

Mohamed Qatamesh Dental Clinic

After Before

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



رئيس التحرير
هناء السيد

مصر
تلاطين



رئيس مجلس الإدارة
محمد صلاح قطامش

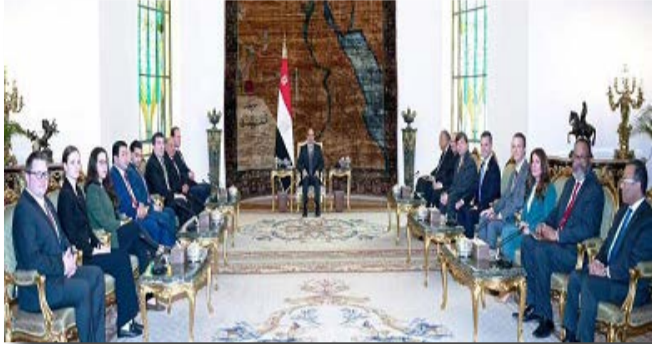
العدد الإجمالي رقم ١٣٥٧

الخميس | ١٨ رمضان | ١٤٤٥ هـ | الموافق ٢٨ مارس | ٢٠٢٤ م

أسسها/محمد صلاح قطامش ٢٠١٤

السياسي يستقبل وفدا من مجلس النواب الأمريكي ويؤكد مجددا رفض مصر أية مساعي لتجسير الفلسطينيين

أكثر من مليوني فلسطيني من المعاناة الإنسانية الهائلة. وأكد الرئيس ضرورة اضطلاع المجتمع الدولي بمسئوليياته في الضغط من أجل الوقف الفوري والمستدام لإطلاق النار، ومنع تصعيد العمليات العسكرية في رفح الفلسطينية، مجددا رفض مصر القام لأية مساعي تهدف لتجسير الفلسطينيين من أراضيهم. كما توافق الجانبان خلال اللقاء على خطورة اتساع دائرة الصراع في المنطقة، بما يهدد الأمن والسلم الإقليميين والدوليين، مؤكداً أن حل الدولتين هو الضامن والسبيل لاستعادة وترسيخ الأمن والاستقرار في المنطقة.



الأمريكي الدور المحوري الذي تقوم به مصر في تثبيت دعائم الأمن والاستقرار الإقليميين، مثنين على التنسيق المشترك بين مصر والولايات المتحدة في مختلف المجالات، والذي ينعكس بصورة إيجابية على مصالح الشعبين الصديقين وعلى المنطقة. تناول اللقاء في هذا الصدد التعاون بين البلدين في مجالات الأمن ومكافحة الإرهاب والتطرف، حيث تم تأكيد استمرار العمل المشترك في هذا الصدد، وأكد الرئيس رؤية مصر بشأن أهمية السلام والتنمية في تجفيف منابع الإرهاب والتطرف. وأضاف المتحدث الرسمي أن اللقاء تناول بشكل مفصل الأوضاع الإقليمية، خاصة في قطاع غزة، حيث استعرض الرئيس الجهود المصرية المكثفة للوقف الفوري لإطلاق النار ونفاذ المساعدات الإغاثية، لإنقاذ

استقبل الرئيس عبد الفتاح السيسي، وفدا من مجلس النواب الأمريكي، برئاسة النائب الجمهوري "أوجست فلورن" رئيس اللجنة الفرعية لمكافحة الإرهاب، وعضوية عدد من نواب الكونجرس بالحزبين الجمهوري والديمقراطي، وذلك بحضور سامح شكري وزير الخارجية، واللواء عباس كامل رئيس المخابرات العامة. وصرح المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية المستشار د. أحمد فهمي أن اللقاء شهد تأكيد قوة ورسوخ الشراكة الاستراتيجية بين مصر والولايات المتحدة، مع تأكيد دور الكونجرس في تعزيز

اجتمع الرئيس عبد الفتاح السيسي، مع الدكتور مصطفى مدبولي رئيس مجلس الوزراء، والدكتور محمد معيط وزير المالية، أحمد كجوك نائب وزير المالية للسياسات المالية. وصرح المستشار د. أحمد فهمي، المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية، بأن الاجتماع تناول استعراض مشروع موازنة العام المالي القادم ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥. حيث عرض وزير المالية في هذا



السياسي يجتمع مع مدبولي ووزير المالية لاستعراض مشروع موازنة العام المالي ٢٠٢٤-٢٠٢٥

وذكر المتحدث الرسمي أن الرئيس وجه بمواصلة تحقيق الانضباط المالي، وضمان الاستدامة المالية للموازنة العامة للدولة، بالإضافة إلى مواصلة اتخاذ كافة الإجراءات اللازمة لخفض الدين العام، وزيادة النمو الاقتصادي، بما في ذلك من خلال الحوافز المقدمة لقطاعات الصناعة والصادرات لزيادة الاستثمار المحلي والأجنبي، وبما يسهم بشكل إيجابي في جهود تحقيق التنمية الشاملة في مصر.

الإجمالي، ومنظومة الدعم والحماية الاجتماعية. كما أوضح وزير المالية أن مشروع الموازنة يراعي تداعيات الأوضاع الاقتصادية العالمية والإقليمية، ويأخذ بعين الاعتبار تكلفة الحزمة الاجتماعية التي تم إقرارها مؤخراً، بالإضافة إلى مواصلة برنامج الإصلاح الاقتصادي، مع التركيز على زيادة وتحفيز الصادرات، وتعزيز الصناعة ودور القطاع الخاص في تحقيق التنمية.



من مواصلة تحقيق فائض أولي، وزيادة معدل نمو الناتج المحلي

الصدد أبرز المؤشرات النهائية لمشروع الموازنة، بما تتضمنه

السياسي وجوتيريش يؤكدان حتمية حل الدولتين كمسار وحيد لتحقيق العدل والأمن بالمنطقة

وأكد ضرورة اضطلاع مجلس الأمن بمسئوليته في ذلك الصدد، ومشهدا على خطورة قطع بعض الدول دعماً لوكالة غوث وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين "الأونروا"، فيما يعد عقاباً جماعياً للفلسطينيين الأبرياء. جاء ذلك خلال استقبال الرئيس السيسي، بقصر الاتحادية، سكرتير عام الأمم المتحدة أنطونيو سامح شكري، ورئيس المخابرات العامة اللواء عباس كامل، وفيليب لازاريني مفوض عام وكالة الأمم المتحدة لغوث وتشغيل اللاجئين



ثمن الرئيس عبدالفتاح السيسي، مواقف السكرتير العام للأمم المتحدة أنطونيو جوتيريش من الأزمة الجارية في غزة، وحرصه على الالتزام بمبادئ القانون الدولي والقانون الدولي الإنساني، ونشاطه المستمر لحث المجتمع الدولي على التحرك لإنهاء الحرب وحماية المدنيين.

تابع ص ٦

الصين تدعو جميع الأطراف لتنفيذ قرار مجلس الأمن بوقف إطلاق النار في غزة

رئيس الوزراء عن إفطار المطرية: يحمل رسالة للجمع بقدره الشباب المصري على صنع أي شيء

وزير الخارجية: الدبلوماسية المصرية تمضي على المسار الصحيح للحفاظ على مقدرات ومصالح الوطن

وزارة التخطيط: ٢٦ مليون امرأة استفادت من المشروع القومي "حياة كريمة"

كيف يمكنك استخدام iMessage على نظام ويندوز في ٨ خطوات؟

إصابة عامل بطلق نارى على يد مزارع بسبب خلاطات الجيرة فى سوهاج

بوليمونيوم عالم التميز

خامه جديده خشب والمونيوم مطبخ يعنى البيت الحديث البيت الحديث منحه لكل جديد

NEW

Hotline: 0106687105
ModernHouseEgypt: 1997
modernhouse-kitchens
modernhouse-egypt.com

Al-Zafer International

International Shipping & Logistic Solutions

1 God El-haq St., 1st Floor, Square 1226, beside Florida Mall, Sheraton Heliopolis, Cairo, Egypt
+202 2264 4647
+202 2264 4648
www.alzaferintl.com

الصين تدعو جميع الأطراف لتنفيذ قرار مجلس الأمن بوقف إطلاق النار في غزة

وأضاف أنه في الوقت نفسه، يتعين رفع الحصار المفروض على غزة والحوار من صنع الإنسان أمام وصول الإمدادات الإنسانية على الفور لضمان إمكانية دخول الإمدادات الإنسانية إلى غزة بكميات كافية على وجه السرعة للوصول إلى المحتاجين بطريقة آمنة وفي التوقيت المناسب، يمكن استبدالها بالنسبة لأهالي غزة لتلقي المساعدات الإنسانية الدولية.

الأخرى، مبيّن أن الأونروا لا غنى عنها ولا يمكن استبدالها بالنسبة لأهالي غزة لتلقي المساعدات الإنسانية الدولية. وذكر أنه يتعين على مجلس الأمن أن يواصل متابعة الوضع في غزة عن كثب والاستعداد لاتخاذ مزيد من الإجراءات عند الضرورة لضمان التنفيذ الكامل وفي الوقت المناسب للقرار، مضيفاً أن الصين ستواصل بذل جهود متواصلة مع جميع الأطراف لوضع نهاية مبكرة للقتال في غزة وتخفيف حدة الكارثة الإنسانية وتنفيذ حل الدولتين.



خلال شهر رمضان ليس سوى خطوة أولى، ويجب أن يكون القرار بمثابة أساس لوقف دائم ومستدام للأعمال العدائية. وأضاف أنه في الوقت نفسه، يتعين رفع الحصار المفروض على غزة والحوار من صنع الإنسان أمام وصول

المعنية، منها استخدام كل الوسائل الضرورية والفعالة المتاحة لها لدعم تنفيذ القرار. وقال إنه يتعين وقف جميع الأضرار التي تلحق بالمدينين على الفور، كما يجب أن يتوقف الهجوم على غزة على الفور، مشيراً إلى أن وقف إطلاق النار

دعا ممثل الصين الدائم لدى الأمم المتحدة تشانغ جيون، إلى تنفيذ قرار مجلس الأمن الذي يطالب بوقف فوري لإطلاق النار في غزة خلال شهر رمضان.

وقال ممثل الصين الدائم لدى الأمم المتحدة، في تصريحات وفقاً لوكالة الأنباء الصينية "شينخوا" اليوم الثلاثاء، "إنه بعد ما يقرب من ستة أشهر على اندلاع الصراع، فقد أكثر من ٣٢٠٠٠ مدني فلسطيني حياتهم، فإن قرار مجلس الأمن جاء متأخراً جداً، لكن بالنسبة لملايين الأشخاص في غزة الذين ما زالوا غارقين في كارثة إنسانية غير مسبوقة، فإن هذا القرار، إذا نُفذ بشكل كامل وفعال، يمكن أن يجلب الأمل الذي طال انتظاره".

وأوضح تشانغ أن قرارات مجلس الأمن ملزمة، داعياً الأطراف المعنية إلى الوفاء بالتزاماتها بموجب ميثاق الأمم المتحدة واتخاذ الإجراءات الواجبة وفقاً لما يتطلبه القرار، مضيفاً "تتوقع من الدول التي تتمتع بنفوذ كبير أن تلعب دوراً إيجابياً مع الأطراف

مصر

ترخيص الهيئة الوطنية للإعلام رقم ٠٠٠٤
فبراير عام ٢٠٢١

رئيس مجلس الإدارة:-

محمود صلاح قطامش

رئيس التحرير:-

هناء السيد

الإشراف الصحفي:-

دكتوراه سهام جبريل

البريد الإلكتروني:-

محمد جمال شرع

التصميم الفني PDF:-

خليل محمد

الوكيل الإعلاني
جمهورية مصر العربية



(+202) 01022441900 (+202) 0128361779
e-mail: cd_room2004@yahoo.com

المملكة العربية السعودية

مطبعة مشعل محمد الخطاطي
Mishal Printing Press

CALL NOW
053 230 9963 / 050 574 0183

Jeddah - 23212 - 7539 K.S.A. Musherah 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 الخافر للخدمات اللوجستية
Al-Zafer Logistics & Cargo Services Co.
خدمات الشحن والتفريغ والبضائع الجارية

800-12-8888-1

qalamesh@alzafercargo.com
www.alzafercargo.com

Mohamed Dental Clinic



11 ش الأديب علي ادهم، مساكن الشيراتون
هاتف: ٠١٠٠٠٦٣٩٠٠٠ جوال: ٢٠١٠٠١٦٧٠٩٨
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com

ماليزيا ترحب بقرار مجلس الأمن بوقف إطلاق النار في قطاع غزة

الجهود، في حدود إمكانياتها وقدراتها، من أجل إقامة دولة فلسطين المستقلة ذات السيادة، بناء على حدود ما قبل عام ١٩٦٧، وعاصمتها القدس الشرقية، فضلاً عن الاعتراف بعضوية دولة فلسطين الكاملة في منظمة الأمم المتحدة.

يذكر أن مجلس الأمن الدولي تبني قراراً مساء أمس الاثنين، يدعو لوقف فوري لإطلاق النار في قطاع غزة خلال شهر رمضان المبارك ويحترمه جميع الأطراف ليؤدي ذلك إلى وقف دائم ومستدام لإطلاق النار، كما طالب بالإفراج الفوري وغير المشروط عن جميع الأسرى وكذلك السماح بوصول المساعدات الإنسانية تلبية لاحتياجاتهم الطبية وغيرها من الاحتياجات الإنسانية.

الدولي بضمن وفاء الاحتلال الإسرائيلي بالتزاماته بالقانون الدولي، والوقف الفوري للأعمال الوحشية ضد الفلسطينيين. وأضاف البيان أن "الحصارات التي فرضها الاحتلال الإسرائيلي قد تسببت في حدوث كارثة في الأمن الغذائي، مع خطورة المجاعة وسوء التغذية لسكان غزة الذين يبلغ تعدادهم ٢,٣ مليون نسمة". وأشار البيان إلى أن ماليزيا كانت قد دعت مجلس الأمن الدولي منذ فترة طويلة إلى الوفاء بمسؤوليته التي حددها الميثاق، لحماية الفلسطينيين من الأعمال الوحشية التي ارتكبتها الاحتلال الإسرائيلي، وأودت بحياة أكثر من ٣٢ ألف شخص من الأبرياء. وأكد أن ماليزيا تبقى ملتزمة بالقضية الفلسطينية، وستواصل



وكالة الأنباء الماليزية - اعتماد القرار بأنه تقدم كبير عقب نشوب الصراعات في قطاع غزة واندلاعها منذ أكثر من خمسة أشهر، مطالبة مجلس الأمن

عن جميع الأسرى وغير المشروط ورفع جميع الحواجز التي تمنع تقديم المساعدات الإنسانية. ووصفت وزارة الخارجية الماليزية - في بيان، اليوم الثلاثاء، وأردته

رحبت ماليزيا باعتماد مجلس الأمن الدولي للقرار رقم ٢٢٧٨ لسنة ٢٠٢٤، بشأن قطاع غزة، والذي ينص على طلب وقف فوري لإطلاق النار والإفراج الفوري



الدعم المقدم للأونروا بقيمة ١٥ مليون يورو خلال الفترة ٢٠٢٤ - ٢٠٢٦ في كل من الأردن ولبنان، كما سيحضر حفل توقيع اتفاقيات بين وزارة التخطيط والتعاون الدولي ووزارة المياه في المملكة، مع بنك التنمية الألماني.

