

**Mohamed Qatamesh Dental Clinic**

After Before

١١ ش الأديب علي ادهم، مساكن الشيراتون  
هاتف: ٠١٠٠٦٣٩٠٠٠ جوال: ٠١٠٠١٦٧٠٩٧٨  
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com



رئيس التحرير  
هناء السيد

**مصر**  
**تلدتين**

إخبارية إلكترونية مستقلة  
نسخة مجانية



رئيس مجلس الإدارة  
محمد صلاح قطامش

أسسها/محمد صلاح قطامش ٢٠١٤ الخميس | ٩ ربيع الأول | ١٤٤٦هـ | الموافق ١٢ سبتمبر | ٢٠٢٤ العدد الإجمالي رقم ١٣٨١

## مصر تحمل عبئا في استقبال اللاجئين.. ١٨ رسالة للرئيس الألماني خلال المؤتمر المشترك مع السيسي



السيسي: أشكركم على دعوتكم لزيارة مصر وعلى حفاوة الاستقبال - هذه الزيارة مهمة جدا لي أنا شخصيا خاصة وأنها الأولى لرئيس ألماني منذ ٢٥ عاما - أقدر جهودكم في محاولة التوصل لإنهاء الأزمات في المنطقة العلاقات التي تربط بين ألمانيا ومصر تعود لأكثر من ٧٠ عاما وتقوم على الثقة المتبادلة والتنوع

تابع ص ٣

على الثقة المتبادلة والتنوع. وأضاف خلال مؤتمر صحفي مشترك مع الرئيس عبدالفتاح السيسي، اليوم الأربعاء: «تلك الزيارة مهمة بالنسبة لي على المستوى الشخصي، لأن آخر زيارة لرئيس ألماني إلى مصر كانت منذ ما يقرب ٢٥ عاما». ونشر خلال السطور التالية أبرز تصريحات الرئيس الفرنسي خلال المؤتمر الصحفي المشترك مع



أعرف رئيس جمهورية ألمانيا الاتحادية فرانك فالتر شتاينماير، عن سعاداته بالتواجد في مصر اليوم لتبادل وجهات النظر مع الرئيس السيسي، متوجهاً بالشكر إلى الرئيس على الدور الذي تقوم به مصر لإنهاء التوترات والعنف في الشرق الأوسط، لفت إلى أن «العلاقات الثنائية بين مصر وألمانيا تعود لمئات السنوات»، قائلا إنها «علاقات تاريخية وتقوم

## السيسي ونظيره الألماني يبحثان مختلف الموضوعات الإقليمية والدولية ذات الاهتمام المشترك

الألمانية في نقل التكنولوجيا وبناء القدرات للكوادر المصرية. ومن جانبه، أعرب الرئيس الألماني عن اعتزاز بلاده بمصر قيادةً وشعباً، مشدداً على حرص بلاده على مواصلة تعزيز علاقاتها مع مصر في مختلف المجالات، بما فيها العمل التنموي والاستثماري، وفي قطاعات الطاقة والهجرة ومكافحة الإرهاب، فضلاً عن الدفع بالتعاون العلمي والثقافي الممتد بين البلدين.

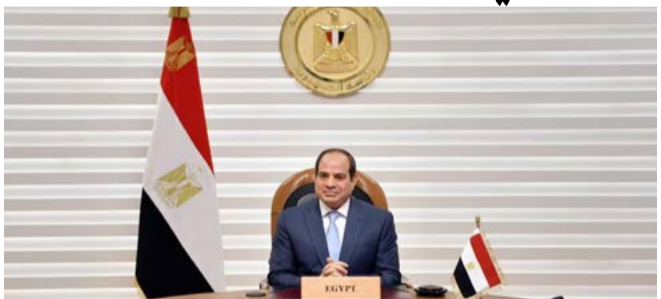
تابع ص ٣

أعقبها جلسة موسعة بحضور الوفدين الرسميين، حيث أعرب الرئيس السيسي عن ترحيبه بزيارة الرئيس شتاينماير الأولى لمصر كرئيس لألمانيا، والأولى لرئيس ألماني منذ ٢٥ عاماً، مؤكداً تقدير الشعب المصري للصدقة الوثيقة مع الشعب الألماني، وما حققته ألمانيا من تقدم صناعي وتكنولوجي، تتطلع مصر لتعظيم الاستفادة منه من خلال المشروعات المشتركة بين الجانبين، والدور المهم الذي تضطلع به الشركات

بحث الرئيس عبد الفتاح السيسي، في قصر الاتحادية بالقاهرة، مع رئيس ألمانيا الاتحادية فرانك فالتر شتاينماير، الذي يقوم بزيارة رسمية لمصر برفقة وفد موسع من رؤساء كبرى الشركات الألمانية، مختلف الموضوعات الإقليمية والدولية ذات الاهتمام المشترك، وعلى رأسها تطورات الحرب على قطاع غزة. وذكر المتحدث الرسمي لرئاسة الجمهورية، السفير أحمد فهمي، أن الرئيسين عقدا جلسة مباحثات مغلقة



## السيسي يستقبل بوريل ويشدد على خطورة التصعيد المستمر في غزة الذي يدفع في اتجاه توسيع دائرة الصراع



الذي يشهده التعاون الثنائي، الذي تكمل في الشهور الأخيرة بإعلان الشراكة الاستراتيجية والشاملة،

تابع ص ٤

رئاسة الجمهورية، السفير أحمد فهمي، أن اللقاء تناول العلاقات الراضية بين مصر والاتحاد الأوروبي، حيث أثنى الجانبان على الزخم

استقبل الرئيس عبد الفتاح السيسي، "جوزيب بوريل" الممثل الأعلى للاتحاد الأوروبي للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية، والوفد رفيع المستوى المرافق له الذي ضم مبعوث الاتحاد الأوروبي لعملية السلام في الشرق الأوسط، وذلك بحضور الدكتور بدر عبد العاطي وزير الخارجية والهجرة، بالإضافة إلى سفير الاتحاد الأوروبي بالقاهرة. وأوضح المتحدث الرسمي باسم

**بوليمونيوم عالم التميز**

فامه جديده خشب والمونيوم مطبخ يعني البيت الحديث البيت الحديث منحه لكل جديد

NEW

Hotline 1997  
ModernHouseEgypt  
modernhouse\_kitchens  
01066687105  
modernhouse-egypt.com

**Al-Zafer International**

International Shipping & Logistic Solutions

1 God El-haq St., 1st Floor, Square 1224, beside Florida Mall, Sheraton Heliopolis, Cairo, Egypt  
+202 2244 4647  
+202 2244 4648  
www.alzaferintl.com

مقاتي يدعو مجلس الأمن لاتخاذ إجراءات أكثر فاعلية لوقف الهجمات الإسرائيلية

رئيس الوزراء: هذا الأسبوع يظهر مكانة مصر كدولة ذات ثقل وريادة على مستوى العالم

وزير الخارجية: نضع اللمسات الأخيرة لاتفاقية استثمارية غير مسبوقه مع السعودية

أسعار النفط تسجل ٧٢,٨٠ دولار لخام برنت و ٦٨,٦٠ دولار للخام الأمريكي

واتساب قد يتيح في الدردشة إجراء مكالمات وإرسال رسائل إلى تطبيقات أخرى

إيهاب جلال.. مدرب توهج وسط مسيرة خالية من الألقاب



## ميقاتي يدعو مجلس الأمن لاتخاذ إجراءات أكثر فاعلية لوقف الهجمات الإسرائيلية

مجلس الأمن الدولي لدى لبنان وعدد من ممثلي منظمات الأمم المتحدة، وفق وكالة الأنباء اللبنانية، إدانته للاستهداف الإسرائيلي المستمر للمدنيين اللبنانيين والذي يشكل انتهاكا واضحا للقانون الدولي وتهديدا لسلامة الشعب اللبناني وأمنه.

**خلال اجتماع مع سفراء الدول الأعضاء في مجلس الأمن الدولي لدى لبنان وعدد من ممثلي منظمات الأمم المتحدة، وفق وكالة الأنباء اللبنانية**

المدنيين الأبرياء. وجدد ميقاتي، خلال اجتماع مع سفراء الدول الأعضاء في



دعا نجيب ميقاتي رئيس حكومة تصريف الأعمال اللبنانية، الإثنين، مجلس الأمن الدولي إلى اتخاذ إجراءات أكثر فاعلية لمعالجة الانتهاكات والهجمات الإسرائيلية على المدنيين اللبنانيين ووقفها، مطالبا باستجابة سريعة وقوية من مجلس الأمن بهدف حماية



## أكسيوس نقلًا عن مصادر: بايدن يجتمع بفريقه للأمن القومي بشأن وقف إطلاق النار بغزة

أفادت قناة القاهرة الإخبارية في خبر عاجل لها بأن أكسيوس نقلًا عن مصادر قالت إن الرئيس الأمريكي جو بايدن سيجتمع اليوم بفريقه للأمن القومي لمناقشة الطريق المسدود الذي وصل إليه اتفاق وقف إطلاق النار في غزة. ولا يزال آلاف الشهداء والجرحى لم يتم انتشالهم من تحت الأنقاض؛ بسبب تواصل القصف وخطورة الأوضاع الميدانية، في ظل حصار خانق للقطاع وقيود مُشددة على دخول الوقود والمساعدات الحيوية العاجلة للتخفيف من الأوضاع الإنسانية الكارثية.

أفادت قناة القاهرة الإخبارية في خبر عاجل لها بأن أكسيوس نقلًا عن مصادر قالت إن الرئيس الأمريكي جو بايدن سيجتمع اليوم بفريقه للأمن القومي لمناقشة الطريق المسدود الذي وصل إليه اتفاق وقف إطلاق النار في غزة. ولا يزال آلاف الشهداء والجرحى لم يتم انتشالهم من تحت الأنقاض؛ بسبب تواصل القصف وخطورة الأوضاع الميدانية، في ظل حصار خانق للقطاع وقيود مُشددة على دخول الوقود والمساعدات الحيوية العاجلة للتخفيف من الأوضاع الإنسانية الكارثية.



## صحيفة عبرية: مسئول أمريكي يحذر من خطورة الحرب الشاملة بين إسرائيل وحزب الله

حرب، فسوف يتدخل المجتمع الدولي للتوصل إلى حل دبلوماسي مماثل لما يمكن التوصل إليه الآن. كان بيني جانتس، قد قال - أمس في نفس القمة - إن إسرائيل يجب أن تحول تركيزها نحو حزب الله والحدود اللبنانية، محذراً من تأخرها في هذا، بينما حذر أيضاً من أن الحرب مع الجماعة المدعومة من إيران ستكون وشيكة إذا لم تبرم إسرائيل قريبا اتفاق وقف إطلاق النار مع حماس في غزة، حسبما أفادت الصحيفة.

وعلى الرغم من هذه التحذيرات، أعلن الجيش الإسرائيلي اليوم، أنه شن غارات جوية على منشآت تابعة لـ "حزب الله" في مناطق عيتا الشعب والخيام والناقورة جنوبي لبنان.

الوحيد لإعادة عشرات الآلاف من الإسرائيليين إلى منازلهم على الحدود الشمالية، يحذر المسؤول الأمريكي من أن العديد من المدنيين قد يقتلون في الحرب ولن يكون لديهم منازل يعودون إليها.

وأضاف: "هناك فكرة مفادها دعونا نذهب إلى الحرب، وبعد ذلك سندمر كل الصواريخ التي يمتلكها حزب الله، وسيكون كل شيء على ما يرام، إن الأمر ليس بهذه البساطة، لا يوجد حل سحري، لا يمكن القضاء على الجانب الآخر. وفي نهاية الحرب، قد تدفع إسرائيل ثمنا باهظا ولن تحقق أهدافها".

وأوصى بحل دبلوماسي وليس عسكري لتهدئة التوترات على الحدود، مشيراً إلى أنه إذا اندلعت

كشفت صحيفة تايمز أوف إسرائيل اليوم الثلاثاء، أن مسؤولاً أمريكياً بارزاً، حذر خلال "قمة الحوار الشرق أوسطي الأمريكي" التي تعقد حالياً في العاصمة الأمريكية "واشنطن" من أن الحرب الشاملة بين إسرائيل وحزب الله في لبنان، قد تكون لها عواقب كارثية وغير متوقعة، ولن تحقق أهدافها.

ونقلت الصحيفة عن المسؤول الأمريكي - الذي لم تذكر اسمه - القول: "إن الحرب ليست لعبة، يتعين علينا أن نفكر في حقيقة أن العواقب ستكون وخيمة على الجانبين".

