

**Mohamed Qatamesh Dental Clinic**

After Before

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

**مصر تلاتين**

إخبارية إلكترونية مستقلة  
نسخة مجانية

رئيس مجلس الإدارة  
محمود صلاح قطامش

أسسها/محمود صلاح قطامش ٢٠١٤

الخميس - ٨ ذوالحجة - ١٤٤٣هـ - الموافق ٧ يوليو ٢٠٢٢م العدد الإجمالي رقم ١٢٦٧

## الرئيس السيسي يطلق رسميا منصة مصر الرقمية: لو تواجد ١٠٠ ألف دارس عندهم مقومات هصرف عليهم ١٢ مليار جنيه

وبكام؟.. ليه احنا عملناه.. لكن عملناه بكام وده جه منين.. المراكز دي معمولية محصنة لا يمكن الاقتراب منها خالص وبأي شكل من الأشكال.. ١٥ متر تحت الأرض.. المركز الواحد متكلف ١٠ مليارات جنيه على الأقل لإنشاءات مدنية لتوفير مكان لوضع فيه الخوادم الرئيسية..

وتحدث الرئيس عبد الفتاح السيسي، عن التكلفة المالية لإنشاء المراكز الرقمية، قائلا: "الدكتور عمرو بيتركب عن التكلفة المالية بتاعة الشبكات جوه المركز.. مش الشبكة

الدكتور عمرو طلعت وزير الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات، خلال كلمته ضمن فعاليات افتتاح عدد من مشروعات "مصر الرقمية"، قائلا: "انت بتتكلم على الكلام اللي اتعمل بيه المراكز.. بس أنت ما اتكلمتش عن أن المنشآت اللي اتعملت فيها اتكلفت كام.. بقول كده للناس اللي موجودة دلوقتي وبتسمعون.. علمنا الراسي والتبادلي.. التبادلي متكلف بنية إنشائية ١٠ مليار جنيه.. والرأسى أكثر شوية".

وأضاف الرئيس السيسي: "الفكرة هنا لما نتكلم على موضوع.. منين

تليفزيونية قادرة على إظهار مواهب وقدرات الشباب مثل برنامج الدوم \*\* الرئيس السيسي: "أنا بتكلم مع أهلى وناسى وأتمنى اعمل لهم أحلى حاجة فى الدنيا" \*\* الرئيس السيسي: "اللى بيتعمل فى مصر أمر غير مسبوق.. وكل الرضا على دعم ربنا"

شهد الرئيس عبد الفتاح السيسي، صباح اليوم الأربعاء، افتتاح العديد من المشروعات الرقمية، وكان على رأسها، الإطلاق الرسمي لـ "منصة مصر الرقمية".

الجمهورية الجديدة تحتاج إلى أموال وأرقام كبيرة جدا  
\*\* الرئيس السيسي: شركة العاصمة ترغيب بتأجير الحى الحكومى بـ ٤ مليارات جنيه سنويا  
\*\* الرئيس السيسي: المراكز الرقمية العملاقة تتكلف أموال فوق التصور  
\*\* الرئيس السيسي يفتتح ٣ محطات للإنزال البحرى ومركز البيانات الإقليمى بالقاهرة ومدرسة التكنولوجيا التطبيقية بمدينة نصر ومتحف البريد المصرى بالقاهرة بعد تطويره  
\*\* الرئيس السيسي: يوجد برامج

\*\* الرئيس السيسي: المراكز الرقمية محصنة وتكلفة المبنى الواحد ١٠ مليارات جنيه  
\*\* الرئيس السيسي: تكلفة المراكز الرقمية وميكنة الحى الحكومى تصل لـ ١٠٠ مليار جنيه  
\*\* الرئيس السيسي: شركة العاصمة لديها كشف بنوك وانتمان محتمل بـ ٤٠ مليار جنيه كاش  
\*\* الرئيس السيسي: البلاد بتفضل تبني وتعمر في نفسها علشان تاخد مكانها وسط الأمم وده مبيجيش غير بالصبر والأفكار والتضحيات  
\*\* الرئيس السيسي:



## وزير التعليم يصدر قراراً بترقية ٥٧ ألفاً و ٣٨٣ معلماً

كما نص الكتاب الدورى، على أن "يصدر المحافظون - كل فى نطاق اختصاصه- القرارات اللازمة لترقية أعضاء هيئة التعليم المذكورين إلى الوظائف الأعلى المستحقة لكل منهم، بعد التحقق من استيفائهم باقى متطلبات الترقية، على أن يُمنح المرقون بدل الاعتماد المقرر قانوناً وعلاوة الترقية اعتباراً من الشهر التالى لصدر قرار المحافظ المختص بالترقية".

المعلمين، وما يقابلها من وظائف الأخصائيين الاجتماعيين والإخصائيين النفسيين وأخصائى التكنولوجيا وأخصائى الصحافة والإعلام، وأمناء المكتبات الذين استوفوا البرامج التدريبية التى تعقدها الأكاديمية المهنية للمعلمين- شهادة الصلاحية اللازمة للترقية إلى الوظيفة الأعلى، طبقاً لأحكام القانون رقم (١٥٥) لسنة ٢٠٠٧، وتعديلاته ولائحته التنفيذية.

أصدر الدكتور طارق شوقى وزير التربية والتعليم والتعليم الفنى، كتاباً دورياً بشأن ترقية ٥٧ ألفاً و ٣٨٣ معلماً، بعد انتهاء الأكاديمية المهنية للمعلمين من إجراءات الترقية مع مراعاة أقدمية حقوقهم فى الترقية مع العلم أن كل دفعة تحتفظ بأقدميتها فى الترقية. ونص الكتاب الدورى، على أنه اعتباراً من ٢٠٢١/١/١ يمنح أعضاء هيئة التعليم شاغلو وظائف



## رئيس الوزراء يطمئن على توافر مخزون السلع الأساسية واستعدادات استقبال العيد المبارك.



وأكد رئيس الوزراء، فى مستهل اللقاء، على مواصلة جهود الدولة فى ملف الأمن الغذائى، بما فى ذلك زيادة الاحتياطي الاستراتيجى للسلع الأساسية، وتوفير الاعتمادات المالية اللازمة لتحقيق هذا الهدف، إضافة إلى تنفيذ المشروعات الاستراتيجية للحفاظ على توافر السلع للمواطنين بأسواق، رغم كل التحديات والتداعيات السلبية جراء الأزمات العالمية.

وخلال اللقاء، أشار وزير التموين والتجارة الداخلية إلى توافر مخزون من مختلف أنواع السلع الاستراتيجية لتوفير الأمن الغذائى، كاشفاً عن أنه ولأول مرة أصبح الاحتياطي الاستراتيجى من القمح يكفي لمدة ٧ أشهر، بالإضافة الشحنات التى تم شراؤها مؤخراً، كما يكفي مخزون السكر حاجة الاستهلاك المحلى لمدة ٧,٨ شهر، مشيراً إلى أنه سيعقب ذلك بدء موسم حصاد محصولي البنجر

التقى الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، اليوم، الدكتور علي المصيلحي، وزير التموين والتجارة الداخلية؛ وذلك للاطمئنان على توافر مخزون السلع الأساسية، وكذا الاستعدادات الجارية لاستقبال عيد الأضحى

والقصب، ولذا فليس لدينا أي مشكلة فى توفير السكر، كما يكفي مخزون الزيت ٦ أشهر.

وقال الوزير: يكفي مخزون المكرونة لمدة ٨,٤ شهر، وفيما يتعلق بالأرز الأبيض، نوه الدكتور علي المصيلحي إلى استيراد ٥٠ ألف طن، حيث يتم استلام شحنات الأرز تباعاً، وتعمل الوزارة على ضمان توفير الأرز على مدار العام للمواطنين. وخلال اللقاء، اطمأن رئيس الوزراء على الاستعدادات الجارية لاستقبال عيد الأضحى المبارك، حيث استعرض الدكتور علي المصيلحي،

وزير التموين والتجارة الداخلية، خطة الوزارة فى هذا الشأن، وحجم تعاقدات اللحوم، مشيراً إلى توافر مختلف أنواع اللحوم؛ فبالنسبة للحوم الحية فنوه الوزير إلى أنها تكفي حاجة الاستهلاك المحلى لمدة ١٤,٧ شهر، كما تكفي اللحوم المجمدة لمدة ٦,٥ شهر، إضافة إلى أن الدواجن تكفي ٧,٤ شهر.

كما أشار الوزير إلى استمرار الأجهزة الرقابية بالوزارة، والجهات التابعة، ومديريات التموين بتسيير حملات يومية؛ للتأكد من توافر السلع المختلفة.

## الرئيس السيسي: أطلقنا الحوار الوطنى لكن مع استثناء فصيل واحد فقط



قال الرئيس عبد الفتاح السيسي، إنه أطلق الحوار الوطنى من أجل مشاركة الجميع عدا فصيل واحد فقط. وأضاف الرئيس السيسي، خلال حواره مع الإعلاميين: "ما حدث فى مصر يعد نجاحاً باهراً". وتابع الرئيس السيسي: "أطلقنا الحوار الوطنى لكن مع استثناء فصيل واحد فقط".

**Al-Zafer International**  
www.alzaferintl.com

International Shipping & Logistic Solutions

1 God El-haq St., 1st Floor, Square 1226, beside Florida Mall, Sheraton Heliopolis, Cairo, Egypt  
☎ +202 2244 4467  
✉ +202 2244 4468  
www.alzaferintl.com

**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





## رئيس هيئة الأركان السعودي يتفقد جاهزية وحدات القوات المشاركة في مهمة الحج

الجسر" بالمسار المقدسة بـ ٢٦ سريرا  
للحجاء الحرة و عدد من غرف العزل  
سالة الضغط، استكمالاً لعمل منظومة  
منشأتها الصحية بالمسار المقدسة.  
وتبلغ الطاقة الاستيعابية للمستشفى  
١٥٠ سريرا، تنوعت ما بين أسرة للعناية  
الحرة وخدمات الغسيل الكلوي  
والانعاش القلبي الرئوي، ويتم تقديم  
الخدمات من خلال ١١ عيادة عامة  
تحتوي جميع التخصصات الطبية،  
بالإضافة لإمكانية استدعاء بعض  
التخصصات في حال وجدت حالات مثل  
(الأطفال أو أمراض

ويضم قسم الطوارئ بالمستشفى  
٢٤ سريرا، ٦ أسرة للإنعاش القلبي  
الرئوي، ٤ أسرة لحالات الاشتباه في  
الأمراض التنفسية، بالإضافة إلى ٤ أسرة  
للغسيل الكلوي، فيما بلغ عدد الأسرة  
المخصصة للعناية المركزة ٢٥ سريرا.  
كما خصصت الوزارة ٢٤ سريرا لضربات  
الشمس بمستشفى منى الوادي، تحسباً  
لمواجهة الحر وضربات الشمس التي  
تسبب الإنهاك والإجهاد الحراري  
للحجاج، بينما يبلغ عدد العيادات  
الخارجية بالمستشفى ١٥ عيادة.  
وجّهت وزارة الصحة مستشفى "منى

لأداء مناسك الحج بسهولة ويسر.  
يذكر أن وزارة الحج والعمرة كانت قد  
أطلقت مؤخراً ١٣ دليلاً توعوياً تفصيلياً  
بـ ١٤ لغة بالشراكة مع الهيئة العامة  
للأوقاف لتسهيل رحلة الحاج بأسلوب  
سهل ومبسط يشمل جميع المراحل  
التي يمر بها الحاج أثناء تأدية المناسك.  
وفي السياق، جهّزت وزارة الصحة  
السعودية ممثلة في مستشفى منى  
الوادي بالمسار المقدسة استعداداتها  
لاستقبال المرضى من حجاج بيت الله  
الحرام، حيث تبلغ السعة السريرية  
لمستشفى منى الوادي ١٦٠ سريرا،

درجات الصحة والسلامة.  
ومن جانبها، أطلقت وزارة  
والعمرة، حملة توعوية تحت شعار  
"الحج يبدأ منك" امتداداً للجهود  
المستمرة لتكثيف أنشطتها في التوعية  
لموسم حج هذا العام ١٤٤٣هـ  
لتوضيح عدد من الإرشادات المتعلقة  
بالاستخدامات الشخصية والسلوكيات  
العامة للحاج خلال رحلته لأداء  
المناسك.

ونشرت الوزارة بالتعاون مع الهيئة  
العامة للأوقاف، ضمن فعاليات الحملة  
مقطعاً مرئياً بـ ٧ لغات عبر منصاتها  
على مواقع التواصل الاجتماعي.  
ويتضمن العمل، الذي يعتبر المنتج  
الرئيس للحملة، عدداً من الرسائل  
لتصحيح السلوكيات الخاطئة في الحج  
من بينها الآداب والسلوكيات المستحبة  
في المسار المقدسة.

وتستهدف الحملة التوعوية التأكيد  
على أن رحلة الحج الناجحة تبدأ  
من الحاج نفسه من خلال الحرص  
على الالتزام والاهتمام بالتعليمات  
الصحيحة والتوجيهات الهامة لتسهيل  
رحلة الحاج، وتأمين الراحة والطمأنينة  
له ولبلقية الحجاج، والحرص على أداء  
الطرق الصحيحة في الحرم والمسار

تفقد رئيس هيئة الأركان العامة  
السعودي الفريق الأول الركن فياض  
بن حامد الرويلي، اليوم الثلاثاء،  
وحدات القوات المسلحة المشاركة في  
مهمة الحج، للوقوف على استعداداتها  
وجاهزيتها التامة لخدمة حجاج بيت  
الله الحرام لهذا العام، استكمالاً لجهود  
الإشراف على سلامة الحجاج.  
ونوه الرويلي - في كلمة للمشاركين في  
تأمين الحج، وفقاً لما نقلته وكالة أنباء  
السعودية (واس) - بحجم الجهود  
السخية والمباركة التي بذلتها الدولة في  
سبيل إنجاح حج هذا العام، مشيراً إلى  
أنها جهود استثنائية تعكس الاهتمام  
والرعاية لخدمة حجاج بيت الله، فضلاً  
عن توفير أعلى درجات الراحة والأمان  
لجميع قاصدي الحرمين الشريفين  
والمسار المقدسة دون أي استثناء أو  
تمييز.

وزار الرويلي المستشفى الميداني التابع  
للإدارة العامة للخدمات الصحية  
في وزارة الدفاع بعرفة، وأطلع على  
التجهيزات والمعدات الطبية المتوفرة في  
المستشفى، إضافة إلى تفقده للكوادر  
الطبية والصحية، واستماعه إلى شرح  
موجز عن الاستعدادات الصحية وما  
يكفل للحجاج أداء مناسكهم وفق أعلى



## الأمم المتحدة: اتفاق بين الحكومة اليمنية وجماعة الحوثى على تثبيت الهدنة خلال عيد الأضحى

وأكد المبعوث الأممي إلى اليمن، أن  
نجاح الهدنة يعتمد في النهاية على  
بناء الثقة، مشيراً إلى أن هناك فرصة  
لمواصلة تعزيز الالتزام بالهدنة خلال  
فترة العيد، مرجحاً بالتزام لجنة التنسيق  
العسكرية بالعمل من أجل خفض  
التصعيد بشكل فعال.  
وشدد جروندبرج على أن ضباط  
الارتباط الذين يمثلون الأطراف في  
لجنة التنسيق العسكري، وافقوا على  
تثبيت الهدنة الحالية من خلال تجديد  
التزامهم بوقف جميع العمليات  
العسكرية الهجومية البرية والجوية  
والبحرية داخل اليمن وخارجه وتجميد  
الأنشطة العسكرية في الميدان.  
من جانبه، أشار العميد هابوارد إلى  
مواصلة الجهود المشتركة للحد من  
القتال واستمرار اتخاذ تدابير ملموسة  
لتخفيف معاناة اليمنيين.

