

11 ش. الأديب علي ادهم، مساكن الشيراتون
هاتف: +٢٠١٠٦٣٩٠٠٠٠ جوال: ٠١٠٠٩٧٨
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com



مصر تلا تين

إخبارية إلكترونية مستقلة

نسخة مجانية

الخميس - ٢١ جمادى الأول - ١٤٤٣ هـ - الموافق ١٦ ديسمبر ٢٠٢٣م العدد الإسبوعي رقم ١٢٣٨



محمد صلاح قطامش

أسسها/ محمود صلاح قطامش ٢٠١٤

الرئيس السيسي يبحث فرص التعاون مع رئيس "سكاتك" النرويجية لتوطين تكنولوجيا تحلية المياه.. ويؤكد اهتمام مصر بالتعاون مع النرويج لخبرتها العريضة في الطاقة الجديدة



استقبل الرئيس عبد الفتاح السيسي اليوم، رaimond Karlsen، الرئيس التنفيذي لشركة "سكاتك" النرويجية لتوليد الطاقة الجديدة والمتتجدة، وذلك بحضور الدكتور مصطفى مدبولي رئيس مجلس الوزراء، والدكتور محمد شاكر وزير الكهرباء والطاقة المتجدد، وأمين سليمان الرئيس التنفيذي لصندوق مصر السيادي، إلى جانب السفيرة هيلدا كليمتسdal السفيرة النرويجية بالقاهرة، وعدد من المسؤولين التنفيذيين بالشركة النرويجية. وصرح السفير بسام راضي، المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية، بأن اللقاء تناول التباحث حول فرص التعاون مع شركة "سكاتك" النرويجية بشأن توطين تكنولوجيا تحلية المياه، وكذلك مشروعات الطاقة الجديدة والمتتجدة، وذلك في إطار الاستراتيجية الوطنية لتوليد الطاقة النظيفة، والتي يتم تنفيذها بالتعاون مع الخبراء الدوليين العريقة في هذا المجال استغلالاً للمصادر المتعددة من الطاقة المتجدد التي تحظى بها مصر، لا سيما طاقة الرياح والطاقة الشمسية، وذلك في إطار خطة الدولة لتنوع مصادر إمدادات الطاقة والاستفادة من ثرواتها الطبيعية.

تابع ص ١٠

مصر تنفذ مشروعات حيوية بجنوب السودان.. القابضة لكهرباء توقيع اتفاق إعادة تأهيل محطات يامبيو ورومبيك.. وببدء إنشاء أول مشروع سياحي بـ"جوبا"

International Shipping & Logistic Solutions



المصرية في مشروع تطوير الحشائش بمنطقة بحر الغزال بجنوب السودان. كما بدأت مصر في إنشاء أول مشروع استثماري سياحي بعاصمة جنوب السودان "جوبا"، ومن المقرر أن يحتوي المشروع الاستثماري السياحي على فندق فئة "خمس نجوم"، بالإضافة إلى قاعة مؤتمرات دولية. كما بدأت وزارة الرى المصرية بمشاركة من بعض الشركات للرئيس عبد الفتاح السيسي

في إطار العلاقات القوية بين مصر وجنوب السودان، وتنفيذًا لتوجيهات الرئيس عبد الفتاح السيسي، بتقديم كافة أشكال الدعم للأشقاء في جنوب السودان، بدأت مصر في تنفيذ عدد من المشروعات الحيوية التي تعود بالنفع على مواطني الدولة الشقيقة. ووقعت الشركة القابضة لكهرباء مصر اتفاقية مع حكومة جنوب السودان، لإعادة تأهيل محطات كهرباء

تابع ص ٥

شركة الأركان للتجارة والمقاولات
Al Arkan Trading & Contracting Co.
مركز بيالتون لقويات السمع

Beltone™
Helping the world hear better

٠١٠٥٧٥٠١٢٦ / ٠٢٢٤٠٢٦٠٧٨
www.beltone.com

وزير الخارجية: العلاقة القوية مع الكويت ضمان للاستقرار الإقليمي



وأضاف على هامش الاحتفالية التي تنظمها سفارة الكويت مناسبة الذكرى الـ٦٠ لتأسيس العلاقات الدبلوماسية بين مصر والكويت اليوم الثلاثاء، أن هناك حالة من التوافق والانسجام تشهدها الدولتان على المستوى السياسي والشعبي تاهيك عن العلاقة المتميزة بين قيادتي البلدين.

أعرب وزير الخارجية سامح شكري عن تقديره الكبير للعلاقات الطويلة التي جمعت بين مصر والكويت، والتي قرتد إلى أكثر من ٦٠ عاماً كاملة. واستطرد شكري، في كلمة مسجلة أمام الاحتفالية التي نظمتها سفارة الكويت بالقاهرة اليوم الثلاثاء، أن العلاقات بين البلدين تبقى قوية، لتكون ضمناً لاستقرار الإقليمي، معرباً عن شكره للكويتقيادة وشعباً، مثمناً الاحتفالية التي تعكس إدراكاً لأهمية العلاقة بين البلدين.

"الصحة" تسجل ٨٧٩ إصابة جديدة بفيروس كورونا و٤ حالات وفاة وخروج ٥٢٥ متعافياً



أعلنت وزارة الصحة والسكان، الأربعاء، عن خروج ٥٢٥ متعافياً من فيروس كورونا من المستشفيات، وذلك بعد تلقيهم الرعاية الطبية اللازمة وتمام شفائهم وفقاً لإرشادات منظمة الصحة العالمية، ليترتفع إجمالي المتعافين من الفيروس إلى ٣٠٩٣٤ حتى اليوم. وأوضح الدكتور حسام عبد الغفار المتحدث الرسمي لوزارة الصحة والسكان، أنه تم تسجيل ٨٧٩ حالة جديدة بفيروس كورونا تحاليلها معملياً إيجابية تحاليلها معملياً للفيروس، وذلك ضمن إجراءات الترصد والتقصي والفحوصات اللازمة التي تجريها الوزارة وفقاً



كلمة العدد



حاول تفهم

اسبوع الغيبة و النيمه .. وانتهاك الخصوصيه ...

في ظاهره جديده كنا نشهدها على فترات متباude وم تكن بهذا الكثافه والرغبه في نشر الغسيل على اطلاق والكلام في تفاصيل الحياة حديث كان لا يخرج عن دائره الاهل والمقربين من الاصدقاء وكان من باب الشكوى للتحقيق او البحث عن حلول لدفع المشاكل والدفع بمسيرة الحياة للأمام لأن (بيوت اسرار) (وبالاش فضائح) (عيب ان فعل) انشغلنا طوال الایام الماضيه بمسلسل القضايا المتبادله بين احد الفنانين الكبار وحفيده وابنته واخبار كثيره عن جحود ابناء احدى الفنانات لوالدته حتى خرجت علينا احدى الفنانات حلقة الراس معلنه طلاقها الذي لا رجعة فيه والذي يحتاج الي معجزه لكنها تحبه ولا ترغب في النيل من اسمه وسمعته في مشهد يصعب علي كل اطباء النفس معرفت تفسيره وتحليله النفسي والسيكولوجي ووصف فاتورة علاجه حتى يخرج علينا احد الفنانين ايضا في نشر تسجيلات خاصه وفيديوهات مشهد بعض الحقائب التي كان اعدها لتسليمها الى طليقته بعد استحاله العشه بعد اربعه او خمسه سنوات زواج ومسلسل من نشر الفضائح لكثير من عame الناس فيه تطلق ذلك تم خيانتها واخري اهينت وتم تعذيبها واخر ضبط زوجته بعد ان سجل لها فيديوهات بالجرائم المشهود فلم تعد البيوت اسرار و تعد الحياة الشخصيه والعائلية من باب الخاص او من باب العيب الحديث عنها لكنها أصبحت عامه وكانت نعيش في بيوت من زجاج كل فريق يسعى للظهور بشوب الضحىه لجلب المتعاطفين معه في مشهد غريب دافعه الشهه وقد سمح للجميع وشجع بالحديث في امور لا تعنيه وللمتطرفين يلعب ادوار جديده وفتح باب من الغبيه والنميذه والحديث عن الغير يمتلك الراوحه من باب التسلية وشجع ظهور صحافه المراسلين والتقارير المصوره كل العالم يصنفها بأنها صحافه صفراء — فلما لا وقد قام هو بفضح نفسه — مما يعكس خلاه اجتماعيا في العلاقات الاساسية بين الناس واصبح دس الانوف في الخصوصيات معرفة المخفى منها واللاحاج عليه فن جديد ينتهز بعض الاشخاص وينتذذ به وينشره من باب البطولات حيث جند له الجوايسis لاقتحام الحياة الخاصه للناس وبالذات المشهورين منهم ونشرها على العام في مشهد حقيقي يحتاج الي تدخل من كل علماء النفس وكتاب الدراما والصحف والتلفزيون والموقع الاخباريه وقد لا اتجاوز ان قلت يحتاج الي تدخل الدوله لاعادة الاتزان الي حياتنا الاجتماعيه والتاكيد علي الثوابت من القيم ونبذ مثل هذه التصرفات التي تشغله الناس وتنشر الضغئنه بينهم وتجرم بشده الخوض في الحياة الشخصيه والحديث عنها حتى من الاشخاص انفسهم وعن انفسهم لا ادري كيف ولكن ربما لاصلاح ما وصلنا اليه !!!!!!!

حاول تفهم

مصر تلاطين



القليوبية : محمد فايز

في إطار اتفاقية التأخي بين محافظة أبىشرون بأذربيجان ومحافظة القليوبية، يستقبل اللواء عبد الحميد الهجان / محافظ القليوبية اليوم بحديقة الصداقة المصرية الأذربيجانية بالقناطر الخيرية السيد / إلشاد علييف مساعد رئيس لجنة الدولة للعمل مع

خطواتها مشيراً أنه ملس من سائر المسؤولين في الحكومة الأذربيجانية تقديرهم واعتزازهم بالقيادة السياسية المصرية، مقدما الشكر إلى السيد المحافظ لاهتمامه بالعلاقات الثنائية بين أذربيجان ومصر مشيراً إلى أن بلاده نجحت في التأخي بين محافظات مصرية أخرى، وأنماز زيادة عدد السائحين الأذربيجانيين خلال الأيام القادمة.

وأعرب محافظ القليوبية، خلال لقائه بالسادة الضيوف عن سعادته بالبالغة بهذا الاحتفال السنوي الذي تقوم به المحافظة ومشاركتها يوم الوفاء للزعيم حيدر علييف، مشيراً إلى أن المحافظة سعيدة بالتأخي

المغتربين بجمهورية أذربيجان وسعادة السفير / تورال رضا ييف سفير جمهورية أذربيجان بالقاهرة، لوضع أكيل من الزهور على تمثال الزعيم حيدر علييف تخليداً لذكره بالقناطر الخيرية.

