

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
العدد الإجمالي رقم ١٤٠

مصر تلاتين

إخبارية إلكترونية مستقلة
نسخة مجانية

الخميس ٣٠ رجب ١٤٤٦ هـ | الموافق ٣٠ يناير ٢٠٢٥ م



رئيس مجلس الإدارة
محمد صلاح قطامش

أسسها/محمد صلاح قطامش ٢٠١٤

لآءات مصرية حاسمة من السيسي توصل الباب أمام مقترح ترامب بتهجير الفلسطينيين



منشود قائم على حل الدولتين - مصر حذرت في بداية الأزمة من أن يكون الهدف هو جعل الحياة في القطاع مستحيلا وتهجير الفلسطينيين بعد ذلك - هناك حقوق تاريخية لا يمكن تجاوزها، والرأي العام المصري والعربي والعالمي يرى أن هناك ظلماً تاريخياً وقع على الشعب الفلسطيني طوال 70 عاماً.

الموقف المصري التاريخي بشأن القضية الفلسطينية - لا تراجع عن الأسس الجوهرية التي يقوم عليها الموقف المصري - لا يمكن أبداً التساهل أو التسامح فيما يتردد عن تهجير الشعب الفلسطيني لتأثيره على الأمن القومي المصري - مصر عازمة على العمل مع الرئيس الأمريكي دونالد ترامب للوصول إلى سلام



ونسستعرض لكم في "الشروق" التصريحات الحاسمة للرئيس السيسي، في النقاط التالية:

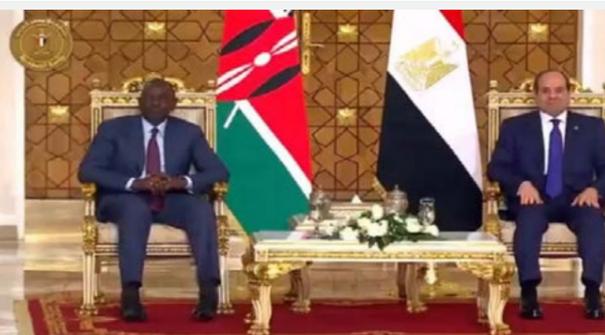
- لا لترحيل أو تهجير الشعب الفلسطيني.. هذا ظلم لا يمكن أن تشارك فيه مصر - لا يمكن التنازل عن ثوابت

تحدث الرئيس عبدالفتاح السيسي، بشكل حاسم اليوم الأربعاء، عن الموقف المصري الراض لتهجير الفلسطينيين خارج أراضيهم، وذلك بعد تصريحات الرئيس الأمريكي دونالد ترامب. جاء ذلك خلال مؤتمر صحفي مشترك مع نظيره الكيني ويليام روتو، بقصر الاتحادية، أكد فيه أن ترحيل أو تهجير الشعب الفلسطيني ظلم لا يمكن أن تشارك فيه مصر.

الرئيس السيسي يطمئن المواطنين: لا يمكن أبداً التساهل أو السماح بالمساس بالأمن القومي المصري

وطمأن الشعب المصري بأن الدولة عازمة على العمل مع الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، للتوصل إلى السلام المنشود القائم على حل الدولتين. ورأى أن "الرئيس ترامب قادر على تحقيق هذا الغرض الذي طال انتظاره، بإحلال السلام الدائم العادل في منطقة الشرق الأوسط".

عليها الموقف المصري، والتي تشمل بالقطع إنشاء الدولة الفلسطينية، والحفاظ على مقومات تلك الدولة وبالأخص شعبها وإقليمها. وأكمل: "أقول هذا بشأن ما يتردد بشأن تهجير الفلسطينيين، وأود أن أطمئن الشعب المصري أنه لا يمكن أبداً التساهل أو السماح بالمساس بالأمن القومي المصري".



ذلك، فإنني أعني بذلك الأسس الجوهرية التي يقوم

استعرض الرئيس عبدالفتاح السيسي، ثوابت الموقف المصري التاريخي بالنسبة للقضية الفلسطينية. وأضاف خلال مؤتمر صحفي مشترك مع نظيره الكيني، مساء الأربعاء، أنه "لا يمكن الحياد أو التنازل بأي شكل عن تلك الثوابت".

ملف نهر النيل.. الرئيس السيسي: مصر تمر بوضعية دقيقة وتعاني ندرة مائية حادة

الأربعاء، أن الجانبين تبادلوا الآراء حول سبل إنهاء الصراع الجاري. وأشار إلى أنهما أكدوا أهمية استمرار العمل المشترك بين مصر وكينيا؛ من أجل التوصل إلى حلول جادة للأزمة، بما يضع حداً للمعاناة الإنسانية التي يمر بها المواطنون السودانيون، ويفتح المجال أمام حوار سياسي يلبي تطلعات وآمال الشعب السوداني الشقيق في الأمن والاستقرار.



قال الرئيس عبدالفتاح السيسي، إن مباحثاته مع نظيره الكيني ويليام روتو، تناولت الأوضاع في السودان

مطبخ أحلامك
في مودرن هاوس

10 سنوات

bymodernhouse
Modern House Decorations
01204 444366
01204 444366

أساطفة
SimplifiedElegance#

Al-Zafer International
www.alzaferintl.com

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

- ٢ مسؤول سابق بالوكالة الأمريكية للتنمية: قرار ترامب بوقف توريد أدوية الإيدز "كارثي"
- ٣ رئيس الوزراء: خطط لتوفير كل السلع لـ ٦ أشهر مقبلة وليس فقط خلال رمضان
- ٤ أكبر قافلة لبيت الزكاة والصدقات منذ بدء العدوان الصهيوني تصل قطاع غزة
- ٥ ارتفاع طفيف في سعر الذهب اليوم.. وعيار ٢١ بـ ٣٨٥٠ جنيها للجرام
- ٦ أثر عنيات الزيوت في معرض الكتاب.. "الحب والصمت" رواية يتيمة وحضور دائم
- ٧ مصر تحصد المركز الخامس في بطولة العالم لكرة اليد



مسؤول سابق بالوكالة الأمريكية للتنمية: قرار ترامب بوقف توريد أدوية الإيدز "كارثي"

المذكرات لوقف العمل على الفور، وهذه الخطوة جزء من تجميد أوسع للمساعدات والتمويل الأمريكي منذ تولى ترامب منصبه في ٢٠ يناير، في حين تتم مراجعة البرامج.

وقد تم توجيه إحدى هذه المذكرات إلى شركة "كيمونيكس"، وهي شركة استشارية أمريكية كبيرة تعمل مع الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية في مجال توريد الأدوية لمجموعة من الأمراض في جميع أنحاء العالم.

وقال مصدر لرويترز إن المقاولين والشركاء الذين يعملون مع الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية في تلقي مثل هذه المذكرات لوقف العمل على الفور.

تدعمها الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية في مختلف أنحاء العالم.

وقال مصدر لرويترز إن المقاولين والشركاء الذين يعملون مع الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية بدأوا يوم الثلاثاء في تلقي مثل هذه



الأمريكي دونالد ترامب تحركت لوقف إمدادات الأدوية المنقذة للحياة لعلاج فيروس نقص المناعة البشرية والملاريا والسل، وكذلك الإمدادات الطبية للأطفال حديثي الولادة، في الدول التي

تشمل عمل الشركة في مجال مكافحة فيروس نقص المناعة البشرية والملاريا والسل وكذلك وسائل منع الحمل ولوازم صحة الأم والطفل. وأظهرت مذكرة اطلعت عليها "رويترز" أن إدارة الرئيس

قال أتول جواواندي، رئيس قسم الصحة العالمية السابق في الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية تعليقا على وقف ترامب الإمدادات الأدوية المنقذة للحياة لعلاج فيروس نقص المناعة البشرية والملاريا والسل للدول الفقيرة، "إن هذا أمر كارثي، فالإمدادات من الأدوية التي يتم التبرع بها تساعد في إبقاء عشرين مليون شخص مصابين بفيروس نقص المناعة البشرية على قيد الحياة، وهذا يتوقف اليوم". أكد جواواندي إن المذكرة



وزير الخارجية الأمريكي يدعو إلى وقف فوري لإطلاق النار في الكونغو الديمقراطية

مشددا على أن الهدف الرئيسي للولايات المتحدة هو تحقيق سلام دائم يعالج المخاوف الأمنية ويؤسس لاقتصاد إقليمى مزدهر. وتتصاعد أعمال العنف في شرق جمهورية الكونغو الديمقراطية، مع إعلان حركة "٢٣ مارس" المسلحة الدخول لمدينة جوما، صباح أمس الأول، وهو ما دعا الحكومة الكونغولية، بالتأكيد على أن التحركات الأخيرة للجماعة المسلحة، بمثابة إعلان حرب، وتبادلت الاتهامات مع رواندا، حول دعمها للحركة المسلحة.

بحث وزير الخارجية الأمريكي ماركو روبيو مع رئيس رواندا بول كاجامي، تطورات النزاع في شرق جمهورية الكونغو الديمقراطية. وذكرت الخارجية الأمريكية - في بيان نشرته، اليوم/الأربعاء- أن روبيو أعرب عن قلق الولايات المتحدة العميق إزاء تصاعد النزاع، خاصة بعد سقوط مدينة جوما في قبضة جماعة «ام ٢٣» المسلحة المدعومة من رواندا. ودعا روبيو إلى وقف فوري لإطلاق النار، وحث جميع الأطراف على احترام سيادة وسلامة الأراضي...

مجلس الأمن يعتمد بيانا لمراجعة نظام الأمم المتحدة لبناء السلام



وشدد المجلس على الأهمية القصوى للمراجعة المقبلة لهذا النظام، الذي يمثل فرصة فريدة لتقييم مسار عقدين من العمل ورسم مسار جديد للأمم المتحدة، لتعزيز جهود الوقاية من النزاعات وتعزيز السلام في عالم متغير باستمرار.

النظام، لا سيما عبر الإصلاحات التي باشرتها منظمة الأمم المتحدة. كما أكد مجلس الأمن أهمية الشراكات مع الاتحاد الإفريقي، معرباً عن دعمه للمفاوضات بين الحكومات التي ستعقد في إطار هذه المراجعة.

