

Mohamed Qatamesh Dental Clinic



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



رئيس التحرير
عاطف عبد العزيز

مصري تلاتين

إخبارية إلكترونية مستقلة
نسخة مجانية



رئيس مجلس الإدارة
محمد صلاح قطامش

العدد الإجمالي رقم ١٢٤٩

الخميس - ٣٠ رجب - ١٤٤٣ هـ - الموافق ٣ مارس ٢٠٢٢ م

أسسها/محمود صلاح قطامش ٢٠١٤

الرئيس السيسي يفتتح مشروعات قومية جديدة في مجالات الرياضة والطرق والإسكان



وقال الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، إن الدولة المصرية وضعت مخططا
وتابع ص ٦

التسجيلي التطوير الشامل في منطقة القاهرة الكبرى بالكامل، مثل إنشاء طرق جديدة بجانب تطوير الطرق والمحاور، مثل الطريق الدائري الأوسطي وغيرها في إطار تخفيف الضغط المروري على الطريق الدائري، ضمن رصيد جديد يعزز شبكة الطرق المصرية، وتطرق الفيلم التسجيلي إلى مشروعات الإسكان الجديدة التي تنفذها الدولة المصرية، مثل التجمعات العمرانية الجديدة، ومشروعات جنة وسكن مصر وغيرها، وبناء عمارات جديدة في مدينة أكتوبر الجديدة ضمن مشروعات الإسكان الاجتماعي، وكذلك مدينة حدائق أكتوبر

شهد الرئيس عبد الفتاح السيسي، افتتاح مشروعات قومية جديدة في مجالات الرياضة والطرق والإسكان، وذلك في نطاق محافظة الجيزة، وبدأت فعاليات الافتتاح بتلاوة آيات من القرآن الكريم، وشاهد الرئيس السيسي فيلما تسجيليا بعنوان: "ملحمة بناء"، والذي استعرض المشروعات القومية الجديدة التي تنفذها الدولة المصرية في مختلف المجالات في إطار خطة التنمية الشاملة للدولة المصرية. واستعرض الفيلم



رسائل الرئيس السيسي خلال افتتاح مشروعات قومية جديدة

Al-Zafer العالمية
International Shipping & Logistic Solutions
1 God El-haq St., 1st Floor, Square 1226, beside Florida Mall, Sheraton Heliopolis, Cairo, Egypt
+202 2264 4467
+202 2264 4468
www.alzaferintl.com

استعرض المشروعات القومية الجديدة التي تنفذها الدولة المصرية في مختلف المجالات في إطار خطة التنمية الشاملة للدولة المصرية. وشهد الرئيس عبد الفتاح السيسي، افتتاح مشروعات قومية جديدة في مجال الطرق حيث شهد الرئيس السيسي، عبر الفيديو كونفرانس، افتتاح الطريق الدائري الاوسطي - طريق ترسا - تطوير طريق الجيزة / الفيوم - تطوير محور المريوطية - محور المنصورة. وتحدث الرئيس عبد الفتاح السيسي، عن تطوير الطرق



مشروعات قومية جديدة في مجالات الرياضة والطرق والإسكان، وذلك في نطاق محافظة الجيزة، وبدأت

شهد الرئيس عبد الفتاح السيسي، افتتاح

الصحة تسجل ١٢٨٨ إصابة جديدة بفيروس كورونا و٢٢ وفاة وخروج ٩٨١ متعافياً



التي تُجريها الوزارة وفقاً لإرشادات منظمة الصحة العالمية، لافتاً إلى وفاة ٢٢ حالة جديدة. وأكد أنه طبقاً لتوصيات منظمة الصحة العالمية الصادرة في ٢٧ مايو ٢٠٢٠، فإن زوال الأعراض المرضية لمدة ١٠ أيام من الإصابة يعد مؤشراً لتعافي المريض من فيروس كورونا. وأشار "عبد الغفار" إلى أن إجمالي العدد الذي تم تسجيله في مصر بفيروس كورونا المستجد حتى الأربعاء، هو ٤٨٦٣٨١ من ضمنهم ٤١٦٤٧١ حالة تم شفاؤها، و ٢٤١٣٢ حالة وفاة

أعلنت وزارة الصحة والسكان، خروج ٩٨١ متعافياً من فيروس كورونا من المستشفيات، وذلك بعد تلقيهم الرعاية الطبية اللازمة وتمام شفائهم وفقاً لإرشادات منظمة الصحة العالمية، ليرتفع إجمالي المتعافين من الفيروس إلى ٤١٦٤٧١ حتى أمس الأربعاء. وأوضح الدكتور حسام عبد الغفار المتحدث الرسمي لوزارة الصحة والسكان، أنه تم تسجيل ١٢٨٨ حالة جديدة ثبتت إيجابية تحاليلها للفيروس ومتحوراته، وذلك ضمن إجراءات الترصد والتقصي والفحوصات اللازمة

التعليم: أسئلة امتحانات الثانوية العامة وفق نظام التقييم الجديد لقياس الفهم

معها بشكل سهل وبسيط أثناء أداء الامتحان. وكانت الوزارة أكدت أنه يسمح للطلاب المنتظمين دخول الامتحان لغامين وأخر عامين على نظام المنازل، مشيرة إلى أنه لا يحق للطلاب الراسب دخول الامتحان

قالت مصادر مسئولة بوزارة التربية والتعليم والتعليم الفني، إنه سيجري إعلان تفاصيل امتحانات الثانوية العامة وطبيعية الأسئلة، قائلة: الأسئلة ستكون وفق نظام التقييم الجديد؛ تقيس الفهم ونوانج التعلم، ويجب على الطلاب التحضير الجيد للأسئلة للتعامل



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

تابع ص ٦



عاهل البحرين وخادم الحرمين يوجهان بسرعة تنفيذ جسر "الملك حمد" الرابط بين البلدين

وجه عاهل البحرين الملك حمد بن عيسى آل خليفة، وخادم الحرمين الملك سلمان بن عبدالعزيز آل سعود، بسرعة تنفيذ مشروع جسر الملك حمد الذي سيربط بين البلدين والذي سيشكل علامة بارزة وإضافة مميزة في تاريخ العلاقات البحرينية السعودية. وأكد الجانبان - في بيان مشترك بمناسبة زيارة الملك حمد إلى السعودية، وفقا لوكالة أنباء البحرين (بنا) - على مضامين إعلان الخلا الصادر في ٥ يناير ٢٠٢١، بما في ذلك استكمال مقومات الوحدة الاقتصادية والمنظومتين الدفاعية والأمنية المشتركة وتنسيق المواقف، والإسراع في العمل الثنائي بين دول مجلس التعاون الخليجي لإزالة كافة الأمور العالقة، بما يعزز تضامن واستقرار دول المجلس وتعزيز الدور الإقليمي لها من خلال توحيد المواقف السياسية وتطوير الشراكات السياسية مع المجتمع الدولي والمنظمات الإقليمية والدولية وقوة وتماسك دول المجلس ووحدة الصف بين أعضائه.



تلاتين

ترخيص الهيئة الوطنية للإعلام رقم ٠٠٠٤ فبراير عام ٢٠٢١
رئيس مجلس الإدارة:-
محمود صلاح قطامش
رئيس التحرير:-
عاطف عبد العزيز
الإشراف الصحفي:-
دكتوراه سهام جبريل
البث الإلكتروني:-
محمد جمال شرع

الوكيل الإعلاني
جمهورية مصر العربية

elsherif
للعمارة والإعلان

(+202) 01022441900 (+202) 01283617779
e-mail: cd_room2004@yahoo.com

المملكة العربية السعودية

مطبعة ميشال محمد الخطيب
Mishal Printing Press
CREATIVE DESIGN & PRINTING SOLUTION
CALL NOW
053 230 5963 / 050 574 0183
Jeddah - 23212 - 7539 K.S.A. Mshrefah Dist.
14 Ain Khalifa St. - Tel.: 012 663 2770
Fax: 012 - 663 2771 Mobile: 053 230 5963
C.R. 4030303207 Lic. No. 55815



مندوبة الإمارات بالأمم المتحدة: علينا حشد الجهود الدولية لوقف الأعمال العدائية بأوكرانيا

قال السفير لانا نسبية مندوبة الإمارات لدى الأمم المتحدة، إن الوضع الإنساني في أوكرانيا يسوء يوما بعد يوم، موضحة إن الإمارات تعهدت بتقديم ٥ ملايين دولار للمساعدات الإنسانية لأوكرانيا. وأضافت مندوبة الإمارات لدى الأمم المتحدة، خلال كلمتها بالجمعية العامة للأمم المتحدة: علينا حشد الجهود الدولية لوقف الأعمال العدائية في أوكرانيا. وتابعت مندوبة الإمارات لدى الأمم المتحدة: علينا تفعيل العمل الدبلوماسي لحل الأزمات. وقالت مندوبة الإمارات لدى الأمم المتحدة: نعمل على حث الدول الأعضاء للاستجابة للأزمة الإنسانية في أوكرانيا.

قال السفير لانا نسبية مندوبة الإمارات لدى الأمم المتحدة، إن الوضع الإنساني في أوكرانيا يسوء يوما بعد يوم، موضحة إن الإمارات تعهدت بتقديم ٥ ملايين دولار للمساعدات الإنسانية لأوكرانيا. وأضافت مندوبة الإمارات لدى الأمم المتحدة، خلال كلمتها بالجمعية العامة للأمم المتحدة: علينا حشد الجهود الدولية لوقف الأعمال العدائية في أوكرانيا. وتابعت مندوبة الإمارات لدى الأمم المتحدة: علينا تفعيل العمل الدبلوماسي لحل الأزمات. وقالت مندوبة الإمارات لدى الأمم المتحدة: نعمل على حث الدول الأعضاء للاستجابة للأزمة الإنسانية في أوكرانيا.



التحالف العربي يعلن تدمير ١٢ آلية عسكرية حوثية في محافظة حجة اليمنية

جماعة الحوثي في حجة؛ أسفرت عن تدمير ٨ آليات عسكرية وخسائر بشرية في صفوف الحوثيين.

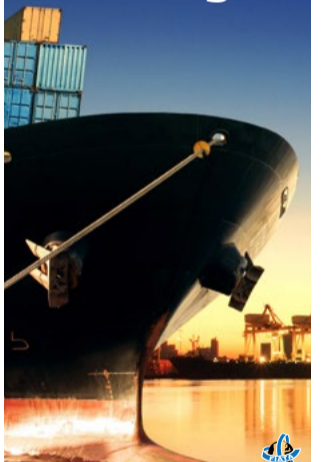
ونفذت قوات التحالف العربي، ١١ عملية استهداف ضد جماعة الحوثي في حجة؛ أسفرت عن تدمير ٨ آليات عسكرية وخسائر بشرية في صفوف الحوثيين.

ونفذت قوات التحالف العربي، ١١ عملية استهداف ضد جماعة الحوثي في حجة؛ أسفرت عن تدمير ٨ آليات عسكرية وخسائر بشرية في صفوف الحوثيين.



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 الخفاف للخدمات اللوجستية
Al-Zafar Cargo Services Co.
800-12-8888-1
qalamesh@alzafarcargo.com
www.alzafarcargo.com

Mohamed Dental Clinic



11 ش الأديب علي ادم، مساكن الشيراتون
هاتف: ٠١٠٠٦٣٩٠٠٠ جوال: ٠١٠٠١٦٧٠٩٨
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com



المالية: صرف ٣٣ مليار جنيه للمصدرين منذ بدء مبادرة "رد المستحقات المتأخرة"

أكد الدكتور محمد معيط وزير المالية، أن دفعة جديدة من المصدرين المستفيدين بالمرحلة الرابعة لمبادرة «السداد النقدي الفوري» التي تم إطلاقها اعتباراً من منتصف نوفمبر الماضي، بدأت صرف مستحقاتها، التي بلغت أكثر من ٢ مليار جنيه لأكثر من ٥١٥ شركة، ومن المقرر أن تحصل مجموعة أخرى من المصدرين المستفيدين بهذه المرحلة بالمبادرة على مستحقاتها في ٢٨ أبريل ٢٠٢٢، لافتاً إلى أننا صرفنا أكثر من ٣٠ مليار جنيه لأكثر من ٢٥٠٠ شركة، خلال جميع المبادرات التي بدأت تنفيذها منذ أكتوبر ٢٠١٩، وحتى أكتوبر ٢٠٢١؛ إضافة إلى حوالي ٩٠٠ مليون جنيه تم صرفها في ديسمبر ٢٠٢١، كجزء أول من المرحلة الرابعة، ومن ثم يكون إجمالي ما تم صرفه للمصدرين حوالي ٣٣ مليار جنيه حتى الآن، مما يؤكد التزام الحكومة بمساندة القطاع التصديري وتوفير السيولة النقدية للشركات المدرة، رغم ما يشهده الاقتصاد العالمي من تحديات غير مسبوقة. أوضح الوزير، أن مبادرة «السداد النقدي الفوري» لدعم المصدرين، حظيت بإقبال كبير من مجتمع الأعمال، على نحو يعكس نجاحها في توفير السيولة النقدية التي تمكن المصدرين من الوفاء بالتزاماتهم تجاه عملائهم والحفاظ على العمالة في ظل تداعيات جائحة «كورونا»، ويتسق مع جهود الدولة في تعظيم قدراتها الإنتاجية، وتعزيز تنافسية المنتجات المصرية بالسوق العالمية، ودفع عجلة الاقتصاد القومي، ورفع معدلات النمو؛ تحقيقاً لأهداف التنمية الشاملة والمستدامة.

