

**Mohamed Dental Clinic**

After Before

١١ ش الأديب علي ادهم، مساكن الشيراتون  
هاتف: ٠١٠٠٦٣٩٠٠٠ جوال: ٢٠١٠١٦٧٠٩٧٨  
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com



رئيس التحرير  
هناء السيد

**مصري**  
تلا تين

إخبارية إلكترونية مستقلة  
نسخة مجانية



رئيس مجلس الإدارة

محمد صلاح قطامش

أسسها/محمود صلاح قطامش ٢٠١٤

العدد الإجمالي رقم ١٣٠٣

الخميس - ٢٤ شعبان - ١٤٤٤ هـ - الموافق ١٦ مارس ٢٠٢٣ م

## الرئيس السيسي: توافر الغاز الطبيعي ساهم في إنشاء مجمع الأسمدة الأزوتية.. نسابق الزمن لزراعة ٣,٥ مليون فدان

حق الناس تشوف الكلام ده..  
الى بيتعمل من مشروعات  
زراعية فضل كبير من ربحنا..  
والله والله أرقام مالية هائلة..  
ثم جهد عمل يبذل لتنفيذ  
هذه المشروعات.. وجهد يفرح  
الناس.. اننا متحركين..  
علشان أوصل لـ ٢ مليون  
فدان.. بنتكلم في حاجة  
تانية خالص غير كلام وزير  
الزراعة.

وأضاف الرئيس السيسي،  
خلال افتتاح مجمع مصانع  
الأسمدة الأزوتية بالعين  
السخنة: "عاوزين نوري

تابع ص ٣



الرئيس السيسي: "الى بيتعمل  
من مشروعات فضل كبير من  
ربنا ويحتاج أموالا طائلة"  
الرئيس السيسي: مشروع  
مجمع الأسمدة الأزوتية به  
محطة معالجة مياه خاصة  
الرئيس السيسي: تكلفة  
مشروعات المعالجة الثلاثية  
بالدلتا الجديدة وسيناء كبيرة  
جدا

أكد الرئيس عبد الفتاح  
السيسي، أن المشروعات التي  
تنفذها الدولة تحتاج إلى تغطية  
إعلامية كبيرة، قائلا: "محتاجين  
تغطية إعلامية حقيقية.. ده  
شغلنا يا دكتور مصطفى.. من

## من أهل سيناء للرئيس السيسي: شكرا.. مواطنون يبعثون رسائل الأمن والسلام من أرض الفيروز بعد إطلاق الداخلية قوافل ضخمة

وبأسعار مخفضة عن  
مثيلاتها بالأسواق.  
ودفعت الداخلية  
بسيارات محملة بمختلف  
السلع الغذائية بأسعار  
مخفضة عن مثيلاتها  
بالأسواق، وكذا سيارات  
مجهزة فنياً ولوجستياً لتقديم  
كافة الخدمات الشرطية التي  
تقدمها قطاعات الوزارة.

وواصلت منظومة "أمان" التابعة

تابع ص ٤

كلنا واحد، تحت رعاية الرئيس عبد  
الفتاح السيسي التي توفر أغذية  
مخفضة لأهالي سيناء.  
وأطلقت وزارة الداخلية قافلة خدمية  
وإنسانية لدعم أهاليها وذلك بمناطق  
"العريش - الشيخ زايد - بئر العبد"  
بمحافظة شمال سيناء، تم إقامة  
معرض على مساحة كبيرة بمدينة  
العريش بمحافظة شمال سيناء، يتم  
خلاله طرح عدد من السلع الغذائية  
وغير الغذائية والسلع المعمرة  
والسجاد والمفروشات، بجودة عالية

رسائل الأمن والسلام والمحبة، حرص  
أهالي سيناء على توجيهها، من أرض  
الفيروز، بعدما أعطى الرئيس عبد  
الفتاح السيسي إشارة البدء في التنمية  
بأرض سيناء، حيث البسمة ارتسمت  
على وجوه الأهالي.  
"شكرا من شعب سيناء للرئيس  
عبد الفتاح السيسي"، هكذا تحدث  
الأهالي، بعدما حركت وزارة الداخلية  
قوافل الخير محملة بأطنان من  
الأغذية عابرة قناة السويس في  
طريقها لأرض الفيروز، ضمن مبادرة



## "قوى النواب" توافق على زيادة أجور العاملين بالدولة بحد أدنى ١٠٠٠ جنيه.. وزيادة المعاشات بنسبة ١٥٪.. والصرف أول أبريل



أبريل ٢٠٢٣، على أن تعد اللجنة  
تقريراً عن مشروع القانون للعرض  
على المجلس في الجلسات القادمة.  
ويتضمن مشروع القانون، زيادة  
المرتبات وتحسين الأجور وتعجيل  
موعد استحقاق العلاوات والحافز

تابع ص ٥

أو لوائح خاصة الصادر بالقانون رقم  
١٤ لسنة ٢٠١٤، وتعديل بعض أحكام  
القانون رقم ٢١٢ لسنة ٢٠٢٠ بتعديل  
بعض أحكام قانون التعليم الصادر  
بالقانون رقم ١٣٩ لسنة ١٩٦١  
بشأن إعادة تنظيم الأزهر والهيئات  
التي يشملها، ذلك اعتباراً من أول

وافقت لجنة القوى العاملة بمجلس  
النواب برئاسة النائب عادل عبد  
الفضيل عياد، على مشروع قانون  
مقدم من الحكومة بتعجيل موعد  
استحقاق العلاوة الدورية للعاملين  
بالدولة المخاطبين بقانون الخدمة  
المدنية، ومنح علاوة خاصة لغير  
المخاطبين بقانون الخدمة المدنية،  
وزيادة الحافز الإضافي للعاملين  
بالدولة، وتقرير منحة خاصة للعاملين  
بشركات القطاع العام وقطاع الأعمال  
العالم، وزيادة المعاشات، وتعديل  
بعض أحكام القانون رقم ٤١٥ لسنة  
١٩٥٤ بشأن مزاوله مهنة الطب،  
وتعديل بعض أحكام قانون تنظيم  
شئون أعضاء المهن الطبية للعاملين  
بالجهات التابعة لوزارة الصحة  
والسكان من غير المخاطبين بقوانين

## "الوزراء السعودي" يعرب عن أمله في مواصلة الحوار البناء مع إيران

رئيس الوزراء يشهد مراسم توقيع عقد التزام لمشروع تطوير ميناء السخنة والدخيلة..  
مدبولي: توجيهات رئاسية بتكثيف الجهود لتعظيم الاستفادة من الموقع الفريد لمصر

"الخارجية" تحتفي بذكرى يوم الدبلوماسية المصرية.. "شكري": أعضاء السلك  
الدبلوماسي جنود الوطن المرابطون خارج الحدود

وزير الصناعة: ٣٠٪ زيادة في حجم التبادل التجاري بين مصر والسويد ٢٠٢٢

تعملها إزاي.. طريقة استخدام ميزة "اكتشاف المسار التلقائي" على ساعة أبل الذكية

سرقة فيلا محمد صلاح.. النيابة تستمع للشهود.. اعرف مصير الحرامي

**بوليمونيوم**  
عالم التميز

خامه جديده خشب والمؤتيوم  
مطبخ يعني البيت الحديث  
البيت الحديث منحه لكل جديد

NEW

Hotline 1997  
ModernHouseEgypt  
/modernhouse\_kitchens  
0106687105  
modernhouse-egypt.com

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

1 God El-haq St., 1st Floor,  
Square 1224, beside Florida Mall,  
Sheraton Heliopolis, Cairo, Egypt  
+202 2246 4467  
+202 2246 4468  
www.alzaferintl.com



## "الوزراء السعودي" يعرب عن أمله في مواصلة الحوار البناء مع إيران

أيضا مجمل أعمال السياسة الخارجية النابعة من الدور المحوري للمملكة على المستوى الدولي، والحرص الدائم على تعزيز الأمن والاستقرار في المنطقة والعالم، وتفضيل الحلول السياسية والحوار، كما جدد مجلس الوزراء السعودي موقف المملكة الداعم للمسااعي الدولية كافة لإيجاد حل سياسي للأزمة الروسية الأوكرانية وتسهيل الحوار بين الطرفين، ولكل ما من شأنه تخفيف التوتر والمعاونة التي طالت الجميع بسبب تداعيات الأزمة خاصة على الدول النامية والأقل نموا. ونوه المجلس بما أكدته المملكة في مؤتمر الأمم المتحدة الذي عُقد في قطر من التزامها بالعمل مع المجتمع الدولي لدعم البلدان الأقل نمواً ومساعدتها على تجاوز ظروفها وتحدياتها ودفعها نحو التقدم والنماء، وكذلك مواصلة الدور الريادي في جميع المجالات الإنمائية على المستويين الإقليمي والدولي بتحقيق أجندة التنمية المستدامة ٢٠٣٠.



استمرار دعم المملكة للمجلس والحكومة اليمنية وشعبها الشقيق، وللجهود الرامية إلى التوصل لحل سياسي شامل برعاية الأمم المتحدة. وأشار الدوسري إلى أن المجلس تناول

بولندا وما جرى خلاله من استعراض العلاقات وسبل تعزيز آفاق التعاون الثنائي في مختلف المجالات، وكذلك اجتماعه مع رئيس مجلس القيادة الرئاسي اليمني، والتأكيد على

الدولية. وأطلع المجلس على فحوى استقبال ولي العهد السعودي رئيس مجلس الوزراء الأمير محمد بن سلمان بن عبد العزيز آل سعود، لرئيس وزراء

أعرب مجلس الوزراء السعودي عن أمله في مواصلة الحوار البناء مع إيران وفقا للمرتكزات والأسس التي تضمنها الاتفاق بين البلدين استجابة لمبادرة الرئيس الصيني "شي جين بينج"، بما يعود بالخير والنفع على البلدين والمنطقة بشكل عام ويعزز السلم والأمن الإقليمي والدولي. وأوضح وزير الإعلام السعودي سلمان بن يوسف الدوسري - في بيان أوردته وكالة أنباء السعودية (واس) - أن ذلك جاء خلال جلسة المجلس اليوم /الثلاثاء/ في قصر عرقة بالرياض، برئاسة خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبدالعزيز آل سعود، حيث تطرق المجلس إلى الاتفاق بين المملكة وإيران في بكن وما تضمنه من الموافقة على استئناف العلاقات الدبلوماسية بين البلدين والتأكيد على مبادئ احترام سيادة الدول وعدم التدخل في شؤونها، والالتزام بمبادئ ومقاصد ميثاق الأمم المتحدة ومنظمة التعاون الإسلامي والمواثيق والأعراف



## أبو الغيط: الوضع الاجتماعي بلبنان بالغ الصعوبة وهناك حاجة لوجود رئيس

العربية ببذل المزيد من الجهود دون كلل لتحقيق إنجازات جديدة من شأنها تحقيق التنمية المنشودة لكل العرب. وقال الأمين العام لجامعة الدول العربية أحمد أبو الغيط إن التركيز على الأزمة الروسية الأوكرانية على خطورتها وأهميتها لا يجب أن يخفي أن هناك أزمات أخرى تنتظر حلولاً وبعضها منذ عقود مثل ازدياد انتشار الفقر والجوع ووفيات الأطفال والأمهات، مشيراً إلى أن العالم لم يتعاف بعد من آثار أزمة كوفيد ١٩ كما لا تزال أعداد النازحين في ارتفاع مستمر كما تعاظم مخاطر التغير المناخي على نحو مقلق. واعتبر أن المنطقة تواجه عدداً من المشكلات المتداخلة والمعقدة التي أصبحت واقعا مستداما يجب التعامل معه باستمرار، ويقتضي حلها خطاً شاملاً لا تقبل التجزئة للوصول إلى استراتيجيات مستدامة، موضحاً أن المنطقة تحتاج إلى بناء قدرات مؤسساتها الوطنية والإقليمية لجعلها أكثر مرونة وقدرة على التنبؤ.

قال الأمين العام لجامعة الدول العربية أحمد أبو الغيط إن الوضع الاجتماعي في لبنان بالغ الصعوبة، مشدداً على الحاجة ماسة لوجود رئيس جديد للبنان في أسرع وقت. وأضاف أبو الغيط - في تصريح لمدير مكتب وكالة أنباء الشرق الأوسط بلبنان - إنه وصل إلى لبنان أمس وكان سعر صرف الليرة اللبنانية يناهز الـ ٩٠ ألفاً للدولار الواحد، بينما قفز سعر الصرف صباح اليوم إلى ١٠٠ ألف ليرة للدولار، معرباً عن أسفه لما آل إليه الوضع الحالي. وعن لقائه اليوم برئيس مجلس النواب اللبناني نبيه بري ورئيس حكومة تصريف الأعمال اللبنانية نجيب ميقاتي، أكد أبو الغيط ضرورة انتخاب رئيس جديد للبلاد كمدخل لبدء عملية الإصلاح الاقتصادي والخروج من الأزمات الراهنة. وكان أبو الغيط قد شارك في الجلسة الافتتاحية للمنتدى العربي للتنمية المستدامة لعام ٢٠٢٣ اليوم، حيث جدد في كلمته التزام جامعة الدول



## مباحثات جزائرية - أوروبية حول التعاون لاسترداد الأموال المهربة بصورة غير شرعية

التزامات الرئيس الجزائري حول مكافحة الفساد وغسيل الأموال واسترداد الأصول المهربة إلى الخارج بطريقة غير شرعية. من جانبه، أعرب لاديسلاف همران عن استعداد هيثته الدعم والمساعدة التقنية الضرورية للجهات القضائية الجزائرية في مجال التحريات وتسهيل التواصل مع نظيراتها الأوروبية في معالجة الملفات ذات الصلة باسترداد الأموال والأصول المنهوبة من الجزائر.