لأونروا. وبدوره..مُنَّ الوزير الألماني الجهود التي تقوم بها المملكة في إيصال المساعدات الإنسانية لقطاع غزة وفي جهود تعزيز الأمن والاستقرار والسلام في المنطقة، ومن المقرر أن يعلن الوزير أنين خلال زيارته للمنطقة عن زيادة

الدولي والقانون الدولي الإنساني ووقف حربها المستعرة على القطاع.. مثمنا الدعم الذي تقدمه ألمانيا للأردن لرفد مسيرته التنموية ومساعدته في التعامل مع تداعيات الأزمات الإقليمية والدولية وخاصة أزمة اللجوء والدعم الذي تقدمه

ألمانيا والأردن يؤكدان أهمية دور الأونروا في تقديم الدعم للفلسطينيين

المرتبطة بالقضية الفلسطينية والحرب على غزة والجهود المبذولة لضمان حماية المدنيين وضمان إيصال المساعدات الإنسانية الكافية والمستدامة لجميع أنحاء القطاع. وأكد الوزيران الحرص المشترك على استمرار التنسيق بين المملكة وألمانيا في المجالات كافة، ثانياً وفي إطار الشراكة مع الاتحاد الأوروبي، وخاصة تلك المتعلقة بالبيئة والطاقة والمياه. وشددت الصفدي، طبقاً لبيان وزارة الخارجية الأردنية، على ضرورة امتثال إسرائيل لقواعد القانون

أكدت ألمانيا والأردن أهمية الدور الذي تقوم به وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين (الأونروا) في تقديم الدعم للأشقاء في فلسطين. جاء ذلك خلال لقاء نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية وشؤون المغتربين الأردني أيمن الصفدي بعمان مع وزير الدولة في وزارة التعاون الاقتصادي والتنمية الاتحادية الألمانية نيلز أنين، حيث بحثا سبل تعزيز العلاقات الثنائية وعددا من القضايا الإقليمية والدولية وفي مقدمتها التطورات



رئيس الوزراء عن إفتار المطرية: يحمل رسالة للجميع بقدرة الشباب المصري على صنع أي شيء

مدبولي: هذه الاحتفالية تعبر عن الترابط والتلاحم بين أهالي المنطقة كما تعبر عن روح التعاون التي تميز المصريين
شكرا نيابة عن الحكومة على هذه المبادرة التي توصل رسالة إلى الجميع بأن الشباب المصري ينجح في كل تحدٍ وقادر على صنع أي شيء
استقبل الدكتور مصطفى مدبولي رئيس مجلس الوزراء، اليوم بمقر مجلس الوزراء بالعاصمة الإدارية الجديدة، أعضاء فريق تنظيم حفل "إفتار ١٥ رمضان في المطرية" بمحافظة القاهرة، الذي تم إقامته أمس الأول للعام العاشر على التوالي، وذلك بحضور الدكتور أشرف صبحي، وزير الشباب والرياضة.

ورحب رئيس مجلس الوزراء بمنظمي الإفتار، معبرا عن تقديره للجهد الكبير الذي يبذلونه؛ من أجل تنظيم هذه الاحتفالية الضخمة التي يشارك فيها الآلاف من سكان منطقة المطرية وغيرها من المحافظات، وأيضا من مختلف الجنسيات والأديان، مؤكدا أن هذه الاحتفالية تعبر عن الترابط والتلاحم بين أهالي المنطقة، كما تعبر عن روح التعاون التي تميز المصريين بشكل عام، وخاصة في أوقات الأزمات والمناسبات، مما يزيد من أواصر المحبة والإخاء وتسود روح المواطنة بين



كثيرة من مختلف المحافظات، وتحت شعار "اللمة الحلوة"، شارك عدد من الشخصيات العامة، مشيرين إلى أن الأمور أصبحت أكثر تنظيما بفضل الخبرات التي اكتسبها خلال الأعوام الماضية؛ حيث أصبح العمل مقسما على عدة لجان، بحيث تختص كل لجنة بمهمة معينة، فهناك لجنة خاصة بطهي الطعام، وأخرى منظمة للحفل، وثالثة لتوزيع الوجبات، بجانب لجنة تزيين الشوارع، وغيرها من اللجان.

شكرهم وتقديرهم لرئيس مجلس الوزراء على حفاوة الاستقبال والترحيب بهم في مقر الحكومة بالعاصمة الإدارية الجديدة، مؤكداً أن هذا الاستقبال يحمل تقديرا معنويا كبيرا لديهم، ويزيدهم إصرارا وتصميما على مواصلة هذا العمل للمساعدة في إفتار آلاف الصائمين كل عام، الذي يشارك فيه أهالي المنطقة من مسلمين ومسيحيين. وأوضح منظمو حفل الإفتار السنوي أن حفل هذا العام استقبل أعدادا

وتوجه مدبولي لهم بالشكر نيابة عن الحكومة كلها، على المبادرة التي يقومون بها، داعياً إلى مواصلة تنظيم هذه الفعالية، حيث إنها تحمل رسالة إلى الجميع بأن الشباب المصري ينجح في كل تحدٍ وقادر على صنع أي شيء، وتنظيم وإخراج فكرة بشكل من أروع ما يكون، وبمتهى الجمال، وبصورة تنالها العالم.
وذكر أن المشهد الأروع في هذه الفعالية هو دور الشباب، وطاقتهم، واعتزاز أبناء "المطرية" بهذا الحي الجميل.

كلمة العدد



حاول تفهم

...ضريبة الكربون لعالم اقتصاده مجنون...

لم يشأ الاقتصاد العالمي ان يفيق من أزمه إلا وتعالجه ازمه اخري وكان الأمر بفعل فاعل وفي هذه المره ستضرب العالم ازمة جديده تعيد له حالة الاضطراب في الاسعار بسبب ضريبه جديده يفكر العالم في فرضها ستؤثر حتما في تكلفة الشحن ويؤدي الي فوضي جديده ستضرب تكاليف سلاسل الامداد بالزيادة حيث يتجه العالم الي فرض ضريبه او رسوم علي انبعاثات الغازات المسببه للانبعاث الحراري في قطاع الشحن البحري. الفكرة تم تأييدها من جانب مجموعه العشرين وهي اكبر تكتل اقتصادي عالمي حيث تم دعم الاقتراح بفرض ضريبة الكربون في قمة المناخ حيث يدعي المؤيدون لهذا القرار ان ذلك من شأنه ان يجمع اكثر من ٨٠ مليار دولار سنويا يمكن اعاده استثمار هذا المبلغ لتطوير صناعة الوقود المنخفض الكربون ودعم الدول الناميه للتحويل الي الوقود المنخفض الكربون والتشجيع علي إنتاجه واستخدامه..... في حين يري المعارضون ان هذه الخطوه من شأنها معايقه الاقتصادات الناشئه والتي تعتمد علي تجاره بشكل اساسي مما يندز بأزمه جديده تضرب العالم بعد ازمة كورونا والحرب الروسيه الاوكرانيه وحرب غزه وآثارها علي حركة التجاره للسفن التي تمر من خلال البحر الاحمر وقناة السويس حيث يشكل النقل البحري عامل مؤثر في حركة التجاره العالميه ويحدث في الوقت ذاته نسبة ٣٠٪ من انبعاثات ثاني أوكسيد الكربون علي مستوي العالم والنيه الان تتجه الي فرض رسوم بواقع ١٥٠ دولار علي كل طن من ثاني أوكسيد الكربون وبدات أوروبا من بدايه ٢٠٢٤ بفرض نظام تداول الانبعاثات برسوم ٩٥ دولار لكل طن. والدراسات تؤكد ان فرض ضريبة الكربون من شأنه ان يخفض الناتج القومي للبلاد الناميه بواقع اقل من ١٪ وستكون افريقيا وامريكا الجنوبيه اكثر المناطق تضررا من هذه السياسه..... وعلي الرغم من استمرار الاختلاف حتي الان بين دول العالم علي فرض ضريبه علي الانبعاثات إلا انها في الوقت ذاته تبحث عن تدابير عالميه من شأنها عدم تعريض الاقتصاديات العالميه للدول الناميه لتداعيات ذات اثر كبير سلبا وفي الوقت ذاته تتور استله عن من سيتولي مسؤوليه ادارة محفظه الرسوم المفروضه وكيف سيتم اعاده الاستفادة بعائداتها الامر الذي دفع صندوق النقد الدولي للتدخل والحديث عن ضرورة الاتفاق علي الضريبه بدلا من الاجراءات الاحاديه لكل دوله لان ذلك في حد ذاته لن يكون كافيا لمواجهة تغير المناخ..... والنيه الان تتجه وبشده الي فرض الضريبه الامر الذي حتما سيزيد من تكاليف واسعار الشحن علي المستوي العالمي وذلك الذي سيدفع بالاقتصادات العالميه لمواجهة ازمة ارتفاع تكاليف جديده هو في غني عنها بعد تلك السلسله المتواصله من الأزمات التي اجتاحت العالم ولا زالت.

ولكم تحياتي

محمود صلاح قطامش

Qatamesh@Misrtalateen.com

الحكومة تبدأ إجراءات توفير مخزون استراتيجي من السلع الأساسية لضبط الأسواق

تعمل ضد القطاع الخاص، إلا أنه يجب أن تكون هناك تدخلات لضبط الأسواق، خاصة في وقت الأزمات.
وفي هذا الإطار، طلب مدبولي من الوزراء والمسؤولين المعنيين تحديد الاحتياجات الفعلية المطلوبة من السلع الاستراتيجية، تمهيدا لبدء إجراءات استيرادها، وتوفيرها بالأسواق، بما يسهم في تحقيق توازن الأسعار.
وصرح المستشار محمد الحمصاني، المتحدث الرسمي باسم رئاسة مجلس الوزراء، بأنه تم خلال الاجتماع استعراض موقف رصيد السلع المختلفة والمخزون الاستراتيجي المتوافر منها، كما تم التأكيد على ضرورة وجود مخزون استراتيجي كافٍ من السلع الأساسية، بحيث يمكن الدولة من التدخل في حالة حدوث أي أزمة طارئة، وبما يمكن الحكومة في الوقت نفسه من إحداث التوازن المطلوب في الأسواق.
ووجه رئيس مجلس الوزراء بدراسة زيادة الاحتياطي الاستراتيجي من السلع الأساسية بنحو ٢٠٪، على أن تكون هناك خطة تنفيذية للتحرك في حالة حدوث أي أزمة تزيد من قدرة الدولة على التدخل لإحداث التوازن المنشود في الأسواق.

عقد الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، اليوم، اجتماعا بشأن متابعة الإجراءات التنفيذية لتوفير السلع وضبط الأسواق، وذلك بحضور كل من الدكتور علي المصليحي، وزير التموين والتجارة الداخلية، والسيد القصير، وزير الزراعة واستصلاح الأراضي، واللواء خالد الجزار، مدير إدارة التخطيط بجهاز مشروعات الخدمة الوطنية، واللواء حسام سعيد، رئيس مجلس إدارة شركة التبريدات، والعميد وليد عباس، مدير الإدارة المالية بجهاز مشروعات الخدمة الوطنية، ومسؤولي الجهات المعنية.
وأشار مدبولي، إلى أن الحكومة تعزز البدء في اتخاذ إجراءات سريعة لتوفير مخزون استراتيجي من السلع الأساسية؛ وذلك في إطار السعي للعمل على ضبط الأسواق.
وقال مدبولي: في ظل الارتفاع في أسعار عدد من السلع، رغم الإجراءات الاقتصادية التي اتخذتها الدولة مؤخرا والتي أسهمت بدورها في توافر الدولار بالجهاز المصرفي، الأمر الذي أزال عبء تدييره من على كاهل التجار من السوق الموازية، هناك توجيه بأن يتولى عدد من الجهات التابعة للدولة مسئولية توفير مخزون استراتيجي من السلع الاستراتيجية، مؤكدا أن الدولة لا



الحكومة: التعاقد على 127 مشروعا بالمناطق الصناعية والموانئ بتكلفة استثمارية 2.8 مليار دولار

رخص الإنشاء والتشغيل خلال الفترة المشار إليها.
واستعرض جمال الدين، بشكل تفصيلي موقف المشروعات التي تم وجر توقيع عقودها خلال الشهر الجاري، وتتضمن مشروعاً لإنتاج الزجاج المسطح بالمنطقة الصناعية بالسخنة، وإنشاء مجمع صناعي للبروم والمعالجة العميقة بالمنطقة الصناعية بالسخنة، ومجمع صناعات الحديد والفلولاذ بالمنطقة الصناعية بالإسماعيلية شرق (وادي التكنولوجيا)، وإقامة مجمع صناعي متخصص في صناعات الحديد والصناعات التكميلية بمنطقة العين السخنة، كما تناول موقف مشروعات الهيدروجين الأخضر بالمنطقة الاقتصادية، وموقف ترميم السفن وتقديم الخدمات البحرية.
وقال جمال الدين، إنه في إطار جهود تعزيز مناخ الاستثمار ودعم رؤية الدولة المصرية الهادفة لتوطين الصناعة والتحول الرقمي، فقد أطلقت الهيئة منصة E-tabadul التي تهدف لتحقيق "التشبيك الصناعي" بين شركاء نجاح الهيئة؛ من المصانع والمشروعات القائمة داخل المناطق الصناعية التابعة للهيئة بعضها البعض، وأوضح أن المنصة تقوم على محورين؛ الأول يستهدف توفير مستلزمات الإنتاج المحلية اللازمة للعملية التصنيعية، والمحور الثاني هو العمل على ترويج المنتجات الوسيطة والنهائية المنتجة محلياً داخل المنطقة الاقتصادية، وذلك لتحقيق رؤية الدولة الهادفة لتوطين الصناعة وإحلال الواردات وتعزيز الصادرات؛ خاصة من المنتجات النهائية التي تحقق قيمة مضافة

تأسيس ٦٣ شركة جديدة برأس مال أجنبي بنسبة ٤٨,٥٪ في الفترة من أول يوليو ٢٠٢٣ وحتى ٢١ مارس ٢٠٢٤
التقى الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، اليوم، وليد جمال الدين، رئيس الهيئة العامة للمنطقة الاقتصادية لقناة السويس، لمتابعة ملفات عمل الهيئة. واستعرض رئيس الهيئة نتائج الجهود الترويجية للفترة من الأول من يوليو ٢٠٢٣ حتى ٢١ مارس ٢٠٢٤، مُشيراً إلى أن إجمالي التعاقدات في المناطق الصناعية والموانئ خلال هذه الفترة بلغ ١٢٧ مشروعاً، بتكلفة استثمارية نحو ٢,٨ مليار دولار، حصل ٦١ مشروعاً من بينها على موافقات نهائية، بنسبة استثمار أجنبي ٤٩٪، في مقابل موافقة مبدئية لـ ٦٦ مشروعاً، بنسبة استثمار أجنبي ٣٩٪.
وأضاف جمال الدين، أن أكثر من ٢٢ ألف فرصة عمل مباشرة وغير مباشرة سيتم إتاحتها فور الانتهاء من إقامة وتشغيل تلك المشروعات، لافتاً إلى أن الفترة منذ يناير ٢٠٢٤ وحتى الآن، شهدت وحدها التعاقد مع ٣٧ مشروعاً متنوعاً بتكلفة استثمارية بلغت نحو ٨٩٤ مليون دولار، حصل ١٣ مشروعاً منها على موافقة نهائية، و ٢٤ مشروعاً على موافقة مبدئية.
كما تطرق جمال الدين إلى موقف الشركات المؤسسة بالهيئة، مشيراً إلى أن الفترة من أول يوليو ٢٠٢٣ حتى ٢١ مارس ٢٠٢٤ شهدت تأسيس ٦٣ شركة جديدة، برأس مال أجنبي بنسبة ٤٨,٥٪. ولفت إلى أن الفترة منذ بداية العام الجاري وحتى الآن شهدت وحدها تأسيس ٢٠ شركة جديدة، كما تناول موقف إصدار

هدى يسي : توافر الأمن والسلام في مصر و النسيج المجتمعي الواحد بقيادة " السيسي "

وراء تدفق الاستثمارات الخارجية المباشرة على البلاد



إدارة شركة سافى للاستثمار وإدارة المشروعات. و محمد السيد شحشش رئيس مجلس إدارة مجموعة رامتان القابضة و رسل العالمية ود. هدى يسي رئيس شركة رامبكس إحدى شركات الاتحاد.

