

السياسي رئيسا لمصر حتى عام ٢٠٢٤ م ويحق له الترشح لولاية أخرى



الوطنية للانتخابات: ٢٧ مليون مواطن شاركوا في الاستفتاء على التعديلات الدستورية.. ٢٣ مليون ٤١٦ ألف قالوا "نعم" بنسبة ٨٨٪ و٢ مليون ٩٤٥ ألف قالوا "لا" بنسبة ١١٪ والمشاركة ٤٤٪.. والاستفتاء شهد له العالم

أعلنت الهيئة الوطنية للانتخابات، نتائج الاستفتاء على التعديلات الدستورية، حيث شارك في الاستفتاء ٢٧ مليون ٩٤٣ ألف و٥٩٣ ناخبًا بنسبة ٤٤,٣٣٪، ووافق ٢٣ مليون ٤١٦ ألف و٧٤١ صوتًا بنسبة ٨٨,٨٣٪، فيما صوت بعدم الموافقة ٢ مليون ٩٤٥ و٦٨٠ صوتًا بنسبة ١١,١٧٪.

"الوطنية للانتخابات": الشعب المصري سطر ملحمة كبيرة وقال المستشار علاء فؤاد، رئيس الجهاز التنفيذي للهيئة الوطنية للانتخابات، أن الشعب المصري سطر ملحمة كبيرة، حيث خرجت جموع

وكل من تابع العملية. لاشين إبراهيم: الاستفتاء جرى في مناخ ديمقراطي مفعم بالحرية ومن جانبه، قال المستشار لاشين إبراهيم، رئيس الهيئة الوطنية

حيث واصلت الليل بالنهار من أجل إجراء الاستفتاء في الوقت الذي حدده الدستور، وراعت المناسبات ودخول شهر رمضان، واتسمت العملية بشفافية وحيادية شهد لها كل العالم

الشعب في كل أنحاء البلاد معبرة عن إرادتها الحرة في أجواء ديمقراطية لتشارك في عملية الاستفتاء. وأضاف خلال مؤتمر الهيئة: لقد بذلت الهيئة الوطنية جهدًا كبيرًا،



السياسي يوجه تحية تقدير واعتزاز للشعب المصري لاصطفاه الوطني

وجه الرئيس عبد الفتاح السيسي، باصطفاه الوطني في المشاركة تحية تقدير واعتزاز للشعب المصري العظيم الذي أبهر العالم الدستورية.



"مصر ثلاثين" ترصد إقبال المواطنين على لجان الاستفتاء قبل الساعات الاخيرة من غلق لجان الاستفتاء على تعديلات بعض مواد دستور ٢٠١٩

أغلقت لجان الاستفتاء على التعديلات الدستورية أبوابها في جميع مراكز ومدن محافظة شمال سيناء في تمام الساعة التاسعة من مساء اليوم الاثنين لتبدأ عمليات فرز الأصوات بكل لجنة على حدى ويتم إبلاغ النتيجة الى اللجنة العامة بالمحافظة.

وبحسب تصريحات اللواء دكتور محمد عبد الفضيل شوشة محافظ شمال سيناء التي اشارت الى ان عملية الاستفتاء تمت بسهولة ويسر على مدار ثلاثة أيام بدون أي مشاكل او معوقات ولم تتلقى غرفة العمليات



نسخة مجانية

مصر

تلا تلتين

صحيفة إلكترونية مستقلة

أسسها/ محمود صلاح قطامش ٢٠١٤

الخميس - ٢٠ شعبان - ١٤٤٠ هـ - الموافق ٢٥ ابريل ٢٠١٩

العدد الإجمالي رقم ١٠٩٩

مصر تقود أفريقيا لاستقرار السودان.. السيسي بختام القمة التشاورية: هناك إرادة جماعية نحو مساندة الشعب السوداني



- توافق على دعم جهود السودان لتأمين حدوده ومكافحة ومنع أي أنشطة غير شرعية عابرة للحدود

أكد الرئيس عبد الفتاح السيسي توافق الأطراف المشاركة في القمة التشاورية حول السودان اليوم بالقاهرة على بالغ التقدير للشجاعة والعزيمة التي أبدتها جموع الشعب السوداني في سعيها السلمي نحو تلبية آمالها وتطلعاتها المشروعة في تدشين عملية شاملة في التحول الديمقراطي السلمي بما يحقق الاستقرار والتنمية والرفاهية في السودان.

سياسية ديمقراطية يملكها ويقودها السودانيون أنفسهم بما يحقق آمال وطموحات الشعب السوداني لإرساء نظام سياسي ديمقراطي شامل وترسيخ حكم القانون وحماية وتعزيز حقوق الإنسان وتعزيز التنمية الاقتصادية

والاستقرار بالفارة وإعادة التأكيد بالتزامنا بوحدة وسيادة السودان الشقيق وسلامة أراضيه.

وأشار الرئيس السيسي، إلى أن البيان الذي خرج عن الاجتماع، أكد الدعم الكامل لدور الاتحاد الأفريقي في مساندة السودان على تجاوز التحديات

وقال الرئيس السيسي في كلمته بختام الاجتماع التشاوري بشأن السودان الذي عقد اليوم بقصر الاتحادية، إن مناقشاتهم اليوم المناقشات عكست إرادة سياسية مشتركة للعمل الجماعي نحو مساندة الشعب السوداني الشقيق استناداً إلى مبادئ وغايات الاتحاد الأفريقي ذات الصلة بتحقيق السلم

السيسي يؤكد أهمية العمل على وضع تصور مشترك لتحقيق الاستقرار في السودان

نيجيريا، إلى جانب رئيس مفوضية الاتحاد الأفريقي.

وقال السفير بسام راضي، المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية، إن القمة هدفت إلى التباحث حول آخر تطورات الأوضاع في جمهورية السودان الشقيق، وسبل تعزيز العمل المشترك للتعامل مع المستجدات



ترأس الرئيس عبد الفتاح السيسي، رئيس الاتحاد الأفريقي، اليوم، قمة تشاورية للشركاء الإقليميين للسودان، وذلك بمشاركة رؤساء تشاد وجيبوتي والكونغو ورواندا والصومال وجنوب أفريقيا، فضلاً عن نائب رئيس وزراء إثيوبيا، ومستشار رئيس جنوب السودان للشئون الأمنية، ووزراء خارجية كل من أوغندا وكينيا، والسكرتير الدائم لوزارة خارجية

Logo for eSherif with contact information: (+202) 01022441900 (+202) 01283617779 e-mail: cd_room2004@yahoo.com

Advertisement for MISHAL PRINTING PRESS with services: DESIGN, PRINTING, OFFSET PRINTING, DIGITAL PRINTING, SCREEN PRINTING, BANNERS DESIGN. Includes contact info: Jeddah - 23212 - 7539 K.S.A. Mushrefah Dist. 14 Ain Khalifa St. - Tel.: 012 663 2770 Fax : 012 - 663 2771 Mobile: 053 230 5963 C.R. 403030207 Lic. No. 55815

البرهان: مصر والسعودية والإمارات لديهم جهود لتحسين الوضع في السودان



قال الفريق عبد الفتاح البرهان، رئيس المجلس الانتقالي العسكري في السودان، إن المجلس العسكري استجاب لرغبة الشعب في التغيير، كما أن الأشقاء في السعودية والإمارات ومصر لديهم جهود مقدرة للخروج من الوضع الاقتصادي المتردي في السودان.

سفير فلسطين بالقاهرة يعلن عن عقد دورة غير عادية لمجلس الجامعة العربية على مستوى وزراء الخارجية العرب الأحد المقبل

عباس، وذلك الأحد المقبل الموافق ٢١ من الشهر الجاري وقال السفير دياب اللوح أن الاجتماع بناءً على طلب دولة فلسطين، مؤكداً أن فخامة الرئيس سيضع أصحاب المعالي في صورة التطورات الأخيرة للأوضاع الفلسطينية بحضور فخامة الرئيس محمود

مصر تقود أفريقيا لاستقرار السودان.. السيسي بختام القوة التشاورية: هناك إرادة جماعية نحو مساندة الشعب السوداني

أيضاً على حث المجتمع الدولي على مواصلة دعمه وتقديم مساعدات اقتصادية عاجلة للسودان في ظل التحديات الاقتصادية الراهنة التي يشهدها، وكذلك أهمية التخفيف العاجل لديونه. وأوضح الرئيس السيسي، أنه تم التوافق على حرص القادة المجتمعين على دعم جهود السودان لتأمين حدوده ومكافحة ومنع أي أنشطة غير شرعية عابرة للحدود، بما في ذلك تهريب الأسلحة والجريمة المنظمة وتهريب البشر والتي من شأنها زعزعة أمن السودان والسلم والأمن بالمنطقة كلها. وتابع الرئيس: "وجهاً ووزراً خارجية الدول المشاركة بعقد اجتماع متابعة خلال شهر للنظر في التطورات في السودان ورفع تقرير إلى رؤساء الدول والحكومات".

Advertisement for ESNAD (Trading Consultation & Logistic Support) with contact info: Address:- 11 Adeb Ali Adham St sheraton heliopolis cairo egypt Email: info@esnadcounsltancy.com Mobile: 0020106698986 - Landline: 0020222686908

رئيس البرلمان العربي يُدين الانتهاكات السافرة التي تقوم بها ميليشيا الحوثي الانقلابية بحق أعضاء مجلس النواب اليمني



طالب رئيس البرلمان العربي د مشعل السلمي المجتمع الدولي بإصدار قرارات دولية تُعاقب مرتكبي هذه الانتهاكات السافرة التي تقوم بها ميليشيا الحوثي الانقلابية بحق أعضاء مجلس النواب اليمني وتوفر الحماية لأعضاء مجلس النواب اليمني ويتابع البرلمان العربي الوضع في الجمهورية اليمنية سياسياً وأمنياً واقتصادياً واجتماعياً، ويُدين بأشد العبارات الجرائم والانتهاكات السافرة بحق أعضاء مجلس النواب بالجمهورية اليمنية. وتلقى الدكتور مشعل بن فهم السلمي رئيس البرلمان العربي يوم الثلاثاء ١٨ شعبان ١٤٤٠ هجري الموافق ٢٣ أبريل ٢٠١٩ رسالة مكتوبة من معالي السيد سلطان سعيد البركاني رئيس مجلس النواب بالجمهورية اليمنية بشأن الانتهاكات الجسيمة التي تقوم بها ميليشيا الحوثي الانقلابية بحق أعضاء مجلس النواب بالجمهورية اليمنية، ومن هذه الانتهاكات: فرض الإقامة الجبرية على من تبقى من أعضاء مجلس النواب في المناطق التي تحت سيطرة ميليشيا الحوثي الانقلابية، وإجبارهم على حضور جلسات غير قانونية بالقوة، وإجراء محاكمات عبثية غير دستورية وغير قانونية لجميع أعضاء

الاتحاد البرلماني العربي يدين الهجوم الإرهابي الجبان الذي استهدف مركز مباحث محافظة الزلفي شمال منطقة الرياض في المملكة العربية السعودية الشقيقة

ميليشيا الحوثي الانقلابية، وإجبارهم على حضور جلسات غير قانونية بالقوة، وإجراء محاكمات عبثية غير دستورية وغير قانونية لجميع أعضاء مجلس النواب الذين رفضوا الانقلاب وانحازوا للشرعية، وخصوصاً النواب الذين حضروا جلسات مجلس النواب في مدينة سيئون بتاريخ ١٣ أبريل ٢٠١٩م، ومصادرة ممتلكات ١٤٠ عضواً من أعضاء مجلس النواب، وتفجير بعض منازل النواب وتشريد أسرهم، والسيطرة على منازل وممتلكات عدد آخر من النواب، واعتقال أبناء وأقارب أعضاء مجلس النواب وتهديدهم بالقتل، منتهكين بذلك كل القيم والقوانين والأعراف الدولية. وإذ يُدين رئيس البرلمان العربي ويستنكر بشدة هذه الجرائم التي تتناقى مع القانون الدولي وكافة المواثيق والأعراف الدولية وقرارات الأمم المتحدة والمعاهدات الدولية، فإنه يُحمل ميليشيا الحوثي الانقلابية المسؤولية الكاملة عن هذه الجرائم الشنعاء. واستمرراً لجهود البرلمان العربي لدعم الشعب اليمني والشرعية في الجمهورية اليمنية، خاطب رئيس البرلمان العربي يوم الثلاثاء ٢٣ أبريل

Advertisement for Ibrahim H. M. Khawaji Trading Est. with contact info: جدة - المملكة العربية السعودية - هاتف / فاكس: ٦٦١١٤٣١ - جوال: ٥٩٥١٧٦٢٠ Jeddah - Kingdom of Saudi Arabia - Tel. / Fax: 6356497 Mobile: 0595176020 E-mail: nmoorkdh@yahoo.com



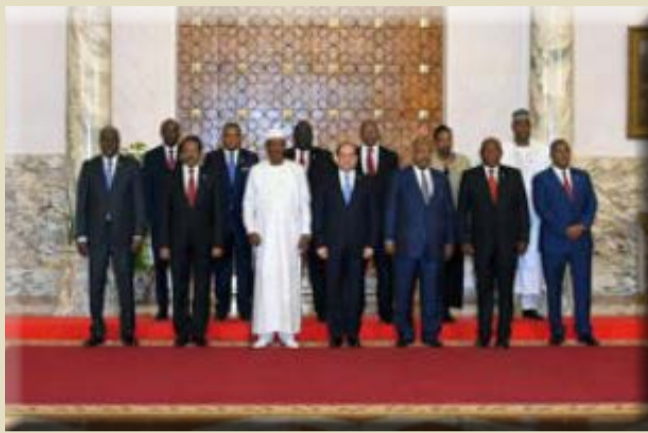
كلمة
العدل

حاول تفهم

التعديلات الدستورية
هاقد وافق الشعب المصري علي
التعديلات الدستورية وبنسبه
محترمه أكدت ثقته الشعب في
قيادته السياسية ورغبته الأكيدة
في ان تستمر القيادة في نهجها
الإصلاحي والتنموي الذي قد
بدأته وكان ذلك ايضا استفناء
لتأكيد ثقته ردا علي كل من
يدعي ان شعبه الرئيس قد تأثرت
بالإصلاحات والقرارات الاقتصادية
وتؤكد ايضا علي وعي شعبنا بان
الإصلاح له رويته دواء مر وقد
استوعبنا جميعا ذلك وتجاوزنا
الامر متطلعين للمستقبل بعد ان
بدأت المؤشرات او سمها المبهشات
في الظهور من زياده في الحد الادني
للأجور والمعاشات قد أعلن عنها
السيد الرئيس من أسابيع قليلة
وارتفاع بسيط في قيمه الجنيه
أمام بقية العملات أننا بهذه
التعديلات الدستورية التي نود
إغلاق صفحتها نتطلع للمستقبل
وقد أخذت المراه حقها الطبيعي
في نسبه ترشيح مناسبه في المجالس
النيابية أضف الي المصريين بالخارج
وأياها اصحاب الهمم وأياها اخوتنا
في الوطن الأقباط مع إقرار زياده
في مده الرئاسة نري انها مناسبه
وتمكن قيادتنا الحاليه من استكمال
كل المشاريع القومييه التي بدأت
لتضع مصر في مكانها الطبيعي
بين الأمم وقد ان الأوان
للإخوان والمعارضين ان يعرفوا
وزنهم الحقيقي في الشارع بعد
هذه الأغلبية الكاسحه المؤيدة
للتعديلات الدستورية علينا
الان ان نتكاتف ونتوحد خلف
قيادتنا السياسية لمواجهة كل
الاستحقاقات القادمة والمتوقعة في
مانسبح ونقرأ عنه صفقه القرن
والتي يقال انها أعدت وجاري
الإعلان عنها بواسطه الإدارة
الأمريكية المنحازه للتسوية علي
حساب الحقوق العربيه المشروعة
.. وليس بعيد قرار نقل سفاره
الأمريكية للقدس وقرار الموافقة
علي ضم الجولان لإسرائيل وهذا
الذي يدفعنا الي عدم الثقة في
هذه الإدارة مهما كانت العلاقة
مبروك للشعب المصري علي هذه
الممارسة الديمقراطييه وسلوكه
الحضاري في إقرار التعديلات
وتنتطلع لبذل المزيد من الجهد
والعرق للمساهمة مع قيادتنا
السياسية في النهوض بالوطن في
شتي المجالات بعد ان استكملنا
الاستحقاق الدستوري ومعا
نتطلع للمستقبل في الاستمرار في
مسيره بناء الوطن تلك المعزوفة
التي تراها في كل ما نشهده من
مشروعات وطرق ومدن جديده
وصوب زراعية وآلاف الأفدنة
المستصلحة ولتكن مصر هي هبه
الإرادة المصريه القويه القادره
والتي لا تعرف المستحيل.

