



مصر

العدد الإسبوعي رقم ١٣١١

الخميس - ٢١ شوال - ١٤٤٤ هـ - الموافق ٢٥ مايو ٢٠٢٣ م.



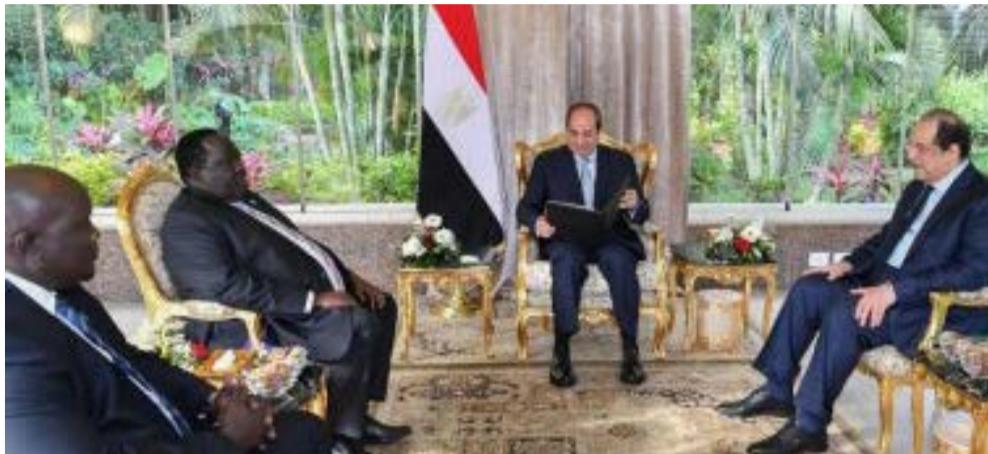
رئيس مجلس الإدارة
مود صلاح قطامش

أسسها/ محمود صلاح قطامش ٢٠١٤

الرئيس السيسي يستقبل مستشار رئيس جنوب السودان للشئون الأمنية بحضور اللواء عباس كامل

البلدين الشقيقين، بالإضافة إلى استعراض تطورات الأوضاع في السودان، والتشاور حول الجهود الرامية لتنمية الأزمة حفاظاً على سلامة وأمن الشعب السوداني الشقيق. خلال اللقاء، ثمن السيد عباس كامل التحديات التي تواجه السودان في هذا الصدد على الأصعدة الإنسانية والأمنية والسياسية، مع تأكيد أهمية

تابع ص ٦



استقبل الرئيس عبد الفتاح السيسي اليوم الفريق أول "توت جلوك" مستشار رئيس جمهورية جنوب السودان للشئون الأمنية، بحضور اللواء عباس كامل رئيس المخابرات العامة.

وصرح المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية المستشار أحمد فهمي، أن الفريق أول "توت جلوك" سلم الرئيس رسالة من أخيه الرئيس سلفا كير، حول سبل تعزيز العلاقات الثنائية المتميزة بين

التفاصيل الكاملة لعودة ٤٦ عالقاً من السودان عن طريق ميناء سفاجا البحري.. تخصيص ٤٠ أتوبيساً لنقلهم وإجراء فحوصات طبية لهم

رفعت محافظة البحر الأحمر، حالة الطوارئ، لاستقبال سفينة ميناء سفاجا تقل علي متنها ٤٦ عالقاً من السودان، حيث استقبل اللواء عمرو حنفي محافظ البحر الأحمر، واللواء مهندس محمد عبد الرحيم رئيس هيئة موانئ البحر الأحمر، ٤٦ عالقاً من المصريين ومن رعايا الدول الأخرى العالقين بدولة السودان.

وتبين فور وصول العالقين من السودان إلى ميناء سفاجا البحري أن ٢٧٢ مصرياً، ١٤٨ سودانياً، ٥ بريطانيين، وأمريكي، وكيني، و٣ من رواندا، وذلك بعد اهتمام القيادة السياسية بضمان العودة الآمنة

تابع ص ٦



الصحة: الرئيس السيسي وجه برفع الاستعداد الصحي للعائدين من السودان



درجة الاستعداد بالمستشفيات، أبو سليم وأسوان وجامعة أسوان وحميات أسوان والصادقة، وتوفير الأدوية والمستلزمات وعيادات الدعم النفسي.

قال الدكتور حسام عبد الغفار المتحدث باسم وزارة الصحة، إنه منذ بداية الأزمة السودانية وهناك توجيه من الرئيس السيسي تتعلق برفع درجة الاستعداد الصحي لاستقبال العائدين من السودان، لافتًا إلى أن الوزارة تتحرك على مجموعة من العوامل الأساسية في التعامل مع الوضع الصحي.

وأضاف حسام عبد الغفار، خلال مداخلة هاتفية بقناة إكسترا نيوز، أن الوزارة تعمل على رفع درجة الاستعداد القصوى والجهازية بجميع منافذ الدخول، وتطبيق جميع الإجراءات الاحترازية والوقائية المقررة، لافتاً إلى أن أكثر المنافذ التي تلقت دعماً أكبر هي معبرى قسطل وأرقيان وموقف شاحنات أو سيارات كرك.

يوم أوروبا.. ماكرون يشيد بقدرة الاتحاد الأوروبي على حماية مواطنيه من الأزمات

وزير الخارجية يسلم الرئيس سلفا كير رسالة الرئيس السيسي حول الوضع في السودان

وزراء يشهدون مهرجان شباب الجامعات بالعرish «سيناء أولاً»

رانيا المشاط: مصر حريصة على تعزيز العلاقات المشتركة مع الاتحاد الأوروبي

تعرف على أفضل شبكات VPN للوصول لـ ChatGPT في مصر وتشغيله

المشدد ١٥ سنة لسائق قتل صاحب محل خلال مشاجرة في قليوب

بولي مونيوم
عالم التميز

خامة جديدة خشب والمونيوم
مطبخ يعني البيت الحديث
البيت الحديث منصه لكل جديد

Hotline ٠١٥٦٦٦٨٧١٥ | /ModernHouseEgypt | ٠١٥٦٦٦٨٧١٥ | www.modernhouse_kitchens | modernhouse-egypt.com

Al-Zafer
International Shipping & Logistic Solutions

٩ ١ God El-haq St., 1st Floor,
Square 122a, beside Florida Mall,
Sheraton Heliopolis, Cairo, Egypt!
+202 2246 4667
+202 2246 4668
www.alzaferintl.com



يوم أوروبا.. ماكرون يشيد بقدرة الاتحاد الأوروبي على حماية مواطنه من الأزمات

الوقود الأحفوري الروسي، أكد ماكرون على الاستقلال الأوروبي مشيراً إلى إقامة "٤٠ مشروع لإنتاج الهيدروجين في أوروبا، رباعهم في فرنسا". وفي مواجهة تحديات المستقبل، تطرق ماكرون إلى قضية تغير المناخ، حيث أوضح أن أوروبا هي التي تظهر اليوم أعلى مستوى من التمويم المناخي، "فيحلول عام ٢٠٣٠ ستكون انبعاثات الكربون لدى أوروبا قد انخفضت بنسبة ٥٥٪، وفي عام ٢٠٥٠ سنصل إلى حياد الكربون"، مضيفاً أن هذا الانتقال سيتم بتضامن وتوزيع عادل، من خلال صندوق الانتقال العادل وتحصيص ٥٩ مليار يورو للدعم الاجتماعي لعملية الانتقال.



وفي النهاية أشار الرئيس الفرنسي إلى الابتكارات الرقمية والإطار الذي وضعه أوروبا، مشيراً إلى "حماية البيانات الشخصية ومكافحة المعلومات المضللة والعدالة التنافسية وتبادل العملات المشفرة". وبالنسبة لاعتماد الأوروبي على

كورونا، قائلًا "في ظل هذا الوباء، فإن ديمقراطياناً للاتصال الاقتصادي، لدعم الأعمال والمواطنين الأوروبيين. كما سلط الضوء على العمليات العسكرية الروسية في أوكرانيا و"الرد المشرّك" الذي قدمته أوروبا إلى أوكرانيا، مؤكداً أنها "تقاوم وبشجاعتها حتى النصر".

وأبيهية، معتبراً أن أوروبا تمثل "التضامن والحماية في مواجهة التغيرات في العالم"، وتتابع: "نحن بقصد بناء القارة الأكثر صدقة للبيئة، والأكثر طلباً على المستوى الرقمي، تلك التي تدفع في كل مكان عن قيمنا الديمقراطية والإنسانية". وأشار إلى الأزمات الصعبة التي عانت منها القارة العجوز من بينها أزمة جائحة فيروس كورونا، معتبراً أن أوروبا تمثل "التضامن والحماية في مواجهة التغيرات في العالم"، وتتابع: "نحن بقصد بناء القارة الأكثر صدقة للبيئة، والأكثر طلباً على المستوى الرقمي، تلك التي تدفع في كل مكان عن قيمنا الديمقراطية والإنسانية".