جاء ذلك خلال استقبال بلاني الثلاثاء بمقر الخارجية الجزائرية بالجزائر العاصمة، رئيس وكالة الاتحاد الأوروبي للتعاون القضائي في المجال الجنائي، لاديسلاف همران. وأوضح وزارة الخارجية الجزائرية، في بيان، أن هذا اللقاء يأتي في سياق المحادثات التي أجراها الإثنين الرئيس الجزائري عبدالمجيد تبون مع الممثل السامي للاتحاد الأوروبي للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية، نائب رئيس المفوضية الأوروبية، جوزيب بوريل. وبحسب البيان، أشار بلاني، إلى

أكد الأمين العام لوزارة الخارجية الجزائرية عمار بلاني، الإرادة السياسية لدى سلطات بلاده لإطلاق تعاون وثيق مع وكالة الاتحاد الأوروبي للتعاون القضائي في المجال الجنائي بهدف الاستفادة من خبراتها الواسعة وتجاربها المميزة في مجال تجميد ومصادرة واسترداد الأموال والأصول المحولة إلى الخارج بطرق غير شرعية، فضلاً عن تعزيز علاقات التعاون بين الجهات القضائية في الجزائر والبلدان الأعضاء في الاتحاد الأوروبي.

## رئيس البرلمان العربي ورئيس المجلس التشريعي لتجمع شرق أفريقيا يتفقان على برامج عمل مشتركة لتعزيز العلاقات العربية الأفريقية

أنه حرص على طلب هذا اللقاء انطلاقاً من رغبته القوية في تدشين علاقات مؤسسية بين المجلس التشريعي لتجمع شرق أفريقيا والبرلمان العربي الذي يمثل الشعب العربي، مضيفاً أن الدول العربية هي الشريك الأساسي للدول الأفريقية، خاصة أنها تتعامل معها بنزاهة، وفي إطار من الشراكة الحقيقية والرغبة في تحقيق المنفعة المتبادلة، بعيداً عن فرض الوصاية أو التدخلات الخارجية في الشؤون الداخلية للدول. واتفق الجانبان على عقد اجتماعات تسبقه خلال الفترة القادمة، لتبادل وجهات النظر بشأن تفاصيل برامج التعاون المشتركة بين المنظمين



### القاهرة هناء السيد

الأفريقي، وكذلك من خلال حرصه على تأسيس علاقات قوية مع المجلس التشريعي لتجمع شرق أفريقيا، وغيرهما من الكيانات التي تخدم مأسسة العلاقات العربية الأفريقية وخدمة مصالح الشعبين العربي والأفريقي. ومن جانبه، أكد السيد نتاكوتيما

المحافل الإقليمية والدولية المختلفة. جاء ذلك خلال استقبال رئيس البرلمان العربي لرئيس المجلس التشريعي لتجمع شرق أفريقيا في العاصمة البحرينية المنامة، وذلك على هامش مشاركة كلا الجانبين في اجتماعات الاتحاد البرلماني الدولي المنعقدة في مملكة البحرين خلال الفترة من ١١ إلى ١٥ مارس ٢٠٢٣. وفي إطار المباحثات التي جرت خلال اللقاء، أكد "العسومي" أن الدول الأفريقية تمثل العمق الاستراتيجي الأول للدول العربية، مشدداً على أن البرلمان العربي لا يألو جهداً في سبيل تعزيز هذه العلاقات على كافة المستويات، وذلك من خلال شراكاته المتنامية مع البرلمان



تعزيز العلاقات العربية الأفريقية، خاصة على المستوى البرلماني، فضلاً عن تبادل الخبرات، والتنسيق بشأن القضايا محل الاهتمام المشترك، والدعم المتبادل لهذه القضايا في

اتفق عادل بن عبد الرحمن العسومي رئيس البرلمان العربي مع معالي السيد جوزيف نتاكوتيما رئيس المجلس التشريعي لتجمع شرق أفريقيا على برامج عمل مشتركة تهدف إلى



ترخيص الهيئة الوطنية للإعلام رقم ٠٠٠٤ فبراير عام ٢٠٢١

رئيس مجلس الإدارة: محمود صلاح قطامش

رئيس التحرير: هناء السيد

الاشراف الصحفي: دكتوراه سهام جبريل

البت الالكتروني: محمد جمال شرع

التصميم الفني PDF: خليل محمد

الوكيل الاعلاني جمهورية مصر العربية

الشريف eads. للخدمة والإعلان

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

المملكة العربية السعودية

مطبعة مشعل محمد الخطاطي Mishal Printing Press

CALL NOW 053 230 5963 / 050 574 0183

Jeddah - 23212 - 7539 K.S.A. Mushrefah Dist. 14 Ain Khalifa St. - Tel: 012 663 2770 Fax: 012 - 663 2771 Mobile: 053 230 5963 C.R. 4030303207 Lic. No. 55815

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

## Sea Freight



شركة الزايفر لخدمات الشحن Al-Zafer Cargo Services Co. خدمات الشحن والتفريغ والتكديس البحري

800-12-8888-1

qalamesh@alzafercargo.com www.alzafercargo.com

Mohamed Dental Clinic

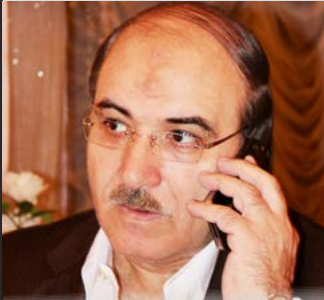


11 ش الاديب علي ادهم، مساكن الشيراتون هاتف: ٠١٠٠٠٣٩٠٠٠ جوال: ٢٠١٠٠١٢٧٠٩٨ qatamesh@gmail.com البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com

Fb.com/Qatameshclinic



## كلمة العدد



### حاول تفهم

#### .....نحو اعلام المعرفه.....

لم تنجح المحاولات التلفزيونية حتي الان في إيقاف الهجره الشبائيه نحو مواقع التواصل الاجتماعي بل اندفعت خلفه لتتبنى نفس القضايا علي صفحات التواصل وتطرحها للنقاش فزادت من شعبية تلك المواقع واخيرا لجأ الاعلام المرئي الي طريقه جديده باعادة بعض البرامج القديمه والتي سبق حذفها من الخريطه الاعلاميه لفقدانها التأثير ولم يعد محتواها يروق للناس حيث اعتبر ذلك افلاس وعدم قدره علي التطوير وتقديم الجديد ولن يفلح برنامج من الماضي في الحديث عن الحاضر محاولا اصلاحه او تغييره للافضل مع كل تقديري للمقدمين واحترامي لجهودهم ورغبتهم في احداث التأثير .....

ماذا يريد الناس من اعلامهم ؟ بالاجابه علي هذا السؤال قد نصل معا لشكل الاعلام المطلوب من الشعب .....

الناس ترغب في اعلام يلي رغباتهم وطموحهم وقادر علي توصيل صوتهم الي دوائر صنع القرار اعلام يستطيع ان ينقل من الناس وعندهم كما ينقل اليهم اعلام يتحدث عن الانجازات ولا يغطي علي السلبات اعلام يقدم التوازن بين صوت الحكومه وصوت الناس اعلام ينتشل الناس من حالة اليأس والاحباط .

والحل كما نراه في اعلام المعرفه نعم اكرر اعلام المعرفه وحده الذي يستطيع ان يكسب رضا الشارع امام ارتفاع منسوب السخط بسبب قلة المعلومات حول قضايا هي من صميم الاهتمام اليومي للمواطنين والذي لا ينفع معه هذا الشح المعلوماتي الذي يحول الاعلامي الي متفرج لايقدم معلومه ولا يستطيع انتقاد خطأ علي اساس موضوعي وكان الامر مقصود بالتغطية علي كل انجاز وعدم المقدره علي الرد علي اي انتقاد او تشكيك من اي اقالام او قنوات خبيثه ضد الدوله المصريه .

لا بد من تغيير القنوات في التعامل مع الاعلام لاهميتها في التوعية ونشر الحقائق او علي اقل تقدير قدره علي نفى الشائعات التي تطلنا وبشكل يومي وممنهج . ولاشك ان تقديم المعلومات مسبقا بشكل حصانه افضل من محاولات الرد علي الشائعات والتي تأخذ من الجهد الكثير وتحدث اثارا اقل مما تحدثه الاشاعه في حد ذاتها . ولا شك ايضا ان تغيير نظره المسئول عن الاعلام والذي يعتبره يجلب له المتاعب والاضرار الامر الذي يدفع بان يكون الوزير سياسي يحسب ردود افعال تصريحاته مهما كانت ويعتبر ان العمل الصحفي ليس تطفلا ولكنه حق الشارع في المعرفه وحق الحكومه في اظهار الانجاز للقضاء علي حاله الاحباط ومحاربه الشائعات .

ان حرية الاعلام مرتبطه بشكل اساسي في حريته به وتوجيهه لكي يكون اعلام معرفه وتلك الحريه تسبق بمسافات حرية الراي والتعبير لانها تجهز الناس للتحدث متسلحين بالمعلومه والمعرفه حتي تمكنه من الحديث بموضوعيه وبما يخدم رفعة ورقبي الوطن وما يجعل لديه من الحصانه ما تمكنه من الرد علي الشائعات التي تنال منه ومن انجازاته بشكل يومي او عدم التأثير بها علي اقل تقدير .

ولكم تحياتي .  
محمود صلاح قطامش  
مصر تلاتين  
qatamesh@misrtalateen.com

## رئيس الوزراء يشهد مراسم توقيع عقدى التزام لمشروعى تطوير ميناءى السخنة والدخيلة.. مذبولى: توجيهات رئاسية بتكثيف الجهود لتعظيم الاستفادة من الموقع الفريد لمصر

المواصلات البحرية العالمية، وتحويل ذلك من خلال الجهد الشاق والعمل الدؤوب من جانب الدولة إلى قيمة اقتصادية مضافة، بالتعاون مع القطاع الخاص، وذلك في إطار عملية بناء القدرة الوطنية في مختلف المجالات. وصرح وزير النقل بأن توقيع عقدى هذين المشروعين، يأتي في إطار توجيهات السيد رئيس الجمهورية بتنفيذ مشروع إنشاء محور السخنة / الدخيلة اللوجيستي المتكامل للحاويات للربط بين البحرين الأحمر والمتوسط بالتعاون مع تحالف (هاتشسون - COSCO - CMA)، والذي يعتبر أكبر ممر لوجيستي لخدمة التجارة العالمية بين الشرق والغرب، ويوفر ما يزيد على ٢٠٠٠ فرصة عمل مباشرة وغير مباشرة.

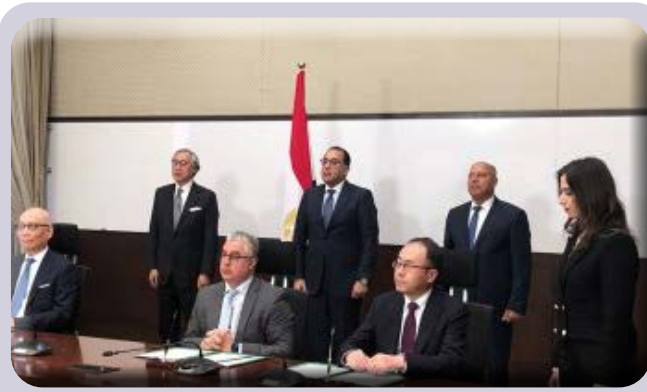
المنتدب لموانئ "هاتشسون أوروبا"، و"لوران مارتنز"، نائب رئيس "CMA"، القابضة، و"زاو فينجين"، العضو المنتدب لـ "كوسكو". بينما وقع عقد المشروع الثاني كل من اللواء بحري نهاد شاهين، رئيس مجلس إدارة الهيئة العامة لميناء الإسكندرية، وكل من "كليمنس شينج"، العضو المنتدب لموانئ "هاتشسون أوروبا"، و"رومان سيمون" MSC. وعلى هامش التوقيع، أكد رئيس مجلس الوزراء الأهمية الكبيرة التي توليها الدولة لتطوير الموانئ المصرية، مشيراً إلى توجيهات السيد الرئيس عبدالفتاح السيسي، رئيس الجمهورية، بتكثيف الجهود لتعظيم الاستفادة من الموقع الجغرافي الفريد لمصر، والمزايا التفضيلية التي تتمتع بها، كنقطة التقاء ومرور على خطوط

محطة للحاويات ميناء السخنة، وإنشاء البنية الفوقية وإدارة وتشغيل واستغلال وصيانة وإعادة تسليم محطة الحاويات برصيف ١٠٠ بالدخيلة، بحضور الفريق مهندس كامل الوزير، وزير النقل، وإريك إيب، رئيس شركة "هاتشسون" العالمية. ويتضمن التعاقد تنفيذ المشروع الأول بميناء السخنة بين الهيئة العامة للمنطقة الاقتصادية لقناة السويس وتحالف (هاتشسون COSCO - CMA)، بينما يتم تنفيذ المشروع الثاني بميناء الدخيلة بين الهيئة العامة لميناء الإسكندرية وتحالف (هاتشسون - MSC). ووقع عقد المشروع الأول وليد جمال الدين، رئيس الهيئة العامة للمنطقة الاقتصادية لقناة السويس، وكل من "كليمنس شينج"، العضو



وطاقة تداول أكثر من ٥ ملايين حاوية مكافئة سنوياً يعد مؤشراً قوياً يعكس الثقة في الاقتصاد المصري. شهد الدكتور مصطفى مذبولى، رئيس مجلس الوزراء، اليوم، مراسم توقيع عقدى التزام لمشروعى (إنشاء البنية الفوقية وإدارة وتشغيل واستغلال وصيانة وإعادة تسليم

وزير النقل: المشروع محور جديد يربط البحرين الأحمر والمتوسط وهو أكبر ممر لوجيستي لخدمة التجارة العالمية بين الشرق والغرب توقيع العقد مع أكبر تحالف عالمي في مجال إدارة وتشغيل الخطوط الملاحية ومحطات الحاويات الدولية باستثمارات تصل إلى ١,٦ مليار دولار



## النقل: ١,٦ مليار دولار استثمارات أجنبية مباشرة بتطوير ميناءى السخنة والدخيلة

موضحاً أن التعاقد الخاص بمشروع إنشاء البنية الفوقية وإدارة وتشغيل واستغلال وصيانة وإعادة تسليم محطة الحاويات برصيف ١٠٠ بالدخيلة، في إطار تنفيذ وزارة النقل لخطة تطوير ميناء الإسكندرية الكبير لتحقيق الهدف الأكبر بجعل مصر مركزاً عالمياً للتجارة واللوجيستيكيات.