مصر ثلاثين

السياسي: الشعب الليبي تعرض
لاستنزاف مقدراته ونطالب المجتمع
الدولي بتحمل مسؤولياته



تقدم الرئيس عبد الفتاح السيسي، بالشكر لرؤساء الدول والحكومات لسرعة الاستجابة للمشاركة في الاجتماع الخاص ببحث الأوضاع في ليبيا. جاء ذلك خلال كلمة الرئيس الافتتاحية بقمة الترويكا ورئاسة لجنة ليبيا بالاتحاد الأفريقي، التي عقدت بقصر الاتحادية، بمشاركة رؤساء رندا وجنوب أفريقيا وعضو ترويكا الاتحاد الأفريقي، ورئيس جمهورية الكونغو بصفته رئيساً للجنة المعنية بليبيا، وموسى فقيه، رئيس مفوضية الاتحاد الأفريقي. وقال الرئيس السيسي، إن اجتماعهم يأتي تلبية لدعم ليبيا ويهدف الي حماية

شركة البلور للمفحص والمعاينة المحدودة
CRYSTAL INSPECTION SERVICES CO. LTD.
Surveyors & Loss Adjusters معاينون ومقدرون خسائر

MARINE SERVICES

- Cargo underwriters' surveys.
- Consignees' surveys.
- Vessel's local agents/ sea-carriers' surveys.
- Owners' P&I club surveys.
- Charterers' P&I club surveys.
- Loading, offloading and reloading surveys.
- General cargo monitoring, outturn and tally surveys.
- Survey of chemical products including highly volatile and inflammable liquids and products.
- Pre-shipment surveys.
- Quality surveys.
- Shippers' representation.
- Draught surveys.

- On and off-hire surveys.
- Hull & machinery breakdown surveys.
- Bunker surveys.
- Hold/cell guide condition surveys.
- Roll on/roll off cargo surveys.
- Cargo handling equipment surveys.
- Derricks/cranes surveys.
- Hull damage surveys.
- Safety equipment surveys.
- Motor surveys.

NONE MARINE SERVICES

- Property assessment/evaluation surveys
- Fire, water damage & other allied perils surveys requiring the services of a loss adjuster.
- Theft, burglary & fidelity guarantee surveys
- CAR, EAR & machinery breakdown surveys.
- Pre-risk assessment surveys.
- Liability surveys.

مفوضية اللاجئين: نشكر الرئيس السيسي
على جهوده لتقديم الخدمة الطبية للاجئين



مؤكداً أن وزارة الصحة تعد شريكاً وداعماً استراتيجياً لخطط المفوضية. كانت وزارة الصحة والسكان قد قامت بالتعاون مع مفوضية شؤون اللاجئين بعمل ومنظمة الصحة العالمية، يعمل مسح طبي للكشف عن فيروس "سي" للاجئين أو ملتمسي اللجوء، وتقديم العلاج بالمجان. وقال نائب مدير المبادرة الدكتور جلال الشيشيني - في تصريح لوكالة أنباء الشرق الأوسط - إنه تم فحص ١١٨٣٢ لاجئاً حتى الآن، وذلك في إطار المبادرة الرئاسية

رئيس مجلس النواب: الرئيس حرص على بقاء
قواتنا المسلحة قوية لتبقى مصر آمنة



بعث الدكتور على عبد العال رئيس مجلس النواب برقية تهنئة إلى الرئيس عبد الفتاح السيسي بمناسبة ذكرى تحرير سيناء، أرض الفيروز، من برائن الاحتلال، مضيافاً أن تلك البقعة الطيبة من أرض مصر الطاهرة حفظها الله وصانها، فتوج بذلك كفاح شعب مصر، صاحب أعرق الحضارات وصانع المعجزات، وقاهر التحديات. وأضاف عبد العال في رسالته أنه "ليوم مشهود في تاريخ النضال الإنساني أن تتحرر أرض مصر بأيدي أبنائها من رجال القوات المسلحة الذين ضربوا أروع الأمثال في التضحية والفداء، وكتبوا بمدامهم الذكية أنصع الصفحات في تاريخ الوطنية المصرية، التي تضع الولاء للوطن والذود عن حماه أسمى من الحياة". وأوضح عبد العال أنه يوم تاريخي اتخذ فيه الراحل العظيم "محمد أنور السادات" الذي نبت من ثرى مصر الطيب وارتوى من نيلها العظيم قراره بدء معركة التحرير، التي ردت للأمة العربية اعتبارها وكرامتها، وتحقق لها ونحسبهم عند الله من الصديقين

وكالة
أجنحة
الظافر لخدمات الشحن
Al-Zafer Wings Cargo Services Co.
وكيل عام الشحن الجوي للخطوط الجوية الأفريقية بالمملكة

INTERNATIONAL FREIGHT FORWARDING (SEA & AIR) & WORLD WIDE DOOR TO DOOR
وكلاء خطوط عالمية افضل واسرع وسيلة للشحن الجوي والبحري حول العالم من الباب للباب

AFRIQIYAH AIRWAYS
الخطوط الجوية الأفريقية

H.O: Tel.: +966 2 6646888 (10 Lines) Fax: +966 2 6611043 - Toll Free: 800-12-8888-1 - E-mail: qatamesh@alzafercargo.com - www.alzafercargo.com
Tel.: +966 2 647 2823 / 647 3878 / 647 5240 / 647 4035 / 647 6057 Fax: +966 2 647 4121 - afriqiya-operations-sa@alzafercargo.com / afriqiya-sales-sa@alzafercargo.com
0505722495 Offices:- Jeddah - Dammam - Riyadh - Cairo - Alexandria - Phillipine - Indonesia - Canada



مرزوق يوجه تحية شكر والتقدير لآبناء القليوبية علي المشاركة الفعالة والمساهمة في إنجاح عرس مصر الديمقراطي

باصواتهم في اللجان عبر سيارة اسعاف والذين على المشاركة في الاستفتاء على التعديلات الدستورية كما يتقدم بالشكر والتقدير لذوي الاحتياجات الخاصة على اصرارهم على المشاركة الايجابية في الانتخابات الرئاسية ليسيروا تاريخ مصر باحرف من نور. متمنياً من الله تعالى أن يحفظ مصر آمنه مستقرة تحت قيادة فخامة الرئيس عبد الفتاح السيسي - رئيس الجمهورية وأن تستمر هذه الروح الوطنية متأججه في نفوس أبناء مصر لمواصلة مسيرة التنمية والتقدم

والتقدير للسادة المستشارين والقضاة على حرصهم الحثيث على نجاح هذا الاستفتاء وكذلك سيادته بالشكر والتقدير للجامعة رئيساً ونواباً وعمداء وهيئة تدريس واتحاد الطلبة والسادة/اعضاء مجلس النواب وأمناء الاحزاب ومجلس ادارة الشباب والرياضة ومجلس امناء التعليم والمجلس القومي للمرأة والرائدات الريفيات والنقابات والشركات القابضة والشركات الخاصة ورجال الدين ممثلاً في الاوقاف والازهر والكنيسة والجمعيات الاهلية والعمد والمشايع والكشافة وكذلك اعضاء غرفة عمليات المحافظة وكافة العاملين بالمصالح والمؤسسات الحكومية والمديريات الخدمية والسادة الصحفيين والاعلاميين والتي أظهرت الشكل الحضاري للمحافظة وأصاله أبناءه الوطنيين الشرفاء وفي هذا السياق يتقدم محافظ القليوبية بالشكر والعرفان لكل مواطن قليوبي (سيدات ورجال وفتيات وشباب) وكذلك للسيدات والرجال المرضى الذين اصروا على الادلاء

أعرب الاستاذ الدكتور علاء عبد الحليم مرزوق محافظ القليوبية عن فخره وإعترازه بمواطني محافظة القليوبية كافة مدنها ومراكزها وقراها الذين كانوا علي قدر المسؤولية وانتفضوا لتلبية نداء الوطن واحتشدوا علي قلب رجل واحد حول صناديق الإقتراع في مشاهد من الفرحه لم تشهدها المحافظة من قبل وقاموا بعزف أروع الملاحم الوطنية في حب مصر تعالت فيها الصيحات المتناغمة تأييداً للتعديلات الدستورية لصالح الوطن والمواطن ومستقبل الأجيال القادمة. ويتقدم السيد المحافظ بالشكر والتقدير لكل من ساند الجهاز التنفيذي وسهل تلك المهمة سواء خلال أيام الإستفتاء الثلاثة أو ما سبقها من إعداد وتجهيز وحشد المواطنين وتوعيتهم وعلى رأسهم رجال القوات المسلحة والشرطة على مجهودهم الرائع في تأمين الانتخابات وكذلك لجميع الجهات الامنية (الامن القومي- الوطني- المخبرات الحربية-الرقابة الادارية) على دعمهم ومساندتهم في هذا العرس الانتخابي وكذلك الشكر



كتب : محمد فايز

"مصر تلاتين" ترصد إقبال المواطنين على لجان الاستفتاء قبل الساعات الاخيرة من غلق لجان الاستفتاء على تعديلات بعض مواد دستور 2019

تتمه ص ١



إقبالاً في الساعات الاخيرة من نهاراليوم الثالث والاخير وحرص الالاف من المواطنين علي الإدلاء بأصواتهم بمختلف اللجان بالمحافظة .

واساتذة الكليات والطلاب بالجامعة وانضم لهم بعض المواطنين . وترجلو بشوارع ضاحية السلام حتى وصلو إلى لجنة مدرسة عباس صالح للإدلاء بأصواتهم. وأكد خلالها الدكتور حبش النادي رئيس جامعة العريش أن المسيرة رسالة الجامعة للعالم اجمع من أرض سيناء يقول فيها الأساتذة والطلاب كلمتهم للحفاظ على مكتسبات الوطن وان قوات الامن تحافظ على امن وسلامة المواطنين والوطن من الارهاب حيث قامت قوات الأمن بتأمين مسار المسيرة الحاشدة التي حمل فيها الطلاب أعلام مصر وافتتحت تدعو للمشاركة في الاستفتاء.

عموم المناطق وخاصة الشيخ زايد ووسط سيناء وبيتر العبد والعريش وحرصهم على تأدية استحقاقهم الوطني بكل شفافية . وقام المحافظ بتوجيه النصح والدعوة للعاملين بالإدارة التعليمية بالعريش على المشاركة في الاستفتاء على التعديلات الدستورية الجديدة . جاء ذلك خلال مفاجئته للعاملين بديوان عام الإدارة التعليمية مؤكداً ان المشاركة في الاستفتاء واجب وطني يجب المشاركة فيه لصالح الوطن . وكان في استقباله يسري جاسر مدير الإدارة التعليمية وعلى جانب آخر أطلقت جامعة العريش مسيرة اخرى حاشدة بمشاركة الدكتور حبش النادي رئيس الجامعة وعمداء



تابعت - د. هويدا الشريف



السيسى يؤكد أهمية العمل على وضع تصور مشترك لتحقيق الاستقرار في السودان

تتمه ص ١

بالبلاد، ويحافظ على مؤسسات الدولة، منوهاً في هذا الصدد إلى ضرورة قيام الزعماء الأفارقة بتبني موقف موحد لمساعدة الشعب السوداني الشقيق خلال الظرف الراهن عن طريق إيصال رسالة إلى العالم تؤكد ملكية دول القارة لوسائل حل النزاعات والخلافات بها بعيداً عن التدخلات الخارجية. وأضاف السفير بسام راضي، أن القائم بأعمال وزير خارجية السودان، قدمت خلال القمة إحاطة حول مستجدات الأوضاع في بلاده، كما قام رئيس مفوضية الاتحاد الأفريقي بعرض تقريره بشأن زيارته الأخيرة للسودان، للتعرف على آخر التطورات بها، حيث أكد أهمية سرعة استجابة الاتحاد لمساعدة الجانب السوداني في

الراهنه على الساحة السودانية وكيفية المساهمة في دعم الاستقرار والسلام هناك، حيث شهدت القمة تمثيل عدد من المنظمات والجهات الإقليمية المنخرطة والفاعلة في الشأن السوداني، وذلك بمشاركة الكونغو الرئيس الحالي لمنظمة المؤتمر الدولي للبحيرات العظمى، وكذلك إثيوبيا الرئيس الحالي لتجمع الإيجاد، فضلاً عن ترويكوا إدارة الاتحاد الأفريقي التي تضم الرئيس السابق والحالي والقادم للاتحاد رواندا ومصر وجنوب أفريقيا، ودول جوار السودان. وأكد الرئيس السيسى، خلال القمة أهمية العمل على وضع تصور مشترك لتحقيق الاستقرار في السودان، مما يضمن الملكية الكاملة للشعب السوداني لبلورة العملية السياسية

بالبلاد، ويحافظ على مؤسسات الدولة، منوهاً في هذا الصدد إلى ضرورة قيام الزعماء الأفارقة بتبني موقف موحد لمساعدة الشعب السوداني الشقيق خلال الظرف الراهن عن طريق إيصال رسالة إلى العالم تؤكد ملكية دول القارة لوسائل حل النزاعات والخلافات بها بعيداً عن التدخلات الخارجية. وأضاف السفير بسام راضي، أن القائم بأعمال وزير خارجية السودان، قدمت خلال القمة إحاطة حول مستجدات الأوضاع في بلاده، كما قام رئيس مفوضية الاتحاد الأفريقي بعرض تقريره بشأن زيارته الأخيرة للسودان، للتعرف على آخر التطورات بها، حيث أكد أهمية سرعة استجابة الاتحاد لمساعدة الجانب السوداني في

شركة الخلفاء لخدمات الشحن
Al-Zafer Wings Cargo Services Co.
خدمات الشحن والتفريغ والنقل البحري للبضائع

LCL Imports and Exports,
Consolidation and De-consolidation in SAUDI ARABIA

- Pioneers in CFS Warehousing in Saudi Arabia
- Largest CFS Warehousing Operators in the Kingdom
- Well equipped and tailor-made services
- Most modern Infrastructure and facilities
- Most reliable partner in Cargo Destuffing and Distribution

Specialized LCL Freight solutions offered through Bonded and Re-export Zone in Jeddah and Dammam ports.