جوتينيش يبحث مع رئيس وزراء إسبانيا الأوضاع في الشرق الأوسط

المتبقي أمام صادرات المنتجات الغذائية والأسمدة الروسية. كما ناقش جوتيريش وسانشيز التحديات الحالية التي تواجه تحقيق أهداف التنمية المستدامة. وأطلع الأمين العام رئيس الحكومة الإسبانية على مبادرات الأمم المتحدة المتعلقة بإصلاحات الهيكل المالي الدولي. وأعرب جوتيريش عن تقديره لدعم إسبانيا النشط للأمم المتحدة والتعديدية.



الصين تقرر طرد دبلوماسية كندية في شنغهاي ردًا على إجراء مماثل

باحث الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو جوتيريش مع رئيس الوزراء الإسباني بيدرو سانشيز في مدريد، الأزمة الأوكرانية والأوضاع في الشرق الأوسط وأفغانستان. وذكر بيان نشره الموقع الرسمي لمنظمة الأمم المتحدة أن الأمين العام للأمم المتحدة أطلع سانشيز على جهود الأمم المتحدة المستمرة لتوسيع مبادرة البحر الأسود وتوسيعها وتحسينها، وكذلك إزالة العوائق



القاهرة هناء السيد

في الاستقرار ونشأة الحضارة المصرية القديمة، وأشهر المحاصل الزراعية التي تميزت بها مصر القديمة والتي كانت تقدم كالقرابين للآلهة، وارتباط الأديان بحرفة الزراعة. ويدرك أنمبادرة "طبلية مصر"، تهدف إلى حماية التراث الشعبي من المأكولات وإحياء الموروثات من الأطعمة الشعبية، كأحد أنواع التراث غير المادي لحياته من الاندثار، وذلك من خلال تنظيم عدد من المحاضرات والفعاليات وورش العمل عن أهم الأكلات الشعبية التراثية المصرية.

"محطات في تاريخ المطبخ المصري" ، تحدثت خلالها عن المأكولات المصرية عبر مختلف الصور بدأة من المصري القديم وحتى العصر الحديث، وكيف عرف المصريون الأوائل زراعة العديد من الخضروات كالباذل والثوم والبصل والحس، والفاواكه كالتمر والتين والعنبر والران، وصناعة أكلات ومشروبات بعضها مستمر وتناوله حتى الآن. والتي تأتي ضمن استراتيجية المتحف لتنظيم العديد من البرامج التوعوية والمبادرات المجتمعية التي تلعب دوراً الحصاد في مصر القديمة، والتي ألقاها الدكتور ميسرة عبد الله، حيث سلط الضوء على الديانات والعادات الغذائية والزراعية لدى المصري القديم، وفي بيان النيل وأهميته في مصر منذ العصور القديمة بالإضافة إلى استعراض احتفال المصري القديم شمس، المحاضرة الأولى تحت عنوان

"حصاد الآلهة .. الطعام واحتفالات هاماً في تعزيز روح الولاء والاتباع والشعور بالهوية الثقافية والتعريف بالحضارة المصرية العربية، وتفعيل دورها في حماية الموروث الثقافي والحضاري لمصر. وألقت الدكتورة منة الدري مدرس الباتات الأثرية بكلية الآثار جامعة عن شمس، المحاضرة الأولى تحت عنوان

هناه السيد

لكلة فئات المجتمع،نظم المتحف محاضرتين ثقافيتين، وذلك ضمن الفعاليات التراثية لمبادرة "طبلية مصر" ، والتي أطلقتها المتحف في فبراير بالفسطاط، لرفع الوعي الثقافي والأثري



رئيس الوزراء: الحكومة اتخذت إجراءات سريعة وحاسمة لتحسين الاقتصاد في ظل الأزمات العالمية



أجل التنمية المستدامة. وينظم هذا الإطار المشروعات التنموية التي تسهم وكالات الأمم المتحدة العاملة في مصر في تنفيذها وفقاً لأولويات الحكومة المصرية والخططة الوطنية المصرية للتنمية المستدامة ٢٠٣٠، والتي تتماشى مع أهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة ٢٠٣٠.

الحكومة اتخذت إجراءات سريعة وحاسمة لتحسين الاقتصاد المصري في ظل اضطراب عالمي مستمر. ويوقع إطار الشراكة وزيرة التعاون الدولي الدكتورة رانيا المشاط والممثلة المقمية للأمم المتحدة في مصر إيلينا بانوفا، باعتبارهما رئيسى لجنة التسبيير المشتركة للإطار الاستراتيجي للشراكة بين مصر والأمم المتحدة للتعاون من أجل التنمية المستدامة.

تحت رعاية وزير الطيران المدني.. سلطة الطيران المدني تستضيف الدورة التدريبية للمنظمة العربية للطيران المدني بعنوان "الضبطية القضائية"

المعرفة القانونية لحقوق الضبطية القضائية ومفتشي الطيران، وعرض المشكلات والتحديات وكذلك المواقف التي يتعرضون لها على متن الطائرات آلية التعامل معها في إطار قانونية وب خاصة في الموضوعات والقضايا المتعلقة بالأمن والسلامة الجوية والتعريف بحقوق النقل الجوي وفقاً للقوانين والتشريعات الدولية واختصاصات وصلاحيات رجال الضبطية القضائية وتفتيش الركاب والتقييم العوى الفني والإداري.

جدير بالذكر أن المنظمة العربية للطيران المدني هي منظمة عربية متخصصة تابعة لجامعة الدول العربية تهدف إلى توثيق التعاون والتنسيق بين الدول العربية الأعضاء في مجال الطيران المدني والمساهمة في توحيد في هذا المجال والمساعدة في توحيد الأراء والجهود لمواجهة التحديات التي قد تواجه الصناعة على المستويين الإقليمي والدولي ويسهل عدد الدول الأعضاء إلى ٢٢ دولة عربية حيث قامت المنظمة بعدد ما يقرب من أكثر من ٢٥ دورة تدريبية في مختلف مجالات الطيران المدني وذلك بالتنسيق مع سلطة الطيران المدني المصري.

كتاب: محمد عبد العزيز

تحت رعاية الفريق محمد عباس الطيران المدني للدول العربية الأعضاء بما يخدم عناصر منظومة الطيران المدني للمنظمة العربية للطيران المدني ويسيهم في رفع كفاءة وقدرات العاملين في الطيران المدني متمثلاً للمتدربين تحقيق أقصى استفادة ممكنة والخروج بنتائج فعالة ومؤمرة.

وأضاف الشرقاوي أن هذه الدورة التدريبية تأتي في إطار مقدمة أولويات وزارة الطيران نحو تنمية وتطوير أداء العاملين داخل منظومة النقل الجوي بمشاركة ممثل إدارات النقل الجوي بسلطات الطيران المدني في عدد من الدول العربية الشقيقة بكل من المملكة العربية السعودية والمغرب وللنقل الجوي ١١ مايو الحالي يوم الخميس الموافق ١١ ماي ٢٠٢٤. ومن جانبها قدم خالد عنتر خبير النقل الجوي بالمنظمة العربية للطيران المدني على جانبه عدد من ممثلي سلطة الطيران المدني المصري.

وفي كلمته التي ألقاها الطيار عمرو الشرقاوي رئيس سلطة الطيران المدني خلال افتتاح الدورة التدريبية، نقل خلالها تحيات الفريق محمد عباس وزير الطيران وترحيبه بالوفود المشاركة، معرباً عن سعادته بإنعقاد الدورة التدريبية بسلطة الطيران المدني وهو ما يؤكّد حرص وزارة الطيران على تعزيز التعاون الدائم والتنسيق على تعزيز التعاون الدائم والتنسيق



رئيس مجلس النواب بجمهورية مصر العربية يلتقي سفيرة مملكة البحرين لدى مصر

التقت السفيرة فوزية بنت عبد الله زينل سفيرة مملكة البحرين المعينة لدى جمهورية مصر العربية، اليوم، مع معايير المستشار الدكتور حنفي جبالي رئيس مجلس النواب المصري.

وخلال اللقاء، أشادت سعادة السفيرة فوزية بنت عبد الله زينل، بالمستوى المتميز الذي بلغته العلاقات الأخوية الرسمية التي تربط البلدين الشقيقين، في ظل الرعاية السامية التي تحظى بها من لدن حضرة صاحب الجلالة الملك محمد بن عيسى آل خليفة ملك مملكة البحرين المعظم، حفظه الله ورعاه، وأخيه فخامة

الحكومة تبني تقدير متوسط سعر الدولار بـ ٣٥ جنيهاً بموازنة ٢٠٢٤-٢٠٢٣



كشف المركز الإعلامي لمجلس الوزراء، إنه في ضوء ما تردد من أنباء، بشأن تقدير وزارة المالية على استخدام متوسط دالماً في إعداد مشروع الموازنة العامة للدولة على أساسية متوسط سعر الدولار بـ ٣٥ جنية في مشروع الموازنة العامة للدولة للعام المالي المقبل ٢٠٢٣/٢٠٢٤، ونشر إلى أن الوزارة تستخدم سعر الجنيه أمام الدولار لتقدير الاحتياجات التمويلية من العملة الأجنبية اللازمة لتنفيذ متطلبات دعم الوقود والسلع وخدمة الدين الخارجي وشراء السلع والخدمات، وتقدر الاستثمارات وغيرها.