أعلنت الأمم المتحدة أن ممثلي  
الحكومة اليمنية وجماعة الحوثى في  
لجنة التنسيق العسكرية، المجتمعون  
بالعاصمة الأردنية عمان اتفقوا على  
الالتزام بتثبيت الهدنة بمناسبة عيد  
الأضحى.  
وأفاد المبعوث الأممي الخاص إلى اليمن  
هانس جروندبرج - في بيان نقلته قناة  
(اليمن الإخبارية) اليوم الأربعاء، بأن  
الطرفين اتفقا في الجلسة التي ترأسها  
المستشار العسكري للمبعوث الخاص،  
العميد أنتوني هابوارد، على تشكيل  
غرفة التنسيق المشترك للهدنة واحتواء  
أي تصعيد محتمل للعمليات القتالية في  
الوقت المناسب لضمان صمود الهدنة  
الإنسانية في البلاد، مضيفاً أنه تم تعيين  
مجموعة عمل لتبشر النقاشات الفنية  
المفضلة والمباشرة لتوحيد المقترحات في  
هذا الصدد.



## رئيس المجلس الوطني الفلسطيني: استعادة الثقة بالمجتمع الدولي تستوجب وقف ازدواجية المعايير

كأقوى حلف في العالم، وأطالب  
بالضغط على صناع القرار في  
دولكم لتحقيق الحل العادل ورفع  
المعاناة التي يعيشها شعبنا تحت  
وطأة الاحتلال الاسرائيلي".  
بدوره قدم رئيس الوفد موجزا عن  
عمل لجنة العلوم والتكنولوجيا،  
وأكد أن الدول الأعضاء في الجمعية  
البرلمانية لحلف الناتو تقيم علاقات  
مع فلسطين بمستويات مختلفة،  
وأن الجمعية البرلمانية لحلف  
الناتو تتطلع الى تطوير العلاقة مع  
المجلس الوطني الفلسطيني وفتح  
حوار حقيقي وبناء بهدف توحيد  
الجهود الدولية لمواجهة تغير  
المناخ وندرة المياه والمحافظة على  
مصادر الطاقة وغيرها من القضايا  
الانسانية الاساسية.

البرلمان الفلسطيني الأشمل  
والذي يجسد الحياة البرلمانية  
الفلسطينية، مشدداً على عدم  
وجود فراغ برلماني في ظل وجود  
المجلس الوطني الذي يمثل الكل  
الفلسطيني.  
وحول عدم إجراء الانتخابات  
التشريعية، حمل فتوح الاحتلال  
مسؤولية ذلك، وقال إن منع  
إسرائيل إجراء الانتخابات في  
القدس حال دون اجراءها،  
وطالب بتفعيل دور الجمعية  
البرلمانية لحلف الناتو والضغط  
على حكومة الاحتلال للتوقف عن  
عرقلة إجراء الانتخابات وبخاصة  
في القدس، وبضرورة دعم دولة  
فلسطين. وأضاف فتوح مخاطباً  
الوفد "دوركم مهم ومحوري

قال رئيس المجلس الوطني  
الفلسطيني روجي فتوح، إن  
استعادة ثقة الشعب الفلسطيني  
بالمجتمع الدولي تستوجب وقف  
ازدواجية المعايير.  
جاء ذلك لدى استقبال فتوح وفدا  
من لجنة العلوم والتكنولوجيا في  
الجمعية البرلمانية لحلف الناتو،  
يرأسه التركي كاميل سندر.  
ورحب فتوح بالوفد، وأكد أن  
هذه الزيارة تشكل فرصة لتبادل  
الآراء والأفكار، وبخاصة في ظل  
ما تمر به منطقة الشرق الأوسط  
والعالم من ظروف غاية في التعقيد  
سياسياً واقتصادياً تؤثر سلباً على  
الأمن والسلم الدوليين.  
واستعرض فتوح دور المجلس  
الوطني ونشأته وأهميته باعتباره



**مصر 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 والإعلان  
(+202) 01022441900 (+202) 01283617779  
e-mail: cd\_room2004@yahoo.com  
**المملكة العربية السعودية**  
**مطبعة ميشال محمد القطايش**  
Mishal Printing Press  
CREATIVE DESIGN & PRINTING SOLUTION  
CALL NOW  
053 230 5963 / 050 574 0183  
Jeddah - 23212 - 7539 K.S.A. Musherfah 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 الظافر لخدمات الشحن**  
Al-Zafer Cargo Services Co.  
خدمات الشحن والتفريغ والتكديس والتعبئة  
800-12-8888-1  
qalamesh@alzafercargos.com  
www.alzafercargos.com

**Mohamed Dental Clinic**  
11 ش الاديب علي ادهم، مساكن الشيراتون  
هاتف: ٠١٠٠٠٦٣٩٠٠٠ جوال: ٠١٠٠٠٦٣٩٠٠٠  
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com  
f Fb.com/Qatameshclinic



## كلمة العدد



### حاول تفهم

#### الانطلاق نحو الجمهورية الجديدة بالحوار الوطني...

اطلق الرئيس السيسي الدعوة الي حوار وطني يجمع بين المصريين جميعا وذلك في حفل افطار الاسره المصريه وهو استكمال لمسيره اصلاحيه للدولة المصريه واطلاق روح جديده لتحديد اولويات العمل الوطني المشترك وبناء الشخصية المصريه الحديثه وان الغايه من هذا الحوار هي زياده مساحات القواسم المشتركه حسب مانصت عليه مدونه السلوك الصادره عن مجلس الامناء الذي يدير الحوار الوطني وهذا الحوار منطلقا من القيم المصريه الراسخه والتي اساسها الايمان بالدستور والانتماء للوطن واحترام مؤسسات الدوله المصريه ولا شك ان هذا الحوار هدفه ايضا اعاده اللحمة لجميع المصريين حول اولويات المرحله القادمه وتلك التي سوف تقود الطريق نحو الجمهوريه الجديده عبادها المواطن وعلي اسس قوامها المصارحه والمشاركه السياسيه الجاده ودعم الاقتصاد الوطني والتأكيد علي ثوابت الدوله المصريه بمعقها الاستراتيجي العربي وذلك حسب ماورد في كلمه الرئيس السيسي عندما اطلق سيادته في ذلك الوقت الدعوه لاطلاق الحوار الوطني والذي تشكل له مجلس امناء مكون من ١٩ عضوا لمناقشة برامج الحوار ومواعيد الجلسات واللائحه التنظيميه وقد انعقدت اولي جلسات الحوار في ظل التأكيد علي ان الحوار للجميع موالاه او معارضه ماعدا الذين رفضوا الحوار او هددوا بالعنف او حرضوا عليه او من استبعد نفسه بنفسه من الحوار او من لا يؤمن بدستور الدوله المصريه الصادر في عام ٢٠١٤ وفي مايشبه الاجماع من الحاضرين تحدثوا عن الافراج عن المحبوسين والتأكيد علي الحريات والبحث عن حلول توافقية تحترم تلك الحقوق والحريات حسب ماورد علي لسان الدكتور ضياء رشوان وغالبية المتداخلين من الامناء في جلسه الحوار الوطني الاول... ونحن اذ نشتم هذه الدعوه والنتائج المبشره لاولي الجلسات نامل ان يصل الساده الامناء لما يرتقي واحلام المصريين في العيش الكريم في جمهوريته الجديده والمعقود عليها الامال.

### وحاول تفهم

#### محمود صلاح قطامش مصر ثلاثين

## جبريل تهنئ الرئيس السيسي والشعب المصري بذكرى ثورة ٣٠ يونيو



كما أكد على دور المرأة في تنمية المشروعات الصديقة للبيئة التي تعتمد على الاقتصاد الأخضر والزراعات والصناعات التي تعتمد التعامل على مواجهة التغيرات المناخية وآليات التكيف لصالح الحفاظ على البيئة وإعادة التوازن البيئي داخل مجتمعاتنا المحلية.

الصحراوية، الساحلية والوجة البحري والصعيد وطباعة الكتب باللغة الإنجليزية والفرنسية والاسبانية. تنفيذ لقاءات بفروع المجلس بالمحافظات للتوعية بدور المرأة في الحد من تأثير التغيرات المناخية. كيفية الحد من تأثير المناطق الصناعية علي المناخ والتوعية بعدم إلقاء مخلفات المستشفيات بالنيل.

أثار تلك التغيرات المناخية التي أثرت في كافة دول العالم بإختلاف البيئات والأقاليم ومن جانبها اكدت النائبة سناء السعيد (عضوة المجلس) علي أهمية تكاتف كافة الجهود ووضع خطة عمل للتحرك في كافة محافظات الجمهورية للتوعية بالتغيرات المناخية وتأثيرها علي البيئة. كما ناقش الاجتماع عددا من المقترحات منها: تنظيم مسابقة للسيدات والمؤسسات التي عملت وخدمت بالقطاع البيئي بكافة محافظات الجمهورية المشاركة في المبادرات الخاصة بتغير المناخ مثل مبادرة "التحول إلى الأخضر" واعتبار يوم ٣٠ إبريل عيد الشجرة المصرية. ادارة حوار وطني حول انعكاس تغير المناخ علي الإنسان وعلي المرأة بوجه خاص، علي حسب النطاق الجغرافي والخروج بتوصيات للحد من تأثير هذا التغير علي المرأة. إعداد دليل استرشادي بعنوان "التغيرات المناخية والمرأة" بالمحافظات

وصرحت الدكتورة سهام بأن اجتماع اللجنة ناقش على جدول أعماله قضية التغيرات المناخية ودور المرأة لمواجهة التغيرات المناخية في كافة محافظات الجمهورية وفقا لخصوصيه كل محافظة والتي تأتي في إطار استعدادات مصر لاستضافة قمة مؤتمر المناخ كوب ٢٧ في نوفمبر من هذا العام بمدينة شرم الشيخ. وأكدت الدكتورة سهام على أهمية الدور الذي يمكن ان تقوم به المرأة انطلاقا من احساسها بمسئوليتها تجاه اسرتها وتجاه الوطن.. مؤكدة ضرورة تضافر كافة الجهود المجتمعية لمواجهة اثارالتغيرات المناخية واثارها الجانبية التي تهدد العالم بآثره حيث ان استضافه مصر لهذا المؤتمر العالمي بحملنا مسئولية المشاركة الإيجابية من أجل وضع الأفكار والبرامج التي تمكننا من المعالجة والتكيف مع تداعيات ذلك خاصة المرأة في كافة المحافظات وما عليها من دور هام في هذا الشأن وأهمية وضع الخطط الخاصة بالمواجهة والتكيف وآليات التعامل مع

وجهت الدكتورة سهام جبريل عضو المجلس القومي للمرأة ومقررة لجنة المحافظات التهنئة للرئيس عبدالفتاح السيسي والشعب المصري بمناسبة الاحتفال بالذكرى التاسعة لثورة يونيو المجيدة وما حققته من إنجازات على أرض الواقع جاء ذلك خلال الاجتماع الدوري للجنة المحافظات والذي عقد بمقر المجلس بمشاركة أعضاء وعضوات اللجنة يوم الاثنين الموافق ٢٧ يونيو ٢٠٢٢ كما توجهت بالتهنئة للدكتورة مايا مرسي رئيسة المجلس القومي للمرأة لاختيارها عضوا بلجنة السيداو مؤكدة ان هذا الاختيار يعكس التقدير الدولي لجهود مصر في تمكين المرأة المصرية وترويجا للجهود الرائدة التي تبذلها الدكتورة مايا مرسي في ملف المرأة وكافة قضاياها كما اشادت باختيار الدكتورة مايا في لجنة الحوار الوطني الذي وجه بتشكيلها فخامة الرئيس عبدالفتاح السيسي لمناقشة قضايا الوطن.

## مجلس القبائل والعائلات المصريه يصدر كتاب كنا فين وبقينا فين بمناسبة ثورة ٣٠ يونيو



لحفاظ على هوية الوطن التي غيرت مجرى التاريخ المصري الحديث وخلقت مسار جديد للعمل الوطني بعد الاطاحه بحكم الاخوان المستبد لتتطوّر بعدها ثورة في البناء والتنمية على كافة المستويات يدعمها شعب واعى يدرك قيمه الاصطفاك الوطني لمجابهه التحديات. كنا فين وبقينا فين سرد بداخله جميع الانجازات التي قام بها فخامه الرئيس ولن ولم يغفل دور القبائل العربيه وخصوصا قبائل سيناء في محاربه الارهاب جنبا الى جنب جوار القوات المسلحه كما ذكر دوره اتحاد قبائل سيناء في محاربه الارهاب جنبا الى جنب مع القوات المسلحه كما انه ختم كتابه بتعريف اتحاد قبائل سيناء التي يعتبر جهه قليله موحده تضم الغالبية العظمى من قبائل سيناء لمواجهه التنظيمات المتطرفة ومحاوله التحرك الايجابي ضد المسلحين الذين يجدون على الارض السيناويه ويخرجون

هذا الكتاب الذي اعده المهندس محمد سلامه عياده عضو المكتب الفني المركزي وعضو لجنة الشباب بمجلس القبائل والعائلات المصريه وسرد بداخله كل انجازات الرئيس السيسي في ٩ اعوام من توليه الحكم فانا ثورة ال ٣٠ من يونيو هي ثوره اراده شعب حيث قال المهندس محمد سلامه عياده ان مع الاحتفال بذكرى ثورة ٣٠ من يونيو يعود الى اذهان المصريين الملحمه الخالده

اصدر مجلس القبائل والعائلات المصريه كتابا بعنوان كنا فين وبقينا فين امس الخميس بدار الهلال للنشر اهداءا للرئيس عبد الفتاح السيسي بمناسبة ذكرى ثورة ٣٠ يونيو دشّن مجلس القبائل والعائلات المصريه حفل توقيع كتاب احياء لذكرى ٣٠ يونيو لسرد انجازات الرئيس في ٨ اعوام بعد ثورة ٣٠ يونيو التي تعبر عن اختيار الشعب واستعادة الدوله .