بينما يقول عضو مجلس الحرب السابق بيني جانتس ومسئولون إسرائيليون آخرون، إن عملية كبرى في لبنان هي السبيل



**مصري تلاتين**

ترخيص الهيئة الوطنية للإعلام رقم ٠٠٠٤ فبراير عام ٢٠٢١

**رئيس مجلس الإدارة:-**  
محمود صلاح قطامش

**رئيس التحرير:-**  
هناء السيد

**الاشراف الصحفي:-**  
دكتوراه سهام جبريل

**البت الإلكتروني:-**  
محمد جمال شرع

**التصميم الفني PDF:-**  
خليل محمد

الوكيل الإعلاني  
جمهورية مصر العربية

**eSherif**  
للحعاية والإعلان

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

المملكة العربية السعودية

مطبعة مشعل محمد القطامي  
Mishal Printing Press

CALL NOW  
053 230 9963 / 050 574 0183

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

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

**Sea Freight**

شركة الزايفر للخدمات اللوجستية  
Al-Zafer Logistics & Cargo Services Co.  
شركات الشحن والتفريغ والنقل الجماعي

800-12-8888-1  
qalamesh@alzafercargo.com  
www.alzafercargo.com

**Mohamed Dental Clinic**

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

fb.com/Qatameshclinic



## كلمة العدد



### حاول تفهم

### ...القضاء علي التضخم...

ما بين الحين والآخر تخرج علينا افكار أمميه وتجارب انسانيه رائده تاتي هذه الافكار بحلول اقتصاديه لمشكلات تضغط علي ميزانيات الأسر وهنا نتحدث عن التضخم الذي لم تفلح الحلول التقليديه في كبح جماحه والذي اصبح ياكل اي زياده يتم تحقيقها في دخل الاسره وذلك لانخفاض القوه الشرائيه للعملة الوطنييه ..... قدمت بنجلاديش والتشيك وبعض الدول الاوروبيه ومنذ اكثر من عامين الحل للقضاء علي ارتفاع الاسعار وايقاف تدهور العملات الوطنييه وانخفاض قيمتها ومنعت تعطيش الاسواق وحاربت الاحتكار عبر الاستعانه بما يسمى ( سوق اليوم الواحد ) وهي تحتاج الي التنسيق والتنظيم بين الحكومه والمنتجين الوطنييين للوصول الي المستهلكين وبناء علاقات قويه معهم بالاستمرار بالتعاون وتحديد سعر عادل للمنتجات ..... وهذا الذي تراه قد اخذت به الحكومه المصريه للتخفيف علي المواطنين ومواجهه التضخم بكل السبل ومن بينها سوق اليوم الواحد والمنتشره في القاهره والمحافظات المختلفه وهي تهدف الي توفير السلع بأسعار مخفضه بالاتفاق مع الدوله وتحت إشرافها بإقامة المعارض او المنافذ الدائمه او الموسميه حيث يتوفر فيها البيع للسلع والمنتجات من المنتجين مباشره دون الحاجه للوسطاء بأسعار مخفضه من شأنها ان تشكل ضغطا علي بقية الاسواق والمحلات التجاريه لتخفيض اسعارها الأمر الذي يحقق الهبوط السعري بالأسواق للحد من التضخم ولاشك ان مهرجان العوده للمستقله، وتنفيذ حل الدولتين وفقاً لقرارات الشرعيه الدوليه، بوصفه مسار تحقيق السلام والأمن المستدامين بالمنطقه. هذا وقد عقد الرئيسان عقب المباحثات مؤتمراً صحفياً مشتركاً عرضا خلاله أهم ما دار في المباحثات. وأجريت مراسم الاستقبال الرسمي وتم عزف السلامين الوطنييين

## رئيس الوزراء: هذا الأسبوع يظهر مكانة مصر كدولة ذات ثقل وريادة على مستوى العالم



لإنشاء منطقتي صناعيتين تركيتين جديديتين في العاصمة الإدارية وشدت على أهمية مذكري التفاهم

وأشار إلى توقيع ١٧ مذكرة تفاهم بين مصر وتركيا، على هامش الزيارة المهمة التي تغطي العديد من المجالات.

التركي رجب طيب أردوغان. وأشار إلى توقيع ١٧ مذكرة تفاهم بين مصر وتركيا، على هامش الزيارة المهمة التي تغطي العديد

قال الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، إن «هذا الأسبوع يظهر مكانة مصر كدولة ذات ثقل وريادة على مستوى العالم». وأضاف خلال مؤتمر صحفي من العاصمة الإدارية، اليوم الأربعاء، أن الرئيس عبدالفتاح السيسي، أجرى زيارة تاريخية إلى تركيا، وعقد لقاءات ثنائية مع الرئيس

## الحكومة: وضع حد أقصى لغرامات تأخر دفع الضريبة.. ودليل استرشادي للتعامل مع الممولين



حيث يكون لدى الكثير من الشركات مستحقات لدى جهة ما في وزارة المالية، وفي نفس الوقت تكون هذه الشركات مطالبة بدفع ضريبة لمصلحة الضرائب، موضحاً أنه ستكون هناك آلية للمقاصة.

وشدد على أن هذا الأمر سيخفف من الأعباء الملقاة على عاتق المستثمرين، ويمكنهم من إجراء مقاصة بين المبالغ المطلوبة منهم والمبالغ المستحقة. ونوه بأنه ستكون هناك عقوبات متدرجة، حيث سيتم التفرقة بين من لم يُقدم أي إقرار ومن قدم بالفعل مسبقاً لكنه تخلف لأسباب معينة عن تقديم الإقرار الأخير.

يكون هناك حد أقصى للغرامات بحيث لا تتجاوز الغرامة قيمة الضريبة الأصلية.

وأشار إلى توحيد أسلوب العمل بين كل المأموريات وتطبيقها للضريبة، وسيكون هناك دليل استرشادي للتعامل المأموريات مع الممولين، بما يساهم في تحقيق مزيد من الشفافية.

ولفت إلى وضع نظام للمقاصة،

قال المستشار محمد الحمصاني المتحدث باسم رئاسة مجلس الوزراء، إن تأخر دفع الضريبة يترتب عليه غرامات، كانت تتضاعف في السابق دون حد أقصى. وأضاف خلال مداخلة هاتفية مع برنامج «صالة التحرير» عبر شاشة «صدى البلد»، مساء الأربعاء، أنه تم الاتفاق على أن

## رئيس الوزراء: نستهدف فتح صفحة جديدة مع الممولين والقطاع الخاص



قال الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، إن الحكومة تستهدف فتح صفحة جديدة مع قطاع الممولين والقطاع الخاص كله، بهدف تحقيق طفرة كبيرة في نمو الاقتصاد المصري. وأضاف خلال مؤتمر صحفي من العاصمة الإدارية، اليوم الأربعاء، أن الحكومة تعمل على تبسيط الإجراءات، وتحفيز المزيد من الاستثمارات وتشجيعها، لتقوية الاقتصاد المصري وخلق كل الملفات القديمة.

وأكمل: «سنعلن سنة بعينها لتسوية وإغلاق أي ملفات ضريبية قديمة وفقاً لآلية واضحة، وهناك تفاصيل سنعلن عنها خلال المرحلة المقبلة». وأشار إلى أن «القيمة الضريبية في القوانين المصرية معقولة جداً بالنسبة للدول المحيطة»، منوهاً أن «المشكلة في التطبيق وآلياته وكيفية احتساب الضريبة وتقييم المصلحة للموضوع». ولفت إلى أن «وزير المالية يستهدف وضع آلية واضحة للحاسبة، وألا يترك الأمور للاجتهاد من موظفي المصلحة».

## السيسي ونظيره الألماني يبحثان مختلف الموضوعات الإقليمية والدولية ذات الاهتمام المشترك



### تتمه ص ١

شركات وعمال مصريين يتسمون بالمهارة والكفاءة. وأكد الرئيس السيسي ضرورة الوقف الفوري للحرب الدامية التي تسببت في كارثة إنسانية، فضلاً عن الاعتراف بالدولة الفلسطينية المستقلة، وتنفيذ حل الدولتين وفقاً لقرارات الشرعيه الدوليه، بوصفه مسار تحقيق السلام والأمن المستدامين بالمنطقه. هذا وقد عقد الرئيسان عقب المباحثات مؤتمراً صحفياً مشتركاً عرضا خلاله أهم ما دار في المباحثات. وأجريت مراسم الاستقبال الرسمي وتم عزف السلامين الوطنييين

وأعرب في هذا الصدد عن سعادته بافتتاح الجامعة الألمانية الدولية بالعاصمة الإدارية الجديدة، وكذا حرصه على اصطحاب وفد من رؤساء كبرى الشركات الألمانية خلال زيارته الجارية لمصر، وتفقدته لعدد من مواقع العمل والإنتاج التي تنخرط فيها شركات ألمانية تعمل جنباً إلى جنب مع

## مصر تحمل عبئاً في استقبال اللاجئين.. ١٨ رسالة للرئيس الألماني خلال المؤتمر المشترك مع السيسي



### تتمه ص ١

دون الجهود الحثيثة التي تبذلها مصر في هذا الإطار. -يجب أن يكون هناك أمن وسلام في المنطقة من أجل التوصل لحل الدولتين.

-توافق مصالحننا في مسألة حفظ الأمن الملاحي بالبحر الأحمر -تباحثنا حول تطورات الأوضاع بالجوار المباشر لمصر -مصر تحمل عبئاً كبيراً في استقبال اللاجئين ونحن ممتنون بشدة لقيامها بهذا الدور -نعول على دور مصر الكبير في المنطقه وممتنون باستمرار الحوار فيما بيننا.

وأنا سعيد بذلك جدا -سعيد بحرص المصريين على تعلم اللغة الألمانية وأن أعدادهم في ازدياد -سيتم توقيع اتفاقية مجال التعليم العالي خلال زيارتي الحالية -يرافقني وفد من رجال الأعمال رفيع المستوى لتعزيز التعاون بيننا -توافقنا حول ضرورة وقف إطلاق النار في غزة مصر تقوم بدور هام جدا على صعيد مفاوضات وقف إطلاق النار ونحن نقدر ذلك.

-ألمانيا هي ثاني أكبر دولة مانحة للمساعدات الإنسانية لغزة -مساعداتنا لغزة ما كانت لتصل

-تبادلنا وجهات النظر حول فرص تعزيز أواصر التعاون بيننا في العديد من المجالات لاسيما التعليم -المؤسسات التعليمية الألمانية في مصر تتمتع بسمعة طيبة وكبيرة





## المهندس إبراهيم فتحي رئيساً لشركة مصر للطيران للصيانة والأعمال الفنية



كتب: محمد عبد العزيز

على مجهوداته خلال فترة توليه رئاسة الشركة. الجدير بالذكر أن المهندس إبراهيم فتحي كان يشغل منصب رئيس قطاع السلامة والجودة بالشركة القابضة لمصر للطيران، كما تقلد عدة مناصب قيادية من بينها مساعداً لرئيس مجلس إدارة شركة مصر للطيران للصيانة والأعمال الفنية، ثم رئيساً لمجلس إدارة الشركة.

أصدر المهندس يحيى زكريا رئيس مجلس الإدارة والعضو المنتدب للشركة القابضة لمصر للطيران قراراً بتكليف المهندس إبراهيم فتحي زكى العيسوى للقيام بأعمال رئيس مجلس الإدارة والعضو المنتدب التنفيذي لشركة مصر للطيران للصيانة والأعمال الفنية خلفاً للمهندس وليد الخفيف الذي قدم له الشكر

## وزير الخارجية: نضع اللمسات الأخيرة لاتفاقية استثمارية غير مسبوقه مع السعودية

نوه بأن هذه الاتفاقية ستمهد لإحداث نقلة كبيرة في العلاقات الاقتصادية بين مصر والسعودية، مؤكداً أن الفترة المقبلة ستشهد المزيد من الأنشطة والتعاون بين البلدين. ولفت إلى أن هناك استثمارات سعودية كبيرة في مصر، لكن بمجرد إقرار هذه الاتفاقية ستكون هناك مجالات أكبر وأوسع لمضاعفة الاستثمارات السعودية في مصر.

ولفت إلى أن هناك استثمارات سعودية كبيرة في مصر، لكن بمجرد إقرار هذه الاتفاقية ستكون هناك مجالات أكبر وأوسع لمضاعفة الاستثمارات السعودية في مصر.

