: مصر استعادت عافيتها ولديها مستقبل سياحى مبشر..
والحكومة ملتزمة بـدعم القطاع.. يدعى للاستثمار بالـمدن المصرية.. و٥٨٥ مليون سائح زاروا الشرق الأوسط بـ٢٠١٧

مثل الأمان والسلامة والأثر الاقتصادي والاجتماعي والتنمية المستدامة.

وأكـد رئيس لجنة الشرق الأوسط منظمة السياحة العالمية، على أن اللـجنة تعمل على دعم الـابتكار والـتنمية السياحـية واستـشـراف المـستـقبل وإـدارـة الأـزمـات وـزيـادة تـدـريـب وـتأـهـيل العـنـصر البـشـري العـاـمـل فـي قـطـاع السـيـاحـة، لـاسـيـما أـنـ القـطـاع يـمـر بـتـحـول سـرـيع فـي مـا تـشـهـدـهـ الدولـ من طـفـرة فـي قـطـاعـاتـ الخـدـمـاتـ والتـكـنـوـلـوـجـياـ والـذـكـارـ الـصـطـنـاعـيـ، وأـلـهـمـ منـ دـلـكـ الطـفـرةـ التـيـ تـشـهـدـاـ دولـ الـمـنـطـقـةـ فـي سـلـوكـ الرـاـئـرـ وـاـخـيـاجـاتـهـ وـمـتـطـلـبـاتـهـ، ولـذـكـ وجـبـ مـواـكـبـهـ هـدـهـ التـحـولـاتـ منـ قـبـلـ الـحـكـوـمـةـ وـبـالـشـارـكـ معـ الـقـطـاعـ الـخـاصـ الـمـلـحـىـ وـالـدـولـىـ لـأـنـهـ سـتـحـمـكـ عـلـىـ التـنـافـسـيـةـ السـيـاحـيـةـ فـيـ الـبـلـادـ.

وأـوـضـعـ المـهـيـرـ، أـنـ منـطـقـةـ الـشـرـقـ الـأـوـسـطـ زـاـخـرـ بـالـمـقـوـمـاتـ السـيـاحـيـةـ الـفـرـيـدـةـ وـلـمـتـوـعـةـ مـاـ مـتـكـلـهـ مـنـ كـنـوزـ تـارـيـخـيـةـ وـخـارـجـيـةـ وـقـافـيـةـ وـطـبـيـعـيـةـ الـتـيـ تـؤـهـلـهـاـ لـتـكـونـ مـنـ بـيـنـ أـفـلـكـ المـقـاصـدـ السـيـاحـيـةـ فـيـ الـعـالـمـ، ولـذـكـ وجـبـ حـفـاظـ عـلـىـ تـلـكـ المـقـومـاتـ التـيـ مـنـحـمـهاـ مـيـزةـ تـنـافـسـيـةـ كـبـيرـةـ.



٣ تـمـهـ صـ

الـعـمـلـ المـشـتـرـكـ لـتـعـزـيزـ قـدـرـةـ الـمـنـطـقـةـ السـيـاحـةـ بـالـإـمـارـاتـ، وـرـئـيسـ لـجـنةـ الشـرـقـ الـأـوـسـطـ بـنـظـمةـ السـيـاحـةـ الـعـالـمـيـةـ، عـلـىـ أـنـ قـطـاعـ السـيـاحـةـ بـاتـ لـشـعـوبـ الـمـنـطـقـةـ، لـدـعـمـ اـقـتـصـادـ الدـولـ وـخـدـمـةـ مـسـيـرـةـ اـلـتـنـمـيـةـ اـلـمـسـتـدـامـةـ لـازـهـارـ اـلـجـمـعـاتـ، مـوـضـحـاـ أـنـ التـحـديـاتـ الـمـسـتـمـرـةـ الـتـيـ تـوـجـهـ الـمـنـطـقـةـ فـيـ الـعـالـمـ، وـعـمـلـ مـحـركـاتـ الـتـنـمـيـةـ ذاتـ اـلـأـثـرـ الـإـيجـابـيـ إـلـيـ يـشـملـ الـعـدـيدـ مـنـ الـجـوـابـاتـ الـتـنـمـيـةـ الـأـخـرـىـ، وـمـنـهـ الـإـجـتمـاعـيـةـ وـالـقـافـيـةـ وـالـبـيـئـيـةـ، لـاسـيـماـ أـنـ قـطـاعـ السـيـاحـةـ يـمـلـ ١٠٠ـ مـنـ الـسـيـاحـةـ الـسـيـاحـيـةـ، وـلـكـ هـنـاكـ قـدـرـةـ مـنـ خـلـالـ الـاتـحـادـ عـلـىـ حـلـ الـأـزـمـاتـ خـاصـةـ الـتـيـ تـوـجـهـ السـيـاحـةـ فـيـ الـمـسـتـقـبـلـ.

وـطـالـبـ الـمـهـيـرـ، جـمـيعـ الدـولـ فـيـ الـمـنـطـقـةـ الـتـنـمـيـةـ وـالـاستـدـامـةـ فـيـ قـطـاعـ السـيـاحـةـ الـتـيـ تـوـجـهـ السـيـاحـةـ فـيـ الـعـالـمـ، وـأـنـ السـيـاحـةـ سـاـهـمـتـ فـيـ ٨٨,٩ـ مـنـ إـجـمـالـ النـاـجـحـ الـمـلـحـىـ لـدـولـ الـشـرـقـ الـأـوـسـطـ بـقـيـمةـ تـعـادـلـ ٢٢٤ـ مـلـيـارـ دـولـارـ طـبـقاـ لـبـيـانـاتـ مـجـلسـ السـيـاحـةـ وـالـسـفـرـ الـعـالـمـيـ فـيـ تـقـرـيرـهـ الصـادـرـ خـالـلـ عـامـ ٢٠١٨ـ، وـسـاـهـمـ الـقـطـاعـ بـنـسـبـةـ ٧٧,٤ـ مـنـ إـجـمـالـ سـوقـ الـعـمـلـ بـالـمـانـطـقـةـ أـيـ ماـ يـقـرـبـ مـنـ ٥,٥ـ مـلـيـونـ فـرـصـةـ عـمـلـ، مـوـضـحـاـ أـنـ هـذـهـ النـسـبـ تـوـكـدـ أـهمـيـةـ هـذـهـ الـقـطـاعـ إـلـاـ أـنـهـ لـاـ تـزـالـ دـونـ الـمـعـدـ الـعـالـمـيـ. وـأـشـارـ رـئـيسـ لـجـنةـ السـرـقـ الـأـوـسـطـ عـدـدـ مـنـ الـمـلـفـاتـ الـمـطـبـطـةـ بـالـسـيـاحـةـ الـعـالـمـيـةـ، إـلـىـ ضـرـورةـ

خـطـةـ الدـكـتـورـ شـوـقـىـ لـتـطـوـيرـ الـتـعـلـيمـ - (١١)

بلغـتـهاـ الـمـحـلـيـهـ غـيرـ صـحـيـحـ وـلـيـرـجـعـ هـوـ نـفـسـهـ إـلـىـ الـبـرـامـجـ الـتـيـ اـشـرـفـ عـلـىـ تـطـيـقـهـ فـيـ الـهـنـدـ كـانـتـ بـأـيـ لـغـهـ ..

وـلـيـرـجـعـ إـلـىـ الـشـرـاـكـاتـ مـعـ أـكـثـرـ مـنـ شـرـكـهـ بـرـمـجـاتـ اـثـنـاءـ عـمـلـهـ بـالـيـونـسـكـوـ وـيـنـظـرـ لـتـعـاـدـاتـهـ كـانـتـ بـأـيـ لـغـهـ ..

.. وـالـحـالـصـهـ أـنـ نـزـعـ مـيـزـهـ مـنـ أـبـيـاءـ الـطـبـقـهـ الـمـتـوـسـطـهـ فـيـ مـصـرـ وـجـعـلـ الـعـلـمـيـهـ بـالـلـغـهـ الـإـنـجـليـزـيـهـ فـيـ مـدارـسـ

حـكـومـيـهـ تـسـمـيـ تـجـرـيـيـهـ مـعـ إـبـقـاءـ

عـلـىـ تـعـلـيمـ الـلـغـهـ الـإـنـجـليـزـيـهـ كـمـادـهـ درـاسـيـهـ -

وـبـذـلـكـ حـرـمـ قـطـاعـ كـبـيرـ مـنـ الـطـلـابـ مـنـ

مـيـزـهـ الـبـحـثـ وـالـتـوـاـصـلـ مـعـ أـصـلـ هـذـهـ الـعـلـمـوـنـ فـيـ مـرـاجـعـهـ الـأـجـنبـيـهـ وـبـرـامـجـهـ

وـأـحـدـ نـظـرـيـتـهـ لـأـنـ هـذـاـ كـلـ بـالـلـغـهـ

الـإـنـجـليـزـيـهـ وـكـاذـبـ مـنـ يـقـدـرـ عـلـىـ ذـفـقـاتـهـ إـلـاـ

أـبـيـاهـ وـأـبـيـهـ طـبـقـتـهـ الـثـرـيـهـ وـتـكـونـ

بـنـفـسـ قـوـةـ أـصـلـهـاـ بـالـلـغـاتـ الـأـلـيـانـيـهـ .