وفي ظل توقيع فخامة الرئيس السيسي وثيقة الإعلان السياسي المشترك بين مصر والاتحاد الأوروبي لإطلاق مسار ترفيع العلاقات إلى مستوى الشراكة الاستراتيجية الشاملة، وأيضا في إطار دعم مبادرة عشانك يابلدى و وحدتنا العربية وتعاوننا

تابع ص ه

ظل أهداف الاتحاد نحو جذب الاستثمارات وإقامة المشروعات المختلفة ، لتوفير فرص العمل وتشغيل المصانع وعودة دوران عجلة الإنتاج بمعدلاتها الطبيعية.

وأعلنت هدى يسي ، الاحتفال بتوقيع اتفاقيات داعمة لمصر منها اتفاقية تعاون مع المجلس الوطني للإدارة والاستثمار برئاسة لواء شريف صلاح الدين ، و اتفاقية التحالف المصري السعودي للشراكة الاستثمارية والتجارة والسياحة بين ثلاثة أطراف ويوقعه لواء ا. ح.د. حسام نجيدة رئيس مجلس

و رجال وسيدات الأعمال أعضاء وعضوات اتحاد المستثمرات العرب وجمعية سيدات الأعمال للتنمية. وأكدت يسي ، أن توافر الأمن والسلام بقيادة الرئيس السيسي، وراء تدفق الاستثمارات الخارجية المباشرة على البلاد.

وتقدمت بدعوة الحضور، المؤتمر السنوي للاتحاد في دورته الـ ٢٧ " السنوي للاتحاد في دورته الـ ٢٧ " الاستثمار العربي الإفريقي والتعاون الدولي "روابط اقتصادية. سياحة .. صناعة .. تنمية مستدامة، خلال الفترة من ١١ إلى ١٥ نوفمبر ٢٠٢٤ بمحافظة أسوان وذلك في

والشيخ. وممثلي الحكومة من الوزارات والهيئات المختلفة، القوات المسلحة ، والداخلية، د. نسرين لاشين نائب وزير المالية، الوزير المفوض يحيي الواثق بالله رئيس جهاز التمثيل التجاري ووزارة التجارة والصناعة ، مى عسل وزارة التجارة والصناعة، د. محمد جاد مستشار وزير الصحة و ميرفت السيد بالوزارة، اللواء الدكتور إبراهيم متولي مديريية الطب البيطري ، جهاز تنمية المشروعات المتوسطة والصغيرة ومتناهية الصغر ، و ٣١ من السادة السفراء وممثلي السفارات العربية الإفريقية والأجنبية والاتحاد الأوروبي . والسفير عزت سعد المجلس المصري للشئون الخارجية. والسفير اسماعيل أبو زيد الأمم المتحدة وأعضاء مجلسي الشعب والشيخ و النائب محمود القط تنسيقية شباب الأحزاب والسياسيين . والسادة ممثلي الهيئات من الهيئة القبطية الانجيلية للخدمات الاجتماعية. الشيخ اسامة خياط السعودية، والمستشار حسين الهشالان عضو الاتحاد بالسعودية. رئيس مجلس الاتحاد النسائي الروسي ورئيسة مجلس سيدات اليونان. رئيس المجلس التصديري . رئيس جمعية مستثمري العاشر من رمضان رئيس المجلس الليبي المصري .

وحضر حفل الإفطار ، ممثلي كافة أطراف المجتمع ، جامعة الدول العربية الوزير المفوض د. راند الجبوري مدير إدارة المنظمات و الاتحادات العربية في قطاع الشؤون الاقتصادية بالأمانة العامة بجامعة الدول العربية.

وحضر حفل الإفطار ، ممثلي كافة أطراف المجتمع ، جامعة الدول العربية الوزير المفوض د. راند الجبوري مدير إدارة المنظمات و الاتحادات العربية في قطاع الشؤون الاقتصادية بالأمانة العامة بجامعة الدول العربية. و رجال الدين من الكنيسة، الأنا إرميا الأسقف العام رئيس المركز الثقافي القبطي الأرثوذكسي و نيافة الحبر الجليل " الأنا ميخائيل" أسقف حلوان والمعصرة ومدينة ١٥ مايو وتوابعها رئيس دير الأنا برسوم العامر وكيل الكلية الإكليريكية للأقباط الأرثوذكس مقرر لجنة الصحة النفسية ومكافحة الإدمان بالمجمع المقدس و الأب" بطرس دانيال" ممثلا عن الكنيسة الكاثوليكية. وممثلا عن فضيلة الإمام الأكبر ا.د أحمد الطيب شيخ الأزهر الشريف، الدكتور أسامة الحديدى مدير مركز الأهرام العالمى للفتوى الإلكترونية ومن الأزهر أيضا د. حسن خليل ، وعدد من الأئمة



هنداء السيد

تقدمت د. هدى يسي رئيس اتحاد المستثمرات العرب و جمعية سيدات الأعمال للتنمية ، عضو المجلس المصري للشؤون الخارجية ، بالتهنئة لفخامة الرئيس عبد الفتاح السيسي ، الداعم للمرأة بصورة دائمة ، و تهنئة للشعب المصري مسيحيين و مسلمين بمناسبة شهر رمضان المبارك و الصيام الكبير الذى بدأ في نفس يوم بدء شهر رمضان ، داعية الله، أن يحفظ مصر وشعبها بنسيجه الواحد تحت قيادة فخامة الرئيس.

كما قدمت تحية من القلب بمناسبة الشهر الكريم للسيدة الأولى انتصار السيسي حرم رئيس الجمهورية، التى تقف دائما بجانب المرأة وتصفها أنها الشريك الأساسي لنهضة المجتمع . جاء ذلك في كلمة د. هدى يسي، خلال حفل إفطار نظمه ، تحت شعار الوحدة الوطنية "في ظل وحدتنا العربية وتعاوننا الدولي" في فندق تريومف التجمع الخامس.

وزير الخارجية: الدبلوماسية المصرية تمضي على المسار الصحيح للحفاظ على مقدرات ومصالح الوطن

ونحن بين جنات هذا المبنى الذي ظل شاهداً على منجزات الدبلوماسية المصرية على مر العصور، أن نحافظ على تقاليد تلك المؤسسة العريقة التي نال شرف الانتماء إليها، وعلى مبادئ المهنة التي ورثناها عن سبوقنا.

وأضاف: "إن مستقبل هذا الوطن والدفاع عن مصالحه أمانة بين أيدينا جميعاً. ورسالتى إلى الجيل الجديد من الدبلوماسيين أن تضعوا نصب أعينكم ما أقسمتم عليه عند التحاقكم بالسلك الدبلوماسي... فهذا القسم ليس مجرد كلمات تلى، وإنما هو إيمان والتزام بأن مستقبل هذا الوطن والدفاع عن مصالحه أمانة بين أيديكم".

الدبلوماسية المصرية في الدفاع عن مصالح الوطن على النحو الذي عهدته، استثمرت وزارة الخارجية بقدر كبير في تدريب أعضاء السلك الدبلوماسي لتسليحهم بأحدث الأدوات التي تمكنهم من فهم والتعامل مع التحديات الراهنة.

وتابع: "قد مكنتنا استراتيجية الاستثمار في كوادر الدبلوماسية المصرية حديثي الالتحاق بوزارة الخارجية من تكثيف التعاون في مجال التدريب مع مختلف مؤسسات الدولة، الأمر الذي أتاح لشباب الدبلوماسيين فهم أعمق لكيفية عمل تلك المؤسسات ولطبيعة التحديات المتشابكة التي تواجه الأمن القومي المصري من مختلف الأبعاد". وقال شكري: "رسالتى إليكم اليوم

وشدد شكري على التسليم بأهمية الحفاظ على تلك الثوابت، موضحاً أن التعامل مع تلك التحديات المتغيرة والمتصاعدة، أكسب الدبلوماسية المصرية قدرات وعوامل قوة إضافية.. أهمها المرونة والقدرة على الابتكار.. وخلق شراكات جديدة تُعزز من قدرة مصر على التكيف مع التحديات الاقتصادية والأمنية المتزايدة". وأضاف: "كذلك التوسع في استخدام أدوات الدبلوماسية الاقتصادية والدبلوماسية العامة والتكنولوجيا الحديثة والتواصل الاجتماعي، تحقيقاً لمصالح المواطن المصري في الداخل والخارج، والترويج لعملية التطوير والتحديث الشاملة التي تشهدها مصر على مدار السنوات الماضية". وأوضح وزير الخارجية أنه لكي تستمر

ووجه وزير الخارجية، الشكر والامتنان لكل العاملين بالسلك الدبلوماسي المصري على ما يقدمونه من جهد وتضحيات وعطاء تقديراً لوطنهم الجليل لرفع راية مصر عالية. وأضاف شكري، أن الدبلوماسية المصرية تجد نفسها اليوم في لحظة مفصلية، ترسم فيها سياسية مصر الخارجية في "جمهوريةنا الجديدة" في ظل واقع إقليمي ودولي صعب، وأمواج عاتية، تبحر فيها مصر إلى بر الأمان، محافظةً على توازنها واعتدالها تحت قيادة سياسية حكيمة. وتابع: "لا تغامر بمصالح مصر وأمن شعبها.. ولا تتأثر بحالة الاستقطاب الراهنة.. محتفظة بمبادئها الراسخة التي تأسست وحافظت عليها على مر العصور".



أكد سامح شكري وزير الخارجية، أن الدبلوماسية المصرية تمضي على المسار الصحيح للحفاظ على مقدرات ومصالح الوطن. جاء ذلك في الاحتفال بيوم الدبلوماسية المصرية.



رئيس الوزراء يتفق مع المصنعين والتجار على خفض أسعار السلع بـ 15% و 20%

وأضاف مدبولي، أنه وجه بنزول فرق عمل من مجلس الوزراء للتأكد من تطبيق خفض الأسعار بالسلاسل التجارية والسوبر ماركت. وأكد التجار خلال لقاءهم برئيس الوزراء اليوم، تنفيذهم توجيهات الرئيس بخفض الأسعار، مشيرين إلى أن الزيت والفول والعدس والأرز أسعارها انخفضت.

تنفيذا لتوجيهات رئيس الجمهورية، اتفق رئيس الوزراء الدكتور مصطفى مدبولي، مع المصنعين والتجار للإعلان عن بدء خفض أسعار السلع بـ 15% و 20% ليصل التخفيض إلى 30% بعد العيد. وقال رئيس الوزراء، إن الحكومة بالتعاون مع الجهاز المصرفي أنها إجراءات الإفراج عن كامل البضائع المتراكمة في الموانئ.

دكتور شوشة : يستقبل مدير مكتب تنسيق الشؤون الانسانية بالامم المتحدة.

د. هويد الشريف



الشؤون الانسانية بالامم المتحدة بالقاهرة الدور الكبير الذي تقوم به مصر في استقبال وتخزين المساعدات في مخازن مجهزة ومؤمنة في مدينته العريش، وإدخال المساعدات إلى قطاع غزة بالتنسيق مع الهلال الأحمر الفلسطيني والمنظمات الأممية.

في عدد من المخازن اللوجستية المجهزة وادخالها تباعاً إلى قطاع غزة بالتنسيق بين الهلال الأحمر المصري ونظيره الفلسطيني ومنظمة غوث وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين "الانوروا" طبقاً للاحتياجات الملحة في القطاع. بدوره ثمن مدير مكتب تنسيق

وهي على متن الشاحنات بالطريق البري وعلى متن السفن بطريق البحر عن طريق ميناء العريش البحري وعلى متن الطائرات عبر مطار العريش الدولي. وأضاف المحافظ، أنه يجري تخزين المساعدات التي تصل إلى شمال سيناء

استقبال اللواء الدكتور محمد عبد الفضيل شوشة محافظ شمال سيناء صباح اليوم جان لوك مدير مكتب تنسيق الشؤون الانسانية بالامم المتحدة في القاهرة بمكتبه بديوان عام المحافظة بمدينة العريش وذلك في حضور اللواء مصطفى محمد مصطفى رئيس الاداره المركزيه لمكتب المحافظ وعبد الحليم عبد الله مدير فريق الامم المتحدة في شمال سيناء. ورحب المحافظ بمدير مكتب تنسيق الشؤون الإنسانية بالامم المتحدة بالقاهرة على أرض محافظة شمال سيناء، مُستعرضاً الجهود المصرية في استقبال المساعدات الإنسانية التي تصل إلى المحافظة وإدخالها إلى قطاع غزة، والإجراءات المتبعة في هذا الخصوص. وأكد المحافظ علي قيام المحافظة باستقبال تلك المساعدات من الدول العربية والأجنبية والمنظمات الإقليمية والدولية عبر ٣ مسارات

وزارة التخطيط: 26 مليون امرأة استفادت من المشروع القومي "حياة كريمة"

المبادرة الرئاسية لدعم صحة المرأة، ومبادرة دعم صحة الأم والجنين حيث تم إجراء ما يزيد عن ٤٧ مليون فحص للسيدات.