We offer Consolidation and De-consolidation services to some of the world leading Freight Consolidators

www.alzafercargo.com
800-12-8888-1

As a FIATA Member, Freight Forwarder, NVOCC and Cargo Consolidator, we handle all type of consignments whether FCL, LCL, Conventional and Chartered Vessels.

HEAD OFFICE:
Jeddah
Tel: +966 12 664 6888
Fax: +966 12 661 1043
Al Maghreb Al Arabi Street,
Al Hamra District, Unit No.1,
Building No. 3202,
Jeddah 23212 - 7539, KSA

PLEASE CONTACT:
Mobile: +966 50 572 2495
qatamesh@alzafercargo.com
Mobile: +966 55 118 3824
shipping3@alzafercargo.com

BRANCHES:
Jeddah
Dammam - Riyadh
Cairo - Alexandria
Philippine
Indonesia
Canada



وزيرة التخطيط: ٣,٥٪ معدل نمو الناتج المحلي للقطاع الزراعي ومستهدف رفعه لـ ٣,٧٪



مختلف الوزارات والجهات المصرية. هذا بالإضافة إلى جهود الدولة لدمج القطاع غير الرسمي في منظومة القطاع الرسم حيث يمثل النشاط الزراعي أحد الأنشطة الرئيسية للقطاع غير الرسمي، وفي ختام كلمتها بالمؤتمر أشارت الدكتورة هالة السعيد إلى أن عقد المؤتمر الدولي لتعزيز الزراعة المستدامة، يمثل فرصة جيدة لتبادل الخبرات والتجارب الناجحة وتعظيم الاستفادة منها لتطوير السياسات والآليات التنفيذية والتمويلية لتعزيز التنمية الزراعية المستدامة في مصر وكافة الدول المشاركة.

أكدت الدكتورة هالة السعيد، وزيرة التخطيط والمتابعة والإصلاح الإداري أن قطاع الزراعة يعد أحد القطاعات الرئيسية في خطة الدولة التي تستهدف إعطاء دفعة تنموية للقطاعات الواعدة ذات القيمة المضافة والتي تتمتع بعلاقات تشابكية قوية مع باقي القطاعات وفي مقدمتها قطاع الزراعة، إلى جانب قطاعات الصناعة التحويلية، وتجارة الجملة والتجزئة، والإنشاءات والأنشطة العقارية والمرافق، علاوة على، الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات، ونشاط الاستخراج.

يذكر أنه، قد شارك بالمؤتمر نخبة من الخبراء المصريين والعرب ومن مختلف دول العالم وممثلي المنظمات العربية والإقليمية والدولية أبرزها، منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة (الفاو)، والجامعة السويدية للعلوم الزراعية، والهيئة العربية للاستثمار والإنماء الزراعي، والمركز العربي لدراسات المناطق الجافة والأراضي القاحلة، والمركز العربي للمياه.

وأشارت هالة السعيد إلى أن الدولة تعمل كذلك على تحقيق أقصى كفاءة اقتصادية في تخصيص واستخدامات الموارد من الأراضي والمياه وتنميتها، إلى جانب تدعيم القدرة التنافسية للصادرات من المنتجات الزراعية في الأسواق العالمية وفقاً للمزايا النسبية ورفع معدل نمو الصادرات الزراعية، حيث من المستهدف تحقيق نسبة نمو ٥٪ للأعوام ٢٠١٩/٢٠٢٠، مع المساهمة في توفير فرص العمل ورفع مستويات المعيشة بالمناطق الريفية، لافتة في السياق ذاته إلى سعي الحكومة لتنمية قطاع المشروعات الصغيرة والمتوسطة في القطاع الزراعي، حيث تحرك الدولة لتنمية القطاع وفقاً لرؤية متكاملة ومنظور شامل يتعاون في تنفيذه

ومن المقرر أن تتضمن فعاليات المؤتمر، والمستمر على مدار اليوم وغداً، عرض أوراق علمية تتناول العديد من قضايا الزراعة المستدامة في مصر والوطن العربي والعالم، أبرزها، ورقة عن الفرص المتاحة للتنمية المستدامة للموارد المائية المحدودة في مصر، واستراتيجية التنمية الزراعية في مصر ٢٠٣٠، وأهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة، فضلاً عن، جهود الهيئة العربية للاستثمار والإنماء الزراعي، ونموذج الأجنبي في قطاع الزراعة.

وتابعت وزيرة التخطيط قائلة: "إنه تأكيداً للاهتمام الذي توليه رؤية مصر ٢٠٣٠ لقطاع الزراعة واستكمالاً للجهود التنفيذية لتحقيق هذه الرؤية فإن خطط التنمية المحلية

اسناد

للاستشارات التجارية والدعم اللوجستي
Trading Consultancy & Logistic Support

من نحن ؟

نحن اسناد للاستشارات التجارية نعي أهمية الوقت لعملية التخليص الجمركي بالموانئ والمطارات وبالتالي نقوم علي EDI أساس ترجمه و تنفيذ المعاملات التي تردنا يوميا ترد بنفس اليوم كامله جاهزه لادخال علي نظام لجمارك السعودية

الترجمة و التنفيذ للتوثيق الجمركي السعودي و المتوافقه Out sourcing ونحن وبكل فخر الشركة الاولى المتخصصة في مع تعريفه بروكسل

Address:- 11 Adeeb Ali Adham St sheraton heliopolis cairo egypt
Email: info@esnadconsultancy.com - Mobile: 00201066698986 - Landline: 0020222686908

الدمراوي يطالب بتوجيه مبادرة "المركزي" لتنشيط القطاع العقاري للإسكان الاقتصادي عضو رجال الأعمال يطالب بزيادة مدة التقسيط لـ ١٥ عاما الدمراوي: المبادرة ستنشيط ٩٢ مهنة وصناعة

وكان البنك المركزي، قد أصدر مجموعة من الضوابط الجديدة، التي تستهدف تنشيط القطاع العقاري، وتوضيح سيولة للمطورين العقاريين، خاصة بعد حالة الركود التي أصابت القطاع في الشهور الماضية. وتسمح الضوابط الجديدة، بانتقال مديونية أو قيمة الأقساط المتبقية للعملاء من الشركات إلى البنوك، على أن تسدد البنوك قيمة هذه المديونية للشركات، مقابل عائد محدد، مما يوفر للشركات السيولة اللازمة لاستكمال مشروعاتها، بدلا من انتظار تحصيل الأقساط على سنوات طويلة. وأكد المركزي على ألا يتعدى المبلغ الممنوح تحت هذا النوع من التمويل من القطاع المصرفي ككل مبلغ ٥٠ مليار جنيه، وذلك وفقا لخطة المركزي للبنوك.

٩٢ مهنة وصناعة وينشط الحركة الاقتصادية بالدولة لملايين المواطنين وتحريك حركة السوق من صناعاته ونقل وتجاره وتشغيل الملايين من العماله في مجالات عديده. وناشد الدمراوي، محافظ البنك المركزي بقصر هذا المبلغ علي الاسكان الاقتصادي ولصغار المطورين لسد جزء من الفجوه الموجوده بهذا النوع دون غيره. وطالب الدمراوي أن يتم زيادة مدة التقسيط الي ١٥ عام أسوة بكل التجارب الناجحه في العالم لتمويل العقاري التي تصل بها مده التقسيط الي ٢٠ عاما وذلك ليناسب القسط المستحق دخل الأسر المتوسطة والمحتاحه للاسكان الاقتصادي حاجه حقيقيه وليست لاغراض اخري محموده ايضا للقادرين.

كتبت - د. هويدا الشريف

قال المهندس سهل الدمراوي عضو جمعية رجال الأعمال المصريين، إن مبادرة البنك المركزي بخص ٥٠ مليار جنيه لتنشيط السوق العقاري هي مبادره جيده في حاله قصرها علي الإسكان الاقتصادي وأسكان محدودي الدخل أي للوحدات السكنيو التي لا تزيد عن ١٠٠مترا وتكون الأفضلية للأقل مساحة. وأضاف الدمراوي أن الفجوة في الإسكان في مصر تنحصر في هذا النوع من الإسكان الذي يهم الملايين ويوفر وحدات سكنية للاحتياج الحقيقي للسكن وليس للترفيه أو الاستثمار، فهذين النوعين لا يوجد بهما أي عجز بل المطروح بالسوق أكثر من الطلب. وأضاف الدمراوي، أن تنشيط السوق العقاري يعتبر تنشيط لأكثر من

١٨,٧٤٨ مليار جنيه مخصصات الأمان الاجتماعي بالموازنة.. تعرف على التفاصيل



قادرة على الكسب ككبار السن من ٦٥ سنة فأكثر أو من لديه عجز كلي أو إعاقة تمنعه من العمل. ويبلغ معاش التكافل للأسرة نحو ٤٢٥ جنيه، بالإضافة إلى منحة لكل تلميذ في مراحل التعليم من ٦٠ إلى ١٠٠ جنيه شهريا، فيما يعطى برنامج كرامة مبلغ ٤٥٠ جنيه للفرد بعد أقصى ثلاثة أفراد شهريا لبعض الفئات لـ ١٨ ألف أسرة من أسر المجندين و٦ و٣ آلاف أسرة بحلايب وشلاتين.

٣٢٣ جنيه شهريا للأسرة المكونة من فرد واحد و٣٦٠ جنيه شهريا للأسرة المكونة من فردين و٤١٣ جنيه شهريا للأسرة المكونة من ثلاثة أفراد، و٤٥٠ جنيه شهريا للأسرة المكونة من أربع أفراد فأكثر. فيما يستهدف برنامج تكافل الأسر التي تعاني من الفقر الشديد، وتحتاج إلى دعم نقدي وخدمي على أن يكون لديها أطفال في الفئة العمرية حتى ١٨ سنة، فيما يستهدف برنامج كرامة الفئات التي تعاني من الفقر الشديد ولا تستطيع أن تعمل أو تنتج، وغير

بلغت مخصصات الأمان الاجتماعي في مشروع موازنة العام المالي ٢٠٢٠/٢٠١٩ لـ ١٨ مليار و٧٤٨ مليون جنيه، وتشمل مساعدات الضمان الاجتماعي وبرنامجي تكافل وكرامة بمبلغ ١٨ مليار و٥٠٠ مليون جنيه لـ ٣ مليون و٨٠٠ ألف طفل، ومعاش الطفل بمبلغ ٧٠ مليون لـ ٥٥ ألف أسرة وإعانات الشؤون الاجتماعية والبرنامج القومي لتنمية الطفولة المبكرة بمبلغ ١٧٨ مليون جنيه لـ ٢٣ ألف أسرة. وأشار البيان المالي، إلى أن مساعدات الضمان الاجتماعي تمنح بواقع

شحن .. نقلات .. تخليص .. تخزين
SHIPPING .. TRANSPORTATION .. CLEARANCE .. STORAGE

شركة محمد الظافر
MOHAMMED AL-ZAFER CO.

www.alzafergroup.com
Riyadh: 011 4788849 | Jeddah: 012 4480530 | Dammam: 013 8578666
info@alzafergroup.com

السياسي رئيسا لمصر حتى عام ٢٠٢٤ م ويحق له الترشح لولاية أخرى

تتمه ص ١



ألف و٥٠٣ ناخبا، وعدد من شاركوا في الاستفتاء ٢٧ مليون و١٩٣ الف و٥٩٣ ناخبا بنسبة ٤٤,٣٣٪، وعدد الأصوات الصحيحة بلغ ٢٦ مليون ٣٦٢ الف و٤٢١ ناخب بنسبة ٩٦,٩٤٪، وعدد الأصوات الباطلة بلغ ٨٣١ ألف و١٧٢ ناخب بنسبة ٣,٠٦٪.

وكانت الهيئة الوطنية للانتخابات برئاسة المستشار لاشين إبراهيم، ذكرت أن إجمالي عدد اللجان العامة للتصويت على الاستفتاء يبلغ ٣٦٨ لجنة، وتضم ١٠٨٧٨ مركزا انتخابيا، و١٣٩١٩ لجنة فرعية، فتحت أبوابها على مدار ثلاثة أيام من التاسعة صباحا وحتى التاسعة مساء.

وجرت عملية الاستفتاء على التعديلات الدستورية أيام الجمعة والسبت والأحد ١٩ و٢٠ و٢١ أبريل للمصريين في الخارج، وفي الداخل أيام السبت والأحد والاثنين ٢٠ و٢١ و٢٢ من ذات الشهر.

الوطن ضد الاستفتاء وأوضح أن الهيئة الوطنية كانت على تواصل دائم خلال عملية الاستفتاء من خلال مؤتمراتها أو ردها على كافة الاستفسارات التي تتلقاها من الناخبين، كما ردت على كافة الشائعات التي حاول أعداء الوطن ترويجه لإثراء الشعب المصري عن المشاركة وإفشال عملية الاستفتاء، لكن الشعب لم يسمع لتلك الشائعات وكان خروجه ومشاركته هو الرد الأقوى.

وأشار رئيس الهيئة الوطنية للانتخابات إلى أن إجراءات الفرز تمت على مري وسماع وسائل الإعلام والمنظمات التي تابعت العملية، كما تمت تحت إشراف قضائي كامل. نتيجة الاستفتاء على التعديلات الدستورية ٢٠١٩ ونسبة المشاركة وأشار إلى أن جملة الناخبين المدعويين للاستفتاء ٦١ مليون و٣٤٤

للانتخابات، إن الاستفتاء جرى في مناخ ديمقراطي مفعم بالحرية، وخرج بصورة تليق بمصر وتاريخها وأسمها، وإن مشاركة الشعب الجادة والإقبال الكثيف يعكس وعي المواطنين وفهمهم للديمقراطية وممارسة حقهم الدستوري، وهي أيضا رسالة تؤكد أن الشعب هو مصدر السلطات.

وأضاف أن الشعب وقف خلف وطنه الذي ناداه قلبى ندائه، وأنه تم تقديم المساعدة للمسنين وذوى الاحتياجات الخاصة، وهو ما قام به رجال القوات المسلحة والشرطة والقضاة، وإن مشاركة المرأة المصرية تصدرت المشهد في الاستفتاء، كما ظهر أيضا الشباب، ووجه الشكر لذوى الاحتياجات الخاصة والمرأة المصرية والشباب.

الوطنية للانتخابات: الشعب لم يسمع للشائعات التي ردها أعداء

الحركة الوطنية والمقاومة الشعبية بشبة جزيرة سيناء أبان الأحتلال الإسرائيلي عام ١٩٦٧ (٦)



كتب/ عبد العزيز الغالي

المقاومة الشعبية على كامل معدات وأختام الأحوال المدنية من قسم العريش الشمالي قبل أن تدكة الطائرات في عدوانها وقيامهم بعمل هويات جديدة بوظائف مدنية مثل (مدرس-طبيب-مهندس-عامل-تاجر-مقاول-أخ) حتى لايقعوا أسرى في قبضة ضباط وجنود الأحتلال.

فقام المرحوم المصور/ سليم سائلة الشهير بسليم كوداك وبعض من مساعدة ومعاونة بالمرور والطرق على أبواب المنازل في سرية تامة للسؤال عن وجود من هؤلاء الجنود والضباط لتصويرهم فوتوغرافياً بما يتناسب والهوية الجديدة.

للقيام بالتمويه عليهم حال تهربهم عبر الصحراء وصولاً لمدينة بئر العبد حيث تنتظرهم قوارب ومراكب صيادو البحيرة لتوصيلهم في جنح الظلام لمدينة بورفؤاد إحدى ضواحي بورسعيد .