اعتمد مجلس الأمن الدولي، بالإجماع، بياناً رئاسياً يؤسس لانطلاق المراجعة الخماسية، لنظام الأمم المتحدة لبناء السلام. وتهدف هذه المراجعة والتي جاءت بمبادرة من الجزائر التي تتأسس مجلس الأمن لشهر يناير الجاري، وتترافق مع الذكرى العشرين لإنشاء هذا النظام، إلى تقييم فعاليته وتحديد التوجهات المستقبلية للأمم المتحدة في مجال الوقاية من النزاعات. وأشار المجلس بموجب هذا البيان الرئاسي، إلى أن مراجعة نظام بناء السلام ستكون الرابعة من نوعها، مشيداً بالتقدم المحرز منذ إطلاق هذا



مصر تلاتين
ترخيص الهيئة الوطنية للإعلام رقم ٠٠٠٤ فبراير عام ٢٠٢١
رئيس مجلس الإدارة:-
محمود صلاح قطامش
رئيس التحرير:-
هناء السيد
الإشراف الصحفي:-
دكتور همام جبريل
البريد الإلكتروني:-
محمد جمال شرع
التصميم الفني PDF:-
خليل محمد
الوكيل الإعلاني
جمهورية مصر العربية
eSherif
للتنمية والإعلان
(+202) 01022441900 (+202) 01283617779
e-mail: cd_room2004@yahoo.com
المملكة العربية السعودية
مطبعة مشعل محمد القطامي
Mishal Printing Press
CREATIVE DESIGN & PRINTING SOLUTION
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 الزاfer
Al-Zafer Cargo Services Co.
800-12-8888-1
qalamesh@alzafercargo.com
www.alzafercargo.com

Mohamed Dental Clinic
11 ش الأديب علي ادهم، مساكن الشيراتون
هاتف: ٠١٠٠٦٣٩٠٠٠ جوال: ٠١٠٠١٦٧٠٩٨
qatamesh@gmail.com
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com
f Fb.com/Qatameshclinic



مجلس الوزراء: توجيهات رئاسية مستمرة بتوطين صناعة الدواء وجهود حكومية متواصلة لتعزيز هذا الملف

نفى مجلس الوزراء ما أثير عبر وسائل التواصل الاجتماعي بشأن إصدار قرارات برفع الحد الأدنى للأجور للعاملين في الجهاز الإداري للدولة، بداية من شهر مارس ٢٠٢٥، كما نفى إصدار قرار بتخصيص مبالغ إضافية للمستفيدين من معاش "تكافل وكرامة" المخصص للأفراد والأسر الفقيرة، ورفع حد الإعفاء الضريبي للعاملين

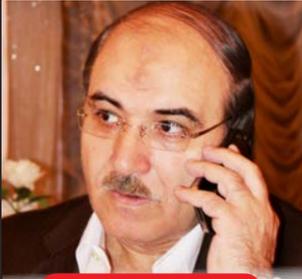
الحكومة لا تزال تدرس حزمة الحماية الاجتماعية التي كلف بها الرئيس السيسي

في القطاعين العام والخاص. وفي الوقت نفسه، أكد المجلس عدم إصدار أي قرار يخص تقديم موعد صرف العلاوة الدورية للمخاطبين



بأحكام قانون الخدمة المدنية من العاملين في الحكومة. وأكد المستشار محمد الحمصاني، المتحدث الرسمي باسم رئاسة مجلس الوزراء، أن الحكومة لا تزال تدرس

كلمة العدد



حاول تفهم

سيئنا
المصريه

بعد ان أوقفت الحرب وبدا الشعب الفلسطيني في غزه والعالم في إحصاء حجم الدمار والمأساة الانسانية التي تعرض لها قطاع غزه يخرج علينا الرئيس ترامب باقتراح قديم لحل الازمه هذا الحل الذي يقترحه والذي يمثل ازدواجه المعايير هو يرفضه في بلده بل وبني كل حملته الانتخابية علي عدم قبول اي مهاجرين الي داخل امريكا... لكن الجديد هو ذلك الرد المصري الواضح في بيان خارجيه المصريه برفض ذلك بل وجاءت هبة المثقفين ورجال الاحزاب السياسييه المصريه بل والشعب المصري كله بالتأكيد علي الرفض حتي ياتي تحرك ابناء سيناء ومثقفيه بالاستعداد للقيام بوقفه تضامنيه دعما للقياده السياسييه برفض المقترح والتمسك بارض سيناء ومصريتها التي امتزج ترابها بدم الشهداء من ابناء الوطن لتحريرها وايضا دعما للحق الفلسطيني بالبقاء علي ارضه ان كنتم تبحثون عن حل لاستقبال الغزيين مؤقنا لحين اعمار غزه يمكنكم الذهاب الي النقب بديلا وقد اقترحتها الرئيس السيسي سابقا حيث مساحة النقب ١٢٥٠٠ كيلومتر وهي تقريبا نصف مساحة فلسطين التاريخيه ٢٧٠٠٠ كيلو متر ويجاور من ناحية الغرب غزه بل وتشكل امتدادا طبيعيا لها ولا يقطنها سوي عدد بسيط من الفلسطينيين البدو اصحاب الارض الأصليين ٧٧٠ الف نسمة تقريبا من عرب فلسطين في حين ان مساحة غزه فقط ٣٦٥ كيلو متر مربع ويقوم عليها اكثر من ٢ مليون فلسطيني وليس خافيا علي احد ان هذا السيناريو يطل علينا من سنوات من ايام ابتليت مصر فيها بحكم الاخوان وبعدها الصفقة المعروفه والتي ارتبطت باسم (كوشنير) ايام ولاية الرئيس ترامب الاولي... هذا الرفض المصري والصمود امام الضغط الاوروبي الامريكاني الاسرائيلي والصمود امام الاغراءات استغلالا لازمتنا الاقتصاديه اكرر هذا الرفض يظهر نوعيه القياده المصريه الوطنيه حيث نقف اليوم بفخر خلف قيادتنا احتراما وتقديرا لهذا الموقف هذه الازمه كشفت بشكل واضح ان هناك مخططا واضحا لخدمة اهداف الاحتلال القامه علي تصفيه الاراضي الفلسطينييه من اصحاب الارض وسكانها واجبارهم علي تركها لتخبرهم بين الموت تحت القصف او العيش و النزوح خارج البلاد ولكن حتي يصمت المتربصون ((ويخرسوا)) للابد سيناء مصريه وستبقي مصريه الي ان تفني الارض وما عليها ومن عليها ولن يرفع عليها علما غير علمك يامصر هذه الازمه كشفت اللحمة القويه بين الشعب المصري وقيادته.... ايها العالم اوقفوا شيطنة طرف لحساب الاخر اوقفوا المعايير المزدوجه لا تبرروا قتل طرف لآخر اهمه كان ولا تصدروا مشكله الاحتلال الي غيره من الدول المجاوره هؤلاء هم شعب فلسطين وتلك هي ارض فلسطينيه واسرائيل دوله محتله اعطوا الفلسطينيين حقهم في دولتهم وتنتهي الازمه وينتهي مسلسل القتل الذي لن يحل المشكله مهما طالت ان الفلسطينيين هم الفئه الوحيده الباقيه من البشر الذين لم يحصلوا علي حقهم حتي الان وقد ان الوقت لمنحهم ذلك الحق .

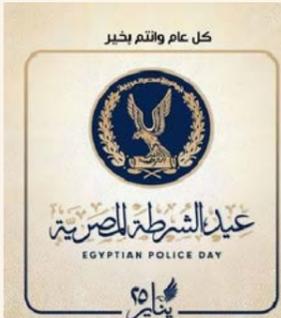
ولكم تحياتي
محمود صلاح قطامش
Qatamesh@Misrtalateen.com
مصر تلاتين

وزير الخارجية يؤكد لنظيره الأمريكي رفض نقل الشعب الفلسطيني أو تهجير خارج أرضه



قال المستشار محمد الحمصاني، المتحدث باسم مجلس الوزراء، إن الحكومة مستعدة لتنفيذ التوصيات الصادرة عن اللجان الاستشارية المتخصصة حال التوافق عليها. وأضاف خلال مداخلة هاتفية لبرنامج «يحدث في مصر»، الذي يقدمه الإعلامي شريف عامر عبر فضائية «mbc مصر»، مساء الثلاثاء، أن الحكومة قد تعيد النظر في بعض السياسات الإصلاحية، إذا كانت تتوافق مع اتفاق مصر مع صندوق النقد الدولي، وتصب في المصلحة العامة. وأشار إلى أن صندوق النقد أبدى تفهماً لحجم الأعباء الملقاة على عاتق الدولة والإقليمية.

تتقدم مصر تلاتين بعظيم التهاني للشعب المصري والقياده السياسييه والي جميع منتسبي وزاره الداخليه وذلك بمناسبة عيد الشرطة المصريه



كل عام وانتم بالف خير
تتقدم مصر تلاتين بعظيم التهاني للشعب المصري والقياده السياسييه والي جميع منتسبي وزاره الداخليه وذلك بمناسبة عيد الشرطة المصريه .
وكل عام ومصرنا بخير



الوزير عبد العاطي، أهمية مواصلة أطراف الاتفاق على تنفيذ بنوده بمراحله الثلاث، بما يسهم في تبادل الرهائن والأسرى، ويسمح للشعب الفلسطيني الشقيق بالعودة إلى منازلهم، وفضا المساعدات الإنسانية بشكل مستدام للقطاع، وذلك كخطوة أساسية لاستعادة الهدوء والاستقرار وبلورة أفق سياسي يسهم في إنهاء الصراع الفلسطيني - الإسرائيلي استنادا لحل الدولتين ووفقا للشرعية الدولية. وشدد الوزير عبد العاطي على أهمية عدم المساس بحقوق الشعب الفلسطيني الذي يحرس على البقاء على أرضه، ورفض النقل أو التهجير خارجها، ومن ثم ضرورة احترام صمود هذا الشعب وحقه في تقرير المصير.

رئيس الوزراء: خطط لتوفير كل السلع لـ ٦ أشهر مقبلة وليس فقط خلال رمضان



أن الوزارة تعمل على تأمين المخزون الاستراتيجي من السلع الأساسية، مثل الزيت، السكر، الأرز، والمكرونه، وتوفيرها بكميات كبيرة وبأسعار تنافسية لضمان تلبية احتياجات المواطنين خلال شهر رمضان المبارك. وشدد على أهمية التعاون مع الموردين والمنتجين لتوفير المنتجات بكميات كافية وبأسعار عادلة، مع استمرار حملات الرقابة على الأسواق لمنع أي ممارسات احتكارية.

جري اتصال هاتفى بين د.بدر عبد العاطي، وزير الخارجية والهجرة، مساء الثلاثاء ٢٨ يناير، مع وزير خارجية الولايات المتحدة الأمريكية ماركو روبيو. وصرح السفير تميم خلاف، المتحدث الرسمي باسم وزارة الخارجية، بأن الوزيرين تناولوا الشراكة الاستراتيجية

قال الدكتور مصطفى مدبولي رئيس مجلس الوزراء، إن هناك خططاً لتوفير كل السلع ليس فقط خلال شهر رمضان لكن أيضاً لمدة ستة أشهر مقبلة. وأضاف خلال مؤتمر صحفي، اليوم الأربعاء، أن معارض أهلاً رمضان ستبدأ اعتباراً من أول فبراير المقبل، ما يعني أنها ستنتقل قبل شهر كامل من بداية شهر رمضان. وأوضح أن الغرض من ذلك هو ضمان استقرار وثبات ووفرة السلع للمواطنين خلال هذه الفترة حتى نهاية شهر رمضان وما بعده، مطمئناً المواطنين بأن هناك متابعة لهذا الملف. وسبق أن أعلن الدكتور شريف فاروق وزير التموين والتجارة الداخلية، أن معارض أهلاً رمضان ستنتقل في جميع المحافظات اعتباراً من بداية شهر فبراير المقبل، مع تخصيص أركان ثابتة لها في أسواق اليوم الواحد،

أكبر قافلة لبيت الزكاة والصدقات منذ بدء العدوان الصهيوني تصل قطاع غزة

وامتنانه لثقتهم ودعمهم لجهود البيت من أجل استمرار تقديم خدماته لإخواننا في غزة، كما أكد بيت الزكاة تقديره لجهود الدولة المصرية والمؤسسات المعنية وحرصهم على تيسير وصول المساعدات، والتخفيف من معاناة الشعب الفلسطيني، مشيراً إلى أن إجمالي القوافل الإغاثية التي سيرها البيت إلى قطاع غزة قدرت ب ١٠٥٠ شاحنة، بإجمالي ١٦٥٠٠ طن مساعدات إغاثية، ولا يزال الدعم مستمرا حتى إعادة الإعمار بإذن الله.

تعد القافلة العاشرة أكبر قافلة يسيرها بيت الزكاة والصدقات إلى قطاع غزة منذ بدء العدوان الصهيوني في أكتوبر ٢٠٢٣، تلبية لاحتياجات أهل غزة، وذلك في إطار حملة "أغيثوا غزة" التي أطلقها شيخ الأزهر، انطلاقاً من الواجب الشرعي والالتزام الإنساني والأخلاقي تجاه أهلنا في غزة في ظل ما يتعرضون له من مأساة لم يسبق لها مثيل. وأعرب بيت الزكاة والصدقات عن تقديره لوفود الدول المشاركة في تجهيز القافلة العاشرة،



الإغاثية والمستلزمات الطبية والأدوية والمواد الغذائية وألبان الأطفال والمياه والخيام المجهزة والألحفة والملابس الشتوية، حيث

١١ سيارة إسعاف و ٣٠٥ شاحنة عملاقة محملة بمستلزمات الإغاثة وصول القافلة العاشرة لبيت الزكاة والصدقات إلى قطاع غزة.



