

**Mohamed Qatamesh Dental Clinic**

After Before

١١ ش الاديب علي ادهم، مساكن الشيراتون  
هاتف: ٠١٠٠٦٣٩٠٠٠ جوال: ٢٠١٠٠١٦٧٠٩٧٨  
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com

**مصر**

إخبارية إلكترونية مستقلة  
نسخة مجانية

رئيس مجلس الإدارة  
محمود صلاح قطامش

أسسها/محمود صلاح قطامش ٢٠١٤

الخميس - ٢٣ رجب - ١٤٤٣ هـ - الموافق ٢٤ فبراير ٢٠٢٢ م  
العدد الإجمالي رقم ١٢٤٨

## قمة مصرية كويتية.. الرئيس السيسي يؤكد حرص مصر على أمن واستقرار الدول الخليجية الشقيقة في مواجهة التحديات



في التصدي للتحديات المتعددة التي تواجه الأمة العربية في المرحلة الراهنة. من جانبه؛ رحب الأمير نواف الصباح بالرئيس

الشقيقة في مواجهة التحديات الداخلية والإقليمية، وذلك كجزء لا يتجزأ من الأمن القومي المصري، والاعتراف بعمق ومثانة العلاقات الاستراتيجية بين البلدين الشقيقين، إلى جانب الحرص على تعزيز وتنويع أطر التعاون الثنائي المشترك واستطلاع آليات دفعها إلى آفاق أرحب في شتى المجالات السياسية والأمنية والاقتصادية والتجارية. كما ثمن الرئيس مستوى التنسيق القائم ووحدة الرؤى بين البلدين الشقيقين حول القضايا ذات الاهتمام المتبادل، وحرصهما على تعزيز العمل العربي المشترك بما يسهم

التقى الرئيس عبد الفتاح السيسي، اليوم الثلاثاء، مع الشيخ نواف الأحمد الجابر الصباح، أمير دولة الكويت، وصرح السفير بسام راضي، المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية بأن الرئيس شكر أخيه أمير دولة الكويت على حسن الاستقبال وكرم الضيافة، مؤكدا حرص مصر على استقرار وأمن الكويت وكافة الدول لخليجية

## الرئيس السيسي يتفقد الكلية الحربية فجراً ويشارك الطلاب أنشطتهم الصباحية

**Al-Zafer International**  
International Shipping & Logistic Solutions

1 God El-haq St., 1st Floor, Square 1226, beside Florida Mall, Sheraton Heliopolis, Cairo, Egypt  
☎ +202 2264 4667  
☎ +202 2264 4668  
✉ www.alzaferintl.com



الكلية الحربية مهارياً وبدنياً مشاركا الطلبة في الأنشطة الصباحية. وفي إطار حرص الرئيس على التواصل المباشر مع الطلبة، فقد دار حوار مفتوح بين الرئيس والطلبة، تناول جهود الدولة علي المستوى الداخلي

والفريق أسامة عسكر رئيس اركان حرب القوات المسلحة وعدد من قادة القوات المسلحة. وصرح السفير بسام راضي، المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية بأن الرئيس تابع برامج تدريب طلبة

أجرى الرئيس عبد الفتاح السيسي، جولة تفقدية فجر اليوم لمقر الكلية الحربية رافقه خلالها الفريق أول محمد زكي القائد العام للقوات المسلحة وزير الدفاع والإنتاج الحربي

**ATC**  
شركة الأركان للتجارة والمقاولات  
Al Arkan Trading & Contracting Co.

مركز بيلتون لتقويات السمع

**Beltone**  
Helping the world hear better

٠٢٢٤٠٢٦٠٧٨ / ٠١٠٠٥٧٥٠١٢٦  
www.beltone.com

## التعليم العالي: مستشفى أسيوط الجامعي تنجح في القضاء على ١٠٠٪ من قوائم انتظار



على قوائم الانتظار. وأشار التقرير إلى إعلان جامعة أسيوط ضمن فعاليات النسخة الثامنة من ورشة العمل الدولية لمناظير الصدر الجراحي والتي نظمتها الجامعة، وأعلنت خلالها عن نجاح المستشفى الجامعي في تنفيذ ١٠٠٪ من عمليات أورام الصدر، و ٩١٪ من العمليات الجراحية للكبار والصغار بقسم جراحة القلب والصدر.

قدم الدكتور طارق جمال رئيس جامعة أسيوط تقريراً حول نجاح قسم جراحة القلب والصدر بالمستشفى الجامعي بأسيوط في القضاء على ١٠٠٪ من قوائم انتظار عمليات أورام الصدر، و ٩١٪ من قوائم انتظار العمليات الجراحية للكبار والأطفال، وذلك في إطار مشاركة منظومة المستشفيات الجامعية التابعة لوزارة التعليم العالي في تنفيذ المبادرة الرئاسية للقضاء

## وزير الأوقاف: الإسراء والمعراج معجزة عظيمة ثابتة بالروح والجسد

الاجتماعي "فيس بوك": "نؤمن بذلك إيماناً من رأى وشاهد وعانين، وتلك عقيدتنا الراسخة، ثقة في كتاب ربنا وسنة حبيبنا سيدنا محمد (صلى الله عليه وسلم)، صلوا عليه وسلموا تسليماً". وأعلنت وزارة الأوقاف، عبر

قال الدكتور محمد مختار جمعة، وزير الأوقاف، إن الإسراء والمعراج معجزة عظيمة ثابتة بالروح والجسد إسراءً ومعراجاً، لأنها إرادة من لا يعجزه شيء في الأرض ولا في السماء. وأضاف جمعة، عبر صفحته الرسمية على موقع التواصل





## القيادات الإسلامية بجنوب شرق آسيا تشيد بزيارة أمين رابطة العالم الإسلامي لتايلاند ولقاءات القيادة البوذية

بأنها بالغة الأهمية حيث أوضحت مسار الأفق الإسلامي الحضاري تجاه الحضارات الأخرى وعالجت موضوعات في غاية الحساسية ظلت عالقة في أذهان الكثيرين.

وقد شملت هذه الزيارة زيارة مجلس رؤساء المجالس الإسلامية حيث التقى معالي الأمين العام لرابطة العالم الإسلامي ورئيس المجلس وأعضائه من أصحاب الفضيلة المفتين والعلماء، وجرى خلال اللقاء تناول الأحاديث الودية ومناقشة عدد من الموضوعات ذات الاهتمام المشترك، مع التنويه بمستوى الوثام الوطني المتميز في مملكة تايلاند وتقدير إسهام المكون الإسلامي في تعزيزه بوعيه الديني والوطني الكبير . كما التقى الدكتور العيسى برأس القيادة البوذية في تايلاند الذي أعرب عن تقديره لهذه الزيارة.

عقب ذلك ألقى الدكتور العيسى، محاضرة في مجلس المركز الإسلامي، بعنوان: "التسامح الديني وبناء الجسور"، شهدت حضوراً رسمياً وشعبياً كبيراً، يتقدمهم مسؤولو وزارة الخارجية التايلاندية، وأعربت قيادة المجلس عن تمشين مضامين المحاضرة وأهميتها للجميع واعتمدت جمعها ونشرها، ثم زار معاليه مسجد تون سو في، وهو أقدم مسجد في مملكة تايلاند، تأسس عام ١٦١٠م، حيث التقى معاليه بأصحاب الفضيلة المشايخ والأئمة.

تنوعها، مشيرةً إلى أن الزيارة أكدت على الصورة المستحقة للإسلام، مجسدةً معاني الرقي الحضاري في الوعي الإسلامي، ولا سيما تفهمه للتنوع الإنساني، واحترام حقّه في الوجود، باعتبار ذلك سُنّة كونية، وما يقتضيه هذا التفهم من ضرورة التعاون بين الجميع لتحقيق صالحهم المشترك.

إلى ذلك منحت جامعة فطاني التايلاندية معالي الدكتور محمد العيسى درجة الدكتوراه الفخرية، بحضور قيادات حكومية ومجتمعية وأكاديمية، وعدد من الباحثين والطلاب والمدعوين، وذلك تقديرًا للمهام الإسلامية التي كان لها الأثر الواضح في خدمة العمل الإسلامي وإيضاح حقيقة تعاليمه وبالأخص في هذه المنطقة الأكثر تنوعاً دينياً وإثنية، وتأتي هذه الزيارة في سياق مهام رابطة العالم الإسلامي في خدمة الإسلام والإسهام في تعزيز جهود السلام حول العالم.

وفي سياق متصل نوهت تلك القيادات الدينية بالقيم والرسائل التي تضمنتها المحاضرة التي ألقاها الشيخ العيسى في "جامعة الملك" بعنوان: "تحالف الحضارات"، وما لقيته من التفاعل في الأوساط المحلية، وفي مقدمتها إشادة رئيس الوزراء والبرلمان، وإعلان الجامعة -التي تعد أعرق الجامعات التايلاندية وأشهرها- بأنها ستعمل على نشر مضامين المحاضرة التي وصفها



تايلاند وفي دول جنوب الشرق الآسيوي بزيارة وفد رابطة العالم الإسلامي برئاسة معالي أمينها العام رئيس هيئة علماء المسلمين الشيخ الدكتور محمد بن عبد الكريم العيسى لمملكة تايلاند وباللقاءات المثمرة التي تمت مع القيادات الدينية التايلاندية بكافة

بتقدمها رئيسا الوزراء والبرلمان.. وجامعة الملك تنشر مضامينها العيسى يلتقي بالمشايخ والأئمة في تايلاند ويلقي محاضرة في مجلس المركز الإسلامي حول "التسامح الديني وبناء الجسور" نوهت القيادات الدينية في مملكة

جامعة فطاني بتايلاند تكرم د.العيسى بالدكتوراه الفخرية تقديراً لجهوده في العمل الإسلامي د.العيسى يحاضر حول "تحالف الحضارات" في أعرق وأشهر الجامعات التايلاندية إشارات واسعة بمضامين المحاضرة



## رئيس البرلمان اللبناني يوقع ١٣ قانوناً أقرها مجلس النواب في جلسته الأخيرة

وقع رئيس مجلس النواب اللبناني نبيه بري، ١٣ قانوناً أقرها مجلس النواب، في جلسته التي عقدت الأول الاثنين، ثم أحالها إلى رئاسة مجلس الوزراء ليوقع عليها رئيس الحكومة نجيب ميقاتي. وكان مجلس النواب قد أقر - في جلسته العامة - عددًا من مشاريع القوانين أبرزها مشروع قانون المناقشة بالإضافة قانون تمديد مهلة رفع السرية عن مصرف لبنان للتدقيق الجنائي. ووافق المجلس أيضًا على تعديل قانون إنشاء الهيئة الوطنية لحقوق الإنسان المتضمنة لجنة الوقاية من التعذيب، وذلك بالإضافة إلى عدد من القوانين المتعلقة بتفقيات عدد من مفتشي المديرية العامة للأمن العام والمديرية العامة لقوى الأمن الداخلي. وأعاد رئيس مجلس النواب نبيه بري، مشروع قانون استقلالية القضاء إلى لجنة الإدارة والعدل لإطلاع مجلس القضاء الأعلى بلبنان على المسودة النهائية لمشروع القانون، وذلك استجابة لطلب وزير العدل الذي طلب الاطلاع على مشروع القانون بصيغته النهائية أيضًا.



## السعودية تطلق أول طائرات مشروع الإسعاف الجوي عقب إجراء بعض التطويرات

بتغطية منطقة الرياض؛ فيما سيتم تشغيله تدريجيًا في المناطق الأكثر احتياجًا لدعم العملية الإسعافية بها خلال الفترة المقبلة.

وأفاد أن ما يميز مشروع الإسعاف الجوي هو سرعة مباشرة الحالات الإسعافية، بالإضافة إلى التجهيزات الطبية عالية المستوى التي أدخلتها الهيئة ضمن منظومة عملها في تقديم الخدمة الإسعافية سواء في السيارات أو الطائرات الإسعافية

الإسعاف الجوي جاءت عقب إجراء بعض التطويرات بالمشروع ليكون داعيًا للعمل الإسعافي على الأرض، مما سيسهم في تحقيق أهداف الاستراتيجية التي أطلقتها الهيئة، ويعزز من التوسع الجغرافي للخدمة الإسعافية في المملكة العربية السعودية التي تعيش فترة انتعاش اقتصادي، وهو ما يتطلب مواكبة وتحديثًا من كافة الخدمات. وكشف أن مشروع الإسعاف الجوي سيبدأ

أعلن رئيس هيئة الهلال الأحمر السعودي الدكتور جلال بن محمد العويس، عن عودة مشروع الإسعاف الجوي للعمل مجددًا، وذلك بعد فترة توقف شهدتها المشروع لإدخال بعض التحسينات عليه، مبيّنًا أنه تم إطلاق اسم "الدرعية" على أول طائرة بعد عودة الخدمة، بحسب وكالة الأنباء السعودية.