## اجازة عيد الاضحى .. من السبت للخميس مدفوعة الأجر بالوزارات والمصالح الحكومية



عمليات على مدار الساعة خلال أيام عيد الأضحى والتنبية بضرورة التنسيق مع مباحث التموين والصحة والجهات المعنية الأخرى لتشديد الرقابة على منافذ عرض وبيع اللحوم، الدواجن ومنتجاتها، الأسماك ومنتجاتها. ومن ناحيته، أكد السيد القصير وزير الزراعة واستصلاح الأراضي أنه سيتم شن حملات بأسواق ومحللات الجزارة ومنافذ بيع اللحوم، لضمان وصول غذاء آمن وصحي للمواطنين، واتخاذ الإجراءات القانونية ضد المخالفين ومتابعة تنفيذ القوانين والقرارات المنظمة لعمليات تداول اللحوم الحمراء والبيضاء ومنتجاتها خاصة المفروم، مع الالتزام بالمواصفات القياسية المصرية لهذه المنتجات. وأكدت الهيئة العامة للخدمات البيطرية، أنه تمت مخاطبة إدارة مجازر اللحوم بالمديريات وفروعها داخل المحافظات لرفع حالة الاستعداد القصوى لتأمين سلامة انتاج اللحوم بالأسواق، ووضع خطة بتكثيف المرور على مجازر الحيوانات متابعة أعمالها

وذكر مجلس الوزراء أن أعمال الامتحانات مستمرة وفقاً للمواعيد المقررة من قبل السلطة المختصة، وذلك بمناسبة عيد الأضحى المبارك. رئيس الوزراء يعلن اجازة عيد الاضحى رئيس الوزراء يعلن اجازة عيد الاضحى وفي سياق متصل، أعلنت وزارة الزراعة واستصلاح الأراضي ممثلة في الهيئة العامة للخدمات البيطرية، رفع درجة الاستعداد القصوى لجميع الأطباء العاملين بالتفتيش على اللحوم وعمل نوبتجيات دورية للأطباء لتلقى أية شكاوى من المواطنين من خلال غرفة

أصدر الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، قراراً بأن تكون الفترة من يوم السبت الموافق ٩ من شهر يوليو عام ٢٠٢٢ ميلادية، حتى يوم الخميس الموافق ١٤ من شهر يوليو عام ٢٠٢٢ ميلادية، اجازة رسمية مدفوعة الأجر. اجازة عيد الاضحى ٢٠٢٢ وأوضح مجلس الوزراء في بيانه أن الإجازة للعاملين في الوزارات والمصالح الحكومية والهيئات العامة ووحدات الإدارة المحلية وشركات القطاع العام وشركات قطاع الأعمال العام.

## رحمي يهنئ السيسي والشعب المصري بمناسبة ثورة ٣٠ يونيو

أتوجه بخالص التهنئة للسيدالرئيس عبد الفتاح السيسي والشعب المصري العظيم بمناسبة الذكرى التاسعة لثورة ٣٠ يونيو .. تلك الأيام الخالدة في حياة أمتنا والتي كانت بداية للاستقرار والتنمية وإرساء دعائم الجمهورية الجديدة ستظل ٣٠ يونيو علامة مضيئة لإرادة شعب ضد قوى الظلام ويومًا للعزة والكرامة .. يوم أنقذ فيه المصريون المنطقة من مصير مظلم وصمت العالم أمام إرادة شعب عظيم .. ٣٠ يونيو تحولت بإرادة قائد وشعب إلى ثورة تنموية طالت كل شبر من أرضنا في تلك الذكرى العظيمة أوجه التحية لقواتنا المسلحة الباسلة ورجال الشرطة الأبطال .. وأرواح شهدائنا الأبرار الذين قدموا حياتهم فداء لمصر وشعبها .. وإلى أسر شهدائنا الذين نستلهم منهم روح ومعاني الفداء والتضحية إن إنجازات الرئيس السيسي لا

تتوقف عند المشروعات العملاقة التي نشاهدها يوميًا في بلدنا .. ولا عودة مصر القوية لمكانتها الدولية ودورها الإقليمي وتغير الواقع من أجل حياة كريمة للمصريين .. فكل ما تحقق خطوة من ألف خطوة لحلم قائد مخلص لشعبه ووطنه .. وتبقى أكبر إنجازات الرئيس هي (عودة الروح) في ٣٠ يونيو وتوحيد المصريين في أصعب الأوقات التي مرت على وطننا على كلمة واحدة ( تحيا مصر) .. كلمة بكت لها الأعين عشقًا للوطن .. يوم وقف الجيش بشجاعة لحماية المصريين (غوت فداء لمصر وشعبها) .. هنا سر عظمة ٣٠ يونيو هذا الرباط المقدس بين المصريين وجيشهم الذي بقي قرون طويلة من عمر وطننا ( في رباط إلى يوم الدين) .. فجيش مصر شعبها .. وشعبها كله مجندون لحماية تراب وطنهم مهندس / هيثم رحمي الامين العام لحزب حماة وطن شمال سيناء





هنا السيد

الخالق رئيس جامعة سوهاج عن شكره للمجلس على إستقباله لوفد الجامعة ، وأثنى على الدور الذي قامت به السفارة مشيرة خطاب خلال مختلف الوظائف التي

تمه ص ه

الوطنية تمثل نقله نوعية في نشر وتعزيز ثقافة حقوق الإنسان وأن للجامعة دور هام في نشر الوعي من خلال تنفيذ الإستراتيجية الوطنية لحقوق الإنسان . فيما أعرب الدكتور مصطفى عبد

## قومي حقوق الإنسان يلتقي بطلاب جامعة سوهاج خطاب : أهمية دور طلاب الجامعات كسفراء لنشر وتعزيز ثقافة حقوق الإنسان

وللشئون الخارجية وذلك بمقر المجلس بالتجمع الخامس . وفي بداية اللقاء رحبت السفارة برئيس الجامعة ونائبها وطلابها ، وأكدت على أهمية الدور المجتمعي لجامعة سوهاج كمنارة علمية لنشر الثقافة وبخاصة ثقافة حقوق الانسان ، وأضافت خطاب على أهمية دور الشباب باعتبارهم أكبر وأهم شريحة سكانية تتمتع بالحيوية والقدرة علي التأثير والإبداع وخاصة طالبات وطلاب الجامعات كسفراء لنشر قيم

أستقبل المجلس القومي لحقوق الإنسان برئاسة السفارة مشيرة خطاب رئيس المجلس وفد من طلاب جامعة سوهاج برئاسة الدكتور مصطفى عبد الخالق رئيس الجامعة ، والدكتور حسن نعماني نائب رئيس الجامعة بحضور السفير محمود كارم نائب رئيس المجلس والسفير فهمي فايد أمين عام المجلس ، وأعضاء المجلس الدكتور هدى راغب والأستاذة سميرة لوقا والأستاذ محمد ممدوح والسفير أحمد إسماعيل مستشار المجلس

## توقيع بروتوكول تعاون بين ديوان عام المحافظة وجامعة العريش

منذ زمن، فالتحول الرقمي يوفر الوقت والجهد للفرد والمؤسسة معا، بجانب اسهامه في خفض معدلات الفساد والقضاء علي البيروقراطية وأضاف رئيس الجامعة، علي ان المجلس الأعلى للجامعات أصدر قرارا بتفعيل شهادة اساسيات التحول الرقمي علي طلاب الدراسات العليا وأعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم وموظفي الجامعات المصرية لاسابهم المعرفة الأساسية بتكنولوجيا المعلومات وتطبيقاتها. وأشار الي ان أطراف البروتوكول يهدفون الي خدمة المجتمع الجامعي

سكرتير عام المحافظة، رئيس مجلس إدارة مركز التدريب بالمحافظة. وينص البروتوكول علي التعاون لتفعيل وتطبيق الحصول على شهادة أساسيات التحول الرقمي، وما يتعلق بها من أنشطة تدريبية واختبارات موظفي الجهاز الإداري للدولة والمجتمع المدني بشمال سيناء، ما عدا المجتمع الجامعي من طلاب المرحلة الجامعية الأولى وطلاب الدراسات العليا وأعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم والعاملين بالجامعات المصرية. وأكد المحافظ على أن التحول الرقمي أصبح متطلبا عاما، نهجته دول العالم



حنب فيصل أبو هاشم

تم توقيع بروتوكول تعاون بين مركز الخدمات الالكترونية والمعرفية بالمجلس الأعلى للجامعات، ومركز تدريب تكنولوجيا المعلومات بجامعة العريش ومركز التدريب بديوان عام محافظة شمال سيناء، لتأهيل المجتمع المدني بالمحافظة للحصول على شهادة اساسيات التحول الرقمي "FDTC". قام بتوقيع البروتوكول كلا من، اللواء دكتور محمد عبد الفضيل شوشة محافظ شمال سيناء، والدكتور حسن الدمرداش رئيس جامعة العريش، وبحضور اللواء هشام الخولي نائب المحافظ، والعميد أسامة الغندور



## الصحة: الجرعة الثالثة من لقاح كورونا يمكن الحصول عليها دون حجز مسبق

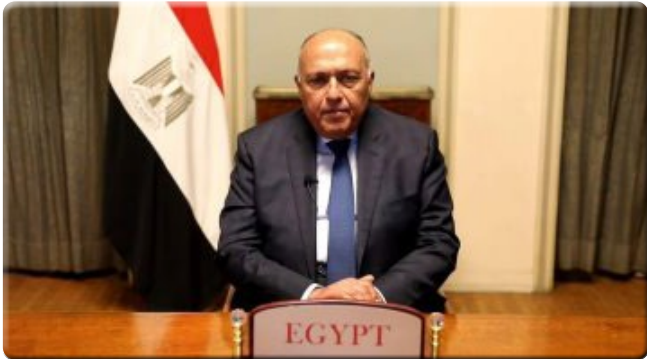


الكامل، وكذلك الجرعات التنشيطية مع الاحتفالات التي نشهدها في عيد الاضحى المبارك .

مع تطبيق الاجراءات الاحترازية الكاملة،

قالت وزارة الصحة والسكان، أن الجرعة التنشيطية الثالثة هامة للحماية من عدوى كورونا، مشيرة إلى أنها يمكن الحصول عليها في أي مركز دون الحاجة للحجز المسبق. وأوضح الدكتور حسام عبد الغفار المتحدث باسم وزارة الصحة والسكان، أن الوزارة مستمرة في حملات طرق الأبواب التي تستهدف الوصول لكافة الفئات المستهدفة من التطعيم، لافتا إلى أنه لا يوجد أي معطيات علي وجود موجات من الاصابات الكبيرة بكورونا وتابع : علينا الحرص علي التطعيم

## وزير الخارجية: مصر تحتضن 6 ملايين مهاجر أجنبي وسمحت بدمجهم في المجتمع



الدولية وحساسية هذا الأمر للدول الأوروبية، فضلا عن مخاطر عبور المهاجرين للمتوسط بشكل غير آمن ونأمل أن يتم التعامل مع القضية بمنظور شامل.

مصر تتعامل مع القضية بمنطلق المسؤولية ولا تستخدمها للابتزاز وتحقيق مصالح مباشرة، لكننا نقوم بذلك في إطار مسؤوليتنا

أكد وزير الخارجية سامح شكري، أن مصر تبذل جهد كبير مع الشركاء الأوروبيين لمكافحة الهجرة غير الشرعية، وتوفير الإطار المناسب، موضحا أن الدولة المصرية بذلت جهود كبيرة لمكافحة الهجرة غير الشرعية ونجحت في منع أي هجرة غير شرعية من مصر منذ سبتمبر ٢٠١٦.

وأوضح وزير الخارجية سامح شكري في مؤتمر صحفي مشترك مع وزير خارجية النمسا أن القاهرة تستضيف حوالي ٦ مليون مهاجر أجنبي في البلاد بدون أي معسكرات، والسماح باندماجهم في المجتمع المصري، موضحا أن

## مركز الأزهر للفتوى يوضح 4 عيوب بالأضحية تمنع ذبحها.. تعرف عليها



لا يَجُزُّ: الْعَوْرَاءُ الْبَيْتُ عَوْرُهَا، وَالْمَرِيضَةُ الْبَيْتُ مَرَضُهَا، وَالْعَرْجَاءُ الْبَيْتُ ظَلْعُهَا، وَالْكَسِيرَةُ الَّتِي لَا تُنْقِي: «أخرجه أبو داود والنسائي». أمّا من اشترى أضحية ثمّ انكسرت أو تعيّبت فإنه يُضَحِّي بها، ولا حرج عليه في ذلك ما دام غير مُفْرط.

الكسيرة أو العجفاء التي لا تُنْقِي، وهي الهزيلة التي لا مخ في عظمها المحجوف لشدة ضعفها ونحافتها، فهذه لا تُجْزى، وهذا يعرفه أهل الخبرة، وعلامة ذلك: عدم رغبة الشاة في الأكل. ويدل على ما ذكر قول سيدنا رسول الله ﷺ: «أَرَبَعُ

أوضح مركز الأزهر العالمي للفتوى الإلكترونية، أنه يشترط لصحة الأضحية أن تكون سالمة من العيوب، فلا تجزئ في الأضحية:

العوراء البئ عَوْرُهَا، أي التي انخسفت عيها، أمّا إذا كان عَوْرُهَا ليس بيننا فتجزي.

المريضة البئ مرضها، والمرض البئ هو الذي يؤثر على اللحم بحيث لا يُؤْكَل كالجرباء، فإنها لا تجزئ، ويُلْحَق بالمريضة الشاة التي ضُدم رأسها بشيء، أو تردّت من علو، فأغمي عليها.

الرجاء البئ ظلعها، فإن كان العرج يسيرا، فهذا معفو عنه، وضابط ذلك أنها إن أطاقت المشي مع مثيلتها الصحيحة وتابعت الأكل والرعي والشرب، فهي غير بيّنة العرج وتجزئ.

## احياء ذكري تأسيس إذاعة صوت العرب عبر أثير إذاعة شمال سيناء بقلم سهام عز الدين جبريل

الضفة والقطاع والجولان فمان دوره الهام في دعم حركة صمود اهل سيناء والأراضي المحتلة ويشد من ازهرهم ويربطهم بوطنهم الأم ويدعم تحركات منظمة سيناء العربية التي كان لها دور كبير في مقاومة سلطات الاحتلال كما إن البرنامج أول من تبني دعم أحياء الثقافة والتراث السينائي وتبني تأسيس فرقة سيناء للفنون الشعبية وتغطية أنشطة الفرق الرياضية لشباب سيناء وفعاليات الأنشطة الطلابية والثقافية لبناء سيناء في الجامعات المصرية وكذلك الدعوة لتنظيم البرامج والمعارض لتسويق المنتج التراثي السينائي وتسويق ثقافة اهل سيناء والتعريف بها في مناطق التهجير في كافة محافظات مصر

الأراضي المحتلة خلال هذه الفترة والذي ظل ثابتا في وجدان ابناء سيناء ومازلنا نتذكره بكل الحب والاحترام والتقدير البرنامج كان يذاع يوميا بعد نشرة اخبار الخامسة وكانت مدته حوالي ساعة كاملة يحتوي على العديد من الفقرات التي تحمل الرسائل الصوتية والرسائل المكتوبة وكذلك نقل الاخبار الخاصة بقضايا المواجهة مع المحتل وكانت الرسائل تحمل في طياتها شفرات و توجيهات التحرك لأبطال المقاومة الوطنية وراء خطوط العدو ودعم الصمود والمقاومة الوطنية لمواجهة قوات الاحتلال الاسرائيلي ولقد استطاع هذا البرنامج ان يؤثر تأثيرا قويا في دعم اهلنا في سيناء بل امتد تأثيره الي عموم الأراضي المحتلة في

الفكر الجمعي للتحرك القومي نحو الهدف الكبير لابناء الوطن العربي وعن دور إذاعة صوت العرب وبرامجها المؤثرة ذات البعد الوطني كان الحديث عن برنامج الشعب في سيناء وهو من أهم هذه البرامج التي تم تنفيذها عقب نكسة يونيو ٦٧ واحتلال سيناء وجزء كبير من الأراضي العربية كان برنامج الشعب في سيناء الذي استمر أكثر من خمسة عشر عاما من يونيو ٦٧ وحتى اكتمال تحرير سيناء في أبريل ٨٢ فهو احد البرامج الوطنية الهامة التي كان يقدمها الإعلامي الكبير الاستاذ حلمي البلك إبن مدينة العريش ورئيس الإذاعة المصرية بعد ذلك وفي الحقيقة أن هذا البرنامج كان بمثابة الرسالة القوية لتقديم الدعم النفسي والمعنوي لأهل سيناء وسكان