هناء السيد

توجيهات فضيلة الإمام الأكبر أ.د. أحمد الطيب شيخ الأزهر، حيث شارك في تجهيز القافلة وفود من ٨٥ دولة حول العالم، ثقة في الأزهر الشريف وتقديراً لمواقفه المشرفة في دعم ونصرة الشعب

عبرت القافلة العاشرة لبيت الزكاة والصدقات المصري، ميناء رفح البري تمهيداً لتوزيع المساعدات الإغاثية على أهلنا وإخواننا في قطاع غزة، وذلك في إطار

حوار الطرشان والحوار الإيجابي

مقال للإعلامي/ عادل رستم



اشعر احيانا بأن جزء مما اكتب هو تعبير عن طريقة تفكيري أو من خبرات اكتسبتها عبر سنوات طويلة جزء كبير منها في الإذاعة المصرية والمجتمع المدني وكلاهما كان يؤثر في علاقتي بالآخر. وأعتقد أن أفضل ماتدربت عليه هو إدارة حوار إيجابي مع كل من يحيط بي وحتى لا يصبح المقال سردياً تعالو نحاول وضع تعريفا للحوار الإيجابي... الحوار الإيجابي هو عملية تواصل فاعل بين الأفراد أو الجماعات التي تهدف إلى تبادل الأفكار والآراء بروح من الاحترام والتقدير والموضوعية. يركز الحوار الإيجابي على بناء جسور التفاهم بين الأفراد والجماعات، وتعزيز روح التعاون. ويبدو أنه من خلال التعريف والمقدمة نستطيع أن ندرك أهمية الحوار.. وبداية اعتقد ان الالهم هو تعزيز التفاهم وزيادة مساحته لتحقيق قدر من الانسجام وتبادل الافكار وقد يفيد الحوار الإيجابي في حل النزاعات والمشكلات القائمة بين الأفراد والجماعات. ونقطه أخرى غاية في الأهمية وهي تعزيز التعاون الذي يحقق نجاحات كبيرة. الشكل الإنساني للحوار الإيجابي يعمل على تعزيز التسامح وأظن ان الحوار الإيجابي هو

بالصور : ندوة بمركز النيل للإعلام بالعريش تناقش مكاسب المرأة في العصر الحالي وحقوقها في الإسلام



شمال سيناء - د.هويدا الشريف

إسلام محرم مدير شئون الإدارات حول حقوق المرأة في الإسلام موضحاً أن الإسلام قد كرم المرأة تكريماً عظيماً، وأعطاه حقوقاً كانت تفتقدها قبل الإسلام، كما منحها حقوقاً لم تمنحها لها الأديان الأخرى، مشيراً بأن أول هذه الحقوق وأهمها حق الحياة، فحرم قتلها لافتاً بأن الإسلام جعل جزاء من يربى البنات ويحسن في تربيتها جزاءً عظيماً وهو الجنة، وفوق كل هذا أعطى الإسلام المرأة حقها في طلب العلم، والحق في العمل، والحق في الميراث؛ وهذا مما حُرمت منه في الجاهلية، وفي الحضارات القديمة، كما أنّ لها الحق في البيع، والشراء، وامتلاك العقارات، والمساهمة في التجارة، وتطرفت الندوة للتعريف بأهمية المرأة ودورها في التربية وبناء الوعي، والمكتسبات التي حصلت عليها في العصر الحالي، ودورها في التصدي للشائعات بأنواعها والتعريف بدور المجلس القومي للمرأة، وحقوق المرأة قبل وبعد الإسلام وشددت الندوة بأن المرأة المصرية لم تعد حاضرة فحسب على رأس مستهدفات خطط الدولة للتنمية، بل أصبحت شريكاً أساسياً في وضعها وصاحبة دور فاعل في

المصرية لعبت دوراً بارزاً في ثورتي ٢٥ يناير و٣٠ يونيو، ما يؤكد إدراكها ووعيها العميق بالمخاطر التي تحيط بالوطن، وأن تمكين المرأة المصرية في مختلف ميادين الحياة التزام وطني يحفظ للمجتمع توازنه واستقراره ونهضته، وأضافت بأن المرأة المصرية لعبت وما زالت تلعب أدواراً مهمة في تشكيل وصياغة ماضي وحاضر ومستقبل مصر، وأشارت بأن ملف تمكين المرأة المصرية وحصولها على حقوقها كاملة شهد تقدماً هائلاً، عبر العديد من الامتيازات غير المسبوقة، في ظل وجود إرادة سياسية مساندة فتحت لها آفاق جديدة لم تتاح لها من قبل، مهدت لها الطريق لمشاركة واسعة النطاق في كافة القطاعات الاقتصادية والسياسية والاجتماعية والثقافية، وإيماناً من الرئيس بأهمية دور المرأة ودعمها وحرصاً منه على منحها الفرصة التي تستحقها لإثبات ذاتها ومكانتها وقدرتها على العمل والكفاح من أجل مستقبل ورفعة وطنها وتحديث عن العصر الذهبي للمرأة المصرية ومكتسباتها وتمكينها السياسي والاقتصادي والاجتماعي في عصر الرئيس السيسي، وتحدث الدكتور

أجرى مركز النيل للإعلام بالعريش ندوة إعلامية موسعة باحدى القاعات بالمركز دارت حول (مكتسبات المرأة في العصر الحالي وحقوقها في الإسلام) حاضر فيها الشيخ الدكتور إسلام محرم مدير شئون الإدارات بمديرية الأوقاف والسيدة إحسان داود الغالي مقررة المجلس القومي للمرأة بالمحافظة وحضرها لفيف من مكلفات الخدمة العامة والموظفات بمختلف المصالح صرح بذلك أحمد جمال مدير المركز وأضاف أن اللقاء يأتي في إطار خطة قطاع الإعلام الداخلي التابع للهيئة العامة للاستعلامات برئاسة الدكتور أحمد يحيى وتوجيهات الدكتور ضياء رشوان رئيس الهيئة العامة للاستعلامات ونقيب الصحفيين الأسبق بتبني حملة إعلامية تحمل شعار (أتحقق ... قبل ما تصدق) والتي بدأت منتصف الشهر الجاري وتستمر حتى نهاية يناير وقال الإعلامي محمد سلام مدير اللقاء بأن الهدف من الحملة هو رفع الوعي بأهمية تماسك الدولة ومؤسساتها والتأكيد على ضرورة الاصطفاف في مواجهة التحديات الراهنة وتوعية الرأي العام بأهم الأحداث الجارية على المستوى الإقليمي والدولي والتأكيد على الثقة المطلقة بين الشعب المصري وكافة مؤسسات الدولة والتأكيد على أهمية الحفاظ على القيم الدينية والأخلاقية التي تمثل دعائم التماسك والترابط المجتمعي وازداد "سلام" بأن مقررة المجلس القومي للمرأة بشمال سيناء إحسان الغالي أوضحت بأن المرأة

مشتريات المستثمرين المصريين تقود صعود مؤشرات البورصة بمنتصف التعاملات

في سياق متصل أعلنت شركة النصر للملابس والمنسوجات-كابو، عن موافقة لجنة المراجعة على تعيين شركة انتركاب للاستشارات المالية، لإعداد دراسة للسعر العاد للأصول غير المستغلة بالعقارين؛ الأول بمساحة ١٣٦٣،٤١ متر مربع بشارع إبراهيم حسني بالإسكندرية، والثاني بمساحة ١٣٦٦،٩١ متر مربع بالإسكندرية.

في سياق آخر أعلنت شركة كاتليست بارتنز ميدل إيست، موافقة جلس الإدارة على استخدام منتجات الاكتتاب في أسهم زيادة راس المال البالغة ٢٢٥ مليون جنيه مصري لتكوين رصيد دائن بمبلغ ٢٢٥ مليون جنيه لصالح الشركة على شركة كاتليست بارتنز هولدينج بشرط قيامها باستخدام مبلغ ٢٢٥ مليون جنيه مصري لضخه في شركة كاتليست للتأجير التمويلي والتخصيم التابعة لشركة كاتليست بارتنز هولدينج.

والخدمات البيئية، والمجموعة المتكاملة للأعمال الهندسية عدد ٦٥٥،٧ ألف سهم، ٢٠٠ ألف سهم، على التوالي، فيما باع داخليين بشركات المشروعات الصناعية والهندسية، والإسكندرية للغزل والنسيج (سينالكس)، والعربية لحليج الأقطان، ومصر بني سويف للأسمت، والعربية للمحاسب، ومجموعة أي أف جي القابضة، وفوري لتكنولوجيا البنوك والمدفوعات الإلكترونية، والمهندس للتأمين عدد ٦،٤ مليون سهم، ٢ مليون سهم، مليون سهم، ٤٧٠ ألف سهم، ٢١ ألف سهم، ١٠ آلاف سهم، ٣٨ ألف سهم، ١،٩٩٤ مليون سهم، على الترتيب.

أعلنت شركتنا جدوى للتنمية الصناعية، وبايونيرز بروبرتيز للتنمية العمرانية، شراء أسهم خزينة خلال جلسة أمس الثلاثاء، إذ اشترت الأولى ١٥٠ ألف سهم خزينة، والثانية ١٥٠ ألف سهم خزينة.



المصري بالجنيه، ومينا للاستثمار السياحي والعقاري، وبالم هيلز للتعمير، وفوري لتكنولوجيا البنوك والمدفوعات الإلكترونية، والمهندس للتأمين، ومجموعة أي أف جي القابضة عدد ٢٢٨ سهمًا، ٥٠٠ سهم، ٨ آلاف سهم، ٧١٧٦ سهمًا، ٢٠٠ ألف سهم، ٥١ ألف سهم، ٤٥٥ ألف سهم، ٥٠٠ ألف سهم، ٢ مليون سهم، على الترتيب.

كما اشترى مساهم رئيسي بشركتي نهر الخير للتنمية والاستثمار الزراعي

وأعلنت إدارة البورصة، عن تسوية (استرداد) عدد ٢١٥ وثيقة أمس الثلاثاء، ليصبح عدد الوثائق القائمة عدد ٣،٨٥٠ مليون وثيقة بدلا من ٣،٠٦٥ مليون وثيقة.

تباينت تعاملات الداخلين والمساهمين الرئيسيين والمجموعات المرتبطة بهم، خلال جلسة تداول أمس الإثنين، إذ اشترى داخليين بشركات الإسكندرية للأدوية والصناعات الكيماوية، ومصر لإنتاج الأسمدة-موبكو، وسماد مصر (إيجيفرت)، وبنك فيصل الإسلامي

وأعلنت إدارة البورصة، عن تسوية (استرداد) عدد ٢١٥ وثيقة أمس الثلاثاء، ليصبح عدد الوثائق القائمة عدد ٣،٨٥٠ مليون وثيقة

بنسبة ٠،٩٢٪ ليصل إلى مستوى ٣١٨١ نقطة، وزاد مؤشر تميز بنسبة ٠،٤٧٪ ليصل إلى مستوى ١٠٢٨٥ نقطة.

وأعلنت إدارة البورصة المصرية، إيقاف التداول على ٥ أسهم لمدة ١٠ دقائق لتجاوزها نسبة الـ ٥٪ صعودًا أو هبوطًا خلال جلسة تداول اليوم الثلاثاء، وهم: برعيم هيلتكير جروب، وشمال الصعيد للتنمية والإنتاج الزراعي (نيوداب)، والحديد والصلب للمناجم والمحاجر، ومصر الوطنية للصلب-عتاقة، ومصر بني سويف للأسمت.