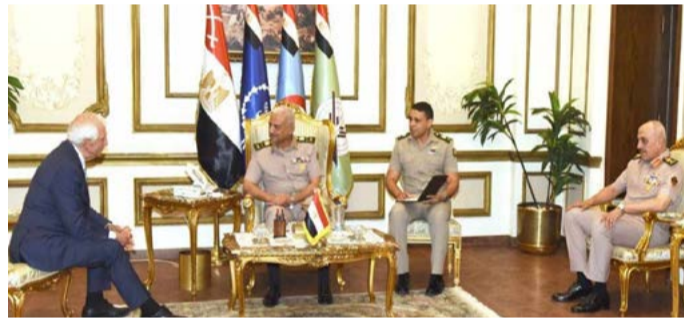
هذه الوثائق اتفاقية ستكون الأولى من نوعها لدعم الاستثمار بين البلدين. وأشار إلى أن هذه الاتفاقية سيكون لها دور كبير في تعزيز العلاقات الاستثمارية والتجارية بين البلدين، موضحاً أنه يتم حالياً وضع اللمسات الأخيرة لهذه الاتفاقية.



قال الدكتور بدر عبد العاطي وزير الخارجية والهجرة، إن جهوداً ضخمة تبذلها المؤسسات المصرية والسعودية للانتهاء من بعض الوثائق والاتفاقيات الطموحة. وأضاف خلال مؤتمر صحفي مع نظيره السعودي الأمير فيصل بن فرحان، اليوم الثلاثاء، أن في مقدمة

## وزير الدفاع يلتقى الممثل الأعلى للسياسة الخارجية والأمنية نائب رئيس المفوضية الأوروبية خلال زيارته إلى مصر

المجالات ذات الاهتمام المشترك. كذلك مناقشة عدد من القضايا الإقليمية والدولية وتطورات الأوضاع الراهنة بقطاع غزة وانعكاس ذلك على الأمن والاستقرار بالمنطقة. حضر اللقاء الفريق أحمد خليفة رئيس أركان حرب القوات المسلحة وعدد من قادة القوات المسلحة المصرية، وعدد من ممثلي الاتحاد الأوروبي.



تناول اللقاء أوجه تعزيز علاقات التعاون مع الاتحاد الأوروبي بمختلف

التقى الفريق أول عبد المجيد صقر القائد العام للقوات المسلحة وزير الدفاع والإنتاج الحربي، جوزيب بوريل الممثل الأعلى للسياسة الخارجية والأمنية نائب رئيس المفوضية الأوروبية رئيس مجلس الدفاع للاتحاد الأوروبي والوفد المرافق له الذي يزور مصر حالياً، وذلك بمقر الأمانة العامة لوزارة الدفاع.

## السياسي يستقبل بوريل ويشدد على خطورة التصعيد المستمر في غزة الذي يدفع في اتجاه توسيع دائرة الصراع

توسيع دائرة الصراع، مشدداً في هذا الصدد على المسؤوليات التي تقع على عاتق المجتمع الدولي، والاتحاد الأوروبي، للضغط المكثف في اتجاه التوصل لاتفاق ينهي الحرب الجارية، بما في ذلك العنف والتصعيد الذي تشهده الضفة الغربية، وعلى النحو الذي ينزع فتيل التوتر بالمنطقة ويستعيد الأمن والاستقرار الإقليميين.



تتمه ص |

وحرص الممثل الأعلى للاتحاد الأوروبي على الإعراب عن بالغ التقدير للدور الذي تقوم به مصر كدعامة أساسية لاستقرار بالمنطقة، مؤكداً اهتمام الاتحاد الأوروبي بالتشاور المتواصل مع مصر، ودعم جهودها الدؤوبة لحفظ الاستقرار الإقليمي خلال تلك المرحلة الحرجة التي تشهدها المنطقة.

حيث تم استعراض الجهود المكثفة التي بذلتها مصر والشركاء، للتوصل إلى وقف لإطلاق النار وتبادل الرهائن والمحتجزين، بحيث يمكن إنهاء الكارثة الإنسانية التي تواجه أهالي غزة، فضلاً عن تمهيد الطريق لإنفاذ حل الدولتين الذي من شأنه فتح آفاق السلام والتعايش والاستقرار والتنمية بالمنطقة.

وعقد مؤتمر الاستثمار المصري الأوروبي، وقد تم تأكيد العزم على الاستمرار في استكشاف آفاق جديدة للتعاون في إطار الشراكة الاستراتيجية، خاصة في مجالات الاستثمار والتجارة، وموضوعات الطاقة والهجرة والبيئة، بما يحقق مصالح الطرفين في مواجهة التحديات المشتركة.

كما أشاد الرئيس في هذا الصدد بمواقف "جوزيب بوريل" الموضوعية والمنصفة على مدار الفترة الماضية.

وأكد الرئيس في هذا الصدد خطورة خطوات التصعيد المستمر، التي تدفع في اتجاه

## بالصور... دكتور مجاور يستقبل وزير الخارجية الدنماركي بمطار العريش

الدنماركي، والوفد المرافق له علي أرض شمال سيناء، مستعرضاً الجهود التي تبذلها المحافظة في استقبال المساعدات الإنسانية والغذائية والإغاثية. بدوره ثمن وزير الخارجية الدنماركي، الدور الذي تقوم به مصر في الوساطة لوقف إطلاق النار وعودة الاستقرار للمنطقة.

محافظ شمال سيناء، اليوم الثلاثاء، لارس لوكه راسموسن، وزير الخارجية الدنماركي، والوفد المرافق له، خلال وصولهم إلى محافظة شمال سيناء عن طريق مطار العريش الدولي، في حضور اللواء عاصم سعدون نائب المحافظ.



د. هويدا الشريف

استقبل اللواء دكتور خالد مجاور





## أسعار النفط تسجل ٧٢,٨٠ دولار لخام برنت و ٦٨,٦٠ دولار للخام الأمريكي

الطلب الصيني وفائض المعروض العالمي المستمر. وأوضح دان سترويفن، رئيس أبحاث النفط في جولدمان ساكس أن نمو الطلب السنوي في الصين قد تباطأ من حوالي ٥٠٠-٦٠٠ ألف برميل يوميًا في السنوات الخمس التي سبقت جائحة كوفيد-١٩ إلى ٢٠٠ ألف برميل يوميًا.



وأوضح دان سترويفن، رئيس أبحاث النفط في جولدمان ساكس أن نمو الطلب السنوي في الصين قد تباطأ من حوالي ٥٠٠-٦٠٠ ألف برميل يوميًا في السنوات الخمس التي سبقت جائحة كوفيد-١٩ إلى ٢٠٠ ألف برميل يوميًا.

سجلت أسعار النفط تراجعًا طفيفًا اليوم بعد أن عوّض ضعف الطلب الصيني تأثير اضطراب الإمدادات بسبب العاصفة المدارية "فرنسين" في الوقت الذي واصلت مخاطر فائض المعروض العالمي الضغط على السوق.

وتتقرب الأسواق اليوم من التقرير الشهري الصادر عن منظمة الدول المصدرة للبترول (أوبك).

يوميًا من الطاقة النفطية معرض للإصابة بالعتل. ومن جهة أخرى، تتوقع شركتا جونفور وترفيجورا

إن زد في مذكرة نقلًا عن بيانات من المركز الوطني للإعصار إلى أن إنتاج ما لا يقل عن ١٢٥ ألف برميل

الآجلة لخام غرب تكساس الوسيط الأمريكي ١٠ سنتات أو ٠,١٥٪ إلى ٦٨,٦٠ دولار للبرميل، وارتفع كلا الخامين القياسيين بنحو ١٪ عند التسوية يوم أمس الاثنين وذلك وفقا لوكالة الأنباء العمانية. وأشار محللون في بنك إيه.

وبلغ تراجع العقود الآجلة لخام برنت أربعة سنتات أي ما يعادل ٠,٠٦٪ لتصل إلى ٧٢,٨٠ دولار للبرميل، فيما انخفضت العقود

## القمح والأدوية يقودان الواردات للتراجع بنسبة ٣,٣٪ يونيو الماضي



وفقا لما أعلنه الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، ليسجل ٢,٨٧ مليار دولار بينما كان ٣,٠٢ مليار دولار لنفس الشهر من العام السابق ٢٠٢٣، بنسبة تراجع بلغت ٥,١٪. وشهد شهر يونيو الماضي انخفاض قيمة الصادرات بنسبة ١,٦٪، حيث بلغت ٣,١٣ مليار دولار خلال شهر يونيو الماضي، مقابل ٣,١٨ مليار دولار لنفس الشهر من العام السابق، ويرجع ذلك إلى انخفاض قيمة صادرات بعض السلع وأهمها أسمدة بنسبة ٤٢,٩٪، بتول خام بنسبة ٦٤,٦٪، قضبان وعيدان وزوايا واسلاك من حديد بنسبة ٢٣,٧٪، وبصل طازج بنسبة ٢٥,٤٪.

أظهرت بيانات الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، قائمة السلع التي تراجعت وارداتها في شهر يونيو الماضي، والتي أدت إلى تراجع إجمالي الواردات بنسبة بلغت ٣,٣٪، حيث بلغت قيمتها ٦ مليارات دولار خلال شهر يونيو الماضي، مقابل ٦,٢١ مليار دولار لنفس الشهر من العام السابق ٢٠٢٣. وتصدرت واردات القمح قائمة السلع والتي تراجعت حيث سجلت ٢٦١ مليون دولار في يونيو الماضي، مقابل ٣٣٢ مليون دولار في نفس الشهر عام ٢٠٢٣ بنسبة تراجع بلغت ٢١,٥٪، يليها واردات الأدوية ومحضرات الصيدلة وسجلت



## ارتفاع الطلب العالمي على النفط ليصل لـ ١٠٣,٧ مليون برميل يوميا

حين كان لانخفاض الطلب على النفط في كل من دول آسيا والمحيط الهادئ الأعضاء في منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية ودول الشرق الأوسط وأفريقيا وروسيا وباقي دول أوراسيا، دوراً في الحد من ارتفاع الطلب العالمي على النفط خلال الربع الثاني من عام ٢٠٢٤.

وذلك وفقا لتقرير الأوضاع البترولية لمنظمة الاقطار العربية المصدرة للبترول "أوبك". يعزى ذلك بشكل رئيسي إلى ارتفاع الطلب في دول الأمريكيتين ودول أوروبا الأعضاء في منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية، والصين ودول أمريكا اللاتينية. في

ارتفع الطلب العالمي على النفط خلال الربع الثاني من عام ٢٠٢٤ بنحو ٥٥٠ ألف برميل يوميا مقارنة بالربع السابق، أي بنسبة ٠,٥٪، ليصل إلى ١٠٣,٧ مليون برميل يوميا، مشكلاً بذلك ارتفاعاً بحوالي ٢ مليون برميل يوميا، أي بنسبة ١,٩٪ على أساس سنوي



## إنفراجة قانونية بالأفق

يكرس الحبس الاحتياطي. وبعيدا عن هذه التجاذبات التي تقع من جانب أنصار ومعارض هذا المشروع، فإننا نشدد على ضرورة تمتع النيابة العامة والقضاء بالاستقلال التام دون تدخل السلطة في شؤونها أو فرض توجهات معينة تحد من حقها في إطلاق سراح المحبوس احتياطيا في أسرع وقت وليس هذا التمديد الاحتياطي الذي لا حدود له، الامر الذي معه نذهب أيضا الى ضرورة وجود نص دستوري يتعلق بمدّة الحبس الاحتياطي، حيث يقطع الطريق نهائيا أمام من يرغب في التلاعب بنصوص قانون الإجراءات الجنائية لمصالح عامة أو شخصية.