وأوضح الدكتور العويس في تصريح له أن إعادة تشغيل مشروع



## تلاتين

ترخيص الهيئة الوطنية للإعلام رقم ٠٠٠٤  
فبراير عام ٢٠٢١

رئيس مجلس الإدارة:-  
محمود صلاح قماش

رئيس التحرير:-  
عاطف عبد العزيز

الاشراف الصحفي:-  
دكتور ساهم جبريل

البث الالكتروني:-  
محمد جمال شرع

الوكيل الاعلاني  
جمهورية مصر العربية

elsherif  
للحعاية والاعلان  
(+202) 01022441900 (+202) 01283617779  
e-mail: cd\_room2004@yahoo.com

المملكة العربية السعودية

مطبعة مشعل محمد الفطاني  
Mishal Printing Press  
CREATIVE DESIGN & PRINTING SOLUTION  
CALL NOW  
053 230 5963 / 050 574 0183  
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. 4030303207 Lic. No. 55815

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



شركة الزايفر لخدمات الشحن  
Al-Zafer Cargo Services Co.  
خدمات الشحن والتفريغ والنقل الجوي والبحري  
800-12-8888-1  
qalamesh@alzafercargo.com  
www.alzafercargo.com

Mohamed  
Dental Clinic



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



## كلمة العدد



### حاول تفهم

#### إبطال خلف الشاشات

انها الموضه في هذه الايام ...ان تصبح اسدا خلف الشاشات وتنهش بلسانك وطنك وتنتقد علي الفيس ووسائل التواصل الاجتماعي بلاك وقيادتها وقراراتها مهما كانت وتسب من تريد ولا تترك لاحد حرمه الا وقد انتهكتها لماذا؟؟ فقط لان اجراء ما قد اتخذ لتنظيم امر ما قد تجهل كل ابعاده وحجم تأثيره علي الاستيراد والحد من هجره عمله الصعبه وتشجيع الصناعه الوطنيه لتأخذ مكانها في اختيارات المصريين ....يقولون علي اي قرار مهما كان انه يضر مصلحه المواطن ومعايشه اليومي وتلك هي الفريه الكبرى لان اي قرار مهما كان له بعض الاثار الجانبيه لكن تبقي المصلحه الوطنيه منه اكبر ..... عليك اذن ان تحدد هل انت مع الدوله العصريه والتي تتطلع للمستقبل وتحاول ان تتجاوز اخطاء وعيوب الماضي ام لا ؟!!!! وتحاول ان تعيش مع الظروف الاقتصاديه العالميه وظروف الكورونا في العالم باختلاف درجات تعامله مع هذا الوباء..... هذه جميعها اجراءات للاصلاح الاقتصادي لتضييق الفجوه بين الاستيراد والتصدير حتي نذهب سويا للمستقبل لاولادنا واحفادنا مطمئنين انهم سيعيشون في وطن مستقر امن حر سيد نفسه ويملك قراره .....فليس من الحكمة اذن الجراءه علي الوطن وتضخيم اثار القرارات الاخيره التي اصدرها البنك المركزي للحد من فاتوره الاستيراد التي تجاوزت اي منطق وخلق حاله من الاحباط بين الناس تؤثر علي جوده حياتهم اليوميه وتلك القرارات من المفروض انها تنظيميه ولا تزيد اعباء او تؤسس لتكاليف اضافيه ..... فلا تحقرن اثار ورد فعل اي كلمه سلبيه تقولها او تكتبها علي الناس جميعا ..... انها سفينه الوطن ونحن جميعا فيه وبقدر المستطاع المطلوب اعمال العقل في اي قرار مهما كان وتنزيه من يقوم بهذا القرارات الاقتصاديه التنظيميه من اي مصلحه شخصيه فرديه او رغبه في افقار الناس كما يدعي المغرضون واصحاب الاجندات فالجميع همهم وهدفه مصلحه الوطن والمواطنين علي اختلاف درجاتهم وباختلاف وظائفهم ودرجات تحملهم للمسئوليه .....فالوقت الان للوقوف بشجاعه وحكمه الي صف البلاد وكفي تشفي لمصلحه جماعه مغرضه تحاول ان تنصيد في الماء العكر وقد امتلكوا الظروف يوما ولكنهم لم يقدموا لهذا الشعب سوي الوقيعه بين فئاته وطبقاته المختلفه...نحن بفضل الله الان لدينا قياده وطنيه حكيمة وحكومته واعيه تدرس قيمه قراراتها الاقتصاديه وانعكاسها علي الناس وتحاول التقليل بقدر المستطاع من اي اثار قد يعتقدها انها ستكون سلبيه وقد راينا حجم انجازات هذه الحكومه علي الارض وهي شاهده لها وان حاول انكارها المغرضون او التغطيه عليها.

وحاول تفهم

مصر تلاتين

## الحكومة تناقش التداعيات الاقتصادية للأزمة الأوكرانية على مصر: لدينا احتياطي كافٍ من القمح لمدة تزيد عن ٤ أشهر



واضح على أسعار عدد من السلع الأساسية على مستوى العالم. وفي هذا السياق، فإننا منذ بدء الأزمة عكفنا على دراسة مدى تأثيرها المحتمل على عدد من السلع وعلى رأسها القمح.

٨٢٤٤\_SLM

وتابع: لدينا احتياطي كافٍ من القمح لمدة تزيد على ٤ أشهر، وننتظر بدء الموسم الجديد لتوريد القمح المحلي خلال شهر أبريل المقبل. وأكد رئيس الوزراء، أن الحكومة لديها حلول لتوفير القمح في حالة تأزم الموقف عبر تنويع مصادر توريده من عدد من الدول، وهو ما يتم بالفعل.

وفي سياق متصل، تم خلال الاجتماع مناقشة موقف جميع السلع التي يتم استيرادها من روسيا وأوكرانيا، كما عرض وزير التموين مستويات أسعار السلع المختلفة عالميا، وخطط الوزارة لتوفير مخزون استراتيجي من هذه السلع.

٨٢٥١\_SLM

واستعرض الاجتماع أيضا التداعيات المحتملة للأزمة على أسعار البترول،

عقد الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، مساء اليوم، اجتماعا؛ لمناقشة التداعيات الاقتصادية للأزمة الروسية الأوكرانية على مصر، وذلك بحضور المهندس طارق الملا، وزير البترول والثروة المعدنية، والدكتور خالد العناني، وزير السياحة والآثار، والدكتور على المصليحي، وزير التموين والتجارة الداخلية، والدكتور محمد معيط، وزير المالية، ونيفين جامع، وزيرة التجارة والصناعة، والسفير إيهاب نصر، مساعد وزير الخارجية للشئون الأوروبية، ومسؤولي الجهات المعنية.

٨٢٩٣\_SLM

وفي مستهل الاجتماع، أشار رئيس الوزراء إلى أن الحكومة المصرية تتابع عن كثب تطورات الأزمة الروسية الأوكرانية، ونطاق تداعياتها على الصعيد العالمي، سواء من الناحية السياسية أو الاقتصادية.

٨٢٧٢\_SLM

وأضاف الدكتور مصطفى مدبولي، أن مثل هذه الأحداث يكون لها تأثير

## الحكومة ترد على تداول صور تزعم تلوث مياه الشرب والزراعة وعدم صلاحيتها

**شائعات**  
تداول صور تزعم تلوث مياه الشرب والزراعة وعدم صلاحيتها للاستهلاك الآدمي بعد ظهور عكارة في مياه نهر النيل وتغير لونها.

### حقائق « وزارة الموارد المائية والري:

غير صحيح، ونوضح أن عكارة المياه في نهر النيل وتغير لونه يعد أمراً طبيعياً نتيجة لوصول مياه السيول المحملة بالأتربة والرمال والطين إليها، وذلك بعد موجة الأمطار والسيول التي تعرضت لها البلاد على مدار الأيام الماضية، الأمر الذي يؤكد على أن شبكة تصريف مياه السيول تعمل بكفاءة عالية، ونشير إلى أن هذه العكارة ليس لها أي تأثيرات سلبية على جودة مياه الشرب والأراضي الزراعية، وسوف تختفي آثارها من المياه خلال يوم أو يومين على أقصى تقدير.

كشف المركز الإعلامي لمجلس الوزراء، إنه في ضوء ما تم تداوله من صوراً تزعم تلوث مياه الشرب والزراعة وعدم صلاحيتها للاستهلاك الآدمي بعد ظهور عكارة في مياه نهر النيل وتغير لونها، تواصل المركز مع وزارة الموارد المائية والري، والتي نفت تلك الأنباء، مؤكدة أنه لا صحة لتلوث مياه الشرب والزراعة أو عدم صلاحيتها للاستهلاك الآدمي بعد ظهور عكارة في مياه نهر النيل وتغير لونها.

وأوضحت الوزارة، أن عكارة المياه في نهر النيل وتغير لونه يعد أمراً طبيعياً نتيجة لوصول مياه السيول المحملة بالأتربة والرمال والطين إليها، وذلك بعد موجة الأمطار والسيول التي تعرضت لها البلاد على مدار الأيام الماضية، الأمر الذي يؤكد على أن شبكة تصريف مياه السيول تعمل بكفاءة عالية، مُشيرةً إلى أن هذه العكارة ليس لها أي تأثيرات سلبية على جودة مياه الشرب والأراضي الزراعية، وسوف تختفي آثارها من المياه خلال يوم أو يومين على أقصى تقدير.





كتب فيصل ابو هاشم

## توزيع التجمعات التنموية على المستحقين بالعريش ٢٥ أبريل المقبل

وحدات الصحة والمساكن ومراكز الشباب والدواوين و١٠ محلات تجارية ووحدات التحلية والتجمعات الزراعية إلى جانب تواجد أدوات الري والشتلات الزراعية.

وشدد المحافظ على ضرورة جاهزية جميع التجمعات للتوزيع الإلكتروني كمرحلة أولى في ٢٥ أبريل المقبل، كما وجه بتخصيص العناصر اللازمة والمناسبة لإدارة التجمعات وتوفير طواقم إدارية لها وتوفير الإدارة اللازمة لكل تجمع بتشغيل المنشآت ، وإنشاء اتحاد للشاغلين بكل تجمع.

ووجه المحافظ بسرعة إنهاء مراكز الخدمات وتجهيزها بالمعدات اللازمة للزراعة والكواثر ، وتوصيل التيار الكهربائي للآبار ، وإنشاء غرف لتوزيع المياه ، وتخصيص خزانات مياه للمنازل والمنشآت الخدمية وتوفير مولدات



قال الدكتور محمد عبد الفضيل شوشة، محافظ شمال سيناء علي تسلم المحافظة للتجمعات التنموية في ١٥ مارس المقبل ، تمهيداً لتوزيعها على المستحقين خلال الاحتفال بالعيد القومي للمحافظة في ٢٥ أبريل المقبل. وأكد المحافظ خلال الاجتماع المنعقد برئاسة وبحضور اللواء، هشام الخولي والعميد، أسامة الغندور السكرتير العام للمحافظة ورئيسي مركزي الحسنة ونخل بوسط سيناء ومديري قطاعات التعمير والزراعة والري والصحة والتعليم والأوقاف والشباب والرياضة والمياه وتنمية القرية وشؤون العاملين وغيرها من الجهات المعنية.

وأشار المحافظ في الاجتماع إلى ضرورة تجهيز التجمعات التنموية من منازل ومساحات أراضى قدرها ٥ أفدنة لكل منزل السابق الاعلان عنها في أكتوبر الماضي.. حيث يضم كل تجمع المدارس

## وزير التعليم العالي يعتمد نتيجة الإعلان الموحد لخطة البعثات للعام ٢٠٢٢/٢٠٢١

بعثة بما يمثل نحو نصف العدد الإجمالي، بالإضافة إلى (٢٢) بعثة في مجال الزراعة وأمن الغذاء ، و ١٠ بعثات في مجال الطاقة الجديدة والمتجددة ، بالإضافة إلى عدد من البعثات في العديد من المحاور الدراسية مثل: ( المياه - البيئة - تقنيات الصناعة الاستراتيجية -تكنولوجيا المعلومات والاتصالات والفضاء - تطوير التعليم والتعلم - الاستثمار والتجارة والنقل - العلوم الاجتماعية والإنسانية ). وجاءت جامعة المنيا في مقدمة الجامعات الحاصلة على عدد من البعثات وذلك لحصولها على ١٤ بعثة لتصدر قائمة الجامعات الحاصلة على عدد من البعثات، وحصلت جامعة المنصورة والإسكندرية على ١١ بعثة، وجامعة طنطا وأسيوط على ١٠ بعثات.

وأضاف العزازي أن البعثات التي تم اعتمادها شملت أرقى الجامعات والمعاهد البحثية في ٢٨ دولة وعلى رأسها الولايات المتحدة الأمريكية بعدد ٢٨ بعثة، يليها عدد ٢٣ بعثة للمملكة المتحدة، ثم كندا بعدد ١٣ بعثة، وضمت القائمة جامعات ذات التصنيف العالمي المتميز مثل: جامعة هارفارد جامعة ستانفورد جامعة ييل جامعة نورث ويسترن كينجز كوليدج إمبيرال كوليدج لندن جامعة كامبردج جامعة كولومبيا البريطانية جامعة ماكجيل. يذكر أن عدد البعثات التي تم منحها للدارسين في القطاع الطبي بلغ (٦٠)

اعتمد الدكتور خالد عبد الغفار وزير التعليم العالي والبحث العلمي نتيجة الإعلان الموحد عن خطة البعثات للعام الخامس ٢٠٢٢/٢٠٢١ ( الجزء الأول) من الخطة الخمسية الثامنة ٢٠١٧ - ٢٠٢٢ والتي تشمل إيفاد لبعثات خارجية - إشراف مشترك - مهمة علمية ما بعد الدكتوراه - بعثة للحصول على الماجستير، وجاء هذا الإعلان بالشراكة مع الوكالة اليابانية للتعاون الدولي JICA. وأشار الوزير إلى تقدم عدد ٢٨٢ باحثاً وباحثة للإعلان من مختلف الجامعات والمعاهد والمراكز البحثية، واستوفى الشروط عدد ٢٤٥ باحثاً وباحثة، وتم عقد لجان علمية لمراجعة المقترحات البحثية ومقابلة المتقدمين من خلال جلسات تحكيم ضمت أكثر من ٧٠ عضواً فنياً.



ومن جانبه أكد د. أشرف العزازي رئيس قطاع الشؤون الثقافية والبعثات أنه تم قبول ١٣٣ متقدماً في مختلف أنواع الإيفاد موزعة كالتالي : ٤١ بعثة خارجية ، ٢١ إشراف مشترك ، ٦٧ مهمة علمية ، ٤ للحصول على الماجستير ، وكان عدد الباحثات بنسبة تقارب ٣٩٪ من إجمالي الباحثين لهذا العام.

## جوله مع المهندس حبيب الديب المرشح نقيباً لمهندسي سيناء

**البرنامج الانتخابي**  
للمهندس الاستشاري  
**محمد الحبيب الديب**

**مرشح رقم 2**

السادة الزملاء مهندسي سيناء تستحقون ان يكون لكم خدمات في شتى المجالات أسوة بكل النقابات الفرعية بالمحافظات الأخرى، و قد وضعت رؤيتي لتحقيق ذلك وفقاً للنقاط الآتية:

- العمل على إنشاء مكتب متخصص للتوظيف وخاصة شباب المهندسين والتواصل مع الشركات المختلفة لخلق فرص عمل مناسبة لكل مهندس مع توفير الدعم والحماية القانونية فيما يتعلق بشؤون المهنة.
- ان تستعيد نقابتنا دورها الريادي الداعم للتنمية والتعبير بالمحافظة باعتبارها استشاري الدولة.
- التنسيق مع مجلس إدارة النقابة العامة في رفع قيمة المعاش بشكل دوري.
- وضع خطة شاملة لتنمية موارد النقابة واستغلال الإمكانيات المتاحة عن طريق استغلال النادي والمساحات المحيطة في إنشاء منطقة ترفيهية على اعلى مستوى بها حمام سباحة وكافيهات لتصبح عامل جذب للسادة الزملاء في التواجد مع اسرهم في نقابتهم المحترمة.
- عمل دورات تدريبية لرفع كفاءة المهندسين و إعطاء شهادات من الجهات الرسمية المعتمدة لمساعدة المهندسين علي التطوير و الحصول علي فرص عمل أفضل.
- الاتفاق مع المحافظة علي إقامة مشروع إسكان لشباب المهندسين او إنشاء عمارتين او أكثر بدعم من النقابة العامة و طرح الوحدات علي المهندسين بنظام القرعة العلنية وكذلك قطع اراضي علي أن تكون بسعر التكلفة الحقيقي و بالتقسير.
- إقامة معارض للسلع المعمرة والأثاث و السيارات.
- توفير و تسهيل رحلات الحج و العمرة للسادة المهندسين و اسرهم بأسعار مخفضة.
- توسيع دائرة خدمات الرعاية الصحية للمهندسين و اسرهم علي مستوى سيناء.