.. وـالـكـلـامـ أـنـ كـلـ دـولـ تـقـومـ بـتـدـرـيـسـهـ



كتـبـ فـاطـمـةـ الـكـومـيـ

لـيـوـجـدـ تـكـوـنـجـيـاـ الـعـلـمـوـنـ وـالـإـنـسـانـاتـ فـيـ تـفـيـذـ تـطـبـيقـاتـ

مـجـالـ التـعـلـيمـ فـيـ الـشـرـقـ الـأـوـسـطـ كـلـ أـكـفـاـنـ الـدـكـتـورـ طـارـقـ شـوـقـىـ وـزـيـرـ

الـتـبـيـهـ وـالـتـعـلـيمـ فـيـ مـصـرـ . سـنـاتـ عـمـلـهـ

الـطـوـلـيـهـ فـيـ الـيـونـسـكـوـ فـيـ هـذـاـ الـمـجـالـ

٣ تـمـهـ صـ

قـمـةـ مـصـرـيـهـ أـوـغـنـدـيـهـ بـ"ـالـإـتـحـادـيـهـ"ـ تـقـوـجـ بـاـتـفـاقـيـاتـ فـيـ مـجـالـاتـ الـكـهـرـيـاءـ

وـالـصـنـاعـةـ وـالـزـرـاعـةـ..ـ الرـئـيـسـانـ يـتـفـقـانـ عـلـىـ تـعـزـيزـ التـعـاـدـلـ بـمـوـضـعـ

الـنـيلـ..ـ وـ"ـمـوـسـيـفـيـنـ"ـ مـحـارـبـ"ـ أـنـقـذـ هـوـيـةـ مـصـرـ مـنـ الـمـتـرـفـينـ

وـنـاقـشـاـ كـذـلـكـ مـوـضـعـ مـيـاهـ الـنـيلـ، حـيـثـ اـنـتـقـاـ عـلـىـ أـهـمـيـةـ تـعـزـيزـ التـعـاـدـلـ بـمـوـضـعـ الـسـوـدـانـ وـلـيـبـيـاـ وـمـنـطـقـةـ

وـشـرـقـ أـفـرـيـقـيـهـ، بـالـإـضـافـهـ مـاـ يـقـدـرـ عـلـىـ مـدارـ

الـتـحـديـاتـ الـتـيـ تـوـجـهـ الدـولـ الـأـفـرـيـقـيـهـ،

حـيـثـ تـمـ اـنـتـقـاـ عـلـىـ تـعـزـيزـ التـعـاـدـلـ

دـولـ الـمـنـابـعـ وـدـولـ الـمـصـبـ وـتـجـنـبـ الـإـضـارـ

بـأـيـ طـرـفـ.

وـقـهـدـ الرـئـيـسـانـ عـقـبـ ذـلـكـ مـرـاسـمـ التـوـقـعـ

عـلـىـ عـدـدـ مـنـ الـاـتـقـاـيـاتـ وـالـمـذـكـرـاتـ

الـتـفـاـهـمـ، وـهـيـ عـلـىـ دـوـلـ الـأـفـرـيـقـيـهـ،

مـشـيـدـاـ مـسـاعـيـ الـرـئـيـسـ الـأـفـرـيـقـيـهـ

لـحـولـ سـيـاسـيـهـ لـأـلـنـمـاتـ الـتـيـ تـوـجـهـاـ

الـقـارـةـ وـتـعـزـيزـ جـهـودـ مـكـافـهـ الـإـرـهـابـ

فـيـ أـفـرـيـقـيـاـ.

كـمـ اـنـتـقـاـ عـلـىـ هـذـهـ الـأـفـرـيـقـيـهـ

الـتـكـالـمـ بـمـنـاسـبـ الـسـيـاسـيـهـ،

مـسـاعـيـ الـرـئـيـسـ الـأـفـرـيـقـيـهـ

لـتـوـقـعـ عـدـدـ مـنـ اـنـقـاقـاتـ وـمـذـكـراتـ

فـيـ مـجـالـاتـ الـمـتـفـقـيـاتـ الـأـفـرـيـقـيـهـ،

أـهـمـيـهـ الـعـلـمـوـنـ وـالـإـنـسـانـ

الـتـفـقـيـقـاتـ الـأـفـرـيـقـيـهـ،

وـأـنـقـذـ هـذـهـ الـأـفـرـيـقـيـهـ

بـمـنـاسـبـ الـلـغـهـ الـأـفـرـيـقـيـهـ.

نصائح لعلاج الوسواس القهري منها عدم تحليل الفكرة أو محاولة منعها

مريض الفصام الوسواس القهري
٥. لا تضيع الوقت في محاولة منع أو عدم التفكير في أفكارك، هذا سيكون له تأثير معاكس ويوؤدي إلى التفكير في المزيد من الأفكار، فلقد أظهرت الدراسات أنه لا يمكنك التوقف عن الأفكار المعينة أو دفعها بشكل فعال خاصة إن حاولت إيقافها.

٦. تذكر أن التعامل مع الأعراض الخاصة بك هو مسئوليتك وحدك، ولا تشرك الآخرين في واجباتك العلاجية (ما لم يخبرك المعالج)، أو تتوقع منهم دفعك أو تحفيزك، فلن يكونوا هناك داءً عندما تحتاجهم.

٧. إذا كان المعالج الخاص بك يعطيك مهمة لا تشعر بأنك على استعداد للقيام بها، يمكنك التحدث وإخبارهم بذلك، فيجب أن تكون قادرًا على أن يكون لك رأي في العلاج الخاص بك، والهدف هو أن تؤدي الواجبات المنزلية بشكل جيد لتساعدك.

٨. لا تنتظر "اللحظة المثالية" لبدء مهام العلاج المنزلي، التسويف هو سمة من سمات الوسواس القهري للكثير من الناس، لذا ابدأ مهام العلاج المنزلي في الوقت الذي تحصل عليه.



على اطلاع وتعامل مع الفكرة بطريقة عادلة.
٢. كن على استعداد لقبول هناك مجموعة من النصائح التي يجب اتباعها عندما يكون الشخص من الحياة، وبالتالي لا يمكن التخلص منه نهائيًا، وذكراً أن عدم التنازع بالكامل وتجنب أي مضاعفات أو وساوس تتعوق حياته باستمرار، ومن هنا نقدم نسخ أو من الآخرين، بدلاً من ذلك ، أخبر نفسك أن أسوأ ما وفقاً لما ذكره الموقع الرسمي لمنظمة الوسواس القهري العالمية "iocdf".
٤. حاول دائمًا أن تتفق مع جميع الأفكار التي تأتي لك، ولا تحمل أو تطرح أو تجادل معها أبدًا، فكن مستعدًا لاستخدام أدوات فالأسئلة التي تثيرها الفكرة ليست أي مكان. أيضًا، إذا ظهرت أفكار جديدة، تأكد من إخبار المعالج الخاص بك حتى تتمكن من إيقائه الوسواس القهري.

١. توقع دائمًا ما هو غير متوقع، أو تطرح أو تجادل معها أبدًا، فكن مستعدًا لاستخدام أدوات العلاج الخاصة بك في أي وقت وفي أسئلة حقيقة، ولا توجد إجابات حقيقة عليها، فقل ببساطة أن الأفكار ليست حقيقة ونطحها.

كافية شاي وقهوة.. ٤ اعراض مرضية يسببها الكافيين

تناولها بشكل مستمر، فهذه المشروبات تحتوي بشكل كبير على نسب عالية من الكافيين، الذي يعود بالضرر المباشر على الجسم ووظائفه وأعضائه، لذا ينصح بضرورة التغيير في الروتين اليومي تدريجياً والتوقف عن شرب هذه المشروبات الغنية بالكافيين.

٣. الكافيين وأشار الصيدلي والباحث في الدراسة إلى أن الكثيرون من الأضرار يسببها الكافيين، وخاصة إذا كان يتناوله الإنسان بشكل منتظم ويومن، مما يزيد من خطورة ، ومن أبرز هذه الأضرار المتوقعة:
- الكافيين يعمل على التسبب في اضطراب في عادات النوم وعدم الخلود للراحة سهولة.
- الكافيين يسبب أيضًا مشكلات تتعلق بالشعور بالقلق.
- قد يتسبب الكافيين أيضًا لدى البعض في زيادة معدل وسرعة ضربات قلوبهم.
- قد يسبب ارتفاعًا في ضغط الدم أيضًا.