وإلى اللقاء:

دكتور / السيد مرسى

في جلسة محاكمة المتهم، فعل أو تشويش مخل بالنظام أو ما يستدعي مؤاخذته جنائيا، يحضر رئيس الجلسة محضرا بما حدث، وللمحكمة أن تقرر إحالة المحامي إلى النيابة العامة لإجراء التحقيق، أو إصدار حكما تأديبيا، وكما هو معلوم للكافة بأن حق الدفاع يعتبر الوسيلة الوحيدة والأهم لحماية الحريات، وبيت الثقة ويكرس العدالة في ربوع البلاد. لذلك كانت نصوص هذا المشروع محل النقاش وغير مرض عنها نهائيا، كما إن العبارات فيه مطاطة، على سبيل المثال لا الحصر، عدم وجود نص يضع حدا أقصى لانتهاء النيابة من التحقيق في الجريمة أو التهمة، وإصدار قرارها بالإحالة إلى المحاكمة أو البراءة، لأن غياب مثل هذا النص

آخر، ولاسيما بعد أن لاح في الأفق رغبة الدوائر البرلمانية والقريبة من السلطة في إعادة النظر في هذه النصوص التي تم أثارها نقابة المحامين والتي تقلص دور المحامي في مباشرة جميع الحقوق القانونية، وتعود إلى صراعات بين السلطات القضائية والنيابية والمحامي، فضلا عن الاعتداء على الحريات التي كرمها المولى عزوجل في قوله تعالى "وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبُرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا"

كما أن هذا المشروع ورد به نص قانوني صادم لجموع المحامين خاصة ورجال القانون عامة يتعرض لحق الدفاع أمام القضاء والنيابات، وقد ورد فيه ( إذا وقع من المحامي أثناء قيامه بواجبه

تناولنا بالمقال السابق الثقوب التي لحقت بمشرع الإجراءات الجنائية الجديد، وذلك من خلال نصوص الحبس الاحتياطي والتي تحولت الى عقوبة دون القدرة على تقديم مبررات حقيقية لذلك أو إلزام من جانب القضاء بتفسيره رغم مخالفة ذلك لأحكام الدستور والإتفاقيات الدولية ذات الصلة التي صدقت عليها مصر، لذلك طالب العديد من القانونيون والسياسيون والنقابات المهنية (محامين و مهندسين و صحفيين ) سحب هذه المسودة وإعادة طرحها للحوار المجتمعي الموسع، والذي يشمله الخبراء ورجال القانون والنقابات المهنية من جانب ومنظمات المجتمع المدني ومنها(حقوق الانسان) من جانب



دكتور / السيد مرسى

## العصفور تؤكد دور الاعلام في نشر الوعي في التنمية المستدامة وتثمن دور سفير مصر بالكويت

لنتمكن من زيادة الامن الغذائي و الاستثماري في المشاريع المستدامة و كما تعمل الابتكارات كلا من موقعه الخاص حول إيجاد التقنيات الزراعية الحديثة كاللحوم النباتية على سبيل المثال لتعزز استدامة النظم الغذائية الإقليمية و الهدف بذلك رفع المستوى الاقتصادي الذي يخدم شعوبنا لحياة كريمة أكثر تحضر لتورث للأجيال القادمة .

وقالت العصفور. علمنا نبي الله سيدنا محمد (صل الله عليه وسلم) في الحديث الشريف

من لا يشكر الناس لا يشكر الله]

المصلحة العامة أولا ومن ثم المتخصصة التي تسهم في رفع كفاءة التنمية المستدامة المجتمعية حرصا على التطور وخاصة استخدام نوع الوسيلة الإعلامية للتأثير على السلوك والأفكار والاتجاهات بوسائل الإعلام المتنوعة أطرها ثقافي وتعليمي و توعوي لتساعد على نشر الوعي ليتم تبادل الأفكار الجديدة والمستحدثة التي تمت من خلال التوصيات و المصادقة عليها لاعتمادها بحيز التنفيذ و وصولا الى البلدان المنطقية العربية من خلال العمل على تنفيذها بتوافق السياسات ولأجندات العلمية المنهجية لربط وعمل منظومة متكاملة و متوافقة الى حد ما ... لزيادة والاستدامة لمجابهة الصمود حول النظم و المنظومة الغذائية كزراعية و الحيوانية ..لحفاظها من الهدر الغير المسئول. متجهين نحو استخدام الطاقة البديلة الطاقة النظيفة كطاقة الشمس و طاقة الماء باستخدام المسطحات المائية وغيرها من مشتقات المواد



و بما أن المسؤولية المجتمعية تصب نحو الصالح العام والذي يخدم المجتمع باستخدام الوسائل الإعلامية بمختلف صورته لنشر العلم و المعرفة وزيادة التوعية و التثقيف ليطمقدها بصوره متكاملة للجمهور بشكل عام ومستمر عبر القنوات الإعلامية المتعددة .

وقد تسارعت الكثير من المؤسسات الإعلامية في تخصيص منابر ثقافية و توعوية وارشادية و توثيقية من خلال وسائلها الإعلامية لمعالجة مختلف القضايا و لمختلف المشاكل البيئية وذلك بإدخال الأولويات البيئية ضمن برامجها ليتمكن الجمهور من المشاركة الإيجابية الجادة من تداعيات القضايا البيئية مما أدى إلى تكوين المسار التشاركي المجتمعي لحماية البيئة.

ولأهمية ودقة المسؤولية الإعلامية يجب أن يكون قائما نحو الدور الإيجابي لمواكبة جميع الاحداث واخر المستجدات العلمية والفعالة والمحفزة التي تعمل على خدمة

معوقات متنوعة و مستحدثة وليست مقتصرة على دول دون الاخرى مما قد تواجه الكثير من صعوبات و تحديات كبيرة لمحاربة الفقر ومكافحة الأمراض والتصدى للأوبئة والكوارث الطبيعية و الغير طبيعية .. فلا بد من نشر الوعي و محاربة الجهل و تكثيف الرسائل الإعلامية الهادفة بتكاتف الجهود نحو التثقيف المجتمعي من خلال غرس مفاهيم تربوية تعليمية منذ الصغر لإيجاد شريك هادف وامن ومسئول يأتي من خلال تكثيف الدورات و المؤتمرات و وضع قوانين صارمة تحفظ الحق نحو التنمية المستدامة لكي تحقق الاستقرار الاقتصادي للأحداث التغييرات الإيجابية في المجتمع حيث تسعى لطرخ القضايا البيئية لتقدمها بصورة مبسطة وشاملة للجمهور لتزويدهم بالمعلومات الارشادية ذات الصلة بالبيئة، وإعلامهم بكل جديد من مفاهيم و مصطلحات سواء محليا أو عالميا من خلال نقل أهم ما تناوله أهم الأخبار وأهم المواضيع المتعلقة بالبيئة لمتابعتها كإجراءات وقرارات و التي سوف يتم اتخاذها من قبل الجهات المعنية في القطاعين العام والخاص ويسلط الاعلام الضوء عليها كي يتم نشر الوعي البيئي بصورة إيجابية بهدف المساهمة في تحفيز المواطنين إلى تغيير سلوكياتهم الضارة بالبيئة الى سلوك إيجابي

إلى نشر الوعي البيئي وتنمية و العناية بالقضايا البيئية سواء أكانت مياه أو زراعة أو طاقة بالمحافظة عليها من خلال جودة طرق الزراعة و كيفية الري و نوعية التسميد

و الباحثين والمعلمين والمتخصصين بهذا المجال لنقلها بدقة و موضوعية لطلبة وطلاب العلم .

واشارت الى دور الاعلام في نشر الوعي في التنمية المستدامة .

الاعلام وتعدد وسائله المختلفة يسלט الضوء على الأدوار المهمة والمؤثرة في المجتمعات و خاصة الدور الإنساني و الاجتماعي والاقتصادي وبعد الجانب السلوكي والمعرفي من الأدوار الهامة لأحد المقومات الاساسية للحفاظ على البيئة واستدامة الموارد حيث يعمل على نشر المفاهيم و القيم البيئية والتي من شأنها الترويج و التسيخ للمصطلحات لتسهم كوسيلة من وسائل الاتصال والذي يقع على عاتقه مسؤولية مهمة لخدمة عدة قضايا التي تخدم المجتمع والفرد و التي تضمنتها التنمية المستدامة، حيث يهدف الإعلام التنموي على السعي إلى تحقيق أهداف وغايات مستوحاة من حاجات المجتمع الأساسية ومصالحه الحيوية و المشاكل التي تحيط بالبيئة و الموارد و الطاقة وسوء استخدام الانسان لها يجعل من قضايا التنمية قضية إنسانية ملحة لا غنى عنها بالنسبة لشعوب العالم كافة وشعوبنا في الوطن العربي خاصة بحيث نساهم في ترسيخ الوعي المجتمعي الحقيقي و القائم على تقديم الحقائق ومن ثم تبنى الخطط التنموية اللازمة لإيجاد الحلول و الفرص كي نتخطى الصعاب قبل التهاك ... ولعظم هذا الدور الذي تقوم به الدول النامية والفقيرة .. وما سببته البشرية على العالم من التغيرات المناخية وأصبحت للتنمية



هنا السيد

أكدت هنا العصفور كبير اختصاصي الاعلام الخارجي بدولة الكويت علي دور الإعلام في نشر الوعي للتنمية المستدامة وأهدافها وان دوله الكويت رسخت كافة جهودها لتحقيق الاهداف الـ ١٧ للتنمية المستدامة وبالفعل حققت العديد من تلك الاهداف جاء ذلك خلال مشاركتها في المؤتمر العربي الدولي رواد التنمية المستدامة الذي عقد تحت شعار التنمية الزراعية والطاقة المتجددة في الوطن العربي. و الذي عقد بجامعه الأزهر بالقاهرة وذكرت ان اهداف التنمية المستدامة هي خطة لتحقيق مستقبل أفضل وأكثر استدامة للجميع. وتتصدى هذه الأهداف للتحديات العالمية التي نواجهها، وأكدت العصفور علي تكثيف الوزارات و المؤسسات و الهيئات و الشركات بأنواعها للعمل على تكاتف الجهود كمشروع وطني متكامل (أعادة التدوير مخلفات الجهات لرؤية مستقبلية جادة تعمل على ترسيخ هذا المصطلح التنمية المستدامة و المحافظة على الموارد الطبيعية وكلا من موقعة من خلال التثقيف التوعوي المجتمعي بأهم ما توصلت إليه الأبحاث وفتح المواقع استرشادية للمهتمين

## الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لشجرة السنط العربي

والجدري، والأمراض الجلدية، والمغص المتعلق بالحصاة الصفراء الذي ينتج عن خلل في الكبد أو المرارة، والشعور بالحرق، وألم الأسنان، وعلاج الزحار. كما يُستخدم لحائها في علاج حالات البرد، والتهاب القصب الهوائية، والإسهال، والبواسير النَّازفة. أما المادة الصمغية المستخلصة من شجرة السنط العربي فتستخدم كمادة قابضة، ومادة مُطرية، ومُضادة للحُمى، وفي علاج الربو، وإنقاص الوزن، والتقليل من جير الأسنان. وتُستخدم أوراق شجرة السنط العربي في مُحاربة السرطان، ومُضادة لتكوّن الطفريات، ومُضادة للبكتيريا والميكروبات، ومادة قابضة، كما تُستخدم الأوراق الطازجة في علاج الإسهال، حيث وُجد أنّ هذه الأوراق ذات فعالية عالية في علاج الإسهال، كما أنّها تُستخدم كمنشط جنسي، وكضاد للقرحات، ومُضادة للالتهابات، وفي علاج مرض الزهايمر، وتعتبر الأوراق الطازجة والقرون علاجاً فعالاً لمرض السكري. وتُستخدم جذور شجرة السنط العربي في علاج السرطان والأورام في كل من العينين والأذنين والخصيتين، وفي علاج مرض السل، وتصلب الكبد والطحال.



بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين

المشهور بفوائده العديدة، وفي هذا المقال سنتعرف على الفوائد الصحية والعلاجية لشجرة السنط العربي. فقرونها تستخدم لخفض ضغط الدم المرتفع، ومُضادة للتقلصات، وعلاج الإسهال، ومادة قابضة، وكخافضة للخصوبة، ومُضادة لتجمّع الصفائح الدموية، وفي مُحاربة إنزيم البروتيز HIV-1 Protease اللازم لاستمرار حياة فيروس نقص المناعة البشري. وتُستخدم بذور شجرة السنط العربي كمادة مُحفزة للتقلصات، ومُضادة للتفيليات التي يُمكن أن تُسبب الملاريا. ويستخدم لحائها كمُضاد بكتيري، ومُضاد للأكسدة، ومُضاد لتكوّن الطفريات، وقاتل للخلايا، ومادة مُطرية، ومُدّر للبول، وطارد للبلغم، ومُنشط جنسي، ومقيئ، ومُعَدِّ، وفي حالات النزيف، وتقرّحات الجروح، والجذام، والبهاق،



## اعرف أهمية نقط فيتامين د للأطفال من عمر يوم حتى السنوات الأولى

فقد يتسبب ذلك في العديد من المشكلات الصحية مثل ضعف العظام والكساح عند الأطفال وهشاشة العظام عند البالغين. كما يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بالأمراض المزمنة مثل اضطرابات القلب والأوعية الدموية وأمراض المناعة الذاتية. تعتبر مستويات فيتامين د الكافية مهمة بشكل خاص للرضع وكبار السن وأولئك الذين يتعرضون لأشعة الشمس بشكل محدود. سبب أهمية قطرات فيتامين د للأطفال من سن يوم وحتى الأعمار الأولى

العامّة، وخاصة في نمو العظام ووظيفة المناعة، كما أنه يساعد الجسم على امتصاص الكالسيوم وهو أمر مهم لبناء والحفاظ على عظام وأسنان قوية، على عكس الفيتامينات الأخرى، يمكن للجسم إنتاج فيتامين د عندما يتعرض الجلد لأشعة الشمس، ومن ثم يُعرف أيضًا باسم "فيتامين أشعة الشمس". يمكنك أيضًا الحصول على فيتامين د من الأطعمة مثل الأسماك الدهنية وصفار البيض أو من خلال المكملات الغذائية. عندما تعاني من نقص فيتامين د،