وأكّدت وزارة المالية، أنه لا صحة لتقدير وزارة المالية متوسط سعر الدولار بـ ٣٥ جنية في مشروع الموازنة العامة للدولة للعام المالي المقبل ٢٠٢٣/٢٠٢٤، موضحةً أن الوزارة تعتمد دالماً في إعداد مشروع الموازنة العامة للدولة للعام المالي المقبل ٢٠٢٣/٢٠٢٤ في إعداد مشروع الموازنة العامة للدولة على أساسية متوسط سعر الدولار لتقدير



COP٢٧ مع البنك الأوروبي لإعادة الإعمار والتنمية، في إطار برنامج “نوفي”.

كما عبرت وزيرة التعاون الدولي عن تقديرها للتعاون المستمر لدعم القطاع الخاص في مصر، وتوقيع قوييل تنمي من بنك الاستثمار الأوروبي لبنك الإسكندرية بقيمة ١٥ مليون دولار، لتمويل المشروعات الصغيرة والمتوسطة لدعم كفاءة الطاقة واستثمارات الطاقة المتقدمة في قطاعات الخدمات الصناعية والتجارية والزراعية، تحت مظلة الاتفاقية الإطارية الموقعة بين الحكومة وبنك الاستثمار الأوروبي والتي تعزز التعاون الإنمائي لخلق فرص العمل وتوفير الحلول البديلة للوفاء بتعهدات وأهداف التنمية وتعزيز مشاركة القطاع الخاص.

وأكدت أن هذه التمويلات من الأهمية بمكان نظراً لدورها في تسريع تبني القطاع الخاص للمبادئ البيئية والاجتماعية وال الحكومية ESG وفي ختام كلمتها أكدت وزيرة التعاون الدولي، أنه من خلال التعاون المستمر بين مصر والاتحاد الأوروبي مع الدول الأعضاء والمؤسسات المالية المختلفة، سيتم تعزيز الجهود المشتركة لدفع التنمية المستدامة وتحقيق النمو الاقتصادي الشامل في مصر.

الهيدروجين الأخضر بهدف تطوير وتعزيز الاستثمار في الطاقة المتجدددة والانتقال العادل نحو الطاقة المتجدددة والتحول الأخضر، وتحفيز العمل المشترك لتحويل التحديات المناخية إلى التنفيذ، وتم خلاله المؤتمر سيكون لها دور في التحول لمصادر الطاقة المتجدددة والتي تحد من لتنفيذ برنامج “نوفي”， كما شهد المؤتمر تعزيز التعاون مع الاتحاد الأوروبي للبيئة بما يساعد في الحد من التغيرات المناخية الحالية، والبدء في استخدام خالل توقيع شركة الهيدروجين الأخضر وقهيد الطريق للانتقال العادل للطاقة في مصر.

ولفت إلى مذكرة التفاهم التي تم توقيعها خلال المؤتمر بشأن شراكة

رانيا المشاط: مصر حريصة على تعزيز العلاقات المشتركة مع الاتحاد الأوروبي

وقد الاتحاد الأوروبي في مصر، ضمن احتفالات “يوم أوروبا”， بحضور المهندس طارق الملا، وزير البترول وضع التحول الأخضر محور رئيسي في المشروعات التي تعمل عليها مع شركاء كريستيان برجر سفير الاتحاد الأوروبي للبيئة، لافتة إلى أن محافظة التعاون الإفريقي الجارحة تتضمن ٤٥ مشروعًا في مجال الطاقة المتجدددة لتنفيذ الهدف السابع من أهداف التنمية المستدامة بقيمة ٥,٩٥ مليار دولار، تمثل ٢٣٪ من حجم التمويلات التنموية.

وناقشت الفعالية جهودربط البيئي في مجال الطاقة بين مصر وأوروبا، كما تم خلالها توقيع قوييل من بنك الاستثمار الأوروبي مصر، ومشاركة جيسوسمينا فيجيولي، نائب رئيس بنك الاستثمار الأوروبي مصر، ومشاركة عدد من الشركات الأوروبية العاملة في مجال الطاقة في مصر وممثل القطاع الخاص مثل سيمزن وسكاتك ABB.

وناقشت وزيرة التعاون الدولي، إلى إطلاق المنصة الوطنية للمشروعات الخضراء برنامج “نوفي” محور الارتباط بين مشروعات المياه والغذاء والطاقة بهدف تسريع أجندنة العمل المناخي بقيمة ١٥ مليون دولار.

وأوضحت وزيرة التعاون الدولي، أن الحكومة نفذت مجموعة من الإصلاحات الشاملة والطموحة في مجال الطاقة والطاقة المتجدددة وجادلة للاستثمارات تحت مظلة الاستراتيجية الوطنية للتغيرات المناخية، في ضوء تفاصيل استراتيجية الطاقة المستدامة ٢٠٣٥ والتي تتضمن زيادة كفاءة مصادر الطاقة المتجدددة، وتابعت وزيرة التعاون الدولي:

في نوفمبر الماضي استضافت مصر مؤتمر المناخ COP٢٧ بمدينة شرم



الغرفة التجارية: ١٦٢ مليون دولار قيمة صادرات مصدرى الجizza لأفريقيا ٢٠٢٢

والمستلزمات الطبية ومستحضرات التجميل وادوات البناء والدهانات والسياميك والعصائر والاجهزه الكهربائية والادوات الصحية.

وأشار رئيس تجارة الجizza ان الغرفة قامت بتوقيع اتفاقيات تعاون وتأخى مع اتحاد اصحاب الاعمال السوداني وغرفة تجارة فاس وكازابلانكا والخمسات بال المغرب بالإضافة الى التعاون مع غرف طبرق وبنغازى بليبيا واجماعات دامه مع رجال الاعمال بدول نيجيريا واغندا واليجر وجنوب افريقيا بهدف تنشيط التبادل التجارى بين تلك الدول ومصر وغرفة الجizza.

وذكر ناصر عادل ناصر نائب رئيس قيادة التصدير لمصدرى الجizza ادارة الغرفة التجارية بالجizza تقريرا من قطاع الشؤون الاقتصادية والتتجارية خلال المنطقة الحرة اكثرا نسب التصدير لمصدرى الجizza بمبلغ ١٦٢ مليون دولار.

وتصدرت دوله ليبا قائمه اكثرا الدول المستورده من الجizza فقد بلغت قيمة الصادرات من الجizza من وقع شهادات المنشأ والفوatur المعتمده من غرفة الجizza بخلاف ما تم اعتماده من شهادات للمنشا والفوواتير المعتمده من خالل الجمارك مباشرة والهيئة العامة للرقابة على الصادرات والواردات.



وزير التجارة: نسعى لتطوير القدرات الإنتاجية والتصديرية للدولة مع القطاع الخاص

أكده المهندس أحمد سمير وزير التجارة والصناعة حرص الوزارة على تطوير القدرات الإنتاجية والتصديرية للدولة وتسريح أسس الشراكة بين الحكومة والقطاع الخاص بهدف تحويل مصر إلى قاعدة إنتاجية وتصديرية هامة بمنطقة الشرق الأوسط وقاربة أفريقيا.

وجاء ذلك في سياق كلمة الوزير التي ألقاها نيابة عنه الوزير مفوض تجاري يحيى الواقع بالله، رئيس جهاز التمثيل التجارى خلال فعاليات الحلقة النقاشية التينظمتها الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية USAID والمركز المصرى للدراسات الاقتصادية حول “توثيق دورة حياة العملية الاستيرادية





مُصْرَّح تلاطين الاخباري

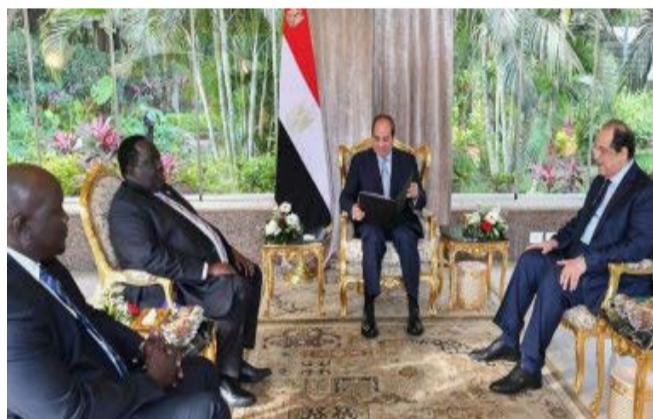
مُصْرَّح

إخبارية .. إلكترونية .. مستقلة

www.misrtalateen.com

الرئيس السيسي يستقبل مستشار رئيس جنوب السودان للشئون الأمنية بحضور اللواء عباس كامل

تمه ص ١



تشجيع الأطراف السودانية على تثبيت الهدنة والانتقال إلى وقف شامل و دائم لإطلاق النار، بما يسمح بايصال المساعدات الإنسانية وت تقديم الإغاثة، وإنفاس المجال لإطلاق حوار بناء لحل الخلافات وتسوية الأزمة، ومن ثم استكمال المسار الانتقالي والعملية السياسية، على التحول الذي يحافظ على وحدة وتماسك الدولة، ويحقق تطلعات الشعب السوداني ويصون مصالحه العليا.