وفقنا الله و اياكم لما يحب و يرضي.



متابعه / ايمان محمد

قام المهندس حبيب الديب المرشح نقيباً لمهندسي سيناء وفي اطار حملته الانتخابية بزياره منطقه رفع الجديده وذلك لشرح برنامج سيادته الانتخابي والذي يطرح فيه افكارا جديده تلتقي مع فكر شباب المهندسين وشيوخهم وتلتقي مع طموحهم في نقابتهم وفي اثناء الزياره التقى بكثير من شباب المهندسين واجاب علي اسئله الشباب من المهندسين والذين يراهن عليهم جميعا مع كبار المهندسين لاحداث التطور الذي يلتقي وطموحهم اجمعين ..... وننشر هنا البرنامج الانتخابي للمهندس حبيب الديب .....

## الصحة تسجل ١٩٨٩ إصابة جديدة بفيروس كورونا و ٥١ وفاة وخروج ١٨٤٦ متعافياً

أعلنت وزارة الصحة والسكان عن خروج ١٨٤٦ متعافياً من فيروس كورونا من المستشفيات، وذلك بعد تلقيهم الرعاية الطبية اللازمة وتقام شفائهم وفقاً لإرشادات منظمة الصحة العالمية، ليرتفع إجمالي المتعافين من الفيروس إلى ٤٠٣٩٦٧ حتى اليوم الثلاثاء. وأوضح الدكتور حسام عبد الغفار المتحدث الرسمي لوزارة الصحة والسكان، أنه تم تسجيل ١٩٨٩ حالة جديدة ثبتت إيجابية تحاليلها للفيروس ومتحوراته، وذلك ضمن إجراءات الترصد والتقصي والفحوصات اللازمة التي تُجريها الوزارة وفقاً لإرشادات منظمة الصحة العالمية، لافتاً إلى وفاة ٥١ حالة جديدة. وأكد أنه طبقاً لتوصيات منظمة الصحة العالمية الصادرة في ٢٧ مايو





## الرقابة المالية تتلقى ٥٤٤ شكوى من الأنشطة المالية غير المصرفية.. وإنجاز ٩٤٪ منها

للتحكيم والتسوية في المنازعات وتجزير للمتعاملين اللجوء إليه إذا ما تفقوا ابتداءً أو لاحقاً على تسوية النزاع عن طريق التحكيم، في خطوة تعزز حق المتعاملين في اللجوء لآليات تكفلهم لهم التشريعات المنظمة للأسواق المالية غير المصرفية وتسمم بالكفاءة والفعالية والسرعة لتسوية وحل النزاعات إلى تنشأ من مقدمي الخدمة.

وأوضح رئيس الهيئة، أن الدولة تدرك أهمية أن يصاحب إصدار التشريعات والقواعد المنظمة للأنشطة الاقتصادية الاهتمام بمسألة تسوية المنازعات التي قد تنشأ، باعتبارها واحدة من أهم عناصر المناخ الاستثماري الشامل، لذلك فقد كانت الرقابة المالية حريصة جداً على أن تتعدد الآليات التي تتعامل مع الشكاوى والنزاعات من خلال الإدارة المركزية لشكاوى المتعاملين بالهيئة، ولجان فض المنازعات، ومركز التحكيم، وما يرد من المنظومة الحكومية للشكاوى، علاوة على نشر دليل حماية المتعاملين بكافة وسائل الاتصال الجماهيري لبيان حقوق العملاء.

المالية غير المصرفية في حالة نشوب خلاف أو نزاع، لما سنجده من حرص شديد لمراعاة مركز التحكيم لطبيعة التخصص المطلوب والخبرة المطلوبة للفصل في هذه المنازعات، وما تتطلب هذه المنازعات من عمق وفهم جيد للأمور الفنية المتعلقة بتفاصيل تلك المعاملات.

وتابع "عمران"، بالإضافة إلى سهولة الإجراءات عند التأسيس والترخيص في الأنشطة المالية غير المصرفية فلن تمثل مفردتها عنصر جذب للمستثمرين، ما لم يواكب ذلك على نحو يقيني وجود آلية قانونية فعالة لنظر وإنهاء أي نزاع قد يظهر للمتعاملين ويجد طريقه إلى التسوية القضائية أو الرضائية على نحو يحفظ حقوقهم.

وأشار محمد عمران، إلى أن المركز المصري للتحكيم الاختياري وتسوية المنازعات المالية غير المصرفية تم إنشاؤه بموجب قرار رئيس الجمهورية رقم ٣٣٥ لسنة ٢٠١٩ ليمت تفعيل المادة العاشرة من قانون تنظيم الرقابة على الأسواق والأدوات المالية غير المصرفية رقم (١٠) لسنة ٢٠٠٩، والتي تضمنت إنشاء مركز

للمهارات التي تمكنهم من القدرة على ممارسة القضايا التحكيمية، ويتضمن البرنامج ورش عمل يديرها نخبة من كبار أساتذة الجامعة والمستشارين المتخصصين في مجال التحكيم من أصحاب الخبرات البارزة إقليمياً ودولياً.

وقال "عمران"، بحسب بيان صحفي، اليوم الأربعاء، إن إتاحة قنوات متعددة أمام المتعاملين في الخدمات المالية غير المصرفية لتقديم شواكهم، وإيصال مشاكلهم أو الخلافات التي تصل لحد النزاعات مع مقدمي الخدمات يمثل صمام أمان لتحقيق السلامة والاستقرار داخل الأسواق المالية غير المصرفية، ويحقق بناء مؤسسي متكامل للقطاع بما يسهم في تحسين تنافسية الاقتصاد القومي وجاذبيته للاستثمارات الأجنبية.

وطالب رئيس الهيئة، الاتحادات والجمعيات الفنية العاملة في الأنشطة المالية غير المصرفية بالاتفاق على تصور رضائي يسمح بوجود شرط في العقود التي يتم إبرامها بين مقدمي الخدمة وعملائهم باللجوء إلى المركز المصري للتحكيم الاختياري وتسوية المنازعات



التحكيم" على مدار ٥ أيام، ويستهدف تزويد المشاركين الذين تجاوز ٥٠ متدرب من كافة الهيئات والجهات العاملة بالأنشطة المالية غير المصرفية بالمعرفة العلمية والتطبيقية والقانونية الشاملة لكافة جوانب التحكيم، واكتسابهم

من الفحص والرد على ٥٠٩ شكوى. وجاء ذلك خلال افتتاح محمد عمران رئيس هيئة الرقابة المالية، أول برنامج تدريبي للمركز المصري للتحكيم الاختياري وتسوية المنازعات المالية غير المصرفية، يتناول "المهارات الأساسية في

أعلن الدكتور محمد عمران رئيس الهيئة العامة للرقابة المالية، عن إنجاز الهيئة نسبة ٩٤٪ من الشكاوى المقدمة للأنشطة المالية غير المصرفية على منظومة الشكاوى الحكومية، والتي بلغت إجمالي ٥٤٤ شكوى خلال عام ٢٠٢١، وتم الانتهاء



## مصر والمجر توقعان مذكرة تفاهم لإنشاء لجنة مشتركة للتجارة والصناعة

المصالح المشتركة ويساهم في التنمية الاقتصادية للبلدين.

وقالت جامع إنه بموجب مذكرة التفاهم سيتم إنشاء لجنة فرعية مشتركة للتجارة والصناعة بهدف تعزيز العلاقات الصناعية والتجارية بين مصر والمجر، برئاسة رئيس التمثيل التجاري المصري عن الجانب المصري ورئيس قسم الترويج للصادرات عن الجانب المجري، وستضم مسؤولين رسميين يتم اختيارهم من قبل الطرفين على أن تتعدد بشكل دوري في كلا البلدين.

الموقعة في ٢٠٠١ والتي دخلت حيز النفاذ في ٢٠٠٤، ووفقاً لاتفاق التعاون الاقتصادي بين الحكومة المصرية وحكومة جمهورية المجر التي وقعت في بودابست عام ٢٠٠٧.

وأكدت الوزيرة إن توقيع الاتفاقية يعكس أهمية العلاقات بين مصر ودول الاتحاد الأوروبي، ورغبة الدولة المصرية في تعزيز العلاقات التجارية والصناعية وتنمية المشروعات الصغيرة والمتوسطة مع المجر في الموضوعات ذات الاهتمام المشترك، ومن ثم خلق إطار لدعم العلاقات التجارية الثنائية، بما يخدم

نيتين جامع: الاتفاق يستهدف تعزيز التعاون الاقتصادي المشترك.. وتحقيق نقلة نوعية في التبادل التجاري بين البلدين

بيتر سيارتو: دور رئيسي للجنة في تحقيق آمال وطموحات الشعبين المصري والمجري

وقعت نيفين جامع، وزيرة التجارة والصناعة المصرية، وبيتر سيارتو، وزير الشؤون الخارجية والتجارة المجري، مذكرة تفاهم لإنشاء لجنة مشتركة للتجارة والصناعة، في إطار اتفاقية الشراكة بين مصر والاتحاد الأوروبي



## التجارة: 1.2 مليار دولار حجم صادرات 183 شركة مصرية طبقاً لاتفاقية المناطق المؤهلة

للسوق الأمريكي خاصة وان واردات الولايات المتحدة الأمريكية من الملابس الجاهزة بلغت ١٢١ مليار دولار خلال العام الماضي، مشيراً إلى أهمية مساندة المشروعات الصغيرة ومتناهية الصغر باعتبارها العمود الفقري لأي اقتصاد سواء اقتصاد متقدم أو نامي حيث يقوم جهاز تنمية المشروعات المتوسطة والصغيرة ومتناهية الصغر بدور رئيسي في مساندة هذه النوعية من المشروعات.

ومن جانبه أكد المهندس طارق شاش نائب الرئيس التنفيذي لجهاز تنمية المشروعات المتوسطة والصغيرة ومتناهية الصغر حرص الجهاز على تنمية الصادرات المصرية في ظل اهتمام الدولة بكافة مؤسساتها للوصول بحجم الصادرات إلى ١٠٠ مليار دولار سنوياً حيث يتمتع الجهاز بخبرة طويلة في تقديم الدعم سواء المالي أو الفني للشركات الصغيرة لتعزيز قدراتها على التصدير. وأشار شاش إلى أن قانون تنمية المشروعات المتوسطة والصغيرة ومتناهية الصغر اتاح العديد من المزايا غير المسبوقة للمشروعات من بينها إعفاءات جمركية وتخفيض رسوم الالات وغيرها من المزايا والتمويل بشروط ميسرة وخدمات دعم فني تتضمن التسويق والتدريب والاستشارات والمشاركة بالمعارض وبرامج الجودة. وبدوره أوضح رشيد بنجلون مدير مشروع تطوير التجارة وتنمية الصادرات في مصر الممول من الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية أن المشروع مدته ٥ سنوات من ٢٠٢١ حتى ٢٠٢٦ ويهدف إلى تعزيز التجارة الدولية لمصر من خلال زيادة الصادرات المصرية للمشروعات الصغيرة والمتوسطة في ٦ قطاعات مستهدفة هي قطاع مواد البناء والتشييد والتغليف والتعبئة، والصناعات الهندسية، والغذائية، والكيمائية، والمفروشات المنزلية، وقطاع الملابس الجاهزة، لافتاً إلى أن حجم تمويل البرنامج

نظمت وحدة المناطق الصناعية المؤهلة "الكويز" التابعة لوزارة التجارة والصناعة بالتعاون مع جهاز تنمية المشروعات المتوسطة والصغيرة ومتناهية الصغر ومشروع تطوير التجارة وتنمية الصادرات في مصر الممول من الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية ندوة موسعة لدعم الشركات الصغيرة المصدرة لاسواق الولايات المتحدة الأمريكية التي لم تتجاوز صادراتها ١,٥ مليون دولار خلال عام ٢٠٢٠ بهدف زيادة قدراتها التصديرية إلى اسواق الولايات المتحدة الأمريكية خلال المرحلة المقبلة وكذا التعرف على احتياجات هذه الشركات وسبل تلبيتها.

وشارك في فعاليات الندوة الدكتور أشرف الربيعي رئيس وحدة المناطق الصناعية المؤهلة والمهندس طارق شاش نائب الرئيس التنفيذي لجهاز تنمية المشروعات المتوسطة والصغيرة ومتناهية الصغر و رشيد بنجلون مدير مشروع تطوير التجارة بالوكالة الأمريكية للتنمية الدولية، والدكتور رأفت عباس، رئيس القطاع المركزي للخدمات غير المالية بجهاز تنمية المشروعات المتوسطة والصغيرة ومتناهية الصغر، وهاني عماد رئيس القطاع المركزي لتمويل المشروعات بجهاز تنمية المشروعات المتوسطة والصغيرة ومتناهية الصغر.