يحتاج الأطفال حديثي الولادة والرضع إلى فيتامين د يوميًا، نظرًا لأنهم لا يأكلون الكثير من الأطعمة التي تحتوي على نسبة عالية من فيتامين د ولا يتعرضون لأشعة الشمس الزائدة، فقد يتسبب ذلك في نقص الفيتامين ما قد يؤثر في النهاية على صحتهم على المدى الطويل، لذلك، يجب إعطاؤهم فيتامين د الذي سيمنع نقص فيتامين د، في هذا التقرير نتعرف على سبب أهمية فيتامين د للأطفال، بحسب موقع "تايمز ناو". فيتامين د هو عنصر غذائي مهم يلعب دورًا مهمًا في إدارة صحتك

تابع ص ٨

## اعرف فوائد الشمر لصحتك.. يساعد على النوم ويعالج مشاكل الهضم



رائحة النفس. ٦. يمكن أن يساعد في الهضم ارتبط الشمر بفوائد صحية للجهاز الهضمي، للمساعدة في تخفيف الانتفاخ واضطرابات المعدة وانتفاخ البطن المفرط واضطرابات الجهاز الهضمي الأخرى. يمكن أن يساعد تناول الشمر دافئًا في تهدئة جهازك الهضمي، ويمكن أن يساعدك أيضًا على الاسترخاء بشكل عام، مما يساعد عادةً في تحسين مشاكل الجهاز الهضمي. ٧. علاج الإمساك يمكن أن يحدث الإمساك بسبب الجفاف والتوتر، من بين أمور أخرى. نظرًا لأن الشمر يدعم صحة الجهاز الهضمي الجيد، ويساعدك على الاسترخاء وهو مصدر رائع للتطبيق، فقد يساعدك في معالجة الإمساك. ٨. يزيد من مستويات مضادات الأكسدة الشمر غني بمجموعة من مضادات الأكسدة تسمى الفلافونويد، والتي تساهم في مقاومة الإجهاد التأكسدي الناتج عن الجذور الحرة. ٩. الحفاظ على ترطيب الجسم أمر أساسي للصحة العامة، ويمكن أن يساعدك تناول كوب أو كوبين من الشمر يوميًا في الوصول إلى أهداف الترطيب.

يعتبر الشمر من المشروبات العشبية التي يحبها الكثيرون، ويتم إعداد مشروب الشمر عن طريق تجفيف بذور نبات الشمر وغليها في الماء الساخن وغالبًا ما يتم تناوله بعد الوجبات لدوره في تهدئة المعدة، في هذا التقرير نتعرف على فوائد الشمر، بحسب موقع "hollbarrett". فوائد الشمر لصحتك ١. محاربة الالتهابات تم استخدام الشمر كعلاج عشبي للمساعدة في علاج العديد من أنواع الالتهابات، بما في ذلك الحالات البكتيرية والفطرية والفيروسية وتظهر العديد من الدراسات التأثير المحتمل الذي قد تحدثه هذه العشبة على العدوى. ٢. زيادة إنتاج حليب الثدي أحد أكثر استخدامات الشمر شيوعًا هو مساعدة الأمهات المرضعات على زيادة كمية وجودة وتدفق حليب الثدي، والمواد التي تفعل ذلك تسمى مُدرّات اللبن.

## احذر من تناول زيت الزيتون يوميًا.. آثار جانبية خطيرة وطرق سهلة للحد منها



الكثير من زيت الزيتون يمكن أن يكون له آثار ضارة على كيفية استقلاب جسمك للدهون. قال الخبراء أن زيت الزيتون قد لا يكون جيدًا لصحة قلبك كما تعتقد تتضمن بعض الجوانب السلبية: مشاكل القلب إن استخدام الكثير من زيت الزيتون بانتظام ليس جيدًا لصحتك، وبحسب خبراء التغذية فإن معظم ماركات زيت الزيتون المتوفرة في السوق اليوم إما مكررة أو مهدرجة جزئيًا تحت ضغط عالٍ وحرارة، مما يغير البنية الجزيئية للحمض ويقلل من كميات أحماض أوميغا ٣ الدهنية الموجودة في ثمار الزيتون. إن تضمين الكثير من زيت الزيتون في نظامك الغذائي يقلل من مستويات الكوليسترول الجيد في جسمك ويرفع الكوليسترول السيئ في نفس الوقت. قد يؤدي هذا الارتفاع في الكوليسترول إلى زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب على المدى الطويل. انخفاض كبير في ضغط الدم

يحتوي زيت الزيتون على عناصر غذائية صحية تعتنى بجسمك، لكن الإفراط في تناوله بشكل يومي قد يؤدي إلى آثار جانبية مختلفة، في هذا التقرير نتعرف على الآثار الضارة لتناول زيت الزيتون يوميًا وطرق التخفيف منها، بحسب موقع "تايمز ناو". الآثار الجانبية الخطيرة لتناول زيت الزيتون يوميًا قال الخبراء إن معظم ماركات زيت الزيتون إما مكررة أو مهدرجة جزئيًا تحت ضغط وحرارة مرتفعين، مما يغير البنية الجزيئية للزيت. ويعد زيت الزيتون من بين أكثر الزيوت صحة حيث يتميز

تابع ص ١٠

## عرض لوحة أرتيميسيا جنتيلسكي لأول مرة منذ ٤٠٠ عام في متحف تكساس

التي توثق مكان وجودها حتى عام ٢٠٠١، وهو العام الذي ظهرت فيه اللوحة في مزاد علني في تاجان. وقال المتحف إن أحد جامعي التحف لم يذكر اسمه اشترى العمل، ثم سلمه إلى آدم ويليامز للفنون الجميلة، وهي صالة عرض في نيويورك باعت اللوحة للمتحف هذا العام.

ولم يعلن متحف كيمبل للفنون عن القيمة المالية للوحة "التائبة مريم المجدلية"، ويبلغ الرقم القياسي للمزاد الذي حققته جنتيلسكي في عام ٢٠١٩، ٥,٣ مليون دولار.

**وبعد وفاة دوق ألكالا عام ١٦٣٧، انتقلت اللوحة إلى ورثته، ثم اختفت اللوحة عن الأنظار، وفقاً للمتحف.**

في إشبيلية، حيث اكتسبت شهرة واسعة، وفقاً لمتحف كيمبل للفنون. وبعد وفاة دوق ألكالا عام ١٦٣٧، انتقلت اللوحة إلى ورثته، ثم اختفت اللوحة عن الأنظار، وفقاً للمتحف، ولم يتبق سوى القليل من الوثائق

فإنها تعتبر اليوم واحدة من أبرز فناني عصر الباروك، ويرجع الفضل في ذلك إلى حد كبير إلى الدراسات التي قدمتها ناشطات نسويات مثل ليندا نوكلين وماري جارارد، وقد أشاد النقاد على نطاق واسع بمعرض استعادي لأعمال جنتيلسكي أقيم مؤخراً في المعرض الوطني بلندن.

وباستعانتها بفنانين مثل كارافاجيو، رسمت جنتيلسكي أعمالاً درامية مركبة مثل هذه، وقد اشترى هذه اللوحة فرناندو إنريكي أغان دي ريبيرا، الدوق الثالث لألكالا ونائب الملك في نابولي، وعرضها في منزله



الذي لم يكن موجوداً دائماً في لوحات معاصريها.

ورغم أن شهرة جنتيلسكي كانت أقل لسنوات من شهرة الرسامين الذكور في إيطاليا في القرن السابع عشر،

تحتوي على هذه الشخصية. وقد حظيت أعمال جنتيلسكي بتقدير مؤرخي الفن بسبب الطريقة التي قدمت بها لشخصياتها النسائية شكلاً من أشكال العمق الداخلي

استحوذ متحف كيمبل للفنون في فورت وورث بولاية تكساس، على لوحة للرسامة أرتيميسيا جنتيلسكي كانت مملوكة لهواة جمع التحف منذ ما يقرب من ٤٠٠ عام، وسوف تكون هذه هي المرة الأولى التي يتم فيها عرض اللوحة علناً منذ القرن السابع عشر، وفقاً لما نشره موقع "artnews".

اللوحة التي تحمل عنوان مريم المجدلية التائبة (١٦٢٥-١٦٢٦) تركز على شخصية أثنوية من الكتاب المقدس، ما يجعلها واحدة من العديد من لوحات جنتيلسكي التي

## بدء أعمال ترميم تمثال أبو الهول بالحديقة المتحفية بمنطقة آثار ميت رهينة

الزمن، مؤكداً على أن أعمال الترميم ستشمل تثبيت ما تم من أعمال ترميم سابقة خلال تسعينات القرن الماضي للأنف والقدم والتي تساقطت عدة مرات بفعل الزمن وعوامل التعرية.

ويعد هذا التمثال هو ثاني أكبر تماثيل لأبو الهول ضخامة بعد تمثال منطقة أهرامات الجيزة، وقد عثر عليه عالم الآثار البريطاني "فلندرز بيري" أثناء أعمال الحفائر بحرم معبد بتاح بالمنطقة الجنوبية الشرقية لمنطقة ميت رهينة، وهو مصنوع من الألباستر من عصر الأسرة ١٨، ثم أعيد استخدامه في عصر الرعامسة.



وأوضح د. محمد إسماعيل خالد الأمين العام للمجلس الأعلى للآثار، أن أعمال ترميم التمثال جاءت ضمن أعمال الترميم الدورية التي تتم لجمع القطع الأثرية المعرضة بالحديقة المتحفية للمنطقة بما يساهم في الحفاظ عليها من عوامل

في إطار دورها في الحفاظ على تراث مصر الحضاري والثقافي، بدأت وزارة السياحة والآثار ممثلة في المجلس الأعلى للآثار في أعمال الترميم الدورية لتمثال أبو الهول المعرض بالحديقة المتحفية بمنطقة آثار ميت رهينة.

## صدر الترجمة العربية لـ "عن بلاغة العامية" لدانتي أليجييري عن بيت الحكمة

اللغات الطبيعية الحيّة المنطوقة على اللاتينية في الكتابة، وهو ادعاء أقل ما يوصف به أنه ثوري وغير مسوق في عصره. رابعاً: لجمعه عناصر من مجالات مختلفة مثل الفكر اللغوي، والتاريخ، والجغرافيا، والفلسفة، وتفسير النصوص الدينية، والنظرية السياسية، جنباً إلى جنب مع الممارسة الشعرية والملاحظة الاجتماعية الواقعية في تكامل ثقافي مُدهش.

عن مينا ناجي: كاتب ومترجم مصري. يعمل بشكل حُرّ مجال الترجمة والصحافة الثقافية. ترجم كتاب "ضد الابتزاز المزدوج" (٢٠٢٢)، وهو مقالات فكرية-سياسية للفيلسوف سلافوي جيجك عن أزمة اللاجئين والإرهاب، وقد حاز على جائزة الدولة التشجيعية في الترجمة.



تنظيري ونقدي، على الرغم من وجود شعر "عامي" سابق عليه. ثانياً: لأن دانتي تعامل فيه مع اللغة كنظام من العلامات، حيث هناك تواضع على صوت أو رسم يُمثل بناءً عقلياً معيناً، في استشراف لعلم العلامات "السيمولوجيا" الذي سيظهر في القرن العشرين على يد عالم اللغويات الفرنسي فرديناند دي سوسير. ثالثاً: لأن دانتي يطرح تفوق

يصدر قريباً عن بيت الحكمة للثقافة كتاب "عن بلاغة العامية" لدانتي أليجييري، ترجمة وتقديم مينا ناجي. يُعد هذا الكتاب الذي يُرجم لدانتي إلى العربية للمرة الأولى، تطوراً للنقد الأدبي غير مسبق في عصره؛ أولاً، لأنه يتناول موضوعاً شائكاً وحيوياً، هو الكتابة الأدبية -وبالتالي الكتابة عمومًا- بالعامية، الموضوع الذي لم يُطرح للنقاش من قبل بشكل

## اعرف أهمية نقط فيتامين د للأطفال من عمر يوم حتى السنوات الأولى

المكملات بالقطرات مهمة لمنع هذه الحالة، وخاصة عند الأطفال الذين يرضعون رضاعة طبيعية حصرية.

نقص فيتامين د في حليب الثدي يساهم في نقص فيتامين د في حليب الثدي المغذي للغاية، ومع ذلك، فإنه لا يحتوي على ما يكفي من فيتامين د لتلبية متطلبات الرضيع.