التفاصيل الكاملة لعودة ٦٦ عالقاً من السودان عن طريق ميناء سفاجا البحرى.. تخصيص ٤٠ أتوبيساً لنقلهم وإجراء فحوصات طبية لهم

تمه ص ١

ووسط حالة من الفرح والسعادة عقب الوصول لأرض الوطن وبهاراتات كان أبرزها "تحيا مصر" ، والحمد لله على نعمة الوطن ".
وتابع: مصر لم تكتف بفتح باب الإجلاء لرعاياها فقط، بل استقبلت رعايا مختلف الدول سواء الأشقاء السودانيين أو من جنسيات أخرى، مشيرةً أن الدولة تثبت دوماً حرصها على ابناها وسلامتهم ، ولا تدخر جهداً في حماية المصريين في أي مكان .
ووجه المواطنون العاددون إلى الوطنية عقب وصولهم ميناء سفاجا البحري، الشكر للرئيس عبد الفتاح السيسي، رئيس الجمهورية، لما يبذله من جهود للحفاظ على أبنائه بالخارج وسط الأزمات، ولحفظ أمن وأمان الوطن لينعم المصريون أجمعهم بالاستقرار، وأشاروا بما يمسوه من اهتمام بحياتهم وأمانهم وتيسير جسر جوي وقوافل برية وبحرية لاجلاء الجالية المصرية من السودان، والحرص على تذليل أي عقبات تواجههم، جاءت هذه الكلمات

مطابخ البيت الحديث MODERN HOUSE KITCHENS

معروفة #

مطبخ يعني البيت الحديث

ارقام وفروع البيت الحديث

- فرع م. نصر: ٦ شارع عبدالحكيم الرفاعي
العنوان: ٦ شارع عبدالحكيم الرفاعي
متفرع من عباس العقاد
- فرع المقطم: ٠١٠٦٦٦٨٧١٠٤
العنوان: شارع ٩-٩ امام فودافون
- فرع الشروق: ٠١٠٦٦٦٨٧١٠٥
العنوان: جراند مول الشروق بجوار كمبوند الباتيو
- فرع التجمع الخامس: ٠١٠٦٦٦٨٧١٠٥
العنوان: القاهره الجديدة - المنطقة الصناعية
- فرع المعادي: ٠١٠٦٦٦٨٧١٠٦
بجوار زانوسى بالقرب من كارفور
- فرع العاشر من رمضان : ٠١٢٠١١١٦٨٦٨
منطقة المطورين الجنوبية وحدة ٤٩ ب خلف مصنع فريش

Hotline ٠١٩٩٧١٠٦

/ModernHouseEgypt

/modernhouse_kitchens

٠١٠٦ ٦٦٨٧١٠٥

/modernhouse_egypt.com



الساده متبعي مصر تلاطين المحترمين
بعد التحيه وبعد توجيهي الشكر الجزيل لكم لاعتمادكم علي
مصر تلاطين كموقع اخباري صادق وبعد الحصول علي الترخيص
من الهيئة الوطنية للإعلام برقم ٠٠٤٠٢٣٦٩٦ رقم ٤٢٣٦٩٦ بحق استخدام العلامه التجاريه
شهاده التسجيل رقم ٤٢٣٦٩٦ حق اصيلاً ومنفرداً حيث لا يحق لاي جهة او شخص طبيعي او
اعتباري استخدام هذه العلامه دون الحصول علي اذن كتابي مسبق
شكراً جزيلاً لثقتكم ونتمنى ان تكون دوماً علي قدر الثقه وفي
المكان الذي يمكننا من تطوير مانقدم سواء بالشكل او الموضوع
ليلتقي مع سقف رغباتكم وتطلعاتنا وطموحنا لتقديم خدمه
اخباريه سياسيه فيه رياضيه وينتهي الحياد والموضوعيه علي
الدوام

شكراً جزيلاً مره اخرى
محمود صلاح قطامش
رئيس مجلس الاداره



الاستاذه / هناه السيد
رئيس التحرير



الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لنباتات الخروع



بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين

ومرض باركشون، والشلل الدماغي. وبالإضافة إلى ما ذكر أعلاه، يدخل زيت الخروع في إعداد مستحضرات التجميل، وأمصالasks الطبيعية، لأنّه يخلص البشرة من البقع الداكنة (الهالات السوداء)، ويُعيّد نضارتها، ويُخفّي على آثار الحبوب (حب الشباب)، ويحمي من ظهور علامات الشيخوخة المبكرة مثل التجاعيد، ويُستخدم كعلاج لتهابات جلد البطن والفخذين، حيث يعمل على إعادة الجلد إلى شكله الطبيعي. كما يساهم في علاج الالتهابات الجلدية، البكتيرية، والفتّرية، ويعزّز تكافّلها؛ لاحتوائه على أحماض مضادة للالتهابات مثل حمض الأندسبيليك وحمض الريسينوليوك، وكذلك يساعد على تعميم المنطقة التي يدهن فيها مثل الوجه والكتفين والقدمين والساقيين، ويُفضل عمل الدهن في الليل قبل النوم، ويحسن من صحة الأظافر، ويزيل تشقّقاتها، وينحّي اللمعان والنعومة. ويُستفاد من زيت الخروع أيضًا في علاج مشكلات الشعر لأنّه ينشط الدورة الدموية في فروة الرأس، ويعزّز الشعر القوّة، والنعومة، واللمعان، ويُحدّ من تساقطه، ويعزّز مو شعر الطبيعي (مناطق الصلع)، ويزيل من كثافته، ويزيل القشرة، وذلك لاحتوائه على أموميجا-٦، وفينامين هـ بـ، والبروتينات، والأحماض الدهنية التي تغذّي الشعر.



طرق سهلة للتخلص من الانتفاخ.. أبرزها تجنب مضخة اللبن

ثاني أكسيد الكربون في هذه المشروبات من حجم المعدة ويفحّز مستقبلات التمدد التي تؤدي الانتفاخ، وفقاً لمجلة التغذية.

٥. التأمل عندما يفكّر الناس في كيفية التخلص من الانتفاخ، فقد لا يعتقدون أنّ فن التأمل قد يكون مفيداً في السيطرة على الانتفاخ. في دراسة متتابعة صغيرة مدتها عام واحد من أبحاث السلوك والعلاج، قللّ وساطة الاستجابة

بشكل كبير من الانتفاخ لدى المشاركون الذين يعانون من متلازمة القولون العصبي. ٦. يصلح في بعض التمارين يبدو أن النشاط البدني الخفيف يعمل على تحسين إزالة الغازات المعوية، وبالتالي منع احتباس الغازات على شكل انتفاخ، وقد يكون الضغط في نزهة سريعة أو ركوب الدراجة عبر منطقتك بعد الوجبات هو كل ما يلزم لتوفير الراحة.

٧. تجنب اللبن تحتوي معظم أنواع اللبن المتوفرة في السوق للسيطرة على تسوّس الأسنان وتوفير نفس منعش على الكحوليات السكريّة مثل السوريتول والماليتول والماليتيلول، ولسوء الحظ تزيد الكحوليات السكريّة من خطر الغازات والانتفاخ وتعرّك على ابتلاء الهواء، ما قد يؤدي إلى احتباس الغازات.

أن يتسبّب الإجهاد النفسي في حدوث تقلّصات في القولون، وفي كثير من الأحيان يمكن التحكم فيه بمفرده، طالما أن لديك الأدوات المناسبة لكيفية التخلص من الانتفاخ، قد يكون التقليل خطر الانتفاخ.

٣. إزالة الطعام الزائد هناك العديد من الأطعمة والمحليات المختلفة التي تدخل إلى وجباتنا الغذائية كل يوم بحيث إن تناول شيء مختلف قليلاً عن المعتاد قد يكون كافياً لتحسين الانتفاخ، ويوضّي الخبراء باتباع حمية الإقصاء، حيث يتم التخلص من الأطعمة التي يُشتبه في أنها مزعجة ثم يتم إرجاعها ببطء في مرحلة إعادة التّقديم كان مرتقباً بالانتفاخ الوظيفي والإمساك، إذا كنت ترغّب في التوقف عن عادة النبكوتين، فتحتاج مع طيبك حول طرق الإقلاع عن التّدخين.