مع تحياتي
عبد العزيز الغالي

يتمتع به الأهالي لكان هناك خطر جسيم على أبنائنا الضباط والجنود الذين لم يدركوا أوامر الانسحاب مما قد يجعلهم في قبضة يد الأحتلال.

وبدأ الأهالي في جمع ودفن جثث شهدائهم وبدأت دوريات الجيش الإسرائيلي تجوب شوارع المدينة معلنة عن الحظر المفروض ومواعيده.

وبدأت أكبر عملية تزوير وطنية تتم في سيناء وذلك بعمل بطاقات هوية للضباط والجنود الذين أستضافتهم بيوت المدينة بعد أن حصل أفراد

أنتهت المعركة تقريباً مساء الأربعاء ٧ يونيو وبزوغ فجر الخميس أصبحت المدينة تحت كامل سيطرة جيش الأحتلال الإسرائيلي.

وقام الشعب عى أثر ذلك بأخفاء الأسلحة والذخائر التي أستطاع الحصول عليها وذلك بعد أن تركها الجيش المصري عند انسحابه وقام بتشيونها.

في حين قام فريق من أبناء سيناء بدوها وحضرها بتوصيل الجنود والضباط التائهين في الصراء جراء قرار الانسحاب الخاطئ والعاجل إلى ماوراء القناة للضفة الغربية وتشكلت فرق بحث عنهم في متاهات الصحراء وتقديم العون لهم والكل يشهد معونتهم الصادقة فقد كان البدوي البسيط يقاسم الجندي أو الضابط المأكلا والمشرب ويعطيه الملابس التي يحتاجها والكفيلة بتنكرة حتى لايقع أسيراً في قبضة الجيش الإسرائيلي ثم يوصله بناقته إلى البر الغربي من قناة السويس.

ولولا الحس الوطني الرفيع الذي كان

Al-Zafer International
www.alzaferintl.com

Al Zafer International shipping & Logistic Solutions

As a FIATA Member, Freight Forwarder, NVOCC and Cargo Consolidator, we handle all type of consignments whether FCL, LCL, Conventional and Chartered Vessels.

Sea Freight

800-12-8888-1
qalamesh@alzafercargo.com

www.alzafercargo.com

الأركان شركة
للتنجارة
٢٤ عام من العناية الصحية والسنية

المركز الرئيسي
٣ عمارات العصور صلاح سالم الدور الرابع - مدينة نصر
ت ٢٦٠٧٨٠ - ٢٤٠٧٧٠ / ١٠٠٥٧٥٠١٦٦ / فاكس ٢٦٢١٢٠٢

فرع الهندسين
٣١ البطل أحمد عبد العزيز امام مطعم ام حسن الدور الثالث
١٠١٥٠٤٦٠٠٠ / ٠١٠٦٦٦١٠٧١٤

فرع الإسكندرية
٤٤٠ طريق الحرية رشدي (مركز رشدي التجاري)
٠١٠٦٦٦١٠٧١٤ / ٠٣ / ٥٤٥٨١٣٨ - ٥٤٥٨١٣٧ / ٠٣ / ٥٤٥٨١٣٨

فرع الفيوم
الكلية ٢١ بجوار برج لافينا خلف المرور بجوار مستشفى البيرة - الدور السادس
محمول ٠١٠٠١١٥٥٧٤٨٠

فرع طنطا
ميدان المحطة برج الرياض الزجاجة - الدور الخامس
٠١٠٦٦٦١٠٧١٤ / ٠٤٠ / ٣٤١٣٦٤٣ - ٣٤١٩٢٨٨ / ت

فرع المنصورة
شارع بنك مصر (برج) حامد عبد الله - الدور الخامس
ت ٠٥٠٢٣٨٢٦٠٠ / ٠٥٠٢٣٨٢٦٠٠ / ٠١٠٦٦٦٧٤١٢٤

فرع اسبوط
شارع الجمهورية - ابراج عثمان بن طاهر برج ب الدور الخامس امام بنك القاهرة
ت ٠٨٨ / ٢٢٩٣٠٠٠ / ٠٨٨ / ٢٢٩٣٠٠٠ / ٠١٠٠١٧١٤٦ / ٠٨٨ / ٢٢٩٣٠٠٠

Beltone **Fullcare**

COMMITTED TO THE BEST

alzafer
شركة محمد الظافر
MOHAMMED AL ZAFER COMPANY

Freight Forwarding
Transportation & Customs clearance

65+
Years of Servicing



٦ الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لنبات البقدونس



بقلم / الأستاذ الدكتور
محمد بن عبد الرحيم شاهين

الذي يساعد على موازنة لزوجة الدم، وإنتاج بروتين الكبد، والحديد الذي يستخدم لإنتاج الهيموجلوبين المطلوب للطاقة، والمنجنيز الذي يساعد على امتصاص فيتامين ج، وإنتاج الهرمونات الجنسية، واليوتاسيوم الضروري لنمو وبناء العضلات والجهاز العصبي، الزنك الذي يقوي جهاز المناعة، ويمنع حب الشباب، والكالسيوم الذي يعمل على تقوية العظام والأسنان والشعر، والألياف والكلوروفيل التي تنقي وتحمي العدوى البكتيرية وتعزز جهاز المناعة. وتحتوي أوراق البقدونس الطازجة على مجموعة متنوعة من مضادات الأكسدة، بما في ذلك الفلافونويد، الكاروتينات، حامض الأسكوربيك (فيتامين ج) والتوكوفيرول التي تحمي الجسم من الجذور الحرة، وهي جزيئات تضر الخلايا السليمة وتؤدي إلى تطور السرطان. كما يلعب البقدونس دوراً في محاربة السرطان، وذلك لاحتوائه مادة الأبيجينين التي لها القدرة على كبح خلايا سرطان الرئة، والقولون، والثدي، والبروستاتا، والدماغ، والجلد، واللسان، واللوكيميا. كما أن وجود مادة الأبيجينين يمنع التصاق الخلايا بالكولسترول السيئ، والتي تعتبر من ميكانيكيات بداية تصبب الشرايين، ويمنع تراكم الصفائح الدموية، مما قد يساعد على خفض أمراض القلب.



النوع الأول، وحيث أن البقدونس غني بالكلوروفيل فإنه يمنح الجسم رائحة طيبة ويعتبر معطر للنفس، وذلك لأن الكلوروفيل يعمل كمضاد للفطريات، ويقلل من البكتيريا المسببة للرائحة المسؤولة عن إنتاج رائحة الفم الكريهة ورائحة الجسم. كما يعمل البقدونس كمدر للبول (لذلك يساعد في التخلص من البكتيريا، وحصات الكلى والمثانة)، ويخفض من ضغط الدم، ويزيد من إفراز الصوديوم والماء من خلال البول وزيادة إعادة امتصاص اليوتاسيوم في الكليتين. هذا بالإضافة إلى أنه مفيد لم يعانوا من ضعف الدورة الدموية، والتورم، والسلوليت، ومشاكل القلب والأوعية الدموية الأخرى. كما يحتوي البقدونس على العديد من الفيتامينات والمعادن المفيدة لصحة الجسم، مثل فيتامين أ (بيتا كاروتين)، الذي يحسن من الرؤية الليلية وصحة الجلد، وفيتامين ب الذي يساعد في ترميم خلايا الجسم، وإطلاق الطاقة من الخلايا، وحض الفوليك الذي يعتبر علاج فعال للأنيميا، ويساهم في الحفاظ على صحة القلب والأوعية الدموية، ويُنظّم الدورة الدموية في الجسم، ويُقلّل من خطر الإصابة بتصبب الشرايين والجلطات، وفيتامين ج الذي يساعد في الحفاظ على الجهاز المناعي، وفيتامين هـ الذي يساهم في حماية الخلايا من التقدم الناتج عن التقدم في السن، وفيتامين ك

البقدونس نبات عشبي ثنائي الحول، ينتمي إلى الفصيلة الخيمية، ويُستعمل كغذاء وتزيّن به أطباق الطعام، كما أنه يُستعمل كنوع من التوابل لإضافة النكهات على الأطعمة. وتستخدم الزيوت النباتية الناتجة منه لإنتاج العطور والعوامل المعطرة في الصابون أو الكريمات. وقد استخدم في قديم الزمان كدواء قبل استخدامه كمادة مضادة للغذاء. ويعتبر البقدونس مصدراً هاماً للعديد من الفيتامينات والعناصر الغذائية والمواد الفعالة التي تعتبر مسؤولة عن التأثيرات الصحية للإنسان. فتناول البقدونس يومياً يساهم في دعم صحة الجهاز الهضمي، ويرجع ذلك جزئياً إلى دوره في دعم الكبد، فهو يزيد من مستويات الجلوتاثيون المضاد للأكسدة الرئيسية في الكبد، وتدعيم أيضاً الإنزيمات المضادة للأكسدة الأخرى. وقد ثبت أن البقدونس يمكن أن يعمل على تجديد أنسجة الكبد بعد الأضرار الناجمة عن الأمراض المزمنة. كما يحفز البقدونس إنتاج العصارة الصفراوية في الكبد اللازمة لهضم الدهون في الأمعاء، حيث أن نقصها يساهم في سوء الهضم، والنمو الجرثومي، والاضطرابات الهرمونية، كما أنها ضرورية لإفراز السموم التي يتم التخلص منها من الجسم والكبد. ولقد ثبت أن البقدونس يستخدم كعلاج بديل لمرض السكري من

هبه السويدي تدعو أبناء الشعوب العربية للمساهمة في إستكمال بناء مستشفى أهل مصر لإنقاذ وعلاج الحالات الحرجة الناتجة من الحروق والحوادث



كُتبت - هناء السيد

دعت الدكتورة هبه السويدي رئيس مجلس أمناء مؤسسة أهل مصر للتنمية أبناء الشعب العربي إلى المساهمة في بناء وإستكمال مستشفى أهل مصر لإنقاذ وعلاج الحالات الحرجة الناتجة عن الحوادث والحروق، الذي سيخدم خدماته العلاجية بالمجان للآلاف من مصابي الحوادث والحروق ليس في مصر فحسب، وإنما على مستوى الوطن العربي، مشيرة إلى أن حوادث الحروق تمثل السبب الثالث للوفاة في مصر والوطن العربي.

وقد أشارت منظمة الصحة العالمية، إن الأطفال تحت سن ٦ سنوات في مصر والوطن العربي و دول الشرق الأوسط عرضة للوفاة من الحوادث والحروق بمعدل ستة أضعاف من مثيلاتها من دول العالم..

وشددت إلى أن هناك حادث كل ١٥ ثانية ٢,٢١٠,٠٠٠ كل عام موضحة أن الاطفال والشباب يشكلون نسبة كبيرة من ضحايا الحروق حيث تصل نسبتهم إلى ٧٢ ٪ من الضحايا مما يؤثر سلباً على مستقبلهم.

استعرضت السويدي في لقاءها مع ممثل وسائل الإعلام في دول الخليج مراحل وتطورات العمل في مستشفى أهل مصر لعلاج الحالات الحرجة من الحوادث والحروق بالمجان أكبر وأول مستشفى في مصر والوطن العربي وأقرباً بدءاً من وضع حجر الأساس في سبتمبر ٢٠١٦ حتى قرب الافتتاح خلال العام القادم.

وأوضحت السويدي أنه تم تخصيص أرض المستشفى من قبل وزارة الإسكان المصرية في سبتمبر ٢٠١٦ وبدأت أعمال الحفر في سبتمبر من العام قبل الماضي، ثم المرحلة الأولى للإنشاء التي انتهت منذ شهور قليلة لافتة إلى قرب الانتهاء من المرحلة الثانية للتشطيبات والأعمال الكهروميكانيكية وبدأ المرحلة الثالثة الخاصة بتثبيت المعدات والتجهيزات

الطبية وسيتم الافتتاح الرسمي للمستشفى خلال العام القادم . وأضافت : «يضم المستشفى الذي أقيم على مساحة ١٢ ألف متر مربع، مباني لعلاج جميع مصابي الحوادث و الحروق من داخل مصر وخارجها بالمجان وتم تصميمه لتكون ٧٠ بالمائة من الأسرة للعناية المُركزة موضحة أن المُستشفى مُكوّن من ٦ طوابق، ويضم مهبطين للهليكوبتر لتفعيل خدمة الإسعاف الطائر، لأن الثانية الواحدة تُحدث فرقاً في إنقاذ حياة ضحية الحروق

وأعربت السويدي عن سعادتها بالتعاون مع مؤسسات العمل المدني في الدول العربية لافتة إلى إن حلم الانتهاء من المستشفى لن يتحقق إلا من خلال إيمان القادرين ومؤسسات المجتمع المدني القادرة و الممولة للمشروعات الخيرية في مصر و العالم بقضيتنا . وأوضحت السويدي أن المؤسسة التي أطلقت من أسابيع قليلة حملة "عشان منساش" بهدف رفع الوعي ضد مخاطر الحوادث والحروق، ولفت النظر إلى مدى الخطورة الناتجة عنها. وأكدت أن الحملة تأتي في إطار دور المؤسسة المجتمعي، الذي يستهدف توعية المصريين، وإنقاذ، وعلاج الحالات الحرجة من الحوادث والحروق، من خلال تجهيز مستشفى أهل مصر أول مستشفى لإنقاذ وعلاج الحالات الحرجة من الحوادث والحروق، في مصر و الوطن العربي وأفريقيا..

: لمزيد من المعلومات برجاء زياره الموقع الالكتروني لمؤسسة أهل للتنمية والتدريب،

١٠ أمراض قد تتسبب في تغيير طريقة مشيتك



يحدث لبعض الأشخاص تغيير مفاجئ في طريقة المشي بدون سبب واضح، ليس شرطاً مع التقدم في السن، حيث يمكن أن يحدث تغير في طريقة المشي نتيجة حالة مرضية مزمنة، ولتحديد سبب إحداث تغيير في طريقة مشيتك، سيقوم الطبيب بإجراء تاريخ شامل وفحص بدني، في هذا التقرير نقدم أسباب محتملة لتغيير طريقة المشي، بحسب موقع "health central".

مرض باركنسون وتغيير طريقة المشي مرض باركنسون وتغيير طريقة المشي مرض الشلل الرعاش أو باركنسون وهو مرض في الجهاز العصبي المركزي ولكنه يؤثر على الجهاز الحركي وتبدأ أعراضه بالتدريج ويسبب تغيير طريقة المشي وانشاء العمود الفقري .

التهاب المفاصل التهاب المفاصل في الركبة أو الورك يمكن أن يجبرك على تغيير مشيتك، في محاولة لتخفيف الألم أثناء المشي، فتصبح خطواتك قصيرة وبطيئة، أو يبدو كما لو أنك غير قادر على تحمل وزن جسمك.

مشاكل الظهر والرقبة يمكن أن يؤثر تضيق العمود الفقري القطني، وهو تضيق في القناة التي ينتقل عبرها الحبل الشوكي في فقرات أسفل الظهر، على المشية.

يمكن أن يتداخل ضغط الحبل الشوكي في منطقة الرقبة (اعتلال النخاع الفقاري العنقي) مع المشية ويسبب

فقدان التوازن والتنسيق، كما يؤدي إلى "هبوط القدم"، وهو ضعف في عضلات الكاحل يؤدي إلى سحب إصبع القدم أثناء المشي، ويصاحب هبوط القدم أحياناً ارتفاع في الساق لتجنب وضع إصبع القدم على الأرض. مشاكل العظام الأخرى يمكن للجراحة السفلية أو الكسر، أن تسبب انحرافاً عن المشية الطبيعية.