وعن جهود الدولة في التمكين الاقتصادي للمرأة، وما قدمته من تمويلات للمشروعات الصغيرة ومتناهية الصغر للمرأة، والتي بلغت نحو ٨٨ مليار جنيه بنهاية عام ٢٠٢٣، استفاد منها ما يقرب

من ٥ مليون مستفيدة، مقارنة بنحو ٦ مليار جنيه لعدد ٢ مليون مستفيدة في نهاية عام ٢٠١٦، بالإضافة إلى جهود الدولة في مجال الشمول المالي للمرأة، فمن خلال الجهود والمبادرات التي يقودها البنك المركزي المصري والقطاع المصرفي، بلغت أعداد الإناث اللاتي لديهن حسابات بنكية نحو ٢٠ مليون سيدة بنهاية ٢٠٢٣، وذلك بمعدل نمو ٢٤٤%

وأشار تقرير لوزارة التخطيط والتنمية الاقتصادية إلى المشروعات والمبادرات التي وضعت المرأة المصرية في القلب منها، ومنها المبادرة الرئاسية "حياة كريمة" والتي استهدفت نحو ٢٦ مليون سيدة مصرية، والتي تهدف في مجملها إلى تحسين جودة حياة الأسرة المصرية، فضلاً عن المبادرات الرئاسية المختلفة الموجهة لتحسين الخدمات الصحية للمرأة، مثل

التنمية المستدامة، ويركز الركن الثاني للاستراتيجية على التمكين الاقتصادي.

وأشار تقرير لوزارة التخطيط والتنمية الاقتصادية إلى المشروعات والمبادرات التي وضعت المرأة المصرية في القلب منها، ومنها المبادرة الرئاسية "حياة كريمة" والتي استهدفت نحو ٢٦ مليون سيدة مصرية، والتي تهدف في مجملها إلى تحسين جودة حياة الأسرة المصرية، فضلاً عن المبادرات الرئاسية المختلفة الموجهة لتحسين الخدمات الصحية للمرأة، مثل

حظيت المرأة المصرية باهتمام كبير من الدولة المصرية ودعمها يجعلها في القلب من كل خطط وسياسات الدولة.

وقامت الدولة خلال السنوات الأخيرة على تنفيذ استراتيجية تمكين المرأة من خلال عدد من الآليات والتي تضمنت تهيئة البيئة التشريعية والمؤسسية والثقافية المناسبة لتمكين المرأة اقتصادياً.

ويعد التمكين الاقتصادي للمرأة في مصر أولوية وطنية لدى الدولة، وأطلقت الحكومة العديد من المبادرات الوطنية لتمكينها، وقام الرئيس عدد الفتاح السيسي عام ٢٠١٧ بإطلاق استراتيجية لتمكين المرأة ٢٠٣٠ من خلال المجلس القومي للمرأة، وتهدف إلى أن تكون المرأة بحلول عام ٢٠٣٠ شريكاً أساسياً في استراتيجية



الدولي للتدريب التابع لمنظمة العمل الدولية بمدينة "تورين" في إيطاليا. وأكد التقرير أن كل تلك الجهود تتسق مع ما أكدته الدراسات وما تعكسه المؤشرات المحلية والدولية، حيث كشفت الدراسات أن زيادة مساهمة المرأة في سوق العمل المصري سوف تسهم في زيادة الناتج المحلي الإجمالي بنسبة ٣٤٪.

المراة في الحياة العامة في مصر، والذي جاء بموجب تكليف رئاسي ليستهدف تنمية القدرات القيادية للمرأة، ودعم مساهمتها في الجهود التنموية للدولة، وهو البرنامج الذي نجح في بناء قدرات ٣٠٠ سيدة من ٧٠ جهة حكومية وأكاديمية من مختلف المحافظات المصرية، تأهل من بينهم ٥٠ سيدة متميزة للالتحاق ببرنامج الزمالة المتقدم بالمركز

مقارنة بعام ٢٠١٦. وأوضح التقرير أن الدولة حرصت كذلك على عقد شراكات ناجحة لبناء قدرات القيادات النسائية الشابة؛ لضخ دماء جديدة من السيدات في مختلف المؤسسات، مشيرة إلى الشراكة بين وزارة التخطيط والتنمية الاقتصادية والمجلس القومي للمرأة في العديد من البرامج والمشروعات، أبرزها مشروع "زيادة مشاركة



ارتفاع متوسط أسعار استيراد الغاز المسال في الصين لـ ١٣,٣٩ دولار

وارتفع متوسط أسعار استيراد الغاز الطبيعي المسال في كوريا الجنوبية بمقدار 2.36 دولار لكل مليون وحدة حرارية بريطانية ليصل إلى 14.73 دولار لكل مليون وحدة حرارية بريطانية. وتابع التقرير ارتفاع متوسط أسعار استيراد الغاز الطبيعي المسال في تايبان بمقدار 1.15 دولار لكل مليون وحدة حرارية بريطانية، ليصل إلى 12.21 دولار لكل مليون وحدة حرارية بريطانية.

استيراد الغاز الطبيعي المسال في اليابان خلال شهر ديسمبر 2023 بمقدار 1.63 دولار لكل مليون وحدة حرارية بريطانية ليصل إلى 13.52 دولار لكل مليون وحدة حرارية بريطانية كما ارتفع متوسط أسعار استيراد الغاز الطبيعي المسال في الصين بمقدار 1.47 دولار لكل مليون وحدة حرارية بريطانية، ليصل إلى 13.39 دولار لكل مليون وحدة حرارية بريطانية.

ارتفع المتوسط الشهري للسعر الفوري للغاز الطبيعي المسال في مركز هنري بالسوق الأمريكي خلال شهر يناير 2024 إلى 3.18 دولار لكل مليون وحدة حرارية بريطانية وذلك وفقاً للنشرة الشهرية حول التطورات البترولية بالأسواق العالمية فبراير 2024 لمنظمة الأقطار العربية المصدرة للبترول "أوابك". وأشار التقرير الصادر خلال الشهر الجاري، إلى ارتفاع متوسط أسعار



العالم يحتاج من ٥,٤ لـ ٦,٤ تريليون دولار سنوياً لتحقيق التنمية المستدامة

الاهداف. ومعالجة هذه الفجوة، أطلقت الأمم المتحدة في فبراير 2023 مشروعاً لتجميع وإنشاء أدوات سهلة الاستخدام تساعد البلدان على تقييم المبلغ الذي تحتاج إلى إنفاقه لتحقيق هذه الأهداف، ويتوافق المشروع مع "خطة إنقاذ الناس والكوكب" الأوسع التي وضعها الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو غوتيريس، ويهدف إلى دعم عمل البلدان ضمن أطر التمويل الوطنية المتكاملة (INFFs). ويقود هذا العمل مؤتمر الأمم المتحدة للتجارة والتنمية (الأونكتاد) بالشراكة مع إدارة الشؤون الاقتصادية والاجتماعية التابعة للأمم المتحدة (UNDESA) وبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي (UNDP).

وقد حذر الأمين العام للأمم المتحدة من أنه "ما لم نتحرك الآن، فإن خطة عام 2030 ستصبح بمثابة شاهد على قبر عالم كان من الممكن أن يكون كذلك". وشدد على الحاجة إلى أشكال مختلفة من التمويل للعمل معاً بطريقة متسقة، وإن نهج "العمل كالمعتاد" لم يعد قابلاً للتطبيق. وأضاف التقرير بحسب الموقع الرسمي، أن أحد التحديات الكبيرة التي تواجهها البلدان يتمثل في الافتقار إلى بيانات موثوقة حول التكاليف المرتبطة بتحقيق أهداف التنمية المستدامة. وتجعل فجوة البيانات هذه من الصعب تخصيص الموارد بشكل فعال، بما في ذلك مواءمة الميزانيات الوطنية والاستثمار والتدفقات المالية وتخفيف عبء الديون مع ما هو مطلوب لتحقيق

كشفت تقرير حديث لمؤتمر الأمم المتحدة للتنمية والتجارة "أونكتاد" أن تقرير التنمية المستدامة 2023 يظهر أن العالم يسير على الطريق الصحيح لتحقيق 15% فقط من أهداف التنمية المستدامة البالغ عددها 140 هدفاً التي استعرضها - من إجمالي 169 هدفاً. وكشف التقرير أن تكلفة تسريع الوصول إلى أهداف خطة التنمية المستدامة لعام 2030 يتم من خلال تركيز الجهود على 6 مسارات انتقالية لأهداف التنمية المستدامة، وتختلف تقديرات التكلفة الناتجة عن هذه المسارات، حيث تتراوح بين 5.4 تريليون دولار و6.4 تريليون دولار سنوياً من عام 2023 إلى عام 2030، وهذا يعني ما بين 1179 دولاراً و1383 دولاراً للشخص الواحد سنوياً.

هدى يسبي : توافر الأمن والسلام في مصر و النسيج المجتمعي الواحد بقيادة " السيسي" وراء تدفق الاستثمارات الخارجية المباشرة على البلاد

التي أطلقها الاتحاد وجمعية سيدات الأعمال للتنمية، وليلى شتا رئيس لجنة الزراعة لدورها الداعم باللجنة، و د. محمد زين رئيس لجنة الرياضة لنشاطه الرياضي المميز وتنظيم العديد من مسابقات الماراثون الرياضية، و مبروك كوسوجلو عضو الاتحاد و رئيس سيدات أعمال اليونان لدورها الداعم بصورة دائمة للاتحاد ومبادرة "عشانك يا بلدي و وحدتنا العربية وتعاوننا الدولي"

توقيعه من اتفاقية تعاون بين مصر وروسيا بدعم من السيدة إلينا ومركز ساكسس للتدريب التابع لاتحاد المستثمرات العرب، دعماً للسياحة الثقافية والدينية والتعليمية. وفي الختام قامت يسبي، بتكريم عدد من الشخصيات المؤثرة في الاتحاد ومنهم نجوى سيف النصر رئيس لجنة المشروعات المتوسطة والصغيرة ومتناهية الصغر على دورها الداعم لمبادرة " كيانك"

الدولي، أعلنت يسبي، عن استضافة الاتحاد الأوبرا اليونانية بمقر دار الأوبرا المصرية يوم ٦ يونيو العام الحالي في احتفالية تعاون مصري يوناني اقتصادي ثقافي دعماً للسياحة الدينية والثقافية والتعليمية بين مصر واليونان، وبرعاية ودعم السفارة مبروك كوسوجلو عضو اتحاد المستثمرات العرب. كما أعلنت الاحتفال، بما تم



رمضان والفانوس

دكتور / السيد مرسى



اختلفت مظاهر الاحتفال برؤية هلال شهر رمضان في مصر على مر العصور، وكان لكل عصر سماته وعاداته ومظاهره الخاصة به ومنها ما هو قائم حتى يومنا هذا ومنها ما اندثر وصار في طي النسيان.

والفانوس من الأشياء المرتبطة بأجواء شهر رمضان، حيث تضيء هذه الفوانيس البهجة والفرحة على الصغار والكبار، ويحرص الناس على شرائه لتزيين المنازل والشوارع احتفالاً بحلول الشهر الكريم، وكان يستخدم في صدر الإسلام في الإضاءة ليلاً للذهاب إلى المساجد وزيارة الأصدقاء والأقارب، ويرجع أصل كلمة فانوس إلى اللغة الإغريقية والتي تشير إلى إنه إحدى وسائل الإضاءة، وذكر لدى بعض اللغات السامية بأنه "فانوس" ويذكر الفيزيائي أبادي مؤلف القاموس المحيط، أن المعنى الأصلي للفانوس هو "النم" وأرجع مؤلف قاموس المحيط هذه التسمية إلى أنه يظهر حامله وسط الظلام.

وتعتبر مصر من أكثر الدول الإسلامية والعربية استخداماً للفانوس باعتباره مرتبطاً بشهر الصوم ثم تحول إلى قطعة جميلة من الديكور العربي في كثير من البيوت المصرية الحديثة - وهناك العديد من القصص تدور حول أصل الفانوس، وترجع إحداها إلى إستخدامه للإضاءة خاصة عند الذهاب إلى المساجد ليلاً، وممرور الوقت تحول إلى تقليد مرتبط بشهر رمضان. وفي رواية أخرى، تقول أن سبب ظهور الفوانيس في عصر الدولة الفاطمية، عندما استقبل سكان القاهرة الخليفة الفاطمي المعز لدين الله خلال فترة الليل، ووضع سكان القاهرة الشموع على قواعد خشبية وغطوها بالجلود، لتجنب انطفائها، ومن هنا كانت بداية ظهور فوانيس رمضان. بينما في رواية أخرى، أن سبب انتشار الفوانيس في شهر رمضان، يرجع لاعتقاد سكان القاهرة على مرافقة الخليفة الفاطمي في رحلته عبر المدينة إلى المقطم لاستطلاع هلال رمضان،

وخلال الطريق كان سكان القاهرة يغنون فرحاً لقدم شهر رمضان، وهم حاملين الفوانيس. وكذلك يحكي أن الخليفة الفاطمي أقد أمر النساء بعدم خروج النساء من المنازل ليلاً إلا في شهر رمضان، على أن يسبقهن غلام يحمل فانوساً لتنبه الرجال بوجود سيدة في الطريق لكي يفسحوا لهم الطريق.

وقد أسند للقضاة الطواف على مساجد مصر لأجل متابعة الإصلاحات الخاصة من فرش وتعليق المسارج والقناديل، وأشار إلى ذلك الرحالة (ناصر خسرو) إلى ذلك عند زيارته مصر في القرن الخامس الهجرية المقابل للحادي عشر الميلادي عندما وصف النجفة المهداة من الخليفة بأمر الله لمسجد عمرو بن العاص بالفسطاط والتي كانت تزن سبعة قناطير من الفضة الخالصة ويوقد في ليالي المواسم والأعياد أكثر من سبعمائة قنديل وكان يفرش بعشر طبقات من الحصى الملون بعضها فوق بعض وكان ينادى على الناس أن من تعرض لبيع شيء من المسكرات أو شرائها سرا أو جهراً فقد عرض نفسه لتلفها وبرئت الذمة من هلاكها وكانت الدولة تخصص مبالغ هائلة لشراء الخمر الهندي والمسك والكافور الذي يصرّف لتلك وإلى اللقاء : دكتور / السيد مرسى

اللواء دكتور شوشة : القيادة السياسية تولي اهتماماً كبيراً بالمرأة المصرية.



د. هويدا الشريف

قال اللواء دكتور محمد عبد الفضيل شوشة محافظ شمال سيناء، أن القيادة السياسية تولي اهتماماً كبيراً بالمرأة المصرية لعظم قدرها ومكانتها الكبيرة، موجهاً التحية للسيد الرئيس عبد الفتاح السيسي على ما يقدمه للمرأة المصرية بشكل عام وللأم السيناوية بشكل خاص، فضلاً عن تكريم الأمهات المثاليات سنوياً.

وأكد المحافظ خلال احتفالية تكريم الأمهات المثاليات، الذي أقيم في قاعة المؤتمرات بديوان عام المحافظة بالعريش، بحضور اللواء مصطفى محمد مصطفى رئيس الإدارة المركزية لمكتب المحافظ، على غيط مدير عام التضامن الاجتماعي، هاجر صالح، رئيس وحدة تكافؤ الفرص بالديوان العام و مقررة فرع المجلس القومي للمرأة بشمال سيناء وعائدة السواركة عضو مجلس النواب، والقيادات التنفيذية والنسائية بالمحافظة وأسرة المكرمات، على أن كل أم في سيناء هي أم مثالية لخدمة أبنائها بكل حب.