٤. تجنب المشروبات الغازية، قل لا لمفهوم المشروبات الغازية، وكيفية التخلص من السكر لفقدان الوزن، سواء كانت موداً سكرية أو مياه فوارّة، فمن الأفضل تجنب هذه المشروبات لتزوّض الانتفاخ، يزيد مثلاً مثلاً القولون العصبي (IBS)، يمكن

يعرف الانتفاخ بأنه تورّم أو شعور بامتلاء البطن، وفي كثير من الأحيان الشعور بعدم الراحة والألم والانتفاخ، أبحث عن طرق للتخلص مع التوتّر بشكل فعال لتقليل خطر الانتفاخ.

٥. العسل ذكرت دراسة في المجلة السكّندرافية للأمراض الجهاز الهضمي أن التّدخين السابق كان مرتقباً بالانتفاخ الوظيفي والإمساك، إذا كنت ترغّب في التوقف عن عادة النبكوتين، فتحتاج مع طيبك حول طرق الإقلاع عن التّدخين.

٦. الزعتر يمكن أن يكون الزعتر مفيدةً للغاية عندما يتعلّق الأمر بعلاج السعال والاحتقان والتهاب الحلق، لأنّه مضاد للميكروبات.

من سرطان الجلد إلى التهاب الجفن.. ٥ آثار جانبية لطلاء جل الأظافر

الخروج شجيرة موطنها الأصلي أفريقياً الاستوائية وأسياً وتنتمي حاليًا في الدول العربية، وتزرع أساساً من أجل زيتها المعروفة، أو كشجيرة زينة لجمالي الكبد على إزالة السموم من الجسم عند استخدامه كحرّام على البطن، ولكن عند استخدام هذه الطريقة يجب على

والفطرية، مما أدى في النهاية إلى حدوث تشوّه في الظفر وألم في محيط الظفر، يرتبط التلميع المفرط أيضًا بضعف الأظافر، من المعروف أن استخدام الأسيتون كمزيل لطلاء الأظافر يسبب جفافًا مفرطاً وتهيجًا للجلد المحبيط بالأظافر.

طلاء الأظافر الجل: أفعل ولا تفعل لا ينبغي استخدامه لضرر جسدي عرضي، من أجل التطبيق الصحيح مفرط لإزالة طلاء الأظافر.

طبعي أظافرك بانتظام.

تجنب التلميع الشديد وتقليل

فوقه وقوته.

قد يصاب بعض الأشخاص بالتهاب

الجلد التماشي التحسسي أو التهاب

التنفسى أو تساقط الأظافر نتيجة

الأظافر والباديكيّر، فإنّ النّظافة

ضرورية.

يجب عليك دائمًا تعقيم أجهزة

غير الصحّية بعدد قليل من حالات

الإصابة بالمتغيرات العرضية،

بالإضافة إلى حالات قليلة من

سرطان الجلد غير الميلاني.

يمكن أن تسبب إعادة تشكيل

وتلميع البشرة في ضرر جسدي

الكافية لمنع أي ضرر غير ضروري له

على عكس دهانات جل الأظافر والظفر هيكل يدعم الحركات الدقيقة للأصابع مع حماية أطراف الأصابع من الأذى، كما أنه يخدم الغرض من الجمال، في العالم الحديث ، تقدم خدمات تجميل الأظافر مجموعة متنوعة من العناصر. هناك طلاء الأظافر والصلبة والتمددات والزخارف، ومع ذلك ، فإن هذا الجمال لأظافرك يأتي بتكلفة كبيرة، آثار جانبية خطيرة، وفقاً لموقع "onlymyhealth" ، تأتي دهانات الأظافر مع بعض الآثار الضارة الشديدة التي يمكن أن تلحق الضرر ببعض أعضائك.

معرفة المزيد حول ما يجعل طلاء الأظافر الجل يمثل خطراً على الصحة، وكيف يؤثر على الجسم.

الآثار الجانبية لجل المظهر الجمالي لطلاء الأظافر يتم إنتاج المظهر الجمالي لطلاء الأظافر باستخدام الألوان، والمعان، والملحويات ، والملكونات الزخرفية المصنوعة من البلاستيك أو المعدن، وما إلى ذلك، يختلف نسيج وسمك وتحمل طلاء الأظافر الجل عن ملمعات الأظافر العادي.

يجب تعرّض هذا النوع من طلاء الأظافر لضوء الأشعة فوق البنفسجية حتى يتماسك ويتصبّل،



تعرف على أفضل الأعشاب الطبيعية لعلاج حساسية الربيع

يُعد الزنجبيل مع العسل مسكنًا طبيعياً رائعًا للألم يمكن أن يساعد في علاج التهاب الحلق الملتئب.

٥- البابونج

للعلل خصائص علاجية ومهدئة يمكن أن تساعد في تقليل أعراض السعال أو التهاب الحلق، تساعد ملعقة من العسل، سواء بمفردها أو مع فنجان من الشاي، على الشعور بالراحّة.

٦- الزعتر

يعمل النعناع كمزيل احتقان قوي، انفع يمكن أن يكون الزعتر مفيدةً للغاية عندما يتعلّق الأمر بعلاج السعال والاحتقان والتهاب الحلق، لأنه مضاد للميكروبات.

مع بداية موسم الربيع تكثر أعراض حساسية الربيع المنسوبة للالتهابات الجيوب الأنفية واحمرار العين، وفي هذا التقرير نستعرض بعض العلاجات العشبية لعلاج حساسية الربيع وفقاً لما نشره موقع [allergyasthmanetwork](#).

أفضل العلاجات العشبية الطبيعية لمحاربة الحساسية الربيعية الموسمية

١- نبات القرص يعمل نبات القرص كمضاد طبيعي للهستامين، ما يساعد جهاز المناعة في الجسم على الاستجابة لمسببات الأنفية و يجعل التنفس أسهل قليلاً.

٤- الزنجبيل العطس وحكمة العين، نبات القرص غني



أمانة مؤتمر أدباء مصر تجتمع لاختيار الأمين العام الجديد.. هل توجد خلافات؟

سليمان التي تولى أمانة الدورة الماضية والتي عقد خلال الفترة من ٢٩ إلى ٣١ ديسمبر الماضي، بمحافظة الوادي الجديد، برئاسة الكاتب الكبير محمد سلاماوي، وكذلك بحث اختيار أعضاء اللجان النوعية التي سوف تشرف على إعداد المؤتمر. وكان من المقرر أن تعقد الأمانة العامة اجتماعاً يقر اختيار العامة لقصور القافة - منظم المؤتمر - يوم الأربعاء المقبل ١٥ مارس الحالي، لكن الاجتماع تم تأجيله إلى ميعاد آخر يتم تحديده لاحقاً، على الأرجح أن يكون بعد انتهاء شهر رمضان المبارك وإجازة عيد الفطر، وهو ما أثار تساؤلات أعضاء الأمانة حول أسباب عدم عقد اجتماع للأمانة حتى الآن.

مهام عضويتهم في الأمانة بسبب الخلافات. ودعت الأمانة العامة مؤتمر أدباء مصر في دورته السادسة والثلاثين، لاختيار الأمين العام الجديد خلفاً للدكتور حمدى سليمان الأمين العام السابق، يبدو أن الخلافات اشتعلت بين أعضاء الأمانة خاصة في ظل منافسة قوية محتملة بين أكثر من مرشح على منصب الأمين العام والأمين العام المساعد، وذلك لبدء التحضيرات للدورات المقبلة. سليمان اجتمع الأمانة لحين اختيار أمين عام جديد للمؤتمر، وذلك لبدء التحضيرات للدورات المقبلة والتي من المقرر أن تتعقد نهاية العام الحالى. ويشهد الاجتماع التحضيري الأول إعلان الأعضاء الذين ينون الترشح على منصب الأمين العام والأمناء المساعدين، تمهيداً لإجراء انتخابات الأمانة ليتم اختيار أمين جديد خلفاً للدكتور حمدى

في الوقت الذي تستعد فيه الأمانة

لمؤتمر أدباء مصر في دورته

الستة والثلاثين، لاختيار الأمين العام الجديد خلفاً للدكتور حمدى سليمان الأمين العام السابق، يبدو أن الخلافات

اشتعلت بين أعضاء الأمانة خاصة في

ظل منافسة قوية محتملة بين أكثر

من مرشح على منصب الأمين العام

والأمين العام المساعد، بعدما تقدم

الشاعر والناقد المسرحي يسري حسان

باستقالته من الأمانة، بحجة الابتعاد

عن الخلافات.

ويتواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على

خطى "حسان" والاعتذار عن استكمال

الخلافات.