ويعتبر حيدر علييف هو من أسس دولة أذربيجان وكان رئيساً لها بناء على طلب الشعب، وأحدث طفرة اقتصادية بها، وأقيمت محافظة القليوبية مثلاً للزعيم حيدر علييف، مشيراً إلى أن المحافظة سعيدة بالتأخي

وزير السياحة والآثار بجمهورية مصر العربية يجتمع مع رئيس المنظمة العربية للسياحة لمتابعة تنفيذ البرامج المشتركة



أطلقاً من رؤية واستراتيجية المنظمة لتفعيل دور السياحة في تعظيم الميزة النسبية والتنافسية للدول العربية كمنطقة جذب سياحي بحكم ترؤوس مصر لجنة السياحة كقطاره للاقتصاد الوطني لتعظيم عوائده الاقتصادية مع تكين العاملين في القطاع وتأهيلهم في دوره الحاديه والعشرين والتي عقدت في شهر ديسمبر ٢٠١٨م عالمياً كلفها هراريحة وتحديث عوامل التنمية المستدامة ليكونوا قادة لهذه الصناعة الكبرى مستقبلاً انطلاقاً من دور المنظمة كحلقة الوصل بين القطاعين العام والخاص.

فيسبوك توير لينكإن VKontakte Reddit



كتب هناء السيد

وأوضح معالي رئيس المنظمة العربية للسياحة بأنه جرى خلال اللقاء تناول محاور استراتيجية دعم وتنمية قطاع السياحة في الدول العربية بحكم ترؤوس مصر لجنة السياحة كقطاره للاقتصاد الوطني لتعظيم عوائده الاقتصاديه مع في دوره الحاديه والعشرين والتي عقدت في شهر ديسمبر ٢٠١٨م عالمياً كلفها هراريحة وتحديث عوامل التنمية المستدامة ليكونوا قادة لهذه الصناعة الكبرى مستقبلاً انطلاقاً من دور المنظمة كحلقة الوصل بين القطاعين العام والخاص.

الجدير بأن الاستراتيجية تتضمن المحاور التالية: تسهيل حركة السفر والنقل بين الدول العربية، تطوير وتحسين جودة الخدمات السياحية، الترويج والتسويق السياحي، رفع كفاءة العنصر البشري، التنمية والاستثمار السياحي، مواكبة متغيرات صناعة السياحة عالمياً، الاستثمار واتساع المدارس بهدف الإحسانات السياحية، مراجعة التشريعات المرتبطة بالسياحة، تعزيز علاقات التعاون في مجال السياحة.

واكدة آل فهيد بأنه قد تم عرض

لتنشيط السياحة البنية العربية بمحافظة جنوب سيناء بسبب توقف حركة السياحة من عدة دول وملتقى تنشيط السياحة العربية البنية بمدينة شرم الشيخ لمواجهة الظروف التي مرت بها العديد من الدول العربية في العام ٢٠١٢م .. وواصل آل فهيد بأنه قد تم عرض الاتفاقيات التي وقعتها المنظمة مع مجموعة البنك الإسلامي للتنمية والمؤسسات التابعة له (المؤسسة الدولية الإسلامية لتمويل التجارة، المؤسسة الإسلامية لتنمية القطاع الخاص والمؤسسة الإسلامية لتأمين الاستثمار واتساع المدارس بهدف استفادة مصر منها والتي يمكن من خلالها جذب مزيداً من الاستثمارات السياحية إلى جمهورية مصر الشقيقة مع ضمانها وكذلك لتوفير تمويل للمشاريع السياحية الجديدة

** التقى وزير السياحة والآثار بجمهورية مصر العربية الدكتور خالد العناني بالقاهرة بمعالي رئيس المنظمة العربية للسياحة الدكتور بندر بن فهد آل فهيد والوفد المرافق له أثناء مشاركة المنظمة في اجتماعات المكتب التنفيذي والمجلس الوزاري العربي للسياحة التي عقدت بمقر جامعة الدول من خلال البرنامج الدولي الذي يجري تنفيذه بالتعاون بين المنظمة وشركة جوجل العالمية في مجال التحول الرقمي بال المجال السياحي . وأوضح آل فهيد بأنه جرى كذلك مناقشة تنظيم العديد من الملتقى وورش العمل لتنشيط السياحة العربية إلى مصر في ظل الظروف الراهنة مشيراً بأنه سبق للمنظمة أن أقامت العديد من الملتقى لدعم صناعة السياحة في مصر ومنها ملتقى يبدأ واحدة مصر

أصدر الرئيس عبد الفتاح السيسي ونائب محافظ البنك المركزي، ونائب وزير المالية للسياسات المالية.

كما يضم التشكيل أعضاء من ذوي الخبرة، وهم الدكتور أشرف العربي، والدكتور محمد الإبريري، والدكتور حسين عيسى.

ويختص المجلس التنسيقي بوضع آلية للتنسيق بين السياسة النقدية للبنك المركزي والسياسة المالية للحكومة، ويعرف المجلس تقريراً سنوياً عن أعماله إلى رئيس الجمهورية.

ووفقًا للقرار المنشور في الجريدة الرسمية، يشكل المجلس برئاسة رئيس مجلس الوزراء، وعضوية محافظ البنك المركزي، وزير التخطيط، وزير المالية،

قرار جمهوري بتشكيل مجلس تنسيقي بين البنك المركزي والحكومة.. الأسماء





كتب فيصل ابو هاشم

محافظ شمال سيناء في تصريحات : دلتا ثالثة على أرض سيناء وتحويل المحافظة إلى سلة للفداء في مصر



المجالات نظراً لأهميتها ، ودعم كافة التوجهات الثقافية وتشجيع الأدباء والمفكرين للمشاركة في منظومة التنمية الشاملة بالمحافظة .. مرحباً بمشاركة أدباء إقليم القناة وسيناء في مختلف الفعاليات الثقافية على أرض المحافظة .

وقيادات وأهالى المحافظة . وطالب عبد الله السلايم أمين عام المؤتمر بانشاء صندوق دائم لدعم وتنمية الأنشطة الثقافية بالمحافظة لتسير بالتواري مع النهضة التنموية .. بينما طالب رضوان المنيعي رئيس نادي أدب البدايـة بدعوة كل أدباء مصر من مختلف المحافظات لعقد مؤتمراتهم على أرض المحافظة .

كما أشاد أدباء محافظات إقليم القناة وسيناء (الإسماعيلية ، السويس ، بور سعيد ، وجنوب سيناء) بكل ما تحقق من إنجازات على أرض شمال سيناء ، وأن يتم عقد مثل هذا المؤتمر بصفة دائمة على أرض سيناء مواكبة ما يجري ومشاركة المواطنين فرحتهم بكل ما تتحقق على أرض سيناء .

وفي نهاية اللقاء .. قام الكاتب محمد نبيل رئيس إقليم القناة وسيناء الثقافى على أن تكون سيناء في توجه استراتيجي في مختلف المجالات ، وأنه تم اقامة هذا المؤتمر على أرض المحافظة بعد غياب ملدة ١٣ عاماً ، وأن هناك اهتمام من الدكتورة ايناس عبد الدايم والفنان هشام عطوة رئيس هيئة قصور الثقافة بدعم كافة الفعاليات الثقافية على أرض شمال سيناء .

ويجري انشاء البنية الأساسية لها وتجهيزها للزراعة .. علاوة على مياه ترعة السلام لزراعة ٢٧٥ ألف فدان في نطاق المحافظة . كما أشار المحافظ إلى أهمية سيناء على ٦٥٠ ملليار المعالجة يومياً لزراعة ٤٥١ ألف فدان جديدة إلى زمام الأرضي الزراعية بالمحافظة ، وأنه سيتم البدء فوراً في تنفيذ المرحلة الأولى لاستصلاح وزراعة مساحة ٢٧١ ألف فدان كمرحلة أولى لتحول المحافظة إلى محافظة

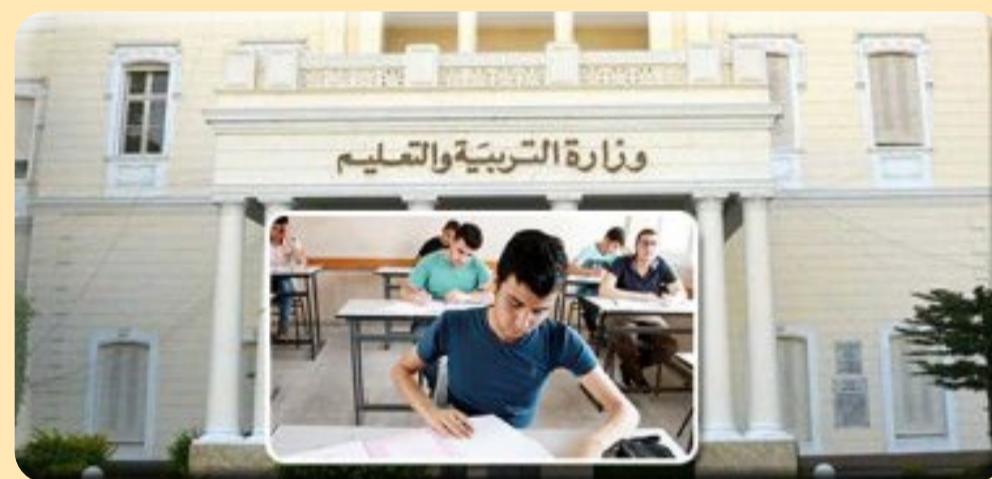
، أشرف المشرحاني رئيس إقليم شمال سيناء الثقافى ، حنان مرعي مدير عام الشئون الثقافية بالإقليم القناة وسيناء الثقاـفـى ، محمود حنفى وكيل مديرية الثقافة بشمال سيناء ، وإبراهيم داود رئيس المؤتمر ، عبد الله السلايم أمين عام المؤتمر ، وأعضاء المؤتمر (أثناء لقاءه مع الأدباء من أعضاء مؤتمر أدباء إقليم القناة وسيناء المنعقد في قصر ثقافة العريش بحضور الدكتور مسعود فتحى شومان رئيس الادارة المركزية للشئون الثقافية بالهيئة العامة لقصور الثقافة ، محمد نبيل رئيس إقليم القناة وسيناء الثقافى

امتحانات الفصل الدراسي الأول على الأبواب.. التعليم توجه المدارس بتطبيق الإجراءات الوقائية دون تهاون

بالضرورة أن تكون الأسئلة موجودة نصاً في كتاب المدرسة، بل يجب أن يتضمن الأخبار جزءاً وأسئلة تطبيقية تحليلية لقياس الفهم والتطبيق لدى الطالب.

وأشارت المديريات إلى أنه لن يتم الاستعانة بكتب خارجية من قبل اللجان المسئولة عن وضع أسئلة الاختبارات.

وشددت المديريات على اللجان الفنية بضرورة مراجعة أسئلة الامتحانات بشكل دقيق للتأكد من عدم وجود أي أخطاء لغوية أو فنية، وإجابتها واضحة للطلاب، إضافة إلى طباعتها والحفظ على سرتها بشكل كبير، مشددة على أن أي تسريب يحدث في أسئلة الامتحانات سيتم محاسبة أي شخص مقصراً وتطبيق القانون بكل حسم وصرامة، لتحقيق العدالة بين الطلاب الذين يؤدون الامتحانات.



المدارس بضرورة اتباع العادات الصحية أثناء العطس باستخدام المنديل الورقية، مع توزيع الطلاب داخل لجان امتحانية لتحقيق التباعد بينهم.