وأوضح المحافظ دور الأم ومكانتها، والعطاء الكبير لها في رعاية أبنائها وتربيتهم على القيم الأصيلة وإنكار الذات وحب الوطن، مؤكداً على أن للأم فضل عظيم، فهي نصف المجتمع وعماد الأسرة الناجحة وأساسها فهي تربي وتهتم وترعى أبنائها وتسهر على راحتهم. وأشار المحافظ إلى أن كل أم في شمال سيناء تحمل قصة كفاح وتستحق التكريم، خاصة الأمهات من ذوي الاحتياجات الخاصة ومن لديها ابن من ذوي الاحتياجات الخاصة. ومن جانبه أكد على غيط مدير عام التضامن الاجتماعي بالمحافظة، أنه



المحافظة ومجالس المدن ١٠ سيدات، من بينهن واحدة من ذوي الاحتياجات الخاصة، وقامت اللجنة المشكلة باختيار صباح حميد حسين عبدالله من ذوي الاحتياجات الخاصة، وصباح سالم حسين إبراهيم من العاملين بمجلس مدينة بئر العبد كأهات مثالية.

وفي نهاية الحفل قام اللواء دكتور محمد عبد الفضيل شوشة محافظ شمال سيناء بتكريم الأمهات المثاليات بمنحهن شهادة تقدير وجائزة مالية لكل منهن.

كما قام المحافظ بتكريم كل من الصحفية حسناء الشريف، نائب رئيس تحرير في جريدة الأهرام، ومسعودة عبد الهادي عبد الحميد، رئيس التمريض في مستشفى العريش العام، ومنحهن شهادة تقدير ودرع المحافظة، لجهودهن في العمل الأهلي بالمحافظة وتكريم حرم السيد الرئيس لهن في احتفالية المرأة المصرية.

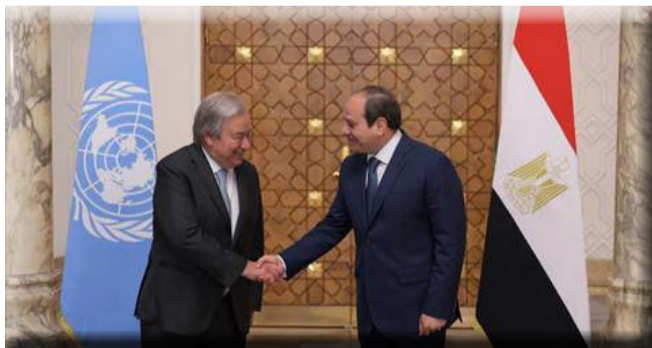
تم تشكيل لجنة لاختبار الأمهات المكرمات، حيث تقدم لها ١٩ قصة من أم مكافحة، انطبقت الشروط على ١٣ قصص منها وتم استبعاد ٦ قصص لعدم انطباق الشروط عليها. وأضاف غيط، أنه تم زيارة جميع المتقدمات للمسابقة ميدانياً لإجراء البحوث والتأكد من سلامة القصص وعقد لجنة عليا برئاسة وكيل وزاره التضامن الاجتماعي وعضوية بعض الجهات المعنية، حيث تم اختيار صباح صالح سليمان الام المثالية علي مستوى المحافظة، وقامت بتمثيل المحافظة في الإحتفال الرئاسي لتكريم الأمهات المثاليات.

أشار غيط إلى اختيار كل من شيرين كمال الدين الطبراني وهناء العبد حسن سلامة كامهات مثاليات علي مستوى المحافظة. وأضافت الدكتورة هاجر صالح، رئيس الوحدة العامة لتكافؤ الفرص بالمحافظة، أنه تقدم مسابقة الام المثالية للعاملين بديوان عام

السياسي وجوتيريش يؤكدان حتمية حل الدولتين كمسار وحيد لتحقيق العدل والأمن بالمنطقة

وأشار إلى زيارته أمس إلى المعبر، مثنياً في هذا الإطار على ما لمس من جهد مصري ضخم لقيادة وإدارة عملية إيصال المساعدات إلى أهالي غزة، على الرغم من العراقيل والصعوبات الشديدة التي تواجهها تلك العملية، مجدداً التشديد على ضرورة وقف إطلاق النار لأغراض إنسانية ليتسنى إدخال المساعدات وتوزيعها بشكل فعال على أهالي القطاع.

وذكر المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية، أن اللقاء شهد تطابقاً في المواقف بشأن خطورة الموقف وضرورة تجنب تغذية العوامل المؤدية لانتعاش نطاق الصراع، والرفض التام والقاطع لتهمجير الفلسطينيين من أراضيهم، والرفض والتحذير من أي عملية عسكرية في رفح الفلسطينية، بما لها من تبعات كارثية على الوضع المتدهور بالفعل. وشدد الرئيس السيسي والسكرتير العام للأمم المتحدة، على حتمية حل الدولتين كمسار وحيد لتحقيق العدل والأمن والاستقرار بالمنطقة، وضرورة تهيئة الظروف الملائمة لتفعيله.



تتمه ص ا

الكافي لإغاثة المنكوبين بالقطاع، سواء بالطريق البري بالتنسيق مع الأجهزة الأمنية ذات الصلة، أو من خلال الإسقاط الجوي لاسيما مناطق شمال القطاع.

وأضاف المستشار أحمد فهمي، أن السكرتير العام للأمم المتحدة أعرب خلال اللقاء عن تقديره الكبير لدور مصر الإقليمية والدولية والإقليمية، مع التركيز على تطورات الأوضاع في قطاع غزة. واستعرض الرئيس السيسي الجهود المكثفة للوصول إلى وقف فوري لإطلاق النار وتبادل المحتجزين، وإنفاذ المساعدات الإنسانية بالقدر

اللسطينيين "الأونروا"، والمنسقة المقيمة للأمم المتحدة في مصر إلينا بانوفا.

وشرح المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية المستشار أحمد فهمي، بأن اللقاء تناول العديد من الموضوعات الدولية والإقليمية، مع التركيز على تطورات الأوضاع في قطاع غزة.

واستعرض الرئيس السيسي الجهود المكثفة للوصول إلى وقف فوري لإطلاق النار وتبادل المحتجزين، وإنفاذ المساعدات الإنسانية بالقدر

دعوة المستشار ناريمان نادر لحضور مؤتمر "دور الإعلام وتأثيره في حماية الأمن القومي"



تم دعوة المستشار ناريمان نادر مستشار التحكيم الدولي، لحضور المؤتمر السنوي السادس لجريدة الرأي المصرية وذلك تحت عنوان "دور الإعلام وتأثيره في حماية الأمن القومي" وذلك بحضور عدد كبير من الإعلاميين ودبلوماسيين من كافة الوطن العربي.

ويترأس المؤتمر الدكتور وائل الضبع أبو دوح وأمين عام المؤتمر الأستاذة رحاب علي ويقام المؤتمر يوم ٢٢ أبريل القادم.

يذكر أن المستشار ناريمان نادر عبد الخالق، ليسانس آداب من جامعة القاهرة وماجستير قانون دولي من الجامعة الأمريكية للعلوم.

مواليد ٢٧ أغسطس عام ١٩٨٥ مستشار تحكيم دولي وعضو بهيئة الدفاع وحقوق الإنسان بالهيئة العربية للتحكيم والقانون وعضو بالمجلس العربي الأفريقي الدولي للعلاقات الدبلوماسية والسلام بين الشعوب. كما حصلت على لقب سفير الإنسانية من المجلس العربي الأفريقي للعلاقات الدبلوماسية ومرشحة للقب ميس إيجبت للسلام. حلت ضيفة على كثير من البرامج التليفزيونية للحديث عن الكثير من المواضيع التي تخص الحياة العامة والمرأة والقانون الدولي وبعض المواضيع الإنسانية، ومفهوم الدبلوماسية، ولها

العديد من المقالات الصحفية التي تم نشرها على بعض المواقع الإلكترونية.

الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لنبات حبة البركة

التهاب الحلق الناتج عن العدوى الفيروسية أو التهاب اللوزتين، واحتواء حبة البركة على مادة "الثيموكين" يجعل تناولها يساعد في حماية المخ من الأشعة الضارة أو المواد المشعة. وكذلك تناول حبة البركة يمكن أن يقلل من مرض الشلل الرعاش "Parkinson's" وأثاره على الأعصاب بالمخ. وتستخدم حبة البركة لعلاج أمراض الجهاز الهضمي بما في ذلك الغازات، والمغص، والإسهال، والإمساك، والبواسير، كما أنها تُستخدم في علاج بعض أمراض الجهاز التنفسي بما فيها الربو، والحساسية، والسعال، والتهاب الشعب الهوائية، والأنفلونزا. ويساهم زيت حبة البركة في التئام الجروح، ويساعد على تحسين الإبصار وعلاج عدوى العين، ولهذا الغرض يمكن استعمال الزيت لتدليك الجفون قبل الذهاب للنوم. ويستخدم زيت حبة البركة للعناية بالبشرة حيث يؤدي استخدامه موضعياً إلى القضاء على البقع، البثور، جفاف البشرة، التجاعيد، الفطريات، الصدفية، وغيرها من الأمراض الجلدية). ويساعد زيت حبة البركة على تقليل الغازات، وانتفاخ المعدة، والوقاية من حدوث القرح المعوية؛ حيث وُجد أن تناوله له تأثير في تخفيف آلام المعدة والتشنجات.

(القولون، الثدي، المخ، الدم)، ويتم ذلك بدون أعراض جانبية، بخلاف العلاجات (الأدوية) الأخرى، وذلك لأنه مصدر طبيعي. وكذلك تعمل هذه الحبة على خفض مستوى السكر بالدم، وتقليل مقاومة الأنسولين، وتحفيز خلايا البنكرياس المسئولة عن إفراز الأنسولين. وقد وجد أن حبة البركة قد تساعد على تقليل نسبة التشنجات بالأطفال المصابين بالصرع. كما تعمل حبة البركة على تحسين صحة القلب عموماً، وحمايته من خطر الأزمات القلبية، ويمكن لها أن تساعد في علاج التسمم بالرصاص وتأثيره على المخ. وتستخدم حبة البركة كوصفة طبيعية لعلاج الضغط المرتفع، حيث تعمل على تقليل الكوليسترول والدهون الضارة أيضاً، وتستخدم في علاج الصداع، علاج ألم الأسنان، وتعتبر مصدر للطاقة. كما يمكن لحبة البركة تخفيف



بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين

لقد تمّ استخدام حبة البركة منذ آلاف السنين في العلاجات الطبية، والصناعات الدوائية، والطبخ. ووجد أن حبة البركة تساعد على الاحتفاظ بحرارة الجسم الطبيعية، وتساعد على إدرار اللبن، وتعد مصدرًا غذائيًا مهماً للأم وطفلها على السواء. كما أثبتت بعض الدراسات أن لها تأثير محفز لجهاز المناعة. وتحتوي حبة البركة على حمض الأرجينين، الضروري لنمو الأطفال. كما أنها تعد غذاءً صحياً لكبار السن، نظراً لاحتوائها على مواد غذائية متعددة ومتنوعة (فيتامينات ومعادن)، وتستخدم حبة البركة كمخفف للألام. كما تعمل حبة البركة على وقف نمو الخلايا السرطانية ومنع انتشارها في الجسم، حيث أثبتت فاعليتها في علاج العديد من السرطانات وبالتحديد سرطانات



استغل رمضان وخلص جسمك من السموم بهذه النصائح

يمكن أن يهدئ الجهاز الهضمي ويقلل الالتهاب ويعزز إزالة السموم. القيام بالأنشطة التي من شأنها أن تسبب التعرق مارس نشاطاً بدنياً منتظماً لتحفيز الدورة الدموية وتعزيز التعرق ودعم عملية إزالة السموم من الجسم. تساعد الأنشطة مثل المشي السريع أو الركض أو اليوجا أو السباحة على تعزيز عملية التمثيل الغذائي وتحسين التصريف اللمفاوي وتعزيز التخلص من السموم من خلال العرق والتنفس. استهدف ممارسة التمارين متوسطة الشدة لمدة ٣٠ دقيقة على الأقل يوميًا لدعم جهود إزالة السموم في الجسم وتعزيز الصحة العامة. - النوم العميق أعط الأولوية للراحة والاسترخاء لدعم عمليات إزالة السموم والشفاء الطبيعية في الجسم، والنوم الكافي ضروري لإصلاح الخلايا وتنظيم الهرمونات ووظيفة المناعة. مارس تقنيات الاسترخاء مثل التنفس العميق أو التأمل أو اليوجا لتقليل مستويات التوتر وتعزيز الاسترخاء وإزالة السموم. إن قضاء بعض الوقت للاسترخاء وإعادة شحن طاقتك أمر بالغ الأهمية للحفاظ على التوازن.

مارس الأكل الواعي لتنمية الوعي باختياراتك الغذائية وعاداتك الغذائية، انتبه إلى إشارات الجوع، وتذوق كل قضمة، وامضغ طعامك جيداً، الأكل اليقظ يعزز عملية الهضم، ويقلل من الإفراط في تناول الطعام،

باختياراتك الغذائية وعاداتك الغذائية، انتبه إلى إشارات الجوع، وتذوق كل قضمة، وامضغ طعامك جيداً، الأكل اليقظ يعزز عملية الهضم، ويقلل من الإفراط في تناول الطعام، ويعزز العلاقة الصحية مع الطعام، واختر الأطعمة المغذية الكاملة التي تدعم عملية إزالة السموم من الجسم وتعزيز الصحة العامة والرفاهية. - شرب الأعشاب لإزالة السموم من جسمك شاي الأعشاب ممتاز لإزالة السموم من الجسم وتعزيز الصحة العامة، تدعم هذه الأعشاب صحة الكبد، وتساعد على الهضم، وتساعد على التخلص من السموم من الجسم، و شرب شاي الأعشاب طوال اليوم

يمكنك استغلال شهر رمضان للتخلص من السموم المتراكمة في الجسم، عن طريق اتباع بعض العادات التي تعمل على تطهير الجسم، ويقدمها التقرير المنشور عبر موقع timesofindia - اشرب الكثير من الماء وتناول وجبة جيدة ابدأ عملية إزالة السموم عن طريق ترطيب جسمك جيداً، يساعد شرب الكثير من الماء على طرد السموم من الجسم وتعويض السوائل المفقودة، يمكنك أيضاً اختيار المشروبات المرطبة مثل ماء جوز الهند أو شاي الأعشاب أو عصائر الفاكهة الطازجة لتعزيز مستويات الترطيب ودعم عملية إزالة السموم، وبعد الترطيب تناول وجبة ثقيلة ومغذية، تساعد الأطعمة الغنية بمضادات الأكسدة، مثل التوت والخضار الورقية والمكسرات، على مكافحة الإجهاد التأكسدي وتعزيز الإصلاح الخلوي، و دمج الأطعمة التي تعمل على إزالة السموم مثل الثوم والزنجبيل والكركم والخضروات الصليبية لتعزيز وظائف الكبد والتخلص من السموم من الجسم. - كن حذراً بشأن ما تأكله مارس الأكل الواعي لتنمية الوعي

5 عناصر غذائية يحتاجها مرضى الغدة الدرقية الغدة الدرقية

إلى شكله النشط (T٣). يمكنك العثور عليه في الجوز، والتونة، وبذور عباد الشمس، ودجاج السردين، والمشموم. -المغنيسيوم ينظم إنتاج هرمون الغدة الدرقية ويدعم وظيفة الإنزيم لعملية التمثيل الغذائي. اللوز والكاجو وبذور اليقطين والشوفان والشوكولاتة الداكنة والكينوا هي مصادر غنية بالمغنيسيوم. -فيتامين ب حيوي لعملية التمثيل الغذائي وإنتاج الطاقة، وهذا الفيتامين المهم يدعم وظيفة الغدة الدرقية. يمكنك الحصول على جرعتك من هذه العناصر الغذائية المهمة من صدور الدجاج والتونة والفاصوليا السوداء والكبد وبذور عباد الشمس. -فيتامين سي أحد مضادات الأكسدة القوية، ويساعد في تقليل الالتهاب ودعم صحة المناعة لتوازن الغدة الدرقية. ويوجد في الكيوي والفلفل الحلو والقرنبيط وكرنب بروكسل واللفت.