نقص فيتامين ب ١٢ يمكن أن يكون الترهل أو المشية غير الثابتة علامة على نقص فيتامين ب ١٢ ، مما قد يؤدي إلى تدهور الأعصاب في النخاع الشوكي والدماغ، ويعد الاكتشاف المبكر أمراً بالغ الأهمية لأن نقص B١٢ لا يؤدي فقط إلى صعوبة المشي ولكن قد يؤدي أيضاً إلى تلف الأعصاب.

الاعتلال العصبي المحيطي يمكن أن يؤدي تلف الأعصاب الحسية في القدمين إلى حدوث خدر أو وخز أو ألم في القدمين مما يؤدي إلى عدم القدرة على المشي بشكل صحيح. اضطرابات عصبية أخرى

أورام المخ ، والتصلب المتعدد ، ومرض هنتنغتون ، والسكتة الدماغية ، واستسقاء الضغط الطبيعي (تراكم السائل النخاعي في الأكياس المحتوية على السوائل في الدماغ بسبب عدم قدرة السائل على التدفق بشكل طبيعي) هي أمثلة على العديد من الاضطرابات العصبية التي يمكن أن تحدث تسبب اضطرابات المشي. يمكن أن تؤدي اضطرابات الدماغ

٥ أشياء تحدث في جسمك عندما تتوقف عن تناول الأطعمة المصنعة



تجهيز الأطعمة معروف منذ آلاف السنين، وخضع كل ما نأكله تقريباً لشكل من أشكال المعالجة، ولكن هناك مستويات مختلفة من المعالجة، لذلك من المستحيل القول إن الأطعمة المصنعة لا تنتمي إلى نظام غذائي صحي.

ويجب أن يعتاد الجسم على نقص السكر والملح والمكونات المضافة الأخرى قبل جنى فوائد تناول كميات أقل من الأطعمة المصنعة، ووفقاً لتقرير موقع "eatthis" فقد تعاني من بعض الأعراض في البداية مثل القلق، والانتفاخ، والرغبة الشديدة في تناول الطعام، والصداع وغيرها، وستعتمد درجة الشدة وعدد هذه الأعراض التي من المحتمل أن تتعرض لها، على كيفية معالجة نظامك الغذائي الحالي ومدى إدمائك للسكر.

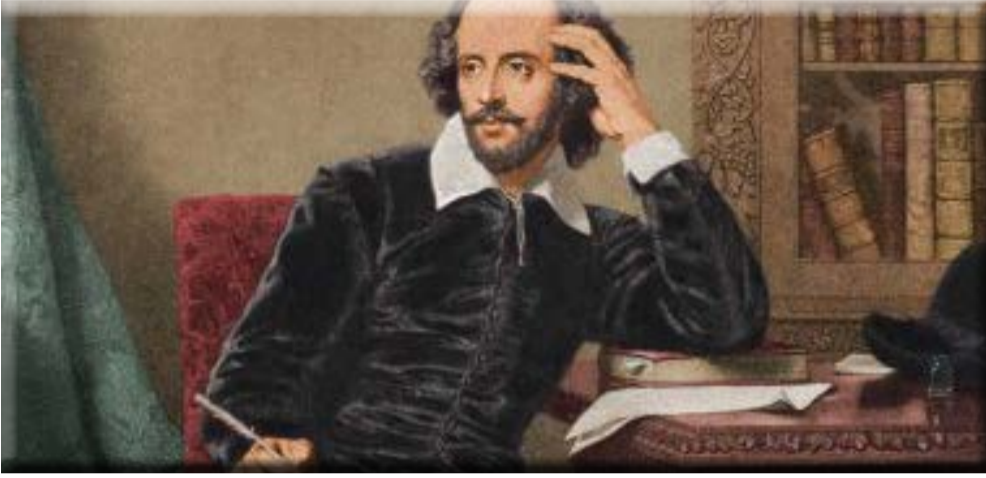
عودة معدل الأيض لمستواه الطبيعي بعد بضعة أيام من التوقف عن تناول الأطعمة المصنعة يبدأ معدل الأيض في العودة لمستواه الطبيعي مرة أخرى، وتختفي الأعراض الشديدة السابقة والرغبة الشديدة في تناول تلك النوعيات من الطعام. ستحصل على نوم بشكل أفضل عودة مستويات التركيز لمعدلات أكبر الأطعمة المصنعة بشكل كبير تحتوي عادة على الكثير من السكر أو شراب الذرة عالي الفركتوز، وعلى الرغم من أن الجسم يحتاج إلى بعض السكر حتى يعمل الدماغ بشكل صحيح، إلا أنه من الأفضل العثور على هذه السكريات

نسبة السكر في الدم ثابتة يساعد على النوم بشكل طبيعي، وأيضاً لأن الأطعمة المجهزة تميل إلى أن تكون عالية الدهون التي إذا تناولتها بالقرب من وقت النوم فيمكن أن تسهم في الإصابة بعسر الهضم أو حرقة المعدة، وفي كثير من الأحيان يمكن أن تحرمك من النوم.

بشكل طبيعي في الفواكه والخضراوات، والسكر الصناعي يمكن أن يخلص عقلك من التوازن ويجعل التركيز أكثر صعوبة، لذا فإن تجنب تناول كميات كبيرة من الأطعمة المصنعة يمكن أن يبقى دماغك في تركيز أعلى. عدم الشعور بالانتفاخ بعد الوجبات تستخدم مكونات الصوديوم في الأغلب في الأطعمة المصنعة للمساعدة في حفظها طازجة أطول وقت، والمكونات عالية الصوديوم له تأثير على انتفاخ البطن لأنها تؤدي إلى احتباس الماء، مما قد يتسبب في الانتفاخ والتورم، لذا فإن الابتعاد عن الأطعمة المصنعة يبيد بعيداً عن الانتفاخ. عدم الشعور بالانتفاخ بعد الوجبات ستحصل على نوم بشكل أفضل يمكن للأطعمة المصنعة أن تعطل دورة نومك لعدة أسباب، الأول هو تأثير تناول هذه الأطعمة على نسبة السكر في الدم، لذا فإن الحفاظ على

استقلال خطر الإصابة بأمراض الضغط وارتفاع الكولسترول استقلال خطر الإصابة بأمراض الضغط وارتفاع الكولسترول استقلال خطر الإصابة بأمراض الضغط وارتفاع الكولسترول استقلال خطر الإصابة بأمراض الضغط وارتفاع الكولسترول على المدى الطويل خفض تناول الأطعمة المصنعة يمكن أن يقلل من الكولسترول السيئ ويقلل ضغط الدم وخطر الإصابة بالسرطان، بالإضافة إلى تقليل الالتهاب، وخطر الإصابة بأمراض الكبد وأمراض القلب الدهنية.

لماذا يحتفل العالم ٢٣ أبريل باليوم العالمي للكتاب؟.. اعرف القصة



بين الشباب وتشجيع استكشاف المتعة من خلال القراءة وتجديد الاحترام للمساهمات التي لا يمكن إلغاؤها لكل الذين مهدوا الطريق للتقدم الاجتماعي والثقافي للإنسانية جمعاء، وفي هذا الصدد أنشأت اليونيسكو اليوم العالمي للكتاب وحقوق المؤلف.

وفلاديمير نابوكوف، وجوزيب بلأ، ومانويل ميخيا فايخو. وكان اختيار مؤتمر اليونيسكو العام الذي عقد في باريس عام ١٩٩٥ لهذا التاريخ اختياراً طبيعياً، فقد أرادت فيه اليونيسكو التعبير عن تقديرها وتقدير العالم أجمع للكتاب والمؤلفين، وذلك عن طريق تشجيع القراءة بين الجميع وبشكل خاص

يحتفل العالم ٢٣ أبريل كل عام باليوم العالمي للكتاب، وذلك لأنه في مثل هذا التاريخ منذ عام ١٦١٦ توفي كل من الكتاب ميغيل دي سرفانتس ووليم شكسبير والينكا جارسيلاسو دي لافيخا، كما يصادف يوم ٢٣ أبريل ذكرى ولادة أو وفاة عدد من الأدباء المرموقين مثل موريس درويون، وهالدور ك. لاكسنس،

رواية "بريد الليل" لهدى بركات تفوز بجائزة الرواية العربية البوكر ٢٠١٩



٢٠١٣ عن رواية "ملكوت هذه الأرض". كما جرى اختيار روايات القائمة القصيرة الـ ٦ من بين قائمة طويلة مكونة من ١٦ رواية صادرة باللغة العربية بين يونيو ٢٠١٧ يوليو ٢٠١٨. ويحصل كل كاتب وصل إلى القائمة القصيرة على ١٠ آلاف دولار أمريكي، بينما يحصل الفائز بالجائزة الكبرى على ٥٠ ألف دولار إضافية لقيمة الوصول إلى القائمة القصيرة.

بينما تألفت لجنة تحكيم الجائزة العالمية للرواية العربية، البوكر ٢٠١٩، من: شرف الدين ماجدولين (رئيس اللجنة)، أكاديمي وناقد مغربي مختص في الجماليات والسرديات اللفظية والبصرية والدراسات المقارنة؛ وفوزية أبو خالد، شاعرة وكاتبة وأكاديمية وباحثة سعودية في القضايا الاجتماعية والسياسية؛ وزليخة أبوريشة، شاعرة وكاتبة وعمود وباحثة وناشطة في قضايا المرأة وحقوق الإنسان من الأردن؛ ولطيف زيتوني، أكاديمي وناقد لبناني مختص بالسرديات؛ وتشانغ هونغ يي، أكاديمية ومترجمة وباحثة صينية.

بركات، صدرت عن دار الآداب، رواية شمس بيضاء باردة للكاتبة الأردنية كفى الزعبي، صدرت عن دار الآداب، رواية صيف مع العدو، للكاتبة السورية شهلا العجيلي، صدرت عن منشورات ضفاف، رواية الوصايا، للكاتب المصري عادل عصمت، صدرت عن دار الكتب خان، رواية النبيذة، للكاتبة العراقية إنعام كجه جي، صدرت عن دار الجديد، رواية بأى ذنب رحلت؟، للكاتب المغربي محمد المعزوز، صدرت عن المركز الثقافي للكتاب.

يشار إلى أن القائمة القصيرة في عام ٢٠١٩ ثلاث كاتبات سبق لهن الوصول إليها، من بينهن إنعام كجه جي التي ترشحت للقائمة القصيرة عامي ٢٠٠٩ و٢٠١٤ عن روايتي "الحفيدة الأمريكية" و"طشاري"، وشهلا العجيلي، التي وصلت إلى القائمة القصيرة عام ٢٠١٦ عن رواية "سما قريية من بيتنا" وشاركت في ورشة الجائزة للإبداع عام ٢٠١٤، وهي أصغر كتاب القائمة القصيرة سناً، بينما وصلت هدى بركات إلى القائمة الطويلة عام

أعلنت الجائزة العالمية للرواية العربية، البوكر ٢٠١٩، عن فوز رواية "بريد الليل" للروائية اللبنانية هدى بركات، والتي تقدر قيمتها بـ ٥٠ ألف دولار، بالإضافة إلى ١٠ آلاف دولار لوصول الرواية ذاتها إلى القائمة القصيرة.

وجاء إعلان الرواية الفائزة بالجائزة العالمية للرواية العربية، البوكر ٢٠١٩، في حفل أقيم مساء اليوم، الثلاثاء، بالعاصمة الإماراتية أبوظبي، عشية انطلاق معرض أبوظبي الدولي للكتاب ٢٠١٩.

وشهد حفل الإعلان عن الرواية الفائزة بالجائزة عرض ستة أفلام قصيرة حول الروايات التي وصلت إلى القائمة القصيرة، وعقب عرض كل فيلم، تم تكريم الكاتبة أو الكاتب، إلا أن إدارة الجائزة أعلنت عقب عرض فيلم قصير عن رواية "النبيذة" عن تعذر حضور الكاتبة العراقية إنعام كجه جي. وكانت القائمة القصيرة للجائزة العالمية للرواية العربية، البوكر ٢٠١٩، قد تألفت من ست روايات، هم: رواية بريد الليل للكاتبة اللبنانية هدى

في يوم الأرض.. روايات حملت عنوان "الأرض" تعرف عليها

المسطحة عن دار كلمات للكاتب إدوين إيبوت ومن ترجمة سامح رفعت مهران.

إدوين إيبوت كان مديراً لمدرسة وكتب "الأرض المسطحة" عام ١٨٨٤ بهدف تعليم الرياضيات البحتة، إذ أنها قصة خيالية عن أماكن غريبة تسكنها أشكال هندسية تفكر وتتحدث وتملك كل المشاعر الإنسانية، لذلك فهي لا تعد من أدب الخيال العلمي.

الأرض المسطحة

وقسم إيبوت الرواية إلى ٢٠ فصل، يعرف في الأول منها مفهوم الأرض المسطحة بقوله "إنني أطلق على عالمنا اسم الأرض المسطحة، لأنني أردت أن أقرب طبيعة هذا العالم إلى أذهانكم أيها القراء الذين أسعدهم الحظ بالحياة في العالم ثلاثي الأبعاد".

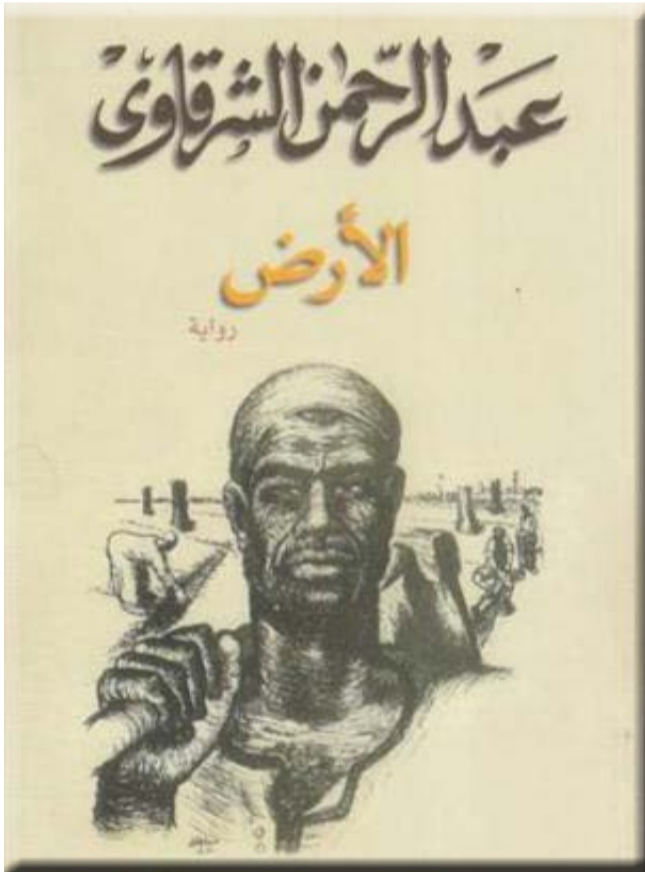
وأعطى المؤلف مفاهيم جديدة للكائنات والموجودات في الأرض المسطحة، فالنساء فيها خطوط مستقيمة، أما الجنود والطبقة الدنيا من العمال فهم من المثلثات متساوية الساقين، والطبقة الوسطى مثلثات متساوية الأضلاع، أما أصحاب المهن والأغنياء فهم من المربعات.