واصلت مؤشرات البورصة المصرية، ارتفاعها بمنتصف تعاملات جلسة اليوم الأربعاء، مدفوعة بعمليات شراء من المتعاملين المصريين فيما مالت تعاملات العرب والأجانب للبيع، وبلغ حجم التداولات ٢ مليار جنيه خلال ساعتين.

ارتفع مؤشر "إيجي إكس ٣٠" بنسبة ٠،٨٦٪ ليصل إلى مستوى ٢٩٩٠١ نقطة، وصعد مؤشر "إيجي إكس ٣٠ محدد الأوزان" بنسبة ١،٠٢٪ ليصل إلى مستوى ٣٧٢١٤ نقطة، وقفز مؤشر "إيجي إكس ٣٠ للعائد الكلي" بنسبة ٠،٩٧٪ ليصل إلى مستوى ١٣١٦٨ نقطة.

كما ارتفع مؤشر الشركات المتوسطة والصغيرة "إيجي إكس ٧٠ متساوي الأوزان" بنسبة ١،٣١٪ ليصل إلى مستوى ٨٦٢٨ نقطة، وصعد "إيجي إكس ١٠٠ متساوي الأوزان" بنسبة ١،٢٥٪ ليصل إلى مستوى ١١٧٦٨ نقطة، وقفز مؤشر الشريعة الإسلامية

ارتفاع طفيف في سعر الذهب اليوم.. وعتار ٢١ ب ٣٨٥٠ جنيها للجرام

سجل الذهب عيار ١٤ نحو ٢٥٦٦ جنيها
سعر الجنيه الذهب ٣٠٨٠٠ جنيها
وفي الوقت نفسه هبط سعر الفضة لشهر مارس بنسبة ٠،٣٧٪ لتتم المتاجرة به على USD٣٠،٥٣ للأونصة، بينما ارتفع سعر النحاس لشهر مارس بنسبة ٠،٧٢٪ لتتم المتاجرة به على USD٤،٢٦ للطل.

ومن المتوقع أن يستقر الذهب في تحركات خلال الفترة القادمة معتمدا على استقرار حركة سعر الصرف في البنوك، بينما قد تكون التغيرات معتمدة على تغيرات سعر صرف الدولار مقابل الجنيه.



المصري، حيث سجل عيار ٢١ مبلغ ٣٨٥٠ جنيها
أسعار الذهب اليوم في مصر سجل الذهب عيار ٢٤ نحو ٤٤٠٠ جنيها
سجل الذهب عيار ٢١ نحو ٣٨٥٠ جنيها
سجل الذهب عيار ١٨ نحو

سجلت أسعار الذهب ارتفاعًا طفيفًا في مصر اليوم الأربعاء ٢٩-٢٥، مدفوعة بتحركات أسعار الأوقية عالميًا وتغيرات سعر الصرف محليًا، في ظل تغيرات مستمرة في سعر البيع للمستهلكين، وذلك على خلفية تحرك سعر الذهب في السوق

سفينة الحفر "سايم" تصل المياه المصرية لبدء العمل بحقل ظهر

على الإنتاج فور الانتهاء من أعمال الحفر.

تأتي هذه الجهود التزامًا باستئناف خطط تنمية الحقل التي تم الاتفاق عليها بين وزارة البترول والثروة المعدنية وشركة إيني الإيطالية المشغلة للحقل، وبدء حفر الآبار الجديدة خلال الأشهر الثلاثة الأولى من العام ٢٠٢٥، بما يسهم في تعزيز معدلات إنتاج الغاز الطبيعي من حقل ظهر، وذلك في إطار المحور الأول من استراتيجية وزارة البترول والثروة المعدنية المتمثل في تكثيف أنشطة الإنتاج لتلبية احتياجات المواطنين وقطاعات الدولة المختلفة من المنتجات البترولية والغاز الطبيعي.



٢٨ يناير سفينة الحفر "سايم" إلى المياه المصرية، لبدء العمل بموقع حقل ظهر للغاز الطبيعي شمال بورسعيد في أعمال الحفر لآبار جديدة باستخدام التكنولوجيا الحديثة في المياه العميقة بمنطقة امتياز الحقل، تستهدف هذه الأنشطة التعجيل بإضافة كميات جديدة

أعلنت وزارة البترول، أنه تأكيديًا لما سبق الإعلان عنه في المؤتمر الصحفي للمهندس كريم بدوي وزير البترول والثروة المعدنية بتاريخ ٢٣ أكتوبر ٢٠٢٤، واستمرارًا لأنشطة الحفر المكثفة التي تشهدها جمهورية مصر العربية بالمياه العميقة بالبحر المتوسط، وصلت أمس الثلاثاء



حوار الطرشان والحوار الإيجابي

تتمه ص ٤

وربما لم ارد ولو حتى بالاشارة إلى الحديث عن سلبيات حوار الطرشان ومدى تأثيره السلبي على كل مكونات الحياة .. فقد تعودت على تعظيم كل ماهو إيجابي والتقليل بقدر ما أستطيع من السلبية .. وربما هو نهج او منهج .. قد تدفع ثمنه احيانا مع ممن يجيدون أذاعة الوقت او جرك إلى حظيرتهم.. ودتمت بود .

وخبرات متراكمه تكتسبها عبر سنوات من المواقف اجتماعية أساسية، وقد تعلمت إن إتقان فن الحوار لا يعني فقط أنك أصبحت ناجحا في تحقيق أهدافك من خلال الحديث، ولكن أيضا أصبحت مُمتعا بشكل ملحوظ ويخلو حوارك من أي ملل أو تكرار ولاتنسى ان تبسم قليلا ربما وقتها ستفتح شرايين للحوار ونوافذ تكون قد اغلقت .

لو كنت مستؤلا او في منصب قيادي او رب أسرة او حتى فردا عاديا الشاهد ان المجتمعات التي تعتمد الحوار الإيجابي هي مجتمعات منفتحة على الحضارة الانسانية تفكر بشكل أفضل للمستقبل تعتمد خطابا يحمل معايير أخلاقية يعزز الثقة بين افراده وتعتبر إدارة الحوار مهارة وفنا يتم اتقانه من خلال التعلم والمعايشه

زيطة وزمبليطة

فصائل المقاومة عند تسليم الدفعة الثانية، من خلال مشهد عسكري تشارك فيه رجال المقاومة، على متن مركبات حديثة الصنع صنعت ابهار للمشهد، وجاء بعضهم على متن دراجات نارية، وحضور المجندات الإسرائيليات الأربع دانييل غلبوغ، وليري إلباغ، ونعمه ليفي، وكارينا أريثف، وقد اعتلين منصة مراسم التسليم مبتسمات، ويلوحن بأيديهن للحشود الذين يلوحون بالأعلام الفلسطينية ويلقون الورود على رجال المقاومة، لأعظم تعبير على التلاحم العميق بين أهالي القطاع والمقاومة - طبتّم يا أهل فلسطين وغزة في القلب، وطاب عيدكم بالنصر المبين برفقة من تحبون.

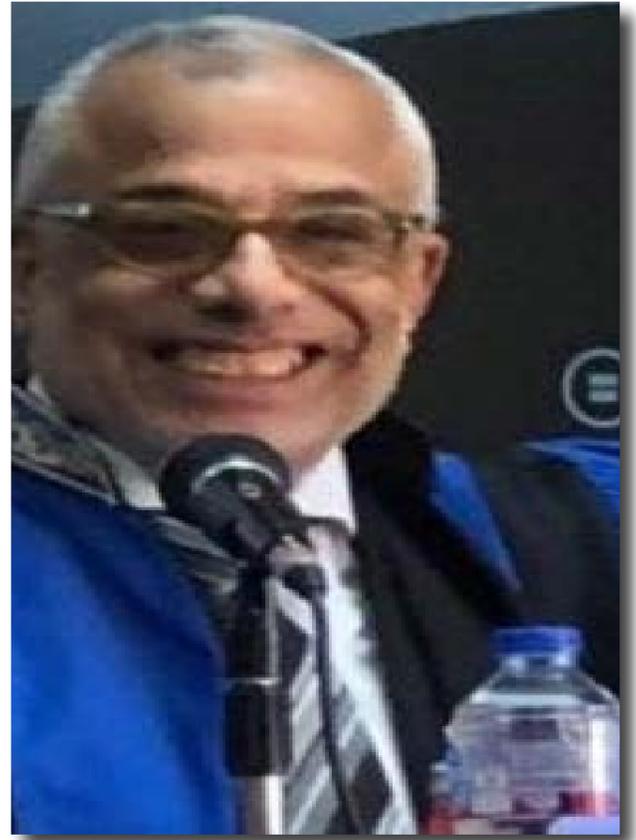
الى اللقاء: دكتور / السيد مرسى

الأراضي المحتلة، كما يصنف نظام روما الأساسي للمحكمة الجنائية الدولية في المادة ٨ بأن التهجير القسري جريمة حرب تستوجب المحاكمة الدولية، وكذلك اثبتت هذه العودة الجماعية لشمال غزة بالتشبه بالأرض، و كذلك رفض المسؤولين في مصر والأردن هذا التهجير، وان كنت أود ان يكون هذا الرفض يكون من اعلى سلطة في البلدين كما فعل بيترو رئيس كولومبيا الذي هاجم تصريحات ترامب بشأن المهاجرين وقناة بنما وشدد على عدم خشية من الحصار الأمريكي، وارسل طائرته الخاصة لنقل المهاجرين الكولومبيين.

وكذلك هذا المشهد المهييب في الشكل والمضمون الذي صنعته

في سينما هوليوود، حيث واصل الألاف من الفلسطينيين النازحين العودة إلى شمال وادي غزة وقد حملوا القليل من أمتعتهم في طريق العودة الشاق في مسير يبلغ طوله سبعة كيلومترات وصولاً إلى مدينة غزة، وفي هذا المشهد تجمعت أعداد كبيرة من المركبات، وهذا الاصطاف يصل إلى أكثر من ثلاثة كيلومترات على طريق صلاح الدين في طريق العودة إلى مدينة غزة، من خلال شارعي الرشيد وصلاح الدين، وسط أجواء فرحة وعزيمة وإصرار تؤكد وبقوة على إفضال مخطط ترامب في التهجير الى كلا من مصر والأردن، والمخالف لاتفاقية جنيف الرابعة التي تحظر في مادتها ٤٩ بشكل قاطع النقل القسري الجماعي أو الفردي للأشخاص المحميين من

بعد مخاض عسير وحلم رواد قطاع غزة وأحرار العالم لأكثر من ١٥ شهرا، بوقف آلة التدمير والخراب الإسرائيلية التي طالت البشر والحجر، تم وقف اطلاق النار رغم انف نتياهو بعد فشله امام المقاومة الباسلة، ومعه عمّت الأفراح في أرجاء فلسطين والقطاع ودق الشباب الطبول واطلقوا الأبواق وارتفعت الزغاريد والضحكات ورقص الأهالي بالشوارع وخرج المواطنون إلى الأزقة والمناطق المتضررة، يعانقون بعضهم البعض، ويتنفسون الصعداء بعد فترة عصيبة عاشوها تحت القصف والدمار، وهتفوا لرجال المقاومة، وعم الفرح في بلدان كثيرة في ارجاء المعمورة، في مشهد يصعب بل يستحيل تصويره



دكتور / السيد مرسى

"مؤتمر ومعرض الحج اللوجستي ٢٠٢٥" في نسخته الرابعة في جدة بتاريخ ١٣ يناير ٢٠٢٥ بمشاركة شركة الظافر لخدمات الشحن



المملكة العربية السعودية، لحين استيفاء استحقاقاتهم من عملائهم المشتركين سواء كمستوردين أو بغرض إعادة التصدير، و بالطبع بالإمكان فسح البضائع جزئياً أو كلياً للأسواق المحلية أو العالمية. حيث تقوم شركة الظافر لخدمات الشحن بالتخزين لعملائها من داخل و خارج المملكة في مستودعاتها المتخصصة و المعفاة من الرسوم الجمركية و القيمة المضافة (في المناطق الحرة في ميناء جدة و ميناء الدمام)، و كذلك تقدم خدماتها عبر وسائل النقل المتعددة جواً و براً و بحراً و الربط فيما بينها من خلال تجارة الترانزيت من و إلى المملكة العربية السعودية مع مختلف دول العالم. شركة الظافر هي الشركة الأولى و الرائدة في المملكة العربية السعودية التي تقدم خدماتها في هذا المجال منذ خمسة و أربعين عاماً. كما أن المجموعة تمتلك أسطول نقل بري عداة ثلاثمائة (٣٠٠) شاحنة. و الأولى لما يزيد عن ٢٢ عامًا في قطاع الخدمات و التخزين في (المناطق الحرة) للحاويات كاملة الحمولة أو المجزأة داخل الموانئ السعودية.