قد يحتاج الأطفال الذين يتغذون على الحليب الصناعي أيضاً إلى المكملات الغذائية إذا كان تناولهم للحليب الصناعي لا يفي بالكمية اليومية الموصى بها، خاصة خلال الأشهر القليلة الأولى.

الدماغ ووظيفته، وبالتالي، يؤثر على الحالة المزاجية والمهارات المعرفية والصحة العقلية بشكل عام. عندما يكون لديك مستويات كافية أثناء الرضاعة، يمكن أن يساعد في تطور الدماغ الأمثل وتقليل خطر تأخر النمو.

الوقاية من الكساح هو حالة عظمية خطيرة يمكن أن تسبب الألم وتأخر النمو وتشوهات العظام. نظراً لأن الرضع يتعرضون لأشعة الشمس بشكل محدود ولا يمكنهم الحصول على ما يكفي من فيتامين د من خلال حليب الثدي وحده، فإن

تموهم وتنمية المهارات الحركية مثل الزحف والجلوس والمشي. يساعد فيتامين د الكافي في ضمان قوة العضلات والتنسيق.

الوقاية من المشاكل الصحية طويلة الأمد عندما يكون لديك فيتامين د الكافي أثناء الرضاعة، فإنه يساعد على تقليل خطر إصابتك بأمراض مزمنة في وقت لاحق من الحياة مثل هشاشة العظام ومرض السكري من النوع الأول وبعض أمراض المناعة الذاتية. تطور الدماغ تشير الأبحاث إلى أن فيتامين د يلعب دوراً مهماً في تطور



من قدرة الجلد على إنتاج فيتامين د بشكل طبيعي مما يجعل المكملات الغذائية مهمة. يساعد في وظائف العضلات ويساعد فيتامين د أيضاً في وظائف العضلات الصحية وهو أمر مهم للأطفال أثناء

التعرض المحدود لأشعة الشمس غالباً ما يتم إبعاد الأطفال الذين تقل أعمارهم عن ١٢ شهراً عن أشعة الشمس المباشرة لحماية بشرتهم الحساسة من الأشعة فوق البنفسجية الضارة. وهذا يقلل

تتمه ص ٧

تطور العظام فيتامين د ضروري لامتصاص الكالسيوم وهو أمر ضروري للتطور الصحي للعظام والأسنان عند الرضع. بدون فيتامين د الكافي، يكون الأطفال معرضين لخطر الإصابة بالكساح وتأخر النمو. يعزز جهاز المناعة

يلعب فيتامين د دوراً مهماً في دعم جهاز المناعة، وبالتالي حماية الأطفال من العدوى والأمراض. الأطفال الذين لديهم مستويات كافية من فيتامين د أقل عرضة للإصابة بالتهابات الجهاز التنفسي.





## واتساب قد يتيح في الدردشة إجراء مكالمات وإرسال رسائل إلى تطبيقات أخرى

هو سبب حدوث قابلية التشغيل البيني لتطبيق واتساب. لقد تحدثت ميتا أيضًا عن جلب مكالمات الفيديو إلى هذه الميزة ولكن سيتم ذلك في عام ٢٠٢٧، إذًا، كيف سيعمل دعم رسائل واتساب التابعة لجهة خارجية؟ تقول ميتا إنها ستخبر المستخدمين عندما يكون الخيار متاحًا ثم تسمح لهم بتحديد التطبيقات التي يريدون إرسال الدردشات إليها أو استقبالها. سيكون لديك أيضًا القدرة على الحصول على هذه الدردشات في نفس موجز واتساب أو التحقق منها في صندوق بريد منفصل.

سيقدم تطبيق واتساب ميزة قابلة للتشغيل البيني والتي ستتيح لك إرسال الدردشات إلى الأشخاص الذين يستخدمون تطبيقات المراسلة الأخرى.

(DMA) للاتحاد الأوروبي (EU) الذي طارد بالفعل Apple و Google والمزيد من العلامات التجارية التقنية، حيث يهدف الحكم بشكل أساسي إلى منع شركات مثل ميتا من إعطاء الأولوية لمنتجاتها الخاصة، وهذا



ويتم إجراء هذه التغييرات بواسطة ميتا حيث تتطلع إلى الامتثال لقانون الأسواق الرقمية

وسيكون لديك في النهاية القدرة على الاتصال بهم (الفيديو أو تطبيقات المراسلة الأخرى، الصوت).

ستتيح لك إرسال الدردشات إلى الأشخاص الذين يستخدمون تطبيقات المراسلة الأخرى،

تستعد واتساب المنصة المملوكة لشركة ميتا لواحد من أكبر التغييرات في تاريخها، وهي السماح لمستخدميه قريبًا بالدردشة أو حتى إجراء مكالمات مع أولئك الذين يستخدمون تطبيقات أخرى، حيث ستكون إمكانية التشغيل التفاعلي لجهات خارجية متاحة لمستخدمي واتساب حيث تتطلع إلى الامتثال للقواعد في مناطق محددة. محادثات WhatsApp مع التطبيقات الأخرى - كيف ستعمل ومتى سيقدم تطبيق واتساب ميزة قابلة للتشغيل البيني والتي



## لعشاق الجيمز. 4 ألعاب بديلة للعبة بابجي يمكنك تجربتها على موبايلك

يمكنك اختيار شخصيات ذات قدرات خاصة تُعرف باسم "ليجنرز"، وكل شخصية لها مهارات فريدة يمكن أن تكون حاسمة في المعارك. اللعبة تتميز بسرعة الأحداث والتكتيك العالي، مما يجعلها خيارًا ممتازًا لمحبي التحديات الاستراتيجية. ٤. جارينا فري فاير (Garena Free Fire) فري فاير هي لعبة باتل رويال مخصصة بشكل كبير للأجهزة المحمولة، وتعتبر خيارًا مناسبًا للأشخاص الذين يبحثون عن تجربة مشابهة لبابجي ولكن بمواصفات أقل. تتميز اللعبة بجولات سريعة لا تستغرق أكثر من ١٠ دقائق، وتدعم ما يصل إلى ٥٠ لاعبًا في المعركة. كما أن التحكم السهل والرسومات الجيدة تجعلها خيارًا شائعًا بين اللاعبين في جميع أنحاء العالم.

جديدة تضم فعاليات وأزياء وأسلحة مميزة. ٢. كول أوف ديوتي: وورزون (Call of Duty: Warzone) وورزون تقدم تجربة باتل رويال من عالم كول أوف ديوتي الشهير. تتميز برسومات واقعية وأسلوب لعب سريع، مع إضافة ميكانيكا جديدة مثل إعادة الدخول إلى المعركة عبر "غولاج" وفرصة العودة مرة أخرى بعد الموت. اللعبة تحتوي على أسلحة ومعدات متنوعة ويمكن لعبها مع الأصدقاء في فرق، وهي مناسبة لمن يحب الألعاب التي تجمع بين الاستراتيجية والأكشن. ٣. أبيكس ليجنرز (Apex Legends) أبيكس ليجنرز تقدم نمطًا مختلفًا في ألعاب الباتل رويال، حيث تركز على اللعب الجماعي والتعاون بين الفريق.

تعد لعبة بابجي (PUBG) واحدة من أشهر الألعاب الإلكترونية حول العالم، لكنها ليست الخيار الوحيد لمحبي ألعاب الباتل رويال والتحديات الجماعية، إذا كنت تبحث عن تجربة جديدة أو بديلة، إليك ٤ ألعاب يمكن أن تكون بديلًا رائعًا لبابجي: ١. فورتنيت (Fortnite) تعتبر فورتنيت واحدة من أبرز المنافسين للعبة بابجي، وهي تتميز بنمط الباتل رويال، ولكنها تضيف عناصر البناء التي تجعل منها تجربة فريدة. يمكنك بناء الهياكل والدفاعات أثناء المعارك، بالإضافة إلى الرسومات الكرتونية المميزة التي تجعل اللعبة ممتعة ومختلفة عن الألعاب الأخرى في نفس الفئة. كما أن فورتنيت تقدم تحديثات متكررة ومواسم

## تليجرام يتيح تعديل المحادثات الخاصة بعد اعتقال الرئيس التنفيذي

أقر دوروف بالتحدي المتمثل في موازنة الخصوصية والأمان، وذكر أن تليجرام تسعى جاهدة لمواءمة ممارساتها مع القوانين المحلية والدولية مع الحفاظ على نهج عالمي متسق، وقد خرج تليجرام من الأسواق سابقًا عندما تعارضت مبادئه مع اللوائح المحلية، كما هو الحال في روسيا وإيران. الجهود الجارية والشفافية اعترف "دوروف" بأن تليجرام ليس مثاليًا لكنه أكد أن المنصة تدير المحتوى الضار بنشاط وتتعاون مع المنظمات غير الحكومية لمعالجة الطلبات العاجلة، وتنتشر المنصة تقارير الشفافية وتلتزم بتحسين ممارساتها في الإشراف. واختتم دوروف حديثه بمعالجة المخاوف بشأن النمو السريع لتليجرام، قائلاً: "تسببت الزيادة المفاجئة في عدد مستخدمي تليجرام إلى ٩٥٠ مليونًا في حدوث مشاكل متزايدة جعلت من السهل على المجرمين إساءة استخدام منصتنا". وأكد للمستخدمين أن الجهود جارية لتحسين المنصة وسوف يقدم تحديثات حول التقدم قريبًا.

بيان "دوروف" العام انتقد "دوروف" في أول بيان له منذ اعتقاله، الإجراء القانوني ضده باعتباره "نهجًا مضللًا" لاستخدام قوانين عفا عليها الزمن ضد الرئيس التنفيذي لجرائم الطرف الثالث، بحجة أن الإجراء القانوني يجب أن يستهدف الخدمة، وليس إدارتها. النقاط الرئيسية من بيان "دوروف": شارك "دوروف" عدة نقاط رئيسية على قناته على تليجرام ١- لدى تليجرام ممثل رسمي في الاتحاد الأوروبي يتعامل مع طلبات إنفاذ القانون، ومعلومات الاتصال هذه متاحة للجمهور. ٢- كان لدى السلطات الفرنسية طرق متعددة للاتصال به، بما في ذلك زيارته المتكررة للقطعة الفرنسية في دبي والتعاون السابق في إنشاء خط ساخن للتهديدات الإرهابية في فرنسا. ٣- زعم أن الإجراءات القانونية يجب أن تستهدف الخدمة نفسها وليس الرئيس التنفيذي، مشيرًا إلى أن مثل هذا النهج يمكن أن يخفق الابتكار التكنولوجي. الموازنة بين الخصوصية والأمان

قامت تليجرام بتحديث سياستها بهدوء، حيث تسمح الآن للمستخدمين بالإبلاغ عن المحادثات الخاصة للمشرفين، ويأتي هذا التغيير بعد اعتقال مؤسس تليجرام "بافل دوروف" مؤخرًا في فرنسا. السياسة السابقة والميزات الجديدة ووفقًا لـ "The Verge"، ذكرت الأسئلة الشائعة السابقة في تليجرام أن المحادثات الخاصة محمية من طلبات التعديل، مؤكدة: "جميع محادثات تليجرام والمحادثات الجماعية خاصة بين المشاركين فيها. نحن لا نعالج أي طلبات تتعلق بها". تحديث السياسة الآن، وتشير صفحة الأسئلة الشائعة الجديدة إلى أن "جميع تطبيقات تليجرام تحتوي على أزرار "إبلاغ" تتيح لك الإبلاغ عن المحتوى غير القانوني للمشرفين لدينا في بضع نقرات فقط"، ويمكن للمستخدمين الآن الإبلاغ عن الرسائل مباشرة باستخدام هذه الأزرار. ولا يزال من غير الواضح كيف يؤثر تحديث السياسة هذا على تعاون تليجرام مع وكالات إنفاذ القانون.

## تجديد حبس ٣ متهمين بغسل ٥٠ مليون جنيه حصيلة تجارتهم بالمخدرات

وألقي القبض علي ٣ أشخاص قاموا بالاتجار وترويج المواد المخدرة ، وترجمهم وجمعهم مبالغ مالية كبيرة ومحاولة غسل تلك الأموال المتحصلة من نشاطهم الإجرامي عن طريق قيامهم (بتأسيس الأنشطة التجارية وشراء السيارات) ، بقصد إخفاء مصدرها وإصباغها بالصبغة الشرعية ، وإظهارها وكأنها ناتجة عن كيانات مشروعة، حيث قدرت أعمال الغسل بمبلغ (٥٠ مليون جنيه تقريباً) تم اتخاذ الإجراءات القانونية.