ملحمة الأرض

"ملحمة أركاديا"، فانتازيا تاريخية تتماهى فيها الأحداث بين الزمان والمكان في تناغمية سحرية، تضع القارئ في بلورة زجاجية، تنقله باضطراب بين الواقع واللامعقول.

الرواية تقع في ٣٦٨ صفحة وتضم ثلاثة أقسام (المخاض، الفطام، اليافع) وكل قسم يحتوي على أربعة فصول، يتابن فيها السرد ما بين صوت الرواية (الأثنى) وصوت الراوي الثالث (المحايد)، وتتسم أحداثها بالإثارة والتشويق، وتنوع الثيمات وكثرة الرموز الحكم.

الرواية تحكي حكاية الأرض والشعب وأملك بأسلوب سحري آخاذ ولغة راقية وسرد سلس ولغة براقية تشد القارئ وتخطف أنفاسه منذ السطر الأول وإلى السطر الأخير.



يوسف والعمدة، هي شخصيات حقيقية أكثر من كونها روائية.

الأرض

الأرض المطوية.. أنواردا روي "الأرض المطوية"، تأليف أنواردا روي، والرواية تحكي عن شابة تبشر حياة جديدة عند التلال الواقعة على سفوح الهملايا، وسط إيقاعات القرية الصغيرة الوادعة، حيث يتعايش الناس بسلام مع الطبيعة، إلا أنها لا تلبث أن تكتشف أن لا مهرب من العالم الحديث، وحين يهدد السياسيون الشرحون مجتمعها، تجد نفسها عالقة بين الحياة التي خلفتها وراءها والمجتمع الجديد الذي عزمت على أن تحميه بكل قوتها.

الأرض المطوية

الأرض المسطحة.. إدوين إيبوت صدرت الترجمة العربية لرواية الأرض

يحتفل العالم كل عام يوم ٢٢ أبريل بـ Earth day أو يوم الأرض، وذلك بهدف نشر الوعي والاهتمام بالبيئة. وكانت المرة الأولى التي احتفل بها العالم في ٢٢ أبريل ١٩٧٠، حيث تم الاحتفال به في ١٧٥ دولة حول العالم، ولفظت "الأرض" من الكلمات الدالة في اللغة وقد استخدمها الكتاب والأدباء عنواناً لكثير من كتاباتهم منها:

Earth day .. رواية الأرض.. عبد الرحمن الشراوي واحدة من أشهر الروايات أبدعها الكاتب الكبير عبد الرحمن الشراوي، في العام ١٩٥٠ وتحولت إلى لحم ودم، في فيلم يوسف شاهين في العام ١٩٧٠، وحمل العنوان الرواية نفسها "الأرض"، حيث جعل أبطالها يسكنون ذاكرتنا جميعاً، محمد أبو سويلم وعبد الهادي وصيفة ومحمد أفندي والشيوخ

الظافر لتجارة السيارات EL-ZAFER FOR CARS

عرض خاص
للنقابات للبنوك للموظفين
سيارتك بالتقسيم

EL-ZAFER

العريش - شمال سيناء - شارع ٢٣ يوليو - امام بنك الاسكندريه
٠١٠٠٨٣٢٨٣١٧ / ٠١٠٠٢٧٣٩٣٢٩

الذكاء الاصطناعي يمكنه تشخيص اضطراب ما بعد الصدمة.. اعرف التفاصيل



تمكن فريق من الباحثين من تطوير برنامج كومبيوتر يعتمد على الذكاء الاصطناعي (AI) قادر على المساعدة في تشخيص اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) لدى قدامى المحاربين من خلال تحليل أصواتهم. وتوصلت الدراسة - التي نشرت في عدد أبريل من مجلة (الاكتئاب والقلق) - إلى أن أداة الذكاء الاصطناعي يمكن أن تميز بدقة تصل إلى 89% بين أصوات من يعانون اضطراب ما بعد الصدمة أو كانوا من الأصحاء. وقال الباحث تشارلز مارمار الأستاذ بجامعة نيويورك "بالنسبة للدراسة الحالية، فقد استخدم الفريق البحثي تقنية إحصائية، لديها القدرة على تعلم كيفية تصنيف الأفراد على أساس النماذج المطروحة، موضحاً أن برامج الذكاء الاصطناعي تقوم ببناء "قرار" ونماذج رياضية تمكن من اتخاذ القرارات بدقة متزايدة مع زيادة حجم بيانات التدريب". وقد شارك في الدراسة نحو 53 مشاركاً يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة، ونحو 78 من قدامى المحاربين من الأصحاء، حيث تم ربط برامج الذكاء الاصطناعي بأنماط ميزات صوتية محددة مع اضطراب ما بعد الصدمة، بما في ذلك الكلام الأقل وضوحاً ونبرة هاملة. وفي الوقت الذي لم تكتشف فيه الدراسة الحالية آليات مرض اضطراب ما بعد الصدمة، إلا أن النظرية هي أن الأحداث الصادمة تغير إشارات المخ التي تعالج الإنفعال ونبرة العضلات، والتي تؤثر على صوت الشخص. يذكر أن أكثر من 70% من البالغين في جميع أنحاء العالم يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة في مرحلة ما من حياتهم، مع ما يصل إلى 12% من الأشخاص في البلدان التي تعاني من اضطرابات سياسية.



فريق الثقب الأسود يخطط للكشف عن صورة أدق وأكثر تفصيلاً

يخطط الفريق الدولي المسؤول عن أول صورة لظل الثقب الأسود لالتقاط صورة أفضل وأكثر تفصيلاً، ويمكن أن تكشف تلك الصورة عن تفاصيل جديدة حول الحقول المغناطيسية الملفوفة حول الجسم البعيد الهائل في مركز المجرة M87. ووفقاً لما ذكره موقع "Space" العلمي، يمكن للصورة الأكثر تفصيلاً إلى جانب أفلام الثقب الأسود الموجودة بالفعل، أن تساعد في توضيح كيف تلتهم الثقوب السوداء من حلقات الغاز الساخن التي تدور حولها، وكيف تنتج الكائنات أجسام ساطعة. وقال شيب دوليمان، عالم الفلك بجامعة هارفارد الذي يقود فريق علماء الثقب الأسود EHT، إنه لتصوير الثقب الأسود M87 مزيد من التفصيل، يحتاج الباحثون إلى تغيير طريقتهم، حيث يحتاجون إلى زيادة تواتر الموجات الراديوية التي يدرسونها وإضافة تلسكوبات راديوية جديدة إلى شبكة EHT، وكلا المشروعين جارياً بالفعل لالتقاط الصورة الأوضح بالفعل. وأشار آفيري بروديريك، عالم الفيزياء الفلكية بجامعة واترلو في كندا، الذي يعمل على ترجمة البيانات من تلسكوب الأحداث في الأفق، إلى أن الفريق يأمل في تصوير صور متشابهة للأشياء الباهتة التي يجب أن تحيط بهذه الحلقة الساطعة المصورة بالفعل ولكنها لا تتواجد في الصورة السابقة. وأضاف بروديريك إن التصوير الدقيق، بالإضافة إلى محاولة تصوير الثقب الأسود في الحركة، سيساعد الفيزيائيين على فهم، بتفاصيل غير مسبوقة حول سؤال "كيف تآكل وتنمو الثقوب السوداء".

LCL Imports and Exports
Consolidation and De-consolidation
in SAUDI ARABIA

شركة الخلفاء لخدمات الشحن
Al-Zafer Wings Cargo Services Co.
خدمات الشحن والتفريغ والنقل البحري للبيضاء

Tel: +966 12 664 6888 - Fax: +966 12 661 1043 - Al Maghreb Al Arabi Street
Al Harbia District, Unit No 11 - Building No 111 - Jeddah 31121 - 7539 KSA

www.alzafercaigo.com 800-12-8888-1
Mobile: +966 5057 2495 - info@almazercargo.com

تفتكر رحلة المريخ هتاخذ كم شهر في الطريق.. اعرف المدة وخطة توافد البشر



تخيل معي كم ستستغرق فقط مدة الرحلة من الأرض إلى المريخ، وكم من الوقت سيكون على رواد الفضاء الانتظار حتى يصلوا إلى الكوكب الأحمر. وفقاً لما ذكره موقع "mars-one" الخاص بأول رحلة للمريخ، تستغرق الرحلة حوالي سبعة أشهر وهي فترة أطول بقليل من التي يقضيها رواد الفضاء الحاليين في محطة الفضاء الدولية. وتعتمد المدة المحددة لكل رحلة على موعدها، لأن مدارات المريخ والأرض ليست دائرية تماماً، فإن الوقت الذي يستغرقه السفر بينهما يختلف من ستة إلى ثمانية أشهر، فليس دائماً الوقت واحد. كيفية تحديد مواعيد المغادرة والوصول تم اختيار التواريخ والسنوات المحددة التي تخطط فيها Mars One لتنفيذ المراحل المختلفة للخطة للحصول على الموقع الفلكي المفيد للأرض والمريخ، والتي ستطلق في عام 2022. ماذا يحدث بعد وصول أول مجموعة من البشر إلى المريخ؟ يعد وصول أول أربعة سكان للمريخ مجرد بداية لهذه المغامرة العظيمة، وسيستغرق رواد الفضاء المزيد من المجموعات كل سنتين، مما سيؤدي في النهاية إلى أن تصبح القاعدة عبارة عن قرية صغيرة، وفي البداية، سيكون التوسع محدوداً بسبب المواد والأكسجين والماء. وستوفر عمليات الهبوط الأخرى كل ما قد يحتاجون إليه لتوسيع المستعمرة، ومنه الألواح الشمسية، أماكن المعيشة الجديدة والمكونات البلاستيكية.

الشيماء

للهندسة والمقاولات العامة

مهندس / يحي محمد طبل



CIVIL ENGINEERING AND GENERAL CONTRACTING SERVICES FOR
Office Developments
Residential Buildings
Industrial Developments
Restoration of Historical Buildings

٠١٠٠٧٢٣٤٦٤٨

١٦ شارع ابن الحكم - حمية الزيتون - القاهرة - تليفون / فاكس: ٢٦٢٩٦٧١ - ٢٦٢٩٦٧١
شروع ٢٢ يوليو خلف بنك القاهرة - العريش - تليفون: ٢٨/٢٢٥٢٦٧ - فاكس: ٠٦٨/٢٢٥٠٧٦٥ - م ٠١٠٠٧٢٣٤٦٤٨
عنوان المراملات: شارع الساحة الشعبية بجوار مسجد المتقين - العريش - شمال سيناء - تليفون / فاكس: ٠٦٨/٣٥٠٧٦٥

مصر المحروسة
MISR AL-MAHROSA

Office Developments
Residential Buildings
Industrial Developments
Restoration of Historical Buildings

١٦ شارع ابن الحكم - الدور الثالث - حمية الزيتون - القاهرة
WWW.MISRELMAHROSA.COM +٢٠١٠٠٧٢٣٤٦٤٨ - +٢٠١٢٠٤٩٩٠٤٤٩

العثور على جثة متفحمة مجهولة الهوية بقرية كوم جابر بمحافظة قنا



عثرت الأجهزة الأمنية مديرية أمن قنا، مساء اليوم الإثنين، على جثة متفحمة مجهولة الهوية ودون أي معالم واضحة لها بقرية كوم جابر، التابعة لمركز ومدينة ابوتشت شمالي محافظة قنا.

وكان اللواء مجدي القاضي، مساعد وزير الداخلية لأمن قنا، قد تلقى إخطاراً من اللواء محمود حسن، مدير المباحث الجنائية بمديرية الأمن، يفيد العثور على جثة متفحمة داخل كمنية من القمامة

دون أي ملامح بقرية كوم جابر التابعة لمركز أبوتشت . حرر المحضر اللازم وتولت النيابة العامة التحقيقات التي كلفت وحدة المباحث الجنائية بتكثيف التحريات حول الواقعة.

حبس محام ضرب زوجته وعذبها حتى الموت ببولاق الدكرور



أمرت النيابة العامة بجنوب الجيزة بحبس محام ٤ أيام على ذمة التحقيقات لاثامه بقتل زوجته "صفاء ت" ٤٨ سنة، ربة منزل، بعد وصلة تعذيب، بسبب خلافات زوجية بينهما ببولاق الدكرور.

كشفت مناظرة النيابة لجثة المجني عليها أنها في العقد الرابع من العمر وقد عثر عليها ملقاة بغرفة نومها، وبها إصابات عبارة عن جرح قطعي بالجبهة وأثار حرق بالقدم اليمنى، وكدمات وسحجات في مناطق متفرقة من جسدها.

كانت الأجهزة الأمنية تلقت بلاغاً من الأهالي أفادوا فيه تعدي محام بالضرب على زوجته مما أدى إلى وفاتها، وعلى جسدها، ومن ثم وفاتها.

مصارع شاب بعد سقوطه من أعلى منزله بالسلام.. والنيابة تحقق

لقى شاب مصرعه بعد سقوطه من أعلى منزله بمدينة السلام، صباح اليوم الإثنين.

من جانبها انتقل فريق من نيابة السلام، لمعالجة موقع الحادث لبيان وحود شبهة جنائية من عدمه.

ترجع الواقعة بتلقى قسم السلام، بلاغا بسقوط الشاب "كريم ص" من أعلى منزله، على الفور انتقلت قوات الأمن لموقع الحادث وتبين صحة الواقعة، وحرر المحضر اللازم وتولت النيابة التحقيق.



الأهلي يخسر أمام بيراميدز بهدف كينو البرازيليو يتراجع لمركز الثالث في مباراه مؤجله شهدت اضاعه لاعبو الأهلي فرص بالجملة و أخطاء تحكيميه واضحه من الحكم الكرواتي

تتمه ص ١٢

معلول كره عرضية مميزه، تصل إلي جيرالدو الذي كان منفرداً بالمرمى تماماً، لكنه سد الكره بيمينه مرت إلى جوار القائم الأيمن بدلا من أن تمر إلى المرمي وهو الوضع الطبيعي لتلك الفرصه . ومع بدايه أحداث الشوط الثاني، مال فريق بيراميدز إلي الدفاع أكثر ليحافظ علي هدفه الثمين و اعتمد على تنفيذ الهجمات المرتدة السريعه والخاطفه. و في الدقيقة ٥٤، حصل الأهلي على ركلة حرة، نفذها علي ذ معلول كره عرضية في منطقة الجزاء، تصل إلى وليد أزارو دون رقابة في مواجهة المرمي ليحولها بطريقة سيئة إلى فوق العارضة بعيداً عن الشباك.