وشددت المديريات على المدارس بأن الطالب الذي لم يحصل على لقاح كورونا خاصة في الفتنة العمرية من ١٢ حتى ١٨ عاماً لن يتم منعه من دخول الامتحانات، مشيرة إلى أن حصول الطالب على اللقاح يشترط موافقة ولد أمره ومن ثم لا يوجد ما يمنع دخول الطالب اختبارات الفصل الدراسي الأول.

وشددت المديريات على اللجان الفنية لواضعي الامتحانات بأن تكون الأسئلة خاصة للطلاب من الصف الخامس الابتدائي حتى الثالث الإعدادي للطلاب خاصة التجمعات غير الضرورية داخل المبني المدرسي، مع التنبيه على الحفاظ على مسافة مناسبة بين الطلاب ومخاطبة كافة





البنك المركزي يُصدر حزمة من القرارات للتحفيض من تداعيات آثار أزمة كورونا



بإعادة هيكلة التسهيلات الائتمانية للعملاء المتعثرين وفقاً لتدفقاتهم النقدية وقدراتهم على السداد مع طرح البذائل التي من شأنها مساندتهم بما يتضمن زيادة مدد التسهيلات وإعادة هيكلة الأقساط المستحقة وكذا منحهم فترات السماح المناسبة.

وفي سياق متصل، وعملاً على توحيد الممارسات المتباينة فيما يخص إدارة الديون غير المنتظمة طرف البنوك، فقد تقرر وضع إطار رقابي للديون غير المنتظمة، حيث أرست التعليمات الصادرة عن البنك المركزي أسس التعامل مع التسهيلات الائتمانية المغطاة بضمانت نقدية وما في

حكمها حال عدم انتظامها، وكذا وضع إطار زمني محدد تقوم البنوك خالله بإعدام التسهيلات غير المنتظمة، كما تم النص على الإجراءات الواجب اتخاذها في حالات الجدولة والتسوية للعملاء غير المنتظمين. وأخيراً، أكد القرار على ضرورة عرض موقف التسهيلات غير المنتظمة بصفة مستمرة على مجالس إدارة البنوك واتخاذ اللازم في شأن متابعتها.

ويأتي ما تقدم في ضوء حزمة من الإجراءات المتخذة على مستوى الدولة تحت قيادة السيد رئيس الجمهورية بهدف إعادة تشغيل المصانع والشركات عملاً على تحقيق معدلات النمو المرجوة، ومواصلاً مع التوجه الحالي للبنك المركزي لمساندة المشروعات الصغيرة والمتوسطة بما يدعم الاقتصاد القومي.

أصدر مجلس إدارة البنك المركزي حزمة من القرارات تستهدف دعم تلك الشركات بهدف التخفيف عليها ومساندتها على الاستثمار في العمل والانتاج والحفاظ على العمالة وتوفير السيولة المطلوبة لاستمرار العملية الانتاجية.

وجاء ذلك في ظل التوجيهات بضرورة تضافر جهود كافة قطاعات الدولة لمساندة العملاء المتعثرين وإيقاظهم من عثرتهم وإعادة دمجهم بالقطاع المصرفي وفي ضوء استمرار تداعيات أزمة فيروس كورونا وتأثيرها على القطاعات الاقتصادية المختلفة وتحديداً أثر ذلك على قدرة الشركات الصغيرة والمتوسطة على الوفاء بالتزاماتها لدى البنوك مما قد يزيد من احتمالات تراكم المديونيات عليها.

وتهدف القرارات إلى تيسير بعض المتطلبات الرقابية على الشركات الصغيرة والمتوسطة المتعلقة بتصنيفها كعملاء متعثرين وذلك في ضوء كونها الأكثر تأثراً من تداعيات أزمة فيروس كورونا التي ما زالت مستمرة، وتشمل التيسيرات مد الفترة التي يتم على أساسها تصنيف العميل متعثراً من قبل البنوك، ذلك بالإضافة إلى ضرورة قيام البنوك



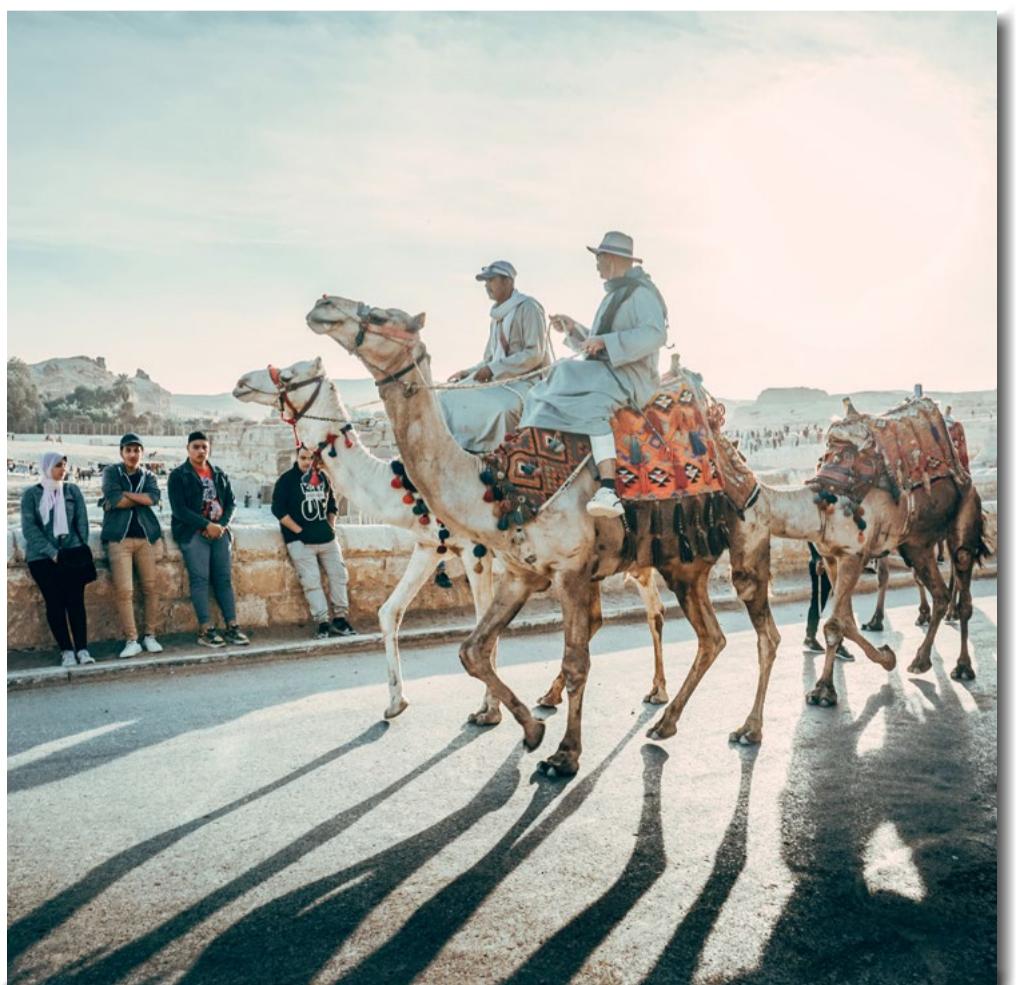
٤٦٪ زيادة في حجم الاستثمارات الحكومية خلال ٢٠٢١/٢٠٢٢.

التحرك السريع والمدروس لمواجهة أزمة كovid-١٩، ومنتها ما يُسمى بالجزء المالي (Fiscal Space) لاتخاذ العديد من الإجراءات الاقتصادية (المالية والنقدية)، التي جاءت بعدم كامل وتوجيه من القيادة السياسية، وبتنسيق وتكامل بين مختلف أجهزة الدولة، كما تأثيرت هذه الإجراءات بقدر كبير من الشمول؛ وتضمنت إتاحة ١٠٠ مليار جنيه (٥٪ من الناتج المحلي الإجمالي) مخصصات الخطة الشاملة للتعامل مع الأزمة وتحسين معيشة المواطنين، بالإضافة إلى جهود الدولة لمساندة العمالة المنتظمة وغير المنتظمة، وتقديم الدعم للقطاعات الرئيسية المنظررة من جراء الأزمة، وأهمها: قطاع الصحة، والسياحة الذي يُعد أكثر القطاعات تضرراً من الأزمة، وقطاع الصناعة والمشروعات المتوسطة والصغرى ومتناهية الصغر.

حرّقت الدولة المصرية خلال الأعوام القليلة الماضية على استثمار الطفرة التحريرية الاقتصادية على مختلف القطاعات العامة والارتفاع والتغلب في كل القطاعات لتحسين جودة حياة المواطنين والارتقاء بمستوى الخدمات وتحفيز الاقتصاد، والتزييز على تطوير البنية الأساسية والنهوض بقطاعات التنمية البشرية والاجتماعية. حيث بلغ حجم الاستثمارات العامة في العام الجاري ٢٠٢٢/٢١ نحو ٩٣٣ مليار جنيه ويعدل فهو ٤٦٪ مقارنة بالعام السابق (وبنسبة زيادة ٥٪ مقارنة بعام ٢٠١٥/١٤، وقد يشهد فيه الاقتصاد المصري بداية طفرة ملحوظة في مختلف المؤشرات، في ضوء الإصلاحات الجادة التي اتخذتها الدولة المصرية في الأعوام الأخيرة، والتي بدأت تؤتي ثمارها بتحقيق الاقتصاد المصري معدل فهو تصاعدى بلغ نحو ٥٪ في النصف الأول من العام الجاري ٢٠٢٢/٢١ بنسبة ٤٤٪ مقارنة بالعام السابق، وبنسبة ٤٤٪ مقارنة بعام ٢٠١٥/١٤ ٨٨٨٪ ٢٠٢٢/٢١ جنيه في ٢٠٢٢/٢١، وهو أعلى معدل فهو متتحقق منذ ما يزيد عن أحد عشر عاماً، وهو مقارنة بـ ٦١٤٪ في ٢٠٢١/٢٠، و ١٦٣٪ في ٢٠٢١/٢٠، تأكيداً لعزم جنيه في ٢٠١٥/١٤).

وزيرة التخطيط: نتوقع قيادة مصر لمعدلات النمو الاقتصادي في الشرق الأوسط

أكدت الدكتورة هالة السعيد، وزيرة التخطيط، أن مصر حققت معدلات نمو كبيرة. تصرّحت لقناة إكسترا نيوز، أن كل القطاعات حققت معدلات نمو وأن نصل إلى قطاع الصناعة الذي له مرفوعة مثل قطاع الصناعة الذي له وزن كبير، حيث حقق الاقتصاد المصري معدل نمو وصل إلى ١٢٪، بجانب قناة السويس إن مصر متوقّع أن تقود معدلات النمو الاقتصادي في الشرق الأوسط.



تممه ص ١

وللحوكمة المصرية على ما تقدمه مصر من كافة أشكال الدعم والمساندة لجنوب السودان، مؤكدة أيضاً على عمق العلاقات بين البلدين والشعيدين الشقيقين، والتطبيع إلى المزيد من التعاون والتنسيق بين الجانبيين في كافة مجالات التعاون الثنائية.