قال أحمد كجوك نائب الوزير للسياسات المالية والتطوير المؤسسي، إنه تم السماح لأول مرة للشركات المصدرة بقطاعات السيراميك والسيارات والأدوية بالتقدم للانضمام إلى المرحلة الرابعة من مبادرة «السداد النقدي الفوري» لدعم المصدرين؛ بما يتسق مع حرص الحكومة على تحفيز القطر



التصدير، وتشجيع المصدرين على توسيع أنشطتهم الإنتاجية. أشارت نيفين منصور مستشار نائب الوزير للسياسات المالية، إلى أن التعاون المثمر مع القطاع المصرفي

ووزارة التجارة والصناعة وندوق تنمية الصادرات، أسهم في إنجاح واحدة من أسرع المبادرات التي تم تنفيذها لرد «المبالغ المتأخرة لدعم المصدرين»، على نحو يعكس

في تحفيز الاستثمار، وتعزيز بنية الاقتصاد القومي، وقد انعكس ذلك في ارتفاع غير مسبوق في الصادرات غير البترولية لتتجاوز حاجز ٣٢ مليار دولار.

كلمة العدد



حاول تفهم

اوكرانيا ونظام علي جديد .

ولماذا الصراع في اوكرانيا بين الروس وحلف الناتو؟؟؟ في الحقيقة تتمتع اوكرانيا بثروات طبيعته كثيره نذكر بعض منها اوكرانيا ثاني اكبر دوله في اوروبا من ناحيه المساحه وعدد السكان فيها يزيد عن اربعين مليون نسمة اكبر من بولندا . اوكرانيا الدوله الاوروبيه الاولي واعلي نسبة في احتياطي يورانيوم . اوكرانيا الدوله الاوروبيه الثانيه والعاشره علي مستوي العالم التي تحتوي علي احتياطي التيتانيوم . اوكرانيا الدوله الثانيه في العالم في احتياطي المتجنيز وهي ايضا الدوله الثانيه في العالم في احتياطي خام الحديد والعاشره من ناحيه الانتاج والدوله الثانيه في اوروبا في الزئبق وهي الدوله الثالثه في اوروبا والثالثه عشر في العالم في احتياطي الغاز والكثير الكثير من احتياطات المعادن والغاز وباختصار شديد يكفي ان نقول انها من الناحيه الزراعيه تكفي لاطعام وتوفير الغذاء الي اكثر من ستمائة مليون نسمة لكن الصراع ليس من اجل هذا كله الصراع ناتج عن رغبة اوكرانيا بالانضمام الي حلف الناتو وهو ماتراه روسيا خطر علي امنها القومي لذلك قررت روسيا ان تغير الاوضاع في اوكرانيا اما بتقسيمها او بتغيير سلطتها وفي كل الحالات الابقاء عليها علي الحياد وابعادها عن الدخول الي حلف الناتو واخذ التعهدات والضمانات علي ذلك بالاضافه الزلعي المكاسب الاخرى مثل قبول وضعها في القرم وعدم توسيع حلف الناتو في اوروبا الشرقيه ودول ما يسمى بالاتحاد السوفيتي السابق بل واطلقت التحزير الشهير والموجه الي الدول المحيطة بولندا وهنغاريا وسلوفاكيا ورومانيا وبولونيا بان هذه الدول عليها ان لاتنضم الي حلف الناتو والا ستلقي المصير نفسه هذا الصراع قد كشف وبشكل واضح ان المرحلة القادمه سيشهد العالم فيها نظاما جديدا في ظل اداره امريكه تكفي بالمنابعه واصدار البيانات وتكتفي فقط بالمشاهده لما يحدث وقد كان العالم يأمل بعد سقوط جدار برلين في قيام نظام عالمي مختلف تحكمه الحربه والعداله بعد ان تحررت كل دول اوروبا الشرقيه الا ان الامر كله اختلف الان وسقط بفعل الامر الواقع الذي يحاول فرضه فلاديمير بوتين بالقوه العسكريه حتي يبنه العالم ان الاتحاد السوفيتي لم يمت وان القيصر لازال يحلم بعاده روسيا لتكون الوريث الحقيقي في القوه والدور العالمي كالاتحاد السوفيتي سابقا وهذه الازمه وضعت العالم امام حقيقته تاريخيه جديده انه علي موعد مع نظام عالمي جديد لن تكون فيه امريكا هي القطب الواحد بعد ظهور الاتحاد الاوروبي بشكل غير مؤثر وظهور الصين في الخلفيه في انتظار الفرصه للعب دورا تخططه لنفسها من زمن وبعد ان تغيرت ايضا استراتيجيات بعد الدول الاوروبيه التي لا تملك جيشا وطنيا مكنته بالحمايه في ظل الناتو بانه اصبح لزاما عليها انشاء جيشا وطنيا خاصا بها والحديث هنا عن المانيا التي تخطط لانفاق مائه مليار دولار لانشاء جيشا وطنيا لنفسها اذن السؤال الان الذي يفرض نفسه وعلي الجميع الاجابة عليه ما الذي سيحدث في العالم بعد ان تحقق روسيا اهدافها من هذه العمليه حتي وان طال الزمن ؟ اكيد سيكون هناك عالم جديد تسخن فيه الحرب البارده وربما تصل الي الغليان مع مزيد من الازمات الاقتصاديه وارتفاع في اسعار البترول ومستلزمات الانتاج في عالم لازال يصارع الكورونا ويكافح معها اولاد عمها .

وحاول تفهم

مصر تلاتين

شيخ الأزهر يطالب الرموز الدينية والسياسية في العالم بمواجهة الحروب والعنصرية



هنا فضيلة الإمام الأكبر الدكتور أحمد الطيب، شيخ الأزهر الشريف، الملك عبد الله الثاني بن الحسين، عاهل المملكة الأردنية الهاشمية، وقرينته الملكة رانيا العبدلله، ومؤسسة الحرية والمعرفة «فوكال» بدولة هاييتي؛ لفوزهما بجائزة زايد للأخوة الإنسانية، مؤكداً أنهما قدما نموذجا مميذا للأخوة والتعايش الإنساني.

وأعرب شيخ الأزهر في كلمته بحفل تكريم الفائزين بجائزة زايد للأخوة الإنسانية في نسختها الثالثة، اليوم الإثنين بصرح زايد المؤسس بالعاصمة الإماراتية أبو ظبي، عن تقديره لجهود الملك عبد الله الثاني بن الحسين في دعم قضايا الحوار بين الأديان، والحفاظ على المقدرات الإسلامية والمسيحية في القدس، ودعمه المستمر للمستضعفين من أبناء شعب فلسطين الجريح، فضلاً عن استضافة المملكة الأردنية الهاشمية وشعبها للعديد من اللاجئين الفارين من الظلم والاضطهاد، وقسوة الحياة واغتصاب الأوطان، مقدراً موقف الملكة رانيا العبدلله، الداعم لهذه الجهود الخيرة، ومشاركتها القوية في الاهتمام بالنساء والأطفال والمحرومين ورعايتهم، وتعزيز الأخوة والمحبة بين الناس.

كما عبر شيخ الأزهر عن تقديره لمؤسسة «فوكال» الوطنية وشعب دولة هاييتي ونضاله من أجل استرداد كرامته الإنسانية، وصمودهم في وجه الظلم والاستعباد والطغيان والعبث بإنسانية الإنسان وكرامته وحرية، مؤكداً أن مؤسسة فوكال استحققت الفوز بجائزة زايد للأخوة الإنسانية عن جدارة واستحقاق، من أجل جهودها المخلصة في خدمة شعب هاييتي البطل الذي عانى كثيراً وما زال يعاني من مآسي الفقر والكوارث البيئية، مشيداً بالعمل الجاد الذي تقوم به رئيس المنظمة «ميشيل بير لويس» من أجل تعزيز قيم الأخوة الإنسانية، والمشاركة في إيجاد حلول للأزمات الإنسانية والاجتماعية والبيئية في دولة هاييتي.

وبعث فضيلة الإمام الأكبر برسالة شكر وتقدير إلى الشيخ محمد بن زايد، ولي عهد أبو ظبي، على رعايته

لوثيقة الأخوة الإنسانية، ودعمه لجهود اللجنة العليا لأداء عملها، والتزامه المخلص، وإيمانه الحقيقي بالأخوة الإنسانية، موضعا أن الجائزة العالمية للأخوة الإنسانية؛ هي مصدر إلهام لكل محبي التعايش والتأخي الإنساني في كل مكان على ظهر الأرض، واحترافاً بقيم وثيقة الأخوة وإرث الراحل الحكيم الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان مؤسس دولة الإمارات العربية المتحدة «طيب الله ثراه».

وأعرب فضيلة الإمام الأكبر عن سعادته برؤية وثيقة الأخوة الإنسانية وهي تواصل مسيرتها وتتنامى يوماً بعد يوم، وتشق طريقها بخطى ثابتة وأثر ملموس في جذب كل محبي الخير والسلام للمشاركة في هذه الرحلة الخيرة، والتي بدأت بتوقيع وثيقة الأخوة الإنسانية مع أخيه قداسة البابا فرنسيس الثاني، بابا الكنيسة الكاثوليكية في العاصمة الإماراتية أبو ظبي في عام ٢٠١٩.

واختتم شيخ الأزهر كلمته بالمطالبة بضرورة تكاتف الرموز الدينية



محافظ شمال سيناء يؤكد على تعاون مكثف بين المحافظة ومركز بحوث الصحراء لدمج أبناء سيناء في التنمية الزراعية



كتب فيصل أبو هاشم

التنمية الزراعية المستدامة أن البرنامج يضم مجموعة من الأنشطة التطبيقية التي يتم تنفيذها على أرض الواقع وفقا لاحتياجات فئات المجتمع المحلي بشمال سيناء .
ومما يذكر أنه سبق توزيع شتلات أشجار الزيتون والمواد والمبيدات الزراعية والأغنام على المستفيدين في منطقة وسط سيناء (بالحسنة ونخل) ، وذلك ضمن البرنامج البحثي لدمج أبناء سيناء في التنمية الزراعية المستدامة ، أثناء زيارة الدكتور السيد القصير وزير الزراعة برفقة الدكتور عبد الله قاسم زغلول رئيس مركز بحوث الصحراء ، الدكتور حسام الدين عبد العال رئيس البرنامج البحثي لدمج أبناء سيناء في التنمية الزراعية المستدامة وعدد من قيادات الوزارة في أوائل الشهر الماضي .

ومن جانبه .. قام اللواء هشام الخولي نائب محافظ شمال سيناء بمرافقة الدكتور عبد الله قاسم زغلول رئيس مركز بحوث الصحراء الى الشيخ زويد لزيارة بعض القرى لتوزيع الشتلات والأشياء الأخرى عليهم .. حيث تم توزيع ٥ آلاف شتلة زيتون بحضور النائبة عابدة السواركة عضو مجلس النواب وسعيد عراة رئيس مركز ومدينة الشيخ زويد .
وأعلن الدكتور عبد الله قاسم زغلول رئيس مركز بحوث الصحراء أن هذه الدفعة تعتبر أولى لصالح أهالي قرى الشيخ زويد ، ونقل تحيات الدكتور السيد القصير وزير الزراعة الى أهالي سيناء عامة والشيخ زويد خاصة .
ومن جانبه .. أكد اللواء هشام الخولي نائب المحافظ على شكره وتقديره للقيادة السياسية والدكتور السيد القصير وزير الزراعة .
وأضاف الدكتور حسام عبد العال رئيس البرنامج البحثي لدمج أبناء سيناء في



أكد الدكتور محمد عبد الفضيل شوشة محافظ شمال سيناء على وجود برنامج رئاسي لدعم أهالي سيناء في التنمية الزراعية .. مشيرا الى وجود تعاون مكثف بين المحافظة ومركز بحوث الصحراء لدمج أبناء سيناء في التنمية الزراعية .. مقدما الشكر والتقدير للقيادة السياسية والدكتور السيد القصير وزير الزراعة .
جاء ذلك خلال استقبال المحافظ في مكتبه بعد ظهر اليوم للدكتور عبد الله قاسم زغلول رئيس مركز بحوث الصحراء التابع لوزارة الزراعة ، والذي قدم ٢٠ ألف شتلة زيتون و ١٠ آلاف شتلة مرمرية و ٥ آلاف شتلة لوز .. علاوة على ٢٥ رأس ماعز و ١٠ بطاريات دواجن و ٤٥٠ دجاجة لتوزيعها على أهالي القرى بالشيخ زويد ، وذلك بحضور المهندس عاطف مطر وكيل وزارة الزراعة بالمحافظة ومحمد رمضان مدير محطة بحوث الصحراء بالشيخ زويد .