و كاد عبد الله السعيد أن يسجل الهدف الثاني في الدقيقة ٥٧ من ركلة ثابتة على حدود منطقة جزاء الأهلي عندما أطلق تسديدة قوية مرت من الحائط البشري لكن الشناوي تصدى لها بنجاح و حولها إلى ضربة ركنية، و في الحقيقه ٦٨ ، يتفطن الأنجولي جيرالدو في إهدار الفرص السهلة دون أن يسجل و لا أعرف متي سيسجل؟! و هذه المره جاءت الفرصه بعد أن ارتكب عمر جابر خطأ فادح في تشتيت الكره لتذهب الكره إلى جيرالدو المنفرداً بالمرمى و يسدد كرهه بطريقة غريبه في منتصف المرمى أبعدا الشناوي لركنية بسهولة. و في الحقيقه ٨٤، احتسب الحكم الكرواتي ركلة حره للأهلي بالقرب من منطقة جزاء بيراميدز بعد قيام علي جابر البديل

مانشستر سيتي يثار من توتنهام و يتغلب عليه بهدف نظيف و يستعيد صدارة الدوري الإنجليزي مؤقتاً

كأس إنكلترا ضد واتفورد في ١٨ مايو المقبل على ملعب ويمبلي في لندن. و بهذه النتيجة، انتزع مانشستر سيتي صدارة جدول المسابقة مؤقتاً بعد أن رفع رصيده إلى ٨٦ نقطة بفارق نقطة واحدة أمام ليفربول الذي يستطيع استعادة الصدارة إذا حقق الفوز على مضيفه كارديف سيتي غدا الأحد في مباراة أخرى بنفس المرحلة بينما تجمد رصيد توتنهام عند ٦٧ نقطة في المركز الثالث بفارق نقطة واحدة فقط أمام أرسنال وتشيلسي ليصبح مهدداً بفقد المركز الثالث لصالح أي منهما مع ختام مباريات المرحلة.

اليوم على ملعب الاتحاد في المدينة الشمالية، سيكون في ترقب بشأن نجمه البلجيكي كيفن دي بروين الذي خرج مصاباً قبل أقل من عشر دقائق على نهاية الشوط الأول. واضطر اللاعب الدولي هذا الموسم للغياب لفترتين طويلتين بسبب إصابته مرتين في الركبة (أغسطس و نوفمبر). وسيكون سيتي في حاجة ماسة لخدمات صانع ألعابه الذي برز بشكل كبير في المباراة ضد توتنهام في دوري الأبطال هذا الأسبوع وزود زملاؤه بالتمريرات الحاسمة، مع تبقي أربع مباريات له في الدوري المحلي (منها المباراة المؤجلة مع يوناييتد)، إضافة إلى نهائي

كارديف سيتي، بينما سيكون سيتي على موعد مرتقب الأربعاء المقبل ضد غريمه مانشستر يوناييتد، في مباراة مؤجلة بينهما من المرحلة الحادية والثلاثين. و الفوز الذي حققه سيتي اليوم هو العاشر تالياً في الدوري الإنكليزي هذا الموسم، بفضل الهدف المبكر الذي سجله فيل فودن البالغ من العمر ١٨ عاماً في الدقيقة الخامسة و هو الهدف الأول له مع فريقه في الدوري الممتاز، و السابع له هذا الموسم في مختلف المسابقات مع فريق المدرب الإسباني جوسيب غوارديولا. لكن سيتي الذي خرج بنتيجة إيجابية من لقاء

١١ ش الأديب علي ادهم، مساكن الشيراتون - هاتف: ٠١٠٠٠٦٣٩٠٠٠ جوال: ٠٢٠١٠٠١٦٧٠٩٧٨
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com

محمود الخطيب رئيس النادي الأهلي يجدد الثقة في الجهاز الفني للفريق بعد خساره امام بيراميدز و يطالب اللاعبين بالفوز بالدوري

تتمه ص ١٢

الأفضل بين كل اللاعبين، وقادرين على تحقيق أحسن النتائج، ولا بد أن يؤدوا مبارياتهم بروح معنوية عالية، وأنه واثق بأن كل فرد سوف يبذل أقصى ما لديه لإسعاد جماهير الأهلي. كما أكد الخطيب على تقديره للعب الذي إلتاب الجماهير وهذا حقها وعبر عن ثقته الكاملة في لاعبيه وجهازهم الفني وأنه سوف يبذل داعمًا ومساندا لهم وأنه واثق أيضا أنهم سيؤدون بروح الأهلي وبشخصية البطل التي تعودوا عليها. وأن جميعهم سيكونون على قلب رجل واحد من أجل الأهلي وجماهيره. ووافق رئيس الأهلي في ذات الجلسة على طلب سيد عبد الحفيظ مدير الكره برصد مكافآت خاصة للاعبين في المباريات القادمة

١٠ أمراض قد تتسبب في تغيير طريقة مشيتك

تتمه ص ٧

المحيطي آلام في الساق والخذ والقدم ، وهو ما يحدث عندما لا تتمكن الشرايين إلى السابق من توفير تدفق دم كافي ، مما يؤدي إلى ألم في الساق بعد المشي لمسافات قصيرة. اضطرابات الصحة النفسية قد يتسبب لك المزاج المكتئب في السير ببطء أكثر وقد يسبب لك القلق أن تمشي بحذر أكثر.

والجهاز العصبي إلى حدوث مجموعة واسعة من التغييرات في المشية، بما في ذلك عدم الثبات؛ خطوات صغيرة بطيئة؛ عدم التنسيق؛ الشعور كما لو كانت قدميك عالقة على الأرض؛ أو صعوبة في بدء حركة الساق.

مرض الشريان المحيطي (PAD) يمكن أن يسبب مرض الشريان



ليفربول الإنجليزي يطلب ١٨٠ مليون يورو من أجل التخلي عن هدافه الأول المصري محمد صلاح وريال مدريد قد يكون وجهته القادمة



•أورد تقرير صحفي أن نادي ليفربول الإنجليزي حدد مبلغاً فلكياً أمام الفرق الراغبة في الاستفادة من خدمات نجمه محمد صلاح، فيما يفكر فريق إسباني عملاق في فتح خزائنه وجعل النجم المصري ثاني أعلى لاعب في عالم كرة القدم.

بات معلوماً أن موهبة محمد صلاح تُسبب لعاب عدة أندية أوروبية عملاقة، فنجح ليفربول باستمرار في نشر سحره الكروي فوق المستطيل الأخضر، وقريب للغاية من مساعدة "الريدز" في تحقيق ثنائية تاريخية (الدوري المحلي ومسابقة دوري أبطال أوروبا). ورغم تأكيد النجم المصري في أكثر من مرة رغبته بالبقاء ضمن صفوف ليفربول، وصناعة المجد مع واحد من أعرق الأندية الإنجليزية، إلا أن الحديث عن مستقبل صاحب القدم اليسرى الساحرة ربما لن يتوقف، لاسيما مع دخول أندية عملاقة على الخط. ويشير موقع سبورت الفرنسي إلى أن ليفربول لن يتخلى عن محمد صلاح بسهولة، إذ يريد النادي الإنجليزي الحصول على الأقل على مبلغ ١٨٠ مليون يورو، من أجل السماح للنجم المصري بالرحيل عن الفريق. وتابع الموقع أن ريال مدريد من أكثر الفرق المهتمة بخدمات أحسن لاعب بالدوري

جيرمان كيليان مبابي ثاني أعلى لاعب في عالم كرة القدم، بعد النجم البرازيلي نيمار دا سيلفا.

يشار إلى أن محمد صلاح استعاد مؤخراً تألقه المعهود، وعاد إلى هوايته المفضلة في تسجيل وصناعة الأهداف، فيما تأمل جماهير "الريدز" أن يُواصل النجم المصري تألقه ويقود النادي إلى منصات التتويج المحلية والقارية

الإنجليزي في الموسم الماضي، وأضاف أن "الميرنجي" يريد ضم محمد صلاح بهدف تكوين شراكة قوية بينه وبين إيدين هازارد، الذي اقترب بشكل كبير من الانتقال إلى القلعة المدريدية. ونوه الموقع إلى أن إدارة "الملكي" ستحاول إتمام صفقة صلاح في فترة الانتقالات الصيفية، وأردف أن النجم المصري قد يصبح إلى جانب نجم باريس سان

النجم الساحلي التونسي يتخطى الهلال السوداني بهدفين مقابل هدف و يواجه الزمالك المصري في نصف نهائي الكونفدرالية الإفريقية



حقق الفوز في مباراه الذهاب بتونس بثلاثة أهداف لواحد، وبذلك يتأهل النجم الساحلي بالفوز في مجموع لقائي الذهاب والعودة بنتيجة ٥-٢ إلى الدور نصف نهائي للبطولة ليواجه الزمالك المصري في مباراه الذهاب يوم الأحد القادم في برج العرب ثم إياباً في مدينته سوسة يوم ٥ مايو المقبل.

في الدقيقتين ٢٠، ونجح كريم عريبي في إدراك التعادل لفريق النجم الساحلي في الدقيقة ٣٦، ثم تمكن وجدي كشريدة من إحراز الهدف الثاني للنجم في الدقيقة ٨٠. هذا و كان ياسين الشياخاوي قد أضع ضربة جزاء لصالح النجم الساحلي. وكان النجم الساحلي قد

•نجح النجم الساحلي التونسي في تكرار فوزه على مضيفه الهلال السوداني بهدفين مقابل هدف وذلك في المباراه التي استضافها ستاد الجيش مدينته السويس أمس الثلاثاء في إياب الدور ربع نهائي كأس الكونفدرالية الإفريقية. تقدم الهلال بالهدف الأول عن طريق وليد بخيت

مانشستر سيتي يثأر من توتنهام و يتغلب عليه بهدف نظيف ويستعيد صدارة الدوري الإنجليزي مؤقتاً



جاءت أقل حماساً و كانت الفرص الخطرة نادرة، لكن نتيجتها أعادت للفريق الصدارة بفارق نقطة أمام ليفربول (٨٦ مقابل ٨٥). وفي حين يخوض فريق ليفربول مباراته ضمن هذه المرحلة غداً الأحد ضد ضيفه

المباراه غزيرة الأهداف، لاسيما و أن سيتي سجل هدفاً في الدقيقة ٣+٩٠ كان كفيلاً بتأهله إلى نصف النهائي القاري، قبل أن يلغى بداعي التسلسل. أما مباراة اليوم السبت، فهي الثالثة بين الفريقين خلال ١٢ يوماً ولكنها

• نجح مانشستر سيتي في الفوز للمرة الثانية خلال أيام على ضيفه توتنهام هوتسبر، بهدف نظيف وذلك في المباراه التي أقيمت بين الفريقين عصر السبت ضمن المرحلة الخامسة والثلاثين من الدوري الإنجليزي لكرة القدم، وبذلك يكون مان سيتي قد ثار لنفسه معنوياً من توتنهام الذي أقصاه من دوري أبطال أوروبا، وإستعاد صدارة الترتيب المحلي مؤقتاً.

و كان الفريقان قد خاضا مباراة مذهلة الأربعاء الماضي في إياب نصف نهائي مسابقة دوري الأبطال، إنتهت بخروج مان سيتي من المسابقة بفارق الأهداف المسجلة خارج الأرض، إذ فاز على توتنهام ٤-٣ في مانشستر، بعدما كان خسر ٠-١ ذهاباً في لندن. و جاءت تلك

براميدز يواصل عروضه القوية و نتائج المبهرة و يهزم الزمالك بهدف مدافعه علي جبر و يخطف صدارة الدوري



جروس مدري الزمالك بالدفع ثاني التبديلات حيث أخرج إبراهيم حسن الذي لم يقدم أي شيء و دخل مكانه محمد عنتر، و يظهر كهربا في المشهد الهجومي عندما أطلق كهربا تسديدة، وصلت سهلة إلى يد أحمد الشناوي. وعند الدقيقة ٧٢ حدثت مشادة بين عبدالله السعيد و طارق حامد، تمكن الحكم من فضها سريعاً و يدفع جروس بأخر تبدلاته بنزول أمين حفني بدلا من محمد إبراهيم أفضل لاعبي الزمالك في اللقاء، في المقابل أجرى دياز أول تغييراته بخروج إريك تراوري ونزول محمد فتحي.

حاول لاعبو الزمالك الضغط علي مرمي الشناوي من اجل إدراك التعادل و لكن بدون جدوي. و يعتمد علي الهجمات المرتدة السريعة. وفي الدقيقة ٨٣ أجرى دياز ثاني التبديلات بخروج محمد فاروق ونزول كريستيان بينافينتي، وفي الدقيقة ٨٨ خرج رجب بكار للإصابة، وشارك محمد زرق بدلا منه. و يواصل الزمالك الضغط علي دفاع براميدز، لكن محاولاته الهجوميه لم تصل إلي درجه الخطوره التي يمكن ترجمتها إلي أهداف. و رغم إعطاء الحكم ٥ دقائق وقتاً محتسباً بدلا من الضائع، إلا أن تلك الدقائق لم تسفر عن تغيير في النتيجة ليطلق الحكم صافرتة معلناً نهاية اللقاء بفوز مستحق لفريق براميدز علي الزمالك بهدف نظيف. الجدير بالذكر أن براميدز حقق بذلك فوزه الثامن عشر مقابل تسعة تعادلات وهزمتين بينما تلقى الزمالك هزيمته الثالثة هذا الموسم مقابل ١٨ انتصارا وستة تعادلات. و بهذا الفوز الثمين، رفع براميدز رصيده إلى ٦٣ نقطة، ارتقي بها إلى صدارة جدول ترتيب المسابقة، بفارق ثلاث نقاط عن الفارس الأبيض الذي تراجع للمركز الثاني، بفارق نقطتين عن الأهلي صاحب المركز الثالث برصيد ٥٨ نقطة الذي سيلعب أمام المصري يوم الخميس القادم الموافق ٢٥ أبريل. و بعد المباراه مباشرة علق المستشار تركي آل الشيخ، مالك نادي براميدز على فوز ناديه على نظيره الزمالك وتصدره لبطولة الدوري المصري بـ ٦٣ نقطة حيث نشر صورة له بتشيرت الفريق عبر حسابه في "فيسبوك" معلقاً: "الحمد لله أول الدوري وقظبي الكورة في ٤ أيام غلبناهم".