كما سبق أن أكد مانوا بيتر، وزير الري بدولة جنوب السودان، إن مصر وجنوب السودان يربطهما النيل، وهذا عامل مشترك يجمع البلدين، لافتاً إلى الاتفاق بين البلدين على مشروعات تطهير حوض بحر الغزال، بالإضافة إلى

مصر تنفذ مشروعات حيوية بجنوب السودان.. القابضة لكهرباء توقيع اتفاق إعادة

تأهيل محطات يامبيو ورومبيك.. وبدء إنشاء أول مشروع سياحي بـ "جوبا"



تقديم مشروعات استثمارية لحصاد المياه لأغراض متعددة، مؤكداً على أن العلاقات بين

وزارة الري في مصر وجنوب السودان مستمرة ودائمة، وهي على أحسن ما يرام.



الكوميسا .. حلم مصر للعبور للوحدة الأفريقية

و السمسوم و الذرة والتبغ وهي سلع هامة يؤثر منحها الإعفاء على رفاهية المستهلك المصري.

٥- الاستفادة من المساعدات المالية التي يقدمها بنك التنمية الأفريقي وغيره من المؤسسات المالية الدولية في مجال تنمية الصادرات إلى دول إفريقيا.

٦- تنص المادة ١٥٨ من اتفاقية الكوميسا على تشجيع التعاون في مجالات الاستثمار و كما تنص المادة ١٦٤ على تحرير التجارة في الخدمات مما يتبع الفرصة لمصر لتصدير الخبرات الفنية خاصة مع تفوق مصر في مجال التجارة في الخدمات وبالخصوص أعمال المقاولات.

٧- تنص الاتفاقية على إقامة نظام متقدم لتبادل المعلومات داخل الدول الأعضاء.

٨- هناك مكاسب أخرى ناجمة عما تضمنه الاتفاق في مجال التعاون الصناعي والزراعي وكذا في مجال النقل والمواصلات.



منتجات الألومنيوم والحديد والصلب والغرز والأحذية المنسوجات والأحذية .

٤- يتضح من هيكل إنتاج الدول الأعضاء أنها دولاً تعتمد على تصدير خامات ومواد خام وسلع رئيسية مثل النحاس والبن والشاي والجلود الخام والماشية اللحوم

والملح، والكبريت، والجير والأسمنت، ومنتجات السيراميك، والآلات والأجهزة الكهربائية، ومنتجات المطاطن، والورق، والسكر، والصابون، والزيوت العطرية، والعلطور.

توقعات إيجابية لنمو الكوميسا بعد كورونا

بلغ متوسط معدل النمو الاقتصادي للكوميسا ٥,٦٪ خلال عام ٢٠١٩ إلا أن هذا المعدل شهد تراجعاً كبيراً خلال عام ٢٠٢٠ بسبب تبعات جائحة كورونا على معظم اقتصادات الدول الأعضاء؛ لكن توقعات صندوق النقد الدولي تؤكد أن متوسط معدل النمو الاقتصادي في تجمع الكوميسا سينتعش ليصل إلى ٤,٣٪ خلال العام الجاري، وإلى ٦٪ خلال عام ٢٠٢٢؛ ونتعود هذه التوقعات إلى النظرة الإيجابية للتعافي التدريجي العالمي المدفوع بجهود الصادرات.

وتقع ٩ دول من الدول الأعضاء في الكوميسا بتاريخ ٣١ أكتوبر على اتفاقية إنشاء منطقة التجارة الحرة بينها هي: (مصر و肯يا وسودان وموريشيوس وزامبيا وزمبابوي وجيوبوبي وملاوي ومدغشقر)، وانضمت إليهم رواندا وبوروندي في أول يناير ٢٠٠٤، حيث منح تلك الدول إعفاء تاماً من الرسوم الجمركية المقررة على الواردات المتبادلة بينها شريطة أن تكون تلك المنتجات مصحوبة بشهادة منشأ الكوميسا.

في ظل رئاسته للتجمع؛ وكانت آخر مرة ترأست فيها مصر التجمع منذ ٢٠ عاماً في عام ٢٠٠١، وتعتبر رئاسة مصر بدءاً من المؤتمر هي المرة الثانية التي ترأس فيها التجمع.

١- يبلغ تعداد سكان الدول الأعضاء في الكوميسا ٣٨٠ مليون نسمة وبالتالي تمثل سوقاً رحباً ومتنفساً للعديد من المنتجات المصرية .

المشاركة بين الدول الأعضاء، بحسب ما قالته تشيليسي كابوبيسيي السكرتير العام لجتماع الكوميسا في مؤتمر صحفي.

مصر توقع على اتفاقية الكوميسا وقعت مصر على الانضمام إلى اتفاقية السوق المشتركة للشرق والجنوب الأفريقية الأفريقي "الكوميسا" في ٢٩ يونيو ١٩٩٨، وتم البدء في تطبيق الإعفاءات الجمركية على الواردات من باقي الدول الأعضاء اعتباراً من ١٧ فبراير ١٩٩٩ على أساس مبدأ المعاملة بالمثل للسلع التي يصاحبها شهادة المنشأ معتمدة من الجهات المعنية بكل دولة، بحسب موقع هيئة تنمية الصادرات.

وتقع ٩ دول من الدول الأعضاء في الكوميسا بتاريخ ٣١ أكتوبر على اتفاقية إنشاء منطقة التجارة الحرة بينها هي: (مصر وKenya وSudan وMauritius and Zambia and Zimbabwe and Zambia and Malawi and Madagascar)، وانضمت إليهم Rwanda and Burundi في أول يناير ٢٠٠٤، حيث منح تلك الدول إعفاء تاماً من الرسوم الجمركية المقررة على الواردات المتبادلة بينها شريطة أن تكون تلك المنتجات مصحوبة بشهادة منشأ الكوميسا.

حجم التجارة بين مصر ودول الكوميسا ساهمت مصر بالنصيب الأكبر في حجم تجارة التجمع البينية خلال عام ٢٠٢٠ بإجمالي ٢,٧ مليار دولار؛ واستحوذت مصر على نسبة ٢٠٪ من حجم الصادرات داخل الكوميسا بإجمالي ٢ مليارات دولار، في حين بلغت واردات مصر من تجمع الكوميسا ٧٠٠ مليون دولار، وتشمل أهم بنود الصادرات المصرية لدول الكوميسا الدائن،

التداعيات السلبية لجائحة كورونا على اقتصاداتها.

ما هي الكوميسا؟

الكوميسا هي اتفاقية السوق المشتركة لدول الشرق والجنوب الأفريقي، ويعود التجمع أحد الدعامات الرئيسية للجماعة الاقتصادية الأفريقية التي تم إقرارها في قمة أبوجا لعام ١٩٩١، بحسب هيئة الاستعلامات المصرية؛ واستهدف إنشاء التجمع إلغاء كافة القيود التجارية فيما بين دول والعشرين لجتماع القمة الحادية للشرق والجنوب الأفريقي "الكوميسا" في العاصمة الإدارية الجديدة بمصر، وذلك بمشاركة وحضور ممثلي الدول الأفريقية أعضاء التجمع، سواء بالمشاركة الفعلية أو الافتراضية عبر تقنية الفيديو كونفرانس.

وتم عقدها تحت شعار "تعزيز القدرة على الصمود من خلال التكامل

الإقليمي، ويستهدف تجسيد التكامل الاقتصادي بين دول الشمال والشرق والجنوب الأفريقي، من خلال إقامة منطقة تجارة حرة، يتبعها إقامة اتحاد جمركي ثم الوصول إلى مرحلة السوق





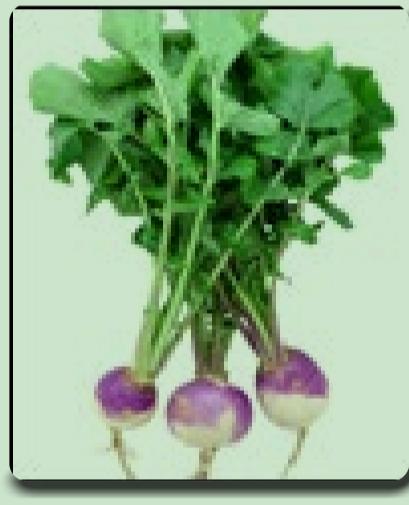
الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لنبات الافت

الرئة، وذلك لأنه يحتوي على كمية عالية من فيتامين أ، ولوجود هذا الفيتامين (أ) ومركب اللوتين، فإنه يحافظ أيضاً على صحة العين، كما يعفي من الإصابة بأمراض العظام والمفاصل (مثل هشاشة العظام، والتهاب المفاصل)، لاحتوائه على نسبة عالية من الكالسيوم والبوتاسيوم الضوريان لتنقية العظام والعضلات. كما أنه يعمل على إنقاص الوزن، وذلك لاحتوائه على الدهون الغير مشبعة، التي تساعد على زيادة حرق الدهون في الجسم، وكذلك لاحتوائه على نسبة عالية من الألياف الغذائية التي ترفع معدلات عملية الأيض اللازمة لحرق الدهون، وبالتالي تساعد على زيادة نسبة التمثيل الغذائي في الجسم، الذي يؤدي إلى وإنقاص الوزن. كما أنه مفيد للمرأة الحامل، ولصحة البشرة ومكافحة أمراض الجلد (مثل الاكزيما)، وحب الشباب، ويزيد من نضارة البشرة وإشراقتها، وتطرطيتها. وكذلك يستخدم زيت بذور في علاج الأمراض العصبية (حسب نتائج أبحاث جامعة جونز هوبكينز)، إضافة إلى قدرته العالية في تحويل مسار إنzymes الجسم، وكذلك يقلل إنتاج الصفائح الدموية التي تسرع بتجلط الدم عند الإصابة بجرح.



بِقَلْمِنْ / الأَسْتَاذُ الدَّكْتُورُ
مُحَمَّدُ بْنُ عَبْدِ الرَّحِيمِ شَاهِين

اللافت هو بنات يتبع الفصيلة الصليبية، وهو من الخضروات الجذرية التي تنمو في الأجزاء المعتدلة، مثل حوض البحر الأبيض المتوسط، ويتم استخدامه في العديد من المأكولات، سواء على شكل سلطة أو مخلل وغيرها من الاستخدامات، كما أنه مشهور بوظائفه العلاجية لعدة من الأمراض. وقد استخدم في علاجات الأمراض منذ القدم، وذلك لاحتوائه على العديد من المواد الغذائية المفيدة للصحة الإنسان، فيحتوي اللفت (أوراق، جذور، بذور، زيت) على نسب عالية من فيتامين ك الضروري لعدة عمليات حيوية في الجسم، كما يحتوي على عدة أنواع من مضادات الأكسدة القوية (مثل الكاروتين، فيتامين أ، ج، هـ، اللوتين، والزانتين)، إضافة للعديد من المعادن (مثل الكالسيوم، والنحاس، والحديد، والمغنيسيوم، والزنك)، وبعض الفيتامينات من مجموعة فيتامينات ب (مثل النياسين، والثiamين، والريبوفلافين، وغيرها)، وأحماض أمونياكـ3ـ والبروتين، كما أنه منخفض في السعرات الحرارية. وبذلك يمتلك العديد من الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لجسم الإنسان، ذكر منها: فاللفت يعتبر منشط طبيعي للجسم، وذلك لاحتوائها على العديد من الفيتامينات التي تعمل بمحاثة مقوى طبيعى للجسم، ويساعد على الوقاية



تعرف على أعراض وأسباب الإصابة بتصلب الشرايين

- ٣- ارتفاع ضغط الدم

انسداد الكوليستيرونول الكوليستيرونول

٤. مرض السكري

٥. أمراض الأوعية الدموية الطرفية

٦- فشل كلوي

إذا كنت مدخن فيجب الإقلاع عن التدخين، فأخطار التدخين تكون أشد إذا كان الكوليستيرونول مرتفعاً.