محافظ القليوبية يتفقد أعمال تطوير مستشفى طوخ المركزي للوقوف على نسب التنفيذ ودفع الأعمال



القليوبية : محمد فايز

المستشفى "أماكن انتظار - مكاتب إدارية - العيادة الخارجية - قسم للطوارئ - قسم للغسيل الكلوي - قسم للعلاج الطبيعي - قسم الأشعة - التعقيم المركزي - غرف عمليات - استراحات الأطباء ومدرسة التمرير - قسم للمعامل - حضانات - قسم للحروق - قسم جراحة المناظير"

مرفق الإسعاف وإنشاء مبنى إداري وجراجات تماشيا مع أعمال التطوير الجارية موجهها أيضا باستمرار توريد مستلزمات الفرش والأجهزة الطبية بالتوازي مع أعمال الإنشاءات لتدخل المستشفى المنظومة الصحية في أقرب وقت ممكن .
وجدير بالذكر أن المستشفى تشتمل على ١٦ عيادة خارجية ٩٠ سرير داخلي ، ٢١ سرير رعاية مركزة ، ١٦ حضانة أطفال ٢٠٠ ماكينة غسيل كلوي ، ٦ غرف عمليات جراحية ، بالإضافة إلى عمليات النساء والتوليد كما تشمل

أجرى اللواء عبد الحميد الهجان محافظ القليوبية جولة تفقدية خلالها أعمال إنشاءات المستشفى المركزي لمدينة طوخ والجاري تنفيذه بتكلفة إجمالية تصل إلى ٣٠٨ مليون جنيه ووصلت نسبة تنفيذ الأعمال إلى ٦٠٪ حيث تتم الآن أعمال التشطيبات النهائية والدهانات وتركيب الواجهات .
وشدد على سرعة الانتهاء من الأعمال وفقا للجدول الزمني المحدد، واستمع المحافظ من القائمين على تنفيذ المشروع ومتابعة آخر تطورات الأعمال بالمستشفى، موجهها بتطوير



مصر ترفض توظيف منهج العقوبات الاقتصادية خارج إطار آليات النظام الدولي.. الخارجية: لا ينبغي غض الطرف عن بحث جذور ومسببات أزمة أوكرانيا.. وتدعو لضمان تدفق المساعدات الإنسانية لكل محتاج



والاستقرار، مشيرة لرفضها توظيف منهج العقوبات الاقتصادية خارج إطار آليات النظام الدولي متعدد الأطراف، من منطلق التجارب السابقة، والتي كان لها آثارها الإنسانية السلبية البالغة، وما أفضت إليه من تفاقم معاناة المدنيين طوال العقود الماضية.
ودعت مصر لأن تتحلل كل الأطراف بالمسئولية الواجبة لضمان تدفق المساعدات الإنسانية لكل محتاج، دون أي تمييز، مع كفالة مرور المقيمين الأجانب بانسيابية عبر الحدود، حيث وردت بعض التقارير عن معاملات تمييزية.
وتجدد مصر التحذير من مغبة الآثار الاقتصادية والاجتماعية للأزمة الراهنة على الاقتصاد العالمي برمته، والذي ما زال يعاني من تداعيات الجائحة، ولعل الاضطراب المتزايد في سلاسل الإمداد وحركة الطيران الدولي لأبلغ دليل على ذلك، موضحة أن فاعلية ومصدقية قدرة آليات العمل الدولي متعدد الأطراف في مواجهة التحديات والأزمات المتلاحقة يعتمد على تناول كافة الأزمات الدولية وفقا لمعايير واحدة وثابتة متسقة مع مبادئ الميثاق ومقاصده دون أن تمر عقود تم خلالها تكريس الأمر الواقع والمعاناة الإنسانية.
وأيدت ١٤١ دولة بالجمعية العامة للأمم المتحدة بينهم مصر مشروع قرار يدين العمليات العسكرية الروسية في أوكرانيا وسط معارضة ٥ وامتناع ٣٥ دولة أخرى عن التصويت.

يظل نصب أعيننا جميعا، والهدف الأساسي للمجتمع الدولي بأسره في التعامل مع الأزمة الراهنة، ومن ثم يتعين إتاحة الحيز السياسي الكفيل بتحقيق ذلك الهدف الأساسي.
وأكدت مصر في بيان وزارة الخارجية أنه لا ينبغي أن يتم غض الطرف عن بحث جذور ومسببات الأزمة الراهنة، والتعامل معها بما يضمن نزع فتيل الأزمة، وتحقيق الأمن

أكدت وزارة الخارجية المصرية على النقاط التالية اتصالاً بالقرار الذي تم اعتماده للتو بالجمعية العامة للأمم المتحدة، وصوتت مصر لصالحه، انطلاقا من إيمانها الراسخ بقواعد القانون الدولي ومبادئ ومقاصد ميثاق الأمم المتحدة، أن البحث عن حل سياسي سريع لإنهاء الأزمة عبر الحوار وبالطرق السلمية ومن خلال دبلوماسية نشطة، يجب أن





كل ما تريد معرفته عن المشروع القومي لتنمية الأسرة

للسيدات في الفئة العمرية من ١٨ حتى ٤٠ سنة من العمل والاستقلالية المالية، وذلك من خلال إنشاء وحدات "صحة وتنمية الأسرة" (مستشفيات التكامل سابقاً)، تنفيذ مليون مشروع متناهي الصغر تقودها المرأة في المحافظات المختلفة، إلى جانب تدريب ٢ مليون سيدة على إدارة المشروعات، فضلاً عن تجهيز مشاغل خياطة للسيدات ملحقه بوحدات صحة وتنمية الأسرة محور التدخل الخدمي محور التدخل الخدمي فيتمضمخفص الحاجة غير الملابة للسيدات من وسائل الصحة الإنجابية وإثباتها بالمجان للجميع من خلال تدريب وتوطين ١٥٠٠ طبيبة، التعاون مع ٤٠٠ جمعية أهلية لتقديم خدمات الصحة الانجابية، إلى جانب تجهيز مراكز الخدمة المتنقلة، فضلاً عن تقديم سلات غذائية برنامج الـ ١٠٠٠ يوم

تابع ص ٦

القرى والنجع، تجمعات الريف، رجال الدين، الداعيات والراهبات، كما أفادت بأن النطاق الجغرافي للخطة يشمل جميع أنحاء الجمهورية، وأن المدى الزمني لتنفيذ الخطة ثلاث سنوات. الحوافز المادية وتمثل في الوثيقة الادخارية المؤجلة، وهو برنامج حوافز مادية مؤجلة للسيدات شرط الالتزام بالضوابط التي تحقق أهداف المشروع، وتنفيذ البرنامج لجميع السيدات المتزوجات "زيجات حديثة أو قائمة" واللاتي لديهن طفلين على الأكثر، ويشترط ألا يقل سن السيدات عن الانضمام للبرنامج عن ٢١ عاما ولا يزيد عن ٤٠ عامًا. بقيمة ٦٠ الف جنيه بشرط الالتزام بالضوابط محاور المشروع وضعت الدولة ٥ محاور رئيسية لتنفيذ المشروع ومن اهمها المحور الاقتصادي ويهدف إلى تمكين اقتصادي

يتم في ظل النمو السكاني المرتفع. بحيث تولى الدولة المصرية اهتمام كبير بالمجتمع المصري وتنمية الريف المصري، وهذا يأتي من خلال تنمية الأسرة وخصائص السكان. مدة تنفيذ المشروع يتم تنفيذ المشروع على مدار ٣ سنوات خلال الفترة من عام ٢٠٢١ وحتى ٢٠٢٣ من المحافظات المستهدفة خلال المرحلة الأولى تستهدف مشروع تنمية الأسرة خلال السنة الأولى محافظات المرحلة الأولى من المبادرة الرئاسية حياة كريمة مما يشمل نحو ١٥٢٠ قرية على مستوى ٥٢ مركزاً في ٢٠ محافظة، بالوجهين القبلي والبحري. الفئات المستهدفة وفيما يتعلق بالفئات المستهدفة من الخطة أوضحت السيد أنها تستهدف السيدات من ١٨ حتى ٤٠ سنة، طلبة الجامعات، تلاميذ المدارس، أطفال



هي قضية شعب مصر، فمن المهم أن تتكامل كل الوزارات في هذه القضية حتى تتمكن من إدارة القضية السكانية، من منظور تنموي وحقوقى، فتحقيق التنمية، لا يمكن أن

خلال ضبط معدلات النمو المتسارعة، والارتقاء بخصائص السكان. وتعد خصائص السكان أحد عوامل قوة الدولة، مستوى التعليم، معدل الفقر، فرص العمل، فالقضية السكانية

تم إطلاق المشروع القومي لتنمية الأسرة المصرية، والذي يعد الهدف الاستراتيجي العام لخطة تنمية الأسرة المصرية، هو الارتقاء بجودة حياة المواطن والأسرة بشكل عام من



تعزيز التعاون بين مصر وبنجلاديش على المستوى السياحي والأثري

الضيافة، ومجال الحفائر الأثرية وبناء وتجهيز المتاحف الأثرية. كما تم مناقشة إمكانية تنظيم رحلات تعريفية لممثلي وسائل الإعلام المختلفة والمؤثرين على مواقع التواصل الاجتماعي ببنجلاديش لزيارة مصر والتعرف على التنوع الذي يتمتع به المقصد السياحي المصري، بالإضافة إلى عقد ورش عمل بين الشركات السياحية بالبلدين لبحث آليات جذب المزيد من السائحين من دولة بنجلاديش لزيارة المقاصد السياحية المصرية.

والاتفاقيات بوزارة السياحة والآثار، وميني البحار مساعد وزير السياحة والآثار للشئون الفنية. وخلال اللقاء تم مناقشة سبل دفع مزيد من الحركة السياحية الوافدة من دولة بنجلاديش لمصر وخاصة في ظل قرب بدء تشغيل خط طيران مصر للطيران بين مصر وبنجلاديش، بالإضافة إلى مناقشة إعداد برامج سياحية مشتركة، كما تم بحث آليات الاستفادة من الخبرات المصرية في مجال السياحة والآثار، لتدريب العاملين بقطاع السياحة وخاصة في مجال

استقبلت وزارة السياحة والآثار، ظهر اليوم، الأربعاء، بمقر الوزارة بالزمالك، شهریار علم، عضو البرلمان ووزير الدولة للشئون الخارجية ببنجلاديش، والوفد المرافق له، وذلك خلال زيارتهم الحالية لمصر، وذلك لبحث تعزيز سبل التعاون بين البلدين على المستوى السياحي والآثري. وقد حضر اللقاء السفير محمد مونيرول إسلام سفير بنجلاديش بالقاهرة، ووزير مفوض داليا عبد الفتاح المشرف العام على الإدارة العامة للعلاقات الدولية



جائزة مصر للتميز الحكومي تختتم فعاليات تدريب سفراء التميز بالهيئة القومية للبريد

جائزة مصر للتميز الحكومي. وإشراف مصطفى إلى وصول عدد المتدربين بمكاتب البريد إلى ١٦٧٥ متدرب، وعدد ٣٧ دورة تدريبية، كما وصل عدد أيام التدريب إلى ٧٤ يوم تشمل ٤٥٠ ساعة تدريبية، توزعت على ٦ محطة تدريبية على مستوى الجمهورية هي القاهرة، أفضل ٨٠ مكتب ميمم على مستوى الجمهورية مؤهل للترشح للمنافسة على

جائزة مصر للتميز الحكومي حرص إدارة الجائزة على تقديم الدعم الفني اللازم للجهات لاستكمال مراحل المشروع الرئيسية، موضحاً أنه تأتي بعد انتهاء التدريب؛ مرحلة فتح باب الترشح للجوائز الداخلية وذلك لمدة شهر، ثم تبدأ عمليات التقييم وصولاً إلى التحكيم واعتماد نتائج أفضل ٨٠ مكتب ميمم على مستوى الجمهورية مؤهل للترشح للمنافسة على

اختتمت جائزة مصر للتميز الحكومي فعاليات تدريب سفراء التميز لمشروع الجوائز الداخلية لعدد ٩١٧ مكتب بريد ميمم على مستوى الجمهورية؛ وذلك استعداداً للإعلان عن فتح باب الترشح لجائزة التميز الداخلي بتلك المكاتب. وقالت الدكتورة هالة السعيد، وزيرة التخطيط والتنمية الاقتصادية إن التدريب يهدف إلى نشر وتعزيز ثقافة التميز والعمل على بناء قدرات وتأهيل سفراء التميز لفهم متطلبات ومعايير وآليات تقييم الوحدة الحكومية المتميزة في تقديم الخدمات، مؤكدة أن تنفيذ منظومة الجوائز الداخلية في الجهات الحكومية يأتي انطلاقاً من حرص إدارة جائزة مصر للتميز الحكومي على تنفيذ أهداف رؤية مصر ٢٠٣٠، لدعم جهود الدولة لنشر وتعميق ثقافة التميز والتطوير المؤسسي بقطاعات الدولة المختلفة. ومن جانبه أكد المهندس خالد مصطفى، الوكيل الدائم لوزارة التخطيط والتنمية الاقتصادية والمشرف العام على



الرئيس السيسي يفتتح مشروعات قومية جديدة في مجالات الرياضة والطرق والإسكان

تتمه ص ١

وسابقنا الزمن بشكل قياسي.. وعملنا مشروعات أحلام تحتاج إلى ٢٠ عاما.. لما نتكلم عن خطوط المترو والمونوريل وشبكة الطرق وغيرها.. دي كانت شبه مستحيلة تستطيع تنفيذ هذا الموضوع.. الكلمة للتاريخ.. والرئيس عبد الفتاح السيسي لما بنعمل أي مشروع من الصفر يقولنا حط التوقعات لـ ١٠٠ سنة قدام."

بسبب الزحام المروري الكبير". وأضاف رئيس الوزراء خلال كلمته في افتتاح مشروعات قومية جديدة بحضور الرئيس عبد الفتاح السيسي: "الخبر الياباني قالي وقتها أن الدولة تحتاج إلى مئات المليارات ولكن بقدرة الدولة المصرية سوف يكون التنفيذ سهبا.. من الصعب تنفيذ هذه الخزمة من المشروعات.. الحمد لله قدرنا

للقاهرة في عام ٢٠٢٠ بمشاركة خبراء من اليابان، متابعا: "خبر من اليابان قالي أنا شخص وإنسان مش هكون حابب أكون موجود في القاهرة في الفترة بين عامي ٢٠٢٠-٢٠٣٠.. القاهرة هتكون مدينة مغلقة وميتة.. سرعة العربية فيها لا تتجاوز ٨-١٠ كيلو متر

رسائل الرئيس السيسي خلال افتتاح مشروعات قومية

تتمه ص ١



والمحاور في محافظة الجيزة: "لما قولنا في غرب القاهرة الكبرى أو غرب محافظة الجيزة، أردنا تحرير الحركة بشكل لا يقل عن شرق القاهرة، وبالتالي القاهرة سواء شرقها أو غربها أو غرب النيل وفق التوصيف من نهر النيل.. وأماننا تحدي إنك مثلا في منطقة كرداسة.. بتتكلم في عدد سكان كبير أوى.. طب احنا حلينا المسألة على محور رئيسي سواء عرضي أو طولي حول هذه المنطقة."