الدرقية، وأيضا عليك أن تتذكر أن اتباع نظام غذائي متوازن هو مفتاح إدارة صحة الغدة الدرقية. -فيتامين هـ هذا الفيتامين الأساسي يدعم إنتاج هرمون الغدة الدرقية ويحمي من الإجهاد التأكسدي، يعد زيت جنين القمح وبذور عباد الشمس وزيت اللوز من بعض مصادر فيتامين هـ. -السيلينيوم هو ضروري لتخليق هرمون الغدة الدرقية وتحويل هرمون الغدة الدرقية الخامل (T٤)

إذا كنت تعاني من اضطرابات الغدة الدرقية فإن إضافة هذه العناصر الغذائية الخمسة الرئيسية إلى نظامك الغذائي يمكن أن يعزز صحتك، ويحميها من المضاعفات، ويقدمها موقع hindustantimes. أوضح التقرير إلي ان دمج العناصر الغذائية في نظامك الغذائي من خلال الأطعمة الكاملة مثل الخضار الورقية والمكسرات والبذور والحمضيات والحبوب الكاملة يمكن أن يساعد في دعم وظيفة الغدة



الفاصوليا البيضاء المطبوخة علاج سريع وخافض لارتفاع نسبة السكر في الدم

بالأطعمة الأخرى التي تحتوي على الكربوهيدرات مثل الأرز والمكرونه". يرجع السبب وراء تأثير الفاصوليا بشكل مفيد على نسبة السكر في الدم إلى مؤشر نسبة السكر في الدم (GI). إذا قمت بأخذ "تركيبية" الكربوهيدرات الموجودة في الفاصوليا بالإضافة إلى محتواها من الألياف والبروتين، فستحصل على انهيار بطيء للكربوهيدرات ولهذا السبب لا يعاني مرضى السكر في كثير من الأحيان من ارتفاع نسبة السكر في الدم بعد تناول الفاصوليا.

وبحسب الخبراء فإن الفاصوليا خيار ممتاز لمرضى السكر وهي محملة بالمواد المغذية والمعادن والفيتامينات، كما أنها تحتوي على نسبة عالية جداً من الألياف، ما يجعلنا نشعر بالشبع كما أنها تحتوي على نسبة عالية جداً من البروتين. وأوضحت مؤسسة Diabetes UK أيضاً أن تناول الفاصوليا يمكن أن يساعد في تجنب الارتفاع الحاد في نسبة الجلوكوز في الدم. وقالت أنه على الرغم من أن الفاصوليا تحتوي على الكربوهيدرات، إلا أنها لا تؤدي إلى ارتفاع حاد في مستويات الجلوكوز في الدم مقارنة

أكد خبراء تغذية بريطانيون أن الفاصوليا البيضاء المطبوخة تساعد مرضى السكر في التحكم بمستوى سكر الدم بأقل جهد، وتساعد على خفض السكر بشكل سريع، وذلك لأنها غنية بالألياف والبروتين، بحسب موقع "ديلي إكسبريس". وأوضح الخبراء أنه يمكنك إضافة طبق الفاصوليا المطبوخة على جانب طبقك أو على السلطة، وكذلك يمكنك تناول الفاصوليا بألوانها المختلفة مثل: البيضاء والحمراء والسوداء. الفاصوليا مليئة بالمواد المغذية والمعادن والفيتامينات التي تخفض سكر الدم



أول عملية تنقيب في البحر الأسود تكشف عن ميناء قديم يعود تاريخه لـ ١٥٠٠ عام



والسياحة والمديرية العامة للتراث الثقافي والمتاحف.

ولا تزال أعمال التنقيب مستمرة، وتجرىها مديرية متاحف كوجالي تحت إشراف وزارة الثقافة

والتي تضم ٢١٥٠٠ قدم مربع، والتي تضمنت قسمين من الرصيف القديم. تبلغ حوالي ٢٠٠٠ متر مربع

ولا تقل أهمية اكتشافات المرفأ القديم نفسه، وكانت بقايا الرصيف التابع لميناء كيربي القديم هي التي أدت إلى بدء أعمال التنقيب في عام ٢٠٢٠.

الرصيف التابع لميناء كيربي القديم هي التي أدت إلى بدء أعمال التنقيب في عام ٢٠٢٠. غاص فريق التنقيب إلى الموقع على بعد حوالي ٨٠ مترًا (٢٦٠ قدمًا) من الشاطئ وعلى عمق ٤ أمتار (١٣ مترًا).

وهناك عملوا على استعادة الاكتشافات المتناثرة على مساحة تبلغ حوالي ٢٠٠٠ متر مربع

إسطنبول خلال الفترة العثمانية، حيث كان ينقل جذوع الأشجار والفحم ومواد البناء إلى المدينة، ومع ذلك، كان الميناء بمثابة نقطة طريق مهمة لفترة طويلة قبل زمن العثمانيين، قبل أن يغرق في النهاية تحت الأمواج.

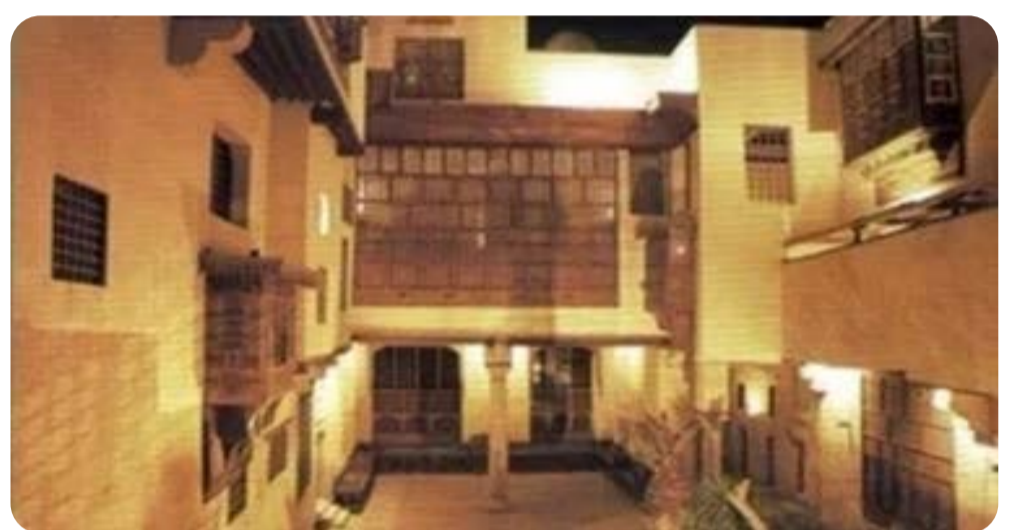
يعود تاريخ القطع الأثرية التي تم انتشالها من المستوطنة الغارقة إلى ٢٤٠٠ عام، وتشمل هذه الأمفورات، وهي الحاويات التي كانت تستخدم بشكل شائع للنقل في العصور القديمة، بالإضافة إلى الاكتشافات الأخرى التي يمكن توقعها من مركز تجاري.

ولا تقل أهمية اكتشافات المرفأ القديم نفسه، وكانت بقايا

أظهرت نتائج أول عملية تنقيب تحت الماء في البحر الأسود، عن قطع أثرية عمرها آلاف السنين ومدينة ميناء قديمة ظلت قائمة لمدة ١٥٠٠ عام، في كيربي هو خليج صغير على الساحل الغربي للبحر الأسود، على بعد حوالي ١٠٠ كيلومتر من مدينة إسطنبول بتركيا، وفقا لما نشره موقع "ancient-origins".

كانت كيربي مركزًا تجاريًا خلال العصور الرومانية والبيزنطية والجنوية، ونقطة توقف وميناء آمن للسفن المسافرة على طول ساحل البحر الأسود، مدينة قديمة تحت الأمواج.

كان ميناء كيربي أيضًا ميناءً رئيسيًا لتوريد الأخشاب والوقود إلى



معرض "دوائر الهامش" لـ وليد علاء الدين بيت السنارى بيت السنارى

الثقافية صدر له "واحد مصري"، وفي الرواية "ابن القبطية" و"كيميا" و"الغميضة".

والفنان الكاتب وليد علاء الدين قد تُرجمت أعماله للفارسية والاسبانية والانجليزية، ونال عدداً من الجوائز، منها: جائزة ساويرس لأفضل نص مسرحي عن مسرحية "٧٢ ساعة عفو"، وجائزة الشارقة للإبداع العربي عن مسرحية "العصفور"، وجائزة أدب الحرب المصرية / أخبار الأدب ١٩٩٦ في مصر، وأدياء الإمارات "غانم غباش" للقصة القصيرة.

خلال المعرض لتلقى الأدب والفن ليخلق بذلك تجربة بصرية متفردة. يذكر أن وليد علاء الدين، شاعر وكاتب مصري، ولد عام ١٩٧٣، وصدر له في الشعر عدة دواوين؛ منها "تردني لغتي إلي"، و"تفسير أعضاءها للوقت"، وفي المسرح صدر له النص المسرحي "العصفور" الحاصلة على جائزة الشارقة للإبداع العربي، و"٧٢ ساعة عفو" الحائزة على جائزة "ساويرس" لأفضل نص مسرحي، ومسرحية "وشي في وشك"، وفي أدب الرحلة صدر له "خطوة باتساع الأزرق"، و"مشاهدات من رحلة إلى الجزائر"، وفي الدراسات

ينظم بيت السنارى الأثرى بحي السيدة زينب، والتابع لمكتبة الإسكندرية معرض دوائر الهامش للفنان التشكيلي والكاتب وليد علاء الدين، حيث يلتقي الأدب بالفن التشكيلي، وذلك يوم الأربعاء ٢٧ مارس ١٧ رمضان في تمام الساعة التاسعة مساءً، على أن يستمر المعرض حتى ٤ أبريل المقبل.

ويضم المعرض ٤٥ لوحة فنية، كل لوحة تروي حكاية غنية بالألوان والأشكال، تحكي الروح وتداعب الوجدان، واستطاع الكاتب والفنان وليد علاء أن يثري عالم الأدب برواياته وقصائده، ويسعى من

العثور على آثار حصن روماني يعود تاريخه للقرن الأول الميلادي بألمانيا

مما أدى إلى بناء قلعة معززة بجدار حجري وأبراج دائرية في منطقة مطحنة السوق الحالية. استخدم شارلمان تحصينات كاستروم لاحقاً، حيث تم بناء قاعة الملك (موقع قاعة المدينة الحالية) على الجانب الجنوبي للحصون، يشير النص التاريخي إلى أن أسوار القلعة ظلت قائمة حتى القرن الثاني عشر، عندما تم هدمها بعد توسع مدينة آخن في العصور الوسطى.

الحصن الروماني تم اكتشاف المزيد من الأدلة على الحصن مؤخرًا أثناء أعمال بناء أنابيب المرافق السكنية، مما يكشف عن آثار جدار حجري بطول سبعة أمتار من التحصينات الخارجية للقلعة يعود تاريخها إلى حوالي ٢٠٠٠ عام مضت. وفقاً للباحثين، تم تدمير آخن خلال غارات الفرنجة حوالي عام ٢٧٥ إلى ٢٧٦ بعد الميلاد،

عثر علماء الآثار، على آثار لحصن روماني أثناء أعمال التنقيب في مدينة آخن بألمانيا، المعروفة باسم Aquae Granni خلال الفترة الرومانية، استوطنها الرومان لأول مرة خلال القرن الأول الميلادي، تم تسمية المدينة على اسم ينبوع آخن الحرارية، حيث تشير كلمة "Aquae" إلى "الماء"، و"Granni"، إله الشفاء الوثني، وفقاً لما نشره موقع "heritagedaily".





كيف يمكنك استخدام iMessage على نظام ويندوز في ٨ خطوات؟

الخطوة ٦: ستري مطالبة على جهاز الكمبيوتر لإقران جهاز آيفون الخاص بك مع جهاز الكمبيوتر، اقبل المطالبة وتأكد من تطابق رقم التعريف الشخصي مع ما يظهر على كلا الجهازين، واختر نعم.

الخطوة ٧: على جهاز الكمبيوتر الخاص بك، اختر متابعة، وتوجه إلى جهاز iPhone الخاص بك لإكمال الخيارات الإضافية المطلوبة، وستحتاج إلى السماح بالوصول إلى الإشعارات والسماح بإشعارات النظام المشتركة ومزامنة جهات الاتصال.

الخطوة ٨: عند اكتمال الإعداد، يجب أن ترى جهاز iPhone الخاص بك معكوسًا داخل تطبيق Phone Link، مع إمكانية الوصول إلى الرسائل والمكالمات وجهات الاتصال، مما يتيح لك الوصول بسهولة إلى iMessage على Windows.

النتيجة المقابلة لتشغيله، إذا لم تتمكن من العثور عليه، يمكنك تنزيل التطبيق يدويًا.

الخطوة ٣: عندما يُطلب منك ذلك، حدد iPhone من الخيارات المتاحة.

الخطوة ٤: اتبع التعليمات التي تظهر على الشاشة لتوصيل هاتفك عبر البلوتوث، وستحتاج إلى تشغيل Bluetooth على جهاز الكمبيوتر الخاص بك، بعد ذلك ستحتاج إلى إقران الأجهزة برمز الاستجابة السريعة.

الخطوة ٥: قم بتوجيه كاميرا iPhone الخاصة بك لمسح رمز الاستجابة السريعة على جهاز الكمبيوتر الخاص بك، في الشاشة الناتجة على جهاز iPhone الخاص بك، اختر فتح في شاشة إقران أجهزتك، وبعد ذلك على جهاز iPhone الخاص بك، قم بمنح الإذن للتطبيق ضمن إعدادات Bluetooth الخاصة بك واختر متابعة.

الخطوة ١: ستحتاج إلى نظام التشغيل iOS ١٤ أو إصدار أحدث وإصدار من نظام التشغيل Windows ١١ لاستخدام تطبيق Phone Link مع Windows، لذا، إذا كنت بحاجة إلى ذلك، قم بتحديث Windows و iPhone إلى أحدث الإصدارات.

الخطوة ١: ستحتاج إلى نظام التشغيل iOS ١٤ أو إصدار أحدث وأحدث إصدار من نظام التشغيل Windows ١١ لاستخدام تطبيق Phone Link مع Windows، لذا، إذا كنت بحاجة إلى ذلك، قم بتحديث تثبيت iPhone و Windows إلى أحدث الإصدارات.