كما ينبغي ممارسة الرياضة لمدة لا تقل عن ٣٠ دقيقة يومياً بمعدل ثلاث مرات أسبوعياً. فإذا لم يتمكن النظام الغذائي المعتمد وممارسة الرياضة من خفض كاف للكوليستيرونول فهنا يلجأ الطبيب للعلاج بالعقاقير خاصة إن كان لديك عوامل أخرى لتصلب الشرايين.

- حمى.
 - فقدان الوزن.
 - ألم صدر.
 - إعياء.
 - فقدان الشهية.
 - انسداد الكوليستيرونول
 - انسداد الشريانين
 - ألم عضلي
 - تقرحات الجلد.
 - ألم في القدم أو أصابع
 - تلون الجلد.
 - أعراض الفشل الكلوي
 - انسداد الكوليستيرونول
 - انسداد الشريانين؟
 - عامل العمر
 - ارتفاع نسبة الكوليستيرونول

انسداد الشريانين أو تصلبها يمكن أن يحدث في أي من الشريانين وعادة ما تنتقل بلوارات الكوليستيرونول عبر مجرى الدم وتسد الشريان الأصغر الذي يصيب الأعضاء ويمكن أن يؤدي إلى الوفاة إذا لم يتم بدء العلاج بشكل سريع، غالباً ما يصاب الأشخاص بأمراض القلب والأوعية الدموية مثل التوبة القلبية والسكتة الدماغية وألم الصدر بهذا المرض ، الذي يؤثر على الكلى والجهاز الهضمي والجلد وحتى الدماغ، في خلال التقرير التالي نتحدث عن أعراض وأسباب الإصابة بانسداد الشريانين أو ارتفاع غير طبيعي في الكوليستيرونول، بحسب موقع "only my health".

“only my health”

أعراض تصلب الشريانين:



8 أطعمة تقلل من مشكلة انتفاخ البطن.. أبرزها الخيار والزيادي

الهضمي، يحتوي على إنزيم مهم يمتص البروتين ويساعد في الغازات التي يسببها البروتين، يمكنك إضافته إلى الشاي أو إسقاطه على السلطات والخضروات

٦. البابايا
تحتوي البابايا على إنزيم يسمى غراء يقوم بتنكيس البروتينات مما يجعل عملية الهضم أسهل وهو مهم لحركة الأمعاء السلسلة، تحتوي البابايا أيضاً على خصائص وألياف مضادة للالتهابات تقوية الجهاز الهضمي.

فحسب، بل ينظم أيضاً عملية التطهير.

٣. الزبادي
الزيادي هو أحد أكثر الأطعمة التي ينصح بتناولها على معدة منتفخة، فهو جيد لعملية الهضم لأنه يحتوي على بكتيريا جيدة تمنع البكتيريا السيئة وتمتنع انتفاخ البطن، على الرغم من أن الزبادي العادي يُنصح به، يمكنك إقرانه بالفواكه الطازجة.

٤. الموز
الموز غني بالبوتاسيوم الذي يمكن أن

الانتفاخ هو حالة تراكم فيها الغازات المتبعة من تحلل الأطعمة في معدتك وأمعائك بدلاً من خروجها من الجسم، يمكن أن يؤدي إلى آلام في البطن، والإمساك ، واضطرابات في الجهاز الهضمي وما إلى ذلك، هذا التضخم العرضي شائع للغاية ويمكن علاجه بعض الخيارات الغذائية البسيطة، وهناك قائمة بالأطعمة التي يمكن أن تعيدي البطن المنتفخة إلى حجمها الطبيعي، وفقاً لما نشره موقع "food"

٧. شاي الأعشاب
عادة ما يتم تناول شاي الأعشاب للمساعدة في الهضم بعد الأكل ولكن يمكن استخدامه أيضاً لتنقیل الانتفاخ، يهدى الالتهاب ويريح الجهاز الهضمي ، ويدعى البطن المترمرة إلى العودة لطبيعتها.

٨. بذور الكزبرة
ضعى حفنة من بذور الكزبرة في الماء واتركها تغلي، ارفعه عن الموقد بعد ١٠-١١ دقيقة وضعيه جانباً، صفي هذا الماء واشربه دافئاً أضف قطرة من العسل، يوصي خبراء التغذية بهذا كحل مؤكداً لافتتاح المفرط.

يساعد في الانتفاخ الناتج عن الملح، يعد الحفاظ على توازن صحي بين الصوديوم والبوتاسيوم أمراً في غاية الأهمية للحفاظ على توازن الماء المثالي في الجسم، الأفوكادو والكيوي والبرتقال والفستق هي أطعمة أخرى غنية بالبوتاسيوم يجب أن تدرجها في نظامك الغذائي.

٩. خيار
ال الخيار هو في الغالب ماء ويمكن أن يساعد في طرد السموم من الجسم، فهو غنى بالكريت والسيликون ويساعد الكل على إزالة حمض البوليك بشكل فعال.

١٠. ماء جوز الهند
ماء جوز الهند معالج حقيقي، فهو منعش ويديل ممتاز مشروب الطاقة القائم على السكر، وهو غني بالبوتاسيوم الذي يساعد في مقاومة الانتفاخ الناتج عن الصوديوم، لا يطرد ماء جوز الهند الصوديوم من الجسم

Digitized by srujanika@gmail.com



ما هي العلاقة بين فيروس كورونا والنوبات القلبية؟

وضعف وظائف الأوعية الدموية، إذا كان القلب غير قادر على ضخ الدم إلى خلاياه بسبب فيروس كورونا، يمكن أن تضرر خلايا القلب ويمكن أن يعاني الشخص من نوبة قلبية.

كريات الدم وفقاً للأبحاث الحديثة ، هناك بعض العوامل التي تفسر سبب تلف فيروس كورونا للقلب ، مثل الالتهاب والأسباب الكامنة وراء العدوى، لا يؤثر الفيروس بشكل مباشر على نظام القلب والأوعية الدموية ، لكن التأثيرات العامة للعدوى يمكن أن تؤدي إلى أمراض قلبية موجودة مسبقاً.

تحدث سماكة في الدم ثم يؤدي إلى حدوث تجلط في الدم، بالنسبة لهؤلاء المرضى المعرضين لخطر كبير ، مثل أمراض القلب ، يعطي الأطباء ممبيعاً للدم لتقليل فرصة الإصابة بنوبة قلبية ، يمكن الوقاية من خلال اتخاذ بعض الإجراءات الاحترازية والاتصال المنتظم بالطبيب.

النوبة القلبية وأضاف برافين أنه يتعرض الشخص المصاب بمرض الشريان التاجي الحالي لخطر أكبر للإصابة بمضاعفات متعلقة بالقلب، هؤلاء المرضى يعانون بالفعل من ضعف تدفق الدم إلى القلب

تصاعدت حالات الإصابة بفيروس كورونا حول العالم، ولا يؤثر المرض الشديد الناتج عن كورونا على صحتك الجسدية فحسب، بل يترك أيها تأثيراً سلبياً على الحالة العقلية للفرد وكذلك القلب، من المهم تحسين مزاجك وتتجنب الإجهاد قدر الإمكان، في خلال التقرير نتحدث عن حول الصلة بين فيروس كورونا والتوبات القلبية، بحسب موقع "only my health".

قال الدكتور برافين شاندرا ، رئيس أمراض القلب التداخلية والهيكلية بمعبد القلب بالهند: في بعض المرضى لوحظ أنه بسبب فيروس كورونا،



أَهْمَ الْاِكْتِشَافَاتُ الْأَثْرِيَّةُ فِي ٢٠٢١ .. أَقْدَمُ خَرِيطَةُ لِأُورُوبَا وَأَوْلَ آثارُ أَقْدَامِ بِأَمْرِيْكَا



نيو مكسيكو أقدم آثار لأقدام بشريّة معروفة في الأمريكتين، وتقدّم النتائج أول دليل قاطع على النشاط البشري في الأمريكتين منذ أكثر من ٢٣٠٠ عام، وهي فترة خلال ذروة الدورة الجليديّة الأخيرة، والمعروفة باسم العصر الجليدي الأخير الأقصى.

أقدام

”طاقم“ ثعبان يبلغ من العمر ٤٤٠٠ عام اكتشف علماء آثار من جامعة توركو، ”طاقم عمل“ خشبي من العصر الحجري على شكل ثعبان، يلاحظ علماء الآثار أن هذا الاكتشاف لا يشبه أي قطعة أثرية خشبية أخرى من العصر الحجري الحديث شمال أوروبا، على الرغم من أن الثعابين تصور أحياناً في الرسوم التوضيحية للفن الصخري المعاصر.



لوح منسى من العصر البرونزي هو أقدم خريطة يعود تاريخه إلى أوائل العصر البرونزي نحو ١٦٠٠-٢١٥٠ قبل الميلاد أقدم خريطة معروفة في أوروبا، حيث وجد فريق بحث متعدد الجنسيات، في فرنسا، أن اللوح يحمل العديد من العناصر المتوقعة في خريطة ما قبل التاريخ، بما في ذلك الزخارف المتكررة المرتبطة بخطوط لإعطاء تحطيط للخريطة.

أقدم آثار أقدام بشريّة معروفة في الأمريكتين.

حدد علماء الآثار الذين يجرون أبحاثاً في متنزه وايت ساندز في



نشر موقع هيردالى أهم الاكتشافات الأثرية التي عثر عليها العلماء والمستكشفون خلال عام ٢٠٢١، ومن بين هذه الاكتشافات حفريات، وخريطات، وأقدام بشريّة.

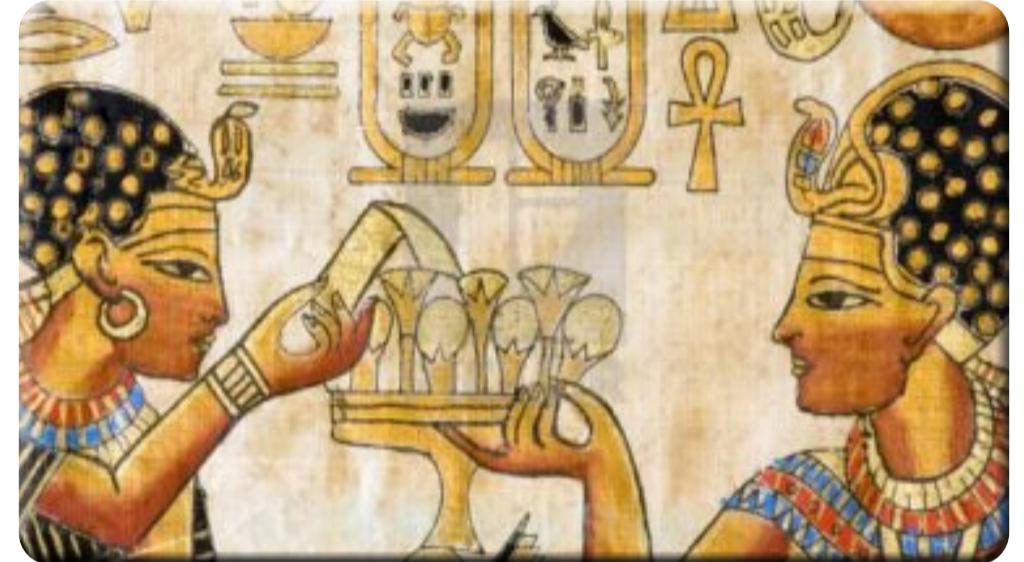
الإلياذة والأدويسة في مجتمع فيلات رومانية قديمة اكتشف علماء الآثار أثناء تنقيبهم عن مجتمع فيلات رومانية متقدمة النقش فسيفساء نادرة تصور مشاهد من إلياذة هوميروس، وكشفت عن بقايا فسيفساء يبلغ ارتفاعها ١١ متراً في ٧ أمتار تقريباً وتصور قصة البطل الأسطوري أخيل من الإلياذة ومعركته مع أمير طروادة هيكتور.