التعليم: أسئلة امتحانات الثانوية العامة وفق نظام التقييم الجديد لقياس الفهم

تتمه ص ١

سوى في المواد الراسب فيها فقط، كما أنه يسمح لطالب الصف الثالث الثانوي الذي أتم دراسة المواد المقررة بالشعبتين الأدبية والعلمية، ويحسب للطالب الدرجات الفعلية التي يحصل عليها في امتحانات الثانوية العامة الدور الأول. وأكدت الوزارة، أن الطالب الراسب وأكثر من مادتين لا يسمح له بأداء تلك المواد في الدور الثاني وعليه التقدم باستمارة جديدة في العام التالي إذا لم يستنفد عدد مرات الرسوب وتحسب له الدرجات الفعلية التي يحصل عليها في هذه المواد، أما الطالب الذي يرسب في مادتين على الأكثر يتاح له الدخول



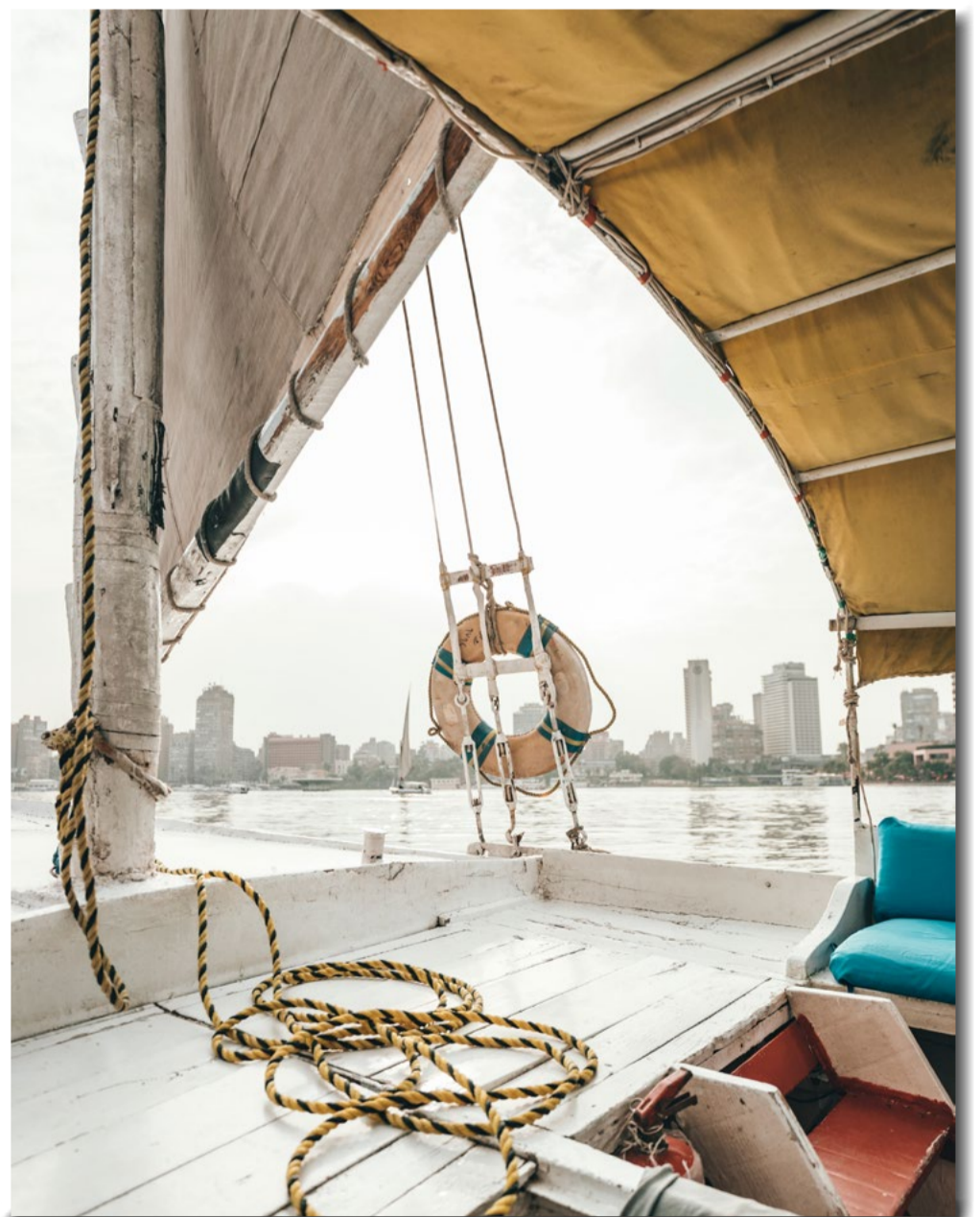
كل ما تريد معرفته عن المشروع القومي لتنمية الأسرة

تتمه ص ٥

بناء منظومة متابعة وتقييم المشروع القومي لتنمية الأسرة المصرية، فضلا عن تفعيل دور المرصد الديمجرافي بالمركز الديمجرافي بالقاهرة للقيام بالرصد المستمر لجميع الخصائص السكانية على مستوى الجمهورية بشكل آلي. المحور التشريعي يهدف إلى وضع إطار تشريعي وتنظيمي حاكم للسياسات المتخذة لضبط النمو السكاني، وذلك من خلال قانون زواج الأطفال والذي يتضمن تجريم زواج القاصرات، وتغليظ العقوبة وتشمل ولي الأمر، إلى جانب قانون عمالة الأطفال ويشمل تغليظ العقوبة، وعقوبة ولي الأمر، فضلا عن قانون تسجيل المواليد الذي يتضمن تجريم عدم تسجيل المواليد.

التوعية مفهوم تنظيم الأسرة من منظور حقوق الطفل، فضلا عن فعاليات ثقافية ومناهج تعليمية لرفع الوعي بالأبعاد الاقتصادية والاجتماعية للقضية السكانية على مستوى الجمهورية. محور التحول الرقمي يهدف إلى إنشاء منظومة إلكترونية موحدة لميكنة وربط جميع الخدمات المقدمة للأسرة المصرية "منظومة الأسرة المصرية" لربط كل من: قاعدة بيانات الزواج، قاعدة بيانات الأسرة، قاعدة بيانات تكافل وكرامة، قاعدة بيانات وحدات صحة وتنمية الأسرة، مع قاعدة بيانات صندوق تأمين الأسرة المصرية، وذلك بهدف قياس درجة الالتزام بشروط برنامج الحوافز المقترح، إلى جانب

الأولى، علاوة على تقديم سلة أغذية غنية للسيدات شهريا كحافز إيجابي. المحور الثقافي والتوعوي والتعليمي لخطة تنمية الأسرة المصرية يهدف إلى رفع وعي المواطن بالمفاهيم الأساسية للقضية السكانية وبالآثار الاجتماعية والاقتصادية للزيادة السكانية، وذلك من خلال صياغة رسائل إعلامية على مستوى الدولة وحملات إعلانية بجميع وسائل الإعلام المتاحة، توعية (٦ مليون) سيدة في سن الإنجاب و(٢ مليون) من الشباب المقبلين على الزواج، إلى جانب تنفيذ برنامج "جلسات الدوار" يشمل تدريب القيادات الدينية وإقامة جلسات لهم في أماكن في القرى و النجوع، بقوة استهداف ١٠





نصائح مهمة لخفض ضغط الدم بشكل طبيعي

ارتفاع ضغط الدم هو أحد أكثر العوامل شيوعاً التي تزيد من خطر الإصابة بالسكتات الدماغية والنوبات القلبية، ويعد ضغط الدم المرتفع ثالث أهم عامل خطر لجميع الأمراض، بعد التدخين والنظام الغذائي السيئ، لذلك من المهم للغاية السيطرة عليه لتقليل الضرر طويل المدى على الشرايين والقلب بدلاً من الاعتماد كلياً على مدرات البول، يمكنك إدخال تغييرات غط الحياة هذه للسيطرة على الحالة وتنظيم مستويات ضغط الدم، بحسب موقع "تايمز أوف إنديا".

تناول الأطعمة الغنية بالمغنيسيوم وجدت الدراسات أن تضمين الأطعمة الغنية بالمغنيسيوم في نظامك الغذائي يمكن أن يساعد في خفض ضغط الدم، وجد الخبراء الذين أجروا تجارب سريرية أن الأشخاص الذين أدرجوا المغنيسيوم في نظامهم الغذائي يعانون من انخفاض في ضغط الدم وضغط دم أفضل من أولئك الذين لم يفعلوا ذلك. تشمل مصادر المغنيسيوم الخضراوات الورقية الخضراء والشوكولاتة الداكنة والموز والعدس والخبز البني.

تناول الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم فعالة في إدارة ضغط الدم، وذلك لأن البوتاسيوم يوازن تأثيرات الصوديوم ويقللها بشكل فعال ثانياً، يساعد البوتاسيوم أيضاً في تخفيف التوتر في الأوعية الدموية مما يساعد بشكل أكبر. تشمل الأطعمة الغنية بالبوتاسيوم البطاطس والبرتقال وعيش الغراب والزبيب والتمر والتوتة والجريب فروت.

الإقلاع عن التدخين الإقلاع عن التدخين تماماً هو الحل للوصول إلى مستويات منظمة لضغط الدم المواد الكيميائية الموجودة في السجائر تلحق بأجزاء الشرايين وتجعل جدرانها لزجة وتسدها، هذا يعوق تدفق الدم ويرفع أيضاً ضغط الدم ومعدل ضربات القلب مع انخفاض كميات الأكسجين التي يتم نقلها إلى أعضاء الجسم المختلفة.

كما أن انخفاض نقل الأكسجين يفسح المجال للنوبات القلبية والسكتات الدماغية وبالتالي فإن الإقلاع عن التدخين هو أفضل طريقة لإدارة كل هذه الآثار الضارة للتدخين.

ممارسة الرياضة بالنسبة للمبتدئين، فإن الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن هم أكثر عرضة للإصابة بارتفاع ضغط الدم ويمكن أن تساعدهم التمارين الرياضية في الاستفادة من خلال فقدان الوزن والتحكم في مستويات ضغط الدم. بالإضافة إلى ذلك، فإن التمارين الرياضية تزيد من معدل ضربات القلب، مما يساعد على إيصال المزيد من الأكسجين إلى القلب والأعضاء الحيوية الأخرى كما أنه يقوي عضلات القلب حتى يتمكن القلب من ضخ المزيد من الدم والقيام بذلك بشكل أفضل.

يمكن أن تساعد التمارين الهوائية مثل الرقص والجري صعوداً وهبوطاً على الدرج وركوب الدراجات وممارسة الرياضة مثل كرة السلة وما إلى ذلك على تقوية القلب.

قلل من تناول الملح واحدة من النصائح الأكثر شيوعاً التي يتم تقديمها للأشخاص الذين يعانون من ارتفاع مستويات ضغط الدم هي تقليل الملح. الملح يجعل الجسم يتشبث بالماء، ويمكن أن يؤدي وجود الفائض من الماء في الجسم إلى زيادة الضغط على الأوعية الدموية ورفع ضغط الدم.

من المرجح أيضاً أن تهاجمك أمراض أخرى مثل ارتفاع ضغط الدم والسكتة الدماغية وأمراض الكلى والخرف إذا كنت تتبع نظاماً غذائياً غنياً بالصوديوم.

الصصات والمخللات والجبن هي أمثلة على الأطعمة التي يجب استبعادها من نظامك الغذائي لإدارة تناول الملح.

فيتامين «ب٦» فوائد، وأضرار نقصه وزيادته، ومصادره الطبيعية

المساعدة في إنتاج الهيموجلوبين، ويفيد في علاج المتلازمة السابقة للحيض، ويساعد في علاج الغثيان أثناء الحمل، ويمنع انسداد الشرايين، ويقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب، ويساعد في منع السرطان، ويعزز صحة العين، ويمنع أمراض العيون، ويعالج الالتهابات المصاحبة لالتهاب المفاصل الروماتويدي، يحافظ على صحة الجهاز المناعي والعصبي. وتعد حالات نقص فيتامين ب٦ الأكثر شيوعاً لدى أولئك الذين يعانون من أمراض الكبد أو الكلى أو الجهاز الهضمي أو المناعة الذاتية. كما أن المدخنين والذين يعانون من السمنة ومدمني الكحول والنساء الحوامل، يواجهون نقصاً في هذا الفيتامين الذي يصنف ضمن المكملات الغذائية الفعالة لعلاج الشكل الوراثي لفقر الدم. ويؤدي نقص هذا الفيتامين إلى الأعراض التالية: الارتباك، والغثيان، وفقر دم، وطفح جلدي أو التهاب في الجلد، وزيادة القابلية للعدوى، وضعف في جهاز المناعة، والأرق، ونعومة في اللسان، وظهور تشققات حول الفم، ونوبات التشنج، وارتعاش العضلات. والأفراط في تناول فيتامين ب٦، يمكن أن يتسبب في عدد لا يحصى من المشكلات الصحية، من بينها: قلة التحكم في العضلات أو التنسيق بين الحركات الطوعية، وآفات الجلد المؤلمة، والتشوه، ومشكلات في الجهاز الهضمي (مثل حرقة المعدة والغثيان)، وحساسية لأشعة الشمس، وانخفاض القدرة على الشعور بالألم أو درجات الحرارة القصوى. وبالنسبة للمصادر الطبيعية لفيتامين ب٦ فهو موجود في العديد من الأطعمة النباتية والحيوانية، مثل: الدجاج، والديك الرومي، واللحم البقري، وسمك السلمون، والخبز، والحبوب الكاملة (مثل دقيق الشوفان، وجبن القمح)، والأرز، والبيض، والخضروات، وفول الصويا، والفول السوداني، والمكسرات، والبطاطا الحلوة، والأفوكادو.