كميات عالية من الكافيين يومياً حسبما يؤكد الدكتور مروان سالم الصيدلي والباحث في الدراسة، و"عشران يبطئ دماغه يحبس بكاراشينيرو"، تلك المشروبات اليومية المتكررة، والتي يتناولها أغلبنا على الدوام وبشكل مستمر، تجعل الجسم يستقبل

الكثير منا لا يمر يومه سوي بتناول عدة أكواب من القهوة، ومثلها من الشاي، و"عشان يبطئ دماغه يحبس بكاراشينيرو"، تلك المشروبات اليومية المتكررة، والتي يتناولها أغلبنا على الدوام وبشكل مستمر، تجعل الجسم يستقبل



طب بديل لعلاج قرحة المعدة بالأعشاب ومنه الجنسينج

قرحة المعدة من الأمراض الشائعة لدى كثير من الناس، وهي قرحة داخل بطانة المعدة، وتحدث في الجزء العلوي من الأمعاء، ووفقاً للجمعية الأمريكية لأمراض الجهاز الهضمي يعني حوالي ٤ ملايين شخص من قرحة المعدة، ويعاني ١ من كل ١٠ أشخاص من القرحة مرة واحدة خلال حياتهم، ويمكن استخدام الطب البديل لعلاج قرحة المعدة بالأعشاب، وفقاً لما ذكره موقع "Live strong".

١- الجنسينج
الصبار لعلاج قرحة المعدة الصبار لعلاج قرحة المعدة

٢- التوت البري
الصبار لعلاج قرحة المعدة

٣- عصير الصبار أو الألوفيرا

يساعد في تخفيف آلام قرحة المعدة وسرعة الشفاء، ويمكن أيضًا استخدام البكتيريا المسئولة عن قرحة المعدة

جذر الخطمي أو الماراشينيلو، لداء

الدردار، بذور الكتان تهدئة الغشاء

المخاطي في المعدة، أيضًا عصير

الرويبارب هو علاج تقليدي للنزيف

الثوم والشاي الأخضر.

٤- الزبادي

يمكن علاج قرحة المعدة عن طريق تناول اللبن، حيث يحتوي الزبادي

على بكتيريا البروبابيوبتيك، وهي بكتيريا

صديقة ونافعة تحافظ على التوازن بين البكتيريا المفيدة والضارة في المعدة.

٥- زيت الزيتون
يساعدك في علاج قرحة المعدة، حيث

يحمي من تلف المعدة من الأدوية المضادة للالتهابات مثل: الأسبرين،

الجنسينج من الطب البديل لعلاج

قرحة المعدة الجنسينج من الطب

البديل لعلاج قرحة المعدة

٦- العرقوسوس

يساعدك في علاج قرحة المعدة، حيث

يحمي من تلف المعدة من الأدوية

المضادة للالتهابات مثل: الأسبرين،

الجنسينج من الطب البديل لعلاج

قرحة المعدة الجنسينج من الطب

البديل لعلاج قرحة المعدة

٧- الماء

يمكن علاج قرحة المعدة بشرب الماء بكثرة، فهو يقلل من أعراض القرحة، لأنها تربط الجسم وتصفيه من

الشوائب والسموم.

٨- الألياف

تساعد على علاج قرحة المعدة ومن

الأطعمة التي تحتوي على الألياف،

التوت، التفاح، الكمثرى، الفراولة،

الخرشوف، البسلة، اللفت، الشعير،

القمح، الأرز البني.



الظافر
International

www.alzaferintl.com

Al Zafer International shipping & Logistic Solutions

1Gad El-haq st., 1st Floor , Square 1226
beside Florida mall, Sheraton Heliopolis ,
Cairo , Egypt
+202 2266 466 7
+202 2266 466 8
www.alzaferintl.com

بنها في ملتقى التعاليم بالكويت

الطلبه من أبناء الدول العربية والافريقية كما يقدم الوفد عرضا للتسبيلات التي تقدمها جامعة بنها وكلياتها للطلاب الوفادين ونظم الإمتحانات امتحانها، كما يلتقي الوفد بعدد من المسؤولين بالكويت لبحث اوجه التعاون بين جامعة بنها وعدد من الجامعات الكويتية فيما أكد الدكتور السيد يوسف القاضي رئيس الجامعة على أهمية تواجد جامعة بنها في المحافظ العلمية والتعليمية سواء كانت عربية او افريقية للتعرف بجامعة بنها وانشطتها وللتواصل مع جامعات العالم المتقدمة واضف القاضي ان حرصنا على التواجد ياتي في اطار التطوير الذي تشهده الجامعة في مختلف المجالات وكذلك لتوسيع رقعة التعاون العلمي والبحث بينها والجامعات المتقدمة



د. هويدي الشريفي

تبدأ اليوم فعاليات ملتقى التعليم الذى تنظمه وزارة التعليم العالي بدولة الكويت الشقيقة بالتعاون مع الوزارات والجهات المختلفة وتنتمي اعماله على مدى ٣ أيام محمد أبو سالم مدير وحدة الوفد ويستعرض الوفد أنشطة جامعة بنها العلمية والبحثية والبرامج الدراسية وتشترك فيه جامعة بنها بوفد يضم الدكتور هشام أبو العينين نائب رئيس

الكاتب الكبير (حزين عمر) في أول أنشطة الصالون الثقافي بنادي الصحفيين

أدار الصالون الكاتب الصحفي والشاعر الكبير (حزين عمر) لمناقشة ديوانه ا.د/صلاح هاشم بعنوان (عشق الدراويس) وشارك في المناقشة والدكتور الهنري رئيس لجنة النشاط بالنادي الهنري للصحفيين تحت اشراف الكاتب الصحفي محمد شبانة رئيس مجلس إدارة النادي الهنري للصحفيين.

الكاتب الصحفي والشاعر الكبير (حزين عمر) لمناقشة ديوانه ا.د/صلاح هاشم بعنوان (عشق الدراويس) وشارك في المناقشة والدكتور الهنري رئيس لجنة النشاط بالنادي الهنري للصحفيين تحت اشراف الكاتب الصحفي محمد شبانة رئيس مجلس إدارة النادي الهنري للصحفيين.

د. هويدي الشريفي

نظم النادي النهري للصحفيين أول أنشطة الصالون الثقافي الشهري له مساء أمس الأربعاء في تمام الساعة السابعة بمقهى النادي بشارع البحر الورواري بمقر النادي بالجيزه العاشر من رمضان وقدم الصالون عدداً من فقرات فنية وشعرية.

عرس إعلامي بالمركز الثقافي الكندي برئاسة الأميرة "صيغة بنت متعب بن عبد العزيز آل سعود"