و حظى بتغطية إعلامية واسعة بلغت ١٤٢٠ تغطية محلية و عالمية. و بدعوة خاصة من وزارة النقل و الخدمات اللوجستية، شاركت (شركة الظافر لخدمات الشحن Al-Zafer Cargo Services) في هذا الملتقى الاستراتيجي. و حضر اللقاء ممثلًا عن الشركة، الرئيس التنفيذي الأستاذ / محمد شريف الزعبي. و قامت شركة الظافر لخدمات الشحن بالاتفاق مع العديد من الشركات لتقديم خدماتها المتميزة، و بتقديم أسعاراً تشجيعية لشركات الحج و العمرة و الشركات اللوجستية المتخصصة في هذا القطاع للاستئجار و التخزين في مستودعاتها داخل المناطق الحرة للإيداع و إعادة التصدير في ميناء جدة و ميناء الدمام، مما يساهم في سهولة مناوله أمتعتهم و بضائعهم بين المملكة العربية السعودية و دولهم. و تعتبر (شركة الظافر لخدمات الشحن) نموذجاً عملياً متميزاً لتخزين البضائع في (مستودعات المناطق الحرة الخاصة بشركة الظافر) مع الحفاظ على ملكية البضائع للبنوك أو ملاك البضاعة الأصليين في بلد المصدر أو داخل

الذين أدوا مناسك الحج و العمرة خلال عام ٢٠٢٤ أكثر من ١٨ مليوناً، ووصل عدد زوار الروضة الشريفة إلى أكثر من ١٣ مليون في ٢٠٢٤، و حظى المؤتمر بمشاركة عدد كبير من الوزراء و السفراء، وكبار الشركات محلياً و دولياً. و عقدت الجلسة الافتتاحية بمشاركة وزير النقل و الخدمات اللوجستية المهندس صالح الجاسر، كما استعرضت الجلسة تخطيط و تطوير المدن و المشاعر المقدسة و تكاملها مع القطاع اللوجستي. و في أحد أهم الجلسات الحوارية أشار سعادة الأستاذ ريان البكري وكيل وزارة النقل و الخدمات اللوجستية إلى أهمية التكامل بين القطاعات المختلفة للتميز في خدمات ضيوف الرحمن، و كذلك أكد سعادة الأستاذ سعود العيني رئيس الهيئة العامة للموانئ في المنطقة الغربية على جاهزيتهم الدائمة لخدمة ضيوف الرحمن و ابتكار خدمة (حاج بلا حقيبة) تسهلاً لسفرهم و استلام حقائبهم في بلد الوصول. و حقق المؤتمر نجاحات ملموسة، حيث تم توقيع ٢٠٢ اتفاقية تعاون، بمشاركة ممثلين من ١٠٠ دولة،

افتتح نائب أمير منطقة مكة المكرمة الأمير سعود بن مشعل بن عبدالعزيز «مؤتمر ومعرض الحج اللوجستي ٢٠٢٥» في نسخته الرابعة (أحد برامج رؤية المملكة ٢٠٣٠)، خلال الفترة من ١٣-١٦ يناير، في «جدة سوبر دوم». والمتخصص في مجال خدمات الحج اللوجستية بمساحة تبلغ ٥٠ ألف متر مربع، و يضم ٢٨٠ مائتان و ثمانون عارضاً و شركة محلية و عالمية من ١٠٠ مائة دولة متخصصة في اللوجستيات و أحدث التقنيات و الخدمات التي تثرى تجربة الحج لضيوف الرحمن. و دشن الأمير سعود بن مشعل بن عبد العزيز خدمة «أجرة مكة» أحد منتجات المركز العام للنقل بالهيئة الملكية. و سلم وزير النقل المهندس صالح الجاسر رخصة تشغيل «أجرة مكة» إلى الرئيس التنفيذي للهيئة الملكية المهندس صالح الرشيد. علماً بأن جميع مركبات خدمة «أجرة مكة» صديقة للبيئة، و تعمل بنظامي «الهايبرد والكهربائي»، مما يعزز مكانة مكة كمدينة ذكية. و دخلت الخدمة حيز التنفيذ ابتداء من ١٣ يناير ٢٠٢٥، وستكون متوفرة على مدار ٢٤ ساعة طوال أيام الأسبوع، مع تخصيص ٤٧ موقعاً موزعة في مختلف أنحاء مدينة مكة المكرمة في مواقع المحطات الرئيسية و حول منطقة الحرم. و من المتوقع أن يصل إجمالي عدد المركبات إلى نحو ١٨٠٠ مركبة بنهاية عام ٢٠٢٥. من جهته أعلن وزير الحج و العمرة الدكتور توفيق الربيعه، إطلاق نسخة «نسك» المحدثة ب-١٠٠ خدمة إضافية. و قد بلغ عدد ضيوف الرحمن



المنتدى السيناوي .. نافذة واعية

حيث يعمل على تقديم حلول للمشكلات وذلك من خلال : تعزيز فكرة التعاون والتواصل بين كل الأفراد والمسؤولين في المجتمع . كما أنه يعمل على ومن خلال دراسة وافية على تعزيز الثقافة السيناوية والتعبير عن القضايا الاقتصادية والاجتماعية وطرح الحلول لبعض المشكلات الحياتية واليومية . و المنتدى السيناوي وما يمتلكها من خبرات لديه القدرة على التأثير في المتلقي سواء كان مسئولاً او مواطناً بخطاب عقلائي وناقش هادىء متزن يعي متطلبات الواقع ويستشرف إمكانيات وتطلعات المستقبل .. يميز افرادة بقدرتهم على اكتساب ثقة الجميع من خلال طرحهم الواعي . و خلال فترة زمنية ليست بالطويلة استطاع المنتدى تقديم رؤى وحلول لمشاكل يومية وضعها متخذي القرار في أطر تنفيذية... ولا ينسى المنتدى ومن خلال فعالياته تكريم رموز الوطن والمتفوقين والمبدعين وتقديم الجوائز الترويجية لاعضائه . والاحتفاء بالمناسبات الوطنية وعقد شراكات مع كل من يستطيع تقديم مايفيد المجتمع المحلي والمشاركة في كل الفعاليات دعماً للتنمية بشمال سيناء .



كتبه / عادل رستم

قد يتبادر للذهن في الوهلة الأولى ان نعطي تعريفاً لمعنى المنتدى والتعريف الأقرب ان المنتدى هو مُلتقى يجمع الأشخاص من ذوي الاهتمامات المشتركة والخبرات المتنوعة ليتبادلوا الأفكار والنقاش لصالح مجتمعهم المحلي ويضم من بين أفرادها ما يمكن القول أن كل منهم يكمل الآخر . و هو ملتقى هام يهدف إلى تعزيز الثقافة السيناوية والاجتماعية وتقديم فرص جيدة للتواصل بين الأفراد والمجتمع . في غياب المجالس الشعبية المحلية ويقدم المنتدى نفسه للمجتمع السيناوي وأعماله من خلال صالون ثقافي يضم نخبه من أعضاؤه تجتمع لهدف محدد و يعتقد بصفه دوريه مع المسئول لي طرح بعض المطالب الضرورية للمواطن ويقدم الحلول ويتعاون في إنجازها ومتابعه تنفيذها . و يعتبر معطى هام في سيناء،

استخدام زيت بذور البصل علاج الأمراض الجلدية



بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين

الجسم، وبالتالي يساعد على تفتيح لون البشرة. كما يساعد في علاج الدامل، وتقرحات الجلد، وذلك لاحتوائه على مركبات مضادة للبكتيريا، والفطريات. وكذلك يساعد في علاج الأمراض الجلدية، كالأكزما، والصدفية. ووجد أن مسح البشرة به يؤدي إلي حمايتها

يحتوي زيت بذور البصل على خصائص مضادة للشيوخة، ومضادة للأكسدة تساعد على الحفاظ على صحة البشرة وتوهجها بشكل طبيعي. كما أنه يقلل من إنتاج الميلانين في

السّمك ييزود أعراض البرد.. حقيقة طبية أم خرافة

درجة الحرارة والعطس، أما من لم يعان من حساسية الأسماك فيمكنه تناولها بشكل طبيعي. وأكدت التقارير أن بعض الاكلات يمكن تناولها خلال نزلات البرد بشكل طبيعي بل إن الأسماك الدهنية تحتوي على عناصر هامة للحفاظ على قوة الجسم وصلابته وتعزيز جهاز المناعة، وتحتوي على فيتامين د بكميات كبيرة، فضلا عن فيتامين ب ١٢ ، كل هذه المغذيات والعناصر والفيتامينات تعزز من دفاعات الجسم ضد المرض، وتسرع من عملية الاستشفاء وعلاج نزلات البرد خاصة المتكررة منها.

فضلا عن احتواء الأسماك الدهنية على الأوميغا ٣ التي تعزز من المناعة، وتحسن من وظائف الجسم والدماغ بشكل عام، وأسماك السردين والسلمون والماكريل والتونه، كلها أنواع مميزة من الأسماك الدهنية التي تحفز الجهاز المناعي للشفاء السريع ولا تزيد من أعراض البرد ما دام الشخص لا يعاني من حساسية الأسماك.

الكثير من الأعراض منها الصداع والشعور بالوهن والضعف العام مع العطس، والسعال وغيرها الكثير من الأعراض الشائعة، قد يبتعد البعض ويتجنب تناول بعض الاكلات، والتي من أهمها السمك اعتقاداً أنها قد تزيد من حالتهم سوءاً.

هل يزيد السمك أعراض البرد وأوضح التقارير أن هناك ردود أفعال تحسسية للأسماك والمأكولات البحرية على الكبار والأطفال، ولكن ردود الأفعال هذه لا تأتي إلا لمن يعاني في الاصل من ما يسمى حساسية الأسماك، وهؤلاء يعانون من ردود أفعال تحسسية عالية تصل حد سيلان الأنف والهرش والتورم وارتفاع

السمك هو ذاك البروتين الغني الذي يمكن أن تستفيد من فوائده الغزيرة للصحة والمناعة ولتقوية الجسم والنمو وتوليد الطاقة والشعور بالشبع أيضا. وفقا لتقارير نشرت في موقعي ميديكال يوز توداي، eating well فإن السمك يحتوي على أحماض الأوميغا و فيتامين د، ومضادات الالتهاب ومضادات الأكسدة الطبيعية التي تقلل من التهاب الخلايا، ويحد من الإصابة بالأمراض نظرا لأنه يقوي المناعة، كما أنه نوع من البروتين الأبيض الغني الذي يمد الجسم بالمغذيات ويشعر بالشبع لفترة أطول ويحسن الكتلة العضلية. الإصابة بنزلات البرد تخلف



10 فوائد صحية لإضافة العسل إلى نظامك الغذائي في الشتاء

الدم منخفض، ما يعني أنه لن يسبب ارتفاعاً مفاجئاً في مستويات السكر في الدم، وبالتالي فإن العسل هو خيار التحلية الأفضل. يحسن صحة الفم يحتوي العسل على خصائص مضادة للميكروبات تساعد في محاربة البكتيريا في الفم، مما يقلل من خطر الإصابة بأمراض اللثة وتسوس الأسنان. يعزز صحة القلب يمكن لمضادات الأكسدة الموجودة في العسل أن تساعد في حماية قلبك، خاصة خلال فصل الشتاء عندما يميل ضغط الدم إلى الارتفاع بسبب درجات الحرارة الباردة، كما أنه يساعد في تعزيز الدورة الدموية ويقلل الالتهاب. يحارب الحساسية الموسمية تناول العسل الخام بانتظام، خاصة في شكل مشروبات مثل الماء الساخن المنقوع بالعسل مع الليمون، يمكن أن يساعد في بناء جهاز المناعة لديك وتقليل ردود الفعل التحسسية الشائعة مثل العطس وسيلان الأنف والسعال.