ويواصل "اليوم السابع" مع عدد من

الأعضاء داخل أمانة مؤتمر أدباء مصر،

عرف أن بعضهم يفكر في السير على



تعرف على أفضل شبكات VPN لوصول ChatGPT في مصر وتشغيله

VPN مجانية؟ سبباً بالأخبار السارة هناك الكثير من الإصدارات المجانية لشبكات VPN الشهيرة ، وتجارب مجانية من شبكات VPN ، مع وصول كامل إلى كل ما تتيح لك بعض تجربة (أفضل شبكات VPN توسيع خطة متزنة، الأخبار السيئة هي أنه تمثل إلى أن تكون هناك مشكلة في الإصدارات تكون المجانية ، وعادة ما يكون ذلك في شكل استخدام محدود للبيانات، ستعمل هذه الخطط بشكل جيد إذا كنت مجرد مستخدم عرضي ، ولكن هذا ببساطة لن يعمل مع أي شخص يعيش عبر الإنترنت، تأتي الإصدارات التجريبية المجانية مع كل ما تحصل عليه في خطة مدفوعة ، لكن من الواضح أنها لا تدوم طويلاً. تعد التجارب أمراً رائعاً لاختبار الخدمة قبل الانضمام بها ، ولكن هذا ليس حلاً طويلاً أبداً.

تحصل على ما تدفعه مقابل شبكات VPN ، وأفضل خيار للوصول إلى ChatGPT من أي مكان في العالم هو الاشتراك المدفوع، للوصول إلى ميزات الأمان المتقدمة دون قيود على الاستخدام.

ما هو أفضل VPN لـ ChatGPT؟ قد يختارك بعناية في جميع شبكات VPN الرائدة وصممت مجموعة مختارة من أفضل الخدمات لـ ChatGPT ، لقد حاولنا العثور على شيء يناسب الجميع وكل ميزانية ، ويمكنك العثور على خدمات شائعة NordVPN ExpressVPN و CyberGhost VPN وهذه كانت أفضل شبكات VPN لـ ChatGPT في عام ٢٠٢٣.

افتتح التطبيق واتصل بخادم في موقع

ChatGPT يدعم

اتصال بـ ChatGPT

٢-قم بالتسجيل في VPN

قم بتنزيل التطبيق على جهازك الذي تختاره (أفضل شبكات VPN لها

تطبيقات لأنظمة Mac و Windows

و iOS و Android و Linux والمزيد)

٣-افتتح التطبيق واتصل بخادم في موقع يدعى

ChatGPT يدعى

٤-اتصل بـ ChatGPT

انها حفاظات سهلة، وهناك الكثير

من الخدمات التي يمكن أن تسهل

هذه المهمة، بما في ذلك الخيارات

والاستخدام لشبكة VPN، تتطلب

الشاشة مثل ExpressVPN ، وـ

معظم شبكات VPN الوصول إلى

عنوان IP الخاص بك ، والمعاملات عبر

الإنترنت ، وسجل التصفح ، بالإضافة

إلى بياناتك الشخصية عند التسجيل،

يجب ألا يقوم VPN الذي تختاره

بتخزين هذه التفاصيل تحت أي ظرف

من الظروف، يجب أن تحدد أي شبكة

افتراضية خاصة (VPN) تستحق

اهتمامك ممارسات معالجة البيانات

ال الخاصة بها في سياسة الخصوصية.

٥-شبكة الخادم - يجب أن تبحث

عن VPN توفر إمكانية الاتصال

بألاف الخوادم المتعددة جغرافياً، هذا

مفید لأنه يجب أن تكون دائماً قادراً

على العثور على اتصال ثابت وسريع

للوصول إلى ChatGPT من أي مكان

في العالم، تحتاج أيضاً إلى أن تكون

تمددًا للأشياء مثل خطط الأسعار

والاشتراك ، ولكن هذه الميزات هي

نقطة انطلاق جيدة لأي شخص يتطلع

إلى الاستثمار في أول VPN.

هل يجب عليك استخدام شبكات

الذكاء الاصطناعي مجرد شيء يتحدث عنه الناس في أفلام تدور أحداثها في المستقبل البعيد، أما الآن يبدو أن الحديث عن الذكاء الاصطناعي

أصبح أمراً عادياً وكأنه جزءاً من حياتنا اليومية، لقد كانت التطورات

مفاجئة ومثيرة، لا يزال هناك الكثير مما لا نعرف، لكن الواضح أن الذكاء الاصطناعي موجود ليقين، وسيغير الطريقة التي نعيش بها جيئاً حياتنا.

تمحورت الكثير من مناقشات الذكاء الاصطناعي حول ChatGPT ، ومن

السهل معرفة السبب، لقد أحدث

روبوت الدرشة ذو الذكاء الاصطناعي

هذا موجات من المحادثات الشديدة

بالبشر، والتي تتحدى المعتقدات في بعض الأحيان، حسب تقرير موقع

.me.mashable ما هو؟ ChatGPT هو روبوت محادثة ذكاء اصطناعي، تم إنشاؤه بواسطة

OpenAI وتم إصداره في نهاية عام ٢٠٢٢، ما هو chatbot؟ روبوت

المحادثة هو برنامج كمبيوتر يستخدم

الذكاء الاصطناعي ومعالجة اللغة

الطبيعية لفهم الأسئلة التي تدخلها

وأقتمة الردود ، ومحاكاة المحادثة البشرية.

ومن الصعب وصف شيء جديد جدًا في العالم، لكن أفضل طريقة لفهم

ChatGPT بشكل أفضل هي تجربته، يمكنك

طرح الأسئلة وتقديم طلبات

ChatGPT، حيث حظرت إيطاليا أيضًا

دون نوايا سيئة أو استخدام سبيئ،

هذا سيكون لمسة غير عادلة عندما

إنشاء شبكة خاصة تخفي عنوان IP

ال حقيقي الخاص بك ، مما يجعل كل

نشاطك غير قابل للتنبع وآمن، قد

يكون هذا الفعل مفيدًا عندما يتعلق

الأمر بـ ChatGPT، ولكن لا يمكن

الوصول إلى ChatGPT من دول معينة، مثل إيران ، والصين ، وروسيا

، مصر، حيث حظرت إيطاليا أيضًا

فقط بالتسجيل في شبكة

Truecaller هو برنامج تشفير القيد

لـ ChatGPT من أي مكان في العالم

سيتم أيضًا ولكن تجاوز القيد في

الخصوصية وحماية البيانات، لكنها

استعادت الوصول بعد معالجة هذه

المشكلات، علاوة على ذلك أغلقت

ذلك.

هل تحتاج إلى VPN من أجل

ChatGPT؟

ولكي تقوم بإمكانية الوصول إلى هذه

التقنية الجديدة والمثيرة بمساعدة

شبكة VPN حيث توفر الشبكات

الخاصة الافتراضية (VPN) حماية

ليبياناتك، وهو يتيح عندما تكون متصلة

بـ الإنترنت.

إنه يقدمون هذه الخدمة من خلال

العمل الحد من مخاطر الكشف عن

العلومات الحساسة لدبها، يجدوا هنا

البلندق مررًا تماماً ، لكن يعني أنه

سيتم أيضًا ولكن حظر أولئك الذين

يسعون إلى استخدام

دون نوايا سيئة أو استخدام سبيئ،

هذا سيكون لمسة غير عادلة عندما

يمنع للجميع، ويمكن لشبكات

IP إخفاء عنوان IP الحقيقي الخاص بك،

وتوسيعك بخادم آمن في موقع آخر،

ما يعني أنه يمكنك تجاوز القيد

لـ ChatGPT من أي مكان في العالم

سيتم أيضًا ولكن تجاوز القيد

في العالم عملية سريعة وسهلة:

١-قم بالتسجيل في VPN

قم بتنزيل التطبيق على جهازك الذي

اختاره (أفضل شبكات VPN لها

تطبيقات لأنظمة Mac و Windows

و iOS و Android و Linux والمزيد)

الرسائل في إعدادات آيفون.

ثم اضغط على &

Unknown & Spam.

تشغيل مفتاح التبديل لتصفية

المرسلين غير المعروفين.

حدد الخيار تروكولر.

سيقوم تروكولر تلقائيًا بإزالة البريد

العشوازي والرسائل الاحتيالية من

صندوق الوارد الخاص بك بمجرد

تمكنك ميزة تصفية الرسائل القصيرة.

يمكنك النقر فوق علامتي التبويب

"البريد العشاوي" أو "الاحتياط".

العروض: ستجد هنا جميع الرسائل

القصيرة الترويجية التي تحتوي على

خصم أو عرض.

إليك دليل خطوة بخطوة لمساعدتك

في تمكن TrueCaller SMS Filtering على

جهاز آيفون الخاص بك.

كيفية تمكن TrueCaller SMS Filtering على آيفون

الرسائل القصيرة على آيفون.

قم بتشغيل تطبيق تروكولر على

جهاز آيفون الخاص بك وانتقل إلى

يساعد تطبيق تروكولر المستخدمين

في تحديد المكالمات الواردة وحظر

مكالمات البريد العشاوي على

الهواتف، يأتي TrueCaller أيضًا

مع ميزة تصفية الرسائل القصيرة

التي يمكن أن تساعد المستخدمين

على إدارة رسائلهم النصية.