كتاب: هناء السيد

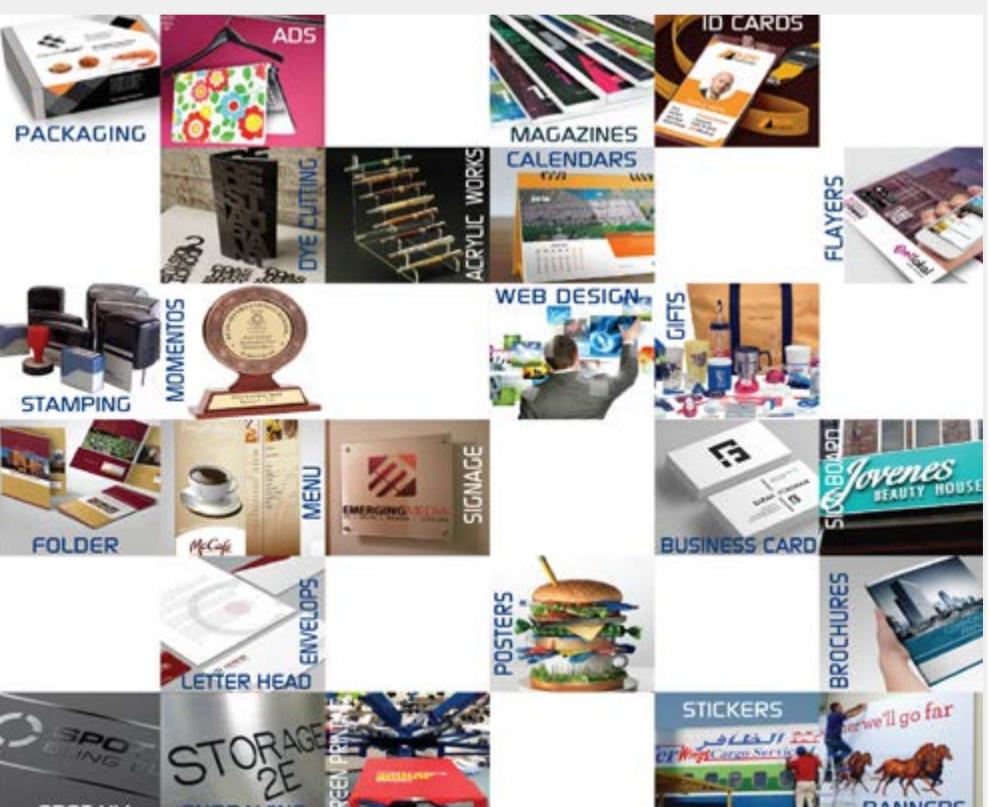


خدمة لشباب الإعلام العربي و التعليق الصوتي و التي يتم تعريف الطالب فيها على الطبقات الصوتية و وأضاف "الأقرع" لم أجد مكان لدعمنا غير المركز الثقافي الكندي و اختيارياً ورشة الإعلامية "حنان الشبيني" وعضو لجنة تحكيم بمسابقة و الذي قدم دعمه للشباب لتقديم مذاخر قادرة و "صيغة بنت متعب بن عبد العزيز آل سعود" و بشكل لائق و محترم يليق مسئولة و بشكل لائق و مهتم يليق بكلمته "هشام الأقرع" رئيس المهرجان و المسابقة و المستشار الإعلامي للمركز الثقافي الكندي حيث قال إننا في ضيافة المركز الثقافي الكندي و الأميرة "صيغة بنت متعب بن عبد العزيز آل سعود" و التي وفرت كل سبل الدعم لتقديم قيمة و هدف تقديم جيل جديد من الشباب الإعلامي و إضاف انه واجه العديد من المشاكل في بداية تنفيذ نجوم الإعلام العربي خاصاً أن هدف المهرجان و المسابقة ليس لجمع رعاه لجني المال و إنما تقديم قيمة و علم و شباب لائق و ذو مهنية عالية الى ان تواصل مع الدكتور "جورج رشاد" مدير إدارة المذيعين بقطاع الأخبار بالتلذذيون المصري و قارئ نشرات الأخبار و مقدم البرامج إلى التطور البشري للزيادة من وعي المشاركين واعددين بخارج جيل من شباب الإعلاميين في أبهى صوره و أضاف انه سوف نعلن سوف نعلن عن كورسات إعداد و تقديم البرامج و تليها ورشة الإعلامي "بهاء المالكي" و كل ما نقدمه من خدمات إعلامية بمقر المملكة العربية السعودية بعد العيد مباشرة



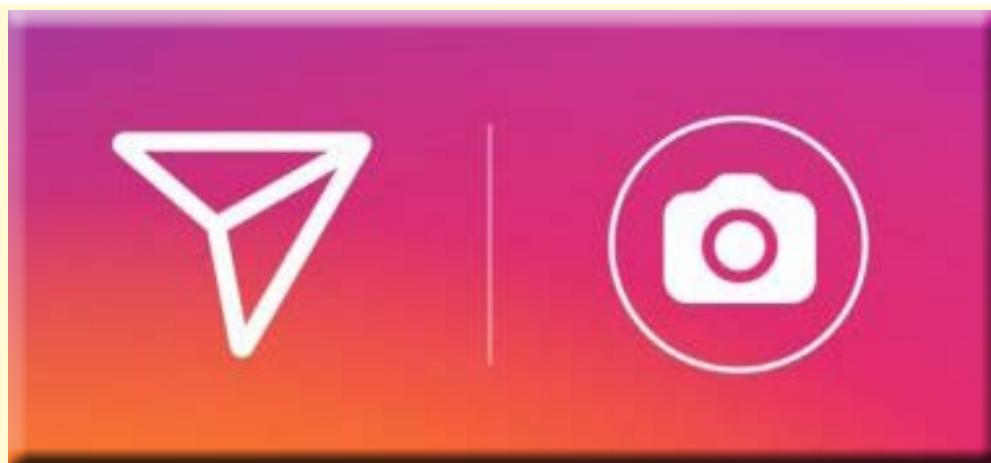
طباعة الأوفست | الطباعة الرقمية طباعة سلك اسكنن | تصميم جرافيك

OFFSET PRINTING | DIGITAL PRINTING SCREEN PRINTING | GRAPHICS DESIGN



Al Fayoum St. Al Hamara Dist. P.O.Box 50457 Jeddah 21523
Kingdom of Saudi Arabia - Tel.: 055 008 1575 / 053 230 5963





انستجرام يتيح قريبا للمستخدمين إضافة الموسيقى إلى الـ Stories

الأخيرة التي أطلقتها انستجرام قبل الإعلان الرسمي مثل Nametag وغيرها. وكانت انستجرام قد أضافت العديد من المميزات خلال الأشهر القليلة الماضية في محاولة للتفوق بخدمتها عن بقية الخدمات الأخرى، خاصة في ظل منافسين مثل سناب شات وغيرها من الخدمات الأخرى.

ووفقاً لما نشره موقع TechCrunch الأمريكي، فلن يحتاج المستخدم إلى الكثير من التعديلات على أحد المقطوع في حال كان قادر على إضافة الصوت بشكل منفرد، وكان أول من رصد هذه الميزة هو Ishan Agarwal والتي تعرف بـ“ملصقات الموسيقى” أو Music Stickers وأكمل أنه قام باكتشاف جميع التحديثات.

كشف تقرير جديد أن خدمة مشاركة الصور "انستجرام" استضيف ملصقات جديدة تسمح للمستخدمين بإضافة مقاطع موسيقية أو صوتية، كما هو الحال مع روابط لتنك المقاطع ضمن القصة، ويأتي ذلك في إطار التحديات الكثيرة التي وصلت للتطبيق خلال الفترة الأخيرة، الأمر الذي يجعل عملية مشاركة القصص

ايه الفرق.. أبرز الاختلافات بين هاتفي جلاكسي S8 و S8+

كشف شركة سامسونج مؤخراً عن مجموعة من هواتفها الذكية المختلفة، والتي يأتي من ضمنها هاتف Galaxy A6+، فيما يلي نعرض مقارنة بينه وبين هاتف Galaxy A8+ وبينه وبين هاتف Galaxy A8، وذلك للوقوف على أي فروق بين الهاتفيين كما يلى:



وفي تحسين مستمر ، ويجب ان ننظر
إلى جانب اخر وهو ان يشعر المواطن
بتتحسين لاقتصاد ، بتحسين الخدمات
وتقديم السلع الرئيسية ، فضلا عن وصول
الدعم لمستحقيه وسيكتمل عند اكتمال
لبيانات الكاملة عن الحياة في مصر ،
لي جانب المشروعات القومية التي
ستوغيّب عمالة كثيرة .
وأكّد أنه لن يكون هناك اختيارات
في الكهرباء والمواد البترولية وتطوير
المنظومة الصحية والتعليمية وكل هذا
يتعلّم عليه ولكن يجب أن يشعر المواطن
بهذا .
وأوضح أن مصر قلّك كل الإمكانيات
للاقتصاد القوي ، مشيرا إلى أن مصر تعامل
على تنمية قطاع النقل البحري وتطوير
الموانئ والطرق التي تربط تلك الملوانئ
وتطور التشريعات الخاصة بها وكل هذا

تسريبات: هاتف أيفون X Plus سيأتي في نفس حجم أيفون 8 بلس



الثالث والأصغر، وهو عبارة عن نسخة محدثة من iPhone X، وسيأتي بعدها iPhone 12 OS، ومن المتوقع أن التشغيل 12 iPhone 12 OS، ومن المتوقع أن تعمل ميزة Face ID أيضًا في الوضع الأدق الذي سيكون مثابة خطوة نحو إدخال تقنية الأمان لأجهزة iPad، ستأتي أجهزة iPhone الجديدة الثلاثة ببطاريات أكثر قوة، يتم تصنيعها من قل .Unimicron

الذي سيضم مع شاشة OLED مقاس 6.5 بوصة، وسيحمل اسم iPhone X Plus ، وسيأتي بحجم هاتف iPhone Plus .8، وسيكون له تصميم نحيف للغاية، بالإضافة إلى شق علوي .iphone8 plus iphone8 plus ويقول التقرير إن جهاز آيفون الأصغر حجمًا، الذي يُشاع أنه سيأتي مع شاشة LCD بقياس 6 بوصة، بدلاً من 6.1 بوصة، وسوف يأتي أيضًا مع وجود الشق العلوي، أما بالنسبة للهاتف

ظهرت تسلسلات جديدة تكشف عن شركة أبل لإطلاق ثلاث هواتف جديدة خلال عام 2018 منذ نهاية العام الماضي، ويتوقع المحللون أن الهاتف الثلاثة لن تضم ميزة مسح بصمات الأصابع لصالح Face ID، وتقدم أحدث التقارير الصادرة من موقع اليابانية معلومات إضافية حول الأجهزة القادمة من أبل .إذ ورد في تقرير حديث من iPhone 2018، أن جهاز Macotakara

رئيس الوزراء يفتتح مؤتمر الاتحاد من أجل المتوسط للنقل البحري.. إسماعيل: نواجه بطالة وهجرة غير شرعية وإرهاب علينا بذل مزيد من الجهد للتغلب على التحديات الإقليمية.. ويؤكد: لا نهتم بالنجاح وهدفنا تحسن حال المواطن

الوسائل، بالإضافة إلى العمل على تطوير الطرق السريعة للخدمات البحرية، وتفعيل إجراءات التدريب ونقل المعرفة، بهدف المساهمة في إنشاء شبكة بنية تحتية للنقل تتسم بالكفاءة والقابلية للتشغيل البيني والدائم في المنطقة الأورومتوسطية.