من جراء ذلك، ولجأوا لغسل تلك الأموال حصيلة أنشطتهم الإجرامية المشار إليها. واستخدم المتهمون عدة أساليب لإخفاء أنشطتهم غير المشروعة من بينها شراء أراضي - عقارات - مكاتب سيارات - شركات - مطاعم وكافتريات، وأجروا العديد من الإيداعات النقدية وبشيكات بمبالغ كبيرة وبصفة متكررة، دون وضوح العلاقة أو طبيعة نشاط أي منهم، حيث قدرت تلك الممتلكات بحوالي ٥٠ مليون جنيه.

واستخدم المتهمون عدة أساليب لإخفاء أنشطتهم غير المشروعة من بينها شراء - عقارات - مكاتب سيارات - شركات - مطاعم وكافتريات

تبين أن المتهمين استخدموا أنشطتهم الإجرامية في مجال الاتجار بالمواد المخدرة، لتحقيق الربح غير المشروع وغسل الأموال، واشتركوا في الاتجار بالمواد المخدرة وترجموا وجمعوا مبالغ مالية كبيرة



جددت الجهات المختصة، قرابة ٥٠ مليون جنيه حصيلة حبس ٣ متهمين بتكوين أعمال غير مشروعة خلف تشكيل عصابي منظم قام بغسل أنشطة مشروعة وعدة مجالات

## إصابة ١٩ شخصاً في تصادم ميكروباص وسيارة نقل بطريق رأس غارب

بين سيارتين ميني باص وأخرى نقل بطريق رأس غارب شمال البحر الأحمر، على الفور تم الدفع بعدد ١٥ سيارة إسعاف إلى موقع الحادث.

وتبين إصابة ١٧ شخصاً من جنسيات مختلفة بالإضافة إلى مصريين، وتم نقلهم إلى مستشفى رأس غارب المركزي لتلقي العلاج والاسعافات الأولية اللازمة، وتم تحرير المحضر اللازم بالواقعة واخطرت الأجهزة المختصة لمباشرة التحقيقات وبيان سبب وقوع الحادث.



أصيب ١٩ شخصاً صباح اليوم الثلاثاء، في حادث تصادم سيارة ميني باص بأخرى نقل، بطريق رأس غارب شمال البحر الأحمر. كان ورد إخطاراً من غرفة عمليات النجدة يفيد بوقوع حادث تصادم

## مصرع شخص وإصابة ٥ آخرين في حادث تصادم سيارتين بالقرب من كوبري إدفو في أسوان

ربح نقل وأخرى أجرة، مما أسفر عن مصرع شخص يدعى حمدي حجاج حسن ٢٦ سنة، وأصيب ٥ آخرين، تحديداً أعلى كوبري إدفو التابع لدائرة المركز.

وتم الدفع بسيارات الإسعاف تحت إشراف الدكتور مصطفى أبو المجد مدير عام الطب الوقائي بمديرية الشؤون الصحية بأسوان، لنقل المصابين إلى مستشفى إدفو العام لتلقي العلاج اللازم وإجراء الفحوصات الطبية اللازمة لهم، فيما تم نقل الجثة إلى مشرحة إدفو وتحرر المحضر اللازم بالواقعة وأخطرت جهات التحقيق لتبشر تحقيقاتها.



لقى شخص مصره وأصيب ٥ آخرين، في حادث تصادم وقع مساء الاثنين بين سيارة ربح نقل وسيارة أجرة، بالقرب من كوبري إدفو شمال أسوان، تم نقل الجثة إلى مشرحة إدفو والمصابين إلى مستشفى إدفو العام لتلقي الرعاية الطبية اللازمة. تلقى اللواء محمد أبو الليل مدير أمن أسوان، إخطاراً من العميد مأمور مركز شرطة إدفو شمال محافظة أسوان، إخطاراً يفيد بوقوع حادث تصادم بين سيارة

## احذر من تناول زيت الزيتون يومياً.. آثار جانبية خطيرة وطرق سهلة للحد منها

تتمه ص ٧

- التركيز على جودة الزيت عند الشراء والتأكد من أنه غير مكرر.  
- كن دائماً على دراية بالحساسيات الفردية، على الرغم من أن زيت الزيتون يتحملة معظم الناس جيداً.  
- استخدمي دائماً الزيت بكميات صغيرة لتجنب تناول السعرات الحرارية الزائدة.  
- تأكدي من رش بضع قطرات من زيت الزيتون على السلطات أو استخدامه لقلي الخضراوات للحصول على أقصى استفادة من فوائده الصحية وتجنب المضاعفات.

إطلاق البولي سكاريد الدهني من أمعائك إلى مجرى الدم. في حالة الإفراط، فإن ارتفاع عدد البولي سكاريد الدهني في مجرى الدم يجعل خلايا المناعة لديك تسبب المزيد من الالتهابات في الجسم.  
يقول الخبراء أيضاً أن زيت الزيتون يرفع مستويات علامات مثل السيستوكينات الالتهابية المرتبطة بالالتهاب المزمن.  
كيف تقلل من الآثار السلبية لزيت الزيتون؟  
بصرف النظر عن تضمين كمية معتدلة من زيت الزيتون في نظامك الغذائي اليومي، يمكنك:

يحتوي زيت الزيتون على نسبة عالية للغاية من السعرات الحرارية - ١٢٠ سعرة حرارية لكل ملعقة كبيرة (١٥ مل) ووفقاً للخبراء، فإن استهلاكه سعرات حرارية أكثر مما تحرقه يؤدي إلى زيادة الوزن. تقول الدراسات أيضاً أن زيادة تناول الأحماض الدهنية الأحادية غير المشبعة يزيد من وزن الجسم، مما يشير إلى أن زيت الزيتون قد يساهم في زيادة الوزن إذا تم استهلاكه بكميات زائدة.  
زيادة الالتهاب  
يحتوي زيت الزيتون على حمض الأوليك - الذي يسرع من



يقول الأطباء إذا كنت تستخدم زيت الزيتون على بشرتك، ضع طبقة رقيقة فقط على بشرتك حتى لا تجذب الغبار والحطام والدهون - وكلها تسبب حب الشباب والبثور.  
زيادة الوزن

على الرغم من أن زيت الزيتون مليء بفيتامين E ومضادات الأكسدة والدهون الصحية التي تحمي بشرتك وترطبها وتجدها، إلا أن الإفراط في تناوله يمكن أن يسد المسام ويؤدي إلى ظهور البثور.

وفقاً للأطباء، فإن الإفراط في تناول زيت الزيتون يمكن أن يؤدي أيضاً إلى انخفاض نسبة السكر في الدم إلى مستويات منخفضة بشكل خطير.  
يؤدي زيت الزيتون إلى زيادة مقاومة الأنسولين في الجسم، وبالتالي انخفاض مستويات الجلوكوز في الدم.  
إن الإفراط في تناول زيت الزيتون أمر سيء ويعرضك لخطر أكبر للإصابة بمضاعفات خطيرة مثل نقص السكر في الدم والتعرق والضعف.  
حب الشباب والبثور



## كاف يعلن نفاذ تذاكر السوبر الإفريقي خلال ٢٤ ساعة

يرز أهمية المباراة واهتمام الجماهير بها، حيث إنها تجمع بين عملاقي الكرة المصرية، مضيافاً أن المباراة سوف تشهد تنافساً شديداً بين اثنين من أنجح أندية كرة القدم في إفريقيا، في مواجهة تعدد الكثير من الإثارة.

وأضاف "كاف" في بيان: "تكتسب هذه النسخة من المنافسة مزيداً من الأهمية مع إطلاق الهوية البصرية الجديدة لكأس السوبر الإفريقي، من طرف كاف، مما يعكس تطور المنافسة وازدياد هيبتها.

١٩٩٤، التي توج بها الزمالك عقب فوزه ١-٠ على الأهلي بمدينة جوهانسبرج. ويرغب الأهلي، الذي يشارك في البطولة للمرة الـ ١٢، في الفوز باللقب للمرة التاسعة في تاريخه من أجل تعزيز رقمه القياسي كأكثر الفرق حصولاً على المسابقة.

أما الزمالك، الذي يلعب في المسابقة للمرة السادسة، فيحلم بحصد البطولة للمرة الخامسة وأوضح الموقع الإلكتروني الرسمي لكاف أن الطلب الكبير على التذاكر

النسخة الماضية للمرة الـ ١٢ والرابعة في النسخ الخمس الأخيرة، معززاً رقمه القياسي كأكثر الأندية حصداً للقب في تاريخ المسابقة.

في المقابل، يتواجد الزمالك في اللقاء، بعدما حصل على كأس الكونفيدريالية للمرة الثانية، بعدما سبق أن حصل عليها عام ٢٠١٩، ليصبح أول فريق مصر ينالها أكثر من مرة.

وستكون هذه المرة الثانية التي يلتقي فيها الفريقان بكأس السوبر، بعدما سبق أن لعبا في نسخة المسابقة عام



أعلن الاتحاد الإفريقي لكرة القدم "كاف"، اليوم الأربعاء، أنه تم بيع تذاكر مباراة كأس السوبر الإفريقي، بين الأهلي المصري والزمالك بالكامل، في أقل من ٢٤ ساعة من بدء عملية طرحها.

ويلتقي الأهلي مع الزمالك في مواجهة مصرية خالصة في ٢٧ سبتمبر الجاري على ملعب "المملكة أرينا" بالعاصمة السعودية الرياض.

ويشارك الأهلي في المباراة، عقب تتويجه بلقب دوري أبطال إفريقيا في



## إيهاب جلال.. مدرب توهج وسط مسيرة خالية من الألقاب

به لوصافة الدوري المصري في ٢٠١٧ ليتأهل الفريق لدوري أبطال أفريقيا للمرة الأولى والأخيرة في تاريخه. ورحل إيهاب جلال عن المقاصة اعتراضاً على سياسة إدارة النادي في التفريط بعدد كبير من نجوم الفريق بسبب العروض المالية المغربية، لكنه واصل مشواره مع التدريب محطات أخرى أكثر بريقاً حيث انتقل إلى تدريب إنبي ومنه انتقل لتدريب الزمالك وسط موسم ٢٠١٨/٢٠١٧ في خطوة تاريخية لكونه ليس من أبناء القلعة البيضاء.

ولكن تجربة إيهاب جلال مع الزمالك لم تستمر طويلاً بل رحل بعد ١٧ مباراة ليخوض أول تجربة له خارج مصر بالعمل مديراً فنياً لفريق أهلي طرابلس الليبي.



وبعد العودة إلى مصر، انتقل إيهاب جلال لتدريب فريقه السابق المصري البورسعيدي لمدة موسمين ثم عاد مجدداً إلى المقاصة في موسم ٢٠٢١/٢٠٢٠ وتركه في أواخر الموسم لينتقل ناديه السابق الإسماعيلي من الهبوط.

وفي صيف ٢٠٢١ بدأ إيهاب جلال مغامرة جديدة وقوية بقيادة فريق بيراميدز، أحد أقطاب الكرة المصرية خلال الأعوام الأخيرة، ولكنه رحل في مارس ٢٠٢٢ بسبب فرصة لا يمكن تفويتها بالانتقال ليكون مديراً فنياً لمنتخب مصر.

وسرعان ما رحل إيهاب جلال عن منتخب مصر، بعد ما يقرب من ٦٥ يوماً من قرار تعيينه، حيث خاض ثلاث مباريات، فاز خلالها بهدف على غينيا في التصفيات المؤهلة لكأس الأمم بينما خسر أمام إثيوبيا في الجولة الثانية قبل خسارة أكبر أمام كوريا الجنوبية بنتيجة ١/٤ في مباراة ودية.

وبعد رحيله عن منتخب مصر، عمل إيهاب جلال مديراً لفريق فاركو في ٨ مباريات فقط خلال موسم ٢٠٢٣/٢٠٢٢ قبل أن يقضي الموسم الماضي ٢٠٢٤/٢٠٢٣ بالكامل مع فريق الإسماعيلي وينجح في إنقاذه من شبح الهبوط للدرجة الثانية والتأهل لقبول نهائي كأس مصر لأول مرة منذ سنوات طويلة.

نادي المصري البورسعيدي والقناة قبل اعتزاله كرة القدم في عام ٢٠٠٤. وبعد الاعتزال عمل إيهاب جلال مديراً للكرة بنادي المصري البورسعيدي وكرر التجربة على مدار موسمين في نادي الإسماعيلي بين عامي ٢٠٠٨ و ٢٠١٠ قبل أن يكرس نفسه لمجال التدريب فقط.

وحقق إيهاب جلال لقباً واحداً في مسيرته مع كرة القدم عندما توج بلقب كأس مصر مع الإسماعيلي في عام ١٩٩٧ بعد الفوز بهدف على الأهلي في المباراة النهائية باستاد القاهرة.