وقال الدكتور أشرف الربيعي رئيس وحدة المناطق الصناعية المؤهلة ان الشركات المصرية التي صدرت للولايات المتحدة الأمريكية من خلال وحدة الكويز خلال ٢٠٢١ بلغت ١٨٣ شركة منها ٨٠ شركة صغيرة تبلغ صادراتها مليون دولار أو أقل، لافتاً إلى هذه الشركات حققت مؤشرات إيجابية خلال العام الماضي حيث سجلت نحو ١,٢ مليار دولار صادرات للولايات المتحدة الأمريكية. وأوضح الربيعي ان الظروف الدولية حالياً تعتبر ظروف مواتية لزيادة الصادرات المصرية

المملكة العربية السعودية  
Kingdom of Saudi Arabia

**FEBRUARY 22<sup>ND</sup>**  
**Saudi Foundation Day**

*We wish a prosperous future for the Kingdom From*

**شركة الظافر لخدمات الشحن**  
**Al-Zafer Wings Cargo Services Co.**  
أجنحة الشحن والتفريغ والنقل البحري للبضائع

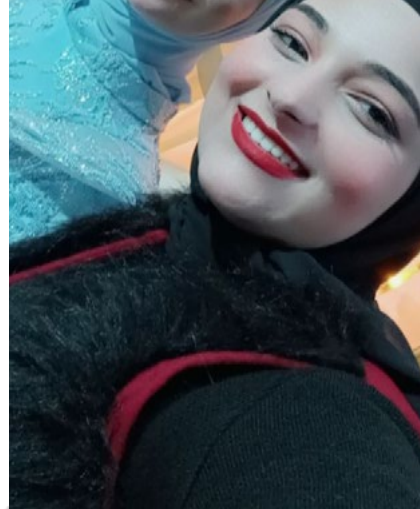
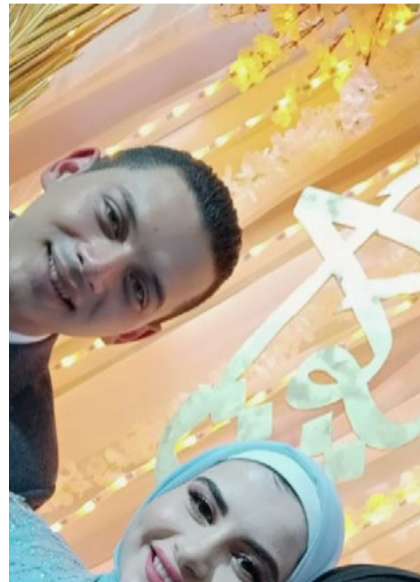
## أفراح سيناويه



بمصر تلاتين ورئيس مجلس الاداره محمود صلاح  
قطامش بخالص التهاني والتبريكات للعروسين  
وتهنئه خاصه للاستاذ محمد مازن والمهندس  
كمال الشريف ودامت دياركم عامره بالافراح .

علي كريمه المهندس / كمال الشريف المهندس  
المعروف وصاحب قلعه العماره الانسه / تقي  
كمال  
وبهذه المناسبه السعيده يتقدم العاملون

في ليله من ليالي العمر وفي احتفال عائلي  
حضره الاهل والاقارب واصدقاء العروسين  
احتفل الاستاذ محمد مازن الخير الجمركي  
بخطوبة نجله المهندس / احمد محمد





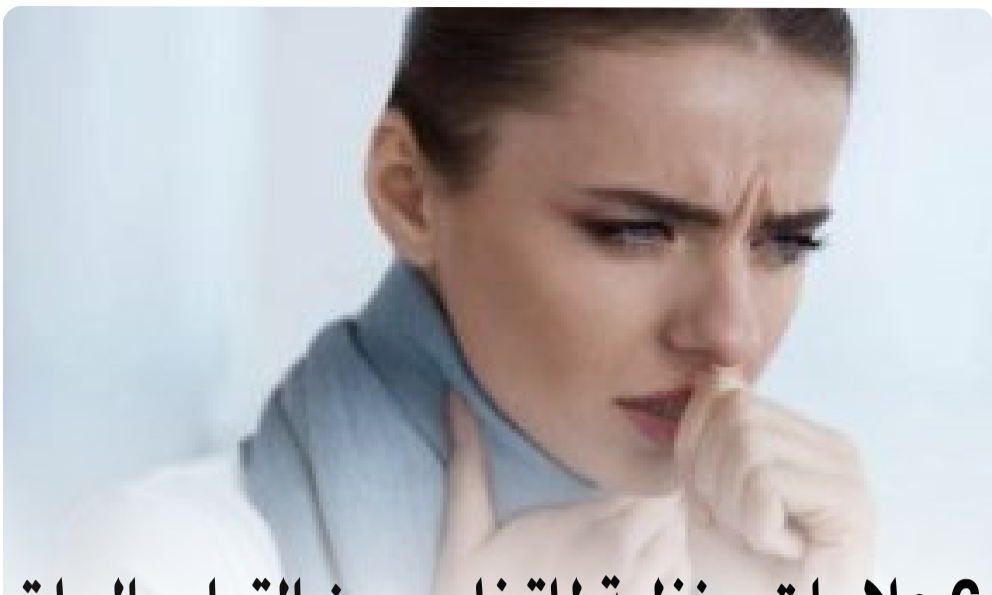
## فيتامين «ب٥» فوائده، وأضرار نقصه وزيادته، ومصادره الطبيعية

المصاب: الأرق والاكتئاب، والشعور بحرقه في القدمين، واضطرابات في الجهاز الهضمي (مثل: الإم المعدة، والتقيؤ، والغثبان)، التهابات ومشكلات في الجهاز التنفسي، والإرهاق والتعب، والتنميل، والتشنجات العضلية، ونقص سكر الدم. كما أن نقصه يمكن أن يتسبب في رفع فرص الإصابة بحساسية الأنسولين. وبالنسبة لأضرار تناول فيتامين ب٥» بكميات مفرطة، فأنها قد تؤدي إلى الإسهال، ونقص البيوتين، وترقق الشعر، وانخفاض الطاقة، وبرودة اليدين والقدمين، والأفكار المتسارعة، وينتج عن نقص البيوتين أعراض لبقع جلدية متقشرة خاصة حول الأنف، والفم، وتنميل ووخز، وفقر دم، وعدم انتظام ضربات القلب، وفقدان الشهية، وتساقط الشعر. أما بخصوص مصادر فيتامين ب٥» فإن يتوفر في: الفطر، والملفوف، والقرنبيط، والكربن الأخضر، والبقوليات، والبطاطا الحلوة والبيضاء، وسمك السلمون، والبيض، والخميرة، والحليب، والمكسرات، والجبن، والقمح، وفول الصويا، والفول السوداني، ويذور عباد الشمس، والحبوب الكاملة، والذرة، والفراولة، واللحوم، والكافيار، والسكر، والدبس، والكبدة.



بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين

بُعدَ فيتامين ب٥»؛ والمعروف أيضاً باسم حمض البانتوثينيك Pantothenic acid من مجموعة فيتامينات ب التي تذوب في الماء، واسم مشتق من الكلمة اليونانية Pantos؛ والتي تعني في كل مكان، وذلك لأنه متوفر في الأغذية النباتية والحيوانية، وهو موجود أيضاً في جميع خلايا الكائنات الحية، ويساهم هذا الفيتامين في إنتاج الطاقة لدخوله في عملية تكسير الدهون والبروتينات؛ حيث إنه يُعد ضروري للكثير من الإنزيمات التي تُحفز أيض هذه المواد الغذائية الرئيسية إضافةً إلى البروتين، وهو أحد مُكونات مرافق الإنزيم «أ» الذي يدخل في أيض الأحماض الدهنية، كما يدخل في التفاعلات الكيميائية في الخلايا الحية التي تعتمد على الأكسجين في التنفس الداخلي فيما يُعرف بدورة حمض الستريك، ويُعزّز فيتامين ب٥ أيضاً من صحة الجلد، والشعر، والعينين، والكبد. ويوفر فيتامين ب٥» العديد من الفوائد لجسم الانسان، والتي تختلف حسب درجة فعاليتها، وفيما نذكر بعضها: فعال مثل التخفيف من نقص حمض البانتوثينيك؛ حيث يُعد تناول فيتامين



## 6 علاجات منزلية للتخلص من التهاب الحلق

، يفرون في المياه ، مما يؤدي إلى ظهور أعراض (مثل الاحتقان والتقطير الأنفي الخلفي) التي يمكن أن تجعل التهاب الحلق أسوأ، ومضادات الهيستامين تساعد في مواجهة ذلك. ٤. البخار والرطوبة خذ حماماً ساخناً عندما يصبح مشبع بالبخار حقاً، استنشاق هذا البخار لتنظيف الحلق، إن البخار يخفف المخاط ويمكن أن يربط ويهدئ التهاب الحلق. ٥. مشروب الليمون الساخن والعسل مزيج مشروب مصنوع من الماء والعسل وعصير الليمون الساخن مع إضافة القرفة أو الزنجبيل يساعد في تهدئة التهاب الحلق. ٦. العسل يغلف الحلق ويلطفه عن طريق تقليل التهيج ويحتوي العسل أيضاً على خصائص مضادة للبكتيريا، ويقلل من السعال. تعمل القرفة والزنجبيل على تحفيز إنتاج اللعاب وتحسين ترطيب الحلق وتدفق المخاط في الحلق. ٦. الراحة لا تقلل من أهمية إراحة جسدك لكن احذر يمكن أن يسبب الاستلقاء في بعض الأحيان تورماً بسبب زيادة الضغط في مؤخرة الحلق بدلاً من ذلك ، جرب رفع السرير أو الجلوس مسنداً لتخفيف الألم وعدم الراحة.

أو شربة الدجاج ويعتمد ذلك على ما تفضله وما يهدئ حلقك بشكل أفضل. تساعد السوائل على تنقية الأغشية المخاطية والحفاظ على تدفق الهواء ومنع التهابات الجيوب الأنفية، قد تقلل درجات الحرارة الدافئة أيضاً السعال عن طريق تهدئة الحلق. ٢. الغرغرة قم بإذابة نصف ملعقة صغيرة من الملح - أو كمية مماثلة من صودا الخبز "البكربوناتو" - في كوب من الماء الدافئ. تغرغ بالخليط كل ثلاث ساعات للحصول على علاج طبيعي بالكامل لالتهاب الحلق. يمكن أن تساعد المياه المالحة في تقليل التورم والتهيج في الحلق، وتعمل صودا الخبز أيضاً على تلطيف الحلق وتفتيت المخاط ويمكن أن يساعد في التخلص من ارتجاع الحمض في الحلق. ٣. مضادات الهيستامين ومسكنات الألم التي لا تستلزم وصفة طبية قد يخفف أحد مضادات الهيستامين من آلام الحلق، وتساعد الأدوية المسكنة أيضاً في تخفيف الألم الذي يكون أعمق قليلاً في غددك وأجزاء أخرى من رقبته. الهيستامين عبارة عن مواد كيميائية تساعد جهاز المناعة على محاربة المواد الغريبة لكن في بعض الأحيان

التهاب الحلق يمكن أن يكون ناتجاً عن عدد من الأمراض من الحساسية إلى نزلات البرد، وأفضل طريقة لمعرفة السبب وراء التهاب الحلق هو زيارة طبيبك، ولكن إذا لم تتمكن من تحديد موعد على الفور، هناك عدد من العلاجات المنزلية الأكثر فاعلية لالتهاب الحلق، نتعرف في هذا التقرير على العلاجات المنزلية لالتهاب الحلق، بحسب موقع "كليفلاند كلينيك". كم يدوم التهاب الحلق؟ يعتمد الأمر حقاً على سبب احتقان الحلق، وسوف تختفي معظم حالات التهاب الحلق في غضون ٣ إلى ١٠ أيام إذا كانت ناجمة عن عدوى فيروسية مثل الزكام. إذا كانت العدوى البكتيرية مثل البكتيريا أو الحساسية هي السبب، فقد يستمر التهاب الحلق لفترة أطول إذا لم يتم علاجه بالمضادات الحيوية أو الأدوية المناسبة. ومجرد تشخيصك وعلاجك بشكل صحيح من عدوى بكتيرية، يجب أن يختفي التهاب الحلق في غضون يوم أو نحو ذلك. ٦ علاجات منزلية للتخلص من التهاب الحلق ١. السوائل الدافئة تناول المشروبات الدافئة، مثل الشاي

## تعرفى على أعراض ضعف عضلات الحوض وطرق الوقاية



-ثقل في المهبل  
-السقوط  
-عدم الوصول إلى الحمام في الوقت المحدد  
- مشاكل في حركة الأمعاء  
- ألم  
-التهابات المسالك البولية  
نصائح للحفاظ على صحة الحوض توجد تمارين قاع الحوض أو تمارين كيجل ، المصممة خصيصاً لتقوية عضلات الحوض. يمكن لهذه التمارين تخفيف توتر عضلاتك وإرخاء عضلات قاع الحوض لكن تأكد من مراعاة ما يلي:

\* للقيام بهذه التمارين، عليك التأكد من عضلات الحوض أي معرفة هذه العضلات.

\* قد يكون التعرف على العضلات الصحيحة أمراً صعباً، خاصة إذا كنت تعانين من ضعف قاع الحوض يمكن لأخصائي العلاج الطبيعي إرشادك بالطريقة الصحيحة للقيام بهذه التمارين

\* بصرف النظر عن ممارسة التمارين كجزء من الروتين اليومي، من المهم تناول الطعام الصحيح يمكن لبعض التغييرات الغذائية أن تحسن المشاكل الصحية مثل الإمساك.

الرحم والمثانة بسبب ضعف العضلات. كيف تضعف عضلات الحوض؟ أي نشاط يضغط على قاع الحوض يضعف عضلاته بعض الأسباب الشائعة لضعف قاع الحوض هي:

- الحمل
- الولادة
- سعال مزمن
- الإمساك المزمن
- التدريب المستمر بسبب الإمساك
- السمنة

لا تواجه النساء فقط، بل يواجه الرجال أيضاً مشاكل تتعلق بقاع الحوض يمكن أن يصاب الرجال أيضاً بمشاكل في قاع الحوض بسبب الصدمات وجراحة الحوض والالتهابات والأمراض العصبية والعلاج الإشعاعي لسرطان البروستاتا. أعراض ضعف قاع الحوض

- تسرب البول أثناء السعال أو العطس أو الضحك (أو سلس البول).