قال المهندس كامل الوزير، وزير النقل، أن حجم الاستثمارات الأجنبية المباشرة في مشروع تطوير مينائى السخنة والدخيلة تقدر بـ ١,٦ مليار دولار. وأوضح في مؤتمر صحفي بمجلس الوزراء، أن تطوير مينائى السخنة والدخيلة سيحول مصر إلى مركز للتجارة العالمية واللوجيستيكيات،

## التموين: مخزون مصر من السلع الغذائية يتجاوز فترة ٦ أشهر

وصول القوافل لأكثر المحافظات والمناطق احتياجاً. وتابع: "السلاسل التجارية الكبيرة تعاونت واشتركت مع المبادرات الرئاسية لتوفير السلع الغذائية بأسعار مخفضة وسيطلق المعرض الرئيسى في مدينة نصر تحت رعاية الرئيس السيسى، حيث أن هذا المعرض مستمر حتى ٢١ مارس بالتعاون مع أكثر من ٤٠٠ شركة عارضة بأسعار مخفضة وبسعر التكلفة".



وأضاف خليل، خلال لقائه مع الاعلامية إنجي أنور، برنامج "مصر جديدة" المذاع على قناة "etc" اليوم الاربعاء، أن عدد معارض أهلا رمضان تجاوز ٤٦٥ معرضاً وشادر على مستوى الجمهورية فضلاً عن وجود أكثر من ٩٢ سيارة متحركة منتشرة بجميع محافظات الجمهورية، والذي يساعد على

الكشف المهندس عبد المنعم خليل، رئيس قطاع التجارة الداخلية بوزارة التموين، أن المخزون الاستراتيجي في مصر من السلع الغذائية يتجاوز فترة ٦ أشهر؛ مشيراً إلى أن الرئيس عبد الفتاح السيسي وجه بزيادة معارض أهلا رمضان في جميع محافظات الجمهورية مع توفير السلع المختلفة بأسعار مخفضة للمواطنين بنسبة تتجاوز

٢٠٪. وأضاف خليل، خلال لقائه مع الاعلامية إنجي أنور، برنامج "مصر جديدة" المذاع على قناة "etc" اليوم الاربعاء، أن عدد معارض أهلا رمضان تجاوز ٤٦٥ معرضاً وشادر على مستوى الجمهورية فضلاً عن وجود أكثر من ٩٢ سيارة متحركة منتشرة بجميع محافظات الجمهورية، والذي يساعد على

## الرئيس السيسي: توافر الغاز الطبيعي ساهم فى إنشاء مجمع الأسمدة الأزوتية.. نسابق الزمن لزراعة ٣,٥ مليون فدان

### تتمه ص ا

أرجو أن نخلي بالنا ونخدم عليها علشان تجيب خير الفترة الجاية".

أكد الرئيس عبد الفتاح السيسي، أن مصنع الأسمدة الأزوتية يدعم زراعة ٣,٥ مليون فدان، موضحاً: "المصنع ده يدعم زراعة ٣,٥ مليون فدان.. دول بالكثير نصف العام المقبل أو آخره إن شاء الله". وأضاف الرئيس السيسي: "بنبذل جهد كبير علشان الرقم ده يتحقق.. ٣,٥ مليون فدان.. اتعودوا معايا عليها.. إن شاء الله بحاول أكون صادق وأمين معاكم فى كل كلمة، مش نوعد وخلاص، لما بنوعد بنوعد اللى هنقدر نفنذه".

وتابع الرئيس فى كلمته: "التغطية الإعلامية للمشروعات دي هتدي للناس إحساس كبير باللى بيحصل، خاصة فى ظل الزيادة السكانية، بنتكلم فى ٢٠-٢٥ مليون مواطن زيادة سكانية خلال آخر ١٠ سنين.. لو مش عندنا إنتاج يقلل حجم الطلب من برة هتبقى فاتورة الاستيراد هائلة وضخمة".

كده اشتراطات البيئة.. البيئة لها فقرة خاصة.. وتم التأكيد على مراجعة الاشتراطات البيئية فى تنفيذ هذا المشروع". وقال الرئيس عبد الفتاح السيسي، أن الحكومة اتفقت على إعلان أسعار ضمان لبعض المحاصيل الزراعية، قائلا: "أحنا كحكومة اتفقنا على إن نعمل القمح والذرة والفلو الصويا وعباد الشمس، ولذلك بطمن الناس، والضمان يعنى الحد الأدنى للدفع.. لو السعر العالمي أكثر هندفع أكثر.. لو القمح تعاقدا على رقم.. ده الحد الأدنى.. طب زاد القمح هنشتري بالسعر وقت الحصاد.. بأكد على النقطة دي لكل القمح والذرة والفلو الصويا وعباد الشمس".

وشدد: "بقول للفلاحين والمزارعين.. الأرض اللى معاكم غالية جدا جدا جدا.. استفيدوا منها بدل التعدي عليها.. العالم كله عنده مشكلة فى الإنتاج الزراعي والطلب بيزيد علشان النمو السكاني،

"المياه التي تستخدم كمياتها كبيرة هنا.. وعملنا محطة معالجة خاصة لها، بتوفر حوالي ٥٠ ألف متر يوميا، بتيجي من البحر الأحمر عبر موانئ تم مدها من المحطة حتى هنا، ويتم إعادة تدوير المياه الصرف الصناعي واستخدامها مرة ثانية أو للحفاظ على البيئة". وأضاف الرئيس السيسي: "كنا دائما بنشوف فى مشروع زي

وأنا لقيت ناس متطوعة بتكلم عن المشروعات دي.. ولقيت حاجات على اليوتيوب وناس منزلة مراحل من دي.. ده جهد مشكور.. بس بقول لينا وللإعلام نحتاج إلى المزيد من التغطية الإعلامية".

وأكد الرئيس عبد الفتاح السيسي، أن مشروع مجمع الأسمدة الأزوتية له محطة معالجة مياه خاصة، موضحاً:

الكلام ده للناس فى مصر.. فيه جهد وتكلفة كبيرة جدا.. نحاول نقلل من فجوة الغذاء.. لكن يظل النمو السكاني تحدي كبير".

وتابع الرئيس السيسي: "بنتكلم عن ٢,٥ مليون فدان من خلال إعادة معالجة الصرف الزراعي.. وبنعمل محطات معالجة ثلاثية بتكلفة كبيرة.. وارجو ان النقطة دي تكون فى التغطية الإعلامية..







أبعدها، ويبدلون كل جهد من أجل رعاية أبناء مصر المغتربين.

كل القضايا والموضوعات التي تمس أمن مصر القومي، ويتحركون لعرض المواقف المصرية وشرح لافتا إلى أنهم يعملون على مدار الساعة لحماية مقدراتها والدفاع عن مصالحها، يتابعون بعين فاحصة

## الخارجية تحفى بذكرى يوم الدبلوماسية المصرية.. "شكري": أعضاء السلك الدبلوماسي جنود الوطن المرابطون خارج الحدود

المصالح المصرية. إلى ذلك، أكد وزير الخارجية سامح شكري أن الدولة المصرية تعمل على تهدئة الصراعات وإيجاد الوسائل السياسية والدبلوماسية لتجنب الآثار المدمرة لنشوبها، والعمل على حماية المصالح المصرية وتحسين مصر من أي تداعيات مرتبطة بهذه الصراعات.

وأشار وزير الخارجية في تصريحات صحفية إلى أن مصر ترتبط بشركات عديدة تتميز بالتوازن في علاقتها الدولية، ما يؤهلها لأن تكون دائما صوتا للحكمة وصياغة رؤى في كيفية التعامل مع القضايا، مؤكدا

احتفلت وزارة الخارجية المصرية، مساء الثلاثاء، بيوم الدبلوماسية المصرية، بحضور وزير الخارجية سامح شكري، وعدد من وزراء الخارجية السابقين، وبعض مساعدي الوزير وشباب الدبلوماسيين، وذلك بمقر النادي الدبلوماسي في وسط العاصمة.

افتتح وزير الخارجية سامح شكري الاحتفالية بكلمة له تطرق خلالها إلى الجهود التي تبذلها وزارة الخارجية للدفاع عن المصالح المصرية والأمن القومي المصري، مشيرا لدور البعثات الدبلوماسية في الخارج في الذود والدفاع عن

## كتف في كتف أكبر حدث وأضخم مبادرة حماية اجتماعية

الاجتماعية ودورها في تخفيف الأعباء عن محدودى الدخل والفئات الأولى بالرعاية.

التكامل والتضامن لدعم الفئات الأولى بالرعاية

وأكدت أن مبادرة "كتف في كتف" هي إحدى المبادرات الكبرى للحالف الوطني للعمل الأهلي التنموي الذي انطلق في شهر مارس ٢٠٢٢ بمشاركة وعضوية العديد من مؤسسات العمل الأهلي والتنموي في مصر، ويضم التحالف أكثر من ٣٠ جمعية ومؤسسة أهلية وكيانا خديما وتنمويا، وفي مقدمتها مؤسسة حياة كريمة والاتحاد العام للجمعيات والمؤسسات الأهلية، وتعمل هذه الجمعيات في مختلف مجالات التنمية على تنوعها من خدمية وصحية وتوعوية وتعليمية، وعمرانية، وغيرها.



خلال الشهر الجاري على الفئات الأولى بالرعاية والأسر الأكثر احتياجا للتخفيف من آثار الأزمات الاقتصادية المتلاحقة عالميا، والتي خلفت موجات من التضخم وارتفاع الأسعار.

وكشفت ورقة بحثية صادرة عن المركز المصري للفكر والدراسات فلسفة توقيت إعلان مبادرة "كتف في كتف"، واستدامة إنجازات مبادرات الحماية

تعد احتفالية كتف في كتف أكبر حدث، وأضخم مبادرة حماية اجتماعية في تاريخ العمل الأهلي التنموي المصري باستاد القاهرة يوم الجمعة ١٧ مارس ٢٠٢٣ برعاية الرئيس عبد الفتاح السيسي، بمشاركة نحو ٥٠ ألف متطوع، وهي مبادرة تستهدف تعبئة وتوزيع أكثر من ٤ ملايين صندوق من المواد الغذائية بكافة ربوع الجمهورية

## وزير الصحة عن إنشاء الوكالة العربية للدواء "وعد": مصر تمتلك قدرات معتبرة فى تصنيع الدواء

سوى بترجمة حقيقية للأفكار البناءة على أرض الواقع، وحرصا منها على إنشاء كيان عربي للاستفادة والتعاون والتنسيق والتكامل مع هيئات الدواء العالمية، ورغبة صادقة بتنسيق وتسهيل الإجراءات اللازمة للاستفادة من القدرات التصنيعية في البلدان العربية، وهو ما سيحقق في نهايته استدامة دائية لكل الدول العربية من خلال فتح أسواق جديدة للأدوية والمستلزمات التي تصنع داخل الدول العربية، وهو ما سيلقى بظلاله على دعم الإقتصادات العربية ويحقق في مجمله نموا اقتصاديا منشودا.

وأضاف وزير الصحة أن العالم يمر بأزمات صحية عديدة منذ السنوات الماضية، مثمنا أهمية مشاركة تجارب الدول العربية الناجحة خاصة في مجال مواجهة جائحة كورونا على غرار التجربة المصرية حتى تستفيد الدول الأخرى منها العربية.

ونوه وزير الصحة رئيس المكتب التنفيذي لمجلس وزراء الصحة العرب إلى أنه تم مناقشة باستفاضة، خلال أعمال دورة الـ ٥٨ لمجلس وزراء الصحة العرب، التي اختتمت أعمالها أمس، آليات تعزيز المساعدات الصحية العربية التي تمر بأزمات بشكل عام سواء سوريا ولبنان وجيبوتي، والسعي لتحقيق التنسيق والتكامل بين الدول العربية في القطاع الصحي.



لتقليل استيراد الدواء من الخارج. وأضاف أن الوكالة العربية للدواء ستدفع وتنشط مجال البحوث والتطوير في مجال الدواء حتى يكون للدول العربية، كما كان سابقا، دورا في الاكتشافات الدوائية لما تمتلكه مصر والبلدان العربية من مراكز ومعاهد بحثية وإمكانات بشرية متخصصة.

وأشار وزير الصحة رئيس المكتب التنفيذي لمجلس وزراء الصحة العرب إلى أن هذه الوكالة ستكون غطاء يضم الكثير من الأنشطة الخاصة في مجال الصحة في الدول العربية.

واستطرد قائلا إن مبادرة مصر بإنشاء الوكالة العربية للدواء جاء إدراكا منها بأن العمل العربي المشترك لن يتحقق

أكد وزير الصحة الدكتور خالد عبد الغفار أن موافقة وزراء الصحة العرب بإجماع من حيث المبدأ على مقترح مصر بإنشاء الوكالة العربية للدواء "وعد" واحتضان مقرها، يأتي استجابة لرؤية مصر السديدة حول أهمية وجود هيئة عربية تعمل على تنسيق وتكامل المقدرات الخاصة بالتصنيع الدوائي العربي.

وأوضح عبد الغفار، على هامش حضوره اجتماع المكتب التنفيذي لمجلس وزراء الصحة العرب، أن مصر تمتلك على غرار بعض الدول العربية خبرات كبيرة وقدرات معتبرة في مجال التصنيع الدوائي، مشيرا إلى أهمية تحقيق التكامل العربي في هذه الصناعة

## شيخ الأزهر يدعو الغرب لدراسة الإسلام دراسة منصفة واكتشاف ما فيه من تعاليم حكيمة

التطرف والعنصرية، ورسخت لقيم الاحترام المتبادل والتعايش المشترك بين جميع البشر.

جاء ذلك خلال تدوينة لفضيلته على صفحته الرسمية بموقعي التواصل الاجتماعي، فيسبوك وتويتز، باللغتين العربية والإنجليزية، جاء فيها: "في اليوم العالمي لمكافحة الإسلاموفوبيا؛ أدعو الغرب لدراسة الإسلام دراسة منصفة، والتعرف عليه عن قرب؛ ليكتشفوا ما في هذه الشريعة السمحة من تعاليم وتشريعات كرمت الإنسان، وحفظت حقوق المرأة، وجرمت التطرف والعنصرية، ورسخت لقيم الاحترام المتبادل والتعايش المشترك بين جميع البشر".