يهدئ التهاب الحلق يتمتع العسل بقوام سميك يغطي حلقك مما يساعد على تهدئة التهيج ويمنح راحة فورية ويساعد في تقليل الجفاف. مصدر طبيعي للطاقة مع الحلاوة الطبيعية يوفر العسل مصدر طاقة سريع ومستدام، لذلك فهو مثالي لمكافحة التعب. يعزز النوم الجيد في الليل ملعقة من العسل قبل النوم يمكن أن تساعد في تحسين جودة النوم عن طريق إطلاق الميلاتونين في الجسم، وهو الهرمون المسئول عن النوم. يدعم الهضم يمكن أن يساعد العسل في تهدئة الانزعاج في المعدة ويساعد في تحسين الهضم وتقليل الانتفاخ. يحافظ على ترطيب البشرة نصائح بسيطة للعناية بالبشرة في فصل الشتاء باستخدام العسل، مثل أقنعة الوجه المرطبة أو استخدام العسل كبديل لبلم الشم الشفاه. تنظيم مستويات السكر في الدم على عكس السكريات المكررة، يحتوي العسل على مؤشر نسبة السكر في

تحتاج أجسامنا إلى عناية إضافية للحفاظ على صحتنا خاصة خلال فصل الشتاء، ويمكن أن يجعلنا الطقس البارد والأيام القصيرة أن نشعر بالخمول والضعف والإصابة بالأمراض الموسمية، ولهذا السبب، يعد العسل خاصة في شكله الخام، أفضل رفيق لنا في الشتاء، وللعسل فوائد عديدة ويمكن إضافته للأطعمة والمشروبات واستخدامه كمحلي طبيعي في الحلويات، أو ببساطة تناول ملعقة كبيرة من العسل في الصباح لتمنحنا الدفء والتغذية اللازمة، ويحتوي العسل على خصائص مضادة للبكتيريا تساعد في محاربة نزلات البرد وغيرها من العدوى، وفقاً لتقرير موقع "تايمز أوف انديا". فوائد صحية لإضافة العسل إلى النظام الغذائي في الشتاء تعزيز المناعة يحتوي العسل على خصائص طبيعية مضادة للبكتيريا ومضادة للميكروبات تساعد في تقوية جهاز المناعة لديك، وذلك بفضل خصائصه المضادة للبكتيريا في محاربة الالتهابات.

8 فواكه غنية بالألياف تحسن عملية الهضم



الإمساك، كما يساهم في خفض مستويات الكوليسترول، ويثبت نسبة السكر في الدم، ويجعلك تشعر بالشبع لفترة أطول، مما يجعله وجبة خفيفة مثالية لأولئك الذين يسعون إلى التحكم في وزنهم. ٣. الجواقة هذه الفاكهة الاستوائية الغنية بالألياف تساعد على الهضم وتضمن صحة الأمعاء من خلال منع الإمساك، كما تساعد على إبطاء امتصاص السكر في مجرى الدم، مما يجعلها خياراً رائعاً لتنظيم نسبة السكر في الدم والصحة الأيضية بشكل عام. ٤. الموز يحتوي الموز على ألياف قابلة للذوبان وغير قابلة للذوبان، وتلعب هذه الفاكهة دوراً رئيسياً في صحة الجهاز الهضمي، فالألياف القابلة للذوبان تجعلك تشعر بالشبع لفترة أطول، بينما تساعد الألياف غير القابلة للذوبان في منع الإمساك وتعزيز حركة الأمعاء المنتظمة.

بالألياف والتي يجب عليك تضمينها في نظامك الغذائي: ١. الأفوكادو غني بالدهون الصحية والفيتامينات الأساسية، كما يعد هذا النوع من الفاكهة مصدراً جيداً للألياف التي تدعم الهضم وتحسن صحة الأمعاء، يساعد محتوى الألياف في الحفاظ على حركة الأمعاء المنتظمة ويساعد في إدارة الوزن من خلال تعزيز الشعور بالشبع. ٢. التفاح غني بالبكتين، وهو نوع من الألياف القابلة للذوبان، ويساعد هذا النوع من الفاكهة في تنظيم عملية الهضم ومنع

لا تعد الفواكه مجرد وجبة لذيذة ومنعشة، بل إنها مليئة أيضاً بمجموعة متنوعة من الفوائد الصحية، ومن أهم العناصر الغذائية التي تحتوي عليها الألياف، والتي تلعب دوراً حيوياً في الحفاظ على صحة الجهاز الهضمي، وإدارة الوزن، والحد من خطر الإصابة بالأمراض المزمنة. وتعتبر الفواكه الغنية بالألياف وفقاً لموقع health line ذات قيمة خاصة، حيث تساعد في تنظيم حركات الأمعاء، وخفض مستويات الكوليسترول، وتساعد على الشعور بالشبع لفترات أطول. تعرف على هذه الفواكه العشرة الغنية

أثر عنايات الزيات في معرض الكتاب.. "الحب والصمت" رواية يتيمة وحضور دائم

تجبه نادية لطفي. وفي هذا الحوار تشير نادية لطفي إلى أنهما كانتا تذاكران معاً، وتذهبان إلى السينما معاً، وتشير نادية لطفي إلى أن عنايات قد دفعت بروايتها "الحب والصمت" إلى الناشرين فتلكؤوا في الرد عليها، ثم جاءها الرد من الناشرين بأن الرواية لا تصلح للنشر.

ومن مقاطع رواية عنايات الزيات "الحب والصمت" التي عنيت فيها بفكرة تسجيل المشاعر في حالات مختلفة: "أنا في الثامنة عشرة، سن الشباب كما يقولون، لكنني أشعر أنني هرمت فجأة وأصبحت كهلة. أوراق الشجر تتساقط على أرض الحديقة، وتتجمع في زوايا الشارع، ويتساقط معها فيض من الذكريات الحزينة في خاطري، ويدفع بإحساس حزين ساحق إلى قلبي فيغمره بظلامه، ويجتاح نفسي من جديد شعور حاد بالضيق".

بعنوان "في أثر عنايات الزيات" ونشرت الطبعة الثانية من كتاب "في أثر عنايات الزيات" في يناير ٢٠٢٠ كما صدرت الطبعة الثالثة في مارس ٢٠٢٠

مسودة الرواية، وهي رفضت أن تأخذ بها، كما أشار إلى أن الكاتبة لا تعرف اللغة العربية إلا بصعوبة وأن كل دراساتها بالألمانية. ويعتبر الحوار الذي صدر في مجلة المصور في ١٦ مايو ١٩٦٧ بعنوان "نادية لطفي تروي سر انتحار قصص قصيرة وتاملات رغبة منها في الاستفادة برأيه، وتشير إيمان مرسال في كتابها أن الكاتبة أنيس منصور كرس معظم المقالة لعرض أحداث الرواية ومقتطفات منها، ولكنه أثناء ذلك قدم معلومات متناثرة لما يعرفه عن عنايات ومنها أنه أعطى لها ملاحظاته على



للكتاب. في ١٨ مارس ١٩٦٧، كتب أنيس منصور مقالة في جريدة الأخبار بعنوان "ولكن صدر كتابها بعد وفاتها بسنوات" حيث أشار فيها إلى قيام عنايات الزيات بعرض إنتاجها الأدبي - الذي وصفه "بالمتواضع" من مقالات ومشروع

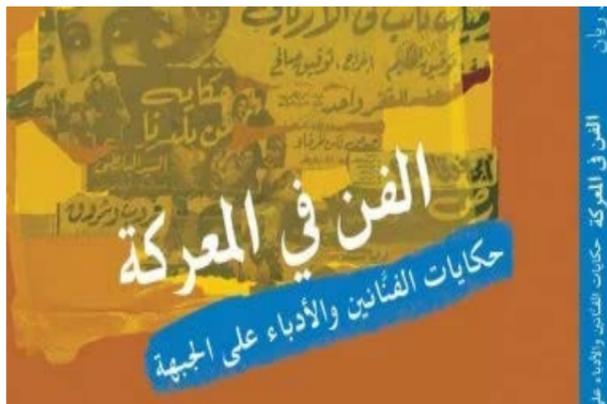
أثرها، ويحاول كشف سيرتها الذاتية والسر وراء انتحارها بعنوان "في أثر عنايات الزيات" ونشرت الطبعة الثانية من كتاب "في أثر عنايات الزيات" في يناير ٢٠٢٠ كما صدرت الطبعة الثالثة في مارس ٢٠٢٠، كما فازت عنه إيمان مرسال بجائزة الشيخ زايد

كتبت الكاتبة الراحلة عنايات الزيات رواية وحيدة أثارت إعجاب العديد من النقاد والكتاب، فقد كان العمل الأول لها هو الأخير وهو رواية "الحب والصمت" التي صدرت بتقديم المفكر الكبير الراحل مصطفى محمود عام ١٩٦٧، وقد كان انتحارها الغامض في سن الشباب وصدور روايتها بعد موتها سبباً لظهور اسمها في عالم الرواية العربية آنذاك، كما تم إنتاج فيلم سينمائي ومسلسل إذاعي مستوحين من الرواية. وهذا العام وفي الدورة الـ ٥٦ من معرض القاهرة الدولي للكتاب، عاود اسم "عنايات الزيات" الظهور مجدداً في معرض الكتاب بعد غياب، بعدما أعادت الهيئة العامة لقصور الثقافة إعادة طباعة روايتها مجدداً هذا العام. وفي نوفمبر ٢٠١٩ كتبت عنها الشاعرة إيمان مرسال كتاباً يتتبع

الفن في المعركة.. كتاب لـ محمد سيد ريان في معرض القاهرة للكتاب

وهند رستم وماجدة الخطيب وززو نبيل ونبيلة عبید وسناء جميل وسميرة أحمد، وتشكيلين مثل جمال السجيني وبيكار وجاذبية سري وناجي كامل ويوسف فرنسيس ومجدي نجيب وجورج البهجوري وعزت الأمير، وكاريكاتير رمسيس وعبد السميع، وشعراء مثل عبد الرحمن الأبونودي وفؤاد بدوي و فؤاد قاعود وفتحي سعيد ومحمد أحمد غزالي الشهير بكابت غزالي شاعر المقاومة الشعبية بالسويس، لقد شكل هؤلاء جميعاً جبهة للإبداع بالفن والأدب والثقافة في مقابل إبداع الجبهة بالسلاح في البر والبحر والجو، ومن المثير أن تنتهي هذه التجربة نهاية درامية تليق بمؤسستها المناضلة فتم إصدار بيان من الأدباء والفنانين ضد إسرائيل والصهيونية يعد وثيقة من أهم وثائق الشرف للمثقفين المصريين.

تثبت هذه التجربة أهمية دور القلم والريشة والأغنية والمشهد السينمائي إلي جانب البندقية والسلاح الثقيل؛ وهي تؤكد رسالة مهمة للمواطنين بأن المعركة هي معركتنا جميعاً وليست لمن هم علي الجبهة فقط.