المساعدة في إنتاج الهيموجلوبين، ويفيد في علاج المتلازمة السابقة للحيض، ويساعد في علاج الغثيان أثناء الحمل، ويمنع انسداد الشرايين، ويقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب، ويساعد في منع السرطان، ويعزز صحة العين، ويمنع أمراض العيون، ويعالج الالتهابات المصاحبة لالتهاب المفاصل الروماتويدي، يحافظ على صحة الجهاز المناعي والعصبي. وتعد حالات نقص فيتامين ب٦ الأكثر شيوعاً لدى أولئك الذين يعانون من أمراض الكبد أو الكلى أو الجهاز الهضمي أو المناعة الذاتية. كما أن المدخنين والذين يعانون من السمنة ومدمني الكحول والنساء الحوامل، يواجهون نقصاً في هذا الفيتامين الذي يصنف ضمن المكملات الغذائية الفعالة لعلاج الشكل الوراثي لفقر الدم. ويؤدي نقص هذا الفيتامين إلى الأعراض التالية: الارتباك، والغثيان، وفقر دم، وطفح جلدي أو التهاب في الجلد، وزيادة القابلية للعدوى، وضعف في جهاز المناعة، والأرق، ونعومة في اللسان، وظهور تشققات حول الفم، ونوبات التشنج، وارتعاش العضلات. والأفراط في تناول فيتامين ب٦، يمكن أن يتسبب في عدد لا يحصى من المشكلات الصحية، من بينها: قلة التحكم في العضلات أو التنسيق بين الحركات الطوعية، وآفات الجلد المؤلمة، والتشوه، ومشكلات في الجهاز الهضمي (مثل حرقة المعدة والغثيان)، وحساسية لأشعة الشمس، وانخفاض القدرة على الشعور بالألم أو درجات الحرارة القصوى. وبالنسبة للمصادر الطبيعية لفيتامين ب٦ فهو موجود في العديد من الأطعمة النباتية والحيوانية، مثل: الدجاج، والديك الرومي، واللحم البقري، وسمك السلمون، والخبز، والحبوب الكاملة (مثل دقيق الشوفان، وجبن القمح)، والأرز، والبيض، والخضروات، وفول الصويا، والفول السوداني، والمكسرات، والبطاطا الحلوة، والأفوكادو.

بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين

فيتامين ب٦، المعروف أيضاً باسم البيريدوكسين، هو فيتامين قابل للذوبان في الماء يحتاجه جسم الإنسان لعدة وظائف، فهو مهم لعملية التمثيل الغذائي للبروتين والدهون والكربوهيدرات، وتكوين خلايا الدم الحمراء والناقلات العصبية. كما أن جسم الإنسان لا يستطيع إنتاج هذا الفيتامين، لذلك يجب أن يتم الحصول عليه من الأطعمة أو المكملات الغذائية. ويحصل معظم الأفراد على ما يكفي من فيتامين ب٦ من خلال نظامهم الغذائي، ولكن قد يكون بعضهم معرضين لخطر النقص. كما أن استهلاك كميات كافية من فيتامين ب٦ مهم للصحة المثلى وقد يمنع ويعالج الأمراض المزمنة. ولفيتامين ب٦ العديد من الفوائد التي منها: أنه يساعد في تكوين النواقل العصبية، والهرمونات التي تؤثر في الحالة المزاجية، ويعزز صحة الدماغ، ويقلل من مخاطر الإصابة بمرض الزهايمر، ويمنع ويعالج فقر الدم عن طريق



أسباب تجعلك تتناول أوميغا 3 .. سر الشباب الدائم ورفع كفاءة جهاز المناعة

السر، وأيضاً هذا ما أثبت العلماء اليابانيون. وأشار التقرير، أن اليابانيين يتمتعون بشباب شبه دائم والسبب هو إكثارهم من تناول الأطعمة الغنية بالأوميغا 3، كالأسمك الغنية بالأوميغا 3، حيث ثبت أنها تقلل ظهور التجاعيد، وعلامات التقدم في العمر.

وحول هذا أوضح الدكتور ألكسندر مياسنيكوف، أن الأوميغا 3 تعد أحماضاً فريدة من نوعها ومتوفرة بكثرة في المأكولات البحرية، كالأسمك السلمون، وتناول الأطعمة الغنية بهذا الحمض يعد بمثابة مضاد حيوي طبيعي، ولذا يجب الإكثار من تناول الأطعمة الغنية به.

وأضاف الطبيب، أن الأوميغا 3 تساهم بشكل كبير في تقوية الذاكرة وتحسينها، وتقلل فرص الإصابة بالزهايمر، كما أنها تعمل على تقوية الجهاز المناعي، وتخفيف كثافة الدم والحد من التعرض للإصابة بالتجلط.

وأوضح التقرير المنشور عبر موقع "فيستي رو" أن العلماء حول العالم يبحثون عن دواء يطيل فترة الشباب أي يساهم في تقليل فرص ظهور علامات التقدم في العمر، وبعد البحث ثبت أن الأوميغا 3 هي

أفضل وأهم من أهم وأفضل المكملات الغذائية التي يحتاجها الجسم بشكل ملحوظ، فثبت علمياً أن الأوميغا 3 مستولة عن الحصول على شباب دائم، وتقلل فرص ظهور التجاعيد وعلامات التقدم في العمر.

البروتين النباتي مقابل الحيواني.. ما هو أفضل خيار غذائي لجسمك

تظهر بعض الدراسات أيضاً فوائد البروتين الحيواني في زيادة كتلة العضلات الهزيلة وتقليل الدهون، علاوة على ذلك، يمكنهم منع تنكس العضلات المرتبط بالعمر.

السليبات: عيوب البروتين الحيواني هي كما يلي: لحوم الحيوانات المصنعة متوفرة بكثرة في السوق، يمكن أن يضر استهلاكها أكثر مما تنفع لأنها محملة بالملح والسكر والمواد المضافة الأخرى.

قد لا تكون اللحوم الحمراء مثل لحم الخنزير والماعز ولحم البقر وما إلى ذلك، على الرغم من كونها مصدراً جيداً للبروتين، هي أفضل غذاء يرتبط بزيادة مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية والسمنة وارتفاع ضغط الدم وما إلى ذلك.

يحتوي الطعام الحيواني على بصفة كربونية أعلى بكثير مقارنة بالأطعمة النباتية، لذلك، قد لا يكون اختيار البروتين الحيواني هو الخيار الأكثر استدامة.

الدومية والسكري والسمنة وما إلى ذلك.

السليبات: عيوب البروتين النباتي هي كما يلي: الاعتماد بشكل كبير على الأطعمة النباتية لتلبية متطلبات البروتين قد يؤدي إلى نقص فيتامين ب١٢ لأنه يوجد فقط في منتجات الألبان الحيوانية.

البروتين الحيواني - إيجابيات وسلبيات فيما يلي مزايا وعيوب البروتين الحيواني: الإيجابيات: مزايا البروتين الحيواني هي كما يلي: لا يمكن أن يساعد تناول الأسماك والمأكولات البحرية الأخرى في تلبية متطلبات البروتين في الجسم فحسب، بل يمكنه أيضاً تزويده بأحماض أوميغا ٣ الدهنية.

الأطعمة القائمة على الحيوانات مثل الدجاج والديك الرومي والأسماك وما إلى ذلك مليئة بالبروتين وحتى في أجزاء صغيرة، يمكن أن تكون طريقة سهلة ولذيذة لتلبية متطلبات البروتين.

يحتاج جسم الإنسان البروتين ليعمل بفعالية وكفاءة، ويمكن أن يسبب نقصه مضاعفات مثل تدهور صحة العظام، وضعف العضلات، ضعف نمو الخلايا وتطورها، ومع الوعي المتزايد بأهمية البروتين، يتم التركيز أيضاً على اختيار أفضل مصدري البروتين المتاحين - نباتي البروتين وعلى أساس الحيوان بروتين.

الإيجابيات: مزايا البروتين النباتي هي كما يلي وفقاً لموقع "onlymyhealth": مصادر البروتين النباتية مثل المكسرات والأفوكادو والبقول وما إلى ذلك، على الرغم من مذاقها الدهني وقوامها الغني، يمكن استهلاكها بأمان لأنها توفر دهوناً صحية.

المكسرات مثل الجوز والفول السوداني والجوز وغيرها غنية بالبروتين وهي أيضاً مصادر نباتية شهيرة لأحماض أوميغا ٣ الدهنية.

يرتبط استهلاك البروتين النباتي بتقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية

دار الكتب والبريد وقناة السويس وصندوق الدين.. إنشاءات في عهد الخديوي إسماعيل



محمد علي باشا الموجود بالإسكندرية، واقترح جاكمار بدوره أن تكون تلك التماثيل متوسطة الحجم وكلف لجنة من الممثل أوجين جليوم والمصور جان ليون لتتولى مهمة الإشراف على صناعة التماثيل، وخصص مبلغ ١٩٨ ألف فرنك للإنفاق على المشروع، تم تصنيع التماثيل من البرونز في فرنسا ونقلت إلى الإسكندرية ومنها إلى موضعها الحالي على مدخل كوبري قصر النيل، وتم عملها من البرونز المفرغ بطريقة التشكيل التشريحي للأعضاء الرئيسية لجسم الأسد وهي تمثل قيمة فنية وتاريخية وحضارية.

تأسيس دار الكتب
في عام ١٨٧٠م، وبناءً على اقتراح على باشا مبارك ناظر ديوان المعارف آنذاك، أصدر الخديوي إسماعيل الأمر العالي بتأسيس دار للكتب بالقاهرة

”الكتبخانة الخديوية المصرية“، لتقوم بجمع المخطوطات والكتب النفيسة التي كان قد أوقفها السلاطين والأمراء والعلماء على المساجد والأضرحة والمدارس ليكون ذلك نواة لكتبة عامة على نمط دور الكتب الوطنية في أوروبا، وتم تأسيس الكتب خانة الخديوية المصرية في الطابق الأرضي بسراي الأمير مصطفى فاضل، شقيق الخديوي إسماعيل، بدرب الجماميز.

وفي مثل هذا اليوم ٢٩ يوليو من عام ١٨٧٠م، تم وضع قانون دار الكتب المصرية الأولى ولائحة نظامها، وبمقتضاها قامت دار الكتب، وبدأت صفحة جديدة من صفحات تاريخ مصر الفكرية.

ويعتبر هذا القانون أول القوانين

بدأ استخدام طوابع البريد لأول مرة. “افتتاح قناة السويس” في عهد الخديوي إسماعيل افتتحت قناة السويس، للملاحة البحرية، وذلك في نوفمبر من عام ١٨٦٩، حيث انتهى العمل بها بعد عشر سنوات في عهد الخديوي إسماعيل الذي سافر إلى أوروبا في ١٧ مايو ١٨٦٩ لدعوة الملوك والأمراء ورؤساء الحكومات ورجال السياسة والعلم والأدب.

من أهم ضيوف الحفل كانت الإمبراطورة أوجيني الصف، وإمبراطور النمسا، وولي عهد روسيا، ولي عهد هولندا وعقيلته، والأمير هنري شقيق ملك هولندا، ومدام اليوت عقيلة سفير إنجلترا بتركيا، والسفير اليوت والأميرة مورا، والأمير هوفمان لو فمدام أغنايف فالجنرال أغنايف.

”إنشاء كوبري قصر النيل“ كان الخديوي إسماعيل قد أمر بإنشاء كوبري يصل بين القاهرة والجزيرة، في عام ١٨٦٩م، وبعد اكتمال بنائه في ١٨٧١، أمر بتصميم أربعة سباع على رأس الكوبري من الجانبين، وبالفعل تم تصنيعهم من قبل الفنان الفرنسي أوجين جليوم الذي صنعهم في فرنسا، ليأتي بهم إلى الإسكندرية ثم إلى مكانهم الحالي بقصر النيل.

وبدأ إنشاء الكوبري عام ١٨٦٩ في عهد الخديوي إسماعيل بتكلفة ١١٣ ألف و٨٥٠ جنيه مصري، ثم كلف إسماعيل شريف باشا ناظر الداخلية في أبريل ١٨٧١ بالاتصال بالتحالف الفرنسي العالمي ألفريد جاكمار لعمل ٤ تماثيل لوضعها بجانب تماثيل

في مثل هذا اليوم ٢ مارس من عام ١٨٩٥م، رحل عن عالمنا الخديوي إسماعيل حفيد محمد علي باشا الكبير، وهو الحاكم الخامس من الأسرة العلوية الذي يتولى البلاد، وأول من يلقب بالخديوي من حكام مصر، وذلك في ١٨ يناير ١٨٦٣م، والذي شهد عهده العديد من الأحداث التي نستعرض أبرزها خلال السطور التالية.

”إنشاء هيئة البريد المصري“ في ٢ يناير من عام ١٨٦٥م أسس الهيئة القومية للبريد المصري، لأنه أراد أن يحول مصر إلى قطعة من أوروبا، فعمل على إدخال النظم الأوروبية لجميع مرافق الدولة، ويقول كتاب ”البريد في بر مصر“ للكتاب والباحث عبد الوهاب شاكر: نظرا لأن المواصلات البريدية كانت من أهم وسائل تقدم الشئون التجارية والاجتماعية، فقد اهتم إسماعيل بالبريد اهتماما ملحوظا، وأدرك الخديوي إسماعيل أهمية تمصير مرفق البريد، وفي عام ١٨٦٥ دمج البريد الحكومي والبريد الإفرنسي الذي كان يمتلكه الأجانب فيما عرف باسم ”البوسطة الخديوية“.