برامجها وتحليلاتها ومعالجتها لكثير من القضايا السياسية والتحررية والتنمية والثقافية كان لها ذلك التميز في الوجدان العربي الذي أحدث ذلك

استعرضنا لذلك التاريخ المشرف لإذاعة صوت العرب وكيف كان لها ذلك التأثير العابر عبر أثريها ورسالتها القوية الي وجدان المستمع العربي حيث تمثل أولى الإذاعات التي اكتسبت نسبة عالية من المستمعين في المنطقة بأثرها ولدت إذاعة صوت العرب في أحضان فكر القومية العربية وكان لها الدور الهام في حركة المد الثوري الكبير لنشر الحلم العربي والوحدة العربية وقيم الانتماء والوعي بقضايا التحرر الوطني التي انطلقت في الخمسينات والستينات في القرن الماضي وكان إذاعة صوت العرب التميز الذي نافس الإذاعات الموجهة مثل إذاعة لندن ومونت كارلو وغيرها من الإذاعات التي حاول غزو أذن المستمع العربي لكن إذاعة صوت العرب

عبر أثير إذاعة شمال سيناء وبمناسبة الاحتفال بالعيد ال ٦٩ لإذاعة صوت العرب كان حوارى مساء امس مع الزميل الإعلامي المتميز الاستاذ لطيف الشوريجي وحوار امتد ساعة كاملة استعرضنا فيه الدور العظيم لإذاعة صوت العرب وماتحملة من ذكريات تؤرخ تاريخ وطني عظيم قدمته إذاعة صوت العرب خلال مراحل تاريخية حاسمة مرت بالمنطقة العربية وأثرت في الوجدان العربي حيث كانت إذاعة صوت العرب التي تأسست في عام ١٩٥٣م من الإذاعات القومية الهامة التي ساهمت في دعم ونشر فكر القومية والوحدة العربية وبناء الفكر الجمعي للمجتمع العربي في المنطقة العربية بجناحيها في المشرق العربي والشمال الافريقي حيث





## البترو في الصدارة.. 10 سلع تتصدر قائمة صادرات مصر بالربع الأول من عام 2022

كشفت بيانات الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، عن أهم السلع التي صدرتها مصر في الفترة من "يناير- مارس" والتي شهدت ارتفاع الصادرات المصرية إلى حاجز ١٤ مليار دولار. وقالت بيانات جهاز الإحصاء، إن هناك ١٠ سلع كانت في صدارة القائمة خلال تلك الفترة وتمثل هذه السلع ٤٩٪ من إجمالي قيمة الصادرات المصرية لمختلف دول العالم بقيمة ٦,٩ مليار دولار خلال الربع الأول من العام الجاري وتوزعت وفقا لما يلي:

٣ مليارات دولار صادرات منتجات البترول تصدرت بها القائمة. ٩٤١,٢ مليون دولار صادرات البترول الخام في المرتبة الثانية. ٧٤٣,٤ مليون دولار صادرات الأسمدة ٦٤١,٦ مليون دولار صادرات الملابس الجاهزة. ٤٦٢,٨ مليون دولار صادرات الفواكه الطازجة. ٤٤٦,٥ مليون دولار صادرات لدائن بأشكالها الأولية. ٣٢٨,٤ مليون دولار صادرات العجائن والمحضرات الغذائية المتنوعة. ٣٠٥,٣ مليون دولار صادرات البطاطس. ١٢٤,٩ مليون دولار صادرات السجاد والكليم. ١٠٢ مليون دولار صادرات منتجات مسطحة بالدرفلة من حديد أو صلب.



## ٥٣ ٪ انخفاض قيمة العجز في الميزان التجاري شهر أبريل ٢٠٢٢

أصدر الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء اليوم الأربعاء النشرة الشهرية لبيانات التجارة الخارجية أبريل ٢٠٢٢ وقد بلغت قيمة العجز في الميزان التجاري ١,٧٠ مليار دولار خلال شهر أبريل ٢٠٢٢ مقابل ٣,٦٢ مليار دولار لنفس الشهر من العام السابق بنسبة انخفاض قدره ٥٣٪. ومن أهم المؤشرات ارتفاع قيمة الصادرات بنسبة ٥٤,٢٪ حيث بلغت ٤,٩٤ مليار دولار خلال شهر أبريل ٢٠٢٢ مقابل ٣,٢٠ مليار دولار لنفس الشهر من العام السابق، ويرجع ذلك إلى ارتفاع قيمة صادرات بعض السلع وأهمها: ( منتجات البترول بنسبة ٢٠٤,٣٪، بترول خام بنسبة ١٤,٨٪، ملابس جاهزة بنسبة ٣٤,٧٪، أسمدة بنسبة ١٠,٣٪). وانخفضت قيمة صادرات بعض السلع خلال شهر أبريل ٢٠٢٢ مقابل مثلتها لنفس الشهر من العام السابق وأهمها (فواكه طازجة بنسبة ١٥,٤٪، عجائن ومحضرات غذائية بنسبة ٢٠,٥٪، سجاد وكليم بنسبة ١٢,٠٪، صابون ومحضرات تنظيف بنسبة ١,٢٪). وانخفضت قيمة الواردات بنسبة ٢٢,٧٪ حيث بلغت ٦,٦٤ مليار دولار خلال شهر أبريل ٢٠٢٢ مقابل ٦,٨ مليار دولار لنفس الشهر من العام السابق ويرجع ذلك إلى انخفاض قيمة واردات بعض السلع وأهمها (منتجات البترول بنسبة ٤٤,٦٪، قمح بنسبة ٣٠,٠٪، أدوية ومحضرات صيدله بنسبة ٢٠,٣٪، مواد كيميائية عضوية وغير عضوية بنسبة ٤,٦٪). بينما ارتفعت قيمة واردات بعض السلع خلال شهر أبريل ٢٠٢٢ مقابل مثلتها لنفس الشهر من العام السابق وأهمها: (البترول الخام بنسبة ٤٩٩,١٪، مواد أولية من حديد أو صلب بنسبة ٥٥,٢٪، فول صويا بنسبة ١٩,٦٪، لدائن بأشكالها الأولية بنسبة ٢,٨٪).

## التخطيط: ٤٥ مليار جنيه استثمارات حكومية في قطاع الموارد المائية والرى خلال (٢٠٢٢/٢١)



نفذت الدولة المصرية العديد من المشروعات في قطاع الموارد المائية والرى خلال ٨ سنوات، بحيث تهتم الدولة بتحقيق الأمن المائي وتوفير متطلبات الأمن الغذائي، وفق رؤية متكاملة، باعتباره جزء لا يتجزأ من الأمن القومي، حيث تتبنى الدولة الأمن القومي بمفهومه الشامل. وأوضح تقرير لوزاره التخطيط والتنمية الاقتصادية ارتفاع الاستثمار الحكومي السنوي الموجهة لهذه القطاعات من ٤,٨ مليار جنيه في (٢٠١٤/١٣)، إلى ٤٥ مليار جنيه في (٢٠٢٢/٢١)، بمعدل نمو بلغ حوالي ٨٣,٨٪. وأوضح وزيره التخطيط والتنمية الاقتصادية في تقرير لها ان حجم الاستثمارات بلغ ١٩٤ مليار جنيه خلال ٨ سنوات، مقابل حوالي ٢٧ مليار بمعدل نمو ٦١٩٪، وحول استثمارات قطاع الموارد المائية والرى بخطة عام (٢٠٢٣/٢٢) بلغت حوالي ١٧ مليار جنيه عن المشروعات التي تم تنفيذها اشار التقرير الى مشروع تأهيل وتبطين الترع والمستهدف نحو تنفيذ المرحلة الأولى منه بأطوال تناهز ٥٨٠٠ كيلومتر بنهاية عام

في المستقبل وقد دار نقاش مفتوح وحوار بين طلاب الجامعة وقيادات المجلس حول قضايا حقوق الإنسان بصفة عامة والإستراتيجية الوطنية بصفة خاصة . وقد أثنى على توقيع بروتوكول تعاون مشترك بين المجلس القومي لحقوق الإنسان وجامعة سوهاج ، وتنفيذ برامج تدريبية مشتركة في موضوعات حقوق الإنسان والتسامح والمواطنة وتحقيق أهداف التنمية المستدامة ، وعمل مسابقة بحثية يشارك بها طلاب الجامعات حول مفاهيم ومبادئ حقوق الإنسان .

## قومي حقوق الإنسان يلتقي بطلاب جامعة سوهاج خطاب : أهمية دور طلاب الجامعات كسفراء لنشر وتعزيز ثقافة حقوق الإنسان

تتمه ص ٤

تقلدتها وبخاصة دورها السابق كأمين عام للمجلس القومي للطفولة والأمومة ، ونحن بصدد وضع الخطوات الأولى لألية التعاون بين الجامعة والمجلس وكيفية وضع خارطة طريق للإستفادة من دور المجلس كمؤسسة وطنية لتعزيز ونشر ثقافة حقوق الإنسان من خلال الإستراتيجية الوطنية لحقوق الإنسان ، حيث أن الجامعة يدرس بها نحو ٦٣١٣٢ طالب وطالبة بمختلف الكليات و ١٥٠٠٠ بالدراسات العليا وأهمية التعرف بالإمام الكافي بمبادئ حقوق الإنسان و بالاستراتيجية الوطنية . فيما أعرب السفير محمود كرم نائب رئيس المجلس عن أهمية زيارة طلاب الجامعة برئاسة الدكتور مصطفى عبد الخالق وأنها تمثل نقطه انطلاق مع الجامعة من خلال بروتوكول التعاون الذي سوف يجري توقيعه خلال الفترة القادمة ، وأثنى على شباب الجامعة بإعتبارهم شباب مصر الواعد ، مؤكداً علي أن التعليم هو جوهر من جواهر التنمية المستدامة وأن تدريس مناهج ومفاهيم حقوق الإنسان يرسخ تلك المبادئ والمفاهيم في وجدان الشباب لإعدادهم للقيادة

في المستقبل وقد دار نقاش مفتوح وحوار بين طلاب الجامعة وقيادات المجلس حول قضايا حقوق الإنسان بصفة عامة والإستراتيجية الوطنية بصفة خاصة . وقد أثنى على توقيع بروتوكول تعاون مشترك بين المجلس القومي لحقوق الإنسان وجامعة سوهاج ، وتنفيذ برامج تدريبية مشتركة في موضوعات حقوق الإنسان والتسامح والمواطنة وتحقيق أهداف التنمية المستدامة ، وعمل مسابقة بحثية يشارك بها طلاب الجامعات حول مفاهيم ومبادئ حقوق الإنسان .



رئيس مجلس الإدارة  
د/ محمود صلاح قطامش

00201121602000  
misrtalateen  
misrtalateen  
qatamesh@misrtalateen.com  
www.misrtalateen.com

11th Aladeeb Ali Adham sheraton New Cairo - Cairo





## الأستاذ الدكتور حسن الدمرداش، رئيس جامعة العريش، يستضيف أعضاء الصالون السيناوي



إلتقى الأستاذ الدكتور حسن الدمرداش، رئيس جامعة العريش، بأعضاء الصالون السيناوي وهو الظهير الشعبي للمجتمع السيناوي في حوار مجتمعي مثمر . في بداية اللقاء رحب رئيس الجامعة بالسادة الحضور و أعرب عن سعادته أنه أمام قامة سيناويه موقره تقدر إسم و كيان جامعة العريش.

كما تقدم السادة ممثلين الصالون السيناوي بخالص التهاني لرئيس الجامعة بالإنجازات التي تمت خلال الفترة الماضية بداية من كلية الحاسبات والمعلومات، وافتتاح مركز الاختبارات الالكترونية لأول مرة بالجامعة حتى اعتماد قرار بدء الدراسة في كلية الطب وأنهم

يقدرون ويثمنون دور الجامعة التعليمي والخدمي ودور رئيس الجامعة من بداية توليه منصب رئيس الجامعة ومن أهمها إعادة الهيئة العلمية للجامعة.

كما تم فتح حوار مفتوح مع السادة الحضور لنقل رؤى المجتمع السيناوي وأنهم همزة الوصل بين المجتمع السيناوي ومؤسسة جامعة العريش.

وفي نهاية اللقاء تقدموا بالشكر لرئيس الجامعة على حسن الاستقبال والضيافة، متمنين التوفيق والنجاح الدائم لجامعة العريش.



## الرئيس السيسي يطلق رسميا منصة مصر الرقمية: لو تواجد ١٠٠ ألف دارس عندهم مقومات هصرف عليهم ١٢ مليار جنيه

الى بتتصل بـ ٢٠ ألف مبني لربط الدولة أو لربط الحي الحكومي".

وأضاف الرئيس السيسي، خلال كلمته في افتتاح عدد من مشروعات مصر الرقمية: " لا أبالغ لو قولتلكم علشان نخلي الحي الحكومي مهيكن بشكل يوفر عمل متقدم جدا للدولة المصرية سواء عملنا مراكز البيانات أو الجزء اللي اتعمل على ٥٠ ألف موظف.. ثم الشبكة المؤمنة.. والمراكز الأخرى.. بتتكم في ١٠٠ مليار جنيه.. أنا لا أبالغ.. بس أنا عارف الرقم ده جنب الرقم ده جنب الرقم". وقال الرئيس عبد الفتاح السيسي: "أنا عاملين اليوم ده للمصريين والدولة المصرية علشان نلقى الضوء على أهمية الموضوع ده علشان مستقبل بلادنا وأولادنا.. من فضلك يا دكتور عمرو خد راحتك وبراحة علشان الناس تعرف".

وتابع الرئيس السيسي: أن شركة العاصمة الإدارية ترغب في تأجير المقرات داخل الحي الحكومي، قائلا: "العاصمة فيها حاجات كتير.. كل اللي عملته كشركة وعلشان كده عاوزة تأجر المنشآت.. منشآت الحي الحكومي.. عاوزة تأجر منشآت الحي الحكومي بكامل بقي في السنة يا دكتور معيط.. بـ ٤ مليارات جنيه في السنة".

وأضاف الرئيس السيسي: "كل سنة وأنتم طيبين على العيد.. الناس كتير تتكلم وتقول انتوا بتجيبوا الفلوس دي منين.. الحي الحكومي جاي بيته منين.. والعاصمة جاي بيته من أموال الحكومة.. بالنسبة للموارد مفيش الا الأفكار.. وعلشان كده شركة العاصمة عملت وبتقول ٤ مليارات جنيه في السنة".

إلى أن شركة العاصمة لديها كشف بنوك وانتان محتمل بقيمة ٤٠ مليار جنيه كاش، فضلا عن مستحقات بقيمة ٨٠ مليار جنيه، مضيفا: "الهدف اللي انا بقوله ده علشان كتير من الناس بيسمعوني واتكلمنا في الموضوع من ٤ سنين.. حد يقول انتوا بتعملوا العاصمة ليه ؟ انتوا معاكو فلوس للحكاية؟ إدونا الفلوس نعيش بيها".

أضاف الرئيس السيسي: " البلاد ميتعيش كده.. البلاد بتفضل تبني وتعمر في نفسها علشان تاخد مكانها وسط الأمم وده مبيجيش غير بالصبر والأفكار والتضحيات". وتابع الرئيس: "لما جيت على مراكز البيانات ساعة لما طرحنا الموضوعات دي كانت بعيدة علينا قالك هتجيبوا الفلوس دي كله منين؟..إذا كنتم عاوزين تعملوا دولة ذات شان زى ما

بتشوفوا في الدول المتقدمة، تشتغل ازاى الحكومة بتاعتها..تقولها عنوان في برنامج إعلامي أو التليفزيون تقولها عنوان الحكومة الذكية، لكن علشان أعمل الحكومة الذكية تكلفني ١٠٠ مليار جنيه".