بتوفيق رباني وسط ظروف شخصية صعبة، لكنها بإرادة الله ودعمه لجهد مخلص. وأضاف الكاتب، كتبت هذه التجربة بكلمات ومشاركات ومواقف من أدباء ومبدعين مثل نجيب محفوظ وإحسان عبد القدوس ويوسف السباعي ويوسف إدريس وعبد الحميد جودة السحار، وكتاب ومفكرين مثل أحمد بهاء الدين وفكري أباطة ومصطفى محمود وكمال النجمي وعبد الغفار مكاوي وأحمد رجب، ومطربين مثل عبد الحليم حافظ ومحرم فؤاد وعبد اللطيف التلواني، ومخرجين مثل فطين عبد الوهاب وكمال الشيخ وحسين كمال، وفنانين مثل أمين الهندي وعادل إمام وسمير صبري ورشدي أباطة وشكري سرحان وسعيد أبو بكر ومحمد عوض وسعد أردش وشادية

صدر حديثاً عن الهيئة المصرية العامة للكتاب، خلال معرض القاهرة الدولي للكتاب، كتاباً بعنوان "الفن في المعركة" للكاتب محمد سيد ريان. ويقول الكاتب: الكتاب عمل استقصائي وبحثي يتضمن كشف ثقافي وفني نادر من كتابات وشهادات وصور ووثائق مجهولة، وأشهر عديدة مرات وأنا أبحث عن مصادر أخرى تزيد من معرفتي بزيارات الفنانين والأدباء والإعلاميين للجبهة، وكنت أسعد كثيراً بوجود طرف خيط، أو تكلمة لقصة ناقصة من زاوية أخرى، أو توضيح لدور غائب عن المشهد، وفي أحيان عديدة كدت أتراجع في غياب معلومة مهمة أو تأكيد ضروري، وأحياناً أتقدم بسرعة وتسير الأمور بترتيب إلهي لأسير مجذوب من البداية للنهاية

معرض الكتاب ٢٠٢٥.. رواية "الحب والصمت" درة أدبية تدور في حقبة الخمسينيات

وصدرت ضمن سلاسل الهيئة وأخرى تم إصدارها بمناسبة المعرض، وتقدمها بأسعار مخفضة للجمهور.

وتتنوع موضوعات الكتب لتشمل التاريخ والتراث والأدب الشعبي والتراجم العالمية وكتب أعلام الفكر بالإضافة إلى إصدارات متنوعة في سلاسل: السينما، السير الذاتية، أدب الرحلات، الفلسفة، والدراسات الشعبية، الفن التشكيلي، النقد الأدبي، المسرح، والموسيقى، والعبور، وكذا الأعمال الإبداعية في القصة والشعر والرواية، بجانب الركن الخاص بكتب الأطفال وركن في جناح الهيئة للكتب المخفضة.

ويشارك في معرض القاهرة الدولي للكتاب ٨٠ دولة و١٣٠٠ دار نشر و٦ آلاف عارض، وتحل عليه سلطنة عمان ضيف شرف هذه الدورة، وتم اختيار اسم الدكتور الراحل أحمد مستجير، شخصية المعرض، والكاتبة فاطمة المعدول، شخصية معرض كتاب الطفل.



نهايات الحكم الملكي في مصر، حيث بطلة الرواية "نجلاء" التي تنتمي إلى طبقة اجتماعية غنية، فيها المرأة ما هي إلا متاع للرجل بلا أي رأي، ولا حق لها في أن تختار الحياة التي تروق لها، تعاني من إحساس مفطر بالوحدة، هذا الشعور القاتل الذي استولى على كل حواسها، قادها لأن تطرح رؤاها وفلسفتها الخاصة في الحياة. غلاف الكتاب وتشارك هيئة قصور الثقافة في دورة معرض القاهرة الدولي للكتاب هذا العام بأكثر من ١٦٥ عنواناً جديداً تم اختيارها بعناية

صدر عن الهيئة العامة لقصور الثقافة رواية "الحب والصمت"، لعنايات الزيات، تقديم الدكتور مصطفى محمود، ضمن إصدارات الهيئة في معرض القاهرة الدولي للكتاب، في دورته السادسة والخمسين، المقامة حتى ٥ فبراير، بمركز مصر للمعارض الدولية بالتجمع الخامس، تحت شعار "اقرأ.. في البدء كان الكلمة". "الحب والصمت" درة أدبية يتيمة كتبها الأدبية عنايات الزيات، صدرت عام ١٩٦٧، تدور أحداثها في بداية حقبة الخمسينيات من القرن العشرين



ChatGPT يطرح نموذج o3-Mini AI للمستخدمين المجانيين.. تفاصيل

أدى الرئيس التنفيذي لشركة OpenAI سام ألتمان بالعديد من الإعلانات لمستخدمي ChatGPT، حيث قال إن سلسلة o3 من نماذج الذكاء الاصطناعي، التي تم الكشف عنها في ديسمبر ٢٠٢٤ كمعجزة بحثية، ستشهد أول إصدار عالمي لها الآن، وصرح ألتمان أن نموذج o3-mini AI سيتم طرحه لكل من المشتركين المدفوعين وكذلك أولئك الموجودين على المستوى المجاني من منصتها.

بالإضافة إلى ذلك، كشف الرئيس التنفيذي أيضًا عن أن وكيل الذكاء الاصطناعي Operator الذي تم إصداره مؤخرًا سيكون متاحًا لمستخدمي ChatGPT Plus قريبًا. OpenAI تطلق أول نموذج AI

كشف الرئيس التنفيذي أيضًا عن أن وكيل الذكاء الاصطناعي Operator الذي تم إصداره مؤخرًا سيكون متاحًا لمستخدمي ChatGPT Plus قريبًا.

المجانية متاحًا بخمسة استعلامات يوميًا، في الوقت نفسه، كشف الرئيس التنفيذي لشركة OpenAI أن مستخدمي ChatGPT Plus سيحصلون على ١٠٠ استعلام يوميًا مع o3-mini. إلى جانب ذلك، أدى ألتمان أيضًا بإعلانات مستقبلية متعددة لمستخدمي

جدول شحنها الذي يمتد ١٢ يومًا على طراز عيد الميلاد في ديسمبر، وفي ذلك الوقت، قالت شركة الذكاء الاصطناعي إن نماذج الذكاء الاصطناعي الجديدة ستوفر أداءً أفضل مقارنة بالسابقة وستكون قادرة على إكمال مهام أكثر تعقيدًا في الترميز والرياضيات ومعالجة اللغة الطبيعية. ومع ذلك، لم يتم الكشف عن مجموعتها الكاملة من القدرات وتقييمات المعايير.

أبرز ألتمان الآن أن الطبقة المجانية من ChatGPT ستحصل أيضًا على إمكانية الوصول إلى طراز o3-mini. على الرغم من أنه من المرجح أن يحصل على قيود عالية. على سبيل المثال، كان طراز o1 في الطبقة



على المستوى المجاني من روبوت الدردشة بالذكاء الاصطناعي، والجدير بالذكر أن o3 هو خليفة نماذج سلسلة o1 الخاصة بالشركة. وقدمت شركة OpenAI سلسلة o3، التي تضم o3 وo3-mini، خلال

في منشور على X (المعروف سابقًا باسم Twitter)، كشف ألتمان أن أحدث سلسلة من نماذج اللغة الكبيرة التي تركز على المنطق (o3، LLM)، ستكون متاحة لكل من المستخدمين المدفوعين وكذلك أولئك الموجودين

على المستوى المجاني من منصتها. بالإضافة إلى ذلك، كشف الرئيس التنفيذي أيضًا عن أن وكيل الذكاء الاصطناعي Operator الذي تم إصداره مؤخرًا سيكون متاحًا لمستخدمي ChatGPT Plus قريبًا. OpenAI تطلق أول نموذج AI

مواصفات متوقعة بهاتف Pixel 9a الجديد وتسريبات عن موعد إطلاقه



تكشف التسريبات، أن جوجل ستغير موعد إطلاق هاتفها القادم من الفئة المتوسطة، Pixel 9a، من مايو إلى منتصف مارس، ووفقًا لشائعات سابقة، سيحتوي Pixel 9a على ذاكرة وصول عشوائي (RAM) بسعة ٨ جيجابايت وستوفر بسعة تخزين ١٢٨ جيجابايت و٢٥٦ جيجابايت. وكشف موقع Android Headlines أن السعر الابتدائي لن يتغير عن Pixel 8a و 8a Pro، مما يعني أن طراز 9a سيكلف ٤٩٩ دولارًا. من ناحية أخرى، قد يشهد طراز 9a جيجابايت زيادة قدرها ٤٠ دولارًا، ويبلغ سعر Pixel 8a بسعة ٢٥٦ جيجابايت ٥٥٩ دولارًا، وستؤدي الزيادة المزعومة إلى رفع السعر إلى ٥٩٩ دولارًا، وهذا يعني أن فارق السعر بين مستويي التخزين سيكون ١٠٠ دولار، وهو ما ينطبق أيضًا على Pixel 9.

في حين أن ٤٠ دولارًا قد لا يُعتبر زيادة كبيرة، إلا أنه قد يكون كافيًا لإبعاد بعض المشترين، نظرًا لأن سلسلة A هي مجموعة من الهواتف الموجهة للميزانية. وفقًا للتقارير، يتمتع Pixel 9a بتصميم محدث مع وحدة كاميرا مسطحة بدلاً من شريط أفقي. كما يشاع أن الجهاز يحتوي على شاشة أكبر مقاس ٦,٢٨٥ بوصة، ومن المتوقع أن يكون أطول وأعرض قليلًا من Pixel 8a ويمكن أن يحتوي على بطارية أكبر بسعة ٥١٠٠ مللي أمبير في الساعة، ولكن على الرغم من ذلك، فقد يكون وزنه أقل من سابقه، وسيتم رفع سرعة الشحن السلكي من ١٨ وات إلى ٢٣ وات. وبحسب ما ورد، سيعمل الهاتف بنسخة معدلة من شريحة Tensor G4، ومن المرجح أيضًا أن يحتوي على كاميرا رئيسية أكبر بدقة ٤٨ ميجابكسل مما سيساعده في الوصول إلى قائمة أفضل الهواتف المزودة بكاميرات لعام ٢٠٢٥.

Meta AI يصبح أكثر ذكاءً بذاكرة محسنة وتجربة شخصية مخصصة.. تفاصيل



أعلنت شركة ميتا أن شات بوت الذكاء الاصطناعي الخاص بها، والذي يُطلق عليه "Meta AI"، أصبح الآن أكثر ذكاءً بفضل تحسين قدراته على تذكر التفاصيل التي يشاركها المستخدمون معه في المحادثات الفردية على تطبيق واتساب ومانجر. وتسمح هذه الذاكرة الجديدة للشات بوت بتخصيص الردود المستقبلية لتكون أكثر فائدة وملاءمة للمستخدم، و يمكن للمستخدمين الآن أن يطلبوا من الشات بوت تذكر تفاصيل معينة عنهم، مثل الأنشطة التي يفضلونها، أو أن يلتقط التفاصيل الهامة من سياق المحادثة، فعلى سبيل المثال: إذا طلبت اقتراحات لوجبة إفطار وأوصى بشيء يحتوي على اللحوم، ثم أخبرته أنك نباتي، فسيذكر ذلك وسيقدم اقتراحات نباتية في المستقبل. ويمكن للمستخدمين حذف ذاكرة الشات بوت في أي وقت إذا أرادوا ذلك، ولكن في الوقت الحالي، هذه الميزة متوفرة فقط في الولايات المتحدة وكندا، وأصبح الشات بوت

أكثر قدرة على التخصيص بناءً على البيانات المتاحة له، وعلى سبيل المثال، إذا طلبت اقتراحًا لأنشطة يمكنك القيام بها مع عائلتك خلال عطلة نهاية الأسبوع، فقد يقترح تذاكر لحفل موسيقي في منطقتك المحلية بناءً على: موقعك الجغرافي الذي قمت بتعيينه على فيسبوك. مشاهداتك الأخيرة لفيدوهات قصيرة لفنانين موسيقيين. ذكرك التي تعلمت أنك متزوج ولديك طفلان صغيران. الميزة الجديدة لا تقتصر فقط

على واتساب ومانجر، بل تتوفر أيضًا على انستجرام، ومع ذلك، فهي متاحة حاليًا فقط في الولايات المتحدة وكندا. كما أن تحسينات شات بوت Meta AI تجعل من التفاعل معه تجربة أكثر تخصيصًا وسهولة، مما يساعد المستخدمين في الحصول على إجابات واقتراحات تناسب اهتماماتهم الشخصية واحتياجاتهم اليومية. تعتبر هذه الخطوة تطورًا جديدًا في مجال الذكاء الاصطناعي الشخصي وتفتح الباب لمزيد من التفاعل الذكي مع المستخدمين.