قرب، واكتشاف ما فيه من تعاليم وتشريعات حكيمة كرمت الإنسان، وحفظت حقوق المرأة، وجرمت

دعا فضيلة الدكتور أحمد الطيب، شيخ الأزهر الشريف، الغرب لدراسة الإسلام والتعرف عليه عن

## من أهل سيناء للرئيس السيسي: شكرا.. مواطنون يبعثون رسائل الأمن والسلام من أرض الفيروز بعد إطلاق الداخلية قوافل ضخمة

تتمه من ا

إلكترونية لأهالي سيناء للتخفيف عنهم، وسهولة استخراج الأوراق والمستندات والرخص بسهولة ويسر، وحرصت على توجيه عدد من سيارات الأحوال المدنية المتنقلة لشمال سيناء لاستخراج كافة الأوراق الثبوتية للمواطنين بأماكن تواجدهم، وذلك لتخفيف الأعباء عن كاهلهم.

وقدمت السيدات بمحافظة شمال سيناء الشكر للرئيس عبد الفتاح السيسي لتوفير الأغذية لهم بأسعار مخفضة، ضمن مبادرة كلنا واحد، بعد إقامة معرضا ضخما على مساحة أرض كبيرة لأول مرة في شمال سيناء.

وقالت سييدة: "أشكر الرئيس، والعريش الآن أفضل بكثير، لا خوف ولا قلق، وكلنا يد واحدة "جيش وشرطة وشعب"، وقالت أخرى: "ربنا يبارك لك الأسعار كويسة".

مكان"، فيما قالت أخرى: "بابا وماما بيسبوني أروح المدرسة لوحدي لأن فيه أمان في العريش"، وقال طالب: "أنا بأحب الضباط جدا".

وقالت مَدرسة: "كنا نعاني قديما من عدم حضور الطلاب، والآن المدارس تكتظ بالطلاب، فالجميع يحرس على الحضور في ظل حالة الأمان التي نعيشها"، فيما قالت أخرى: "نحكي للطلاب عن الشهداء وقصصهم وبطولاتهم".

ووزع ضباط الشرطة هدايا على طلاب المدارس بشمال سيناء، فضلا عن زيارة جامعة العريش، حيث قال الطلاب: "الحياة الآن أفضل، نستطيع نخرج ونذهب للكافيهات والخروج في أي وقت".

ووفرت وزارة الداخلية وحدات مرور

للداخلية توفير السلع الغذائية بأسعار مخفضة من خلال عدد من المنافذ الثابتة والمتحركة للمساهمة في تخفيف الأعباء عن كاهل أهلينا بشمال سيناء، ولاقت تلك المبادرة قبول واستحسان أهلينا بمحافظة شمال سيناء لما لها من مردود إيجابي في تخفيف الأعباء عن كاهلهم والتيسير عليهم في تلقيهم للخدمات بصورة مميزة.

حالة من الفرحه والبسمة ارتسمت على وجوه الطلاب في شمال سيناء، لدى زيارة رجال الشرطة لهم بالمدارس، حيث قالت الطالبة جنة محمود من مدرسة الشهيد عمرو أبو هندية الرسمية للغات: "زمان ما كانش فيه أمان وكان فيه ضرب نار، والآن أصبحنا نشعر بالأمان في كل







## وزير الصناعة: 30% زيادة في حجم التبادل التجاري بين مصر والسويد 2022

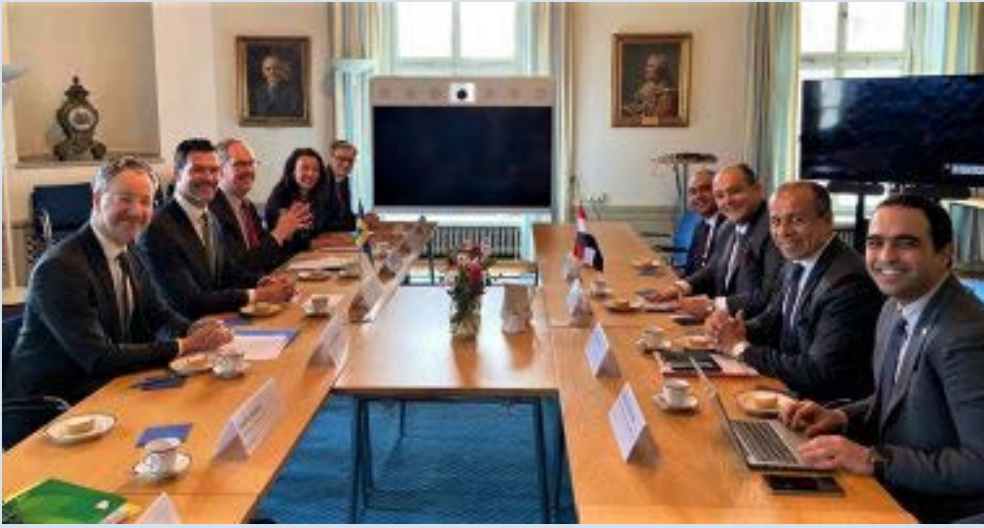
توفر حوافز جاذبة للمستثمرين الأجانب في العديد من القطاعات وبناء القدرات للمشروعات الصغيرة والمتوسطة ودعم السويد لمصر في إطار رئاستها لمجلس الاتحاد الأوروبي، حيث أعرب الوزير عن حرص مصر على العمل عن كثب مع دولة السويد في الحفاظ على الأمن الغذائي وأمن الطاقة، وإدراج هذه الملفات الهامة على رأس أولويات جدول أعمال مجلس الاتحاد الأوروبي خلال رئاسة السويد للمجلس.

ورحب سميح بالشركات السويدية الرائدة المستثمرة في السوق المصري التي تساهم بشكل إيجابي في تنمية الاقتصاد المصري مستفيدة من شبكة الاتفاقيات التجارية التفضيلية الموقعة بين مصر وعدد كبير من الدول والتكتلات الاقتصادية الإقليمية والدولية والتي تضم أكثر من ١,٥ مليار مستهلك.

ودعا الوزير الشركات السويدية لاستكشاف فرص الاستثمار الحالية في مصر في مجالات الصناعة والطاقة المتجددة، والهيدروجين الأخضر، والرعاية الصحية والآلات والمعدات الكهربائية وغيرها من القطاعات، لافتاً إلى أن المنطقة الاقتصادية لقناة السويس تمثل وجهة استثمارية واعدة حيث تضم ٤ مناطق صناعية

أعلنت وزارة الصناعة والتجارة أن حجم التجارة البينية بين مصر والسويد حقق زيادات مستمرة خلال السنوات الست الماضية ليصل إلى حوالي ١,١٢ مليار دولار خلال عام ٢٠٢٢ محققاً زيادة قدرها ٣٠٪ مقارنة بعام ٢٠٢١، كما بلغ حجم الاستثمارات السويدية في مصر حوالي ١٤٥ مليون دولار حتى نهاية أبريل ٢٠٢٢، في عدد ٢٢٢ مشروعاً تغطي مختلف القطاعات.

وقام المهندس أحمد سميح وزير التجارة والصناعة بزيارة إلى العاصمة السويدية استوكهولم خلال يومي ١٣ و١٤ مارس الجاري، عقد خلالها مباحثات ثنائية مع جوهان فورسل، وزير التجارة الخارجية والتعاون والتنمية الدولية السويدي تناولت تعزيز أطر التعاون المشترك بين البلدين في مجالات التجارة، والصناعة، وجذب الاستثمارات السويدية إلى مصر، كما تم تدشين منتدى أعمال مصري سويدي على هامش الزيارة كخطوة أولى ومنصة للتعاون الاقتصادي المشترك بين البلدين خلال المرحلة المقبلة، وقد رافق الوزير خلال الزيارة أحمد عادل، سفير مصر بالسويد والوزير مفوض تجاري يحيى اللواتي بالله، رئيس التمثيل التجاري. وناقشت فعاليات منتدى الأعمال المشترك عدداً من موضوعات وأطر



التعاون المشترك بين البلدين وتعزيز قدرتهما على مواجهة التحديات الاقتصادية العالمية الحالية، وكذا الإعراب عن التزام البلدين بالعمل معاً لتنمية حجم التبادل التجاري الى آفاق أرحب والتأكيد أيضاً على أهمية التعاون لتحقيق أقصى استفادة ممكنة من اتفاق المشاركة المصرية - الأوروبية.

كما تضمن البيان الختامي اتفاق الجانبين على إقامة منتدى أعمال مصري سويدي خلال المرحلة المقبلة في مصر ليشكل منصة تستهدف توسيع وتعميق العلاقات الثنائية مع تكثيف الاهتمام بالتعاون التجاري والتطلع الى تطوير المنتدى مع الوقت لمواكبة احتياجات كلا البلدين ودوائر الأعمال بهما.

في كلا البلدين لدعم النمو التجاري والاستثماري وتضمن البيان التزام مصر والسويد بمسعى التحول نحو الاقتصاد الأخضر الذي يساهم فيه القطاع الخاص بشكل رئيسي، حيث منحت استضافة مصر لقمة مؤتمر الأطراف السابع والعشرين COP٢٧ في شرم الشيخ فرصة متميزة لدوائر الأعمال المعنية لعرض كيفية مساهمة الحلول التي يقدمها القطاع الخاص في تحقيق النمو الاقتصادي الأخضر كما أشار البيان الختامي أنه تم خلال منتدى الأعمال بحث واستكشاف فرص زيادة التجارة والاستثمارات بهدف تحقيق التنمية المستدامة في مجالات الطاقة، والنقل وعلوم الحياة، والتأكيد على أهمية العلاقات الاقتصادية والتجارية والاستثمارية وأهمية تقوية

استراتيجيتين بداية من الربع الأول من العام الحالي وحتى الربع الأول من عام ٢٠٢٤ وفقاً لوثيقة ملكية الدولة. ولفت سميح إلى نجاح الدورة الأخيرة لمؤتمر الأطراف السابع والعشرين COP٢٧ الذي عقد في شرم الشيخ خلال نوفمبر الماضي في الاعتراف بأهمية الجهود العالمية في معالجة آثار تغير المناخ والاستفادة من الدور الهام للقطاع الخاص في هذا الصدد، داعياً الشركات السويدية لزيادة استثماراتها في مصر لا سيما في مشروعات الطاقة الخضراء والمتجددة والهيدروجين الأخضر ومشروعات النقل المستدام. وقد وقع الوزيران بيان ختامي يهدف لاتخاذ إجراءات من شأنها تنمية علاقات التعاون الاقتصادي المشترك وتعزيز أواصر الصلة بين دوائر الأعمال



## التمثيل التجاري: ارتفاع صادرات مصر لأفريقيا إلى ٥,٢ مليار دولار ٢٠٢٢

وعن الجهود الحكومية، لفت إلى أن الحكومة تعكف حالياً على إعداد استراتيجية تنمية الصناعة والتي تشترك بها كافة الجهات، حيث إن الهدف هو رفع تنافسية المنتج المصري وحل كل المعوقات التي تتسبب في خفض تنافسيته، وأكد الباشا أنه تم منذ عام إطلاق استراتيجية تنمية الصادرات لإفريقيا فإن هذه الاستراتيجية يشارك بها أغلب قطاعات الدولة، وتتضمن وضع حلول لمشاكل ومعوقات واضحة يتم العمل على تنفيذها، خاصة فيما يتعلق بالنقل الجوي والشحن البحري، بالإضافة إلى ضمان سداد حصة الصادرات.

من قبل الجهات الحكومية أو القطاع الخاص، لافتاً إلى أن هناك إشكالية في توزيع صادرات مصر للقارة الإفريقية خاصة وأن حوالي ٦٩٪ منها لدول شمال إفريقيا بالإضافة إلى السودان، بينما الـ ٣٠٪ لدول جنوب الصحراء. وأكد الباشا أن ذلك يمثل تحد كبير يجب العمل على حل كافة المعوقات، منوها بأن كافة أجهزة الدولة والقطاع الخاص تهتم بإفريقيا خلال الـ ٣ أو ٤ سنوات الماضية، على الرغم من ضعف أرقام الزيادة المحققة، مؤكداً أننا نحتاج أن تكون الجهود منظمة أكثر وأن يكون هناك تعاون أكبر بين كل الجهات والجمعيات.

كشف مدير إدارة إفريقيا بجهاز التمثيل التجاري الوزير مفوض علي الباشا عن أن قيمة صادرات مصر إلى أفريقيا خلال العام الماضي وصلت لنحو ٥,٢ مليار دولار في مقابل ٥ مليارات دولار خلال ٢٠٢١. وقال الباشا - في جلسة "الفوز في إفريقيا.. استراتيجيات دخول الأسواق الإفريقية"، خلال مؤتمر "إكسبورت سمارت" - إن قيمة الزيادة لا تتعدى ٢٠٠ مليون دولار لا تتوازي مع حجم التركيز الذي بدأت توليه الدولة للقارة الأفريقية على مدار العامين أو الثلاثة الماضية. وأشار إلى أهمية بذل المزيد من الجهود لنجني الثمار وذلك سواء

## الغاز الطبيعي المسال يقود قائمة أهم صادرات مصر ديسمبر الماضي بـ ٢٢٦ مليون دولار

ملحوظاً خلال هذا الشهر، وجاء على رأسها الغاز الطبيعي والمسال والذي سجلت صادراته نحو مليار ٢٢٦ مليون دولار في ديسمبر الماضي، مقابل ٨٦٠ مليون و٤٠ ألف دولار في نفس الشهر عام ٢٠٢١، بزيادة بلغت ٤٠٦ مليون و٤٤٠ ألف دولار، ونسبة زيادة بلغت نحو ٤٧,٣٪. وتضمنت القائمة أيضاً صادرات مصر من الفواكه الطازجة والتي بلغت قيمتها ٢١٧ مليون و٨١٤ ألف

أظهرت بيانات الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، قائمة أهم السلع التي صدرتها مصر بنهاية شهر ديسمبر الماضي، حيث بلغت ٤,١٨ مليار دولار خلال شهر ديسمبر ٢٠٢٢، مقابل ٤,٢٩ مليار دولار لنفس الشهر من العام السابق بانخفاض نسبته ٢,٧٪.