أضاف الرئيس السيسي: "عملنا ده علشان نقول للناس إذا كنتم بتتكلما في التعليم وعاوزين تعرفوا التعليم اللي بيقا ليه فرصة حقيقية لبلادنا وأولادنا في العمل..الى احنا نتكلم عليه اليوم كله معمول علشان كلنا ننتبه ونهتفم ونبدل الجهد سواء التعليم أو المبادرات المطروحة أو حتى الى ممكن يتعمل علشان ندى فرصة حقيقية للموضوع".

وتابع الرئيس: لما عملنا مسابقة طلع ١١١.. بفكرهم بالموضوع وساعتها قابلي الدكتور خالد وزير التعليم العالي وقال لو عملنا مسابقة غير

كده هنجيب عدد أكبر من كده وأنا بقول ياريت والله يا خالد.. بقولك الكلام ده والله يا خالد وأتمنى والله العظيم لو اتوجد ١٠٠ ألف دارس عندهم مقومات لدراسة العلوم التكنولوجية المتطورة هصرف عليهم ١٢ مليار جنيه في تعليمهم هاتوا الـ ١٠٠ ألف فاهمني وفاههم".

أكد الرئيس عبد الفتاح السيسي، أن الدولة المصرية جادة في ملف التحول الرقمي، قائلا: "لما الدولة المصرية تيجي تعمل موضوع زي ده.. علشان تحقق التحول الرقمي بعد كان بتشتغل ورقى.. واحنا شغالين دلوقتي بنعمل ذكاء صناعي يكون فيه جزء من العمل يكون فيه ذكاء صناعي.. الرقم كام وكلفنا كام؟ علشان تعرفوا أنه لتحويل الدولة دي إلى دولة نقول عليها جمهورية

جديدة.. ارقام كبيرة جدا جدا.. الحكومة دفعت كام .. الدكتور عمرو وزير الاتصالات فاكرا الـ ١٠ مليار جنيه بتوعه بس".

قاطع الرئيس عبد الفتاح السيسي، الدكتور عمرو طلعت وزير الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات، خلال كلمته في افتتاح عدد من مشروعات "مصر الرقمية"، قائلا: "يا دكتور عمرو.. هو لما انت تقولهم مراكز البيانات العملاقة.. مش تقولهم الرقم اللي اتعملت بيه الحاجة.. الحاجات دي علشان تتعمل بتأخذ أموال فوق التصور". وشهدت فعاليات افتتاح عدد من مشروعات مصر الرقمية لوزارة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات بحضور الرئيس عبد الفتاح السيسي، عرض فيلم تسجيلي بعنوان: "مصر الرقمية".

## مجلس القبائل والعائلات المصريه يصدر كتاب كنا فين وبقينا فين بمناسبة ثورة ٣٠ يونيو



الاقتصادي الدكتور أشرف البحري ، والمقدس عاطف كمال ممثلا عن الإخوة الأقباط ، و ممثلين عن المجتمع المدني والعمل السياسي وبعض رموز الأحزاب السياسية وبعض من خريجي أكاديمية ناصر العسكرية ونخبة من الصحفيين والإعلاميين ووفد من أعضاء مجلس القبائل والعائلات المصرية. حيث أشاد الإعلامي الكبير النائب مصطفى بكري أمس الخميس في برنامجه حقائق و أسرار علي فضائية صدي البلد بالكتاب ومؤلفة كما أشاد بدور رئيس مجلس القبائل والعائلات المصرية برئاسة الشيخ كامل مطر والأمين العام المهندس إبراهيم العرجاني

وأختتم المهندس محمد سلامة العقيلي كلامه في كتاب كنا فين وبقينا فين بأنه في صدد إصدار الجزء الثاني لكتابه بعنوان سيناء في عيون مصر .

قسم ثالث العريش الشهيد البطل محمد السحلي واحمد جمال والرائد عمر شكري والرائد محمد السماك والرائد محمد الحبشي كتابه بالشهيد البطل محمد هارون والشهيد البطل خالد مغربي دبابه

وحضر الحفل الاستاذ الكبير خالد ناجح رئيس تحرير دار الهلال ورئيس مجلس ادارتها ، والأستاذ ناجي الشهابي رئيس حزب ارداة جيل ، والسفير مصطفى الشربيني رئيس مبادرة سفراء المناخ والمستشار عمر محي نقيب محامين القاهرة ،والعمدة فوزي السمالوسي نائب رئيس مجلس القبائل والعائلات المصرية والقيادي البارز بالقبائل العربية ، والنائب ناصر الشريف نائب رئيس مجلس القبائل والعائلات المصرية ، والمهندس محمد سامي لهلوب مساعد رئيس مجلس القبائل والعائلات المصرية، و الخير

الاعراف القبليه وينشرون القتل والدنم واينما صاروا وحلوا هؤلاء المتطرفون الذين ارتكبوا مذابح بشعه ضد اهالي سيناء وقتلوا عدد كبير من اجهزه الامن والقوات المسلحة تذكر دائما ارض الفيروز بالرجال الشدائد الذين لا يعرفون في الحق يوم لومة لائم وقدم ابناء سيناء شهداء من المدنيين في الحرب ضد الارهاب عدد ١٢٨٠ شهيد وعدد ما يقارب من ٧٠٠ مصاب من قبائل سيناء الابطال الشرفاء المدنيين الذين ما زالوا يقدمون الغالي والنفيس من اجل الوطن والدفاع عن مصرنا الحبيبه .

كما رصد عددا من الشهداء المدنيين من أبناء شمال سيناء ابراهيم الشهيد سالم لافي والشهيد سليمان ابو حراز والشهيد خلف المنيعي والشهيد اللواء محمد سلمي السواركة ابن وزارة الداخلية والشهيد البطل ابراهيم حماد البطين والشهيد مجدي لمعي والشهيد رزق ابو شعيره والشهيد وسيم العرجاني والشهيد النائب عبد الحميد سلمي والشهيد صبري ابو جرير . السواركة دليل احمد منسي . كما لم يغفل الشهيد البطل احمد صابر منسي والشهيد الرائد مقاتل احمد عمر شبراوي والشهيد النقيب محمود فارس الشهيد البطل نقيب عمر القاضي والشهيد البطل كريم درويش والشهيد عبد الخالق الجعفري والشهيد احمد صبحي شهداء وشهداء

## الغياب عن ساحة الكبار ليس نهاية القلعة

في ليلة غرق سفينة القلعة دُرُفت الدموع وطارت الأعلام الخضراء مع العاصفة بعد أن خارت قوى حاملها وأرواح سقطت كجذوع الأشجار، يجب علينا الآن نسيان الماضي وتجاهل سؤال من أغرق سفينة القلعة، ونبقى نردد الموشح الأندلسي الجميل "عائدون أمي لا تياسي بإذن الله" وستشرق شمسك يا أهلي من خلف السحب الداكنة وستخرج من المنطقة الرمادية، ونردد "وعبر الزمان سنضي معاً".

حقيقة من بداية الدوري والأمواج العاتية تتلاعب بسفينة الأهلي تارة تسحبها إلى الأعماق، وتارة أخرى إلى المياه الضحلة حتى أمسّت كقطعة فلين تتقاذفها مياه المد والجزر، لم يكتفِ ربان السفينة وطاقمها ببناءات جمهور القلعة الخضراء حينما صرخوا بأعلى أصواتهم المياه تخترق جدران السفينة.. إيها القبطان أعد السفينة إلى مسارها، لكنه تجاهل تلك الأصوات مما أدى إلى غرق السفينة بما تحمل من كنز تاريخي وإرث حضاري، هرب الطاقم وترك خلفه سفينة غارقة في الأعماق بما تحمل من تاريخ، فاللحظات الأخيرة لم تكن كافية لتجنب الكارثة ولم يكن الغرق نهاية القلعة أبداً، ستنتشل السفينة من قاع المحيط وسيتم بناؤها من جديد بمواصفات عالية الجودة لتوضع في مسارها



عايش السراجي

الأهلي عشق توارثه الأجيال، كم تنقلت خلفه من مدينة إلى مدينة مرددة أجمل الألقاب.. الشرفاء من رموز الأهلي الذين ثبتوا قواعد القلعة طيلة ٨٥ عامًا قادرين على إعادتها إلى الطريق الصحيح.

حينما يختفي معلم من معالم المدينة يبقى محفوظاً في قلوب ساكنيها.. يختفي الشكل ويبقى العنوان -شارع التحلية-، عنوان كبير في عالم الرياضة السعودية وصفحة ناصعة مرصعة بالأمجاد..



## الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لنبات البقدونس

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



التي يتم التخلص منها من الجسم والكبد. ولقد ثبت أن البقدونس يخفض مستويات الجلوكوز في الدم، كما يستخدم كعلاج بديل لمرض السكري من النوع الأول، وحيث أن البقدونس غني بالكلوروفيل فإنه يمنح الجسم رائحة طيبة ويعتبر معطر للنفس، وذلك لأن الكلوروفيل يعمل كمضاد للفطريات، ويقلل من البكتيريا المسببة للرائحة المسؤولة عن إنتاج رائحة الفم الكريهة ورائحة الجسم. كما يعمل البقدونس كمدر للبول (لذلك يساعد في التخلص من البكتيريا، وحصى الكلى والمثانة)، ويخفض من ضغط الدم، ويزيد من إفراز الصوديوم والماء من خلال البول وزيادة إعادة امتصاص البوتاسيوم في الكلىتين. هذا بالإضافة إلى أنه مفيد لم يعانون من ضعف الدورة الدموية، والتورم، والسيلوليت، ومشاكل القلب والأوعية الدموية الأخرى. كما يحتوي البقدونس على العديد من الفيتامينات والمعادن المفيدة لصحة الجسم، مثل فيتامين أ (بيتا كاروتين)، الذي يحسن من الرؤية الليلية وصحة الجلد، وفيتامين ب الذي يساعد في ترميم خلايا الجسم، وإطلاق الطاقة من الخلايا، وحمض الفوليك الذي يعتبر علاج فعال للأنيميا، ويساهم في الحفاظ على صحة القلب والأوعية الدموية، ويُنظّم الدورة الدموية في الجسم، ويقلّل من خطر الإصابة بتصلب الشرايين والجلطات، وفيتامين ج الذي يساعد في الحفاظ على الجهاز المناعي، وفيتامين هـ الذي يساهم في حماية الخلايا من التقدم الناتج عن التقدم في السن، وفيتامين ك الذي يساعد



بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين

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



## مع موجة الحر.. كيف يساعد زيت الزيتون في علاج حروق الشمس؟

لا تحتاج إلى عناية طبية ، فحاول وضع زيت الزيتون البكر برفق على المنطقة المحروقة واسترخي لمدة ٣٠ دقيقة أثناء إعادة الترطيب بكوب كبير من الماء. شرب أو تناول زيت الزيتون لحروق الشمس جرب شربه أو تناوله ، مما قد يساعد في تحسين مظهر الجلد وحتى تخفيف الألم بعد حروق الشمس، في الواقع ، يعتبر الزيتون أحد الأطعمة التي تحتوي على أعلى نسبة من البوليفينول لكل وجبة، وفقاً لدراسة أجريت عام ٢٠١٨ ، فإن تناول زيت الزيتون قد لا يساعد فقط في حماية الجسم من الإجهاد التأكسدي ، ولكنه قد يساعد أيضاً في دعم نظام المناعة الصحي بعدة طرق.

ذلك ، يحتوي زيت الزيتون على فيتامينات E و K التي تساعد على التئام الجلد ومنع الندبات. وضع زيت الزيتون موضعياً على حروق الشمس بفضل الفيتامينات والعناصر الغذائية التي يحتويها ، قد يساعد استخدام زيت الزيتون الموضعي في تقليل فقاعات أو تقشر الجلد بعد حروق الشمس، زيت الزيتون علاج تقليدي لحروق الشمس وآفات الجلد الأخرى ، ربما بسبب كل من الأحماض الدهنية والمكونات المضادة للالتهابات، أظهرت دراسة أجريت عام ٢٠١٦ أن الحروق المعالجة بزيت الزيتون تلتئم بشكل أسرع من الحروق غير المعالجة . إذا كان لديك حروق شمس خفيفة

مع موجة الحر الشديدة، تزداد فرص الإصابة بحروق الشمس، مما يتطلب اتباع طرق الوقاية، وقد تكون إحدى أسهل الطرق للمساعدة في التئام الجلد الملتهب أو التالف في مطبخك ، بدلاً من خزانة الأدوية الخاصة بك، وفقاً لما نشره موقع "eatingwell". يتم تحميل زيت الزيتون بالعناصر الغذائية الصحية، بما في ذلك الأحماض الدهنية الأساسية مثل أحماض الأوليك والبالمتيك واللينوليك التي يمكن أن تساعد في الحفاظ على بشرتك تبدو ناعمة، يقوم زيت الزيتون بتغطية البشرة وحمايتها، مع الحفاظ على رطوبتها محصورة في الداخل مع تنعيم مظهرها الخارجي، بالإضافة إلى



## اعرف الآثار الجانبية للإفراط في تناول فيتامين سي

كثرة من الفيتامين (أي استهلاك أكثر من ٢٠٠٠ ملليجرام في فترة زمنية قصيرة). الآثار الجانبية المتعلقة بالجلد: بالنسبة للعناية الموضعية بالبشرة ، بعض المنتجات التي تحتوي على فيتامين سي قد تسبب تهيجاً خفيفاً - خاصة إذا خرجت في الشمس مباشرة بعد وضعها على بشرتك، نظراً لأن مكملات فيتامين ج يمكن أن توفر فوائد تكميلية لصحة الجلد ، يمكنك دائماً تجربة فيتامين ج عن طريق الفم لتجنب أو التأخر بين الأساليب الموضعية. الآثار الجانبية الإيجابية طويلة الأمد لفيتامين سي: يوفر الدعم المناعي. يعزز صحة الجلد. يدعم صحة المفاصل. يساعد في امتصاص الحديد.