## لو عندك حموضة.. ابتعد عن الشوكولاتة والكافيين والأطعمة الحارة



الضغط المتزايد بشكل أكبر في الارتداد ، تحتوي المشروبات الغازية على مادة الكافيين ، والتي يمكن أن تساهم في التسبب في الحموضة. ٣. الكافيين: لا بأس بفنجان من القهوة أو الشاي في اليوم ، فإن أكثر من ذلك قد يؤدي إلى ارتداد الحمض ، وذلك بفضل نسبة الكافيين الزائدة فيها يؤدي استهلاك الكافيين إلى زيادة إفراز حمض المعدة مما يسبب الحموضة، لا تشرب الشاي أو القهوة على معدة فارغة . ٤. الأطعمة الحارة: الاستهلاك المفرط للأطعمة الغنية بالتوابل يمكن أن يضر بصحتك، الفلفل الحار قد يؤدي تناولها بشكل متكرر إلى ارتداد الحمض، من المهم الحد من الكمية لضمان معدة صحية. ٥. الأطعمة الدهنية: الأطعمة الدهنية ذات طبيعة حمضية عالية بالإضافة إلى أنها تميل إلى البقاء لفترة أطول في المعدة ، مما يزيد من فرص الحموضة، تجنب تناول الكثير من الأطعمة المقلية واللحوم والأطعمة الدهنية الأخرى التي يصعب هضمها، قم بالتبديل إلى اللحوم الخالية من الدهون والأطعمة المخبوزة للحصول على معدة صحية

١. الشوكولاتة: هناك ثلاثة أسباب تجعل الشوكولاتة خياراً سيئاً للأشخاص الذين يعانون من ارتجاع المريء بشكل متكرر فهي تحتوي على مادة الكافيين والمنشطات الأخرى مثل الثيوبرومين التي تسبب الارتجاع، كما تحتوي على نسبة عالية من الدهون، والتي تسبب أيضاً الحموضة، كذلك فإن محتوى الكاكاو الزائد يعد مسئولاً أيضاً عن تعزيز الارتجاع. ٢. الصودا: الصودا والمشروبات الغازية الأخرى هي المسؤولة عن التسبب في الحموضة في المعدة، تميل فقاعات إلى التمدد داخل المعدة، مما يساهم

تناول وجبة دسمة غالباً ما يتبعه طعم مر أو حامض من ارتجاع المريء في حلقك والذي يمكن أن يسبب عدم الراحة، هذا ما تفعله الحموضة لك بعد تناول بعض الأطعمة التي يحاول أجسامنا الاعتياد عليها، ومع ذلك، ترفض معدتنا معالجة الحمض بشكل كافٍ، مما يؤدي إلى ارتداد الحمض، إذا كنت تعاني من ارتجاع الحمض بشكل متكرر، فقد حان الوقت للتخلص من أسباب ذلك، وبدلاً من ذلك اختيار بعض الأطعمة القلوية التي توازن الحمض في معدتك، بحسب ما نشره موقع "food-ndtv". بعض الأطعمة التي قد تسبب الحموضة



## بمشاركة ٢٠٠ عارض.. معرض نيويورك الدولي للكتاب الأثري يستعد للدورة الـ ٦٢

عقب. تم العثور على تائم لهذه المخلوقات في جميع أنحاء مواقع المملكة القديمة والوسطى في مصر، وكان يُعتقد أن هذه الأشياء منعت من الغرق وكانت تُلبس كقلادة أو كزينة للشعر من أوائل الألفية الثانية قبل الميلاد. كانت معظم الحيوانات مصرية القديمة شائعة في أيقونات الدولة الحديثة (١٥٣٩-١٠٧٥ قبل الميلاد) بينما كان سمك السلور رمزًا قبل آلاف السنين، خلال المملكتين الوسطى والقديمة وحتى فترة ما قبل الأسرات.

يمكن إرجاع استخدام سمك السلور كرمز إلى واحدة من أقدم القطع الأثرية المصرية وهي لوحة نارمر فحولي ٣٠٠٠ قبل الميلاد، موحد القطرين وتصور اللوحة نارمر وهو يضرب العدو بصولجان. يعرف علماء الآثار أن الشخصية المنتصرة هي نارمر لأن اسمه يظهر فوقه. وتكون من حرفين هيروغليفيين: nīr ويشيران إلى سمك

بشكل مذهل من قبل سمك السلور المؤلف اليوم في فلوريدا، والذي يستخدم زعانفه للتجول على الأرض. ووفقا لموقع ناشيونال جيوغرافيك كان لدى قدماء المصريين معرفة وثيقة بالعديد من أنواع سمك السلور التي استخرجوها من الحياة الغنية لنهر النيل، وغالبًا ما يمكن التعرف عليها

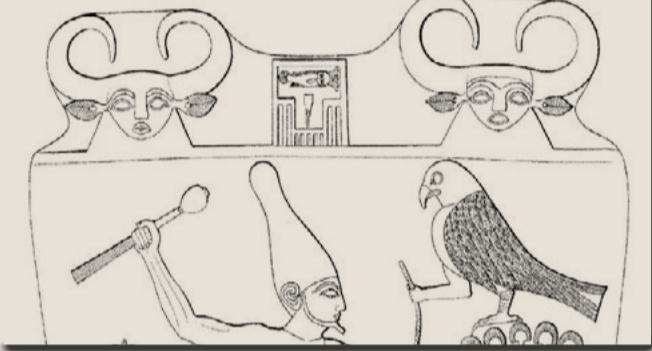
بوضوح في الفن والأيقونات المصرية. منح المصريون أدوارًا رمزية وأسطورية غنية إلى سمك السلور، سمك السلور المقلوب على سبيل المثال كان مشبعا بأهمية رمزية، فأتجاهه "المقلوب" يسمح له بوضع فمه بالقرب من سطح الماء، حيث يبدو أنه يسبح رأسًا على

تعد الكوبرا والقطط والنسور من بين الحيوانات الأكثر شهرة التي صورت في الفن المصري القديم، لكن سمك السلور سيطر في يوم من الأيام على أيقونات الفراعنة على ضفاف النيل. وتعتبر أسماك القرموط شائعة في كل قارة باستثناء القارة القطبية الجنوبية وهي المجموعة الأكثر تنوعًا من الأسماك على وجه الأرض، يتراوح عددها من ٣٠٠٠ إلى ٣٠٠٠ نوع ببعض الخصائص

الرائعة، لذا فلا عجب أنها جذبت انتباه المصريين، وهي واحدة من أكثر الثقافات القديمة وعيًا بالحيوان. وقد شحذ سمك السلور الحواس التي تسمح له بالبقاء على قيد الحياة والعتور على الطعام في المياه الموحلة العكرة، كما أن عائلة من سمك السلور لديها جهاز تنفسي يسمح لها باستخدام الأكسجين الجوي، يتم استخدام هذا



النقوش البارزة في هذا القبر مشهدًا لصيد الأسماك يظهر فيه رجال يرتدون زوارق البردي وكأنهم يطاردون أسماكًا من أنواع مختلفة، بما في ذلك سمك السلور.



السلور. في أسمائهم قدس الفراعنة الحيوانات البرية التي تحظى بالاحترام فقد كتب عالم المصريات توبي إيه: "في إطار نظام المعتقدات في أواخر فترة ما قبل الأسرات، كان من الواضح أن سمك السلور كان يُنظر إليه على أنه رمز للسيطرة وهي فكرة مثالية لربط الملك بها."

تم تصوير سمك السلور على العديد من نقوش المقابر الفرعونية ومن أشهرها مصطبة تاي لنبله من الأسرة الخامسة وهناك مثال آخر هو مصطبة كاجمني، وزير ملك الأسرة السادسة تيتي، في سقارة حيث تصور إحدى

## تعرف على مصير مبادرة "ثقافتك كتابك" بعد معرض الكتاب



وزيرة الثقافة، تحت شعار "في القراءة حياة" وتضم المبادرة مجموعة متميزة من إصدارات قطاعات وزارة الثقافة المختلفة، ولا يتجاوز سعر الكتاب بها ٢٠ جنيها. ومنذ انطلاق فعاليات معرض القاهرة الدولي للكتاب ٢٠٢٢، شهدت مبادرة "ثقافتك كتابك" إقبالا جماهيريًا من زوار المعرض على مختلف الإصدارات المتوفرة التي تطرحها المبادرة. جدير بالذكر أن مبادرة "ثقافتك كتابك" تهدف لتشجيع أبناء الوطن على القراءة والاطلاع واقتناء الكتب على طريق تطوير الوعي وإثراء الفكر الجمعي.

لكنها لن تكون متوفرة من خلال المنصة الافتراضية لهيئة الكتاب، والمخصصة لبيع الكتب وتوصيلها. ومن المقرر أن تتواجد المبادرة خلال معرض الإسكندرية ودمنهور للكتاب، بالإضافة إلى معرض فيصل الرمضان للكتاب، المقرر انطلاقه أبريل المقبل، خلال شهر رمضان المبارك. ويأتي النجاح الكبير للمبادرة، نظرا لتنوع الكتب والسلاسل، فضلا عن بيع الكتب بشكل مدعم، حيث يبدأ سعر الكتاب من جنيه واحد إلى عشرين جنيها. "وثقافتك كتابك" مبادرة أطلقتها الدكتورة إيناس عبد الدايم،

حققت مبادرة "ثقافتك كتابك"، التي أعلنتها الدكتورة إيناس عبد الدايم وزيرة الثقافة، نجاحًا كبيرًا، خلال فعاليات معرض القاهرة الدولي للكتاب في دورته ٥٣، حيث حرص الجمهور على شراء عدد كبير من عناوين المبادرة خاصة أنها تقدم بأسعار مخفضة للغاية.

وشهد جناح المبادرة بمعرض الكتاب حضورًا جماهيريًا كبيرًا لاقتناء ما تتضمنه المبادرة من عناوين بأسعار مخفضة لزوار المعرض، حيث يتنوع جمهور المبادرة من شباب وكبار سن، وأطفال من خلال الكتب المخصصة لهم داخل الجناح.

لكن بعد انتهاء معرض القاهرة الدولي للكتاب، تساءل البعض عن مصير المبادرة، وهل تستمر أم يكتفى بتقديمها في معرض الكتاب والمعارض المحلية الأخرى؟

بحسب تصريحات الدكتور هيثم الحاج على، رئيس الهيئة المصرية العامة للكتاب، فإن مبادرة "ثقافتك كتابك" ستظل مستمرة من خلال منافذ الهيئة المصرية العامة للكتاب فقط،

## الوليد بن عبد الملك.. تعرف على أشهر أعماله المعمارية.. الجامع الأموي الأبرز



عن موسى بن يعقوب، عن عمه قال: رأيت عمر بن عبد العزيز يهدم المسجد ومعه وجوه الناس: القاسم، وسام، وأبو بكر بن عبد الرحمن بن الحارث، وعبيد الله بن عبد الله بن عتبة، وخارجة بن زيد، وعبد الله بن عبد الله بن عمر يرونه أعلامًا في المسجد ويقدرونه، فأسسوا أساسه، وأول ما هدموا بيوت أزواج النبي في صفر سنة ٨٨ حتى قدم الفعلة الذين بعث بهم الوليد، وبعث الوليد إلى ملك الروم يُعلمه أنه أمر بهدم مسجد رسول الله، وأن يعينه فيه، فبعث إليه مائة ألف مثقال ذهب، وبعث إليه مائة عامل، وبعث إليه من ألفسيفساء بأربعين حملاً، وأمر أن يتتبع الفسيفساء في المداخن التي خربت، فبعث بها إلى الوليد، وأرسلها إلى المدينة.

في سنة ٩١ قَدِمَ الوليد إلى الحجاز فحجَّ بالناس، ثم قصد مسجد النبي ﷺ فأخرج الناس منه، وبقي سعيد بن المسيب ما يجترئ أحد من الحرس أن يُخرجه، وما عليه إلا ربطتان ما تساويان إلا خمسة دراهم في مصلاه، فقيل له: لو قمت! قال: والله لا أقوم حتى يأتي الوقت الذي كنت أقوم فيه. قيل: فلو سلّمت على أمير المؤمنين؟ قال: والله لا أقوم إليه. كما تولى الوليد وجامع دمشق الأعظم مجاورًا للكنائس العظمى، فعزم الوليد على توسيع الجامع، فطلب من النصارى إعطائه نصف الكنيسة الذي بأيديهم على أن يبنى لهم كنيسة حيث شاءوا، فأبوا ذلك ثم رضوا فهدمها، وبدأ الهدم بنفسه في سنة ٨٦، وشرع في البناء سنة ٨٧، وأقام فيها بنى سبع سنين، فمات الوليد ولم يتم

تمر اليوم الذكرى الـ ١٣٠٧ على رحيل الخليفة الأموي الوليد بن عبد الملك، أو الوليد الخليفة، أبو العباس الوليد بن عبد الملك بن مروان بن الحكم الأموي، الدمشقي الذي أنشأ جامع بني أمية. بوبع بعهد من أبيه.

يلقب عصر الوليد الأول العصر الذهبي للدولة الأموية كان عصره في قمة ازدهار الدولة الأموية وجه القادة من دمشق لفتح البلاد في مختلف الاتجاهات حيث وصل الإسلام إلى الصين شرقا وإلى الأندلس (إسبانيا) غربا، وكان من رجاله محمد بن القاسم الذي فتح بلاد السند وفتية بن مسلم وإلى خراسان.

وبحسب كتاب "عصر الاتساق: تاريخ الأمة العربية (الجزء الرابع)" للمؤلف محمد أسعد طلس، كان الوليد مغرمًا بالعمارة وإشادة المساجد والأماكن العامة؛ ففي سنة ٨٨ بعث الوليد إلى عامله على المدينة عمر بن عبد العزيز، يأمره بإدخال حجر أزواج الرسول في المسجد، وأن يشتري ما في نواحيه حتى يكون مائتي ذراع في مائتين، ويقول له: أن قَدِمَ القيلة إن قدرت، وأنت تقدر لمكان أحوالك، وأنهم لا يخالفونك، فمن أي منهم فقؤموا ملكة قيمة عدل، واهدم عليهم، وادفع الأثمان إليهم، فإن لك في عمر وعثمان أسوة حسنة. فأحضرهم عمر، وأقرأهم الكتاب فأجابوه إلى الثمن، فأعطاهم إياه.

وبعث ملك الروم إلى الوليد من الفسيفساء أربعين حملاً وعمالاً وذهبيًا، فبعث الوليد بذلك إلى عمر بن عبد العزيز. روى الطبري عن محمد بن عمر،

## الرئيس السيسي يتفقد الكلية الحربية فجراً ويشارك الطلاب أنشطتهم الصباحية

الانضباط والالتزام والرغبة في تلقي العلم والمعرفة ليصبحوا نموذجًا وقُدوةً لغيرهم من الشباب. كما وجه الرئيس التحية لرجال القوات المسلحة المصرية البواسل على ما يقدمونه من تضحيات وجهود مخلصة للحفاظ على أمن واستقرار الوطن وصون مقدرات الشعب المصري العظيم.