ويعد الاتحاد من أجل المتوسط منظمة حكومية دولية تضم 43 بلدًا من أوروبا وحوض البحر المتوسط، و 28 من دول الاتحاد الأوروبي، و 10 بلد متوسط شريك من شمال إفريقيا والشرق الأوسط وجنوب شرق أوروبا وقد ترأست مصر 2008 دول الجنوب بالاتحاد من عام 2012 حتى 2014.

ويهدف الاتحاد لتعزيز الشراكة الأورومتوسطية في منطقة البحر المتوسط، وهو عبارة عن منتدى لمناقشة القضايا الاستراتيجية الإقليمية والمشاركة في اتخاذ القرارات والمسؤولية المشتركة بين ضفتي البحر المتوسط، حيث يركز على 6 قطاعات هي: تنمية الأعمال، التعليم العالي والبحث العلمي، الشؤون الاجتماعية والمدنية، الطاقة والتداير، المناخية، النقل والتنمية الحضرية، المياه والبيئة.

والاجتماعية والثقافية لجميع شعوب منطقة الأورو متوسطي.

وقال رئيس الوزراء إن فعاليات هذا المؤتمر مع اهتمام الحكومة المصرية بتطوير ودعم منظومة النقل البحري للاستفادة من الميزة الاستراتيجية والتنافسية لموقع مصر الجغرافي وها يتحقق التنمية المستدامة وتنمية الاقتصاد القومي.

وأوضح أن تطوير هذه المنظومة في مصر يشمل تطوير الموانئ القائمة وإنشاء موانئ جديدة وإعادة تأهيل شبكة الطرق على مستوى الجمهورية بهواصفات عالية فضلاً عن إنشاء مناطق لوجستية إلى جانب إعادة تأهيل السكك الحديدية للقيام بدورها الرئيسي في نقل البضائع، وأن مشروع ازدجاج قناة السويس العملاق هو تأكيد على حرص مصر على القيام بدور فاعل في تطوير منظومة التجارة العالمية ويتزامن مع هذه المشروعات مشروع إنشاء المنطقة الاقتصادية بقناة السويس.

وأكمل على أن الحكومة المصرية وضعت نصب عينيها تحقيق متطلبات التنمية الاقتصادية وتعزيز القدرة التنافسية على المستويين الإقليمي والدولي وزيادة

حوال المرأة في المتوسط في نوفمبر 2017 والمنتدى الثالث للمياه في المتوسط في يناير 2018 والجلسة العامة للجمعية البرلمانية للمتوسط في أبريل 2018.

واستطرد رئيس الوزراء قائلاً: "اسمحوا لي في هذا السياق أن أقدم التهنئة للسفير ناصر كامل على توليه منصب السكرتير العام للاتحاد من أجل المتوسط متمنياً له كل التوفيق والنجاح في مهمته ومسولياته الجديدة .. كما أود أن أعبر عن خالص تقديرى للسفير العام السابق للاتحاد سجلماهى السكرتير العام السابق للاتحاد لجهوده الكبيرة في تعزيز التعاون بين دول المتوسط خلال فترة توليه المنصب.

وقال رئيس الوزراء لقد حقق الاتحاد من أجل المتوسط العديد من الإنجازات على في نقل البضائع ، وأن مشروع ازدجاج قناة السويس العملاق هو تأكيد على حرص مصر على القيام بدور فاعل في تطوير منظومة التجارة العالمية ويتزامن مع هذه المشروعات مشروع إنشاء المنطقة الاقتصادية بقناة السويس .

ولفت رئيس الوزراء إلى أنه يجب بذل المزيد من الجهد للتلقي على التحديات الإقليمية التي تواجه مسارات التعاون المختلفة وعلى رأسها النزاعات المسلحة وقضايا البطالة والهجرة غير الشرعية

وقال المهندس شريف إسماعيل رئيس مجلس الوزراء، إن مؤتمر الاتحاد من أجل المتوسط للنقل البحري هو أحد المؤتمرات الهامة الخاصة بالتعاون بين دول حوض البحر المتوسط في مجال تطوير الموانئ والنقل البحري والمناطق اللوجستية متمنيا نجاح المؤتمر.

وأضاف خلال مؤتمر صحفي اليوم الثلاثاء على هامش مؤتمر النقل البحري بالإسماعيلية، أنه يتمنى أن تصب نتائج المؤتمر في التنمية التي تتم، مشيرا إلى أن الطرق أيضا تخدم منظومة التجارة وتحدث عن تطوير شامل لعمليات نقل البضائع على مستوى الجمهورية.

وأشار إلى أن المؤتمر يؤكد دور مصر في مجال التجارة العالمية ومنطقة المتوسط والذى يؤكد دور مصر الفاعل في تعاون دول البحر المتوسط.

وقال المهندس شريف إسماعيل حول مؤشرات الاقتصاد المصرى إنها إيجابية، فاعية وفاءً للبيئة، وإن الحفاظ على المنظومة بشكل مستدام، وأنه من المستويات خدمة متقدمة يُعد من أهم أولوياتنا التي تتناغم مع خطط واستراتيجية الدولة“ رؤية مصر ٢٠٣٠“.

ويهدف المؤتمر لاستعراض التجارب الناجحة في مجال النقل متعدد الوسائل بالمنطقة الأوروتوسطية، فضلاً عن استكشاف الفرص في البناء والتعميم والاستثمار، وتعزيزها فيما بين الموانئ الرئيسية في منطقة دول البحر المتوسط، إلى جانب تعزز بناء القدرات، كمحرك لتحقيق التنمية الفعالة والمستدامة للنقل البحري واللوجستي في المنطقة الأوروتوسطية.

كما يشكل المؤتمر فرصة لإطلاق مشروع الذى يقوم على TransLogMED دعم النقل المستدام من الباب إلى الباب، والسعى لزيادة الحلول المتعددة والمراحل.

وقال إن تنظيم هذا المؤتمر على أرض مدينة الإسماعيلية والتي تعتبر قطعة من أرض الفيروز له أثر كبير يعكس مدى أهمية المكان في جمع دول حوض المتوسط معاً لعرض ومناقشة قصص النجاح الوطنية في قطاع النقل البحري والخدمات اللوجستية.

وأشار إلى أن تحقيق التنمية المستدامة في قطاعات المياه والبيئة والقوافل البحرية يُعد من أهداف الاتحاد من أجل المتوسط في ظل تمعّج ذُرّه بمواقع بحرية فريدة وموانئ صاعدة وقوافل بحرية تُعد سرّياً رئيسياً لحركة التجارة الدولية.

وأضاف أن الاتحاد الذي نسعى إليه جمِيعاً يُولّد القوة والتماسك والتاريخي بين دول البحر المتوسط وينبذ الخلافات والصراعات جانباً لتحقيق الأهداف التي نسعى إليها جميعاً في التنمية الاقتصادية



القبض على عامل وبحوزته ١٥ ألف جنية و٥٠٠ دولار مزورة بمنطقة السيدة زينب



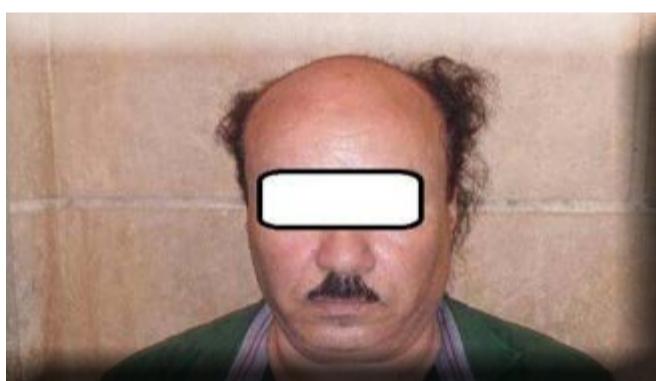
على ١٠٠ ورقة مالية فئات (٢٠٠، ١٠٠) جنيهية ياجمالي مبلغ ١٥ ألف جنيهية ”مقلدين“، ٥ ورقات مالية فئة ١٠٠ دولار أمريكي ياجمالي مبلغ ٥٠٠ دولار ”مقلدين“.