الأساسية والاستفادة من مجموعة كاملة من الفوائد الصحية ، يعد مكمل فيتامين سي اليومي . الآثار الجانبية المحتملة على المدى القصير: يوصى على نطاق واسع بمكملات فيتامين سي ولكن، كما هو الحال مع أي مكمل ، قد يكون المستخدمون لأول مرة حذرين من الآثار الجانبية. انزعاج في المعدة: يعد الانزعاج في المعدة أحد الآثار الجانبية الأكثر شيوعاً، عادة لأن الناس يستهلكون الشكل الحمضي لفيتامين سي - حمض الأسكوربيك - وبالنسبة للبعض ، لا تستطيع معدتهم التعامل مع الحمض الزائد. ظواهر هضمية أخرى: قد تحدث آثار جانبية مثل الغازات والانتفاخ والتغيرات في الانتظام عند تناول جرعات عالية جداً من فيتامين سي ، هذا أكثر شيوعاً عند تناول كميات

سواء تم تناوله عن طريق الفم لفوائده الصحية المناعية أو تم استخدامه عبر مصل لتعزيز توهج البشرة ، يبدو أن فيتامين سي دائماً ما يكون رائجاً ولسبب وجيه، يلعب فيتامين سي أدواراً رئيسية في المناعة ، والإدراك ، والقلب والأوعية الدموية، وصحة الجلد، بالإضافة إلى امتصاص الحديد وتخليق الكولاجين، ولكن نظراً لأن الجسم لا يستطيع إنتاجه تلقائياً ، يتعين علينا البحث عن C في مصادر الغذاء ، وفقاً لما نشره موقع "mindbodygreen". مصادر فيتامين سي: بينما يمكنك الحصول على كميات متفاوتة من فيتامين سي من الفواكه والخضراوات (مثل البرتقال والفلفل الحلو والخضراوات الصليبية والكيوي) ، فإن الإحصاءات توضح أن الحصول على الفيتامين الأساسي من النظام الغذائي وحده ليس استراتيجية مضمونة لضمان حصولك على ما يكفي من الفيتامينات

## أملاح الاستحمام.. ما هي ولماذا يجب إضافتها إلى روتين العناية بالجسم

تحسين الدورة الدموية في الجسم ومساعدة العضلات على الاسترخاء. تساعد على ترطيب البشرة: من المعروف أن أملاح الاستحمام ترطب البشرة وتساعد في جفاف الجلد، كما أنه يساعد في علاج الأمراض الجلدية مثل الصدفية والأكزما. تساعد في تقشير البشرة: يمكن استخدام أملاح الاستحمام لتقشير الجلد من الخلايا الميتة والزيوت والأوساخ والشوائب الأخرى، هذا يساعد بعد ذلك على إبعاد أي عدوى أو حساسية. تساعد في تخفيف آلام الجسم: تحتوي معظم أملاح الاستحمام على الماغنيسيوم مما يساعد على تقليل التورم والالتهابات وتقليل الألم الناجم عن ذلك. تساعد في التخفيف من التهابات القدم: نقع قدميك لبضع دقائق في ماء يحتوي على أملاح الاستحمام يساعد في علاج التهابات القدم. ليس ذلك فحسب ، بل إنه أيضاً مريح للغاية بعد يوم طويل متعب.



في منتجات الاستحمام ومن المعروف أنها تساعد في تخفيف الألم، وهناك أنواع مختلفة من أملاح الاستحمام متوفرة اليوم في السوق، لكن النوع الأكثر شعبية هو ملح الاستحمام إبسوم. يوفر هذا الملح العديد من الفوائد للجسم والجلد، هذا ليس الوحيد المتاح ، فالعديد من أملاح الاستحمام الأخرى مثل ملح حمام الهيمالايا أو ملح حمام البحر الميت متوفرة أيضاً في السوق. فوائد أملاح الاستحمام هي: تساعد في الضغط العصبي: تتمتع أملاح الاستحمام بالقدرة على خفض مستويات التوتر عن طريق

تتمتع أملاح الاستحمام بالقدرة على خفض مستويات التوتر عن طريق تحسين الدورة الدموية في الجسم ومساعدة العضلات على الاسترخاء. يعتبر الاستحمام بالماء الساخن مريحاً للغاية وقد يساعدك أيضاً على الاسترخاء والتخلص من التوتر بعد فترة طويلة في العمل، كما يعزز إضافة أملاح الاستحمام طاقك إلى جانب توفير العديد من الفوائد لجسمك وبشرتك أيضاً. ما هي أملاح الاستحمام ؟ وفقاً لموقع "healthline" فإن أملاح الاستحمام هي أملاح معدنية تُستخدم





## تسجيل ١٤١ موقعاً تاريخياً وعنصراً ثقافياً بقوائم التراث فى العالم الإسلامى



وكوت ديفوار، وأوزبكستان، بالإضافة إلى ممثلى اللجنة العلمية (من المغرب) فى اللجنة، وتغذر حضور ممثلى إندونيسيا، ونيجيريا.

وكانت لجنة التراث فى العالم الإسلامى بدأت اجتماعها العاشر بحضور ممثلى الدول الأعضاء فى اللجنة، وهى الكويت، والعراق، وموريتانيا، وباكستان، والكاميرون،

وإجراء التعديلات اللازمة عليه، بالاستعانة بخبير اللجنة العلمية المساعدة، وإعداد الصيغة النهائية للطباعة وتوزيعها على الدول الأعضاء.

(السنوات ٢٠١٩-٢٠٢٢)، واعتماد رؤية مركز التراث فى العالم الإسلامى لتأمين التراث ضمن خطة العمل ٢٠٢٢-٢٠٢٣، ووافقت اللجنة على برنامج "الشباب سفراء الإيسيسكو للتراث فى العالم الإسلامى"، وقررت أن تكون مدة الدورة الأولى للبرنامج سنتان بهدف تدريب ٣٠٠٠ شاب وشابة واختيار ٣٠ سفيرا منهم، على أن يكون توزيعهم بالتساوى على المناطق الجغرافية الثلاث للدول الأعضاء بالمنظمة.

على القائمة النهائية، مقسمة إلى ٢١ موقعاً تاريخياً (تراث مادي)، و٢٨ عنصراً ثقافياً (تراث غير مادي)، موزعة على ١٠ دول أعضاء بالإيسيسكو، فيما وافقت اللجنة على تسجيل ٨٠ ملفاً على القائمة التمهيدية، مقسمة إلى ٦١ موقعاً تاريخياً (تراث مادي) و١٩ عنصراً ثقافياً (تراث غير مادي)، موزعة على ٨ دول.

أعلنت لجنة التراث فى العالم الإسلامى، اليوم، فى تقريرها الختامى لاجتماعها العاشر الذى انطلقت أعماله بمقر منظمة الإيسيسكو فى الرباط، عن تسجيل ١٤١ موقعاً تاريخياً وعنصراً ثقافياً، على قوائم التراث فى العالم الإسلامى النهائية والتمهيدية، للتراث المادى وغير المادى، ليصل عدد المواقع والعناصر المسجلة على قوائم الإيسيسكو إلى ٤٧٣ موقعاً وعنصراً موزعة على ٣٤ دولة.

وقررت لجنة التراث فى العالم الإسلامى، بعد دراسة الملفات المقدمة للتسجيل على قوائم الإيسيسكو للتراث، تسجيل ٤٩ موقعاً تاريخياً وعنصراً ثقافياً



## ٤٠٠ موقع دينى معرض للخطر بسبب الإهمال فى إسبانيا.. اعرف تفاصيل

أكثرها قيمة وتفصيلاً للمشتريين الأجانب".  
تحتوي العديد من المواقع المدرجة فى القائمة على عناصر زخرفية مثل اللوحات الجدارية وقطع المذبح التي دمرتها الرطوبة وقلة العناية، وأشارت المنظمة إلى متحف هيرميثاج سان جورج بالقرب من كاسيريس، والذي يحتوي على عدد من اللوحات الجدارية الجميلة، يجب العناية به على الفور، وإلا ستضيع لوحاته الجدارية إلى الأبد.

العديد من المعالم الدينية تتلاشى بسبب الإهمال والنهب، جاء ذلك بحسب ما ذكر موقع آرت نيوز. كما تم التخلي عن الأديرة والصوامع والأديرة والكنايس والمستشفيات، إن لم يتم تدميرها وتخريبها ونهبها، وتحولت الآثار التي كانت تضم مكتبات قيمة وأعمالاً فنية مقدسة إلى كومة من الأنقاض، فى كثير من الأحيان، تم اقتلاع الحجارة والعوارض الخشبية لهذه الأديرة لبناء منازل أو أسوار أو حتى يابيع، فى حين تم بيع

قالت منظمة، غير ربحية، تعمل على تعزيز وحفظ "التراث الثقافي والوطني" فى إسبانيا، إن أربع مائة أثر ديني فى إسبانيا معرضة لخطر جسيم بسبب الإهمال. نشرت المنظمة سجلاً لمختلف المعالم والمباني والمواقع ذات الأهمية الأثرية فى جميع أنحاء البلاد والحالة التي توجد فيها. القائمة الحمراء، التي يتم نشرها بشكل مستمر تشير إلى المواقع التي هي فى حالة سيئة للغاية؛ يشير آخر تحديث لها إلى أن



## بأكثر من ٤٥٠ ألف جنيه.. بيع صندوق خشبى فرعونى يعود للعصر البطلمى بمزاد عالمى

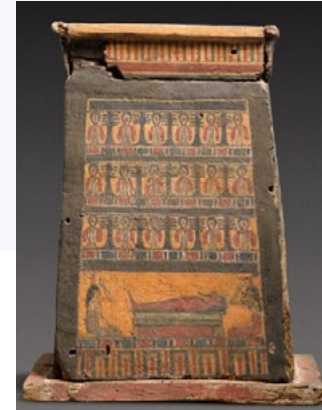


ومشيدات من إيزيس، وظهر مزين بالاله أوزوريس، بجسد على شكل عمود ويرتدي تاج، ويحيط به صلي ذو رأس إلهي، ويعلوه إله مجنح، بينما الغطاء المفقود.

مزودة بمسامير. بيع صندوق خشبى يعود للعصر البطلمى فى مزاد عالميى صندوق خشبى يعود للعصر البطلمى فى مزاد عالمى بيع صندوق خشبى يعود للعصر البطلمى فى مزاد عالمى

أعلنت دار سوثنى للمزادات العالمية، اليوم، عن بيع صندوق كانوبي خشبي مصري متعدد الألوان، يعود إلى العصر البطلمي ٣٠٥-٣٠٠ ق، بمبلغ ٢٠,١٦٠ ألف جنيه إسترليني، أى ما يعادل ٤٥٣,٦ ألف جنيه مصري، وذلك بعدما طرحته للبيع بسعر تقديري يبدأ من ٥ آلاف جنيه إسترليني وحتى ٨ آلاف جنيه إسترليني.

دار سوثنى ذكرت أن الصندوق من ملكية من مجموعة Axel Vervoordt، وأن ارتفاعه يبلغ ٣٩,٥ سم، وهو على شكل ضريح بجدران مستدقة، تمتاز الواجهة بكونها مطلية وبأبواب مزدوجة



خشبى يعود للعصر البطلمى فى مزاد سوثنى كما يوجد أيضا جعران مجنحان فى الأعلى، والجانبان مطليان بالمومياء المتوفى على قبر، يحيط به حداد إيزيس. ومن ناحية أخرى لإلهة حداد وامرأة، وثلاثة أفاريز من أعمدة مرتبطة





## بالخطوات.. كيفية مسح ذاكرة التخزين المؤقت على جهاز آيفون



إذا كنت تفضل كروم أو سفاري أو أي متصفح آخر ، فمن المستحسن مسح ذاكرة التخزين المؤقت بشكل دوري، سيؤدي ذلك إلى تسريع هاتفك أثناء تصفح الويب، وإدارة تخزين آيفون الخاص بك للمساعدة في تشغيله بسرعة مرة أخرى.

عادةً ما تتطلب زيارة أحد مواقع الويب من هاتفك تنزيل معلومات مثل الصور واللافتات والبيانات الأخرى.

للمساعدة في تسريع هذه العملية ستقوم معظم متصفحات الإنترنت بتخزين بعض هذه البيانات في ذاكرة تخزين مؤقت حتى يسهل استردادها. تصبح الأمور أقل ملاءمة عندما تصبح ذاكرة التخزين المؤقت للمتصفح قديمة ولا تتطابق البيانات التي يتم استردادها مع البيانات المستخدمة بالفعل على موقع الويب، ما يؤدي إلى سرعات تحميل أبطأ وتنسيق موقع الويب بشكل غير الصحيح. لهذا السبب يمكن أن يساعد مسح ذاكرة التخزين المؤقت: فهو يمنح

المواقع بداية جديدة في متصفحك ويحذف بعض المساحة في التخزين لديك. لاحظ أن مسح ذاكرة التخزين المؤقت سيؤدي إلى خروجك من المواقع التي قمت بتسجيل الدخول إليها حالياً. فيما يلي إرشادات خطوة بخطوة حول

كيفية مسح ذاكرة التخزين المؤقت على جهاز iPhone الخاص بك بناءً على المتصفح الذي تستخدمه. كيفية مسح ذاكرة التخزين المؤقت لـ "آيفون" في سفاري سفاري هو المتصفح الافتراضي على أجهزة آيفون، ويمكنك مسح ذاكرة

٦. حدد النطاق الزمني المقصود في أعلى القائمة (في أي مكان من آخر ساعة إلى جميع الأوقات).  
٧. تأكد من تحديد ملفات تعريف الارتباط وبيانات الموقع ، إلى جانب الصور والملفات المخزنة مؤقتاً. اضغط على محو بيانات التصفح أسفل الشاشة.

كيفية مسح ذاكرة التخزين المؤقت لـ iPhone في فايرفوكس إذا كنت من محبي فايرفوكس، يعد مسح ذاكرة التخزين المؤقت على جهاز آيفون الخاص بك أمراً سهلاً، عبر اتباع هذه الخطوات.

١. انقر فوق قائمة الهامبرجر في الزاوية اليمنى السفلية لفتح الخيارات.  
٢. اختر الإعدادات في الجزء السفلي من القائمة.

٣. حدد إدارة البيانات في قسم الخصوصية.

٤. يمكنك تحديد بيانات موقع الويب لمسح البيانات الخاصة بالمواقع الفردية، أو تحديد مسح البيانات الخاصة في الجزء السفلي من الشاشة لمسح البيانات من جميع الحقول المحددة.

٥. اختر إزالة الآن في المربع المنبثق. كيفية مسح ذاكرة التخزين المؤقت لـ "آيفون" في كروم كروم هو متصفح شائع آخر لمستخدمي آيفون، تتطلب العملية الشاملة لمسح ذاكرة التخزين المؤقت في كروم بضع خطوات أخرى، وستحتاج إلى القيام بأشياء من خلال متصفح كروم نفسه. إليك الطريقة.

١. افتح تطبيق كروم.  
٢. حدد النقاط الثلاث في أسفل اليمين لفتح المزيد من الخيارات.

٣. قم بالتمرير لأسفل وحدد الإعدادات.

٤. حدد الخصوصية في القائمة التالية.  
٥. ثم حدد "محو بيانات التصفح" لفتح قائمة أخيرة.

التخزين المؤقت لسفاري في بضع خطوات قصيرة. بدءاً من iOS ١١ حيث سيؤثر اتباع هذه العملية على جميع الأجهزة التي تم تسجيل الدخول إليها في حساب iCloud الخاص بك. نتيجة لذلك سيتم مسح جميع ذاكرات التخزين المؤقت لأجهزتك، وستحتاج إلى تسجيل الدخول إلى كل شيء في المرة التالية التي تستخدمها فيها. إليك ما يجب فعله:

١. افتح تطبيق "الإعدادات" على جهاز iPhone الخاص بك.

٢. حدد Safari من قائمة التطبيقات.

٣. انتقل إلى خيارات متقدمة ثم بيانات الموقع.  
٤. قم بالتمرير لأسفل وحدد مسح السجل وبيانات الموقع.