وفي عام ١٨٦٥ صدر الأمر بتكليف موتسي بك رئيس مصلحة البريد بالسفر إلى أوروبا للتوصية على طبع طوابع البريد لاستعمالها في التخليص على المراسلات أسوة بما يحدث في أوروبا، وقد اعتبرت هذه الطوابع كالعلة النقدية و كانت لها قيمة مقرر، و قد سلمت تلك الطوابع إلى المالية فور وصولها إلى القاهرة لتحفظ بها تمهيدا لطرحها في الأسواق، و قد

الجميع قبوله برنامج الإنقاذ الوطني الذي قدمته الحركة الوطنية وقتها، هو يتضمن تعيين حكومة مصرية خالصة، وأن الأمير محمد توفيق قدم استقالته، وأن الاختيار وقع على محمد شريف باشا لتولي الوزارة، وأن مهمته الأولى ستكون إعداد دستور، وقانون انتخاب، ونظام جديد يستطيع تحقيق الأمان التي أجمعت عليها طبقات الشعب.

لكن الوزير الأوربيان احتجا على اللائحة الوطنية وعلى قبول الخديوي لها، وبعثا باحتجاجهما إلى الخديوي، فبادر الخديوي من فوره إلى تكليف محمد شريف باشا بتشكيل الوزارة، واعتزمت بريطانيا وفرنسا على اللائحة وعلى موافقة الخديو وتقدما باحتجاج اعنف من الاحتجاج السابق، وعلى عزل الوزيرين على أساس أن أحدا في مصر لا يملك إصدار قوانين مالية تمس حقوق الأجانب بغير اتفاق، وأمام ضغط الدولتين وافق البابا العالي في تركيا على عزل إسماعيل في ٢٦ يونيو عام ١٨٧٩.

من الخديوي إسماعيل في ٢ مايو ١٨٧٦ للإشراف على سداد الحكومة المصرية ديونها للحكومات الأوروبية، التي تراكت في عصر إسماعيل، وكان الصندوق في البداية يرأسه أمين وثلاثة مفوضون يمثلون حكومات النمسا-المجر، فرنسا وإيطاليا.

شعر الخديوي بارتباك الحالة المالية، وما تنطوي عليه من الأخطار، وما يجر إليه سخط الماليين والأوروبيين من العواقب، فأراد استرضاء الدائنين بوضع نظام يكفل لهم استيفاء ديونهم، فطلب إلى وكلاء الدائنين بمصر وضع النظام الذي يرتضونه، فقدم وكلاء الماليين الفرنسيين مشروعا بإنشاء صندوق الدين وتوحيد الديون، أما المليونين الإنجليز فإنهم لم يشتركوا في هذه المفاوضات، انتظارا للخطة التي ترسمها الحكومة.

”طرد الوزراء الأجانب من حكومته“ في ٧ أبريل من عام ١٨٧٩، دعا الخديوي جميع القنصائل الأجانب في اجتماع كبير في قصر عابدين شهده أقطاب الحركة الوطنية الدستورية وأعلن أمام

واللوائح التي نظمت العمل بدار الكتب، ونصت بعض بنود القانون على شدة مراقبة المترددين على المكتبة وملاحظتهم أثناء خروجهم منها؛ حتى لا يأخذوا معهم شيئا من متعلقات المكتبة.

كما نص القانون على شروط الانتفاع بخدمات الكتبخانة وطرق المحافظة على المكتبة مما يدل على تقدم الخدمة المكتبية، وكيفية حفظ مقتنياتها، وصيانتها، ووقايتها من التلف، وتداولها وتيسيرها للمتددين، وكذلك شمل عقد مجلس للنظر في شئون الكتبخانة.

”إنشاء صندوق الدين بمصر“ في ٢ مايو عام ١٨٧٦م، أنشئ صندوق الدين بمصر، بعد أن عجز الخديوي إسماعيل عن سداد أقساط ديون بلاده المستحقة للبنوك الأوروبية، والذي كان له أثر كبير في تدخل العديد من الدول الأجنبية في السياسات الداخلية للبلاد، ومن ثم الاحتلال الإنجليزي لمصر.

كان لجنة دولية تأسست بمرسوم

أحداث وقعت في سنة ١٥٠ هجرية.. ما يقوله التراث الإسلامي



استمرت الأحداث في التاريخ الإسلامي، وفي سنة ١٥٠ هجرية وقعت حرب كبيرة ناحية خراسان، ومات جعفر ابن الخليفة أبو جعفر المنصور، ما يقوله التراث الإسلامي؟

يقول كتاب البداية والنهاية للحافظ بن كثير ”ثم دخلت سنة خمسين ومائة من الهجرة“:

فيها: خرج رجل من الكفرة يقال له: أستاذيس، في بلاد خراسان فاستحوذ على أكثرها، والتف معه نحو ثلاثمائة ألف، وقتلوا من المسلمين هنالك خلقا كثيرا، وهزموا الجيوش في تلك البلاد، وسبوا خلقا كثيرا، وتحكم الفساد بسببهم، وتفاقم أمرهم، فوجه المنصور خازم بن خزيمه إلى ابنه المهدي ليولييه حرب تلك البلاد، ويضم إليه من الأجناد ما يقاوم أولئك.

فنهض المهدي في ذلك نهضة هاشمية، وجمع لخازم بن خزيمه، الأمرة على تلك البلاد والجيوش، وبعثه في نحو من أربعين ألفا، فسار إليهم وما زال يراوغهم ويهاكرهم ويعمل الخديعة فيهم

إلى أبيه المنصور. وفيها: عزل الخليفة عن إمرة المدينة جعفر بن سليمان وولاه الحسن بن زيد بن الحسن بن الحسن بن علي بن أبي طالب.

وفيها حج بالناس: عبد الصمد بن علي عم الخليفة. وتوفي فيها: جعفر بن أمير المؤمنين المنصور ودفن أولا بمقابر بني هاشم من بغداد، ثم نقل منها إلى موضع آخر.

وفيها توفي: عبد الملك بن عبد العزيز بن جريح، أحد أمّة أهل الحجاز، ويقال: إنه أول من جمع السنن، وعثمان بن الأسود، وعمر بن محمد بن زيد.



ما مصير أعمال روسيا الفنية الموجودة في لندن وباريس؟ معارض ومتاحف تجيب

اجتذب أكثر من مليون زائر، وبينما كان من المزمع أن يغلق المعرض أبوابه أمام الجمهور في ٢٢ فبراير الماضي، وفقا للمدة المحددة من قبل، تم تمديد فترته حتى الثالث من أبريل ٢٠٢٢.

ووفقا لوسائل الإعلام، لم تتلق فرنسا أية اتصالات أو مراسلات من السفارة أو المتاحف الروسية، بشأن أعمالها الفنية الموجودة لديها، ووفقا للإجراءات القانونية، فسوف تعود اللوحات المعروضة في المعرض إلى متاحفها الروسية الخاصة، أو تظل محفوظة لدى باريس إذا تبين أن ظروف سفر اللوحات بأمان غير كافية.

المتطور في أوكرانيا. وحتى الآن، لم تتلق أي طلبات لإعادة الأعمال الفنية من قبل المؤسسات الروسية.“ وأوضحت المتحدثة باسم فيكتوريا وألبرت: ”الأشياء المعارة من الخارج في المعارض المؤقتة في متاحف المملكة المتحدة محمية من الاستيلاء عليها، عندما يتم عرضها في متحف أو معرض تكون معتمدة من قبل وزير الثقافة، وتتضمن القطع المعارة كافة التفاصيل والمعلومات عن الأعمال الفنية.“

على الجانب الآخر، وتحديدا في فرنسا، أعلنت مؤسسة لويس فويتون، أنها لن تجبر معرضا روسيا على الإغلاق، بعدما

لا تزال الأعمال الفنية المعارة من روسيا إلى المعارض الكبرى في المملكة المتحدة معروضة حتى الآن في ظل الصراع المستمر بين روسيا وأوكرانيا، وبينما لا يزال الصراع مشتتلا بين البلدين، تتجه الأنظار إلى معرض Fabergé في لندن، الذي سيقام في متحف فيكتوريا وألبرت حتى ٨ مايو ٢٠٢٢، والمخصص لصائغ الذهب الروسي الشهير، والذي تعتبر إبداعاته الفخمة والأنيقة مرادفة للرفاهية.

في هذا السياق، قالت متحدثة باسم فيكتوريا وألبرت: إن ”فيكتوريا وألبرت لا تزال على اتصال مع وزارة الرقمية والثقافة والإعلام والرياضة، بشأن الوضع

آبل تعلن إيقاف بيع منتجاتها في روسيا

من إرسال نائب رئيس الوزراء الأوكراني ميخائيلو فيدوروف رسالة إلى الرئيس التنفيذي لشركة Apple Tim Cook وطلب منه إيقاف مبيعات الأجهزة في البلاد، كما أراد رئيس الوزراء من شركة آبل منع وصول متجر التطبيقات لعملائها الروس.

وفي أواخر الأسبوع الماضي، أصدر الرئيس التنفيذي لشركة Apple، Tim Cook، بياناً قال فيه إنه "قلق للغاية" بشأن الوضع برمته في أوكرانيا، وقال إن الشركة كانت تحاول مساعدة فريق Apple في أوكرانيا مع دعم الجهود الإنسانية المحلية.

وتعد روسيا وسكانها البالغ عددهم ١٤٤ مليون نسمة سوقاً مهماً إلى حد ما لشركة Apple، ويبقى أن نرى مدى تأثير القرار على آفاق آبل المستقبلية في روسيا.

وقامت Apple أيضاً بإزالة تطبيقات Sputnik News و RT News من جميع متاجر التطبيقات خارج روسيا، وقامت الشركة أيضاً بتعطيل بيانات حركة المرور الحية والحوادث الحية في أوكرانيا كإجراء احترازي.

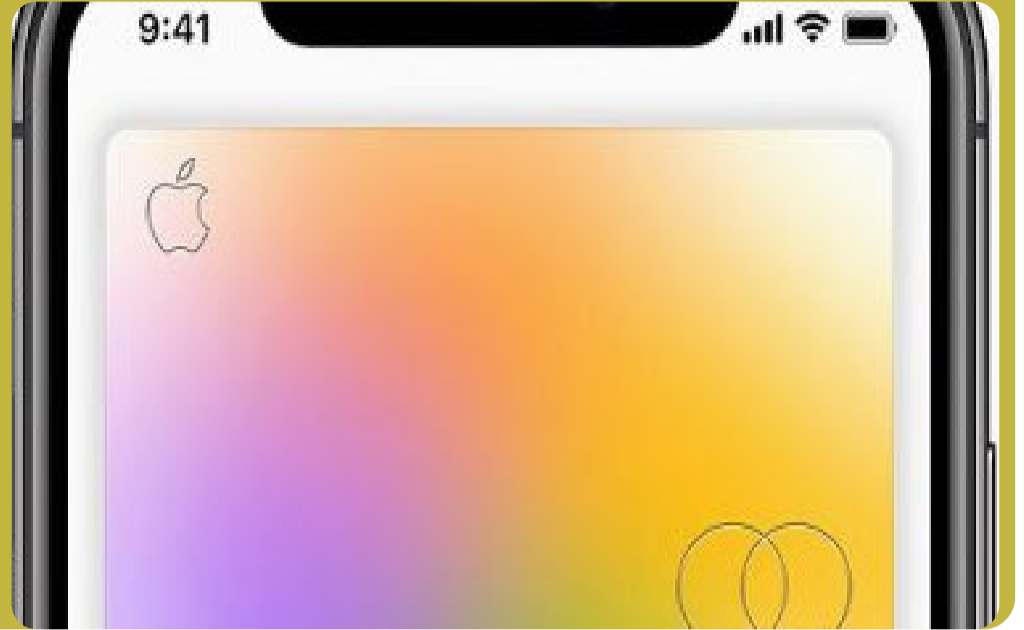
ونظراً لأن Apple لا تدير متاجرها التقليدية في الدولة، فلا يزال من غير الواضح ما إذا كانت المبيعات غير المتصلة لمنتجات Apple في روسيا ستتأثر بهذه الخطوة، ويتم التعامل مع مبيعات Apple غير المتصلة بالإنترنت في روسيا بواسطة موزعي Apple الرسميين، ومع ذلك مع توقف Apple عن تصدير منتجات Apple إلى روسيا، قد لا تتمكن هذه المتاجر من تجديد مخزونها بمجرد نفاذ المخزون الحالي.

ويأتي قرار شركة Apple بوقف مبيعات المنتجات في روسيا بعد أسبوع تقريباً

انضمت Apple اليوم إلى قائمة شركات التكنولوجيا التي استجابت للغزو الروسي المستمر لأوكرانيا في أهم خطوة لها حتى الآن، وأوقفت الشركة مؤقتاً مبيعات خط إنتاجها بالكامل في روسيا بأثر فوري، وفقاً لتقارير بلومبرج.

وأدى القرار إلى وقف المبيعات التي تتم عبر متجر Apple عبر الإنترنت في روسيا، ويتم الترحيب الآن بالأشخاص الذين يحاولون شراء أحد منتجات Apple عبر متجر Apple الروسي برسالة "التسليم غير متوفر"، وفقاً لتقارير MacRumors.

كما أصدرت شركة آبل بياناً أكد فيه التطورات وأضافت أنها أوقفت بالفعل تصدير منتجاتها إلى روسيا اعتباراً من الأسبوع الماضي، بالإضافة إلى ذلك تم تقييد العديد من خدمات Apple - بما في ذلك Apple Pay بشدة في البلاد.



تعملها إزاي؟.. تعرف على كيفية إخفاء حالة الإنترنت على انستجرام

يكونون نشطين. هل يمكنك إخفاء حالة نشاطك على انستجرام عن شخص واحد؟

حالياً، لا توجد طريقة تسمح لك بإخفاء حالة نشاطك عن شخص واحد على انستجرام. عند إيقاف تشغيل حالة نشاطك، لن يتمكن متابعيك من رؤيتك عندما تكون متصلاً بالإنترنت. ماذا يعني أن تقول إن شخصاً ما كان نشطاً اليوم على انستجرام؟

نشط اليوم على انستجرام يعني أن المستخدم كان يصل إلى انستجرام في آخر ٢٤ ساعة، علاوة على ذلك، يعني النشاط الآن على انستجرام أن الشخص كان نشطاً في آخر ٥ دقائق.