وتحرر عن ذلك المحضر اللازم، وتولت النيابة العامة التحقيق.

سنة، عامل ، يحوز عاملات أجنبية ٥٢
ومحلية مقلدة بقصد ترويجها على
الموطنين بمنطقة سكنه.
وبإجراء التحريات تبين صحة ما ورد
من معلومات عقب تفنين الإجراءات
وبإعداد الأكمنة الازمة بالأماكن التي
يتزدّد عليها أسفار إداتها عن ضبطه
حال تواجده بمسكنه .. وعثر بحوزته

ذكرت الاجهزة الامنية بالقاهرة
قيادة اللواء محمد منصور مدير
باحث العاصمة من القبض على عامل
بحوزته ١٥ ألف جنية و٥٠٠ دولار
زوجة بمنطقة السيدة زينب .
ردت معلومات لضباط إدارة مكافحة
جرائم الأموال العامة مفادها أن
محمد عوشهته "محمد ميمي" ،

القبض على مقاول هارب من دفع ٣ ملايين جنية غرامات بالشرايبة



القى رجال مباحث القاهرة بقيادة اللواء محمد منصور مدير مباحث العاصمة القبض على مقاول هارب من دفع ٣ ملايين جنيه غرامات بالشرايبة .

تعود مكنت قوة أمنية من مباحث قسم شرطة الشرايبة من ضبط جمال أ، ٤٨ سنة، مقاول، والمطلوب التنفيذ عليه في القضيتيين ارقم ٢٥٦٨ لسنة ٢٠١٣م والشرايبة "مباني" ، ٦٧٠٨، لسنة ٢٠١٣م والشرايبة "مباني" والمقطفي فيما بغرامة مستحقة بلغت ٣ مليون و ٢٧٣ الف جنيه . وحادي، اتخاذ الاحراءات القانونية قلله .

الأهلي المصري يفقد نقطتين ثمينتين بتعادله بدون أهداف أمام ضيفه الترجي التونسي في بداية مشواره في دور المجموعات من دوري أبطال إفريقيا

بعد تدخل عنيف على لاعب الترجي التونسي سيحرمه من خوض مباراة كامبala سيتي الأوغندي، نظراً لإنه يملك بطاقه صفراء حصل عليها أثناء مباراه الأهلي و فريق مونانا و هو اللقاء الذي سيخوضه الأهلي يوم ١٥ مايول الجاري ضمن ثاني مباريات دور المجموعات بالبطولة الإفريقية في الدقيقة الـ ٨٦ أجري حسام البديل التبديل الأخير بخروج وليد سليمان ونزل صلاح محسن بديلًا منه. وقد ثبت نزول صلاح محسن الحيوه و النشاط في هجوم الأهلي و زادت سيطرته على المباراه و شكلت كراته خطورة كبيرة على مرمي الترجي لكن لاعبو الأهلي لم يتمكنا من ترجمة هذه الخطورة و السيطره إلى أهداف لتنتهي المباراه بالتعادل السلبي بين الفريقين، وكسب نقطة واحدة لكان للاهلي من الفرقين. وبهذه النتيجه يتتصدر فريق رولر تاون شيب البتسواني المجموعة الأولى بثلاث نقاط بعد فوزه على كامبala سيتي بهدف نظيف يليه الأهلي و الترجي بنتقطه واحده لكل فريق و في المركز الرابع كامبala سيتي برصيد صفر. ومن المقرر أن تكون مباراة الإياب بين الترجي و الأهلي على الملعب الأولمبي ببرادس يوم الجمعة الموافق ١٧ أغسطس ضمن الجولة الخامسة من دور مرحلة المجموعات بدوري أبطال إفريقيا.

تسديدة من خارج منطقة الـ ١٨، لكنها كانت بعيدة عن المرمى . و مع بداية الشوط الثاني تبادل الفريقان الكرة في منتصف الملعب، حيث سيطر الهدوء حتى الدقيقة ٥٣ من المباراه، وكان أول تهديد لنادي الترجي التونسي عن طريق طه ياسين الخيسري من ضربة ركنية مرت بجوار القائم. وفي الدقيقة ٦٠ أهدر باكا فرصة جديدة للأهلي مستغلاً تمريرة أحمد فتحي، لكنه لم ينجح في تسديد الكرة لترتطم بقدم مدافع الفريق التونسي. و تشهد الدقيقة ٦٤ إلغاء مالانج ديدهيو حكم المباراه هدفاً جميلاً أحرزه مروان محسن بعد تلقية تمريره حريره عرضيه من وليد سليمان بوجهه أن مروان كان في وضعيه التسلل، لكن الإعادة أوضحت أن مهاجم الأهلي لم يكن متسللاً. وأجرى حسام البدرى ثانى تبديلات الأهلي بخروج باكا، ونزل إسلام محارب من أجل تشتيت الجانب الهجومي للأحمر في الدقيقة ٦٧، وواصل الأهلي ضغطه بشدة على مجريات اللقاء، الذي أجرى خط وسط الترجي للتراجع حتى منطقة الجزاء وفي الدقيقة الـ ٧٥ حاول النادي الأهلي هز شباك الضيوف برأسية مروان محسن لكنها اصطدمت بأحد لاعبي الترجي وتحولت لركلة ركنية. وفي في الدقيقة ٧٧ أشهر حكم المباراه بطاقه صفراء للمدافع أيمن أشرف

١٢ تمهيد جاءت بداية اللقاء هجومية سريعة حيث أهدر باكا فرصة محققة لإحراز هدف اول في الدقيقة الرابعة بعد تلقيه تمريرة رائعة من ويلد سليمان لكن باكا سدد الكرة قوية مرت من فوق عارضه مرر معي بن شريفية، ثم واصل مروان محسن هاجم الأهلي مسلسل إهدار الفرص بعد أن وصلته تمريرة ممتازة من ميدو جابر إلا إنه أطلق كره صاروخية مرت بعيداً عن المرمى. و يكشف الأهلي من هجومه على مرمي الترجي و في الدقيقة ٢٠ سدد ويلد سليمان تسديدة قوية من خارج منطقة جزاء الترجي بقدمه اليمني، لكنه لم تكن دقيقة و بالتالي كانت بعيدة عن مرمي معي بن شريفية، و في الدقيقة ٣٣ تعرض عمرو السولية لاعب خط الوسط للإصابة في العضة الأمامية، و خرج لعدم قدرته على إستكمال اللقاء ليخرج ويحل محمد هاني بدلاً له، بينما دخل أحمد فتحي في العملي ليلعب محور ارتكاز بجوار عاشور. و يحاول لاعبو الترجي الرد على هجوم الأهلي و ينجح محمد الشناوي حارس الأهلي في إبعاد كرة خطيرة من طه ياسين الخينسي لاعب الترجي حولها إلى ضربة ركنية في الدقيقة ٣٩. و تشهد الدقيقة ٤٥ تسديدة من أحمد فتحي



سقوط عصابة "التربي وكرع" لنشر المواطنيين بمنطقة السلام

تمكنت لاجهة الأمنية بالقاهرة من القبض على تشكيل عصابة مكون من عاطلين تخصص في نشر المواطنين بموقف الأقاليم الجديد بمنطقة العرجيفين . وردت معلومات لضباط مباحث قسم شرطة السلام أول مفادها أن كلاً من محمد ح، وشهرته " حمادة التري "، ٢٩، سنة، عاطل، وكريم ر، وشهرته " كريم كرع "، ٣٢، سنة، عاطل، ويكونان فيما بينهما تشكيلًا عصابة تخصص نشاطه الإجرامي في ارتكاب وقائع سرقات المواطنين بأسلوب " المغافلة والاحتياك " حال تواجدهم داخل موقف الأقاليم بذات الأسلوب ، وتم بارسادهما بضبط كافة المسروقات بمسكنهما ، باستدعاء المجنى عليهم تعرفوا على المضبوطات واتهموهما بالسرقة ، وأضافوا بعدم قيامهم بتحرير محاضر بوقائع السرقة وتحرر عن ذلك المحاضر اللازمة وتولت النيابة العامة التحقيقات.



شركة البلور للفحص والمعاينة المحدودة CRYSTAL INSPECTION SERVICES CO. LTD.