ورغم التراجع الطفيف في صادرات شهر ديسمبر الماضي، إلا أن هناك قائمة ببعض السلع شهدت ارتفاعاً



## "قوى النواب" توافق على زيادة أجور العاملين بالدولة بحد أدنى ١٠٠٠ جنيه.. وزيادة المعاشات بنسبة ١٥٪.. والصرف أول أبريل

أقل من عام لتحسين دخول العاملين بالجهاز الإداري للدولة، وأصحاب الكوادر الخاصة والعاملين بالقطاع العام وقطاع الأعمال العام وأصحاب المعاشات والمستفيدين من برامج تكافل وكرامة، اعتباراً من أول أبريل ٢٠٢٣، وكلها قرارات تخدم المواطن المصري بصورة كبيرة وتساعد في تحسين الأحوال المعيشية لهم".

قرارات الحماية الاجتماعية التي قررت الدولة لتخفيف الأعباء عن المواطنين. وقال النائب عادل عبد الفضيل، رئيس اللجنة: "باسم وباسم جميع الزملاء أعضاء لجنة القوى العاملة مجلس النواب، أوجه الشكر والتقدير للرئيس عبد الفتاح السيسي رئيس الجمهورية، على حزمة قرارات الحماية الاجتماعية التاريخية التي وجه بها الحكومة في

للعاملين بالدولة، وزيادة المعاشات، لتبدأ اعتباراً من أول أبريل المقبل، على أن تكون تلك الحزمة بقيمة ١٠٠٠ جنيه بحد أدنى لكل موظف من العاملين بالجهاز الإدارية للدولة، تفعيلاً لتوجيهات القيادة السياسية لتخفيف الأعباء عن كاهل المواطنين. من جانبها، وجهت لجنة القوى العاملة مجلس النواب، الشكر والتحية للقيادة السياسية على حزمة



## بقلم د. عماد عبد الرؤوف الرطيل دكتوراه الآثار الإسلامية كلية الآثار جامعة القاهرة

## رمضان كريم

طرية وأعتقد أنه التاريخ الأقرب إلى الحقيقة.

وفي ٢٥ رمضان ٦٥٨ هجرية خرج سلطان مصر سيف الدين قطز من مصر على رأس الجيوش المصرية وذلك لملاقاة جيش المغول الهيب في معركة عين جالوت وأنتصر فيها المسلمون إنتصاراً ساحقاً وأدت المعركة لإنحسار نفوذ المغول في بلاد الشام وخروجهم منها نهائياً وإيقاف المد المغولي. وفي الرابع من شهر رمضان عام ٦٦٦ للهجرة (١٢٦٨ ميلادي) نجح المسلمون بقيادة الظاهر بيبرس في استرداد مدينة إنطاكية من يد الصليبيين بعد أن ظلت أسيرة في أيديهم ١٧٠ عاماً. ولعل أعظم انتصاراتنا في زماننا المعاصر ما كان في حرب العاشر من رمضان المبارك الموافق السادس من أكتوبر عام ١٩٧٣ حيث شنت كل من مصر وسوريا الحرب على إسرائيل وعبر الجيش المصري قناة السويس محطماً خط بارليف.

هذه بعض السجيا والبهات التي حظى بها شهر رمضان المعظم والكريم وهو فرصة متاحة للجميع لمراجعة النفس وإدراك ما سلف من تقصير وتفریط في حدود الله والعودة إلى طريق الحق والهداية وأن يكون صومنا خالصاً لوجه الله تعالى حتى نستطيع أن نفوز الفوز العظيم وندخل من باب الريان الذي خصه المولى عز وجل لعباده الصائمين.

ومن الأحداث التي وقعت في السنة الثامنة للهجرة فتح مكة، وكان خروج النبي صل الله عليه وسلم من المدينة في العاشر من رمضان. وفي اليوم الثاني من رمضان عام ١١٤ هجرية حدثت معركة بلاط الشهداء الشهيرة، وقد اشتعلت هذه المعركة بين المسلمين بقيادة عبدالرحمن الغافقي والفرنجة بقيادة شارل مارتل وذلك بمنطقة بواتيه الفرنسية، وكان من أهم نتائجها أنها أوقفت المد الإسلامي إلى كل أوروبا.

وفي ١٥ رمضان ١٢٨ هجرية الموافق ٢٠ فبراير ٧٥٦ عبر عبد الرحمن الداخل المعروف بصقر قریش البحر إلى الأندلس ليؤسس دولة إسلامية قوية وهي الدولة الأموية في الأندلس. وفي السادس من شهر رمضان سنة ٢٢٣ هجرية جهز الخليفة العباسي المعتصم جيشاً لحرب الروم استجابة للصرخة الشهيرة لإحدى النساء المسلمات ”والا معصماه“، حيث حاصر عمورية إلى أن سقطت ودخلها المسلمون في السابع عشر من شهر رمضان.

وفي ٢٦ من شهر رمضان المبارك ٥٨٤ هجرية الموافق للسابع عشر من شهر نوفمبر للعام الميلادي ١١٨٨، كانت موقعة حطين بقيادة السلطان الناصر صلاح الدين الأيوبي، إلا أن هناك اختلاف بين بعض المؤرخون حول تاريخ موقعة حطين ويذكر غالبية المؤرخين أنها وقعت يوم السبت ٢٥ ربيع الثاني ٥٨٣ هجرية الموافق ٤ يوليو ١١٨٧ بتلال حطين بالقرب من

في العشر الأخيرة في رمضان، وإن كان الرسول الكريم قد أعطانا ملامح وصفات تكون عليه هذه الليلة المباركة بأنه قال ”ليلة القدر ليلة سمحة طلقة لا حارة ولا باردة تصبح الشمس صبيحتها ضعيفة حمراء“. ولم تقتصر فضائل شهر رمضان على تلك الروحانيات الرائعة والسجيا الحميدة ولكنه كان أيضاً شهر أحوى أهم الفتوحات، وعظيم الانتصارات التي قوضت دعائم الكفر ودقت أعناق أكبر إمبراطوريتين في تلك الأزمان وهى الفرس والروم، فمنها ما حدث في حياة النبي الكريم، ومنها ما توالى في عهد الخلفاء الراشدين، ثم الدول التي تعاقبت بعد ذلك ويحظى تاريخنا الإسلامي بالكثير من هذه الأحداث أذكر منها.

نزل الوحي والقرآن على الرسول صل الله عليه وسلم وبدء الدعوة الإسلامية، ووفاء أبي طالب عم الرسول عليه الصلاة والسلام وذلك في السنة العاشرة من بعثته صل الله عليه وسلم، ووفاء أم المؤمنين خديجة وذلك أيضاً في السنة العاشرة من المبعث وقبل الهجرة بنحو ثلاث سنين وهو ما سمي بعام الحزن. وفي السابع عشر من شهر رمضان من السنة الثانية للهجرة وقعت غزوة بدر الكبرى والتي أطلق عليها القرآن الكريم اسم ”يوم الفرقان“، وهى أولى المعارك المهمة في التاريخ الإسلامي، حيث كان عدد المسلمين فيها ثلاثمائة وثلاثة عشر رجلاً، وعدد المشركين تسعمائة وخمسين رجلاً.

سبحانه وهو الوحيد الذي يجزى به. وثالثها أن في كل ليلة من لياليه عتقاء من النار ولكل عبد دعوة مستجابة، وهو الشهر الذي أختصه الله سبحانه وتعالى بإنزال كتبه على رسله حيث كانت صحف إبراهيم في أول ليلة، والتوراة نزلت في السادس منه، والإنجيل في الثالث عشر، والزيور في الثامن عشر، وأنزل القرآن في ليلة القدر في العشر الأواخر من رمضان. من تلك النفحات أيضاً أن العمرة خلاله تعادل حجة مع الرسول الكريم، كما تعهد الله سبحانه وتعالى للمؤمن الذي يصوم إيماناً واحتساباً يغفر له ما تقدم من ذنبه وغير ذلك من التجليات العظيمة والقطوف الدانية التي أختصت بها أمة خير الأنام محمد عليه الصلاة والسلام. ومن كرمه أيضاً ما حض عليه الرسول الكريم من وجوب السحور لأن فيه بركة حتى لو كان قليل كجرعة ماء أو عدد من التمرات، كما قال رسول الله صل الله عليه وسلم ووصف السحور بأنه ”بركة“ لأنه يجمع كل خصال الخير ويسهل الوصول والحصول على النعم. ونأتي إلى غاية الكرم ودرة الهبات الربانية بأنه فيه ليلة من أجل وأعظم الليالي قال في شأنها رسول الله صل الله عليه وسلم ”وفيه ليلة هي خير من ألف شهر من حرم خيرها فقد حرم“ وأن من قام ليلة القدر إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه. وقد أخفى تحديد يومها يقيناً وإن قد أشير إلى أنها إحدى ليالي الوتر



إن عدتها فإنها تحتاج إلى صفحات وصفحات لا نستطيع ذكرها في هذا المقام، لذا سوف أقتطف منها بعض الأزهار التي تزين بستان هذا الشهر الكريم والتي تبدأ من أول ليلة من لياليه حيث تصفد الشياطين والجان وتغلق أبواب النار وتفتح أبواب الجنان، وثاني هذه القطوف أن الله سبحانه وتعالى خص الصيام بأنه له

لم يحظ شهر من الشهور العربية بمثل ما حظى به شهر رمضان وأول ما يطالعنا من آيات التجيل والتعظيم أنه الوحيد الذي استأثر بلفظة كريم. فما أن يهل الشهر علينا الا ان تكون عبارات التهئة بين عامة الناس وأولها تكون ”رمضان كريم“ وذلك لما يحمله إلينا هذا الشهر من عظيم الفضل وواسع الجود وكثرة العطايا والتي

## امراة عصرية



عايض السراجي

وشركات النقل حيث لمسنا الفرق الحاصل في الاجراءات وانسيابية العمل وتسريع في الانتاجية وهذا هو المطلوب في عصر العولمة والاقتصاد الحر .

اثبتت المرأة السعودية قدرتها بانها قادرة على دفع عجلة الاقتصاد والإبحار به الى الضفة الاخرى حينما فسح لها المجال للمساهمة في دفع عجلة الاقتصاد وقادرة على ابتكار طرق عصرية في عالم الادارة الحديثة وفتحت الطرق المغلقة التي تم وضع فيها العربة امام الحصان في أزمنة مضت في تلك الفترة كنا نشاهد العالم يتطور من حولنا في شتى المجالات وكانت المرأة شريكة في تلك النجاحات في بلدان العالم الصناعي.. اليوم اتى دور المرأة السعودية التي تثبت تفوقها في ادارة المشهد الاقتصادي بكل احترافية. في هذا المقال اتناول شخصية

اثبتت المرأة السعودية قدرتها بانها قادرة على دفع عجلة الاقتصاد والإبحار به الى الضفة الاخرى حينما فسح لها المجال للمساهمة في دفع عجلة الاقتصاد وقادرة على ابتكار طرق عصرية في عالم الادارة الحديثة وفتحت الطرق المغلقة التي تم وضع فيها العربة امام الحصان في أزمنة مضت في تلك الفترة كنا نشاهد العالم يتطور من حولنا في شتى المجالات وكانت المرأة شريكة في تلك النجاحات في بلدان العالم الصناعي.. اليوم اتى دور المرأة السعودية التي تثبت تفوقها في ادارة المشهد الاقتصادي بكل احترافية. في هذا المقال اتناول شخصية



## عضو مؤسسة مجلس القبائل والعائلات: ملحمة البناء والتنمية بسيناء عبور جديد فى عهد السيسي

في القضاء على الإرهاب، وتطهير أرض سيناء من الإرهابيين، وأنه لولا التضحيات التي قدمها أبطال القوات المسلحة والشرطة، لما وصلنا إلى هذه المرحلة من الأمن والاستقرار، لتبدأ من جديد معركة البناء والتعمير. وأضاف المهندس محمد سامي لهلوب أن الدولة المصرية تعتمد على سواعد أبناءها في تنفيذ ملحمة البناء والتنمية بسيناء، وربطها بالوادي والدلتا والعالم، من خلال المحاور والأنفاق، وازدواج الممر الملاحي لقناة السويس الذي يعد أحد أهم شرايين التنمية على مستوى العالم، وتطوير المطارات والموانئ البحرية والبحرية، وإقامة مناطق صناعية، ومشروعات بنية تحتية وتجمعات عمرانية قادرة على استيعاب

قال المهندس محمد سامي لهلوب عضو الهيئة العليا لمجلس القبائل والعائلات المصرية، إن تنفيذ الدولة لخطة تنمية وإعمار سيناء بمثابة ” عبور جديد“ لسيناء في ظل الجمهورية الجديدة، مؤكداً أن أرض الفيروز تحظى بمكانة كبيرة في قلوب المصريين، فتراثها المقدس ارتوى بدماء الشهداء على مدار التاريخ، كما أنها المكان الوحيد على كوكب الأرض الذي شهد التجلي الأعظم، وعلى أرضها كلم الله موسى عليه السلام في الوادي المقدس طوى.

وأكد عضو مجلس القبائل و العائلات المصرية، أن تفقد الرئيس عبد الفتاح السيسى لاصطفاف المعدات المشاركة في تنفيذ ملحمة البناء والتنمية الشاملة لسيناء، رسالة قوية بأن مصر نجحت







## الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لنبات الكركديه

الليمفاوية، وكرات الدم البيضاء. وهو أيضا مصدر للعديد من الأحماض العضوية (مثل المالكيل، الطرطريك، الستريك وجليكوسيد كلوريد الهيبيين)، وبعض المواد المخاطية. وكذلك يقوي ضربات القلب، ويساعد في سرعة دوران الدم داخل الجسم. ويحتوي الكركديه كذلك على مواد مطهرة تقتل الميكروبات، مما يجعله مفيدا في علاج الحميات، عدوى الميكروبات، أوبئة الكوليرا، السلالات البكتيرية، بالإضافة إلى بعض الطفيليات. كما أنه يحسن المزاج، وبالتالي يقي من الاكتئاب، ويساعد على النوم بشكل أفضل، وبالتالي يقلل الأرق. علاوة على ذلك، فإن الكركديه يدخل أيضًا في صناعة بعض مستحضرات التجميل.