لا يمكن للآخرين رؤية حالة نشاطك على انستجرام لأنك أغييت تنشيط خيار حالة النشاط. علاوة على ذلك، لن تتمكن أنت أيضاً من رؤية حالة نشاط الآخرين.

كيف يمكنك أن ترى عندما كان شخص ما نشطاً آخر مرة على انستجرام ٢٠٢٢؟

يمكنك رؤية حالة النشاط الأخيرة للشخص الآخر بجوار صورة ملفه الشخصي. على سبيل المثال، إذا قام شخص ما بالوصول إلى انستجرام الخاص به الأسبوع الماضي، فسترى عبارة "نشط قبل أسبوع" بجوار صورة ملفه الشخصي. أيضاً، سترى نقطة خضراء بجوار أسمائهم عندما

يعد انستجرام أحد أكثر تطبيقات الوسائط الاجتماعية شيوعاً والأكثر استخداماً والتي يستخدمها ملايين الأشخاص في جميع أنحاء العالم، ومع تزايد عدد المستخدمين، أصبحت الخصوصية هي الشغل الشاغل.

ونظراً لأن العديد من المستخدمين يريدون أن يُنظر إليهم على أنهم نشيطون جزئياً أو غير نشطين للمستخدمين الآخرين، فإن تطبيق الوسائط الاجتماعية يسمح لهم بتعطيل حالة نشاطهم التي لن تسمح لمستخدمي انستجرام الآخرين برؤيتك عندما تكون متصلاً بالإنترنت في الوقت الفعلي.

لماذا لا يُظهر انستجرام حالة نشاطي؟

جوجل وسناب شات تحجبان خدماتهما عن المستخدمين بروسيا

المختلفة منذ الأحد الماضي. وأنت تلك الخطوة، بعدما أعلنت شركة "فيسبوك" عن حظر وسائل الإعلانات والترويج على منصات. وأعلن رئيس قسم الأمن السيبراني في "فيسبوك"، ناثانيل غليخ، السبت الماضي، أن موقع التواصل الاجتماعي حظر وسائل الإعلام الحكومية الروسية من القيام بالإعلانات والترويج على منصات.

كما قال عبر صفحته الخاصة على "تويتر": "نحن الآن سنمنع وسائل الإعلان والترويج أو تحقيق الدخل من على منصتنا في أي مكان في العالم".

وكانت القوات الروسية، قد بدأت فجر الخميس ٢٤ فبراير، في شن عملية عسكرية على شرق أوكرانيا، ما فتح الباب أمام احتمالية اندلاع حرب عالمية "ثالثة"، ستكون الأولى في القرن الحادي والعشرين.



يوتيوب الخاصة بالمذيعين الروس، وروسيا اليوم، وسبوتنيك في أوروبا، وفقاً لتقرير العربية نت.

ومن جانبه حظر "سناب شات" جميع الإعلانات التجارية على الموقع في روسيا وبيلاروسيا، وبدأت شركة "جوجل" قبل يومين بحظر وتعليق الإعلانات لوسائل الإعلام الحكومية الروسية على منصات المختلفة.

وذكرت مصادر مطلعة، أن الشركة الأميركية العملاقة حظرت إمكانية قيام وسائل الإعلام الحكومية الروسية باستخدام الإعلانات ووسائل الترويج على منصات محرك البحث

اليوم السابغأكرم القصاصالنسخه الكاملة

الرئيسية علوم و تكنولوجيا

جوجل وسناب شات تحجبان خدماتهما عن المستخدمين بروسيا

جوجل وسناب شات

جوجل وسناب شات

وكالات

الأربعاء، ٠٢ مارس ٢٠٢٢ ١٠:٠٠ ص

وسط تصعيد متبادل بين روسيا وأوكرانيا على مواقع التواصل الاجتماعي، لجأت جوجل إلى إزالة وسائل الدولة الروسية من شبكة الإنترنت، وقررت حجب قنوات





إحالة مسئولين بـ"إسكان بنى سويف" للمحاكمة التأديبية العاجلة



الموارد البشرية بالمديرية بإخلاء سبيل المهندسة علي ذمة قضية جنح مستأنف بني سويف حال اتصال علمه بذلك في ١٧ ديسمبر ٢٠٢٠، مما ترتب عليه صرف نصف أجر المذكورة خلال الفترة من شهر ديسمبر ٢٠٢٠ حتى شهر أبريل ٢٠٢١ بإجمالي مبلغ ٧٩١٠,٧٦ جنيهه حال عدم وجودها على رأس العمل خلال تلك الفترة.

وانتهت تحقيقات النيابة الإدارية إلى أن المحالين ارتكبا المخالفات المالية والإدارية المنصوص عليها في المادة ٥٨ من قانون الخدمة المدنية رقم ٨١ لسنة ٢٠١٦ والمادة ١٤٩ من اللائحة التنفيذية من هذا القانون الصادرة بقرار رئيس مجلس الوزراء رقم ١٢١٦ لسنة ٢٠١٧، وطلبت محاكمتها تأديبياً طبقاً لنصوص المواد سابقة الذكر ووفقاً للمواد الأخرى المشار إليها بتقرير الاتهام.

دون العرض على السلطة المختصة بالمخالفة للقانون.

وأثر المحال على مذكرة الشئون القانونية بالمديرية المؤرخة ١٧ ديسمبر ٢٠٢٠ باستمرار إيقاف المهندسة عن العمل لحين ورود رأي نيابة أمن الدولة العليا حال عدم اختصاصه بذلك دون العرض على السلطة المختصة بالمخالفة لأحكام القانون.

وتبين من أوراق القضية أن المحال الثاني لم يقم بإعادة العرض علي المحال الأول في ١٩ ديسمبر ٢٠٢٠ بشأن تأشيريات الأخير بذات التاريخ باستمرار إيقاف المهندسة عن العمل لحين ورود رأي نيابة أمن الدولة العليا وحال انتهاء فترة الحبس الاحتياطي للمذكورة في ٦ ديسمبر ٢٠٢٠ وتقديمها بطلب عودتها للعمل وذلك بالمخالفة للقانون.

وتعاقس المحال عن إخطار إدارة

قررت النيابة الإدارية في القضية رقم ١٠ لسنة ٦٤ قضائية عليا إحالة مسئول مديرية الإسكان في محافظة بني سويف ومسئول قانوني بالمديرية للمحاكمة التأديبية العاجلة بعد ثبوت ارتكابهما مخالفات مالية وإدارية وقانونية جسيمة.

أكد تقرير الاتهام أن المحالين خلال الفترة من ١٧ ديسمبر ٢٠٢٠ وحتى ٦ مايو ٢٠٢١ خالفا أحكام قانون الخدمة المدنية ولائحته التنفيذية وغيرها من القوانين واللوائح والقرارات المنفذة لها.

وكشفت التحقيقات، أن المحال الأول أشر على الطلب المقدم من المهندسة "مس" في ١٧ ديسمبر ٢٠٢٠ باستطلاع رأي النيابة العامة حول إمكانية عودتها للعمل من عدمه عقب الإفراج عنها رغم عدم اختصاص النيابة العامة بذلك،

ضبط عاطل قتل زوج نجله شقيقته بسبب قيامه ابتزاز حماته في المنوفية



سرس اللبان، ووضع تحت تصرف جهات التحقيق، لاستكمال الإجراءات الطبية والقانونية حول أسباب الوفاة.

على الفور قرر اللواء سالم الدميني مدير أمن المنوفية، واللواء عبد الله جلال مدير المباحث الجنائية، تشكيل فريق بحث جنائي، وتم وضع الأمانة الثابتة والمتحركة، والمخبرين السريين، وتم ضبط المتهم حال زوجة المجنى عليه وذلك لقيام المجنى عليه بمحاولة ابتزاز حماته، تم تحرير محضر بالواقعة وبشرت النيابة التحقيقات.

تحرير محضر بالواقعة وتولت النيابة التحقيق.

تلقى اللواء سالم الدميني، مدير أمن المنوفية، إخطاراً من مأمور مركز شرطة سرس اللبان، يفيد بتلقي بلاغ بالعثور على جثمان شاب داخل شقته وعلى الفور، انتقلت الأجهزة الأمنية إلى مكان الواقعة، وبالفحص، تبين أن الشاب يبلغ من العمر ٣٢ عاماً عاملاً، ومقيم في مدينة سرس اللبان، توفي بعد إصابته بعدة طعنات متفرقة في الجسد، وتم نقل الجثمان إلى مستشفى

تمكنت مباحث قسم سرس اللبان بمديرية أمن المنوفية، من ضبط عاطل وذلك لقيامه بقتل زوج بنت شقيقته لقيام المجنى عليه بمحاولة ابتزاز حماته، تم تحرير محضراً بالواقعة وأخطرت النيابة العامة لمباشرة التحقيقات.

وعثر أهالي مدينة سرس اللبان بمحافظة المنوفية، على جثة شاب مقتولا داخل شقته بالمدينة في ظروف غامضة، تم نقل الجثمان إلى مستشفى شيبين الكوم الجامعي، وتم



وفاة قاتل أبنائه الثلاثة داخل محبسه بعد إحالة أوراقه للمفتي.. والنيابة تصرح بدفنه

أوراق المتهمين الثلاثة بقتل ٣ أطفال في القضية المعروفة إعلامياً بـ"مذبحة المرج" إلى فضيلة مفتي الجمهورية لأخذ الرأي الشرعي في إعدامهم.

وتبين من التحقيقات تورط والدة الأطفال "إيمان. ز.م" ٣٢ عاماً، ووالدهم "أحمد. ع. ع" ٣٣ عاماً، وزوجة الأب "هالة. م. م" ٥٠ عاماً بقتل ثلاثة أطفال هم "مالك وجنى ورضيخ".

واعترفت المتهمة الأولى "إيمان" بقتل أبنائها الثلاثة مع أبيهم وزوجته الأخرى، للتخلص من شكوك زوجها حول نسبهم إليه، إضافة إلى وعود زوجة الأب بتحسين حياتهم المادية. وحول موافقتها على ارتكاب الجريمة قالت: قال لي: "لو اتخلصنا من العيال

توفي المتهم بقتل أطفاله الثلاثة بمساعدة والدة الأطفال وزوجته الثانية، وذلك داخل محبسه بعدما صدر حكم من محكمة الجنايات بإحالة أوراق المتهمين الثلاثة للمفتي، تمهيداً لإعدامهم.

وصرح المستشار أحمد عبد القادر، رئيس نيابة المرج، بدفن جثة المتهم، وكلفت بسرعة إجراء التحريات حول الواقعة.

جاء ذلك بعدما نظرت النيابة في قسم شرطة المرج، الجثة، وناقشت شهود العيان، والذين كشفوا عن أن الوفاة طبيعية، حيث مات عقب علمه بقرار إحالته للمفتي.

وأحالت محكمة جنايات القاهرة، المنعقدة بالعباسية، الاثنين الماضي،



رئيس رياضة النواب : جننا لنترك بصمة كبيرة للشباب محافظه سوهاج .. والمحافظ يطالب بدعم قطاع الشباب

كما أشار المحافظ الي وجود نهضة في قطاع الثقافة داخل محافظة سوهاج ، حيث تم تخصيص ٢٥ مليون جنيه لإنشاء قصر ثقافة سوهاج ، مطالباً بتقديم الدعم المادي اللازم لقطاع الشباب .

وتابع : " القرش اللي هيتصرف علي قطاع الرياضة في سوهاج حيطهر أكثر من أي محافظة أخرى " ورحب محافظ سوهاج بوفد لجنة الشباب مؤكدا ان تواجدهم في المحافظة يمثل إضافة كبيرة لتذليل العديد من المشكلات التي تواجه الشباب .

من جانبه قال النائب محمد لبيب ، عضو لجنة الشباب والرياضة بمجلس النواب ، إن زيارة اللجنة للمحافظة فرصة كبيرة لعلاج العديد من المشكلات التي تواجه الشباب مؤكدا ان طلبات الاحاطة التي تقدم بها هدفها علاج بعض القصور في المنشآت الشبابية بالمحافظة .

فيما أكد الدكتور محمود ابو الخير ، أن تلك الزيارة ستساهم في تقديم حلول سريعة للمشكلات التي تواجه قطاع الشباب بمحافظة سوهاج .

ويضم الوفد كلا من الدكتور محمود حسين رئيس اللجنة ، والنائب حسام غالي وكيل اللجنة ، والنواب درويش مرعي ، اسامة عبدالعاطي ، احمد الشناوي ، محمد لبيب ولاء عبدالفتاح ، هادية حسني ، أية مدني ، و ابراهيم عبداللطيف أمين اللجنة



علي توفير الاحتياجات الفعلية لقطاع الشباب " وتابع : " قطاع الشباب لا يقل أهمية عن التعليم والصحة " .

وفي السياق ذاته أكد اللواء طارق الفقي ، محافظ سوهاج، لوفد اللجنة أن محافظة سوهاج تفتقد للعديد من المنشآت الشبابية الهامة ، فلا يوجد بها صالة مغطاة او ملاعب لتنس الطاولة فضلا عن عدم وجود ملعب مؤهل للممارسة كرة القدم داخل مدينة سوهاج .

واوضح محافظ سوهاج ، ان المحافظة شهدت طفرة كبيرة في الخدمات الصحية والتعليمية ، حيث تعد المحافظة هو الوحيدة علي مستوى الجمهورية التي اشترطت بناء مدارس تحتوي علي ملاعب

تحتوي علي ملاعب ونجيب صناعي ، متابعا : " أصبح لدينا وحدات صحية في القرى بفضل حياة كريمة أفضل من المستشفيات الخاصة " .

استقبل اللواء طارق الفقي ، محافظ سوهاج مكتبه منذ قليل ، وفد لجنة الشباب والرياضة بمجلس النواب برئاسة الدكتور محمود حسين ، والذي يقوم بزيارة ميدانية لتفقد عدد من مراكز الشباب بالمحافظة .