أما مسيرته التدريبية، فقد خلت تماماً من الألقاب، لكن المدرب الراحل بدأ مشواره من الصفر بالعمل مع أندية مغمورة في الدرجات الأدنى حتى أثبت نفسه بجدارة ليصل للمحطة الأهم والمنصب الأكبر بعمله مديراً فنياً لمنتخب مصر، وتم تصنيفه كأفضل مدرب مصري في استفتاءات عديدة.

وتنقل جلال مدرباً بين أندية الحمام وكهرباء الإسماعيلية وكفر الشيخ، وكانت محطاته الأولى في الدوري المصري الممتاز في تدريب تليفونات بني سويف في موسم ٢٠١٢/٢٠١١ الذي لم يكتمل لنهايته بسبب أحداث ستاد بورسعيد التي راح ضحيتها ٧٢ مشجعا من جماهير الأهلي عقب مباراة المصري في الأول من فبراير ٢٠١٢.

وتوقف النشاط الرياضي في مصر لما يقرب من عام بعد هذه الكارثة، وعاد إيهاب جلال للأضواء مجدداً بعمله مديراً فنياً لفريق مصر المقاصة في صيف ٢٠١٤.

ووضعت تجربة المقاصة المدرب الراحل على طريق النجومية حيث قاد الفريق في ثلاثة مواسم، ووصل

## في مئوية صلاح والنني.. منتخب مصر يستعرض برعاية في بوتسوانا

نيانج في الدقيقة ٧٨. وبدأ حسام حسن المدير الفني لمنتخب مصر تنشيط الصفوف في آخر ربع ساعة بثلاثة تبديلات دفعة واحدة بإشراك محمد النني وأحمد نبيل كوكا وإبراهيم عادل مكان صلاح وتريزيغيه ومحمد حمدي، وبعدها شارك ناصر ماهر ومصطفى فتحي مكان حمدي فتحي وزيزو.

وقبل دقيقتين من انتهاء الوقت الأصلي أضع محمد النني فرصة لتسجيل هدف رابع بعدما سدد كرة من على حدود منطقة الجزاء في أجساد المدافعين، بينما أمسك محمد الشناوي بتسديدة جديدة من نيانج في الدقيقة الثانية من الوقت بدل الضائع وقبل أن يطلق الحكم صافرة النهاية توغل إبراهيم عادل كرة عرضية قابلها مصطفى فتحي بقدمه في الشباك، ليكافئ البديلان مدربهما حسام حسن.

محمد صلاح، وقضى الفراغ على أمل بوتسوانا بهدف ثان سجله تريزيغيه بعد تمريرة طويلة متقنة من رامي ربيعة، وكاد صلاح أن يضيف هدفاً ثالثاً في الدقيقة ٤٠ لكن فوكو حارس مرمى بوتسوانا أمسك بتسديدة نجم ليفربول. واصل منتخب مصر نشاطه الهجومي في الشوط الثاني، حيث أضع أسامة فيصل فرصة جديدة بعد مرور ثلاث دقائق بتسديدة عالية بعد عرضية من زيزو. وترجم صلاح التفوق المصري بهدف ثالث بعد كرة عرضية من الظهير الأيسر محمد حمدي، وبعدها سدد مروان عطية تسديدة قوية أمسكها الحارس البوتسواني.

ووسط حالة من الاسترخاء للاعبين المنتخب مصر، تجرأ منتخب بوتسوانا وأضع ثلاث فرص محققة لموهاتسيوا وسيكا نيانج وبوبوتيس، بينما تصدى محم الشناوي لتسديدة أخرى من سيكا

حقوق منتخب مصر فوزاً عريضاً على مضيفه بوتسوانا برعاية دون رد، اليوم الثلاثاء، ضمن منافسات الجولة الثانية بالمجموعة الثالثة للتصفيات المؤهلة لكأس أمم أفريقيا ٢٠٢٥ بالمغرب.

سجل محمود حسن تريزيغيه الهدفين الأول والثاني بالدقيقتين ٥ و ٢٩، وأضاف محمد صلاح الهدف الثالث في الدقيقة ٥٦، واختتم مصطفى فتحي الرباعية في الدقيقة ٩٤.

ورفع المنتخب المصري رصيده إلى ست نقاط في الصدارة محققاً العلامة الكاملة بينما تجمد رصيد بوتسوانا عند نقطة واحدة في المركز الرابع. باغت منتخب مصر منافسه بهجوم ضاغط منذ الدقائق الأولى أسفر عن هدف مبكر سجله تريزيغيه بعدما تابع تسديدة صلاح التي ارتدت من حارس مرمى بوتسوانا. وبعدها أضع أحمد سيد "زيزو" فرصة مؤكدة في الدقيقة ١٢ بعد عرضية من



## اللاعب رقم ١٥ .. صلاح يواصل كتابة التاريخ مع منتخب مصر



أصبح محمد صلاح، قائد منتخب مصر، اللاعب رقم ١٥ الذي يتخطى ١٠٠ مباراة مع الفراغة. وساهم محمد صلاح في فوز منتخبنا الوطني على بوتسوانا بنتيجة ٤-٠، ضمن مباريات الجولة الثانية من التصفيات المؤهلة لكأس الأمم الأفريقية.

وخاض محمد صلاح ١٠٢ مباراة مع منتخب مصر لكن لم يتم احتساب مواجهتين أمام سوازيلاند وزامبيا ضمن الأجددة الدولية.

وبات صلاح اللاعب رقم ١٥ في تاريخ مصر الذي يخوض ١٠٠ مباراة دولية أو أكثر مع المنتخب الوطني وتضم القائمة كلاً من:

- ٤- أحمد فتحي ١٣٥ مباراة دولية  
٥- إبراهيم حسن ١٣١ مباراة دولية  
٦- هاني رمزي ١٢٢ مباراة دولية  
٧- وائل جمعة ١١٤ مباراة دولية  
٨- عبد الظاهر السقا ١١٢ مباراة دولية  
٩- أحمد الكأس ١١٠ مباريات دولية  
١٠- ربيع ياسين ١٠٨ مباريات دولية  
١١- أحمد شوبير ١٠٧ مباريات دولية  
١٢- نادر السيد ١٠٤ مباريات دولية  
١٣- حسني عبد ربه ١٠٢ مباراة دولية  
١٤- محمد صلاح ١٠٠ مباراة دولية  
١٥- محمد أبو تريكة ١٠٠ مباراة دولية

- ١- أحمد حسن ١٨٤ مباراة دولية  
٢- حسام حسن ١٧٧ مباراة دولية  
٣- عصام الحضري ١٥٩ مباراة دولية



## ذهبية مصرية في افتتاح بطولة العالم للخماسي الحديث للشباب

فرج ويرأس بعثة المنتخب أنس بشر عضو مجلس الإدارة ورافقه شادي حفني ومحمود سند إداريين . ويقود المنتخب إيهاب سيد وعمرو سيد مديري فنيين، وأحمد خالد مساعد مدير فني رماية وأحمد يحيى مدير فني موانع وأمني حسن طبيب علاج طبيعي وإصابات ملاعب.

متفوقين على ثنائي تركيا أصحاب المركز الثاني برصيد ١٦٧٧ نقطة وثنائي ليتوانيا أصحاب المركز الثالث برصيد ١٦٧٦ نقطة. ويمثل مصر في البطولة اللاعبين أحمد أسامة عبد الحميد وعمر حسام وعلي إيهاب وساني رضوان واللاعبات فريدة أبو هاشم وريتا علاء وعاليا محمود ولي لي

حقق الثنائي أحمد عبد الحميد وعلي أبو الفتوح ذهبية التتابع شباب بمسئله مشوار منتخب مصر في بطولة العالم للخماسي الحديث للشباب تحت ١٧ عاما والتي تقام بالبرتغال في الفترة من ١٠ إلى ١٦ سبتمبر الجاري. وجمع الثنائي عبد الحميد وأبو الفتوح ١٦٨٧ نقطة ليحتل المركز الأول ويقتنصوا الذهبية الأولى لمصر

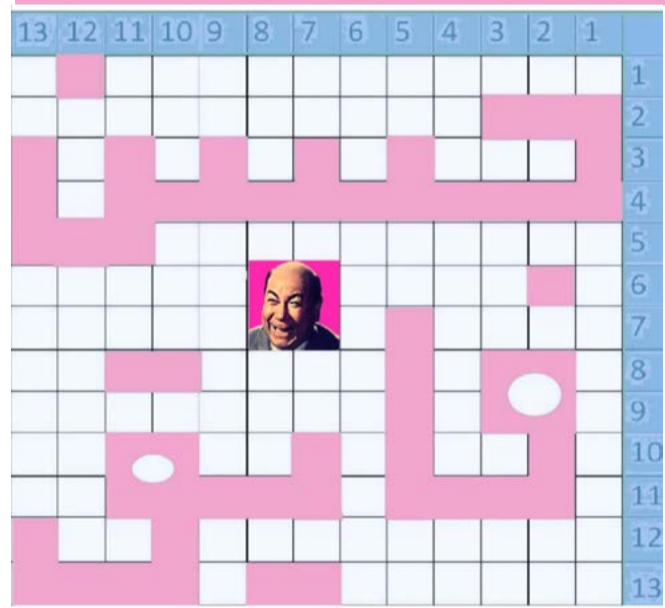
## بعثة الزمالك تغادر إلى كينيا لملاقاة الشرطة الكيني في الكونفدرالية

حراسة المرمى: محمد صبحي - محمد عواد - محمود الشناوي. خط الدفاع: عمر جابر - أحمد محمود - حمزة المثلوثي - حسام عبد المجيد - مصطفى الزناري - محمد عاطف. خط الوسط: نبيل عماد دونجا - زياد كمال - محمد شحاتة - محمد السيد - عبد الله السعيد - ناصر ماهر - أحمد عبد الرحيم - إيشو - أحمد مصطفى "زيزو" - مصطفى شلبي - محمود عبد الرازق "شيكابالا". خط الهجوم: سيف الجزيري - ناصر منسي - حسام أشرف - سامسون أكينويولا. جدير بالذكر أن لقاء العودة سيقام باستاد القاهرة الدولي مساء يوم ٢٠ سبتمبر الجاري.



غادرت القاهرة منذ قليل بعثة الفريق الأول لكرة القدم بنادي الزمالك متجهة إلى كينيا، استعداداً لخوض مباراة الشرطة الكيني، المقرر لها يوم السبت المقبل في ذهاب دور الـ٣٢ لبطولة كأس الكونفدرالية الأفريقية، والتي ستقام بالعاصمة الكينية والقاء كالتالي:

## الكلمات المتقاطعة.. "ذكرى رحيل الفنان القدير حسن فايق"



إعداد | سعيد شفيق  
أفقياً

- ١- فيلم لفريد شوقي وشريفة ماهر وحسن فايق  
٢- ..... الفاتنات فيلم لإسماعيل ياسين وحسن فايق  
٣- نقيض نهار  
٤- .....  
٥- مسرحية لفريد شوقي وحسن فايق (معكوسة)  
٦- عازب (مبعثرة) - الرقص على أنغام ال..... فيلم لنجوى فؤاد (معكوسة)  
٧- أهد - العيش و.....  
٨- أشد - للتفسير  
٩- فيلم لكارم محمود وتحية كاريوكا وحسن فايق  
١٠- أثنين بالإنجليزية - قادم (معكوسة) - نصف مبدأ  
١١- نقيض علن - فك (معكوسة)

- ١٢- فيلم لشادية وإسماعيل ياسين وحسن فايق - نصف غادة  
١٣- أغنية للمطربة أنغام رأسيًا  
١- فيلم لتحية كاريوكا وإسماعيل ياسين وحسن فايق (معكوسة)  
٢- من أجلي (معكوسة)  
٣- يحسب - للنفي  
٤- حرف أبجدي - العقل ..... فيلم لإسماعيل ياسين وحسن فايق (معكوسة) - نصف سادة (معكوسة)  
٥- نصف هايل - من الألقاب (معكوسة) - حرف نصب
- ٦- ..... المرأة مسرحية لحسن فايق وسميحة توفيق  
- ..... كده مسرحية لحسن فايق وإسماعيل ياسين (معكوسة)  
٧- أحد الوالدين - ..... في المزداد فيلم لشكري سرحان وكاريمان (معكوسة)  
٨- شهد (معكوسة) - عطف  
٩- نصف فايز - ..... الزفة  
١٠- ندق - وحل (مبعثرة)  
١١- متشابهان  
١٢- ربوة (معكوسة) - فيلم لأحمد مظهر وهند رستم وحسن فايق (معكوسة).