أكسدة قوية جدا تساعد الجسم في محاربة الجذور الحرة وتقوية المناعة، والوقاية من العديد من الالتهابات والمشاكل مثل التهابات المفاصل والعظام والسرطانات وأمراض القلب والزهايمر والعديد من الأمراض الأخرى. كما أن له دور في محاربة علامات الشيخوخة والتجاعيد لاحتوائه على معدلات عالية من البوليفينول، وهو مضاد أكسدة قوي يساعد بشكل خاص على الوقاية من سرطان المعدة. وقد أثبتت الدراسات العلمية أن للكركديه دور في خفض نسبة الكوليسترول السيئ في الدم لدى مرضى السكري، وزيادة الكوليسترول الحميد بالمقابل، وبالتالي المحافظة على صحة القلب والشرابين وتعزيزها. كما أنه ينقي الدم، ويزيد من الخلايا



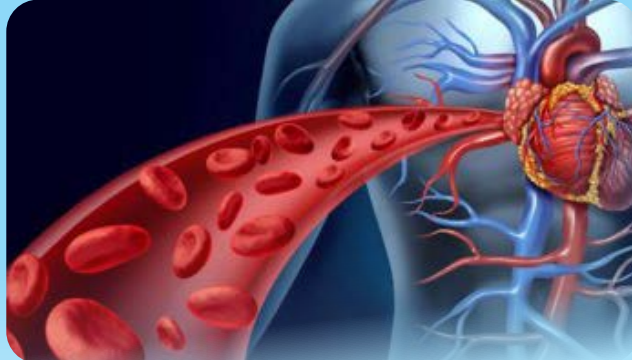
**بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين**

يحتوي الكركديه على العديد من الفيتامينات مثل فيتامين أ، وفيتامين ج، والعناصر الغذائية مثل المغنيسيوم، والبوتاسيوم، والكالسيوم وغيرها، وبالتالي يعتبر شربه كشاهي مفيد لجسم الإنسان، حيث أنه يعدّ مشروبًا ملطفًا، مرطبًا ومنعشًا، ومنشطًا للهضم، ومدرًا للبول، وملينًا، ومساعدًا على خفض ارتفاع ضغط، ومساعد في علاج نزلات البرد، والكحة، وارتفاع الحرارة، وهو مضاد لمرض الإسقربوط (مرض نقص فيتامين ج)، ومفيد في علاج الحمى، ويساعد على إيداء ميكروب السل، ومفيد لحالات السل الرئوي، ومهدئ لتقلصات الرحم، المعدة، الأمعاء. كما يحتوي الكركديه على مضادات



طريق تقليل العوامل الالتهابية في مجرى الدم والتي تؤثر على تدفق الدم الصحي إلى القلب. ٣. تضمن الدهون الصحية تساعد الدهون الصحية مثل الكتان والشيا والأفوكادو، على سبيل المثال، على زيادة تدفق الدم عن طريق تقليل الالتهاب وتزليق الشرايين، من السهل العمل في نظامك الغذائي فقط القليل من كل منها على مدار اليوم سيقي بالغرض. ٤. النشاط البدني

تأكد من أنك تتحرك كل يوم، تساعد الحركة في الحفاظ على ضخ الدم والعمل بالطريقة التي يريدها جسمك، يمكن أن يساعد ذلك في الحفاظ على صحة قلبك، تساعد الحركة أيضًا في التدفق الليمفاوي المهم لتدفق الدم الصحي. ٥. نظام غذائي خالي من اللحوم يعد النظام الغذائي الخالي من اللحوم أحد أفضل الطرق لتقليل خطر الإصابة بأمراض مزمنة، للحوم حمضية للدم وتؤدي إلى انسداد الشرايين والسكري والسرطان. ٦. تقليل التوتر والإجهاد تعتبر إدارة الإجهاد أمرًا مهمًا لنظام الدورة الدموية الصحي لأن الإجهاد يمكن أن يسبب اختلالًا في الهرمونات، ويجعل الجسم حمضيًا، ويمكن أن يضر قلبك نتيجة لذلك. الصداع ومشاكل الجهاز الهضمي وحتى المشاكل الأكثر خطورة مثل النوبات القلبية تحدث جميعها من الإجهاد المزمن، تعمل اليوجا على تحسين تدفق الدم، جنبًا إلى جنب مع المشي، والارتداد، وغيرها من التمارين السهلة على مفاصلك. تساعد هذه الأنشطة البسيطة في تقليل التوتر بسبب الطريقة التي تؤثر بها على الجهاز العصبي المركزي وخفض الكورتيزول في الجسم



## 6 نصائح تساعدك على تنشيط الدورة الدموية في الجسم والحفاظ على صحة القلب

تعتبر الدورة الدموية مهمة جدًا لصحتنا وتؤثر على العديد من جوانب ما نشعر به، غالبًا ما ننسى ذلك في خضم حياتنا المزدحمة، وإليك علامات ضعف الدورة الدموية وطرق تحسينها وفقا لما نشره موقع "onegreenplanet". بعض العلامات على ضعف الدورة الدموية: برودة اليدين والقدمين (غالبًا ما يتم استيعابها باللون الأزرق أو الأرجواني بسبب ضعف الدورة الدموية)، وبطء الهضم (بسبب كيفية تحويل الدم بعيدًا عن المعدة لأسباب مختلفة)، وانخفاض الطاقة (لأن التمثيل الغذائي لدينا يعتمد على الدورة الدموية الصحية)، والعضلات الركوند (لأن الدم لا يتدفق على النحو الأمثل من خلال خلايا العضلات)، وحتى الصداع بسبب ضعف تدفق الدم. والأسوأ من ذلك كله، أن مشاكل القلب تحدث غالبًا بسبب ضعف الدورة الدموية مثل أمراض الشرايين والسكري، لا يمكن لقلوبنا أن تعمل على النحو الأمثل بدون الدورة الدموية الصحية لأن صحة الشرايين تتأثر بشكل كبير



## 6 فوائد صحية لتناول الذرة.. أبرزها علاج النحافة وفقر الدم

إذا كنت رياضيًا، فقم بتضمين الذرة في وجباتك كثيرًا، تحتوي الذرة على الكربوهيدرات المعقدة التي يتم هضمها بوتيرة أبطأ، والتي بدورها توفر الطاقة لفترة أطول من الوقت، ينتج كوب واحد من الذرة حوالي ٢٩ جرامًا من الكربوهيدرات التي لا توفر فقط الطاقة البدنية ولكنه يضمن حسن سير عمل الدماغ والجهاز العصبي. ٣. علاج للنحافة يمكن أن يكون إضافة صحية لوجباتك إذا كنت ترغب في اكتساب بضعة كيلوجرامات إن تناول الدهون غير المرغوب فيها والدهون السيئة لن يؤدي إلا إلى مشاكل صحية أخرى على المدى الطويل، مع الذرة، لا تحصل فقط على سرعات حرارية صحية، بل تحصل أيضًا على مجموعة من الفيتامينات والألياف عالية الجودة. ٤. خفض نسبة السكر في الدم ومستوى الكوليسترول الذرة الحلوة وزيت الذرة يزيد من تدفق الدم، يقلل من امتصاص الكوليسترول وينظم الأنسولين، مما يجعله خيارًا ممتازًا لمرضى السكر ومرضى الكوليسترول، إنها غنية بالكربوهيدرات، وهي مصدر رائع للطاقة، تحتوي الذرة على نسبة عالية

تعتبر الذرة عادة من الخضراوات ولكنها في الواقع حبوب غنية بالألياف والفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة، على الرغم من الذرة ذات اللون الأصفر شائعة جدًا في جميع أنحاء العالم، تحتوي حبات بذور الذرة على غالبية العناصر الغذائية وهي الأجزاء الأكثر استهلاكًا، قد تحتوي الذرة على نسبة عالية من السكر (السكروز) ولكن هناك العديد من الخصائص الأخرى لهذه الحبوب التي يجب عدم إغفالها، وفقا لما نشره موقع "food.ndtv". الفوائد الصحية للذرة ١. يقلل من خطر الإصابة بفقر الدم الذرة غنية بفيتامين ب ١٢ وحمض الفوليك والحديد الذي يساعد في إنتاج خلايا الدم الحمراء في الجسم، يساعد في الحد من خطر الإصابة بفقر الدم، من خلال توفير ما يكفي من العناصر الغذائية اللازمة لإنتاج خلايا الدم الحمراء الطازجة، وفقًا لأخصائيي التغذية، يحتوي كوب واحد من الذرة النبتة على ١٢٥ سعرًا حراريًا، و ٢٧ جرامًا من الكربوهيدرات، و ٤ و جرام من البروتين، و ٩ جرام من السكر، و ٢ جرام من الدهون، و ٧٥ ملليجرام من الحديد. ٢. محسن الطاقة

## 6 نصائح للتخلص من الكسل والاستيقاظ بنشاط كل صباح

مزاجية جيدة مع العلم أن لديك خطة منظمة لليوم التالي. ٤. ابدأ يومك بملاحظة هادئة إن اتباع روتين صباحي صحي أمر غير قابل للتفاوض بحيث يضبط الحالة المزاجية طوال اليوم. يمكنك تجربة اليوجا / التأمل، حتى لمدة ١٥ دقيقة، أو يمكنك التفكير في اتباع نظام لياقة بدنية في الصباح من شأنه تنشيطك التزام بهذا الروتين لرؤية أفضل النتائج على المدى الطويل. ٥. قم بالمهام التي تبدو مملة أولاً حاول حل التحديات التي قد تتصور أنها قادمة مسبقًا إن وضع خطة ما أمر مفيد عندما تحل المهام الشاقة أول شيء في الصباح، سينتهي بك الأمر بالشعور بالدافع والتمكين. ٦. لا تضغط على غفوة المنبه عندما يتعلق الأمر بمحاولة الاستيقاظ وأنت مفعم بالطاقة، إذا كنت تقضي آخر نصف ساعة من نومك في "نوم مجزأ" يمكن أن يكون له عواقب وخيمة على قدرتك على العمل خلال اليوم. جرب اختراق دورة النوم لمدة ٩٠ دقيقة عن طريق ضبط المنبه قبل ٩٠ دقيقة من وقت الاستيقاظ والتنبيه عندما تريد الاستيقاظ.



الحفاظ على دورة نوم واستيقاظ منتظمة إلى حد ما حتى تستيقظ وأنت تشعر بالصحة والانتعاش. ٢. قل لا للشاشات في وقت النوم تجنب استخدام الشاشات حتى وقت متأخر جدًا من الليل. بدلاً من ذلك، اقرأ حتى تتمكن من الاسترخاء والراحة والحصول على نوم جيد يبقينا الضوء الأزرق المنبعث من الأجهزة مستيقظين حتى وقت متأخر ويقلل أيضًا من إفراز الميلاتونين، هرمون النوم. ٣. قم بعمل قائمة مهام لليوم القادم رتب الأشياء التي تتطلع إليها خلال اليوم، من شأن إعداد قائمة بالأشياء التي يجب القيام بها أن يجعلك تشعر بالقوة والتحفيز لليوم التالي، وسوف تميل إلى النوم في حالة

يشعر الكثير من الناس بالإرهاق والتعب في الصباح، وينتهي الأمر بشرب فنجان من القهوة لاستعادة النشاط والتركيز، فإذا كانت هذه طقوسك الصباحية، فأنت بحاجة إلى إجراء بعض التعديلات لاستعادة النشاط والطاقة العالية، وهناك طرق عديدة للتغلب على الكسل والاستيقاظ مفعمًا بالطاقة والنشاط نتعرف عليها في السطور التالية، بحسب موقع "health". ٦ نصائح للتخلص من الكسل والاستيقاظ بنشاط كل صباح ١. وضع جدول نوم جيد إن تطوير جدول نوم جيد واتباع ممارسة صحية للنوم سوف يأخذك شوطًا طويلاً في بناء حياة ناجحة وصحية. يجب عليك دائمًا محاولة





## مصري يفوز بجائزة الفن التشيكلي.. إعلان الفائزين بجائزة فلسطين الثقافية ٢٠٢٢

المقدمة، وعدم ارتقاءها للمعايير المطلوبة.

وقدم الدكتور عبد الرحمن خلال الحفل درع المؤسسة تكريماً لكل من: رئيس جمعية المستشفيات الخاصة في الأردن الدكتور فوزي الحموري باعتباره "رجل الإنجاز لعام ٢٠٢٣"، والدكتور وائل فطير بوصفه المتبرع الأول -لبرامج المؤسسة- من بين الأطباء في الأردن، بالإضافة إلى "فنان العام ٢٠٢٣" الفنان التشيكلي د. محمود صادق، فيما تم تكريم "ضيف من فلسطين" وهو لهذا العام معالي الدكتور باسم خوري وزير الإقتصاد الوطني الفلسطيني الأسبق، بالإضافة إلى محيي الحفل الفنان الشاعر هيم الأسدي من فلسطين، الذي أبدع في وصلات زجلية غنائية وطنية وطربية أثارت حماسة الجمهور واستمتاعه.

الخطيب للتصوير الفوتوغرافي، وقضت لجان التحكيم المتعددة والمتخصصة، بفوز ما مجموعه (٧) متسابقين (ولو بدرجات متفاوتة). وقد توزع هؤلاء الفائزون على (٥) بلدان عربية هي: مصر، المغرب، سورية، فلسطين، والعراق، علماً أن مجموع عدد المشاركين/ المشاركات في الجوائز الست قد بلغ: (١٩٤) مشاركاً/ مشاركة، وتوزعوا على (١٤) بلداً عربياً هي: الأردن، مصر، سورية، المغرب، اليمن، السودان، العراق، السعودية، تونس، فلسطين، الإمارات العربية المتحدة، الجزائر، البحرين، ولبنان.

وجاءت أسماء الفائزين على النحو التالي: "جائزة فدوى طوقان للشعر - وشاعر هذا العام: فدوى طوقان"، وفازت في المرتبة الأولى نور الموصلي من سورية عن مجموعتها: "ربما أخرج يوماً من ثيابي". "جائزة وليد



سميرة عزام"، و"جائزة ناجي العلي للكاريكاتير"، و"جائزة فدوى طوقان للشعر - وشاعر هذا العام: فدوى طوقان"، و"جائزة إدوارد سعيد في الفكر التنويري العربي المعاصر ونقد الفكر الاستشراقي"، و"جائزة وليد

وتم تسمية فروع الجوائز الست، هذا العام باسم الرواد في الحقوق المختلفة، هي لهذا العام: "جائزة رائد الفن التشيكلي جمال بدران"، و"جائزة غسان كنفاني للأدب" وهي لهذا العام في "القصة القصيرة - دورة

أعلن مجلس أمناء "مؤسسة فلسطين الدولية"، مساء أمس، أسماء الفائزين بجوائز فلسطين الثقافية في دورتها التاسعة لعام ٢٠٢٢، وذلك خلال الحفل السنوي الحاشد الذي حمل عنوان: "ليلة لفلسطين - ١٧".