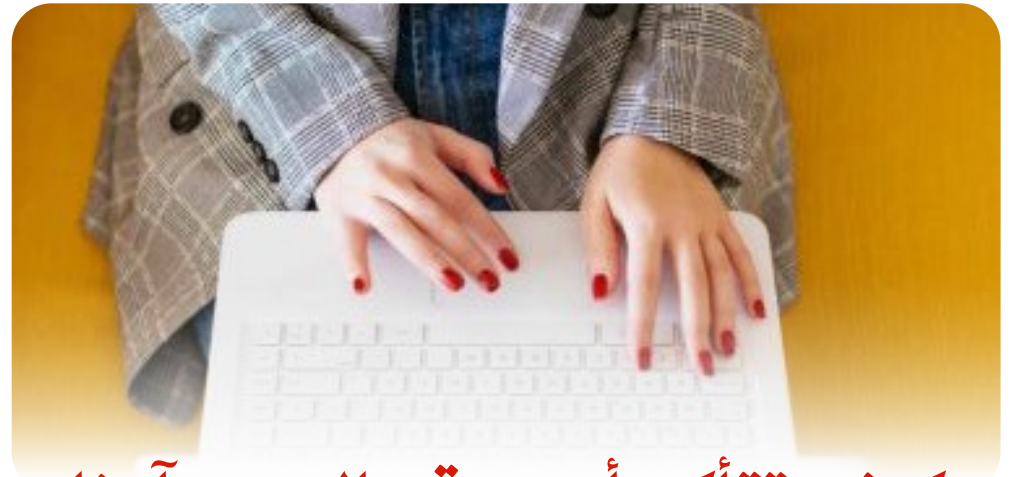


## ميزة طال انتظارها من واتساب.. "تخفى أونلاين"

على انتقاء أسماء محددة من قائمة جهات اتصالهم، لكي يعرفوا متى كان "آخر ظهور" له على التطبيق. ونوه إلى أنه في حالة منع مستخدم أشخاص محددين من التعرف على "آخر ظهور" له، فسيتم التعامل معه بالمثل ومنعه من التعرف على "آخر ظهور" لهم.

لرغبات الملايين من مستخدميه. فيما ستتيح هذه الميزة للمستخدم إمكانية تقييد نفس الأشخاص الذين لا يرغب في معرفتهم متى كان "آخر ظهور" له داخل التطبيق، وفقاً لموقع Wabetainfo. تحديد آخر ظهور وكان واتساب أعلن الشهر الماضي أنه أصبح لجميع مستخدميه القدرة

تستمر منصة واتساب في مفاجأة مستخدميها، إذ تطرح خدمة التراسل الفوري المملوكة لشركة ميتا بشكل متواصل ميزات جديدة في كل مرة. ويعمل التطبيق حالياً على طرح ميزة جديدة لخصوصية المستخدمين، والتي تتيح لهم إخفاء تواجدهم "أونلاين"، وذلك تلبية



## كيف تتأكد أن موقع الويب آمن للاستخدام؟.. تقرير يجيب

العام الماضي. فيس بوك تويتر لينكد إن Tumblr بينتريست Reddit VKontakte مشاركة عبر البريد طباعة صورة مصر ثلاثين مصر ثلاثين موقع الويب بالخطوات.. كيفية مسح ذاكرة التخزين المؤقت على جهاز آيفون ميزة طال انتظارها من واتساب.. «تخفى أونلاين» مقالات ذات صلة ميزة طال انتظارها من واتساب.. «تخفى أونلاين» ٦ يوليو، ٢٠٢٢ بالخطوات.. كيفية مسح ذاكرة التخزين المؤقت على جهاز آيفون ٦ يوليو، ٢٠٢٢ روبوتات بحجم الحشرات تتوهج أثناء طيرانها ويمكن استخدامها في مهام الإنقاذ ٢٩ يونيو، ٢٠٢٢ شاهد أيضاً إغلاق تكنولوجيا لو بعتها وندمت.. كيف تحذف رسائل واتس آب حتى لو قرأها المرسل إليه ٢٢ يناير، ٢٠١٩

SSL الخاصة به التي تتحقق من أمانه. وقال توني نيت، الرئيس التنفيذي لشركة Get Safe Online: "على مدار أكثر من ١٥ عاماً، تقدم Get Safe Online نصائح حول الأمان عبر الإنترنت للأفراد والشركات الصغيرة لضمان قدرتنا جميعاً على استخدام الإنترنت بأمان وثقة. الإنترنت مذهل، ولكن كما هو الحال مع العديد من الأشياء، هناك عيوب يجب البحث عنها عند استخدامه: عمليات الاحتيال والأشخاص الذين يحاولون استغلالك واستغلال معلوماتك الشخصية".

ويستخدم المحتالون مواقع الويب المزيفة أو الضارة، والتي غالباً ما تنتحل صفة المواقع الأصلية، لإغراء الأشخاص بمشاركة التفاصيل الشخصية والمالية.

ويمكن بعد ذلك استخدام التفاصيل لتسهيل سرقة الهوية، حيث تحدث ٩ حالات من أصل ١٠ عبر الإنترنت. ووفقاً لأحدث البيانات من Cifas، كانت هناك زيادة بنسبة ٤٣٪ في القضايا المتعلقة بسرقة الهوية المقدمة إلى قاعدة بيانات الاحتيال الوطنية في الأشهر الثلاثة الأولى من عام ٢٠٢٢، مقارنة بالفترة نفسها من

أطلقت أداة جديدة للتحقق من موقع الويب لمساعدة المستخدمين على تأكيد ما إذا كان الموقع شرعياً قبل زيارته أم لا حسبما نقلت RT. ويمكن للمستخدمين من إدخال عنوان أي موقع ويب للتحقق مما إذا كان موقعاً حقيقياً أم عملية احتيال، ويوفر درجة ثقة له. وتأتي الأداة مستضافة على الموقع الإلكتروني لمجموعة Get Safe Online الخاصة بأمان الإنترنت، والتي عملت مع خدمة منع الاحتيال Cifas.

ويتم احتساب النتيجة بواسطة خوارزمية تستند إلى أكثر من ٤٠ مصدر بيانات وتقارير مواقع الويب الضارة.

وتأتي هذه التقارير من وكالات إنفاذ القانون والهيئات التنظيمية والعلامات التجارية للمستهلكين لتحديد وفحص المواقع التي يدخلها المستخدمون.

ويقوم المستخدمون ببساطة بكتابة عنوان موقع الويب الذي يريدون التحقق منه، وستظهر نتائجهم في غضون ثوان.

ويتحقق مما إذا كان أبلغ عن التصيد الاحتيالي أو البرامج الضارة، وما إذا حظر أي محتوى وشهادة







## ترحيل قاتل نيرة أشرف إلى محبسه بعد صدور الحكم بإعدامه

وتتبعها حتى من أن وصلت أمام الجامعة باغتها من ورائها بعدة طعنات سقطت أرضا على أثرها فوالى التعى عليها بالطعنات ونحر عنقها قاصدا إزهاق روحها خلال محاولات البعض الذود عنها وتهديده اياهم محدثا بها الالات الموصوفة بتقرير الصفة التشريحية والتي أودت بحياتها". وشمل أمر الإحالة إدانة المتهم بحيازة سلاح أبيض "سكينا" بدون مسوغ قانوني. وأصدرت الدائرة الرابعة جنايات المنصورة، قرارا بحظر النشر نهائيا، في القضية رقم ١١٤٠٩ لسنة ٢٠٢٢ جنايات قسم أول المنصورة، والمتهم فيها محمد عادل محمد إسماعيل، في جميع وسائل الإعلام المسموعة والمرئية، وجميع الصحف والمجلات القومية والحزبية اليومية والأسبوعية المحلية والدولية، وغيرها من النشرات أيا كانت، وكذلك المواقع الإلكترونية عدا جلسة النطق بالحكم.

محكمة الجنايات المختصة. وأحال المستشار محمد لبيب، المحامى العام الأول لنيابة جنوب المنصورة الكلية المتهم "محمد عادل عوض الله" إلى محكمة الجنايات المختصة في القضية رقم ١٤٠٩ لسنة ٢٠٢٢ جنح أول المنصورة الذى تضمن "لأنه في يوم ٢٠ يونيو بدائرة قسم أول المنصورة - محافظة الدقهلية، قتل المجنى عليها نيرة أشرف عبدالقادر - عمدا مع سبق الإصرار بأن بيت النية وعقد العزم على قتلها انتقاما منها لرفضها الارتباط به وإخفاق محاولاته المتعددة لإرغامها على ذلك. وتضمن أمر الإحالة أن المتهم وضع مخططا لقتلها حدد فيه ميقات أداها اختبارات نهاية العام الدراسى بجامعة المنصورة موعدا لارتكاب جريمته ليقينه من تواجدها بها وعين يومئذ الحافلة التى تستقلها وركبها معها مخفيا سكينا بين طيات ملابس

رحلت الأجهزة الأمنية منذ قليل المتهم محمد عادل قاتل نيرة أشرف طالبة جامعة المنصورة، إلى محبسه بعد قرار محكمة جنايات المنصورة القاضي بإجماع الآراء بالإعدام شنقا. كانت محكمة جنايات المنصورة، قضت بإحالة أوراق المتهم بقتل نيرة أشرف طالبة جامعة المنصورة، والتي قتلت غدرا على يد زميلها أمام بوابة مجمع كليات الجامعة، للمفتى لأخذ الرأي الشرعي في إعدامه بتهمة القتل العمد، وتحديد جلسة ٦ يوليو المقبل للنطق بالحكم. عقدت الجلسة برئاسة المستشار بهاء الدين المرى، رئيس المحكمة، وعضوية كل من المستشارين: سعيد السمدوني، ومحمد الشرنوبى، وهشام غيث، وسكرتارية محمد جمال، ومحمود عبدالرازق. وكان المستشار حماده الصاوي، النائب العام قد قرر إحالة المتهم بقتل الطالبة نيرة أشرف إلى



## تطورات حادث إشعال سيدة النار فى شقتها للتخلص من زوجها بمنطقة كرداسة

ارتكابها الجريمة. تلقت غرفة النجدة بمديرية أمن الجيزة، بلاغا يفيد نقل عامل إلى المستشفى مصابا بحروق متفرقة بأجزاء جسده، نتيجة اشتعال حريق بشقته في كرداسة. انتقل رجال المباحث بإشراف العميد عمرو البرعى رئيس مباحث قطاع أكتوبر، إلى محل الواقعة لإجراء التحريات، وأسفرت معاينة الشقة عن وجود شبهة جنائية، حيث تبين أن سبب اشتعال النيران إلقاء مادة مشتعلة على محتويات الشقة. وكشفت تحريات رجال المباحث أن زوجة المصاب متورطة في إشعال النار بالزوج والشقة، لسوء سلوكه، واعتياده التشاجر معها والاعتداء عليها. ألقى رجال المباحث القبض على المتهم، ومواجهتها اعترفت بصحة الاتهام المنسوب إليها، وأنها أصيبت خلال إشعال النار بالشقة، وذكرت أنها انتهزت نوم زوجها وارتكبت الجريمة، فتحرر محضر بالواقعة، وبأشرت النيابة التحقيق.

شاهدوا الزوجة المتهمة، مصابة بحروق، وادعت لهم إصابها في الحريق، نتيجة تسرب غاز. من جانبها، اعترفت المتهمة بحرق زوجها في كرداسة، أمام العقيد علي عبد الكريم مفتش مباحث قطاع أكتوبر، عقب القبض عليها، أنها قررت ارتكاب الجريمة نتيجة اعتياد زوجها الاعتداء عليها، وإساءة معاملتها، خاصة أنه مسجل خطر، بالإضافة إلى اعتياده سب والدتها. وقالت المتهمة، إنها خططت لتنفيذ الجريمة، حيث جهزت كمية من الجازتستخدمة في الأعمال المنزلية، وأودعت طفلها لدى والدتها، ثم انتهزت فرصة نوم زوجها، وسكبت الجاز على محتويات الشقة، وأشعلت النار، ثم أغلقت الباب من الخارج، حتى لا تدع فرصة له للنجاة. وأنكرت المتهمة عقب القبض عليها ارتكاب الجريمة، وادعت أن سبب نشوب الحريق، تسرب غاز، إلا أن تحريات رجال المباحث كشفت

أجرى خبراء الأدلة الجنائية، معاينة لشقة اشتعل بها حريق في منطقة كرداسة بمحافظة الجيزة، بعدما أشعلت ربة منزل النار بالشقة، في محاولة للتخلص من زوجها، بسبب سوء معاملته، مما أسفر عن إصابته بحروق متفرقة بأجزاء جسده، وتم نقله إلى المستشفى في حالة حرجة. وكشفت تحريات رجال المباحث، أن المتهمة استخدمت "الجاز" في إشعال الحريق بالشقة، وأغلقت باب الشقة على زوجها خلال نومه، حتى تحرقه النار، إلا أن الجيران ورجال الحماية المدنية تمكنوا من محاصرة الحريق وإخماده، وتم نقل الزوج إلى المستشفى لإسعافه. واستمع رجال المباحث لأقوال والدة الزوجة، وذكرت أن ابنتها أودعت لديها طفلها قبل الحادث، وأشارت أن خلافات اسرية تجمع ابنتها بزوجها المصاب، وأنه دائم التشاجر معها، والاعتداء عليها بالضرب. كما استمع رجال المباحث لأقوال عدد من الجيران، وذكروا أنهم



## عامل يقتل شقيقه لاعتراضه على شراء سلاح نارى بطما شمال سوهاج

دائرة مركز طما " جثة هامة " الى المستشفى المركزي بطما نتيجة إصابته بطلق نارى بالرقبة. كشفت التحريات نشوب مشاجرة بين المتوفي وشقيقه المدعو هاني أ م ٢٥ سنة عامل ويقيم دائرة المركز بسبب اعتراض المتوفي علي قيام شقيقه بشراء سلاح نارى " فرد روسي " قام علي أثرها المتهم بإطلاق عيار نارى من السلاح المشار إليه تجاه المجنى عليه تم مما أدي لوفاته تم تحرير محضرا بالواقعة وتم العرض على النيابة العام التي تولت التحقيق.

عليه على شراء شقيقه الجاني سلاحا ناريا، والذي استخدم في ارتكاب الجريمة. وبالفحص تبين من خلال التحريات التي أشرف عليها اللواء محمد زين مدير إدارة المباحث الجنائية وقادها العميد على العمارى رئيس مباحث المديرية والعميد نور عمر رئيس فرع بحث الشمال والعقيد أيمن عثمان وكيل الفرع والرائد أحمد تعيلب رئيس وحدة مباحث مركز شرطة طما والنيقيب أحمد رشاد وكيل الفرع بوصول حسام أ م ٣٠ سنة سائق توك توك ويقيم

لقى سائق توك توك يبلغ من العمر ٣٠ سنة مقتله على يد شقيقه بدائرة مركز شرطة طما شمالى محافظة سوهاج وذلك على إثر قيام شقيقه بإطلاق النار عليه من سلاح غير مرخص وتم نقل الجثة للمستشفى المركزى. تحت تصرف النيابة العامة. كان اللواء محمد عبدالمنعم شرباش مساعد الوزير مدير أمن سوهاج قد تلقى بلاغا من مأمور مركز شرطة طما يقيد بمقتل سائق توك توك على يد شقيقه بدائرة المركز بسبب نشوب خلاف بينهما لاعتراض المجنى







## عبد المقصود: طموحاتنا كبيرة في الجيل الحالي من "أوناش مصر" ونعمة شاركت بالجزائر وهي مصابة



اختبارات المنتخب الوطني في كافة الأعمار السنية وذلك لاختيار العناصر المتميزة وهناك بالطبع البطولة الأهم لنا بطولة العالم القادمة ونتمنى أن نحصد ميداليات متنوعة سواء للنجوم الحاليين أو نجوم الشباب.