الخطوة ٢: ابحث عن تطبيق "Phone Link" في بحث Windows وحدد



بك، وستظهر فقط الرسائل التي أرسلتها باستخدام جهاز الكمبيوتر الخاص بك بعد ربط جهاز iPhone بنظام Windows، ولن تتم أيضًا مزامنة الرسائل الأولى من المرسلين لأول مرة.

الكمبيوتر الخاص بك. وضع في اعتبارك أن iMessages المرسل على جهاز iPhone الخاص بك قبل إعداد Phone Link لن تتم مزامنتها مع جهاز الكمبيوتر الخاص

ذَكَرت تقارير صحفية أنه يمكنك توصيل آيفون الخاص بك بنظام ويندوز من خلال تطبيق Phone Link، ما يتيح لك الوصول السريع والسهل إلى iMessage من جهاز



تحديث Android 15 يوفر شريط المهام المختلط

Pixel Fold و Pixel Tablet

على سبيل المثال. تغير هذا عندما وصل Android ١٣ QPR٢ العام الماضي بشريط مهام مُعاد تصميمه، والذي، بدلاً من أن يكون موجودًا دائمًا، تم استبداله بشريط على شكل حبوب ظهر بعد تمريرة سريعة ثم اختفى بعد بضع ثوانٍ. يعد شريط المهام الجديد بالتأكيد أكثر سهولة في الاستخدام بالنسبة لمعظم المستخدمين، ولكن بنفس الطريقة، حيث يتطلب الأمر المزيد من الضربات الشديدة والنقرات للوصول إلى المكان الذي تريده عندما لا يكون شريط المهام ثابتًا، ومع ذلك، وفقًا لمشعل الرحمن من Android Authority، تعمل Google على إصلاح ذلك في الإصدار القادم من Android

١٥، والإمكانيات التي سيجلبها إذا تم اعتمادها من قبل الشركات المصنعة الأصلية الأخرى تمثل فوزًا كبيرًا لمستخدمي Android على مستوى العالم.

ظهرت هذه النسخة الجديدة لأول مرة على جهاز Pixel Tablet و Fold من Google، ومع نظام التشغيل Android ١٤، وصلت أخيرًا إلى الأجهزة الأخرى ذات الشاشات الكبيرة.

كان شريط المهام الأول كان قديمًا إلى حد ما، شريط غير متحرك يشغل المساحة في أسفل الشاشة، سواء كنت في حاجة إليه أم لا، ولكن افتراضيًا، كان دائمًا مرئيًا ومساحة محدودة للشاشة على الأجهزة ذات الشاشات الكبيرة التي لم تكن بحجم الكمبيوتر اللوحي مقاس ١٤ بوصة

تبين أثناء استعراض الميزات الجديدة لـ Android ١٥ Developer Preview ٢، أن شريط المهام ذو النمط القديم "الموجود دائمًا" يعود من جديد؛ ومع ذلك، فهناك خدعة جديدة، اسحب شريط المهام لأعلى، واضغط لفترة طويلة على تلك المساحة الفارغة، وسيظهر مفتاح التبديل المسمى "إظهار شريط المهام دائمًا" بطريقة سحرية، وقم بتبديل ذلك وسيعود شريط المهام إلى مظهره الكلاسيكي، قم بإيقاف تشغيل ذلك، وسيعود النمط العائم الجديد، إنه الأفضل في كلا العالمين، والأمر متروك تمامًا لتفضيلات المستخدم، وفقًا لموقع phonearena.

تعد هذه علامة مشجعة للغاية على الأشياء التي ستأتي مع Android



كيفية استخدام ميزة Miniplayer

لسبوتيفاي على أجهزة الكمبيوتر

في حين أن آبل ميوزيك قدمت مشغل MiniPlayer مشابهًا لتطبيقات macOS و Windows لبعض الوقت، فقد اتبعت سبوتيفاي نهجًا متعمدًا في طرح هذه الميزة. بدأت سبوتيفاي في طرح ميزة Miniplayer للمشاركين المميزين، مما يشير إلى اتباع نهج تدريجي لنشرها، كما يشير هذا إلى أن الميزة قد تكون متاحة في النهاية للمستخدمين على الخطة المجانية أيضًا.

يمكن للمشاركين المميزين أن يتوقعوا رؤية Miniplayer الجديد يتم تبديله على الجانب الأيمن السفلي من تطبيق سطح المكتب قريبًا، مما يوفر تجربة مستخدم أكثر تكاملًا وكفاءة، كذلك تمثل إضافة سبوتيفاي للمشغل Miniplayer إلى تطبيق سطح المكتب الخاص به تحسينًا كبيرًا في سهولة الاستخدام والراحة لمستخدميه.

أيقونة مربعة موجودة في الجزء السفلي الأيمن من التطبيق، وتظهر كنافذة عائمة بجانب التطبيق الرئيسي، كذلك تم تصميم هذه الميزة لتكون متعددة الاستخدامات، مع إمكانية تعديل حجمها وشكلها. يمكن عرضه كنافذة مربعة، مثالية لمحتوى الفيديو، أو كشريط رفيع يوفر عناصر تحكم أساسية مثل التشغيل/الإيقاف المؤقت وتخطي المسارات، إلى جانب عرض معلومات المسار الحالي وصورة الألبوم.

يعالج هذا التحديث فجوة كبيرة تم ملؤها مسبقًا بواسطة تطبيقات الطرف الثالث مثل Alfred Spotify و Mini Player و Lofi Spotify و Mini Player و SpotMenu. حصل منشور مجتمع Spotify من عام ٢٠١٩، الذي يطلب هذه الميزة، على أكثر من ٣٠٠٠ تصويت مؤيد، مما يؤكد ارتفاع الطلب بين المستخدمين.

قدمت سبوتيفاي ميزة Miniplayer التي طال انتظارها إلى تطبيق سطح المكتب الخاص بها، مما يعزز تجربة المستخدم من خلال السماح بالوصول الأسهل إلى عناصر التحكم في التشغيل أثناء القيام بمهام متعددة.

تسلط هذه الإضافة، التي تستهدف في المقام الأول المشاركين المميزين، الضوء على التزام سبوتيفاي بتحسين خدماته بناءً على تعليقات المستخدمين.

يتيح Miniplayer، وهو عبارة عن نافذة عائمة يمكن تغيير حجمها، للمستخدمين تغيير المسارات وتحديد قوائم التشغيل وضبط مستوى الصوت دون مقاطعة سير العمل.

كيفية استخدام Spotify Miniplayer؟ يمكن الوصول إلى Spotify Miniplayer من خلال النقر على





إصابة عامل بطلق نارى على يد مزارع بسبب خلافات الجيرة فى سوهاج

سوهاج الجامعي الجديدة. وبسؤال المصاب أنهم المدعو علي ر ح م ٢٧ سنة مزارع ومقيم بذات الناحية بالتعدي عليه وإطلاق عيار من سلاح نارى كان بحوزته مما أدى لإصابته المشار إليها بسبب خلافات الجيرة - تم ضبط المتهم والسلاح المستخدم بإرشاده وبمواجهته اقر بارتكاب الواقعة لذات السبب تم تحرير محضرا بالواقعة وتم العرض على النيابة العامة التي تولت التحقيق في الواقعة وقررت حبس المتهم ٤ أيام على ذمة التحقيق.

وبالفحص تبين من خلال التحريات التي أشرف عليها اللواء مدير إدارة المباحث الجنائية وقادها العميد رئيس مباحث المديرية وضباط وحدة مباحث مركز شرطة العسيرات بوصول المدعو عبد الله ج م ٢٢ سنة عامل ومقيم بمركز العسيرات الى مستشفى العسيرات المركزي مصاباً

والسلاح المستخدم بإرشاده. ترجع الواقعة عقب تلقى اللواء مساعد الوزير مدير أمن سوهاج، قد تلقى بلاغا من مأمور مركز شرطة العسيرات يفيد بإصابة عامل بطلق نارى على يد مزارع بدائرة مركز العسيرات جنوب سوهاج بسبب خلافات بينهما. وبالفحص تبين من خلال التحريات التي أشرف عليها اللواء مدير إدارة المباحث الجنائية وقادها العميد رئيس مباحث المديرية وضباط وحدة مباحث مركز شرطة العسيرات بوصول



أصيب عامل يبلغ من العمر ٢٢ اليمنى، وذلك على إثر قيام مزارع بالتعدي عليه بإطلاق عيار نارى من سلاح كان بحوزته بسبب خلافات الجيرة، تم ضبط المتهم سنة بطلق نارى بمشط القدم



إصابة ٤ أشخاص فى حادث تصادم سيارتين بالطريق الأوسطى

للمستشفى لتلقي العلاج. ويقوم رجال المباحث بمناقشة شهود العيان وتفريغ كاميرات المراقبة للوقوف على ملابسات الواقعة وتم رفع حطام الحادث.

بلاغاً من الخدمات المعينة فى الطريق الأوسطى، بوجود مصادمة ومصابين، وعلى الفور انتقلت أجهزة الأمن وتبين تصادم سيارتين وأسفر الحادث عن إصابة ٤ اشخاص وتم نقلهم

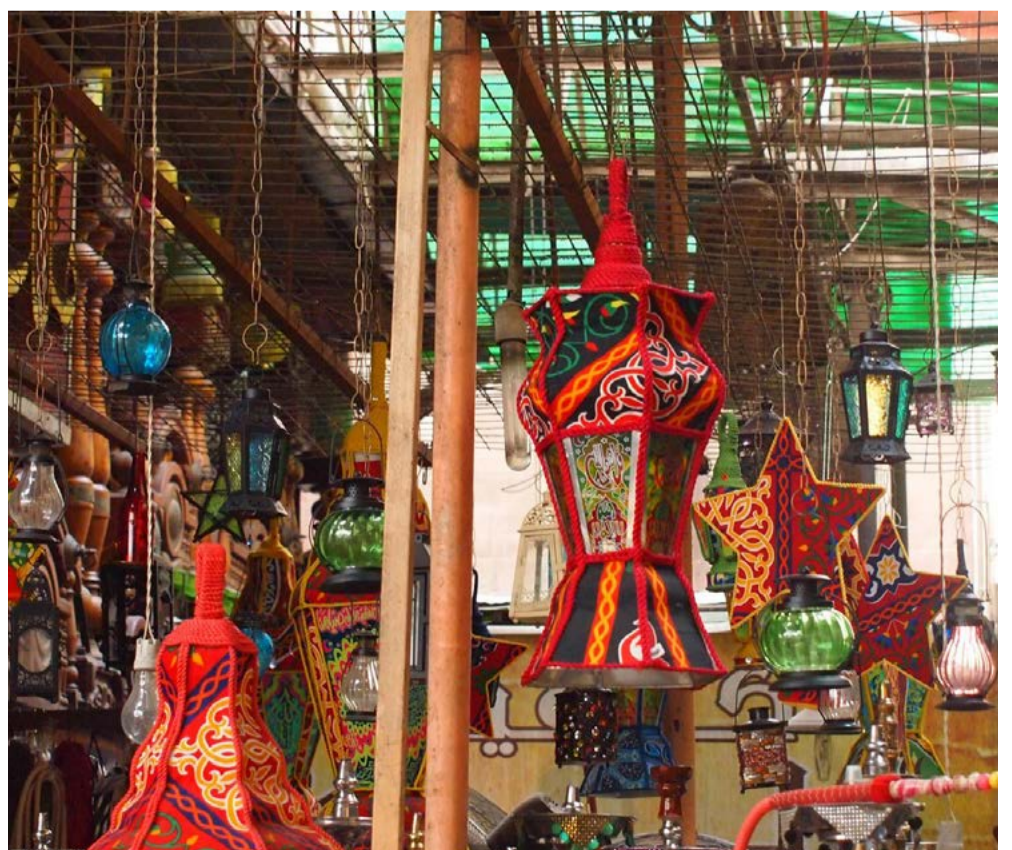
أصيب ٤ أشخاص، فى حادث تصادم سيارتين أعلى الطريق الأوسطى، وتم نقل المصابين إلى المستشفى ورفع حطام الحادث بالكامل من أعلى الطريق. تلقت غرفة عمليات النجدة،

تجديد حبس عامل لاتهامه بسرقة متعلقات المواطنين فى الدرب الأحمر ١٥ يوماً

بظرف من الظروف المشددة. ويعاقب بالحبس مع الشغل ٣ سنوات على السرقات التي يتوافر فيها ظرف من الظروف المشددة المنصوص عليه فى المادة ٣١٧، ويجوز فى حالة العودة تشديد العقوبة وضع المتهم تحت مراقبة الشرطة مدة سنة على الأقل أو سنتين على الأكثر، وهى عقوبة تكميلية نصت عليها المادة ٣٢٠ عقوبات.

مستغلا ضعفها. وطالبت النيابة الأجهزة الأمنية بالتحقق من الصحفة الجنائية للمتهم، للوقوف على نشاطه لاستكمال التحقيقات، ووجهت له تهمة السرقة عقوبة السرقة وتعاقب المادة ٣١٨ من قانون العقوبات من يرتكب واقعة السرقة بمدة لا تتجاوز سنتين على السرقات التي لم تقتزن

جدد قاضي المعارضات محكمة جنوب القاهرة حبس عامل ١٥ يوماً على ذمة التحقيقات، لاتهامه بسرقة متعلقات المواطنين فى الدرب الأحمر. وكشفت تحقيقات النيابة أن المتهم له معلومات جنائية سابقة، واعترف بارتكابه ٣ وقائع سرقة سابقة بأسلوب المخافلة، لافتاً إلى أنه يركز على كبار السن والسيدات فى تنفيذ جرائمه





اتحاد الكرة يعلق على أزمة محمد صلاح وحسام حسن

تحقيق حلم الوصول لمنتخب مصر إلى كأس العالم ٢٠٢٦. أكد إيهاب الكومي: "هناك محاولات خلال الأيام المقبلة، لأنهاء الأزمة بين حسام حسن ومحمد صلاح مما يخدم مصلحة منتخب مصر والكرة المصرية، مؤكداً أن محمد صلاح سيتواجد معسكر المنتخب المقبل والذي سيشهد خوض الفراعنة مباراتين أمام بوركينافاسو وغينيا بيساو في تصفيات كأس العالم". أتم إيهاب الكومي: "أي طلبات سيتم تقديمها من جانب الجهاز الفني لمنتخب مصر سيتم تنفيذها بشكل كامل".

تابع إيهاب الكومي: "منتخب مصر ينتظر عودة المصابين محمد الشناوي وزيزو وإمام عاشور مع عودة صلاح في المعسكر المقبل للمنتخب، وسنعمل جميعاً من أجل تحقيق حلم الوصول لمنتخب مصر إلى كأس العالم ٢٠٢٦".

مؤثراً في معسكر مارس. تابع إيهاب الكومي: "منتخب مصر ينتظر عودة المصابين محمد الشناوي وزيزو وإمام عاشور مع عودة صلاح في المعسكر المقبل للمنتخب، وسنعمل جميعاً من أجل تحقيق حلم الوصول لمنتخب مصر إلى كأس العالم ٢٠٢٦".