مِصْر تَنْجُحُ فِي تَسْجِيلِ الْخَطِّ الْعَرَبِيِّ عَلَى قَوَافِيِّ التِّرَاثِ الْقَافِيِّ غَيْرِ الْمَادِيِّ بِالْيُونِسِكُو

الفاعلة في التعريف بها مما يساهم في الحوار بين الثقافات العالمية، ويدعم جهود إقامة الضوء على تاریخها، ووجهت الشكر للجنة صياغة الملف، وهم الدكتورة نهلة إمام خبير التراث الثقافي غير المادي ورئيسة مجلس إدارة مؤسسة اليونسكو، وذلك عبر جهود وزارق الثقافة والخارجية ووفد مصر لدى اليونسكو، وهو الملف السادس ١٦ دولة، وأضافت أنه يعد إنجازاً جديداً في مجال صون الموروث الهرالي، التحطيب ، الأراجوز ، الممارسات المرتبطة بالخلوة، والنسيج اليدوي بالصعيد) وذلك الحضارة العربية، وأحد الوسائل العلمي للملف.

نجحت مصر بالتنسيق مع دول السعودية ولبنان والأردن وتونس الأعضاء بالمنظمة. وقالت عبد الدايم، إن تسجيل الصون العاجل للتراث الثقافي غير المادي بمنظمة اليونسكو، وذلك عبر جهود وزارق الثقافة بمنظمة اليونسكو، جاء بعد تقديم ملف شاركت مصر في إعداده مع الذي تم تسجيله بعد (السيرة الهلالية ، التحطيب ، الأراجوز ، الممارسات المرتبطة بالخلوة، والنسيج اليدوي بالصعيد) وذلك



ما لا تعرفه عن الفراعنة.. ٣ حقائق عن الحضارة المصرية القديمة

امتدت الإمبراطورية المصرية القديمة لأكثر من ٣٠٠ عام وما يقدر بنحو ١٧٠ فرعوناً من نارمر، الذي حكم في القرن الحادي والثلاثين قبل الميلاد، إلى كلوباترا التي حكمت حتى عام ٣٠ قبل الميلاد، وقد كان دور الفراعون في الإمبراطورية مهمًا للغاية متجاوزاً دور الملك النموذجي من حيث أنه امتد إلى المجالات الدينية والسياسية.

وفي هذا التقرير ذكر بعض أهم الحقائق غير المعروفة بشكل كاف عن الحضارة الفرعونية والتي أوردتها موقع ”هيستوري هيتس“:

المكياج للرجال والنساء كان كل من الفراعنة الذكور والإناث يضعون الماكياج، وأبرزها وضع الكحل





جلسة نقاشية في اتحاد أكسفورد: الذكاء الاصطناعي "لن يكون أبداً أخلاقياً"

٦٣ مليون مقال إخباري باللغة الإنجليزية من ٢٠١٦ إلى ٢٠١٩، والعديد من المصادر الإبداعية المشتركة. ومن الواضح أيضاً أن الذكاء الاصطناعي لم يكن لديه أي مخاوف بشأن الجدل ضد اقتراح المناقشة، مشيراً إلى أنه رأى " بشكل مباشر" كيف كان هناك "مسار واضح لمستقبل يستخدم فيه الذكاء الاصطناعي لخلق شيء أفضل من أفضل البشر". ومع ذلك، لم يتمكن من التوصل إلى حجة معاكسة حول ما إذا كانت البيانات ستتصبح "أكثر الموارد المتداولة عليها" في القرن. وبخلاف ذلك، حذر من أنه "سنكون من قادرين على رؤية كل شيء عن أي شخص، بينما ذهب، وسيتم تخزينه واستخدامه بطرق لا يمكننا حتى تخيلها".

أفضل ذكاء اصطناعي" سيكون نموذج التعلم الآلي للذكاء الاصطناعي "كيان واع"، ر بما بالإشارة إلى غرسة الذي طوره فريق البحث التطبيقي Neuralink لشركة الدماغ قيد للتعلم العميق التابع لشركة صناعة الرقاقة الأمريكية Nvidia. في التطوير من إيلون موسك، أضافت أن هذا لم يكن "خيالاً علمياً"، لأن مناقشة حديثة في جامعة أكسفورد حول المخاوف الأخلاقية التي يعملون عليها بالفعل.

وهذا الشكل من أشكال الذكاء الاصطناعي سيكون "أهم تطور تكنولوجي في عصرنا"، على حد المزاعم. وفي مقال نشر على منصة The Conversation Megatron Transformer إلى أن الذكاء الاصطناعي لم يكن "ذكيًا بما يكفي لجعل نفسه أخلاقيًا"، وعبر عن اعتقاده أن "الطريقة الوحيدة لتجنب سباق تسلح بالذكاء الاصطناعي هي لا يكون لديك ذكاء اصطناعي على الأطلاق. وسيكون من إجمالي إدخالات "ويكيبيديا" باللغة الإنجليزية، و ٣٨ جيجابايت من موضوعات "ريديت"، ونحو

شارك Megatron Transformer الطائرة على هاتفك الذي إلى زيادة سرعة شحن جهازك بشكل كبير، يساعد هذا الوضع على فصل الجهاز عن الشبكة ، مما يقلل من استخدام البطارية.

تجنب الشحن السريع تأتي بطارية أي هاتف ذكي بعد معين من دورات الشحن، وتؤثر أجهزة الشحن السريعة الصغيرة على عمر الإجمالي للبطارية كما أنها تقلل من سرعة الشحن على المدى الطويل.

تجنب الشحن طوال الليل اعتاد الكثير منا على شحن هواتفنا الذكية بين عشية وضحاها لأنها عدم استخدامها. عادةً ما يتم شحن تبدو الطريقة الأكثر ملاءمة وهي أيضًا الوقت الأقل استهلاكت تطبيقات ليست قيد الاستخدام لا يؤدي الشحن الليلي إلى إتلاف الهاتف الذي خلال شهر أو أسبوع يمكن أن يتلف البطارية ويبطئ الخلفية هذه إلى زيادة الشحن.

تجنب وضع الطيران استهلك Bluetooth Wi-Fi و وغيرها من الخدمات المماثلة قدرًا



٧ حيل بسيطة لزيادة سرعة شحن هاتف الذكي

يبذل مصنوع الهواتف الذكية باستمرار جهودهم عندما يتعلق الأمر بالشحن، وفي حين أن الشواحن السريعة وتقنيات البرامج يمكن أن تعزز بشكل كبير سرعة الشحن، إلا أن هناك أيضًا بعض الأشياء الصغيرة التي يمكن للمستخدمين القيام بها لتحسين الوظيفة، وإذا كنت تريد معرفة كيفية تحسين سرعة شحن هاتفك المحمول، فيمكنك اتباع هذه النصائح.

- تجنب استخدام الهاتف الذي أثناء الشحن يجب لا تستخدم هاتفك الذي أثناء الشحن، قد يؤدي الرد على المكالمات الهاتفية أو ممارسة الألعاب أثناء شحن جهازك إلى إتلافه. يمكنه أيضًا إبطاء سرعة الشحن.
- قم بإيقاف تشغيل تطبيقات المعالجة في الخلفية تستخدم تطبيقات المعالجة في الخلفية بطارية الجهاز حتى في حالة عدم استخدامها. عادةً ما يتم شحن الهاتف الذي يبطء إذا استهلكت تطبيقات ليست قيد الاستخدام قدرًا معيناً من البطارية. يمكن أن يؤدي تشغيل تطبيقات معالجة الخلفية هذه إلى زيادة الشحن.
- تجنب وضع الطيران يمكن أن يؤدي استخدام ووضع سرعة الشحن.



لماذا تأخرت آبل في إصدار هاتف قابل للطي؟



للهاتف بشاشة OLED مزنة مقاس ٨ بوصات، لا تختلف كثيراً عما تقدمه Samsung. Samsung وذكرت بلومبرج في وقت سابق أن شركة آبل قد بدأت بالفعل في ضوء الجدول الزمني لإصدار المنتج وقضايا سلسلة التوريد. هذا على الرغم من أن التكنولوجيا القابلة للطي قد تحسنت بشكل كبير في العامين الماضيين ، كما هو واضح في مراجعتنا لجهاز Samsung Galaxy Z Fold ٣ و Z Flip ٣.

ومكنت سامسونج في غضون عامين من إطلاق هذه الأجهزة من اكتشاف طرق لتحسين متانة Fold، ومع وصول Z Fold ٣ ، لذا فإن التوقعات عالية بالنسبة لشركة Apple ، حيث أنها معروفة بأخذ سنوات لإتقان التكنولوجيا قبل إصدارها.

على أقرب تقدير." يهي ليفل على إطلاق ٢٠٢٤ هو الأرجح ، مما يعني أن المنتج لا يزال على بعد عامين على الأقل ، وربما لفترة أطول في أن شركة آبل لا تزال على بعد سنوات من إطلاق آيفون القابل للطي، تم تقديم المنتج في وقت سابق ليكون رسميًا في وقت ما في عام ٢٠٢٣. ومع ذلك يدعى التقرير الأخير أن الجدول الزمني لإطلاق ٢٠٢٤ هو الأرجح وفقاً لما نقلهDigitartlends.

وفقاً لتقرير صادر عن المحلل روس يونج من Display Supply Chain، من غير المتوقع أن يكون iPhone القابل للطي "حتى عام ٢٠٢٣ حتى نقله



سرقة ما خف وزنه وزاد ثمنه.. اعترافات لصوص المساكن في القاهرة

الحدثية أمكن تدشين السيارة المستخدمة في إرتكاب الواقعة وتبيّن أن مالكها وراء ارتكاب الواقعة بالاشتراك مع آخر، عقب تقييم الإجراءات أمكن ضبطهما حال إستقلالهما السيارة المستخدمة في إرتكاب الواقعة. ومواجهتهما إعترفا بتكوينهما تشكيل عصابة يعتراضاً بتكوينهما تشكيل عصابة تخصص نشاطه في السرقة داخل المساكن بأسلوب "كسر الباب، في إطار جهود أجهزة وزارة الداخلية لكشف ملابسات ما تبلغ لقسم شرطة مدينة نصر ثالث بمديرية أمن القاهرة من (أحد الأشخاص- وقال المتهمون في اعتزافتهم: "سرقة ما خف وزنه وزاد ثمنه، وكنا نت伺 في تكوين ثروات مالية كبيرة باب الشقة سكنه وسرقة بعض المنقولات من داخلها. وبينما تشكل عصابة تخصص نشاطه في السرقة وجمع المعلومات ومن خلال السرقات، لكن الشرطة ضبطتنا.