العلاقات المتوازنة والمعتدلة معها من أجل البناء والتنمية وتحقيق السلام والامن. ووجه الرئيس طلبة الكلية الحربية بالاستمرار في الحفاظ على لياقتهم واستعدادهم البدني والذهني المرتفع، والتحلي بالقيم العسكرية النبيلة التي طالما تميزت بها مؤسسة القوات المسلحة المصرية من

والخارجي من أجل تعزيز التنمية الحالية في مصر، وكذلك تحقيق الاستقرار في المنطقة في ظل التحديات الإقليمية المختلفة، فضلاً عن جهود تعزيز التعاون الثنائي بين مصر وكافة دول العالم بما في ذلك على الصعيد العسكري، موضعًا مجمل القضايا في المنطقة والثوابت الأساسية التي تقوم عليها السياسة المصرية من الانفتاح على كافة الدول الكبرى وإقامة

## بسبب "فضيحة الـ ١٠ سنوات".. فيسبوك تدفع ٩٠ مليون دولار

المكتشفة في الأناضول حتى الآن، وتسبق الانقلاب الكبير بما لا يقل عن ١,٥ مليون سنة، ما يشير إلى أن الثدييات الآسيوية كانت في طريقها إلى أوروبا عبر البلقان.

ورمما كان هذا المسار الجنوبي المؤدي إلى أوروبا عبر البلقاناتوليا أكثر ملاءمة للحيوانات المغامرة من عبور طرق خطوط العرض الأعلى عبر آسيا الوسطى والتي كانت في ذلك الوقت أكثر جفافاً، وبرودة، وسهوب صحراوية، كما يقترح ليخت وزملاؤه.

ومع ذلك، فقد أشاروا في ورقتهم البحثية إلى أن "الارتباط السابق بين جزر البلقاناتوليا الفردية ووجود طريق التشتت الجنوبي هذا لا يزال محل نقاش".

ومع ذلك، فإن السجل الأحفوري للثدييات والفقاريات الأخرى التي تعيش على الجزر عادة ما يكون متناثراً وغير مكتمل، في حين أن السجل الأحفوري الغني لمنطقة البلقاناتوليا "يوفر فرصة فريدة لتوثيق تطور وانقراض الأحياء الجزرية في وقت عميق"، كما يستنتج الفريق.

الآسيوية - تزامنا مع بعض "التغيرات الباليوجغرافية الدرامية". ومنذ حوالي ٥٠ مليون سنة، كانت البلقاناتوليا أرخبيلًا منعزلاً ومنفصلاً عن القارات المجاورة، حيث ازدهرت مجموعة فريدة من الحيوانات تختلف عن تلك الموجودة في أوروبا وشرق آسيا، وفقا للتحليل. ثم ربطت مجموعة من انخفاض مستويات سطح البحر، وتنامي الصفائح الجليدية في القطب الجنوبي والتحول التكتونية، قارة البلقاناتوليا بأوروبا الغربية، منذ ما بين ٤٠ إلى ٣٤ مليون سنة.

وأظهر السجل الأحفوري أن هذا سمح للثدييات الآسيوية بما في ذلك القوارض والثدييات ذات الحوافر الأربعة (المعروفة أيضا باسم ذوات الحوافر) بالمغامرة غربا وغزو البلقاناتوليا.

وبالإضافة إلى هذا السجل، اكتشف ليخت وزملاؤه أيضا أجزاء من عظم الفك تنتمي إلى حيوان يشبه وحيد القرن في موقع أحفوري جديد في تركيا، يرجع تاريخه إلى حوالي ٣٨ إلى ٣٥ مليون سنة.

ويمكن القول إن الحفريات هي أقدم ذوات الحوافر الشبيهة بالآسيوية

Grande Coupure. غير أن الاكتشافات الأحفورية الحديثة في البلقان قلبت هذا الجدول الزمني، مشيرة إلى منطقة بيولوجية "غريبة" يبدو أنها مكنت الثدييات الآسيوية من استعمار جنوب شرق أوروبا قبل وقوع الانقلاب الكبير بما يصل إلى ٥ إلى ١٠ ملايين سنة.

وقام ليخت من المركز الوطني الفرنسي للبحث العلمي وزملاؤه بإعادة فحص الأدلة من جميع مواقع الحفريات المعروفة في المنطقة، والتي تغطي شبه جزيرة البلقان الحالية والأناضول، تنوء أقصى غرب آسيا.

وقمت مراجعة عمر هذه المواقع بناء على البيانات الجيولوجية الحالية، وأعاد الفريق بناء التغيرات الجغرافية القديمة التي حدثت في المنطقة، والتي لها "تاريخ معقد من الغرق العرضي والعودة إلى الظهور".

وما وجدوه يشير إلى أن منطقة البلقاناتوليا كانت بمثابة نقطة انطلاق للحيوانات للانتقال من آسيا إلى أوروبا الغربية، مع تحول الكتلة اليابسة القديمة من قارة قائمة بذاتها إلى جسر بري - والغزو اللاحق مع الثدييات



الأولى من الثدييات الآسيوية إلى جنوب شرق أوروبا لا يزال غير مفهوم لكن النتيجة كانت مثيرة منذ حوالي ٣٤ مليون عام، في نهاية حقبة الإيوسين، اختفت أعداد كبيرة من الثدييات المحلية من أوروبا الغربية مع ظهور ثدييات آسيوية جديدة، في حدث انقراض مفاجئ يُعرف الآن باسم

المنسية - التي أطلق عليها الباحثون اسم "البلقاناتوليا" (Balkanatolia) - بوابة بين آسيا وأوروبا عندما انخفض مستوى سطح البحر وتشكل جسر بري منذ حوالي ٣٤ مليون سنة. وكتب عالم الجيولوجيا القديمة، الكسيس ليخت، وزملاؤه في دراستهم الجديدة: "متى وكيف وصلت الموجة

توصلت دراسة جديدة إلى أن القارة المنخفضة التي كانت موجودة قبل حوالي ٤٠ مليون سنة وكانت موطنًا للحيوانات الغريبة "مهتد الطريق" للثدييات الآسيوية لاستعمار جنوب أوروبا، وفقا لتقرير RT. وتقع هذه القارة المنسية بين أوروبا وإفريقيا وآسيا، وأصبحت هذه القارة

## ٥ طرق لمعرفة أسباب انتهاء بطارية أيفون سريعا وإصلاحها.. تعرف عليها

يمكن للشاشة الساطعة أن تجعل بطارية أيفون تنتهي بسرعة، لذا فإن الإستراتيجية الجيدة هي إبقاء الشاشة معتمدة بقدر ما تستطيع عينك تحمله.

اسحب لوحة التحكم من أعلى يمين الشاشة واسحب شريط تمرير السطوع لأسفل، ويمكنك أيضًا تعطيل قدرة أيفون على ضبط سطوع الشاشة تلقائيًا استجابةً للإضاءة المحيطة، بحيث تكون مسؤولاً دائماً عن تحديدها، وللقيام بذلك، ابدأ تطبيق الإعدادات واضغط فوق العرض والسطوع، ثم قم بإيقاف تشغيل True Tone عن طريق تمرير الزر جهة اليسار.

ويمكن أن يؤدي تشغيل الوضع الداكن في قسم المظهر في نفس الشاشة أيضًا إلى إطالة عمر البطارية. استخدم وضع "عدم الإزعاج" عندما تخرج هاتفك من جيبيك قد تميل إلى وضعه متجهًا للأعلى، وعند القيام بذلك، يقوم كل إشعار بتنبيه هاتفك وإضاءة الشاشة.

إذا تلقيت الكثير من الإشعارات، فقد يكون لها تأثير ملحوظ على البطارية، فبدلاً من ذلك، ضع وجه الهاتف لأسفل.

ولكن بدلاً من ذلك، يمكنك وضع هاتفك في وضع "عدم الإزعاج"، والذي يمنع معظم الإشعارات، وللقيام بذلك، اسحب لأسفل من أعلى الشاشة لرؤية لوحة التحكم، ثم اضغط على التركيز واختر عدم الإزعاج.



أكثر من عام أو عامين، فمن المحتمل أن تكون البطارية قد تقدمت في العمر لدرجة أنه لم يعد بإمكانها الاحتفاظ بشحنه طوال اليوم. إذا كانت هذه هي الحالة، فيمكنك الحصول على المساعدة من خلال خدمة أبل، والتي يمكن أن تحل محل بطاريته.

كما أنه للتحقق من صحة بطارية أيفون، ابدأ تطبيق الإعدادات ثم اضغط فوق البطارية، اضبط على Battery Health توقف عن استخدام التطبيقات كثيفة الاستهلاك للطاقة بعض التطبيقات تستهلك الكثير من الطاقة، ويمكن أن يؤدي استخدامها بشكل متكرر إلى نفاذ طاقة البطارية بسرعة، ولمعرفة التطبيقات التي تستهلك أكبر قدر من الطاقة، ابدأ تطبيق الإعدادات ثم انقر فوق البطارية، قم بالتمرير لأسفل إلى قائمة التطبيقات، وبالتالي يمكنك معرفة التطبيقات التي تشغل بطاريته بشكل أسرع. تحكم في سطوع الشاشة

تمكنت أبل من تحسين عمر بطارية أيفون مع كل إصدار متتالي، ولكن بالرغم من ذلك، فإن معظم أجهزة أيفون بالكاد تستطيع تحمل اليوم بشحنة واحدة، ومع ذلك هناك بطاريات أيضا تحتاج لأكثر من شحنة في اليوم وتنتهي أسرع كثيرا، إذا كانت بطاريته واحدة منها، فهناك خطوات يمكنك اتخاذها للتعرف على أسباب الخلل والتعامل معه وفقا لما ذكره موقع "Business insider".

أعد تشغيل أيفون قد يبدأ هاتفك أحيانا بشكل غير متوقع في الاغلاق بسرعة، وقد تلاحظ أن جهاز أيفون دافئ عند لمسه والبطارية تنفذ في غضون ساعات قليلة، إذا كان هذا سلوكا غير معتاد لهاتفك، أعد تشغيل جهاز أيفون الخاص بك عن طريق إيقاف تشغيله، والانتظار بضع دقائق، ثم إعادة تشغيله مرة أخرى، فيمكن أن يؤدي ذلك إلى إزالة خلل في البرنامج وسيعود إلى طبيعته. تحقق من صحة البطارية إذا كان جهاز أيفون يبلغ من العمر



## كل ما تريد معرفته عن خدمة Facebook Reels

الفيديو الآن ما يقرب من نصف الوقت الذي يقضيه الأشخاص على فيسبوك وإنستجرام، وReels هي غط المحتوى الأسرع نمواً لدى الشركة حتى الآن. وأضافت ميتا: "نركز على جعل Reels أفضل طريقة للمبدعين ليتم اكتشافهم، والتواصل مع جمهورهم، وكسب المال. نريد أيضاً أن نجعل من الممتع والسهل على الأشخاص العثور على المحتوى الترفيهي وذو الصلة ومشاركته".

Facebook Stories ، كذلك تعمل الشركة على توسيع توفر Facebook Reels لنظامي iOS وAndroid إلى أكثر من ١٥٠ دولة في جميع أنحاء العالم. كما تقدم طرقاً أفضل لمساعدة منشئي المحتوى على كسب المال، وأدوات إنشاء جديدة، والمزيد من الأماكن لمشاهدة وإنشاء Facebook Reels. وتنسيق المحتوى الأسرع نمواً لدينا ومثل

تطلق ميتا Facebook Reels في أكثر من ١٥٠ دولة لمنشئي المحتوى في جميع أنحاء العالم لتنمية مجتمعاتهم، وقالت الشركة إنها تقوم بتوسيع اختبارات الإعلانات المتراكبة، بدءاً بإعلانات البانر والملصقات، لمساعدة منشئي المحتوى على كسب المال من Facebook Reels وتتضمن ميزات Facebook Reels الجديدة: Remix، المشاركة في

## وزير الأوقاف: الإسراء والمعراج معجزة عظيمة ثابتة بالروح والجسد

لنبيه (صلى الله عليه وسلم) ولنا من بعده : إذا ضاقت بك أسباب الأرض فهناك أسباب واسعة وهي أسباب السماء ، فكانت رحلة الإسراء والمعراج من المسجد الحرام إلى المسجد الأقصى إلى المعراج إلى السماوات العلى أعظم رحلة في تاريخ البشرية.

ضَعَفَ قُوَّتِي وَقَلَّه حِيلَتِي وَهَوَّانِي عَلَى النَّاسِ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ أَنْتَ رَبُّ الْمُسْتَضْعَفِينَ وَأَنْتَ رَبِّي إِلَى مَنْ تَكَلِّبُنِي إِلَيَّ يَعْبُدُ يَتَجَهَّمُنِي أَمْ إِلَى عَدُوِّ مَلِكْتِهِ أَمَرِي إِنْ لَمْ يَكُنْ بِكَ غَضَبٌ عَلَيَّ فَلَا أَبَالِي وَلَكِنْ عَافَيْتَكَ هِيَ أَوْسَعُ لِي"، وهنا تفتتح أبواب السماء وكان الله (عز وجل) يقول

الصفحة الرسمية للدكتور محمد مختار جمعة وزير الأوقاف، على موقع التواصل الاجتماعي فيس بوك، إحياء ذكرى معجزة الإسراء والمعراج، يوم الأحد المقبل عقب صلاة العشاء.