قدم تروكولر مع نظام iOS ١٤،

ميزة تصفية الرسائل القصيرة لأجهزة

آيفون، تعمل دون اتصال بالإنترنت

لمعالجة تصفية الرسائل القصيرة على

جهاز المحمول.

يوفر التطبيق تصفية الرسائل

القصيرة للمرسلين المعروفين وغير

المعروفين والمعلمات والعروض

الترويجية والرسائل القصيرة غير

المعروفين فيها.

مع نظام التشغيل iOS ١٦ وسعت

TrueCaller خيارات تشريح

الرسائل القصيرة إلى هذه الفئات:

المالية: يتضمن هذا القسم جميع

رسائل SMS المصرفية، وكلمات

تعرف على كيفية استخدام ميزة SMS Filtering على آيفون

TrueCaller هو تطبيق تصفية الرسائل القصيرة على آيفون، تم تحسينه في عام ٢٠٢٢، مما يتيح لك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون.

يمكنك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون، مما يتيح لك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون.

يمكنك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون، مما يتيح لك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون.

يمكنك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون، مما يتيح لك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون.

يمكنك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون، مما يتيح لك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون.

يمكنك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون، مما يتيح لك تصفية الرسائل القصيرة التي تتلقاها على آيفون.



المشدد ١٥ سنة لسائق قتل صاحب محل خلل مشاجرة في قليوب

سلاحاً أبيضاً - سكين - على النحو المبين بالأوراق. وتوصلت تحريات المباحث وشهاده الشهود بالواقعة، أن المتهم تшاجر مع المجنى عليه كان موضوعه تعاطي سيجارة، فتدخل الأهالي للحيد بينهما، وانصرف الأول متوجداً الثاني بالإذاء، وبحراور ما يقارب نصف الساعة حصر المتهم ل محل المجنى عليه محراً سلاحاً نارياً فرد خرطوش، ووجهه صوب الأخير وهم بإطلاق عيار ناري منه قبله عدة مرات فلم يستجب سلاحه، فاتبع ذلك بخروج سلاحاً أبيضاً سكين من طيات ملابسه واعجله به بطعنة بعنقه أحدث بها إصابته التي أودت بحياته.

إطلاق عيار ناري منه عدة مرات فلم يستجب سلاحه، فأخرج سلاحه الأبيض المطر بياده من طيات ملابسه، واعجله بطعنة به في عنقه أحدث بها إصابته المبنية بتقرير الصفة التشريحية الخاص به المرفق بالأوراق والتي أودت بحياته قاصداً من ذلك قتلها على النحو المبين بالأوراق.

وتتابع أمر الإحالة، أن المتهم أحرز بغير ترخيص سلاحاً نارياً غير مشخص "فرد خرطوش" على النحو المبين بالأوراق، كما أحرز بغير ترخيص طلقة إصرار ترصد، إذ نفاذًا لذلك الغرض أحرز سلاحاً نارياً "فرد خرطوش" وذخيرته، وسلاحاً أبيضاً "سكين" تالين الوصف، وتوجه لمحله، وأشهر صوبه السلاح الناري أنف البيان، فهم

عليه، وذلك باستخدام سلاح أبيض سكين، وسلاح ناري "فرد خرطوش"، بداعية مركز شرطة قليوب بمحافظة القليوبية.

وتتضمن أمر الإحالة الخاص بالقضية رقم ٢٠٦٧٨ لسنة ٢٠٢٢ جنج مركز قليوب، والملقبدة برقم ٢٨٦١ لسنة ٢٠٢٢ كلى جنوب بنها، أن المتهم "حسن ع ح" ٢٤ سنة، سائق، مقيم دائرة قسم أول شبرا الخيمة، قتل عمداً المجنى عليه "محمود أشرف سيد فرغلي"، من غير سبق إصرار ترصد، إذ نفاذًا لذلك

لـ

قضت محكمة جنایات شبرا

رمضان، الدائرة الخامسة، محمد عاصم، وأمانة سر رضا

جاب الله، بالسجن المشدد

سيجارة أمام محل المجنى

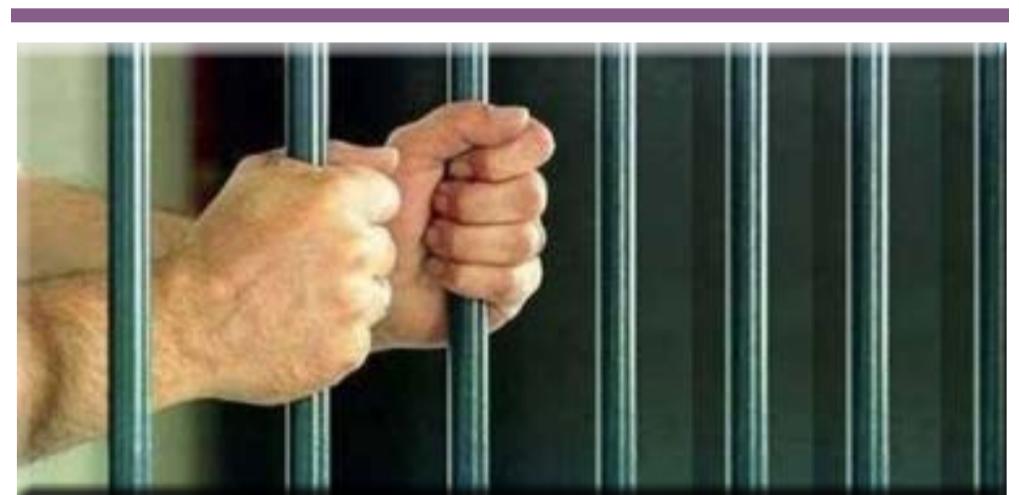
مقتل شخص خلال مشاجرة

نشبت بينهما بسبب خلافات

سابقة، وقيام المتهم بتعاطي

النجرار، وعضوية المستشارين

ملدة ١٥ سنة لاتهامه



حبس مسئول استلام استولى على ٣٦١ طن قمح بحوالى ٣ ملايين جنيه بطهطا

حجز شخصين بتهمة الإتجار في النقد الأجنبي بقصر النيل

نشاطهما الإجرامي في مجال الإتجار بالنقد الأجنبي خارج السوق المصرفى، حيث يقوم الأول بتحصيم العملات الأجنبية من أقاربه العاملين خارج البلاد ويقوما بإعادة بيعها بالعملة المحلية بسعر السوق السوداء عن طريق المتهم الثانى بقصد تحقيق أرباح غير مشروعة. ومواجهة المتهم الثانى بما جاء بأقوال الأول أيدتها وأقر بسابقة تعرفه على المتهم الأول من خلال صفحة "محددة" بموقع التواصل الاجتماعى "فيسبوك".

(شخصين) بمزاولة نشاط غير مشروع في مجال الإتجار بالنقد الأجنبى خارج السوق المصرى متخذان من دائرة قسم شرطة قصر النيل مسرحاً لمزاولة نشاطهما الإجرامي.

ونجحت الداخلية في ضبط شخصين بالقاهرة لقياهمما بالإتجار غير المشروع فى النقد الأجنبى فى إطار تواجدهما بدائرة قسم شرطة قصر النيل بالقاهرة ، وعثر بحوزتهما لمقايضة الجريمة بشتى صورها لاسيما جرائم الإتجار غير المشروع فى النقد الأجنبى.

تم تحrir محضر بالواقعة والعرض على النيابة العامة ملابح المأمورى أكدت معلومات وتحريات الأجهزة الأمنية بمديرية أمن القاهرة قيام المضبوطة بحوزتهما من متحصلات

باتكتشاف وجود عجز من الأقاما

المستوردة الوارددة من صومعة غرب طهطا بعهدة م . خ . م . ع كونه مندوب استلام الغلال والأقاما

المستوردة لوجود عجز بكميات من الوارددة مطحون سلندرات طهطا مما أضر بمال العام.

عقب تقيين الإجراءات وإستئذان النيابة العامة تم إستدعاء المتهمى عنه ويسؤله أقر بوجود عجز وتعهد بتسويه.

على الأمن العام أسفرت عملية ضبط الإدارية العامة ملابح الأموال العامة على النيابة العامة التي أصدرت قرارها السابق.

حيث تقدم أ . . م . ع بشركة مطاحن مصر العليا ضد م . خ . م . يقيم طهطا مسؤول استلام الأقاما

الإدارية مطحون طهطا شمال المحافظة ع أيام على ذمة التحقيقات عقب قيام الإدارية العامة ملابح الأموال العامة بمنطقة جنوب الصعيد بضبطه عقب تقدم محامي الشركة ببلاغ ضده اتهمه فيه بقيامه باختلاس طن ٣٦١ طن إجمالي مبالغ تصل إلى أكثر من ٣ ملايين جنيه.