Surveyors & Loss Adjusters





سموحة يهزم الأسيوطى بركلات الترجيح ٣-٤
بعد التعادل في الوقت الأصلي والإضافي ١-١ و
يصعد لمواجهه الزمالك في نهائى كأس مصر



دقيقة إنتهت بالتعادل أيضاً ليحتكم الفريقين إلى ركلات الترجيح من نقطه الجزاء لتحديد الفائز بالمباراه ليتفوق سموحة في ركلات الترجيح ويفوز ٣-٤ . و قد سجل لسموحة كلاً من محمد حمدى ذكى ويسار ابراهيم وعبد الله بكري وإسلام صالح ، فيما أهدى من سموحة حسام حسن ، بينما سجل مواجهه الزمالك في نهائى الكأس الذي سيقام يوم ١٥ من مايو الجاري. كانت المباراة قد انتهت بالتعادل بهدف لكل فريق حيث تقدم سموحة عن طريق أحمد تماسح في الدقيقة ٧٢ وتعادل الأسيوطى من خلال ضربه الجزاء التي إحتسبها محمد الحنفى حكم المباراه في الدقيقة الثانية من الوقت بدل الضائع و التي نفذها بنجاح شيلنجو . ليجاء الانتهاء من هذه المهمة خلال نحو أسبوع على أقصى تقدير.

الإتحاد المصري لكرة القدم يعلن بدء إزالة صورة محمد صلاح من على طائرة المنتخب



الآخرين، وبينهم شركة اتصالات منافسه لشركة اتصالات يربطها عقد خاص مع صلاح، «على التحرك سريعاً من أجل تنفيذ جميع المطالب التي تم الاتفاق عليها (...)» بإزالة صورة محمد صلاح بشكلها القديم من على طائرة المنتخب التي تنقل الفراعنة إلى روسيا في نهائيات كأس العالم، بجانب التحرك لإزالة صور نجم ليفربول من جميع إعلانات الطرق والتليفزيون». وأشار الاتحاد إلى أنه تم إعداد تصميم جديد للطائرة، ويجري العمل مع مهندسي شركة مصر للطيران لتركيبه على الطائرة بدلاً من التصميم القديم، موضحاً أن كشف الطائرة بتصميمها الجديد سيتم «خلال الأيام المقبلة». وشدد على التزامه «تنفيذ كل ما طلبه محمد صلاح وإنتهاء جميع الأزمات بعد المشكلة التي حدثت أخيراً في شأن حقوق الرعاية وصورة جم ليفربول على طائرة الفراعنة»، مؤكداً البدء «في إزالة جميع صور محمد صلاح من إعلانات الطرق والشوارع بعدما طلب لاعب ليفربول عدم وضعه فيها بحيث سيتم إزالة صورة محمد صلاح من على طائرة مصر الكبيرة». وأكد البيان اتفاقاً تم بينه وبين نجم ليفربول أبو ريدة على موقع فيسبوك الأحد، أكد الاتحاد

التزامه للمنتخب الذي يستعد للمشاركة في إزالة أسباب الخلاف (...). وتنفيذ رغبة اللاعب بناء على ما تم التوصل إليه من اتفاق مع اللاعب ووزير محمد صلاح «إهانة كبيرة جداً». قبل أن يعلن أن الأزمة بدأت بسلوك الشاب والرياضة (خالد عبد العزيز) بعد تدخلقيادة السياسية لينتازل طرفي الحال»، اثر تدخل من السلطات الاتصال عن حقوق صاحبة «نجم مصر الكبيرة». وأكد البيان اتفاقاً تم بينه وبين نجم ليفربول أبو ريدة على موقع فيسبوك الأحد، أكد الاتحاد على لوحت اعلانية وعلى الطائرة

الزمالك يستعيد ذكريات مدرسه الفن والهندسة و يصعد لنهائي مصر بعد الفوز على الإسماعيلي بالأربعة



الهدف الرابع إنها فريق الإسماعيلي و كان بإمكان لاعبو الزمالك استغلال الحاله الفنيه المتردية للدراويش و تسجيل المزيد من الأهداف إلا أن محمد عنتر كاسونجو و في الدقيقة ٧٤ من عمر المباراه استطاع الاعب محمد صادق مهاجم الإسماعيلي ، إحراز هدف الشرف لفريقه من تسديدة رائعة و بعد المباراه عبر خالد جلال المدير الفني للفريق الأول لكرة القدم بنادي الزمالك عن سعادته بالفوز على الإسماعيلي و الصعود لنهائي كأس مصر ، كما أكد جلال بأن قرار مجلس إدارة النادي برئاسة المستشار مرتضى منصور بتتجدد الثقة فيه لفريقيه الفريق خلال الموسم المسبق تاج على رأسه ، ويحمله مسئولية كبيرة خلال الفترة المقبلة . و سوف ينتظر الزمالك الفائز من مباراه الأسيوطى و سموحة و التي ستقام غداً الثلاثاء ، وكانت لجنة المسابقات بالاتحاد المصري لكرة القدم السابعة مساء الثلاثاء الموقفي ١٥ مايو الحالي موعداً للمباراة النهائية لبطولة كأس مصر للموسم الحالى باستاد الجيش برج العرب .

و اصل الزمالك عروضه الكرويه والرائعه و تحقيق النتائج المبهره و الذي فشل محمد عاد حارس الإسماعيلي في إبعادها لتصل إلى عبد العزيز الذي تمكن من إحراز هدف مقابل هدف و ذلك في المباراه التي أقيمت بينهما مساء اليوم الإثنين على ستاد الجيش برج العرب في الدور قبل النهائي لمسابقه كأس مصر من فرمه كانت أغلبها عن طريق المسابقه الأعرق و الأقدم . كعاده في كل المباريات الأخيرة يباغت الزمالك لاعبو الزمالك الذي أدى لاعبوه مباراه منافسيه بالهجوم المبكر من أجل أكثر من رائجه في التواخي الدفاعي و الهجومي . و في الدقيقة ٦٠ عاد يوسف أوباما للظهور من جديد و تالق بشكل لافت الأمر الذي جعله يسجل الهدف الثاني له و الثالث لفريقيه . و رغم إضاعته للكثير من الفرص السهله إلا كاسونجو رفض أن يخرج من مباراه اليوم دون أن يسجل و فعلاً تحقق أمنيته بتألقه في المباراه . و في الدقيقة ٦٢ استغل كاسونجو ، مساحات الكبيرة الموجوه في دفاعات الإسماعيلي و التغرات الكثيره و إنفرد بليل في دفاعهم و هز الشفه بداخلمهم . و هاجم الزمالك بثباته و تشهد الدقيقة ٢٠ تسجيل محمود عبد العزيز نجم خط وسط الزمالك للهدف الثاني

الحارس محمود جنش و سكت الروايه اليمني من مرماهه و إسحاق الزمالك العوده من جديد إلى أحداث المباراه عندما سجل له محمود علاء هدف التعادل في الدقيقة ٥٥ من ركله حارس نفذها علاء بهاره عليه لم يفاجع عارم عامر في التصدى لها . و اعتقد الجميع بأن المباراه ستسرى في إتجاه الوقت الإضافي و لكن الدقيقه ٩٠ الأيسر أحمد شديد قنواي من تسديدة جميله جاءت من ركله حاره بمباشره غالط

المصري البورسعيدي يستهل مشواره الإفريقي بالفوز على سونجو الموزمبيقي بهدفين نظيفين و فريق نهضة بركان المغربي يهزم الهلال السوداني بهدف دون رد



أقيمت اليوم الأحد مباراتين هامتين في إطار الجولة الأولى من مباريات المجموعه الثالثه في دور المجموعات من بطولة الكأس الكونفدراليه الإفريقيه حيث نجح المصري البورسعيدي في الفوز على سونجو الموزمبيقي بهدفين نظيفين و ذلك في المباراه التي جرت بينهما علي ستاد بورسعيدي بينما فاز فريق نهضة بركان المغربي علي ضيفه سونجو فقد حقق المصري فوزاً غالياً في بدايه مشواره الإفريقي بهدفين نظيفين أحزرهما هدف الفريق اللاعب أحمد جمعه . في الدقيقة ٣٦ إنطلق جارينجو من ناحيه اليمين و مر كره عرضيه رائعة داخل منطقه جزاء سونجو لتصل إلى ألي أحمد مجعه الذي سددتها إلى داخل الشباك الموزمبيقيه . و في الشوط الثاني حاول المصري ضاعفهه النتائج بإحراز هدف آخر و تحقق له ما أراد عن طريق القناص ألي حمد مجعه الذي سجل الهدف الثاني من كره إنفرد بها بحارس مرمي سونجو و وضعها بهاره لتسكن الشباك نجح فريق نهضة بركان لكره الهدف الثاني من تلقىه تمريره جميله بثلاث نقاطه في المركز الثاني فريق نهضه بركان المغربي ليسجل هدف من زميله أليوب الكعببي بنفس الرصيد ولكن الفوز بالثلاث نقاط و كاد محمد أحمده بشير لاعب الهلال الذي إنفرد بحارس الهدف في المركز الثالث بلا نقاط و نفس النهضه في الدقيقة ١٦ أن يحرز هدف التعديل النتيجه لكن الفرصة إنتهت دون الرابع بلا رصيد .