من جانبه قال الدكتور محمود حسين ، رئيس لجنة الشباب والرياضة بمجلس النواب ، إن زيارة اللجنة للمحافظة جاءت بناء علي طلبات الاحاطة التي تقدم بها عدد من نواب المحافظة منهم النائب محمد لبيب وذلك للوقوف علي المشكلات التي يعاني منها شباب المحافظة .

وعقب الدكتور محمود حسين ، رئيس اللجنة علي مطالب المحافظ ، بالاهتمام بقطاع الشباب في المحافظة قائلا : " نسعي لتترك بصمة في المحافظة والعمل



النائب .. حياة خطاب: هدفنا تصحيح المسار مع التعديلات الجديدة على قانون الرياضة

لجنة الشباب والرياضة بمجلس الشيوخ.

وناقش الاجتماع المواد المراد تعديلها والمراد إضافتها والمراد حذفها وتم الاستماع للممثل للجنة الأولمبية من خلال دراسة قانونية تم تقديمها ومناقشتها مع أعضاء لجنة الشباب والرياضة من أجل عقد جلسات أخرى خلال الفترة القادمة لمزيد من المناقشات للوصول لأفضل دراسة وصيغة لقانون الرياضة المصري.

وأضافت الدكتورة النائبة حياة خطاب ان المناقشات والاجتماعات من قبل لجنة الشباب والرياضة هدفها الصالح العام ومناقشة كافة التفاصيل من أجل الوصول لأفضل صيغة وتعديلات لقانون الرياضة تضمن الاستقرار وفقا للدستور المصري واللوائح الدولية والمواثيق الدولية والميثاق الأولمبي.

قضايا الدولة وهشام حطب رئيس اللجنة الأولمبية المصرية والمهندس شريف العريان أمين عام اللجنة الأولمبية المصرية والدكتور عبدالعزيز غنيم الأمين العام المساعد للجنة الأولمبية المصرية والمهندس ياسر إدريس عضو مجلس إدارة اللجنة الأولمبية المصرية والمستشار محمد الدمرداش رئيس نادي الزهور ومقرر لجنة الأندية والهيئات باللجنة الأولمبية المصرية.

وعقد الاجتماع برئاسة النائب شريف الجابري نائب أول لجنة الشباب والرياضة بمجلس الشيوخ والنائب أحمد دياب النائب الثاني للجنة الشباب والرياضة بمجلس الشيوخ والنائب محمد عمارة أمين سر لجنة الشباب والرياضة بمجلس الشيوخ وحضور السادة نواب المجلس أعضاء

أكدت الدكتورة النائبة حياة خطاب عضو مجلس الشيوخ ان الفترة الحالية ستشهد العديد من الاجتماعات من قبل لجنة الشباب والرياضة بمجلس الشيوخ لمناقشة التعديلات المقترحة لبعض مواد قانون الرياضة رقم ٧١ لسنة ٢٠١٧ .

وقالت الدكتورة حياة خطاب ان قانون الرياضة يحتاج بالفعل لبعض التعديلات وجارى حالياً مناقشتها للوصول لصيغة نهائية قبل اصدار النسخة النهائية التي من شأنها تصحيح المسار للرياضة المصرية.

وكشفت الدكتورة النائبة حياة خطاب ان لجنة الشباب والرياضة عقدت مؤخراً جلسة مهمة حضرها الدكتور حسن مصطفى رئيس الاتحاد الدولي لكرة اليد ورئيس اللجنة الثلاثية والمستشار حسين فتحي رئيس هيئة

بيراميدز يطلب رسمياً إستضافة نهائي كأس الكونفدرالية الإفريقية



كأس الكونفدرالية بعدما حصد العلامة الكاملة ٩ نقاط من ٣ مباريات خاضها حتى الآن في هذا الدور، وهو الفريق الوحيد بين جميع فرق دور المجموعات الذي يحصد العلامة الكاملة حتى الآن، كما يتمتع بنتائج جيدة في النسختين السابق من البطولة التي شارك بهما، حيث وصل للمباراة النهائية والدور نصف النهائي عامين على التوالي.

أشار إلى أنه تواصل كذلك مع المسؤولين باتحاد الكرة، لإرسال الطلب من خلال الاتحاد، وأكدوا دعمهم لطلب بيراميدز، الذي يسير بصورة رائعة في البطولة، كما تواصل مع المهندس هاني أبوريدة عضو مجلس قيما الأعلى والمكتب التنفيذي للكاف، لدعم طلب النادي لاستضافة المباراة النهائية على أرض مصر. ويحتل بيراميدز قمة المجموعة الأولى لبطولة القاري في نسخته الحالية.

أعلن المهندس ممدوح عيد الرئيس التنفيذي لنادي بيراميدز عن تقديم النادي بطلب رسمي إلى الاتحاد الأفريقي لكرة القدم، كإجراء بشأن طلب استضافة وتنظيم المباراة النهائية لبطولة كأس الكونفدرالية الإفريقية، لتقام على ملعب بيراميدز باستاد "٣٠ يونيو" الدفاع الجوي بالقاهرة، في المدة القانونية التي فتح فيها الكاف الطلبات لاستضافة النهائي وتنظيمه.

أشاد الرئيس التنفيذي بالتعاون والدعم الذي قدمه السيد الوزير الدكتور أشرف صبحي وزير الشباب والرياضة، لنادي بيراميدز، والذي أكد دعمه الكامل لطلب النادي لاستضافة وتنظيم نهائي الكونفدرالية لملاعب الدفاع الجوي، مشدداً على وقوفه ومساندته لمطلب النادي الذي يقدم صورة طيبة للكرة المصرية خلال مشاركته في البطولة ومشدداً على توفير أي مطالب لإنجاح الحدث حال وقوع اختيار الكاف على استاد الدفاع الجوي لاستضافة النهائي القاري في نسخته الحالية.

المدير التنفيذي للأهلي مصاب بكورونا



أثبتت المسحة الطبية التي خضع لها الدكتور سعد شلبي المدير التنفيذي للأهلي، إصابته بفيروس كورونا ويخضع المدير التنفيذي للأهلي، للعزل الطبي في منزله خلال الفترة الحالية لحين إجراء مسحة جديدة.

وكان قد تربع الفريق الأول لكرة القدم بالنادي على قمة الدوري بالفوز على فاركو ١/٤، في المباراة التي أقيمت مساء اليوم على استاد الإسكندرية، ضمن منافسات الجولة الحادية عشرة لبطولة الدوري الممتاز.



تتويج فريق مركز تدريب المعاقين بشمال سيناء

لاعب /ايهاب جبر
لاعب /محمد فتحي
لاعب /حسين الطنجير
لاعب/محمد امين
لاعب/ناجي عبد العزيز
لاعب/فايز عبدة مطر
لاعب/محمد عاشور
مدرّب الفريق /محمد البلجيهي
مدرّب الفريق /كابتن على يوسف

فوز مركز تدريب المعاقين بالمركز الثاني في كرة الطائرة جلوس للرجال بالمركز الثاني والميدالية الفضية في مباريات المحافظات الحدودية بمحافظة أسوان المنظمة من قبل إدارة الرياضة بوزارة الشباب والرياضة تحت رعاية الاستاذ الدكتور /أشرف صبحي وزير الشباب والرياضة
كابتن الفريق /امين جودة





منتخب الرماية المصري يحصل على المركز الثاني في مسابقة التارجت سبرنت بطولة كأس العالم للرماية

من ألمانيا وجاء في المركز الثاني والميدالية الفضية إيشا سينج الهند، وفي المركز الثالث والميدالية البرونزية انطونيتا كوكستاتي نونا من بلغاريا.

وفي مسابقة نهائي رجال مسدس هواء ١٠ م حصل علي المركز الأول والميدالية الذهبية شوداري ساوراب من الهند، وجاء في المركز الثاني مايكل شيفالد ألمانيا، وفي المركز الثالث ارتوم شيرنو اوسوف. تقام البطولة خلال الفترة من ٢٧ فبراير وحتى ٨ مارس المقبل، تحت إشراف الاتحاد المصري للرماية برئاسة السيد حازم حسني ورعاية الدكتور أشرف صبحي وزير الشباب والرياضة، وشركة الصياد وتشهد البطولة مشاركة واسعة من مختلف دول العالم حيث يشارك بها ٦٥ دولة.



شهدت منافسات اليوم الثاني ضمن مسابقات بطولة كأس العالم لرماية البندقية والمسدس التي تستضيفها مصر ميدان الرماية الجديد في مدينة مصر الدولية للألعاب الأولمبية بالعاصمة الإدارية، في مسابقة التارجت سبرنت المختلط ناشئين وناشئات فوز المنتخب المصري علي كمال وميرا أحمد بالمركز الثاني والميدالية الفضية، وحصل علي المركز الأول والمركز الثالث بريطانيا، وفي مسابقة التارجت سبرنت فرقي مختلط كبار حصل علي المركز الأول والميدالية الذهبية ألمانيا وجاء في المركز الثاني والثالث سلطنة عمان.

وفي مسابقة نهائي سيدات مسدس هواء ١٠ م جاء في المركز الأول والميدالية الذهبية أننا كوراكاكي

عضو مجلس إدارة الإسماعيلي يعلن الرحيل.. تعرف على السبب



أعلن المهندس محمد أسامة أبو العلا عضو مجلس إدارة النادي الإسماعيلي عن انسحابه من المجلس وجاء ذلك عبر صفحته الشخصية على موقع التواصل الاجتماعي الفيس بوك وقال: "بكل اسف مناخ لا يرقى للعمل العام ، و التطول ينال من الجميع والمحترم لا يقدر والأصول تهان وانها غلظه، ولن تتكرر وكفي الله المؤمنين شر القتال، اللهم ارحمنا برحمتك الواسعه". وكان الرد قاسياً من متابعيه على الفيس بوك وطالبوه بالبقاء في منصبه في هذا التوقيت الصعب في ظل تدني نتائج فريق الإسماعيلي في الآونة الأخيرة وأخرها التعادل الإيجابي مع مصر للمقاصه ٢/٢ وتذيلة جدول الدوري الممتاز.



ضم وجوة جديدة لمنتخب مصر قبل مواجهة السنغال

منتخب مصر في مواجهة السنغال، حيث ستكون مباراة الذهاب في مصر، بينما ستكون مباراة العودة في داكار.

موعد مباراة مصر والسنغال في تصفيات كأس العالم - مباراة الذهاب (مصر) يوم الجمعة ٢٥ مارس ٢٠٢٢ الساعة ٧:٣٠.

- مباراة العودة (السنغال) يوم الثلاثاء ٢٩ مارس ٢٠٢٢

لكرة القدم لمواجهة السنغال في المرحلة الفاصلة من تصفيات إفريقيا المؤهلة إلى كأس العالم ٢٠٢٢.

وحدد الاتحاد الدولي لكرة القدم «فيفا» موعد مبارياتي مصر والسنغال في تصفيات كأس العالم ٢٠٢٢ عن قارة إفريقيا.

وكانت قرعة المرحلة الحاسمة من تصفيات كأس العالم ٢٠٢٢ عن قارة إفريقيا قد أوقعت

دخل الثنائي أحمد ياسر ريان وأحمد حسن كوكا مهاجما ألتاي وكونيا سبورت التركيين، حسابات الجهاز الفني لمنتخب

مصر بقيادة كارلوس كيروش، قبل مباراتي الفراعنة أمام السنغال يومى ٢٥ و ٢٩ مارس

المقبل، في المرحلة الأخيرة بالتصفيات المؤهلة لكأس العالم ٢٠٢٢. ويستعد منتخب مصر الأول

بطلة التنس المصرية تصعد للدور الثمن نهائي بطولة مونتييري للتنس

حجزت البطلة المصرية ميار شريف، مقعدها في ثمن نهائي بطولة مونتييري للتنس، المقامة في المكسيك لفترة ٢٥٠ نقطة، بعد فوزها على الاسترالية سيون مينديز، بمجموعتين لواحدة، في مباراة ماراثونية بين اللاعبتين. وتمكنت بطلة التنس المصرية، من حسم المباراة التي استمرت نحو ٣ ساعات، بنتائج: «٦-١ / ٦-٧ / ٦-٤»، لتحتجز مقعدها في دور ال١٦ للبطولة



موسيماني: سعيد بأداء اللاعبين بعد الفوز على فاركو واعتذر للجماهير عن الخسارة أمام صن داونز

وقال موسيماني في المؤتمر الصحفي الخاص بالمباراة: «آخر لقاء أمام المقاصة لعبنا بنفس الطريقة وسجلنا ٤ أهداف، وعندما واجهنا صن داونز اختلفت الأمور حيث كان ينقصنا فقط تسجيل الأهداف».

وأشار إلى أنه سعيد بأداء اللاعبين بعد الفوز على فاركو، الذي يعتذر به للجماهير عن الخسارة أمام صن داونز في دوري أبطال إفريقيا.

وأكد موسيماني أن لكل مباراة ظروفها وحساباتها، وفقاً لطبيعة المنافس وهو ما يحدد طريقة اللعب. وكان الأهلي قد حقق الفوز مساء اليوم على فاركو ١/٤ وترجع على قمة الدوري بعد المباراة، التي أقيمت مساء اليوم على استاد الإسكندرية ضمن منافسات الجولة الحادية عشرة للبطولة.



الأهلي، عن سعادته بالفوز الذي حققه الفريق على فاركو برعاية، في المباراة التي أقيمت مساء أول أمس ضمن منافسات الجولة رقم ١١ لبطولة الدوري الممتاز.

موسيماني: سعيد بأداء اللاعبين بعد الفوز على فاركو واعتذر للجماهير عن الخسارة أمام صن داونز أعرب بيتسو موسيماني، المدير الفني للفريق الأول لكرة القدم بالنادي