ونظراً لما تشكله الواقعة من خطورة ذلك في إطار جهود الإدارية العامة مكافحة جرائم الاختلاس والإضرار بمال العام بشتى صوره





تشيرينجيتو: ميسى وثنائي "الأبقار المقدسة" إلى الدوري السعودى

أليا هو الظهير الأيسر للفريق الكتالوني منذ انضمامه إليه في ٢٠١٢ قادماً من فالنسيا، أما بوسكيتس فهو من لاعبي أكاديمية النادي، وانضم للفريق الأول عام ٢٠٠٨. ويعتبر الثنائي من أطلق عليهم إعلامياً "الأبقار المقدسة" في برشلونة، رفقة جيرارد بيكيه المدافع الذي اعتزل خلال الموسم الجاري، وسيرجي روبيتو. وببدأ ميسى مع الفريق الأول للنادي الكتالوني في عام ٢٠٠٤، واستمر معه حتى رحيله في ٢٠٢١ إثر تعذر تجديد تعاقده بسبب الظروف الاقتصادية.

الإثنين الماضي، بينما كان الفريق يتدرّب في باريس. واعتبر ميسى في فيديو، مبرراً سفره بعدم إمكانية إلغاء الرحلة بعد أن سبق له إلغاءها مرتين، واعتقاده أن الفريق نال راحة في اليوم التالي للمباراة كما جرت العادة. وظهر ميسى في تدريبات فريقه يوم الاثنين لأول مرة منذ أزمة إيقافه. ويرغب برشلونة في استعادة أسطورته ميسى في الصيف بعد نهاية عقده مع باريس سان جيرمان. على الجانب الآخر ذكر البرنامج ذاته أن الهلال يرغب في ضم جوردي أليا ميسى من جانب باريس بسبب زيارةه الترويجية للسعودية يوم وزميلي ميسى السابقين أيضاً.



الأفعى تلدع الشيطان.. إنتر يضرب ميلان ويقترب من نهائي أبطال أوروبا

مرات في الموسم ذاته بعد موسم ١٩٩٥-١٩٩٤ عليه في الدوري الموسّع على دوري الأبطال. لكن بشكل عام هذه أول مرة في التاريخ يفوز فيها إنتر على ميلان في ثلاث مسابقات مختلفة، أما موسم ١٩٩٥-١٩٩٤ فكان الانتصار في الكأس والدوري فقط.

ومن المقرر أن يلتقي الفريقان مجدداً الثلاثاء المقبل في الملعب ذاته الذي يتقاسمان اللعب عليه، بهدف دون رد، وفي السوبر الإيطالي بثلاثة مقابل لا شيء، واليوم في دوري الأبطال.

في ثلاث دقائق فقط أسقط إنتر غريمه التقليدي ميلان ليحقق أول فوز أوروبي عليه في تاريخه. ولكنه تلك المرة سيكون تحت اسم جوسبي مياتزا نظراً لاستضافة إنتر اليوم الأربعاء بهدفين دون رد في اللقاء.

وشهدت المباراة أول انتصار أوروبي لإنتر على ميلان بعد أربع افتتاح إدين دجيكو أهداف المباراة بتسديدة يسارية في الدقيقة الثامنة. وأضاف هزريك مخيتاريان الهدف الثاني بتسديدة قوية في الدقيقة ١١. يفوز فيها إنتر على ميلان ثالث

في المقابل واصل بروكسي أداءه عرضية من مصطفى شلبي من جهة اليسار قابلاً حمزة المثلوثي برأسية من منتصف منطقة الجزاء سكنت أسفل يسار المرمى في الدقيقة ٧٩. وأدرك الزمالك التعادل بعد كورة عرضية من مصطفى شلبي من جهة اليسار قابلاً حمزة المثلوثي في الدقيقة ٦٥ من ركلة جزاء.

وفي الدقيقة السابعة استغل كامل أحمد كابوريا خطأ حاتم سكر لاعب الزمالك وسجل الهدف الأول لفريقه في شباك عاد.

وأرسل محمد أشرف رoca تمريرة بينية وضعت حمزة المثلوثي في انفراد تام بالمرمى ولكن الأخير أعاد الكرة بغرابة إلى سامسون أكينيولا فاستخلصها دفاع بروكسي من أمامه.

ونجح حاتم سكر في تسجيل هدف التعادل بعد تسديدة صاروخية من على حدود منطقة الجزاء ارتطمت بيمين العارضة وسكنت المرمى.

نجا الزمالك من فخ الخروج المبكر ببطولة كأس مصر. وفاز الزمالك على بروكسي أحد أندية الدرجة الثانية بنتيجة ٢-٣. وسجل حاتم محمد سكر وحمزة المثلوثي وسيف الدين الجيزري أهداف الزمالك. فيما أحرز كامل أحمد وأحمد جمعة هدفي بروكسي في المباراة التي أقيمت على استاد القاهرة. ويواجه الزمالك الفائز من مباراة فاركو والمصرية للاتصالات في ثمن نهائي المسابقة. الزمالك أفلت من هزيمة لم تحدث منذ عام ٢٠٠٩-٢٠٠٨ عندما خسر من بن عبيد بهدف دون رد وودع كأس مصر من دور الـ ٣٢.

تشكيل المبارزة شهد تشكيل الزمالك عودة محمد عاد لحراسة المرمى، كما لعب سامسون أكينيولا بشكل أساسى للمرة الأولى منذ مباراة الداخلية يوم ٥ يناير الماضى. ولعب بجوار سامسون في الهجوم كل من يوسف أسامة نبيه وسيد عبد الله.

وصف المبارزة بدأ نادي بروكسي المبارزة بهجوم





الجسم في الاتحاد.. مانشستر سيتي يفرض التعادل على ريال مدريد بنصف نهائي دوري الأبطال

وسيكون حسم الصعود إلى نهائي دوري
أبطال أوروبا، في ملعب "الاتحاد"
معقل ماشستر سيتي، الأسبوع المقرب.
وتحديداً يوم الأربعاء 17 مايو.

سيطر التعادل الإيجابي على مباراة ريال مدريد الإسباني ونظيره مانشستر سيتي الإنجليزي بنتيجة (١-١)، في ذهاب نصف نهائي دوري أبطال أوروبا.



**الخسارة الأولى من ينابير في الدوري.. بيراميدز
يوقف سلسلة لا هزيمة لاسماعيلي**

<p>انتصر بيراميدز على الإسماعيلي بنتيجة ١-٣ في لقاء مؤجل من الجولة ٢٤ من الدوري المصري في مباراة أقيمت على استاد الدفاع الجوي.</p>	<p>في المقابل قاد الثلاثي: محمد الشامي - فراس شواط - عبد الرحمن مجدي هجوم الدراويش.</p>	<p>بعد بيراميدز مبكراً تتمدد صافر من نيلات النيلية في الـ٧٧ منطقة الجزاء وأبعد الكرة بقبضة يده لفرصة محمد الشامي من داخل وتألق أحمد الشناوي في التصدي بدلاً من كريم الدين.</p>
--	---	--

سجل أهداف بيراميدز: إسلام عيسى ووليد الكرقي وفخر الدين بن يوسف، فيما سجل محمود الشبراوي هدف الإسماعيلي الوحيد. وظل بيراميدز دون خسارة أمام الإسماعيلي للمباراة العاشرة على التوالي (فوز ٢ وتعادل). وتوقفت سلسلة لا هزمية الدراويش في الدوري عند ١١ مباراة على التوالي (٤ فوز و٧ تعادل).

النواي (٤ فوز و ٧ تعادل).
وارتفع رصيد بيراميدز لـ ٤٩ نقطة



في المركز الثالث بترتيب الدوري من ٢٥ مباراة ومحققا فوزه الثالث تواليا. فيما توقف رصيد الدراويش عند الائمة حاملة سلسلة في آخر

الرابع عشر من نقطة في المركز الرابع عشر من
٢٥ مباراة بفارق نقطة واحدة عن مراكز الهبوط.
٢٦ الراسية جاء سهله في يد احمد
الشناوي.
و قبل ٥ دقائق على نهاية الشوط الأول
الثالث بتسيده متقدة من داخل
منطقة الجزاء على يسار محمد فوزي.

<p>و قبل ٨ دقائق على نهاية اللقاء أ شهر الحكم بطاقة حمراء في وجه محمد حسن بعد تدخل قوي على قدم محمد الشبيبي.</p>	<p>أضاف إسلام عيسى الهدف الثاني بعدهما استغل لاكاي تشتيت خطأ من دفاع الإسماعيلي ومرر للأول الذي سدد من ملسة واحدة في الشباك.</p>	<p>بدأ الثلاثي إسلام عيسى - فخري لاكاي - مصطفى فتحي في هجوم يرميدير في ظل غياب رمضان التشكيل</p>
--	--	--

فيما تواجد كريم حافظ في مركز الظهير الأيسر عوضاً عن محمد الجمل تغيراً بمشاركة أحمد مدبولي في بداية الشوط الثاني أجري حمزة وأكمل الإسماعيلي اللقاء بعشر لاعبين ليتنهى بخسارة الدراويش الأولى منذ تناول الماضي في الدوري.