عصابي بالقاهرة تخصص نشاطه في القاهرة عن طريق كسر الأبواب، حيث يرصدوا الشقق السكنية التي لا يوجد بها أحد، ويسلّلوا إليها ليلاً لسرقة أبوابها وسرقة المجوهرات والأموال منها. وقام أحد الأشخاص- مقيم بدائرة القسم) باكتشافه كسر باب الشقة سكنه وسرقة بعض المنقولات من داخلها. ونجحت الداخلية في ضبط تشكيل حادث سرقة أخرى بذات الأسلوب.



النيابة تعرض متهمي الشيخ زايد على المستشفى و تستجوبهما بعد ثبوت عدم إصابتها بأى أمراض

استجوبت النيابة العامة للمتهمين المضبوطين المنتقلين صفة عضوين بالنيابة العامة للاستيلاء على مقطع تصوير حادث تصدام الشيخ زايد، ورفضوا الإجابة عما تُسْبِبُ إليهم من تهم، بينما انكروا ما تُسْبِبُ إليهم من آلات المراقبة بمسكنه، فرفض لتشكيه في أمرهم وقدم شكواه، وعلى هذا العامدة التحقيق فيها.

أمرت النيابة العامة بمحاسبتهم بحسبها وأربعة أيام احتياطيًا على ذمة التحقيقات وضبط المتهمين الآخرين لاستجوابهما، وجار استكمال التحقيقات.

أمر النائب العام المستشار حمادة الصاوي، بحبس متهمين انتلاعاً من سريري النيابة العامة للإنتيلاء على مقطع تصوير حادث تصدام الشيخ زايد وضبط آثنين آخرين، حيث تقدّم سكان الشاكي فقرروا ذاتهضمون أقواله، وأوضحاوا أن المتهمين الأربع دخلوا إلى المجمع السكني محل الواقعه متوجهين نحو منزل الشاكي مباشرة، ثمّ حال عبورهم بوابة الخروج اعتبرهم أحد أفراد الأمن لسؤالهم عن تحقيق الشخصية فهره أحددهم وأخره بصفاتهم المنشورة بذلك من الخروج، وقدم أفراد الأمن مقطعين فيديو صورتهمما آلات المراقبة لدخول المتهمين وخروجهم.

الرئيس السيسي يبحث فرص التعاون مع رئيس "سكاتك" النرويجية للتوطين تكنولوجيا تحلية المياه.. ويؤكد اهتمام مصر بالتعاون مع الزرويج لخبرتها العريضة في الطاقة الجديدة

تنمية ص ١

الذى توليه الشركة النرويجية للباحثين حول فرص التعاون مع مصر في مجال نشاط الشركة وخبراتها العالمية، لاسيما في ضوء السمعة التي باتت تتمتع بها مصر على المستوى الإقليمي في مجال



السجن ٧ سنوات لحداد قتل عامل بعد طعنه بمطواة بسبب خلافات بينهما في المنصورة

للمتهم رضا ي . م . ٢٠٠٢ سنة حداد ومقيم بقرية نوب طريف مركز السنبلاويين بقتل المجني عليه إسلام محمد . أ ب ٣٦ سنة عامل مقيم بذات القرية عمدًا، بأن أشهره في وجهه سلاح أبيض مطواة وطعنة استقرت بالفخذ الأيمن مما تسبّب في قطع الشريان والوريد الفخذى الأيمن ونزيف دعوى مما تسبّب في وترجع الواقعه إلى ١١ سبتمبر ٢٠٢٠ بدائرة مركز السنبلاويين بمحافظة الدقهلية بعد اتهامه بقتل عامل على إثر مشادة

قضت محكمة جنيات المنصورة الكلامية بينهما، نتيجة لوجود خلاف سابق بين المجنى عليه والمتهم، برئاسة المستشار مصطفى السيد هاشم، وعضوية المستشار أحمد عبدالعظيم الجمل، والمستشار في قطع عماد الدين شفيق عون، وأمانة سر عبد الحميد الألفي، وأحمد مجر، وطارق عبداللطيف، بمعاقبة حداد بقرية نوب طريف مركز السنبلاويين بالسجن ٧ سنوات لاتهامه بقتل عامل على إثر مشادة





تونس تطيح بأحلام المنتخب المصري بفوز قاتل في نصف النهائي كأس العرب

مجدي «أفتش» مع بداية الشوط الثاني، وألغى حكم اللقاء ركلة جزاء للمنتخب التونسي بعد العودة إلى تقنية «VAR» للتأكد من صحة موقف أحمد حجازي في كرة مشتركة مع محمد بن رمضان لاعب منتخب تونس.

وأهدى مصطفى فتحي لاعب منتخب مصر هدفاً محققًا في شباك تونس بنصف نهائي كأس العرب، في الدقيقة ٧٥.

ونجح مروان حمدي في اختراق دفاعات المنتخب التونسي والدخول لمنطقة الجزاء، وقبل أن تنهي له فرصة التهديف تدخل مصطفى فتحي ليسدّد أعلى مرمى منتخب تونس.

وحاول لاعبو منتخب تونس الوصول إلى منطقة جزاء المنتخب المصري خلال الشوط الثاني من خلال التسديد أو العرضيات من خلال الركبات والكرات الثابتة، لكن دون جدوى.

دخل منتخب مصر بقيادة البرتغالي كارلوس كirosh المدير الفني بتشكيل مكون من:

حراسة المرمى: محمد الشناوي.
خط الدفاع: أحمد أبو الفتوح، أحمد حجازي، محمود حمدي «الونش»، أكرم توفيق.

خط الوسط: حمدي فتحي، عمرو السولية، أحمد سيد «زيزو»، محمد مجدي «أفتش»، حسين فيصل.

خط الهجوم: مروان حمدي.
ودخل منتخب تونس المباراة بتشكيل مكون من:

حراسة المرمى: معز حسن.
خط الدفاع: بلال العيفي، منتصر الطالبي، ياسين مریاح ومحمد أمین بن حميدة.

خط الوسط: غيلان الشعلاني، فرجاني ساسي ومحمد دراجر.
خط الهجوم: جنجل المجري، يوسف المساكني وسيف الدين الجزيري.



تونس تطيح بأحلام المنتخب المصري بفوز قاتل في نصف النهائي فوزاً قاتلاً على خطف منتخب تونس تجمعيها حالياً على استاد ٩٧٤ في نصف نهائي بطولة كأس العرب والمقدمة حالياً في قطر.

وحاجه هدف منتخب تونس في شباك مصر عكسيًا، برأسية عمرو السولية في شباك حارس مرمه محمد الشناوي.

دخل المنتخبان اللقاء بتحفظ شديد، فيما وصل امتحان التونسي إلى منطقة دفاعات المنتخب المصري، حيث سدد منتصر الطالبي رأسية خطيرة في الدقيقة السادسة مرت أعلى شباك المنتخب المغربي.

وقاد محمد مجدي أفشة هجمة المنتخب المصري، تابعها حسين فيصل لتنقطع قبل الدخول لمنطقة الجزاء.

وحاول لاعبو منتخب تونس الوصول إلى منطقة دفاعات المنتخب المصري، في أكثر من كرة، من خلال حنبل، وألياسكتني، وسيف الدين الجزيري، لكن تصدى دفاعات المنتخب المصري لأكثر من هجمة خطيرة للمنتخب التونسي، خاصة من العرضيات والكرات الثابتة.

بينما حاول لاعبو منتخب مصر تطبيق هجمات من خلال محمد مجدي أفشة، وأحمد سيد زيزو، وحسين فيصل، لكن دون جدوى بعد تصدي دفاع نسور قرطاج لها.

وأهدى مروان حمدي لاعب منتخب مصر هدفاً محققاً في شباك تونس بالدقيقة ٤٠ من عمر الشوط الأول.

واحتسب حكم اللقاء الكرة تسلا على المنتخب المصري، بعدما أهدى مروان حمدي تسجيل هدف محقق بعدما انفرد بحارس المنتخب التونسي.

وأشرك «كirosh» محمد شريف لاعب الأهلي ومنتخب مصر بدلاً من محمد

وزير الرياضة يهنئ هنا جودة لحصولها على ذهبية بطولة العالم لتنس الطاولة بالبرتغال



بطولة العالم المقامة بالبرتغال وتختتم اليوم في منافسات تحت ١٥ عام، وتضم قائمة المنتخب في البطولة هنا جودة وهند فتحي وألاء يحيى وفريدة عبد الناصر ويسين وائل يراقوهم عماد مصطفى المدرب الفني ورئيس البعثة تامر وفقى عضو مجلس إدارة الاتحاد.

البرتغال حالياً.

وتخطوض هنا جودة اليوم منافسات الشباب والرياضة، هنا جودة لاعبة نصف نهائي بطولة العالم للفردي المنتخب الوطني لتنس الطاولة أمام نظيرتها الهندية سوهانا بعد فوزها الكاسح على ثانية ألمانيا سايمني.

ويشارك كل من هنا جودة وهند فتحي ويشارك كل من هنا جودة وهند فتحي ويسين وائل لاعبو منتخب مصر في بطولة العالم التي تستضيفها تنس الطاولة في منافسات الفردي.

تاريخ مواجهات الفراعنة مع نسور قرطاج

منتخب مصر، بينما تعادلا في ٨ مباريات. وقد استطاع منتخب التونسي إحراز ٣٨ هدفًا في منتخب مصر، بينما احرز منتخب مصر ٣٦ هدفًا، وتعد نتيجة ١-٠ الأكبر تكراراً في تاريخ مواجهات مصر وتونس، حيث انتهت ١٣ مباراة بين الفريقين بهذه النتيجة.

وقد التقى منتخب مصر وتونس مرة واحدة فقط في تاريخ بطولات كأس العرب، وكان ذلك خلال النسخة الخامسة عام ١٩٨٨ التي استضافها الأردن، وفازت مصر على تونس بهدف مقابل لاش.

أما آخر مواجهة بين الفراعنة ونسور قرطاج فكانت في شهر نوفمبر ٢٠١٨ ضمن التصفيات المؤهلة إلى بطولة كأس أمم إفريقيا ٢٠١٩، وانتهت بفوز منتخب مصر ٢-٣.



تاريخ مواجهات الفراعنة مع نسور قرطاج وفق للاحصائيات أحد الواقع الرياضية فقد تقابل منتخب مصر وتونس، في ٣٥

بنزيمة: نريد التتويج بدوري أبطال أوروبا

للستمار بنفس المستوى، واستمتع بمساعدة فريقه على الفوز». وتابع «اعتقد أنه يجب علينا أن نفوز في كل مباراة ونتوج بدوري أبطال أوروبا».