### ندوة "دور التعليم في تمكين المرأة" بالأعلى للثقافة.. ٢١ مارس

يوم الأربعاء ١٥ مارس ٢٠٢٣ في تمام الساعة الخامسة مساءً، وتتضمن الأمسية مشاركة، حنان شاهين "إبداع شعري" شاعرة، ومحمد عبد الحميد معوض "إبداع شعري" شاعر، وإيناس الهندي "إبداع قصصي" كاتبة، وفاء السعيد "إبداع قصصي" كاتبة. والرؤية الفكرية بعنوان (القصة القصيرة والكتابة التفاعلية)، يقدمها الكاتبات: شيما ياسر، ومريم حسين، والدكتورة مي التلمساني، ونورا ناجي، ونور حليم، وتدير الأمسية الدكتورة عزة بدر (كاتبة وصحفية معلقة صباح الخير مؤسسة روز اليوسف وعضوة لجنة السرد القصص والروائي بالمجلس الأعلى للثقافة.

تدير الندوة الدكتورة منى الحديدية، استاذة علم الاجتماع بكلية الآداب جامعة حلوان، مقرر لجنة الشباب، ويشارك بها: الدكتور أنور مغيث - أستاذ الفلسفة بكلية الآداب جامعة حلوان، مقرر لجنة الترجمة، والكاتب إيهاب الملاح، والدكتورة سامية قدرى أستاذة علم الاجتماع والأنثروبولوجيا بكلية البنات، جامعة عين شمس، والكاتبة منى رجب - عضوة لجنة السرد القصص والروائي، والناتبة نجوى خلف - عضو مجلس النواب لشئون الإعاقة.

يستضيف المجلس الأعلى للثقافة - لجنة الشباب، ندوة "دور التعليم في تمكين المرأة ضد الحرمان والتمييز والعنف"، وذلك في تمام الساعة السادسة مساءً يوم الثلاثاء الموافق ٢١ مارس ٢٠٢٣ بقاعة المؤتمرات بالمجلس الأعلى للثقافة، وتأتي الفاعلية ضمن الفاعليات التي ينظمها المجلس الأعلى للثقافة للاحتفال باليوم العالمي للمرأة. وتأتي الندوة تحت رعاية الدكتورة نيفين الكيلاني - وزيرة الثقافة؛ والدكتور هشام عزمي - الأمين العام للمجلس الأعلى للثقافة؛ والدكتورة منى الحديدية - مقرر لجنة الشباب بالمجلس الأعلى للثقافة.



### دار الكتب والوثائق تقيم الملتقى الشهري لمبدعي أدب الطفل

الكتب الوطنية في أوروبا. وفي عام ١٩٠٤م انتقلت المكتبة إلى مبنى أنشئ لها في ميدان باب الخلق. وفي عام ١٩٧١م انتقلت المكتبة إلى المبنى الحالي على كورنيش النيل برملة بولاق، والذي صمم ليكون صالحاً لأداء الخدمات المكتبية الحديثة ولتتمكن بمساحاته الضخمة من توفير مخازن مناسبة لحفظ المخطوطات والبرديات والمطبوعات والدوريات والميكروفيلم، بالإضافة إلى قاعات تستوعب العدد الضخم من المترددين على الدار وتخصص أماكن للمراكز المتخصصة والمكاتب الإدارية ليوّدي وظيفته كمكتبة وطنية تقدم خدماتها للباحثين والقراء في شتى المجالات.

البحوث والدراسات الأسبق بالمركز القومي لثقافة الطفل، الدكتورة إيمان سند كاتبة أطفال ومدير عام مركز تنمية الكتاب، ويديره: جمال الفيشاوي الناقد المسرحي. تعد دار الكتب المصرية أول مكتبة وطنية في العالم العربي؛ ففي عام ١٨٧٠م وبناءً على اقتراح علي باشا مبارك ناظر ديوان المعارف - وقتئذ - أصدر الخديو 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 لمكتبة عامة على غط دور

تقيم الهيئة العامة لدار الكتب والوثائق القومية، برئاسة الدكتور أسامة طلعت، الملتقى الشهري السابع والأربعين لمبدعي ونقاد أدب الطفل، وذلك اليوم الأربعاء ١٥ مارس، في تمام الساعة الثانية ظهراً بمقر المركز بميدان الممالك، القاهرة. ينظم الملتقى مركز توثيق وبحوث أدب الطفل بالإدارة المركزية للمراكز العلمية برئاسة أشرف قادوس ويتناول نص مسرحية "كشفتناه" لأحمد إسماعيل عبد الباقي الكاتب والمخرج المسرحي. يتحدث في الملتقى الكاتب محمد عبد الحافظ ناصف رئيس المركز القومي لثقافة الطفل، مها ثاقب مدير عام

### رئيس البرلمان العربي ورئيس المجلس التشريعي لتجمع شرق أفريقيا يتفقان على برامج عمل مشتركة لتعزيز العلاقات العربية الأفريقية

ميزانية تجمع شرق أفريقيا، والنظر في التقارير السنوية عن أنشطة التجمع، وأية تقارير أخرى يحيلها إليه. ويضم المجلس التشريعي لتجمع شرق أفريقيا ست لجان، هي: لجنة الحسابات، لجنة الشؤون القانونية والقواعد والامتيازات، لجنة الاتصالات والتجارة والاستثمار، لجنة الزراعة والسياحة والموارد الطبيعية، لجنة الشؤون الإقليمية وحل النزاعات، لجنة الشؤون العامة حضر اللقاء من وفد البرلمان العربي معالي النائب علي بن ناصر المحروقي عضو البرلمان العربي، ومعالي النائبة منى الخليي عضو البرلمان العربي.



البرلماني لتجمع شرق أفريقيا الذي يضم سبع دول هي: تنزانيا، وأوغندا، وكينيا، ورواندا، وبوروندي، وجنوب السودان، والكونغو. ويختص هذا الجهاز بالمناقشة والموافقة على

تتمه ص ا

وآليات تنفيذها على أرض الواقع. جدير بالذكر أن المجلس التشريعي لتجمع شرق أفريقيا المعروف اختصاراً بـ "EALA" هو الذراع





## تعملها إزاي.. طريقة استخدام ميزة "اكتشاف المسار التلقائي" على ساعة أبل الذكية



طرحت أبل تحديث watchOS ٩.٢ للساعات المتوافقة مع تحديث iOS ١٦.٢ لأجهزة iPhone و iPad، حيث يوفر watchOS ٩.٢ مميزات قيد التشغيل لتطبيق Workout على أبل Watch Series ٤ والطرازات الأحدث، ويأتي مزوداً بميزات تشغيل الكشف التلقائي عن

ممر إذا اكتشفت أبل Watch أنك تعمل على مسار. - بعد ذلك، حدد خيار المسار باستخدام زر علامة الجمع أو الطرح. - اضغط على زر التأكيد. - إذا كانت هذه هي المرة الأولى التي تؤدي فيها تمريناً على المسار، فاضغط على زر التأكيد بعد تحديد وحدة القياس (الأميال / الأمتار).

- ستخبرك أبل Watch إذا انحرقت عن المسار أثناء الجري. - كيفية تشغيل تنبيهات الدورة على أبل Watch

الجري في الهواء الطلق، سيطلب من المتسابقين اختيار مسارهم، وإذا كنت بحاجة إلى الركض إلى المسار نفسه، فستتم مطالبتك أثناء التمرين، ويمكنك أيضاً الحصول على تنبيهات الدورة أثناء التمرين على المسار، إليك كيفية بدء تمرين "التحقب" على أبل Watch واستخدام ميزة اكتشاف المسار:

كيفية بدء تمرين المسار على أبل Watch

- على أبل Watch، افتح تطبيق Workout.

- اضغط على خيار التشغيل في الهواء الطلق.

- الآن، سيطلب منك تحديد

المسار وتوجيه السباق. ويستخدم الأول خرائط أبل و GPS لتحديد المسار الدقيق للمسار الذي تعمل عليه، بينما يمكنك الأخير من التنافس مع سجلاتك السابقة على هذا الطريق، واعتباراً من الآن، تم طرح هذه الميزات في أستراليا وكندا وألمانيا وإيطاليا والمملكة المتحدة والولايات المتحدة.

الكشف التلقائي عن المسار: إليك كيفية عمله

يمكن لأحدث ميزة الكشف التلقائي عن المسار على أبل Watch أن تكتشف ما إذا كنت تعمل على أي مسار خارجي بطول ٤٠٠ متر، وفي بداية جلسة



## حيلة مفيدة.. واتساب يتيح قراءة الرسائل دون فتح التطبيق

عن أداة "واتساب" وسحبها إلى الشاشة الرئيسية والضغط فوق "تم" عند نقل الأداة بنجاح إلى الصفحة الرئيسية. ويمكنه أيضاً جعلها في وضع ملء الشاشة، ما يسهل قراءة الرسالة. وبعد اكتمال ذلك، يقوم بالتمرير لأسفل لقراءة جميع الرسائل (ستكون أحدثها في الأعلى). أما إذا ضغط على الرسالة نفسها فستكون هذه الحيلة المفيدة بلا استفادة.

شخص من رؤية العلامتين الصغيرتين باللون الأزرق. ولكن هذا يعني أيضاً أنك ممنوع من رؤية الوقت الذي قرأ فيه الآخرون رسائله. وعلى المستخدم أن يضغط باستمرار على الصفحة الرئيسية على هاتفه. بعد ذلك، سيحتاج إلى الضغط فوق "الأدوات" وستعرض الشاشة الرئيسية جميع الأدوات المحددة المتاحة. وفي هذه المرحلة، يحتاج إلى البحث

يتلقى الكثيرون رسائل طويلة على "واتساب" وقد يرغب المتلقي في قراءتها دون إخطار مرسلها بأنه استلم الرسالة، لتجنب دردشة غير مرغوبة في وقت غير مناسب. ويمكن لمستخدمي "أندرويد" فقط الاستعانة بحيل تتيح قراءة هذه الرسائل بشكل "سري"، وفقاً لتقرير العربية نت. أما مستخدمو "آيفون"، بالطبع، فقد يمكنهم تعطيل إيصالات القراءة في "واتساب" نفسه، لمنع أي



## في أمريكا.. مشروع قانون لزيادة ساعات العمل بين المراهقين لإلهائهم عن تيك توك

صدوره تقليص الوقت المسموح فيه للمراهقين باستخدام تطبيقات التواصل الاجتماعي مثل تيك توك. وكان رئيس لجنة الاستخبارات في مجلس الشيوخ مارك وورنر، من ولاية فرجينيا تقدم مشروع قانون من الحزبين مطلع الشهر الجاري يحدد نهجاً لحظر التكنولوجيا الأجنبية، مثل تطبيق مشاركة الفيديو الشهير تيك توك. ويحدد مقدار الوقت الذي يقضيه المراهقون على تطبيقات مثل تيك توك و إنستغرام على رأس أولويات المشرعين في أميركا منذ سنوات، بشكل خاص مع نشر المزيد من

أقر مجلس الشيوخ في أوهايو مشروع قانون يمدد عدد ساعات العمل خلال العام بين طلاب المدارس الثانوية. ويعمل الطلاب في أوهايو حالياً في وظائف بعد انتهاء اليوم الدراسي حتى الساعة مساءً، وحتى التاسعة مساءً خلال الصيف، وفقاً لتقرير البيان الاماراتي. لكن التشريع المقترح والذي لا يزال بحاجة إلى الحصول على موافقة مجلس النواب يقترح عمل الطلاب حتى التاسعة مساءً طوال العام، وفقاً لما نقلته بيزنس إنسايدر. ويستهدف القانون المرتقب

أقر مجلس الشيوخ في أوهايو مشروع قانون يمدد عدد ساعات العمل خلال العام بين طلاب المدارس الثانوية. ويعمل الطلاب في أوهايو حالياً في وظائف بعد انتهاء اليوم الدراسي حتى الساعة مساءً، وحتى التاسعة مساءً خلال الصيف، وفقاً لتقرير البيان الاماراتي. لكن التشريع المقترح والذي لا يزال بحاجة إلى الحصول على موافقة مجلس النواب يقترح عمل الطلاب حتى التاسعة مساءً طوال العام، وفقاً لما نقلته بيزنس إنسايدر. ويستهدف القانون المرتقب



## مطابخ البيت الحديث MODERN HOUSE KITCHENS

### أرقام وفروع البيت الحديث

- فرع م. نصر: 01066687103  
العنوان: 6 شارع عبدالحكيم الرفاعي - متفرع من عباس العقاد
- فرع المقطم: 01066687104  
العنوان: شارع ٩ - امام فودافون
- فرع الشروق: 01066687105  
العنوان: جراند مول الشروق بجوار كمبوند الباتيو
- فرع التجمع الخامس: 01066687105  
العنوان: القاهرة الجديدة - المنطقة الصناعية
- المعادي: 01066687106
- العاشر من رمضان: 01201116868



0106 6687105

Hotline [www.1997.tel](http://www.1997.tel)

f / ModernHouseEgypt

@ / modernhouse\_kitchens

🌐 / modernhouse\_egypt.com





## سرقة فيلا محمد صلاح.. النيابة تستمع للشهود.. اعرف مصير الحرامي

شهادتهم حول الواقعة، كما أمرت بتكثيف تحريات المباحث للقبض على المتهم بالسرقة. وكانت أجهزة الأمن، تلقت بلاغا من نجل خال اللاعب محمد صلاح، يفيد بتعرض فيلا لاعب نادي ليفربول الإنجليزي محمد صلاح للسرقة، وعلى الفور انتقل رجال المباحث إلى المكان للمعاينة، حيث يكثف رجال المباحث من جهودهم لكشف ملابس سرقة فيلا اللاعب وكشف ملابس الواقعة بالكامل.