الكرة إلى ركله ركنية، نفذها صانع الألعاب الموهوب عبدالله السعيد من الجهة اليسرى عرضية قوية داخل منطقة حزاء الزمالك، حولها علي جبر بتسديدة قوية مباشرة مرت على يسار جنش الذي اكتفى بمشاهدته و هي تمر إلي داخل المرمي، ليسجل علي جبر هدفه الأول في مرمي فريقه السابق في ظل التمرکز الدفاعي الخاطئ من حمدي النقازو تتوالي أخطاء حمدي النقاز مدافع الزمالك، ففي الدقيقة ٣٠، يحتسب حكم اللقاء ركلة جزاء لصالح فريق براميدز بعد احتكاك بين النقاز وعلي جبر، نفذها عمر خربين، بطريقته "في الإمساك بالكرة بثبات. و تعود سيطرته لفريق براميدز و يستلم كينو الكرة و يتقدم بها إلي أن يصل حدود منطقة الجزاء، و يطلق تسديدة لكنها وصلت ضعيفة إلى جنش. و في الدقيقة الثانية من الوقت المحتسب بدلا من الضائع، رد الزمالك بهجمة سريعه انتهت بتسديدة من داخل منطقة الجزاء، إلى خارج الملعب؛ ليطلق الحكم صافرتة معلناً انتهاء الشوط الأول بتقدم براميدز بهدف نظيف. و مع بداية أحداث الشوط الثاني، دفع جروس محمود كهربا بدلا من أحمد سيد زيزو، واستلم كينو الكرة، على حدود منطقة الجزاء، وأطلق تسديدة صاروخية، مرت بجوار القائم، الرد جاء سريعا من الزمالك، بعدما استلم كهربا الكرة، وتوغل داخل منطقة الجزاء، تدخل رجب بكار وأبعد الكرة، وسط مطالبة من لاعبي الزمالك بركلة جزاء، لكن الحكم أمر باستمرار اللعب. وفي الدقيقة ٦٠، مر عبدالله السعيد كره رائعه إلى محمد فاروق الذي استلم فاروق الكرة على حدود منطقة الجزاء، و لكن جنش تدخل و أمسك بالكرة، بعدها قام

•واصل فريق براميدز عروضه القوية و نتائج المبهرة في الدوري المصري لكرة القدم، فبعد أن تغلب علي الأهلي بهدف نظيف الأسبوع الماضي، عاد اليوم ليضرب بقوة و يعلن عن نفسه كفريق جدير بمنافسه الكبار و يفوز علي الزمالك القطب الثاني للكرة المصرية بهدف دون رد و ذلك في اللقاء الذي جمع الفريقين مساء اليوم الثلاثاء علي ستاد الدفاع الجوي في مباراه مؤجله من الجوله السادسة والعشرين و كان السوري عمر خربين قد أضع ركله جزاء في الشوط الأول حين تصدى لها محمود جنش بكل سهوله و لم يقدم الزمالك لهجمات أي فاعيله حقيقه علي مرمي أحمد الشناوي حارس براميدز كان براميدز هو الفريق الأفضل حيث سيطر علي معظم فترات المباراه و ذلك بفضل تحركات لاعبيه عبد الله السعيد و محمد فاروق و إيريك تراوري. وفي الدقيقة الثالثة، توغل محمد فاروق من الجهة اليسرى، وأطلق تسديدة من داخل منطقة الجزاء، حولها محمود جنش إلى ركله ركنية، و مرت دون خطوره. و في الدقيقة ١٢، راوغ محمد إبراهيم أكثر من لاعب مهاره عليه من الجهة اليسرى لكن السوري عمر ميداني قام بعرقلته، ليحتسب الحكم ركلة حرة مباشرة، نفذها أحمد سيد زيزو إلا أن تسديده اصطدمت في الحائط البشري، و تتحول إلى ضربه ركنية، نُفذت بدون خطورة علي مرمي أحمد الشناوي. و تشهد الدقيقة ٢٤ من المباراه إحراز براميدز لهدف السبق و ذلك عندما مرر كينو كرة بينية إلى محمد فاروق، الذي استلم الكرة على حدود منطقة الجزاء و حاول أن ينقدم بها، لكن عبد الله جمعه تدخل و أبعدها

البرازيلي داني ألفيس يحطم رقم المصري حسام حسن الأسطوري و يحصد لقب اللاعب الأكثر تتويجا بالألقاب في العالم



والمصري الآخر إبراهيم حسن. و سلطت الصحيفه البريطانية الضوء على مسيرة داني ألفيس والألقاب التي يحصل فاز رفقة يوفنتوس بلقبين، قبل أن يحصد ٥ ألقاب مع فريقه الحالي باريس سان جرمان. كما أن نجاحات ألفيس ليست قاصرة على الأندية، إذ فاز بـ ٤ ألقاب مع الفئات العمرية المختلفة لمنتخب البرازيل.

• بعد حصد نادي باريس سان جرمان لقب الدوري الفرنسي، حطم النجم البرازيلي، داني ألفيس، مدافع الفريق رقما قياسيا استمر لسنوات طويلة في جعبة نجم منتخب مصر السابق حسام حسن. وذكرت صحيفه "السن" البريطانية في تقرير لها أن النجم البرازيلي (٣٦ عاما)، بات الأحد، اللاعب الأكثر تتويجا بالألقاب في العالم بعدما بلغ رصيده ٤٢ لقباً، مما يجعل منه نظريا أنجح لاعب في تاريخ كرة القدم. وأوضحت الصحيفه: "التتويج بلقب الدوري الفرنسي يجعل ألفيس متقدما على حسام حسن الأيقونة المصرية، والذي سيطر على مسابقات الدوري والكأس في بلاده رفقة الأهلي والزمالك كما حقق بطولات أخرى ليبلغ رصيده الإجمالي ٤١ لقباً". وحمل حسن لقب الأكثر تتويجا منفردا برصيد ٤١ لقباً منذ أحرز لقبه الأخير، وكان التتويج مع

البرازيلي داني ألفيس يحطم رقم المصري حسام حسن الأسطوري و يحصد لقب اللاعب الأكثر تتويجا بالألقاب في العالم

برشلونة يهزم مضيفه ديپورتيفو بهدفين دون رد و أصبح البلاوغرانا على بعد خطوات من الاحتفاظ بالليغا للعام الثاني تواليا، و الـ ٢٦ في تاريخه



• بات فريق برشلونة على أعتاب الحفاظ على لقب الليغا للعام الثاني على التوالي بعد أن فاز على مضيفه ديپورتيفو ألافيس بهدفين دون رد و ذلك في المباراة التي جرت بين الفريقين أمس الثلاثاء على ملعب مينديزوروزا ضمن الجولة الـ ٣٤ بدوري الدرجة الأولى الإسباني لكرة القدم. فبعد شوط أول سلبي بين الفريقين، جاءت الانفراجة في الدقيقة ١٥ بقدم لاعب الوسط الشاب كارليس ألينيا بعد لعبة جماعية بين لاعبي البرسا لتأتي الكرة داخل المنطقة يفوتها لويس سواريز ببراعة لتتهادى أمام ألينيا الذي لم يتوان عن إيداع الكرة في شبك فرناندو باتشيكو. ثم تكدر خمس دقائق حتى أهدت تقنية حكم الفيديو المساعد "VAR" ركلة جزاء للبلاوغرانا بداعي لمس الكرة ليد أحد لاعبي ألافيس. وتنفذ سواريز ركلة الجزاء ببراعة على يسار باتشيكو معلنا عن ثاني أهداف البرسا، والـ ٢١ له هذا الموسم ليجاوز الفرنسي كريم بنزيمة في الوصافة خلف ليونيل ميسي صاحب الـ ٣٣

هدفا.

وأجرى إرنستو فاليريدي العديد من التعديلات على تشكيل الفريق حيث أجلس الثلاثي ميسي وجوردي ألبا وكليمون لونجليه على مقاعد البدلاء، قبل أن يدفع بـ 'ليو' وألبا في الشوط الثاني بعد هدفي الفريق. و بات البلاوغرانا على بعد خطوات من الاحتفاظ بالليغا للعام الثاني تواليا، الـ ٢٦ في تاريخه، حيث أن فوزه في المواجهة المقبلة يوم السبت القادم بين جماهير (الكامب نو)

• أمام ليفانتي ستكفل له هذا الأمر. كما أن هذه الجولة قد تعلن البرسا بطلا لإسبانيا في حالة تعثر ملاحظه ووصيفه أتلتيكو مدريد الأربعاء بالخسارة عندما يستقبل فالنسيا على ملعب (واندا ميتروبلتانا). ورفع الفوز رصيد برشلونة للنقطة الـ ٨٠ في الصدارة، بفارق ١٢ نقطة مؤقتا عن الأتلتي من جانبه. تجمد رصيد الفريق الباسكي عند ٤٦ نقطة في المركز الثامن، بعد أن تجرع خسارته الـ ١٢ هذا الموسم.



باوك يكتسح ليفادياكوس بخماسيه نظيف و يتوج رسميا بلقب الجوري اليوناني لكرة القدم بعد غياب ٣٤ عاما و للمره الثالثه في تاريخه

فرناندو (٥٣ق) وشاخوف (٦٠ق) و كارول سفيدرسكي (٨١ق). ورفع باوك رصيده إلى ٧٧ نقطة في الترتيب الأول بفارق خمسة نقاط عن الملاحق المباشر، أولمبياكوس صاحب الـ ٧٢ نقطة، قبل جولة واحدة من نهاية الدوري اليوناني. وبدأ مشجعو باوك في الاحتشاد بالشوارع بعد صفارة النهاية المباراة، للاحتفال بالتتويج بثالث ألقاب النادي في الدوري والأول منذ ١٩٨٥. و بات باوك أول فرق من خارج العاصمة أثينا يفوز بالدوري اليوناني، منذ فعلها لاريسا في ١٩٨٨.

• حقق فريق باوك لقب الدوري اليوناني لكرة القدم للمرة الأولى منذ ٣٤ عاما، و قبل جولة واحدة من نهاية المسابقة المحلية في اليونان، و ذلك بعدما فاز على ليفادياكوس بخمسة أهداف نظيفة ضمن منافسات الجولة الـ ٢٩ وقبل الأخيرة من المسابقة. و قد افتتح يفهين شاخوف التسجيل في المباراة بالدقيقة الثالثة من بداية المباراة، قبل أن يضيف دييجو بيسيسفار الهدف الثاني بالدقيقة الثامنة، لينتهي الشوط الأول بهذه النتيجة. وفي الشوط الثاني سجل باوك ٣ أهداف عن طريق



الأهلي يخسر أمام بيراميدز بهدف البرازيليو يتراجع للمركز الثالث في مباراة مؤجله شهدت اضاعه لاعبو الأهلي فرص بالجمله و أخطاء تحكيميه واضحه من الحكم الكرواتي

• الأهلي يخسر أمام بيراميدز بهدف نظيف عن طريق البرازيليو كينو في الدقيقة ١٢، مرور صالحيه كره عرضيه تصل إلى جيرالدو الذي سد الكره جميله بالكعب إلا أن أحمد الشناوي تمكن من التصدي لها. و في الدقيقة ١٤، بنجح بيراميدز في إحراز هدف مفاجئ في مرمى الشناوي عن طريق كينو البرازيليو الذي هرب من رقباه أحمد فتحي و سدد كره متقنه سكتت أقصى الزاوية اليسرى للحراس محمد الشناوي ليتقدم بيراميدز بالهدف الأول. و تواصل سيطرة بيراميدز على مجريات اللعب في محاوله لاستغلال رحاله الارتباك التي يعيشها الأهلي و في الدقيقة ١٩، كاد ناصر منسي أن يضاعف النتيجة بعد أن سد كره رائعه أرضيه قويه ارتطمت بأقصى الزاوية الأيسر لرمي الشناوي و عادت إلى داخل منطقه جزاء الأهلي قبل أن يردها كينو إلا أن كرتيه ذهبت إلى خارج الشباك و في الدقيقة ٢٣، سقط جيرالدو في منطقه جزاء بيراميدز بعد أن النجم معه أكثر من مدافع و طالب بركله جزاء لكن الحكم أشهر الكارت الأصفر في وجهه لادعاء السقوط دون داع في منطقة الجزاء. في الدقيقة ٣٢، شط الأهلي مجدداً من أجل إدراك التعادل حيث أهدر وليد أزارو الغير مراقب داخل منطقة الجزاء فرصة سهله عندما سد الكره برأسه ضعيفة أخرجها الشناوي ببراعة إلى ركبته وكنيه. و توالي الفرص الضائعة، ففي الدقيقة ٣٨، رأوا حسين الشحات أحد المدافعين داخل منطقة الجزاء من الجهة اليسرى و أرسل كره عرضيه خطيرة مرت من أمام الجميع ليفقد الأحمر فرصة التعادل. و في الدقيقة بغرابه شديدة أضع جيرالدو فرصة هدف التعادل في الدقيقة ٤٥، لعب التونسي علي وانفرد لكن قبل أن يسدد تدخل المدافع

رئيس الأهلي في بداية الإجماع على الإستماع للعديد من اللاعبين والتعبير عن وجهة نظرهم فيما يخص ما جرى في المباريات الماضية، ثم تحدث الخيطيب مؤكداً على أنه حرص على الجلوس معهم اليوم ليرفع عنهم كافة الضغوط التي يتعرضون لها في هذا التوقيت. وقال الخيطيب إنهم لابد أن يثقوا بأنفسهم، وأنهم يد صن داويز الجنوب إفريقي وحرص

محمود الخيطيب رئيس النادي الأهلي يجدد ثقته في الجهاز الفني للفريق بعد خسارته أمام بيراميدز و يطالب اللاعبين بالفوز بالدوري



• إجماع الكابتن محمود الخيطيب رئيس النادي الأهلي المصري مع الجهاز الفني للفريق الأول لكرة القدم واللاعبين قبل مران أمس السبت و ذلك لرفع الروح المعنوية للفريق و نسيان الخسارة التي تعرض لها الأهلي أمام بيراميدز في الدوري المحلي، بجانب الخروج من دوري الأبطال الإفريقي الذي كان علي يد صن داويز الجنوب إفريقي وحرص

تابع ص ١٠

كاريكاتير

ويطلع مين
هيمس ميليز ده ياواد
اللى معاويزنى آدمى عليه ؟



هاتريك مبابي يقود باريس سان جيرمان للفوز على موناكو بثلاثة أهداف مقابل هدف و الإحتفاظ بلقب الدوري الفرنسي للمره الثانيه علي التوالي و الثامنه في تاريخه

• قاد الفرنسي الشاب مبابي فريقه باريس سان جيرمان للتتويج بلقب الدوري الفرنسي لهذا الموسم، رسمياً، و بعد أن سجل بنفسه هاتريك في مرمى موناكو ليساهم في فوز فريقه بنتيجة ٣-١ و ذلك خلال المباراة التي جمعتهم الأحد علي ملعب حديقة الأمراء في المرحلة الثالثة والثلاثين من الدوري. وكان سان جيرمان توج في وقت سابق بلقب رسمياً، مستفيداً من سقوط فريق ليل في فخ التعادل السلبي أمام مضيفه تولوزو قد سجل مبابي أهداف فريقه في الدقائق ١٥ و ٣٨ و ٥٥، فيما سجل هدف حفظ ماء الوجه لموناكو أليكساندر جولوفين في الدقيقة ٨٠. ورفع موناكو رصيده إلى ٨٤ نقطة في صدارة الترتيب، ليتوج رسمياً بلقب قبل نهاية الدوري بخمس جولات، فيما توقف رصيد موناكو عند ٣٢ نقطة في المركز السادس عشر. ويعد هذا اللقب هو الثاني على التوالي لباريس سان جيرمان والسادس له في آخر سبع مواسم والثامن على مدار تاريخه. ولدى باريس سان جيرمان فرصة حصد الثنائية المحلية إذ يلعب ضد ستاد رين في نهائي كأس فرنسا يوم السبت المقبل.

• قاد الفرنسي الشاب مبابي فريقه باريس سان جيرمان للتتويج بلقب الدوري الفرنسي لهذا الموسم، رسمياً، و بعد أن سجل بنفسه هاتريك في مرمى موناكو ليساهم في فوز فريقه بنتيجة ٣-١ و ذلك خلال المباراة التي جمعتهم الأحد علي ملعب حديقة الأمراء في المرحلة الثالثة والثلاثين من الدوري. وكان سان جيرمان توج في وقت سابق بلقب رسمياً، مستفيداً من سقوط فريق ليل في فخ التعادل السلبي أمام مضيفه تولوزو قد سجل مبابي أهداف فريقه في الدقائق ١٥ و ٣٨ و ٥٥، فيما سجل هدف حفظ ماء الوجه لموناكو أليكساندر جولوفين في الدقيقة ٨٠. ورفع موناكو رصيده إلى ٨٤ نقطة في صدارة الترتيب، ليتوج رسمياً بلقب قبل نهاية الدوري بخمس جولات، فيما توقف رصيد موناكو عند ٣٢ نقطة في المركز السادس عشر. ويعد هذا اللقب هو الثاني على التوالي لباريس سان جيرمان والسادس له في آخر سبع مواسم والثامن على مدار تاريخه. ولدى باريس سان جيرمان فرصة حصد الثنائية المحلية إذ يلعب ضد ستاد رين في نهائي كأس فرنسا يوم السبت المقبل.

• و في مباريات أخرى لحساب نفس