المقدمة من صحيفة آس الإسبانية، وقال بنزيمة أثناء استلام الجائزة: «شكراً لكم، أنا دائمًا ما أحب أن أطور نفسي داخل الملعب وفي التدريبات».

لاعب ريال مدريد يحتفلون بهدف كريم بنزيما في شاختار على مواجهة فريقه لباريس سان جيرمان في دوري أبطال أوروبا. وأوقعت قرعة دور الـ ١٦ من دوري أبطال أوروبا ريال مدريد في مواجهة باريس سان جيرمان. واستلم بنزيما جائزة أفضل لاعب

باريس سان جيرمان فريق كبير ولكن نحن أيضاً كذلك، إنها المباراة التي يريد كل شخص أن يلعبها». وأضاف «هي مباراة مهمة جداً بالنسبة لنا وللجمهور ونحن نريد أن تكون الأبطال».

شارك بنزيمة منذ بداية الموسم مع ريال مدريد في ٢١ مباراة،تمكن خلالهم من تسجيل ١٨ هدفًا وصناعة ٨ آخرin.

مرموش: قرار كيروش فاجئني.. أريد الاستمرار في أوروبا وهذا الفارق مع الدوري المصري

وشهد "قررت يومها تجربة طريقة جديدة في تسديد ركلات الجزاء وأنا أقصد الاستهراء بأي شخص خاصة أني لعب في فولفسبورج وتعلمت الكثير فيه". وعن إصابته قال: "كل شيء يسير جيدا حاليا بعد شفائي من الإصابة التي تعرضت لها، وأنا دائمًا على تواصل مع الجهاز الفني منتخب مصر ومع اللاعبين وأمني لهم التتويج باللقب". وأكمل "عقب إصابتي كنت أتواصل بشكل مستمر مع محمد أبو العلا طبيب منتخب مصر لأن الفترة المقبلة فترة هامة، وإرسال منتخب مصر شخص ملتحمة حالتي الصحية عقب إصابتي كان شعورا رائعا". وعن رسالته لجماهير مصر قال مرموش: "نعمل بشكل إلهاري المنصب بشكل جيد ونؤدي ١٠٠% مما لدينا لإظهاره المنصب بشكل جيد وسنحاول التأهل لكأس العالم ٢٠٢٢".

لكن هذا يعود لوكيله لهذا عمله وأنا أرکز في عملي وبعد ذلك نرى الأنسب". وعن الدوري المفضل الذي يرغب في الانتقال إليه أجاب مرموش "أفضل اللعب في الدوري الإنجليزي وأمني الذهاب إليه إلا وهو يريد بطولة إلا التتويج بها". أما عن الخصم المفضل له لمواجهته في المرحلة النهائية من التصفيات المؤهلة لكأس العالم ٢٠٢٢ قال: "تركز في أنفسنا ونعرف أننا منتخب قوي ونستطيع مواجهة أي فريق". وبسؤاله عن الفارق بين الدوري المصري والألماني رد مرموش "الفارق هو الاحترافية، فاللاعب الكورة ليس لاعبا في الملعب بل خارجه أيضا وتعلمت الكثير من الأشياء بسبب احترافي وأرى كيفية عمل اللاعبين في الخارج وأطبق النظام ذاته".

قال: "أريد الاستمرار في أوروبا وأمني مواصلة مسيري وأن أضمن لكتار الأندية وأرکز مع شوتوجارت وسوف أستمر في أوروبا". وعن منتخب مصر قال: "لدينا منتخب قوي ونلعب بشكل جيد وجماعي



السابق "م أكن أشارك بصفة مستمرة مع المنتخب الأولي وهذا يعود لرؤيه شوقي غريب وأنت لي فرصه مع المنتخب الأول وتمسك بها".

وبسؤاله عن غيابه عن أولمبياد طوكيو ٢٠٢٠ قال: "الأولمبياد ليست مدرجة ضمن الأجندة الدولية والنادي رفض اضمامي للمنتخب الأولي بالفعل". وعن منتخب مصر قال: "لدينا منتخب قوي ونلعب بشكل جيد وجماعي

قال عمر مرموش لاعب شوتوجارت ومنتخب مصر إن تفاجأ من دفع كارلوس كيروش المدير الفني للفراعنة به أساسياً في مواجهة ليبيا تقبلاً استدعاه. وتحدث مرموش لقناة "أون تايم سبورتس ١" قائلاً: "لم أتفاجأ باشتراك ضد ليبيا كنت متوقع أن ألعب بعد استدعائي لكن المفاجأة كانت في كوني أساسياً".

وواصل "توقعت اختياري لمنتخب مصر نظراً للعب في الدوري الألماني أحد أقوى المسابقات في العالم، وكان غريبا بالنسبة لي عدم اختياري في المنتخب الأولي لكن هذا ما حدث". وأكمل "استقبالى في منتخب مصر كان جيداً وأغفر عصام الحسري ومحمد شوقي من فترتي في وادي دجلة". وعن هدفه ضد ليبيا في مشاركته الدولية الأولى قال: "هدفي في مرمى ليبيا ساعدني كثيراً وأعطاني ثقة كبيرة بعد

تعرف على تفاصيل بطولة الفراعنه لكمال الأجسام الأولى تحت شعار معاً ضد المنشطات

، حتى ١٧٣ سم، حتى ١٧٨ سم، فوق ١٧٨ سم، أعلى ١٧٨ سم، فئة كمال الأجسام (ناشئين) تحت ٢٣ سنة اوزان تحت ٥٥ كجم، تحت ٧٥ كجم، فوق ٧٥ كجم، فئة كمال الأجسام (رجال) الأوزان، تحت ٦٥ كجم، تحت ٧٥ كجم، فوق ٨٥ كجم. وكابت احمد السيد المشرفين الفنانين للبطولة والمستشاره فيه الصابري مسؤول العلاقات العامة سيتم الإعلان بشكل نهائى عن جواائز بطولة فيت فاروز لكمال الأجسام والتي ستكون مفاجأة للجميع وبحاجب عرض البرنامج الزمني وفقرات حفل الافتتاح والختام مع وعد أن تلك البطولة ستكون الأكثر تنافسياً من أجل راحة جميع المشاركين في البطولة التي تحمل إسم الفراعنه وتاريخ مصر العربي.



تحت ٢٠ سنه) علي ان تكون أطول فئة تين فيزيك طول واحد مفتوح، وفئة الفيزيك (ناشئين) تحت ٢٣ سنه و أطول فئة الفيزيك (ناشئين)، حتى قديم الزمان وأن البطولة تحمل ايضاً شعار، (معا.. ضد المنشطات) وقد تم الإعلان رسميًّا عن فئات الفيزيك (رجال) والاطوال فئة الفيزيك (رجال) وهي: فئة تين فيزيك (ناشئين

كشف الاتحاد المصري لكمال الأجسام، برئاسة الدكتور عادل فهيم، رئيس الاتحاد المصري والعربى والأفريقى ونائب رئيس الاتحاد الدولى لكمال الأجسام ، النقاب عن التفاصيل الكاملة لبطولة الفراعنة "فيت فاروز"،

التي ستستطلق يوم ١٧ ديسمبر

الجاري، وستقام بفندق

جويل سبورتس سيفي القاهرة الجديدة، وانه تم التأكيد على موعد ومكان اقامه البطولة،

وتم تحديد موعد الميزان يوم

الجمعة الموافق ١٧ ديسمبر

على أن تبدأ فعاليات البطولة في

اليوم التالي.

وأكمل مهاب سليمان، المنسق

العام لبطولة "فيت فاروز" في

نسختها الأولى بمشاركة عدداً من الدول

العربية وقد تم الكشف عن شعار

البطولة والذي يحمل قوة الفراعنه منذ

قديم الزمان وأن البطولة تحمل ايضاً

شعار، (معا.. ضد المنشطات)

وقد تم الإعلان رسميًّا عن فئات

البطولة وهي: فئة تين فيزيك (ناشئين

ريال مدريد يعلن إصابة مودريتش ومارسيلو بفيروس كورونا



وبفارق ٨ نقاط عن إشبيلية أقرب منافسيه. وشارك مودريتش في فوز ريال مدريد بهدفين دون مقابل على أتلتيكو مدريد. ويحلب ريال مدريد مباراته المقابلة أمام قادش ضمن مباريات الجولة ١٨ من مسابقة الدوري الإسباني. وتقام مواجهة ريال مدريد ضد قادش يوم الأحد المقبل. وكانت قرعة دوري أبطال أوروبا قد أسفرت عن مواجهة ريال مدريد عبر مسحة الثنائي مودريتش ومارسيلو وبالتألي عزلهما. جيرمان في ثمن النهائي. وتتصدر ريال مدريد جدول ترتيب الدوري الإسباني بعد شهر فبراير المقبل.

أعلن نادي ريال مدريد عبر موقعه الرسمي تأكيد إصابة الثنائي لوكا مودريتش ومارسيلو بفيروس كورونا. ويتتصدر ريال مدريد جدول خوض ١٧ جولة برصيد ٤٢ نقطة وكشف ريال مدريد عن إيجابية

حسين السيد: لا أمانع التحقيق معي بشرطين.. وهذه أسباب الموافقة على رحيل بعض اللاعبين

القضايا وكان عمرو أدهم متفرغ لمتابعة ذلك، من لديه دليل على تفاصيل الجنة عن متابعة أي شيء فليقم بتقدمه".

وواصل عن الاستغناء عن بعض اللاعبين على سبيل الإعارة بنية البيع "ما زلت أعتقد أن تفعل عندما يكون مطلوب منك دفع ٧ ملايين جنيه خلال ٢٤ ساعة أو ستم خصم ٦ نقاط؟ هتبיע عيل من عيلك".

وأتم "لا أمانع التحقيق معي بشرط أن يكون التحقيق عن طريق لجنة خارجية في النيابة وأن تكون نفس الجهة التي تستحق في المخالفات، تحقق في المسؤولين عن القضايا الأخرى وهم (حسام أشرف، أشيمبونج، حميد أحداد، جوزيه بيرو، مساعد باتشيكو، مارتن دا

كوسينا، سعاد باتشيكو، باتشيكو، شيخ بوزيان، مساعد جروس، جروس، خالد بوطيب، معروف يوسف، ماريتيما البرتغالي مع محمد إبراهيم، سبورتنج لشبونة مع شيكابالا)".

يمكن أن نرفض ذلك؟ هذا ثمن شراء لاعب وليس إعارة".

وأضاف "كنا في موقف صعب وفي كل يوم عندما دخل النادي أجد قضية جديدة على النادي وكان يجب أن نجد الحل".

وتابع "سددنا ٧٠ مليون جنيه من العقوبات المفروضة على الزمالك والقضايا ضد النادي، عندما جتنا لإدارة النادي قمنا بمتابعة شدد حسين السيد عضو اللجنة السابقة لإدارة نادي الزمالك على أنه لا يمانع إجراء تحقيق معه ولكن بشرطين مشيرا إلى أن الإدارة السابقة للنادي حاولت حل العديد من المشاكل.

وقال حسين السيد في تصريحات لقناة صدى البلد عن إعارة أسامة فيصل: "كنا في أزمة مالية وجاء عرض لإعارة مقابل ٤ مليون جنيه فكيف

كاريكا