واختتم رئيس الاتحاد المصري لرفع الأثقال أن لا زال العمل مستمر من أجل تحقيق العديد من الميداليات في البطولات المقبلة سواء الأفريقية أو العربية أو بطولة الأندية الإفريقية بالقاهرة والفترة القادمة سوف تشهد

بجانب أصحاب الخبرة الدولية ساره سمر والتي نجحت في الحصول على ٣ ميداليات ذهبية في بطولة أمريكا الأخيرة. وأضاف عبد المقصود بالطبع سعيد بحصول المنتخب المصري لرفع الأثقال على عدد ١٠ ميداليات متنوعة ( ٢ ذهب - ٤ فضة - ٤ برونزية ) بدورة ألعاب البحر المتوسط بوهان ٢٠٢٢ وكنا نطمح في الأكثر ولكن لا بد من الاعتراف أننا اعدنا هؤلاء اللاعبين في ستة أشهر فقط. وشدد رئيس الاتحاد المصري لرفع الأثقال أن النجاح يأتي بالصدفة فهناك العديد من العوامل التي ساهمت في تلك الإنجازات ولاتنسى دور وزير الشباب والرياضة في دعمنا طوال الفترة الماضية وللازال داعم لنا ولانكر دور اللجنة الاولمبية المصرية المهندس هشام حطب وكذلك الشكر واجب لكافة الأجهزة الفنية والإدارية للمنتخبات الوطنية المختلفة.

عواقب المشاركة الا انها اصرت على المشاركة، ونجحت ادراتها على الظروف الصعبة في حصاد ميداليتين ذهبيتين ذهبية الخطف برفع ١٠١ كجم و ذهبية الكلين والنظر برفع ١٢٥ كجم في فئة وزن ٧١ كيلو جرام، وقد ساهمت في رفع علم بلادها في أكبر محفل دولي رياضي على مستوى دول البحر المتوسط، ولهذا لأبد من الإشادة بها لاصرارها على النجاح. واستكمل أننا نراهن عليها مع باقي زملائه في الذين ظهروا بمستوى طيب خلال البطولات السابقة منهم كريم كحلة، محمود حسني



عبد المقصود: طموحاتنا كبيرة في الجيل الحالي من "أوناش مصر" ونعمة شاركت بالجزائر وهي مصابة كشف المحاسب محمد عبد المقصود رئيس الاتحاد المصري لرفع الأثقال ، أن اللاعبه نعمة سعيد قد شاركت في منافسات ألعاب البحر المتوسط وهي مصابة ورغم تحذيرنا من



## كاف: المغرب فضل الانسحاب أمام مصر في ملف تنظيم شاطئية ٢٠٢٤ .. تعرف علي السبب

فيها مصر البطولة بعد نسخة ٢٠١٨ التي نُظمت في شرم الشيخ، وستقام نسخة ٢٠٢٢ في الموزمبيق. وتبحث مصر عن التتويج بلقبها الأول في البطولة، حيث اكتفى منتخب الفراغة بالمركز الثالث في ٤ مناسبات من قبل، بينما يعد المنتخب السنغالي الأكثر حصولاً على اللقب برصيد ٦ بطولات.

وشدد مصدر بالاتحاد المغربي لكرة القدم، على أن بلاده فضلت انسحبت من سباق استضافة كأس افريقيا لكرة القدم الشاطئية، من أجل الحفاظ على العلاقات مع مصر، بعد تشديد رغبة مصر على استضافة تلك البطولة، على الرغم من طلبها استضافة البطولة في بداية الأمر. وتعد هذه المرة الثانية التي تحتضن

أكد مصدر بالاتحاد الإفريقي لكرة القدم "كاف"، فوز مصر بتنظيم كأس الأمم الإفريقية لكرة الشاطئية ٢٠٢٤، بعدما انسحب المغرب أمامها رغم تقديمه ملف استضافة في بداية الأمر. وقال المصدر: "كاف تلقى ملفين من مصر والمغرب لاستضافة البطولة، وحصلت مصر على شرف التنظيم بعدما انسحبت المغرب من السباق".

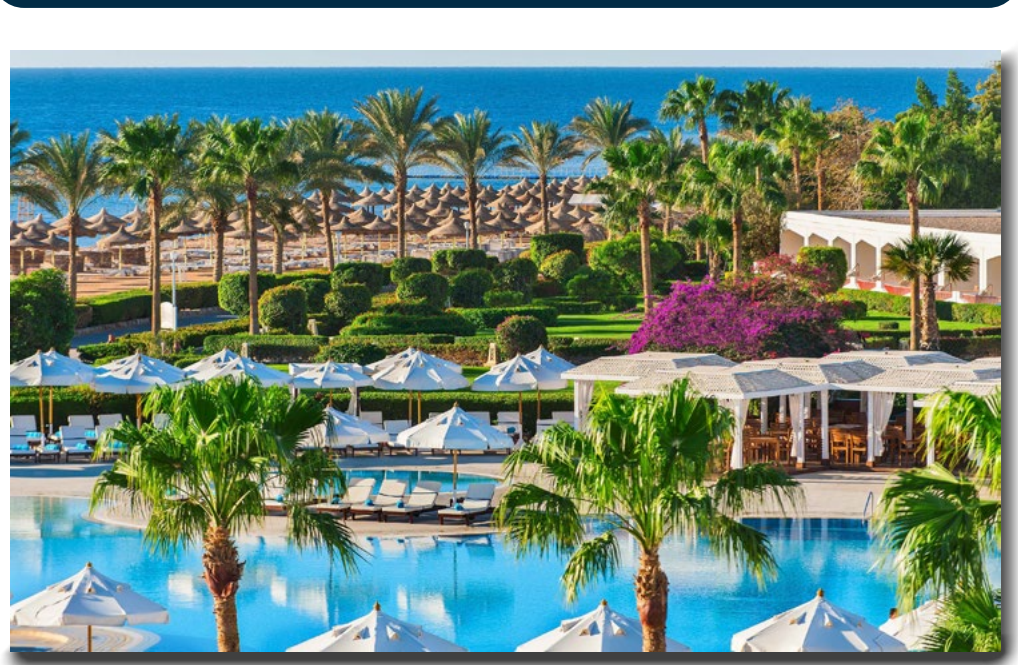


## ارتفاع عدد الدول المشاركة في بطولة العالم للسلاح إلى ١٠٣ دولة

خاصة بعد النجاحات الكبيرة التي حققتها البطولات العالمية التي أقيمت في مصر خلال الفترة الأخيرة. جديرًا بالذكر أن هذه البطولة هي أول بطولة عالم للسلاح للرجال والسيدات بعد نسخة عام ٢٠١٩ والتي اقيمت بالمجر ولم تستطع مصر حتى الآن التتويج بميدالية في بطولات العالم للكبار.

مفتوح للدول. وكان عبد المنعم الحسني رئيس الاتحاد المصري للسلاح قد كشف من قبل عن رعاية الدكتور مصطفى مدبولي رئيس مجلس الوزراء للبطولة، وتأتي رعاية رئيس الوزراء الدكتور مصطفى مدبولي لبطولة العالم للسلاح انطلاقًا من حرص القيادة السياسية علي خروج الأحداث الرياضية الكبرى بشكل يليق بمكانة مصر في العالم

أعلن عبد المنعم الحسني رئيس إتحاد السلاح عن ارتفاع الدول التي أكدت مشاركتها ببطولة العالم للسلاح المقرر إقامتها خلال الفترة من ١٥ حتى ٢٣ يوليو القادم في الأربع صالات المغطاة باستاد القاهرة الدولي إلى ١٠٣ دولة. وتقام بطولة العالم في الثلاث أسلحة سيف وسيف مبارزة وشيش للرجال والسيدات والفرق، ولا يزال التسجيل







## البطل مصطفى منير: "القدر" لعب دور كبير في دخولي عالم كمال الأجسام واحلم بلقب البطولة العربية

انني ولدت وزن قليل للغاية لا يؤهلني للعبة وكنت مصاب بالعديد من الأمراض منها الأنيميا ولكن اصراري ان ادخل هذا المجال الرياضي يسعد الجميع من جولي خاصة اسرتي الصغيرة وكانوا لهم دور مؤثر في حياتي الرياضية بالدعم اللامحدود من والدي الذي فوجئ بالمستوى البدني مع التزامي بالتدريبات وفكرة والدي اتغيرت بعد ما كان لايفضل لعبة كمال اجسام وكان الأولوية للدراسة بدأ يحس اني موهوب ف المجال دا ووقف بجانبني في كل مشواري حتى الآن واعتبرني والدي هو صاحب الفضل بعد ربنا سبحانه تعالي في استكمال رحلتي الرياضية. وشدد بطل كمال الأجسام أن هناك العديد من البطولات حصلت عليها طوال مشواري ومنها على مستوى الجمهورية وكذلك المركز الأول في بطولة أحمد علي الدولية، وكنت مرشح للسفر لبطولة العالم ولكن لم يتسنى المشاركة واتمنى ان أشارك في البطولة العالمية المقبلة وارفع علم مصر في البطولات الدولية. واختتم بطل كمال الأجسام كلاسيك مصطفى منير إنني الان ابدأ مرحلة التجهيز للبطولة العربية لكمال الأجسام الإسكندرية والمرحلة الاصب قبل انطلاق البطولة بأيام خاصة في النظام الغذائي وانفي مايقال إننا نأكل كميات كبيرة من اللحوم والاسماك ولكن هناك نظام غذائي نلتزم به واطالب محبي كمال الأجسام دعواتهم لي للحصول على أول لقب عربي وأريد اشيد بالدور الكبير للدكتور عادل فهمم رئيس الاتحاد المصري لكمال الأجسام ورئيس الاتحاديين العربي والافريقي ونائب رئيس الاتحاد الدولي لكمال الأجسام على جهده المميز في إقامة البطولة العربية لكمال الاجسام في أكبر واعرق فنادق عروس البحر الأبيض المتوسط الإسكندرية.



عند حسن ظن الجميع بالحصول على أول ميدالية عربية في البطولة المقبلة والتي ستقام في الإسكندرية نهاية الشهر المقبل. وأوضح "منير" أن رحلتي مع عالم كمال الأجسام كانت غريبه للغاية حيث

أعرب بطل كمال الأجسام كلاسيك مصطفى منير عن سعادته بتواجده ضمن فريق S. L. S. L. وإنني انتظرت هذه الخطوة منذ زمن طويل ولهذا سعادتي بالغة بالانضمام بهذا الفريق الذي يضم أبطال العالم في اللعبة واتمنى ان اكون



## ٥ حكام دوليين أجانب يديرون منافسات البطولة العربية لكمال الاجسام

راموس - اسبانيا، فينس ريدوندو - إسبانيا، جان ليفاندوفسكي - بولندا، خوسيه مونترو - البرتغال كما تم اختيار الحكم الدولي القدير بدر العامري رئيس اللجنة الفنية في الاتحادين العربي والاسيوي ، بجانب محمد شاهين، فيصل الزعابي «الإمارات»، طارق خليل «الأردن»، خالد الراحي «المغرب»، فتحي فرج، محمد محسن، محمود درويش، حسام توفيق «مصر».

وحول اختيار عدد من الحكام الأجانب

في البطولة الي ١٤ منتخب عربي وهم: السودان، الجزائر، المغرب، الإمارات، سوريا، فلسطين، الأردن، البحرين، اليمن، العراق، السعودية، لبنان، عمان، بجانب الدولة المستضيفة مصر. وأضاف "فهمم" ان تم الاتفاق بشكل نهائي علي أسماء وجنسيات الحكام المشاركين وقد تم اختيار عدد خمسة من الحكام الدوليين الأجانب الذين يديرون منافسات البطولة العربية لكمال الأجسام من قبل الاتحاد الدولي وهم فيكتور هيرنيدز - اسبانيا خوسيه

٥ حكام دوليين أجانب يديرون منافسات البطولة العربية لكمال الاجسام أعلنت اللجنة العليا المنظمة للبطولة العربية لكمال الأجسام رقم ٢٢ للرجال ١٨ للشباب والثانية للكلاسيك والفيزيك، برئاسة الدكتور عادل فهمم، رئيس الاتحاد المصري لكمال الأجسام، ورئيس الاتحاديين العربي، والافريقي، ونائب رئيس الاتحاد الدولي أن بعد تأكيد مشاركة المنتخب السعودي والعالمي وصل عدد المنتخبات المشاركة

## خبراء التحكيم يدعمون كلاتينبرج ويؤكدون مجاملات عبد الفتاح دمرت الصافرة المصرية

فيما أوضح الحكم الدولي السابق ياسر عبد الرؤوف خلال تصريحاته، أن وجود كلاتينبرج أصبح أمر واقع، ولا يمكننا الحديث عن اختياره بالوقت الحالي، ولكن يجب تحديد اختصاصاته بشكل واضح، حتى لا يحدث صدام بينه وبين رئيس لجنة الحكام. أشار عبد الرؤوف، أنه يتمنى نجاح كلاتينبرج في مهمته، وأن يضع خطة طويلة المدى، حتى تعود بالنفع على الكرة المصرية.

فيما يرى الخبير والمحاضر التحكيمي ناصر عباس أن فشل عصام عبد الفتاح، رئيس لجنة الحكام في حل الأزمات التحكيمية المتفاقمة والمستمرة أمور تدعو لاستقالته منذ فترة، موضحا أن تهكم رئيس اللجنة الدائم على من يسلم الضوء على أخطاءه الشخصية أمر غريب للغاية. وانتقد توفيق السيد رئيس لجنة حكام القاهرة السابق، عصام عبد الفتاح، بشكل كبير موضحا أن رئيس لجنة الحكام الحالي هو السبب في مشاكل التحكيم مؤخرا. وأكد السيد، أن أزمات التحكيم مؤخرا لأن من يدير المنظومة لا يتسم بالمصداقية مع الجميع موضحا أن الاستعانة بخبير أجنبي أمر رائع للغاية. وأتم السيد تصريحاته قائلا إن لجنة الحكام التي تضم ١٩ حكما تم تعيين ٧٥٪ منها بالمجاملة، مما تسبب في الكثير من الأزمات مؤخرا.



ويرى الكثير من الخبراء أن تلك الخطوة ستضيف الكثير لأسرة التحكيم المصري كما ستساعد الحكام في المسابقة المحلية على استعادة التوازن بعد فترة من التخطي تحت رئاسة عصام عبد الفتاح. وعلق جهاد جريشة، على قرار تعيين كلاتينبرج، في تصريحات صحفية قائلا: "وجود خبير تحكيمي أجنبي في التحكيم المصري، تجربة جديدة وفريدة من نوعها". تابع: "نتمنى نجاح مارك كلاتينبرج من أجل مصلحة منظومة التحكيم المصري وتعود بالنفع عليها ولا يمكننا تقييم تجربته في الوقت الحالي ولكن نتمنى لها النجاح".

خبراء التحكيم يدعمون كلاتينبرج ويؤكدون مجاملات عبد الفتاح دمرت الصافرة المصرية تصدر الحكم الإنجليزي مارك كلاتينبرج، المشهد في الوسط الرياضي خلال الساعات الماضية، بعد قرار اتحاد الكرة بتعيينه رئيس للجنة تطوير الحكام، خلال الفترة المقبلة، من أجل رفع الكفاءة التحكيمية للحكام المحليين، بعد الأخطاء التحكيمية التي ظهرت خلال المباريات السابقة. ونال قرار اتحاد الكرة بتعيين كلاتينبرج، دعم كبير من خبراء التحكيم في مصر، بسبب الخبرة الطويلة له في العديد من البلدان العربية، فضلا على خبرته كحكم سابق في العديد من المحافل الدولية.

## كاريكاتور

يا سلام بقى لو يعملوا خبز البنتجان ونحلى بخبز البطاطا !!