فريق ويست بروميتش بمشاركة أحمد حجازي نجم منتخب مصر يخطف فوزاً مثيراً من توتنهام بهدف نظيف في الجولة الـ ٣٧ من عمر الدوري الإنجليزي



مانشستر سيتي يحتفل بدرع الدوري وأرسنال يودع مدربه فينغر بخماسية في مرمي بيرنلي وتشيلسي يهزم ليفربول بهدف نظيف ويشعل الصراع على المراكز المؤهلين لدوري أبطال أوروبا الموسم القادم

وفي كتيب خاص من ٦٠ صفحة وزعه النادي، قال الأخير إن "عصر أرسين فينغر هو حقيقة لن ينساها مشجعو أرسنال أبداً (...)" مباريات ولاعبون أسطوريون، وأحد أكبر الأندية التي أنتجتها كرة القدم الانكليزية". وقاد فينغر فريقه إلى إحراز لقب الدوري الانكليزي الممتاز ثلاث مرات وكأس انكلترا سبع مرات وهو رقم قياسي مدروب في المسابقة. أما موسمه الأفضل فكان ٢٠٠٤-٢٠٠٣ والذي أنهى الفريق من دون أي خسارة. وقال أحد أنصار أرسنال ويدعى جيمس شيروان "الشعور حزين لأنني آتي إلى هذا المكان منذ ٢٠ عاماً وأراه. أبلغ الثلاثين من عمرى الان ومنذ أن كنت في العاشرة هو مدرب الفريق... هذه ذكريات جميلة". ونعود للمباراة فقد أرسنال في سحق ضيفه بيرنلي في الجولة ٣٧ من الدوري الانكليزي، بخمسية نظيفة في المباراة الأخيرة للمدرب الفرنسي أرسين فينجر على ملعب الإيمارات، عقب أن أعلن رحيله بنهاية الموسم. وسجل خماسية المدفعة أوياميغان (هدفين) ولاكازيت وكولاسيناك وأويبي في الدقائق ١٤ و٤٨ و٦٤ و٧٥. بهذه النتيجة، يحتل أرسنال المركز السادس برصيد ٦٠ نقطة، بفارق ست نقاط عن بيرنلي السابع.

بالدوري حطم فيها الفريق كل الأرقام القياسية. وعلى ملعب المجلة، بعدها هو الآخر بفقدان المركز الثالث، في حال فاز توتنهام في ٧١ نقطة. ويستضيف تشيلسي هادرسفيلد الذي قضى ٢٢ عاماً في تدريب الفريق والدوري المقرب ضد مضيفه نيوكاسل. أما أرسنال أبداً فينغرها أرسين فينغر الذي قضى ٢٢ عاماً في تدريب الفريق و ذلك قبل مباراه الفريق اليوم الأحد توتنهام فيلتقى نيوكاسل الأربعاء خارج ملعبه قبل أن يستضيف ليستر سيتي في ارتدى لاعبو أرسنال وأنصار الفريق قمصاناً كتب عليها بالفرنسية "ميرسي أرسن" (شكراً أرسن)، بينما اصطف لاعبو الفريقين كحرس شرف لفينغر ٦٨٠ و في مباراة ثانية احتفل فريق مانشستر سيتي، بالفوز بلقب الدوري الإنجليزي للمرة الخامسة في تاريخه، عقب نهاية المباراة مع فريق هيدرسفيلد تاون و التي انتهت بالتعادل السلبي وتسلم توتنهام الذي خسر السبت أمام وود بروميثش أليبيون بهدف نظيف، علماً على ملعب "الاتحاد"، في موسم إستثنائي للخامس، بفارق نقطتين وراء الرابع توتنهام الذي يخسر لقب الدوري، وودع الدوري خلال الاحتفظ بالذى أقيم من قبل المشجعين على فينغر وخروج الفريق خالي الوفاض من الألقاب في الأعوام الماضية، وعدم مشاركته في الموسم المقرب في دوري أبطال أوروبا، وذلك للعام الثاني توالياً. وقال فينغر في الكليب الذي يوزع في المباريات اليسية "أتوقع أن يهيمن الحزن على هذا اليوم (...)" هذه نهاية قصة طويلة بالنسبة إلى مع أرسنال. لكنه في الوقت ذاته أشعر بالامتنان لأنني اشرفت على ناد بهذا الحجم وسأعتز بذلك لفترة طويلة

ليفربول، فباتاً مهدداً هو الآخر بفقدان رحيله في نهاية الموسم. هذا وحافظ تشيلسي على آماله في إحتلال المركز الرابع المؤهل إلى مسابقة دوري أبطال أوروبا الموسم المقبل، بفوزه الثمين على ضيفه ليفربول بهدف نظيف على ملعب "ستامفورد برิดج" وأحرز المهاجم الفرنسي أوليفييه جيرو هدف المباراة الوحيد في الدقيقة ٣٣. وارتفاع رصيد تشيلسي بهذا الفوز إلى ٦٩ في المركز الخامس، بفارق نقطتين وراء الرابع توتنهام الذي خسر السبت أمام وودع كومباني قائد الفريق السماوي درع الدوري خلال الاحتفظ بالذى أقيم على ملعب "الاتحاد" في موسم إستثنائي فينغر الذي خاض آخر مباراة له على

الإنجليزي في حين إحتفل مانشستر سيتي رسميًّا بإحراز لقب الدوري، وودع أرسنال مدربه الإسطورة الفرنسي أرسن فينغر الذي خاض آخر مباراة له على



الأهلي المصري يفقد نقطتين ثمينتين بتعادله بدون أهداف أمام ضيفه الترجي التونسي في بداية مشواره في دوري أبطال إفريقيا

فقد فريق النادي الأهلي نقطتين ثمينتين في مستهل مشواره بدور المجموعات من دوري أبطال إفريقيا وذلك عندما تعادل مع ضيفه فريق الترجي التونسي بدون في المباراه التي جمعت الفريقين أمس الجمعة على ستاد الجيش ببرج العرب في إطار منافسات الجولة الأولى من مباريات المجموعات الأولى من دور المجموعات أداء الأهلي تثيراً في الشوط الثاني، وفاز فريق تاون بولز البوتswani



برشلونه يتعادل ٢-٢ مع غريميه ريال مدريد و يحافظ على سجله خالياً من أي خساره هذا الموسم

في مباراه عصبيه تاره و شره تاره أخرى خيم التعادل الإيجابي ٢-٢ على لقاء كلاسيكو الأرض الذي جمع بين فالفريدري تقدم رغم ذلك على ريال مدريد الذي خسر ذهاباً على ارضه بنتيجة ٣-١، صفر، قبل أن يسجل الويلزي غاريث بایل هدف التعادل للضيوف دون أن يحرم أبطال ثنائية الدوري الإسباني لكرة القدم. وبهذا برشلونة الذي أصبح أول فريق إسباني في القرن الحالي يحسم لقب البطولة قبل أربع مباريات من نهاية الموسم، أمام مهمة شاقة ضد غريمه الملكي بعد أن أضطر لإنزال اللقاء

تابع ص ١٣



كاريكاتير

• امتحانات •



تابع ص ١٣

شركة الظافر لخدمات الشحن
Al-Zafer Wings Cargo Services Co.
خدمات الشحن والتغليف والنقل البري للبضائع

Tel. +966 12 6646888 (10 Lines)
Fax: +966 12 6611043 Toll Free: 800-12-8888-1
E-mail: qatamesh@alzafercargo.com - www.alzafercargo.com

AIRFREIGHT
LOCAL HANDLING
WAREHOUSING & DISTRIBUTION
MARINE INSURANCE
SEA FREIGHT
BONDED WAREHOUSING (CFS)
OVERLAND

Member of
CGLI
SIMPLY STRONG TOGETHER



رجل حرم الحسين... مهذب نفسياً
الافت أسلف أحد الملائكة بمنطقة الخليفة
اتحاد الآثرين العرب يهد فقرة
قبول ملخصات اجتماع المقرن ٢١
رجل خسارة بأيادي أهدا مقابل هذين ليفربول الإنجليزي يتأهل لملقاء ريال مدريد في نهائي دوري أبطال أوروبا

الخميس - ٢٤ شعبان - ١٤٣٩ هـ - ١٠ مايو ٢٠١٨
العدد الإسبوعي رقم ١٠٤٧