وقال الدكتور محمد مختار جمعة وزير الأوقاف، في خطبة الجمعة الماضية: "إننا أمام ذكرى عظيمة وهي ذكرى الاسراء والمعراج ومن أهم دروسها حسن التوكل على الله والفرج بعد الشدة وطلاقة القدرة الإلهية ، فبعد عام الحزن الذي توفيت فيه زوجته السيدة خديجة (رضي الله عنها وأرضاها) وعمه أبو طالب ، ولقي النبي (صلى الله عليه وسلم) ما لقي من أذى المشركين، وخرج إلى الطائف فلقي أذى أشد منه ، فرفع يديه إلى السماء متضرعا: "اللَّهُمَّ إِنِّي أَشْكُو إِلَيْكَ





## القبض على هارب من ٧٠ سنة سجن و ٨٠ مليون جنيه غرامات فى الإسكندرية



جهودها عن ضبط (١,٦٠٠ طن من الأسمدة الزراعية معبأة داخل شكاثر مخصصه لإحدى الجهات الحكومية ومحظور تداولها خارج الجمعيات الزراعية) بحوزة (المدير المسئول عن محل لتجارة الأسمدة الزراعية كائن بدائرة قسم شرطة ثان العامرية)، وضبط (٣٥٠ كيلو جرام من اللحوم المستوردة ومصنعتها "سحق - مفروم - كبده" بدون بيانات تجارية أو مستندات مجهولة المصدر وغير صالحة للإستهلاك الآدمي لوجود تغير فى الخواص الطبيعية من حيث اللون والشكل) بحوزة (المدير المسئول عن محل لتجارة السلع الغذائية "للحوم المجمدة" كائن بدائرة قسم شرطة أول العامرية)، وضبط (١,٥٠٠ طن جن أبيض داخل عبوات غير صالحة للإستهلاك الآدمي لإنتهاء تاريخ صلاحيتها المدون عليها) بحوزة (المدير المسئول عن ثلاجة لحفظ السلع الغذائية "منتجات ألبان" كائنة بدائرة قسم شرطة أول العامرية)

مشتول السوق بالشرقية)، بتزوير كشف حساب بنكي باسمه منسوب صدوره إلى أحد البنوك مثبت به العديد من حركات السحب والإيداع بمبالغ مالية، بهدف إظهار أن له ملاه مالية "على خلاف الحقيقة" وتقديره عقب ذلك ضمن المستندات المقدمة منه لإحدى السفارات بهدف إدخال الغش والتدليس على مسئولى السفارة للحصول على تأشيرة دخول لتلك الدولة. عقب تقنين الإجراءات أمكن ضبطه، ومواجهته أقر بارتكابه الواقعة، وأنه قام بتزوير كشف الحساب البنكي المشار إليه عن طريق استخدام برامج التعديل والحذف والإضافة، وتحميله على هاتفه المحمول وطباعته، وتقديره عقب ذلك ضمن الأوراق المقدمة منه للسفارة المشار إليها للحصول على تأشيرة دخول. وقامت الأجهزة الأمنية بمديرية أمن الإسكندرية بالإشتراك مع الجهات المعنية بحملة تمهينية ..أسفرت

تتمكن قطاع الأمن العام، بالاشتراك مع إدارة البحث الجنائي بمديرية أمن الإسكندرية، من ضبط (أحد الأشخاص، مقيم بدائرة مركز شرطة دمنهور بالبحيرة، وله محل إقامة آخر بدائرة قسم شرطة أول العامرية بالإسكندرية) محيط مسكنه، لكونه مطلوب التنفيذ عليه فى عدد (٣٢٠) حكم حبس (٦٧ جزئى - ٥ مستأنف - ٢٤٨ غرامة ) فى قضايا (مباي - تبديد) بإجمالى مدد حبس بلغت (٧٠) سنة وغرامات (٨٠) مليون جنيه .

وكانت أجهزة وزارة الداخلية واصلت مكافحة جرائم تزوير المحررات الرسمية، فى إطار جهود أجهزة وزارة الداخلية لمكافحة الجريمة بشتى صورها، لاسيما جرائم تزوير المحررات الرسمية.

أكدت معلومات وتحريرات الإدارة العامة لمكافحة جرائم الأموال العامة بقطاع مكافحة جرائم الأموال العامة والجريمة المنظمة، قيام (أحد الأشخاص، مقيم بدائرة مركز شرطة

## حبس هارز ٤ أيام لاستيلائه على بيانات بطاقات دفع إلكترونى لعدد من عملاء البنوك



له معلومات جنائية مقيم بالجيزة بالاستيلاء على العديد من بيانات بطاقات الدفع الإلكترونية، الخاصه بالعديد من عملاء البنوك وإستخدامها فى إجراء عمليات شرائية لبعض المنتجات من مواقع التسوق الإلكترونية المختلفة، من خلال إيميلات إلكترونية إحتيالية ويقوم بالحصول على تلك المنتجات بالتعامل مع مندوبى تلك المواقع بالطريق العام، لعدم الكشف عن شخصيته، حيث يقوم بإستلام تلك المنتجات والبضائع وإعادة بيعها مرة أخرى والتحصل على قيمتها، كما أضافت التحريات بأن المتهم يقوم بسرقة بيانات بطاقات الدفع الإلكتروني الخاصة أشخاص خارج البلاد من خلال قيامه بإستخدام أكواد وشفرات تمكنه من الإستيلاء على تلك البيانات وإستخدامها عقب ذلك فى إجراء العديد من عمليات الشراء المشار إليها. وعقب تقنين الإجراءات تم ضبطه، وبحوزته (هاتفى محمول- مبلغ مالى من متحصلات نشاطه الإجرامى "بفحص الهاتفين تبين إحتوائهما على العديد من الأدلة التى تُشير إلى نشاطه الإجرامى")، ومواجهته أقر بارتكابه الواقعة على بيانات بطاقات الدفع الإلكتروني وإستخدامها فى شراء بضائع ومنتجات فتم اتخاذ الإجراءات القانونية.

وإعادة بيعها مرة أخرى والتحصل على قيمتها، وعقب ذلك يقوم بالدخول على مواقع التسوق الإلكتروني بشبكة المعلومات الدولية "الإنترنت" طالباً شراء منتجات وبضائع باستخدام بيانات الدفع الإلكتروني المستولى عليها وإعادة بيعها والاستيلاء على قيمتها، وإجراء العديد من العمليات الشرائية على النحو المشار إليه وقيامه بإنشاء بريد إلكترونى ببيانات غير حقيقية يستخدمه فى إجراء العمليات الشرائية على مواقع التسوق الإلكتروني والتقابل مع مندوبى تلك الشركات بالأماكن العامة حال استلامه تلك الأجهزة الإلكترونية. وأكدت معلومات وتحريرات الإدارة العامة لمكافحة جرائم الأموال العامة بقطاع مكافحة جرائم الأموال العامة والجريمة المنظمة، قيام أحد الأشخاص،

قررت النيابة العامة حبس متهم بالاستيلاء علي بيانات بطاقات الدفع الإلكتروني الخاصة بالعديد من عملاء البنوك وإستخدامها فى إجراء عمليات لبعض المنتجات من مواقع التسوق الإلكتروني المختلفة، ٤ أيام احتياطياً علي ذمة التحقيقات بالقضية. وكشفت التحريات الأمنية الأولية عن قيام أحد الأشخاص بالاستيلاء على العديد من بيانات بطاقات الدفع الإلكتروني، الخاصة بالعديد من عملاء البنوك وإستخدامها فى إجراء عمليات شرائية لبعض المنتجات من مواقع التسوق الإلكتروني المختلفة، من خلال إيميلات إلكترونية ويقوم بالحصول على تلك المنتجات بالتعامل مع مندوبى تلك المواقع بالطريق العام، لعدم الكشف عن شخصيته، حيث يقوم باستلام تلك المنتجات والبضائع

## قمة مصرية كويتية.. الرئيس السيسى يؤكد حرص مصر على أمن واستقرار الدول الخليجية الشقيقة فى مواجهة التحديات

تتمه ص ا

الأخوية الوثيقة والتاريخية التي تجمع بين البلدين، ومعرية عن تقديره للجهود المصرية الداعمة للشأن الكويتي على كافة الأصعدة، فضلاً عن إسهام الجالية المصرية فى عملية البناء والتنمية بالكويت فى مختلف المجالات، مع التأكيد على حرص الكويت على تعزيز أطر التعاون الثنائى الراسخة مع مصر فى مختلف المجالات خلال الفترة المقبلة، بما فيها من خلال زيادة الاستثمارات الكويتية فى مصر واستغلال الفرص الاستثمارية

المتاحة بها. كما ثمن الأمير نواف الصباح الدور المصري البارز فى تعزيز آليات العمل العربي المشترك فى مواجهة الأزمات والتحديات الراهنة بالمنطقة، والذي يعد نموذجاً يحتذى به فى الحفاظ على الاستقرار والنهوض بالأوضاع التنموية والاقتصادية والاجتماعية فى الوطن العربي. وأضاف المتحدث الرسمى، أن اللقاء شهد تبادل وجهات النظر حول عدد من القضايا العربية والإقليمية ذات الاهتمام المشترك، فضلاً عن الجهود المصرية/ الكويتية لتعزيز أوجه

التعاون الثنائى بينهما، خاصة فى ظل قرب انعقاد الدورة الثالثة عشر للجنة المشتركة المصرية/ الكويتية فى القاهرة، وكذلك اللجنة القنصلية المشتركة بين البلدين. كما تم التباحث حول الجهود القائمة لمكافحة الإرهاب والفكر المتطرف ونشر ثقافة التسامح والاعتدال على المستوى الإقليمى، حيث تم التأكيد فى هذا الإطار على استمرار التنسيق المشترك بين البلدين الشقيقين لمواجهة مختلف التحديات التى تواجهها المنطقة، وبما يحقق آمال شعوبها فى العيش فى سلام واستقرار.

محمد صديق، رئيس مباحث المركز ومعاونيه بالتنسيق مع فرع الأمن العام، وبإشراف اللواء عمرو رءوف، مدير المباحث الجنائية، يفيد أن وراء ارتكاب الواقعة ٨ أشخاص، من عزبة حسن أغا المجاورة لقرية شوبك بسطة. وتبين من التحريات قيام شابين بسرقة كيزان الذرة الخضراء من أرض ملك جار المجنى عليه، فقام بنهرهما وتعدى عليهما بالضرب لتعديهما نزول محصول الذرة وسرقته منذ أكثر من شهر، فقرر الشاين الإنتقام فعاد بعد ساعات من الواقعة بعد استعانتهم ب ٦ آخرين من أصدقائهما، معدين معهم الأسلحة البيضاء والشوم، ومجرد نزولهم الأرض شاهدوا شخصان مفترشان الأرض قبل أن يغلبهما النعاس من شدة التعب من ري محصول الأرز المجاور لمحصول الذرة للشخص المعتدي علي الشاين فقاموا بالهجوم عليهما أثناء النوم مما أسفر عن مقتل " مجدى ع" ٦٣ عاما مزارع وإصابة شقيقه إصابات بالغة تم على أثرها نقله للمستشفى، وتمكنت الأجهزة الأمنية من ضبطهم وتحرر عن ذلك المحضر اللازم، وأخطرت النيابة العامة لمباشرة التحقيق، و قررت بإشراف المستشار محمد الجمل، المحامى العام لنيابات جنوب الشرقية، إحالتهم للمحاكمة.

والقصد الجنائي، فهي جريمة قتل عند مع استعراض قوى وترويح بالعنف بالنسبة للمجنى عليهم، وشروع فى قتل المجنى عليه الثاني. وأشار إلى أنهم يثقون فى حكم المحكمة والقضاء العادل فى تحقيقه للعدالة المنجزة فى حق هؤلاء المتهمين، حيث ارتكبوا مع سبق الإصرار والترصد قتل المجنى عليه الأول، والشروع فى قتل المجنى عليه الثاني، مضيفاً أن تلك الجريمة عقبتها إزهاق روح أم وهي زوجة المجنى عليه الأول، حيث تعرضت لصدمة بعد سماع خبر قتل ووفاة زوجها مما تسبب فى وفاتها، وجميعها جرائم متعاقبة. جدير بالذكر أن اللواء محمد والي، مدير أمن الشرقية، تلقى إخطاراً من اللواء عمرو رؤوف، مدير المباحث الجنائية، يفيد بورود بلاغ بمقتل مزارع، مُقيم بقرية شوبك بسطة، التابعة لدائرة مركز الزقازيق؛ متأثراً بإصابة بالغة بالرأس، وإصابة شقيقه بجروح بأجزاء متفرقة فى الجسد، وبالانتقال وسؤال أسرة المجنى عليه، اتهموا أشخاص خارجين عن القانون، مجهولي الهوية، بالاعتداء على المجنى عليه وشقيقه، فيما توفيت زوجة المجنى عليه، حزناً على مقتل زوجها، تم تشكيل فريق بحث جنائى من ضباط مباحث مركز شرطة الزقازيق، برئاسة الرائد

قضت محكمة جنايات الزقازيق بمحافظة الشرقية اليوم الأربعاء، برئاسة المستشار سلامة جاب الله، وأمانة سر نبيل شكرى، بإحالة أوراق ٨ متهمين بمقتل مزارع بدلا من جاره، وذلك انتقاما من الذى اشتبك معهم على خلفية قيامهم بسرقة ذرة شامية من أرضه، لفضيلة مفتى الديار المصرية، وحددت الدور الرابع من شهر أبريل للنطق بالحكم. وقال ابن المجنى عليه، محمد مجدي الغنيمي، إن الواقعة حدثت يوم ٢٢ أغسطس ٢٠٢١، حيث منع جارهم فى الأرض الزراعية اثنين من البلطجية بالتعدي على الأرض المجاورة لهم لسرقة الذرة منها، إلا أن البلطجية حضروا مرة أخرى وبرفقتهم ٦ آخرين من البلطجية وبحوزتهم أسلحة بيضاء "شوم وسنج وسيوف"؛ للاعتداء على جارهم الذى عاد لمنزله فوجدوا والده وعمه نائمان فى الأرض، فقاموا بضربهما اعتقادا منهم أنه جارهم الذى منعم من السرقة. ومن ناحيته، قال شوكت العشري، محامي المجنى عليه، وكيل نقابة المحامين بالشرقية، إن الحادثة جريمة شنعاء، تقشعر لها الأبدان، تجرد فيها المتهمون من كل معاني الإنسانية وقاموا بالتعدي على أناس وقتلهم وسط أرضهم، مضيفاً أن هذه الجريمة كاملة وثابتة بكل أركانها بالنسبة للقتل العمد





## الترسانه يواصل الاستعدادات للقاء السكة

عن ٤، أن يكون جميع الأبناء حاصلين على مؤهل عال، أن تكون الأم أرملة أو يكون الزوج مصاب بعجز كلي أو جزئي و الأوراق المطلوبة: صورة شهادة ميلاد المتقدمة، صورة كارنيه النادي - صورة شهادة مؤهل الأبناء و تقدم الطلبات إلى إدارة العلاقات العامة بمواعيد العمل الرسمية وآخر موعد للتقديم هو الثلاثاء ١٥ مارس ٢٠٢٢

المثالية للعام ٢٠٢٢ لتكريم ١٠ أمهات، على أن يتم الاختيار عن طريق لجنة برئاسة أحمد الخطيب، عضو المجلس. وان المسابقة تهدف لتعزيز القيم الإيجابية وإبراز كفاح الأم وقدرتها على مواجهة التحديات والحفاظ على كيان الأسرة و شروط المسابقة: ألا يقل سن الأم عن ٥٠ عاما على أن تكون ملزمة بالقراءة والكتابة على الأقل، ألا يزيد عدد الأبناء

يواصل الفريق الأول لكرة القدم بنادي الترسانه تدريباته، تحت قيادة المدير الفني طارق السيد، استعداداً للقاء المقبل أمام الترسانه، والمقرر إقامته الجمعة المقبل على ملعبه "حسن الشاذلي"، في إطار الاسبوع العشرين لدوري القسم الثاني. وعقد طارق السيد المدير الفني للترسانه، أكثر من جلسة قبل التدريبات مع اللاعبين ، وحثهم على التركيز في المباراة الهامة المقبلة أمام السكة الحديد الجمعة وطالبهم بمواصلة سلسلة الانتصارات للشواكيش من أجل الوصول إلى مركز منافس على الصعود للدوري الممتاز.