علق إيهاب الكومي، عضو اتحاد الكرة، على أبناء وجود أزمة بين محمد صلاح، قائد منتخب مصر ونجم ليفربول الإنجليزي، وحسام حسن، المدير الفني للفراعنة. قال إيهاب الكومي عبر برنامج «الماتش» على قناة «صدي البلد»: "هناك تنسيق يتم باستمرار بين الجهاز الفني لمنتخب مصر والدكتور أشرف صبحي وزير الرياضة من أجل تواجد محمد صلاح في المعسكر المقبل وأنهاء تلك الأزمة المستمرة". وأضاف: "لا يوجد شخص عاقل يمكن القول أن غياب محمد صلاح لم يكن



وزير الرياضة: رحيل كيروش كان خطأ

عامر حسين: الدوري يعاني من تبعات الموسم الذي لم أتواجد فيه بلجنة المسابقات

كثيراً، ويستمر خلال فترات التوقف الدولي. وتابع: «الدوري المصري سيظل الأكثر شهرة ومتابع في الخارج رغم تلك المشاكل التي نعاني منها في الفترة الأخيرة». وأتم: «نحن نعاني من تبعات الموسم الذي لم أتواجد فيه بلجنة المسابقات، وهو السبب في المشاكل المسابقة حالياً لأنها توقفت لفترة طويلة بسبب فيروس كورونا، والأمر تم التعامل معه بشكل خاطئ».

إذاعة الشباب والرياضة: «الموسم الحالي توقف ٨٥ يوماً بسبب المنتخب الوطني، والاهلي توقف أيضاً ٤٥ يوماً بسبب مشاركاته الخارجية، وهذا بسبب المواعيد التي يضعها الاتحاد الإفريقي». وأضاف: «في تونس يقام الدوري من مجموعتين منذ ٣ مواسم، ولكن هذا الأمر سيكون مؤثراً اقتصادياً وفي المغرب الأمر مختلف لأن قوام المنتخب ليس من اللاعبين المحليين لذلك لا يتوقف الدوري

يري عامر حسين رئيس لجنة المسابقات برابطة الأندية وعضو مجلس إدارة اتحاد الكرة، أن عدم انتظام مسابقة الدوري الممتاز سببه التعامل بشكل خاطئ في أزمة فيروس كورونا. وكانت مسابقة الدوري الممتاز قد توقفت لأكثر من ٥ أشهر بعد انتشار فيروس كورونا في مصر خلال عام ٢٠٢٠، ولكن اتحاد الكرة قرر استكمال الموسم وعدم إلغائه حينذاك. وقال عامر حسين في تصريحات عبر

الظروف. تابع أشرف صبحي: "نحن لا نكابر في المغامرة بالبلد أو محبة الجماهير للكرة، وجاء الوقت أن نعيد الأمور للمدرب الوطني، أكيد هناك لجان اجتمعت والوقت كان ضيقاً، ودوري هو توفير المناخ الجيد لمن يتولى المسؤولية". أوضح أشرف صبحي: "اجتمعت مع حسام حسن قبل تولي المسؤولية الفنية للمنتخب بالطبع، كان لابد من الاجتماع في وجود اتحاد الكرة مع حسام حسن، لأننا نضع رؤية ونريد تحقيق هذه الرؤية". أشار أشرف صبحي: "حسام حسن عميد لاعبي العالم، وجاء رئيس الاتحاد الدولي بلاتر وقتها لتكريمه

أكد أشرف صبحي، وزير الشباب والرياضة، أن رحيل البرتغالي كارلوس كيروش، المدير الفني السابق لمنتخب مصر، عن تدريب الفراعنة كان خطأ، مشدد على دعمه الكامل للمدير الفني الجديد حسام حسن في مهمته مع الفريق. قال أشرف صبحي في تصريحات مع الإعلامي أحمد شوبير: "نتدخل في موضوع المدرب لأنه في الفترة الأولى كان لابد من وجود خبير أجنبي مثل كيروش، حدث ما حدث ورحل كيروش ولم يكن مفترضاً أن يرحل". وأضاف أشرف صبحي: "المدرب الثاني روي فيتوريا، هو سيرة ذاتية «سي في» قدمه اتحاد الكرة، ولم يكن سيئا وفيتوريا لم يكن سيئا لكنها

وزير الرياضة يكشف حقيقة إقامة نهائي كأس مصر في السعودية لمدة ٣ سنوات

حسام حسن يعادل انطلاقة شوقي غريب وإيهاب جلال مع منتخب مصر

بين البلدين وفرصة استثمارية وترويج للكرة المصرية، ونجحت وحققنا هدفاً، وروجنا لمنتج اسمه أهلي وزمالك". أتم: "كل واحد يريد هدفاً، وهدفنا الترويج للأهلي والزمالك، ولم أمضي كما قبل على ٣ سنوات لإقامة كأس مصر في السعودية، هل وارد؟ كل شئ في وقته". وكانت المملكة العربية السعودية قد استضافت نهائي كأس مصر بين الأهلي والزمالك في الفترة الماضية ونجح الأهلي في التتويج باللقب بعد التغلب على الزمالك بثنائية دون رد.



قال أشرف صبحي في تصريحات مع الإعلامي أحمد شوبير: "كنت مرحباً جداً رياضياً وسياسياً بإقامة نهائي كأس مصر في السعودية، وكانت فرصة لتعزيز العلاقة

كشفت أشرف صبحي، وزير الشباب والرياضة، حقيقة الأنباء المتداولة عن إسناد تنظيم نهائي كأس مصر للسعودية في السنوات الثلاث المقبلة.

في مباراتين خلال فترة التوقف الدولي لشهر مارس الجاري، حيث فاز على نظيره النيوزيلندي بهدف نظيف فيما خسر أمام كرواتيا بنتيجة ٤ - ٢. وبتلك النتيجة، عادل حسام حسن انطلاقة المديرين شوقي غريب وإيهاب جلال مع المنتخب المصري، حينما تولا القيادة الفنية للفراعنة في عامي ٢٠١٤ و٢٠٢٢ على الترتيب. وافتتح شوقي غريب مبارياته مع المنتخب المصري حينذاك بالفوز على البوسنة والهرسك بثنائية نظيفة، قبل أن يخسر مباراته الثانية أمام منتخب تشيلي بثلاثة أهداف لهدفين. بينما تغلب إيهاب جلال في مباراته الأولى مع الفراعنة على المنتخب الغيني بهدف نظيف، قبل أن يتعرض للخسارة في المباراة الثانية أمام منتخب إثيوبيا بهدفين دون رد.



الفنية لمنتخب مصر في شهر فبراير الماضي، بعد إقالة المدرب البرتغالي روي فيتوريا عقب توديع الفراعنة منافسات كأس أمم إفريقيا من الدور ثمن النهائي. وقاد حسام حسن المنتخب المصري

اختتم منتخب مصر معسكره الأول تحت قيادة المدرب حسام حسن، بعد المشاركة في بطولة كأس العاصمة الإدارية التي استضافتها مدينة القاهرة خلال الفترة بين ٢٢ و ٢٦ مارس الجاري. وكان حسام حسن قد تولى القيادة



لجنة مشتركة لبحث التعاون بين الأهلي والهلال السوداني

الرياضي، ووليد سليمان رئيس قطاع الناشئين، لبحث التعاون بين الناديين خلال الفترة المقبلة.

يهدف البروتوكول إلى تعزيز العلاقات بين الناديين من خلال التعاون المستقبلي، وتم التوصل والاتفاق على مشروع يتضمن العديد من الملفات المهمة، من بينها تطوير فرق براعم وأكاديميات كرة القدم بالنادي. وناقش الناديان أيضًا بعض الملفات التي تتضمن مقترحات لتعظيم سبل التعاون خلال الفترة القادمة، بالإضافة إلى إقامة ورشة عمل في القضايا المطروحة رياضياً، والمستوى الطبي والتأهيلي، وتبادل الخبرات الإعلامية، وتنظيم عروض عضويات بالنادي، وتبادل فترات المعيشة للاعبين والمدربين والإداريين.



بين الناديين. يأتي ذلك التعاون في ضوء العلاقات التاريخية والممتدة بين الناديين الكبار. وتشكلت لجنة تضم كلاً من الدكتور سعد شلبي المدير التنفيذي للنادي، وجمال جبر مدير إدارة الإعلام بالنادي، وخالد العوضي مدير النشاط

استقبل محمود الخطيب، رئيس مجلس إدارة النادي، اليوم الأربعاء، بمقر النادي بالقاهرة الجديدة، وفد نادي الهلال السوداني الشقيق، برئاسة هشام السوياط، رئيس النادي، على هامش تلبية نادي الهلال دعوة الأهلي للإفطار، والاتفاق على بروتوكول التعاون المشترك

تريزيجه يوجه رسالة للجماهير المصرية



مارس الجاري بعد اعتذار الإمارات عن استضافة البطولة، والتي شهدت مشاركة منتخبات كرواتيا وتونس ونيوزيلندا ومصر.

حرص محمود حسن تريزيجه، لاعب منتخب مصر وطرايزون سيور التركي، على توجيه رسالة للجماهير المصرية، بعد المأساة الكبيرة للمنتخب الوطني في بطولة كأس العاصمة الإدارية. ونشر محمود تريزيجه صورة للجماهير المصرية من مدرجات ستاد مصر، خلال مواجهة كرواتيا بنهائي كأس العاصمة، مصحوبة بتعليق: "شكرا لجمهورنا المصري العظيم". وكان منتخب مصر قد تعرض لخسارة أمام كرواتيا في نهائي كأس عاصمة مصر بنتيجة ٤-٢، في المباراة التي شارك فيها تريزيجه أساسياً

السفير المصري يستقبل بعثة الأهلي في مطار دار السلام

وحرص السفير المصري شريف إسماعيل، والقنصل إسلام جلال، على التواجد داخل مطار دار السلام لاستقبال بعثة الفريق لدى وصولها. التقى الكابتن حسام غالي، رئيس بعثة الفريق، وفد السفارة المصرية الذي أنهى إجراءات خروج البعثة من المطار سريعا نظرا لطول الرحلة وظروف الصيام. ويستعد الفريق الأول لكرة القدم بالنادي لمواجهة سيمبا التنزاني مساء الجمعة المقبل في ذهاب دور الثمانية لبطولة دوري أبطال إفريقيا.



استقبل شريف إسماعيل، سفير مصر في تنزانيا، بعثة الفريق الأول لكرة القدم بالنادي لدى وصولها إلى مطار دار السلام قبل قليل.



كارتون

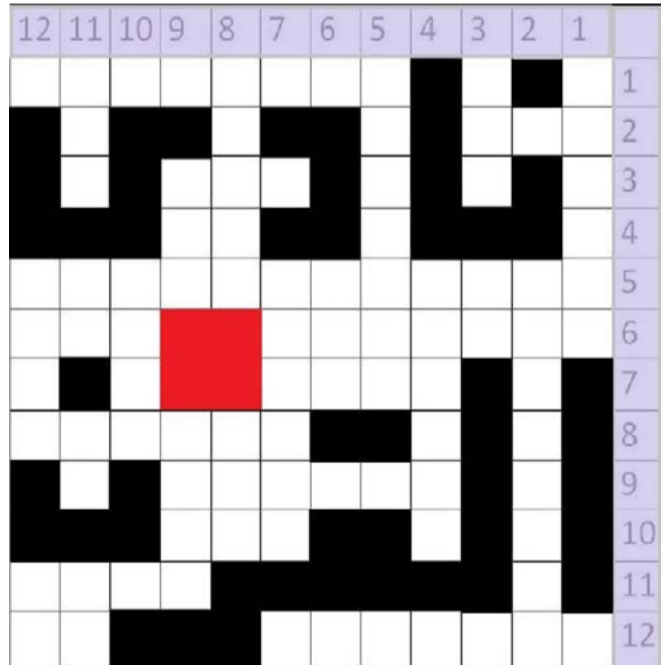
فيفا يوافق على تمثيل وسام أبو علي لمنتخب فلسطين

للدemark ولم يمثل الفريق الأول لأي منتخب حتى الآن. جدير بالذكر أن وسام أبو علي قد انضم للنادي الأهلي في فترة الانتقالات الشتوية الماضية قادما من نادي سيربوس السويدي. وبناء على قرار فيفا يحق لوسام أبو علي المشاركة مع منتخب فلسطين من المباراة المقبلة ضد لبنان يوم ٦ يونيو المقبل. وكان منتخب فلسطين قد

أعلن الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم، اليوم الأربعاء، موافقة الاتحاد الدولي «فيفا» على أحقية وسام أبو علي، لاعب النادي الأهلي، لتمثيل منتخب فلسطين. وجاءت موافقة «فيفا» امتثالا لطلب الاتحاد الفلسطيني بتحويل جنسية أبو علي الرياضية من الدمارك إلى فلسطين. وكان وسام أبو علي قد مثل منتخبات الأعمار السنية

للدemark ولم يمثل الفريق الأول لأي منتخب حتى الآن. جدير بالذكر أن وسام أبو علي قد انضم للنادي الأهلي في فترة الانتقالات الشتوية الماضية قادما من نادي سيربوس السويدي. وبناء على قرار فيفا يحق لوسام أبو علي المشاركة مع منتخب فلسطين من المباراة المقبلة ضد لبنان يوم ٦ يونيو المقبل. وكان منتخب فلسطين قد

الكلمات المتقاطعة.. نادي القرن



إعداد | سعيد شفيق

أفقيًّا

- 1 - هداف تاريخي للأهلي وأشهر من سجل في اللحظات الأخيرة (معكوسة)
- 2 - حروف متشابهة
- 3 - نجم (معكوسة)
- 4 - نصف وسيم
- 5 - مدير كرة سابق بالنادي الأهلي
- 6 - لقب حارس مرمى لعب للأهلي - عبد الكريم
- 7 - نجم راحل لعب للأهلي
- 8 - مدينة سويسرية
- 9 - أمادو نجم أنجولي وهداف سابق للأهلي (معكوسة)
- 10 - اجابي نجم سابق بالأهلي (معكوسة)
- 11 - رامي ممثلة مصرية (معكوسة)
- 12 - عائلة أهلاوية شهيرة

- 7 - مالك (معكوسة)
- 8 - هداف جابوني لعب للأهلي
- 9 - ظهر تونسي يلعب في الأهلي - مارتن
- 10 - مدرب هولندي سابق للأهلي
- 11 - حمدي رئيس سابق للأهلي (معكوسة) - مفجع (مبعثرة)
- 12 - مركز محافظة الجيزة (معكوسة)
- 1 - علوي لاعب قديم بالأهلي - نصف شقيق - للنفي - نصف لطيف
- 2 - خفيف الظل - نصف سهر
- 3 - عميد لاعبي العالم ونجم الأهلي السابق - إسماعيل مدير فني سابق للأهلي رأسيا
- 4 - ال نادي مصري (معكوسة)
- 5 - كابتن سابق للأهلي (معكوسة)
- 6 - دولة عربية - في الحمام
- 7 - راجعين (مبعثرة)
- 8 - أنيس لاعب تونسي لعب للأهلي
- 9 - يحب (معكوسة)