كما يعاقب بالحبس مع الشغل ٣ سنوات على السرقات التي يتوافر فيها ظرف من الظروف المشددة المنصوص عليه في المادة ٣١٧، ويجوز في حالة العودة تشديد العقوبة بوضع المتهم تحت مراقبة الشرطة مدة سنة على الأقل أو سنتين على الأكثر، وهي عقوبة تكميلية نصت عليها المادة ٣٢٠ عقوبات، والحكم بالحبس في جرائم السرقة أو الشروع فيها يكون مشمولا بالنفاذ فورا ولو مع حصول استئنافه وكانت النيابة أمرت بحضور بعض الشهود وجيران اللاعب للاستماع إلى

تواصل نيابة القاهرة الجديدة، التحقيق في واقعة سرقة فيلا اللاعب محمد صلاح بالتجمع الأول، وتستمع للنيابة لعدد من الشهود وجيران اللاعب، لكن البعض يتساءل عن مصير اللص حال القبض عليه، واليوم السابع يوضح في النقاط التالية: يقول المحامي عادل محمد، إن المادة ٣١٨ من قانون العقوبات، وضعت عقوبة لمن يرتكب واقعة السرقة، بمدة لا تتجاوز سنتين، وذلك على السرقات التي لم تقترب بظرف من الظروف المشددة،



## العقوبات المقررة لجرائم تعذيب الحيوانات وفقا للقانون.. بعد واقعة تعذيب كلب بالكرباج

عام أو لا تزيد عن عامين. كشفت الداخلية، ملابس ما تبلغ لقسم شرطة العمرانية بمديرية أمن الجيزة من (سيدتين - مقيمتين بالقاهرة)، إحداها مصابة بكدمات متفرقة بالجسم)، - مقيم بدائرة القسم)، لقيامه بتعذيب كلب مستخدما "كرباج"، وقيام إحداها بالتدخل لإنقاذ الكلب، إلا أن المشكو في حقه قام بالتعدي عليها بالضرب، وكذلك إحداث تلفيات بالسيارة خاصتها. على الفور، تم الانتقال لمحل البلاغ وبالفحص تبين صحته وقد تم ضبط المذكور.. ومواجهته أقر بارتكاب الواقعة على النحو المشار إليه، تم اتخاذ الإجراءات القانونية..

من أنواع المواشي، وكل من يقوم بسم حيوان من الحيوانات المشار إليها أو الأسماك الموجودة في نهر أو ترعة أو حوض. وتنص المادة رقم ٣٥٦ من ذات القانون على، أنه إذا ارتكبت الجرائم المنصوص عليها ليلا تكون العقوبة الأشغال الشاقة أو السجن من ثلاث إلى سبع سنوات، ونصت المادة ٣٥٧ من القانون، على عقوبة لا تزيد عن الحبس ٦ أشهر مع الشغل وغرامة لا تزيد على ٢٠٠ جنيه لكل من قتل عمدا أو سم الحيوانات المستأنسة أو أضر بها ضرا كبيرا، غير المذكورة في المادة ٣٥٥ أو أضر به ضرا كبيرا. كما ينص القانون على وضع الجناة مرتكبي هذه الجرائم في حق الحيوانات الأليفة، تحت ملاحظة الأجهزة الأمنية مدة لا تقل عن

عقب صدور قرار من النيابة العامة بالجيزة، بحبس المتهم بتعذيب كلب بكرباج، والتعدي على سيدة في العمرانية ٤ أيام على ذمة التحقيقات، وطلبت النيابة تحريات المباحث حول الواقعة، وبيان وجود وقائع أخرى مماثلة من عدمه، يستعرض اليوم السابع في السطور التالية العقوبة المقررة لجرائم تعذيب الحيوانات وفقا للقانون. اعتبر القانون التعدي على الحيوانات أو تعذيبها، جريمة يعاقب عليها، حيث حدد قانون العقوبات في المادة رقم ٣٥٥، العقوبة بالحبس مدة لا تزيد عن سنة مع الشغل وغرامة مالية لا تزيد على ٢٠٠ جنيه، على كل من قتل عمدا حيوانا من دواب الجر أو الحمل أو الركوب أو أي نوع



## فوات الآوان.. نهاية الزوجين "وائل" و"رشا" خلف القضبان

٢٥ لفافة، وأثناء قيامهما بتوزيعها على عملاهما سقطا في قبضة الأمن، كما تضبط بحوزتهما سلاح ناري "بندقية خرطوش" ومسدس صوت، كنوع من الدفاع عن تجارتهم. ودوام الحال من المحال، ولكل فعل إجرامي نهاية سقط الزوجين بجرمة متكاملة الأركان، وحكم علي الزوج حكما بالسجن المؤبد، وحكم على الزوجة حكما بالسجن المشدد ١٥ سنة لتتحول حياتهما من عش الزوجية لخلف القضبان لقضاء مدة العقوبة.

عليهما من تجارة الممنوعات، وأن الدنيا ستضحك لهما وسيحقق لها كل من ستتمناه، لم تكن الزوجة هي السند الناصحة والمعين لزوجها بل شجعت على سلك طريق الحرام. الزوج والزوجة اتخذا من مسكنهما بمركز ههيا وكرا لتجارتهم المسمومة، أصبح لهما زبائن من مدمني الكيف، اعتقد المتهمين أن جرمتهما مكتملة الأركان ولكن خاب ظنهما، فالأجهزة الأمنية والتحريات أكدت نشاطهما المشبوه.

حصل الزوجين على كمية من مخدر البانجو وزنت ٨ كيلو وبلغ عددها

منذ سنوات تقدم "وائل"، لخطوبة "رشا"، وعاشا الاثني معا فترة خطوبة سعيدة انتهت بحفل زفاف غمرته فرحة العروسين وأهلهم، فالزوجين سيبدآن في رسم مستقبلهما السعيد. عاش الزوجين حياة بسيطة، قبل أن يقرر الزوج تغيير مسار حياته وتمرد على نصيبه وقرر البحث عن الثراء الحرام، استمع الزوج لأصدقاء السوء واعتقد أن الاتجار في المخدرات ستساعده في تحقيق أحلامه الواهية. قرر الزوج أن يخبر زوجته بعمله الجديد في تجارة الكيف، بعد أن أقنعه بكم المكاسب التي ستعود







## قرعة كأس الرابطة المصرية - الأهلي يواجه المصري.. والزمالك ضد البنك الأهلي

أسفرت قرعة دور الـ ١٦ من كأس رابطة الأندية المصرية عن مواجهة قوية تجمع الأهلي والمصري، والزمالك ضد البنك الأهلي. ويشارك في دور الـ ١٦ من كأس رابطة الأندية المصرية كل أندية الدوري المصري ما عدا الداخلية وأسوان بعد خسارتهما في الدور التمهيدي. وتغير نظام البطولة الحالية عن النسخة الأولى، إذ تقام بنظام خروج المغلوب. وقال عامر حسين رئيس لجنة المسابقات قبل إقامة القرعة: "ستقام مباريات دور الـ ١٦ والـ ٨ من كأس الرابطة في التوقف الدولي الجاري بشهر مارس في ظل ارتباطات الأندية والمنتخبات، بعد ذلك ستقام مباريات نصف النهائي". وأضاف "أي لاعب خرج من قائمة المنتخب يحق له المشاركة في كأس الرابطة بشكل مباشر". وأردف "تأجلت مباريات الجولة ٢٢ من الدوري بسبب ارتباطات الأندية والمنتخبات ولحصول الفرق على بعض من الراحة". وجاءت قرعة دور الـ ١٦ من كأس الرابطة: الأهلي × المصري غزل المحلة × الإسماعيلي المقاولون العرب × حرس الحدود فيوتشر × طلائع الجيش الزمالك × البنك الأهلي سراميك كليوباترا × سموحة الاتحاد × فاركو بيراميدز × إنبي وفي ربع النهائي سيلتقي كل من:



## هل ضمن الأهلي والوداد المشاركة؟ ذا أثليتك تكشف جديد نسخة ٢٠٢٥ من مونديال الأندية

حسم فريقا تشيلسي وريال مدريد تواجدهما في نسخة كأس العالم للأندية ٢٠٢٥ والتي ستكون موسعة بمشاركة ٣٢ ناديا لأول مرة. وتقام نسخة ٢٠٢٥ بمشاركة ٣٢ ناديا من مختلف القارات، وكان فيفا قد كشف من قبل عدد الأندية من كل قارة. وكشف تقرير صحيفة ذا أثليتك ضمان تشيلسي وريال مدريد التواجد في نسخة مونديال ٢٠٢٥ بصفتهم أبطال دوري أوروبا عامي ٢٠٢١ و٢٠٢٢. وأشار التقرير إلى أن رابعي أبطال أوروبا من ٢٠٢١ وحتى ٢٠٢٤ تأكد مشاركتهم في كأس العالم للأندية بشكلها الموسع. فهل ضمن الأهلي والوداد المشاركة في



## كأس ملك السعودية - الهلال يثأر من الفتح بثلاثية.. ويضرب موعدا مع اتحاد جدة

حجز الهلال مقعدا في نصف نهائي كأس ملك السعودية عقب الفوز على الفتح. وفاز الهلال على الفتح بنتيجة ٣-١ ضمن ربع نهائي المسابقة. وسجل محمد كنو وميشيل ديلجادو وأوديون إيغالو أهداف الهلال، فيما أحرز فراس البريكان هدف الفتح الوحيد. وأشهر حكم المباراة البطاقة الحمراء في وجه علي البليهي عند الدقيقة ٦٧. وتأثر الهلال من هزيمته أمام







## فيفا يكشف موعد التوقيفات الدولية حتى ٢٠٣٠.. ومدة الراحة قبل كأس العالم ٢٠٢٦



كشف الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا" عن موعد التوقيفات الدولية المقبلة خلال الفترة من ٢٠٢٥ وحتى ٢٠٣٠.

كما أشار فيفا إلى إقامة نهائي كأس العالم ٢٠٢٦ يوم ١٩ يوليو من نفس العام.

وأوضح فيفا موعد التوقيفات الدولية كالتالي:

- توقف مارس: لمدة تسعة أيام (مباراتان)

- توقف يونيو: لمدة تسعة أيام (مباراتان، بما في ذلك المباريات الودية استعدادا للبطولات النهائية عند الحاجة)

- توقف أواخر سبتمبر وأوائل أكتوبر: نافذة لأربع مباريات خلال ١٦ يوما.

- توقف نوفمبر: نافذة لمدة تسعة أيام (مباراتان)

وتبدأ فترة دولية إلزامية يوم ٢٥ مايو ٢٠٢٦، لتكون آخر مباراة رسمية للأندية في ٢٤ من الشهر نفسه قبل انطلاق منافسات كأس العالم للمنتخبات.

وأجاز فيفا إعفاءات على نهائي مسابقات الأندية القارية باحتمالية إقامة النهائي حتى يوم ٣٠ مايو ٢٠٢٦ ولكن بشرط موافقة فيفا.

وبذلك يكون إجمالي عدد أيام الراحة قبل كأس العالم ٢٠٢٦ مطابقا لما حدث في مونديال ٢٠١٠ و٢٠١٤ و٢٠١٨.

## الأصغر وثالث العظماء.. أرقام تاريخية حققها هالاند بعد خماسيته ضد لايبزيغ

خمس أهداف، نعم خمسة أهداف سجلها إيرلينج هالاند مهاجم مانشستر سيتي في شبك لايبزيغ في دوري أبطال أوروبا.

ويستضيف سيتي منافسه لايبزيغ في ملعب الاتحاد اليوم الثلاثاء في إياب دور الـ١٦ من دوري أبطال أوروبا.

ونجح هالاند في تسجيل خمسة أهداف في المباراة قبل أن يقرر ييب جوارديولا المدير الفني للفريق استبداله وأشرك مكانه جولييان ألفاريز.

وحقق هالاند بتلك الأهداف الخمسة عدة أرقام استثنائية.

أصبح المهاجم النرويجي ثالث لاعب يسجل خمسة أهداف في مباراة واحدة في دوري أبطال أوروبا بعد ليونيل ميسي مع برشلونة ضد باير ليفركوزن في ٢٠١٢.

هذا بالإضافة للبرازيلي لويز أدريانو مع شاختار دونتسك ضد باي بوريسوف في عام ٢٠١٤.

وأصبح هالاند أصغر لاعب يسجل ٣٠ هدفا أو أكثر في دوري أبطال أوروبا بعمر الـ٢٢ عاما و٢٣٦ يوما.

كما أن ذلك الهاتريك أصبح هو الخامس للمهاجم النرويجي خلال الموسم الجاري وهو أكثر بثلاثة هاتريك على الأقل من أي لاعب آخر في الخمس دوريات الكبرى خلال الموسم الجاري.

وأصبح هالاند أول لاعب من فريق إنجليزي يسجل الهاتريك خمس مرات في موسم واحد منذ هاري كين مع توتنهام في موسم ٢٠١٦-٢٠١٧.

## بحثا عن إنجاز تاريخي.. عبد الحميد بسيوني يقود الأخضر لنهائي كأس ليبيا

ولجأ الفريقين إلى ركلات الترجيح لتحديد هوية الفائز، لينجح الأخضر في تحقيق الفوز بنتيجة ٥-٤.

وسجل أري بابل (لاعب الإسماعيلي السابق) وسالم المسلاتي وحسن عباس وأكرم الزوي وصهيب بن سليمان للأخضر.

فيما أحرز أحمد كرواع وعلي يوسف وزكريا منصوري لأهلي بنغازي وأضاع كادما كبانجو.

وتأهل الأخضر إلى نهائي كأس ليبيا للمرة الرابعة في تاريخه.

ويبحث بسيوني عن قيادة الأخضر لتحقيق اللقب التاريخي الأول في كأس ليبيا بعدما خسر النهائيات السابقة.



سجله التونسي شهاب الجبالي في الدقيقة الأخيرة من الشوط الأول.

وأدرك سالم المسلاتي هدف التعادل لنادي الأخضر مستغلا تمريرة أنس الورفلي في الدقيقة ٦٨.

قاد عبد الحميد بسيوني نادي الأخضر إلى نهائي كأس ليبيا عقب الفوز على أهلي بنغازي.

وفاز الأخضر على أهلي بنغازي بركلات الترجيح عقب التعادل الإيجابي بهدف لكل فريق.

وتقدم أهلي بنغازي بهدف