وفي نفس السياق أكد محمد فؤاد، مدير الكرة بنادي الترسانه، أن الفريق سوف يدخل في معسكر مغلق في إحدى الفنادق القريبة من النادي قبل المباراة ب ٢٤ ساعة. الترسانه يدخل للقاء القادم ورصيده من النقاط ٣٤ نقطة ويحتل المركز الثالث . وفي سياق مختلف أعلنت إدارة نادي الترسانه برئاسة النائب طارق سعيد حسانين، أن تم الإعلان عن مسابقة الأم



## التعليم العالي: مستشفى أسسيوط الجامعي تنجح في القضاء على ١٠٠٪ من قوائم انتظار



مستوى العالم في هذا المجال، وأول مركز متخصص في هذا المجال على مستوى الشرق الأوسط. جدير بالذكر أن المستشفى الجامعي بأسسيوط تمثل مدينة طبية متكاملة، وتضم ١٠ مستشفيات متخصصة، وإمكانات بشرية وعلمية في مختلف التخصصات الطبية منها، جراحة المخ والأعصاب، والقلب، والأطفال و صحة المرأة والأورام، كما تستقبل مستشفيات الجامعة أكثر من ٢ مليون مريض سنوياً، ضمن دورها لتقديم الخدمة الطبية والعلاجية المتميزة لسكان

ليصل عدد الحالات التي أجرتها المستشفى بنجاح ضمن برنامج زراعة الكلى إلى ٤٩ حالة. وأبرز التقرير نجاح فريق أطباء وحدة الجراحات الميكروسكوبية بالمستشفى في إعادة زرع يد مبتورة لفتاة، وقد نجح الفريق في إجراء العملية رغم تأخر وصول الحالة إلى المستشفى عن المدى الزمني المتعارف عليه بحوالي ٥ ساعات. وأضاف التقرير أن العملية تعد من الجراحات الدقيقة والمعقدة، والتي حققت فيها الجامعة تميزاً مشهوداً، وتعد وحدة الجراحات الميكروسكوبية بالجامعة من أكبر ٤ مراكز متخصصة على

كما أعلنت الجامعة عن نجاح قسم جراحة المسالك البولية في إجراء عمليتين جديتين لزراعة الكلى. ولفت التقرير إلى أن برنامج زراعة الكلى الذي تتبناه الجامعة يعد من مجالات العمل المضيئة كنشاط طبي منفرد ومتميز بالمستشفى الجامعي بأسسيوط.

وأوضح التقرير نجاح الفريق الطبي في زراعة كلى لمريض عن طريق والده المتبرع، وزرع كلى لمريضة عن طريق تبرع أختها، كواحدة من الجراحات المعقدة بالغة الخطورة، والتي أظهرت نجاح الفريق الطبي الذي ضم أساتذة وأطباء متخصصين في جراحات المسالك البولية والتخدير والباطنة وتعاون أطباء الأشعة والباثولوجيا الإكلينيكية والصيدلة الإكلينيكية وفريق التمريض، ونجح الفريق في التعامل مع الحالات بسياسة علمية صحيحة ومهنية تمثلت في شفاء المريض وخروجهما من المستشفى بوظائف كلى طبيعية،



## مصر تنظم بطولة إفريقيا لدراجات الطريق رسمياً في مارس

لإستضافة البطولة او اي حدث عالمي للدراجات في ظل الدعم الكبير الذي تقدمه الدولة المصرية ووزارة الشباب والرياضة وكافة مؤسسات الدولة لإنجاح تنظيم الأحداث الرياضية الكبرى التي تستضيفها مصر، وهو ما ينعكس من خلال النجاح الكبير الذي حققته العديد من البطولات القارية والدولية التي استضافتها مصر في الفترة الأخيرة.

وأكد الدكتور وجيه عزام رئيس الاتحادين المصري والأفريقي للدراجات ونائب رئيس الاتحاد الدولي والعربي أن إسناد تنظيم بطولة إفريقيا لدراجات الطريق إلى مصر يعكس ثقة المؤسسات الرياضية العالمية في مصر بلد الأمن والأمان ومدى قدرتها المشهود بها في تنظيم البطولات القارية والدولية بنجاح كبير. وأوضح الدكتور عزام أن مصر جاهزة

وافق الاتحاد الدولي للدراجات برئاسة ديفيد لابارتان على قرار الاتحاد الإفريقي للدراجات بإسناد تنظيم بطولة إفريقيا لدراجات الطريق إلى مصر رسمياً ، والتي من المقرر إقامتها في مدينة شرم الشيخ خلال الفترة من ٢٢ وحتى ٢٧ مارس المقبل. وجاء قرار إسناد تنظيم البطولة إلى مصر بعد اعتذار بوركيننا فاسو عن استضافتها لظروف طارئة.



## محمد صلاح يطارد مباني في قائمة أغلي ١٠ لاعبين في العالم

والإحصائيات والقيمة التسويقية للاعبين. ونشر موقع "ترانسفير ماركيت" تقريراً احتل فيه محمد صلاح المركز الثالث في قائمة أغلي ١٠ لاعبين تسويقياً في العالم، حيث وصل سعره إلى ١٠٠ مليون يورو. وبحسب الموقع المتخصص في الأرقام

محمد صلاح يطارد مباني في قائمة أغلي ١٠ لاعبين في العالم. نشر موقع "ترانسفير ماركيت" تقريراً احتل فيه محمد صلاح المركز الثالث في قائمة أغلي ١٠ لاعبين تسويقياً في العالم، بحسب موقع "ترانسفير ماركيت" المتخصص في الأرقام

محمد صلاح يطارد مباني في قائمة أغلي ١٠ لاعبين في العالم. نشر موقع "ترانسفير ماركيت" تقريراً احتل فيه محمد صلاح المركز الثالث في قائمة أغلي ١٠ لاعبين تسويقياً في العالم، بحسب موقع "ترانسفير ماركيت" المتخصص في الأرقام



## الأهلي يواصل تدريباته استعداداً لمواجهة صن داونز الجنوب إفريقي السبت

في منتهى الأهمية في دور المجموعات من بينها مباراة صن داونز في القاهرة يوم السبت.

وأكد مدير الكرة أن بطولة دوري أبطال إفريقيا لها دوافع مختلفة هذا الموسم للجيل الحالي، الذي يسعى إلى تحقيق البطولة للعام الثالث على التوالي، خاصة أن الفوز بالثنائيات في دوري الأبطال سبق وتم تحقيقها من قبل.

وعن الإصابات في صفوف الفريق قال عبد الحفيظ: «ببرسي تاو جاهز وفضل الجهاز الفني إراحته أمام المقاصة وسيكون متواجداً بنسبة كبيرة أمام صن داونز وفقاً لرؤية الجهاز الفني، وأمين أشرف فرصته حتى الآن قد تكون صعبة، ولكن سيتم تقييم موقفه بصورة مستمرة، وعلي معلول حصل على راحة اليوم بسبب إجهاد السمانة ولكنه جاهز وكذلك زميله محمد عبد المنعم الذي حصل على راحة أيضاً وجاهز لمواجهة بطل جنوب إفريقيا».



السبت المقبل في ثالث جولات دور المجموعات بدوري أبطال إفريقيا. وأضاف مدير الكرة: «توقيت مباراة المقاصة كان في غاية الأهمية للأهلي، خاصة أن الفريق شارك في كأس العالم للأندية ثم خاض مباراة الهلال في السودان وجاءت مباراة المقاصة على المستوى المحلي قبل مباراة صن داونز المقرر لها السبت المقبل».

وأكد مدير الكرة أن الأهلي يشارك في موسم طويل، وعلى الجميع أن يكونوا على درجة عالية من الاستعداد، وأن يكون لديهم قناعة أن الجميع سوف يحصل على فرصته في ظل توالي المباريات، وأن أعظم اللاعبين في العالم يجلسون على دكة البدلاء، ورغم ذلك عندما يشاركون تجددهم على درجة استعداد كبيرة على المستوى الذهني. وتطرق عبد الحفيظ للحديث عن استعداد الأهلي لمباراة صن داونز، قائلاً: «الفريق سوف يتدرب غداً قبل الدخول في معسكر ابتداء من يوم الخميس المقبل ولدينا أربع مباريات

الأهلي يواصل تدريباته استعداداً لمواجهة صن داونز الجنوب إفريقي السبت

يواصل الفريق الأول لكرة القدم بالنادي الأهلي تدريباته غداً الأربعاء على ملعب مختار التتش بالجزيرة، استعداداً لمواجهة صن داونز المقبلة في دوري أبطال إفريقيا. وقرر بيتسو موسيماني المدير الفني مواصلة التدريبات في إطار تجهيز اللاعبين للقاء صن داونز، والمقرر له السبت القادم في الجولة الثالثة من دور المجموعات لدوري أبطال إفريقيا.

وكان الفريق قد حقق الفوز على نظيره مصر المقاصة برعاية نظيفة، في المباراة التي أقيمت بين الفريقين اليوم الثلاثاء ضمن منافسات الجولة العاشرة لبطولة الدوري.

وأكد سيد عبد الحفيظ، مدير الكرة، أن الأهلي طوى صفحة مباراة المقاصة بمجرد انتهائها للتركيز في المباراة القادمة أمام صن داونز التي تقام يوم



## بيان رسمي للإسماعيلي يوضح حقيقة أزمة بيراميدز

ويكرر مجلس إدارة الدراويش على احترامه لكافة الأندية المصرية متمنياً لهم التوفيق، وأن تجربة نادي بيراميدز خلال فترة وجيزة أكدت نجاحها وأنها تجربة رائدة وفريدة في دخول دائرة المنافسة على البطولات المحلية والإفريقية بعد وقتٍ قصير من انطلاقتها، وتستحق الإشادة والتقدير.

ويوضح مجلس الإسماعيلي، أن ما صدر من تصريحات المهندس يحيى الكومي رئيس النادي لإحدى القنوات الفضائية تم تفسيرها بشكل خاطئ، ويؤكد النادي الإسماعيلي مره أخرى على احترامه وتقديره لنادي بيراميدز وملاكه ومجلس إدارته وجهابرة، وعدم تدخله من قريب أو بعيد في سياسة إدارة الأندية.

بيان رسمي للإسماعيلي يوضح حقيقة أزمة بيراميدز يؤكد مجلس إدارة النادي الإسماعيلي، ولنادي احترامه لكافة الأندية المصرية، ولنادي بيراميدز على وجه الخصوص، مثنياً موقفهم الرائع مع النادي بالموافقة على رحيل حمد إبراهيم من الجهاز الفني للفريق من أجل تدريب النادي الإسماعيلي كمدير فني للفريق الأول.



## مرتضى منصور: خطة للتعاقد مع أسماء كبيرة لتدعيم الزمالك

الفريق". وعن تجديد عقود اللاعبين قال: "سنجدد لكل اللاعبين الذين يريدون ارتداء قميص الزمالك، ومن يرى أنه لا يرغب في اللعب داخل النادي سنوجه له الشكر".

مرتضى أرسل لي خريطة وخطة للتعاقد مع أسماء كبيرة لتدعيم فريق الكرة بنادي الزمالك". وأضاف رئيس الزمالك: "سنبدأ العمل وستكون هناك صفقات وتدعيمات كبيرة في صفوف

كشف المستشار مرتضى منصور، رئيس مجلس إدارة نادي الزمالك، عن الصفقات الجديدة التي سيقومها لتدعيم صفوف الفريق الأول للكرة. وقال مرتضى منصور: "أمير

## قريطم نائبا لرئيس الاتحاد العربي لتنس الطاولة

للجنة المسابقات العربية والكايتن مجدي ادريس للجنة الحكام العليا ونجم مصر اللاعب الدولي أحمد على صالح للجنة شئون اللاعبين لتتبع مصر رياستها المعهودة في لعبة تنس الطاولة على المستوى العربي . وصرح المحاسب معتز عاشور رئيس الاتحاد المصري أنه سعيد باختيارات الجمعية العمومية للاتحاد العربي مشيراً إلى التعاون التام والتنسيق المميز بين كلا من الاتحادين العربي و المصري مؤكداً في ذات الوقت أن اختيار تلك الشخصيات المصرية هي إضافة بكل تأكيد لرياضة تنس الطاولة على المستوى الاقليمي . من جهته أكد المهندس خالد الصالحي رئيس الاتحاد الأفريقي إلى أن الاجتماع أثمر عن الاتفاق على إقامة بطولة الأندية العربية للبارمبي لتنس الطاولة أواخر شهر مارس المقبل بمحافظة الإسماعيلية المصرية حيث ستشهد أقوى منافسات الأندية على المستوى العربي .



المغربية يوم أمس السبت وحضره من الجانب المصري المحاسب معتز عاشور رئيس الاتحاد المصري لتنس الطاولة والمهندس خالد الصالحي رئيس الاتحاد الأفريقي . في نفس السياق أنتخب الجمعية العمومية الكابتن هشام أبو حشيش

انتخب الجمعية العمومية للاتحاد العربي لتنس الطاولة المهندس سعيد قريطم نائب رئيس الاتحاد المصري السابق نائباً لرئيس الاتحاد العربي لتنس الطاولة للدورة القادمة باجماع جميع أعضاء الجمعية العمومية وذلك في الاجتماع الذي عقد بمدينة مراكش بالمملكة