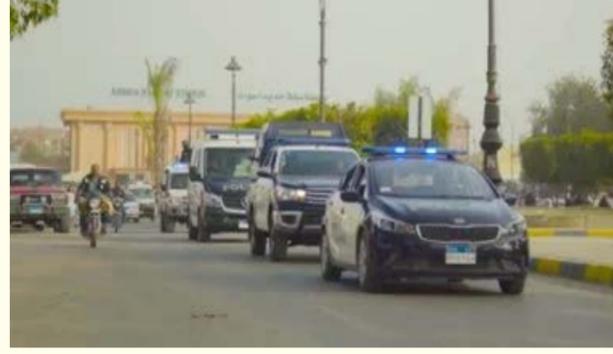




ضبط شخص لاتهامه بالنصب والاحتيال على المواطنين

بالقاهرة، للنصب والاحتيال على المواطنين بزعم منحهم دورات تعليمية وشهادات دراسية في أحد المجالات، وإيهامهم بتسفيرهم للخارج لاستكمال دراستهم "على خلاف الحقيقة" مقابل مبالغ مالية، والترويج لنشاطه الإجرامى عبر موقع التواصل الإجتماعى. وعقب تقنين الإجراءات تم استهداف مقر الكيان المشار إليه وأمكن ضبطه، وبحوزته (عدد من الإستمارات والشهادات الدراسية منسوبة للكيان "خالية البيانات" - مطبوعات دعائية)، وتم اتخاذ الإجراءات القانونية.

قيام أحد الأشخاص بإدارة كيان تعليمى "بدون ترخيص" كائن بدائرة قسم شرطة مدينة نصر أول بالقاهرة،



أكدت معلومات وتحريات الإدارة العامة لمكافحة جرائم الأموال العامة بقطاع مكافحة جرائم الأموال العامة والجريمة المنظمة قيام أحد الأشخاص بإدارة كيان تعليمى "بدون ترخيص" كائن بدائرة قسم شرطة مدينة نصر أول

إصابة ٦ أشخاص إثر انقلاب ميكروباص بالطريق الأوسطى

الأوسطى، على الفور انتقلت سيارات الإسعاف إلى موقع الحادث، بصحبة ونش مرورى لرفع حطام السيارة وتسهيل حركة المرور.



الفحص الأولي أشار إلى أن الحادث وقع بسبب اختلال عجلة القيادة من السائق، ما أدى إلى انقلاب السيارة، نتج عن الحادث إصابة ٦ أشخاص تم نقلهم إلى المستشفى لتلقي الإسعافات والعلاج اللازم، وتم اتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة.

أصيب ٦ أشخاص إثر حادث انقلاب ميكروباص أعلى الطريق الأوسطى اليوم، وتم نقلهم إلى المستشفى لتلقي العلاج، فيما تم تحرير محضر

الداخلية تضبط قضايا إتهامه في العملات الأجنبية بقيمة ٧ ملايين جنيه



أسفرت جهود قطاع الأمن العام بالاشتراك مع الإدارة العامة لمكافحة جرائم الأموال العامة ومديريات الأمن خلال ٢٤ ساعة عن ضبط عدد من قضايا "الإتهام" في العملات الأجنبية المختلفة بقيمة ٧ ملايين جنيه. تم اتخاذ الإجراءات القانونية.

ملف نهر النيل.. الرئيس السيسي: مصر تمر بوضعية دقيقة وتعاني ندرة مائية حادة



طالما تم التوافق بينهم على تحقيق التعاون بنوايا صادقة، وفقاً لقواعد القانون الدولي ذات الصلة.

ولفت إلى أنه تباحث مع نظيره الكيني بشأن آخر تطورات ملف نهر النيل، حيث شدد على الوضعية الدقيقة لمصر، التي تعاني من ندرة مائية حادة.

وذكر أنه «أكد خلال المباحثات دعم مصر الكامل للاحتياجات التنموية المشروعة لدول حوض النيل، بما يستدعي التنسيق الإيجابي فيما بينها؛ لضمان عدم الأضرار بأي طرف».

تتمه ص ١

8 فواكه غنية بالألياف تحسن عملية الهضم

يحتوي هذا التوت على نسبة عالية من الألياف، وهو يدعم صحة الجهاز الهضمي من خلال تشجيع حركة الأمعاء المنتظمة ومنع الإمساك، وتلعب الألياف أيضاً دوراً في التحكم في مستويات السكر في الدم وتساعد في الشعور بالشبع، مما يجعله خياراً ممتازاً للتحكم في الوزن.



٨. المانجو
تحتوي هذه الفاكهة الاستوائية على نسبة عالية من الألياف، وهي تساعد على تحسين عملية الهضم من خلال تعزيز حركة الأمعاء المنتظمة وتقليل خطر الإصابة بالإمساك، بالإضافة إلى ذلك، يساعد محتوى الألياف في استقرار مستويات السكر في الدم والحد من الجوع، مما يساعد في إدارة الوزن من خلال منع الإفراط في تناول الطعام.

٦. البرتقال
غني بالألياف القابلة للذوبان، ويساعد هذا النوع من الفاكهة الحمضية على خفض نسبة الكوليسترول وتحسين صحة القلب، كما أنه يساعد على الهضم، ويحافظ على انتظام حركة الأمعاء، ويعزز الشعور بالشبع، مما يجعله إضافة مفيدة لخطة إدارة الوزن.
٧. التوت الأسود
٥. الأناناس
تساهم الألياف الموجودة في هذه الفاكهة الاستوائية في صحة الجهاز الهضمي من خلال منع الإمساك ودعم حركة الأمعاء المنتظمة، كما تحتوي على البروميلين، وهو إنزيم يساعد في تكسير الطعام وتحسين امتصاص العناصر الغذائية لتسهيل عملية الهضم.

تتمه ص ٧





مصر تحصد المركز الخامس في بطولة العالم لكرة اليد

حيث يلتقي منتخب الدمارك مع منتخب البرتغال، بينما يواجه منتخب كرواتيا نظيره الفرنسي. تستمر قنوات أون تايم سبورتس في بث جميع مباريات البطولة عبر شاشاتها، حيث حصلت على حقوق البث الحصري، لتتيح للجماهير متابعة منافسات البطولة لحظة بلحظة.

تأهلت منتخبات الدمارك والبرتغال وكرواتيا وفرنسا إلى نصف النهائي، فاز منتخب الدمارك على البرازيل ٣٣-٢١، بينما حقق منتخب كرواتيا فوزاً ضيقاً على المجر ٣١-٣٠، كما حقق منتخب البرتغال فوزاً مثيراً على نظيره الألماني ٣١-٣٠. تُقام مباريات نصف النهائي يومي الخميس والجمعة،

شهدت حصوله على المركز السابع. وعلى الرغم من الإصابات التي تعرض لها المنتخب قبل البطولة، قدم الفريق المصري أداءً استثنائياً، خصوصاً في المباراة ضد منتخب فرنسا. حيث خسر المنتخب المصري في الثواني الأخيرة بنتيجة ٣٤-٣٣ في مباراة مثيرة، نالت إعجاب الجميع.



حقق منتخب مصر لكرة اليد إنجازاً تاريخياً في بطولة العالم ٢٠٢٥ المقامة حالياً في كرواتيا والدمارك والنرويج، والتي تستمر حتى ٢ فبراير المقبل. حيث احتل المركز الخامس في جدول الترتيب بعد انتهاء مباريات ربع النهائي، محققاً بذلك تحسناً كبيراً مقارنةً بالبطولة الماضية ٢٠٢٣، التي

"خنجر في ظهر الزمالك" .. تعليق ناري من حازم إمام بشأن انتقال بن شرقي لـ الأهلي



علق حازم إمام نجم نادي الزمالك السابق، على انتقال المغربي أشرف بن شرقي، لصفوف الفريق الأول لكرة القدم بالنادي الأهلي، خلال فترة الانتقالات الشتوية الجارية.

وأعلن نادي الريان القطري، فسخ التعاقد مع بن شرقي، ووصل اللاعب إلى القاهرة اليوم الأربعاء، تمهيداً لانضمامه لصفوف الأهلي. وقال حازم إمام، في تصريحات عبر إذاعة «أون سبورت إف إم»: «جمهور نادي الزمالك من حقه يزعل على انتقال أشرف بن شرقي، للنادي الأهلي»، مضيفاً: «نادي الزمالك لو كان معاه فلوس كان ممكن يتعاقد مع بن شرقي، الجمهور من حقه

يزعل خاصة بعد الصفقات التي تم تدعيم بها الفريق في الفترة الماضية مثل ميشالاك وموتيابا». وأضاف: «صفقة أشرف بن شرقي للأهلي ضربة موجعه للزمالكوية، لأنه حصل مع الزمالك على بطولات كثيرة». وواصل: «صفقه أشرف بن شرقي، هتكون خنجر في ظهر

إدارة الزمالك، ومنتعبه لإدارة الزمالك الي هتتاجم هجوم قوي جداً». وأتم حازم إمام حديثه قائلاً: «الأهلي بالتعاقد مع بن شرقي، ضرب عصفورين بصفقة قوية لتدعيم الفريق، ومن ناحية أخرى قضى على إدارة الزمالك أمام الجماهير».

اتحاد الكرة يطالب الأندية بتوفير جهاز صدمات القلب في المباريات والمعسكرات



كما أُلزم اتحاد الكرة جميع الأندية بتواجد سيارة الإسعاف المجهزة في جميع المباريات الرسمية والودية وأن يكون من بين تجهيزات السيارة تواجد جهاز صدمات القلب.

وتضمن خطاب اتحاد الكرة الذي تم إرساله لجميع الأندية على مستوى الجمهورية، ضرورة الالتزام بهذه التوجهات يأتي بناءً على تعليمات وزارة الشباب والرياضة.

أرسل اتحاد الكرة خطاباً رسمياً لجميع الأندية اليوم الثلاثاء، وذلك لمطالبها بضرورة تواجد جهاز صدمات القلب في جميع المباريات والبطولات وخلال المعسكرات.





مدرب أنجولا عن مواجهة مصر في أمم أفريقيا: منتخب عالمي



أكد البرتغالي بيدرو سواريس جونسالفيس مدرب منتخب أنجولا، على صعوبة مواجهة مصر في كأس أمم أفريقيا المقبلة بالمغرب. وأوقعت القرعة أنجولا مع مصر وجنوب أفريقيا وزيمبابوي في المجموعة الثانية، بكأس الأمم الذي يقام شهر ديسمبر المقبل في المغرب. وقال سواريس في تصريحات تلفزيونية لقناة القاهرة الإخبارية: "مواجهة منتخب به نجوم عالمية ولديه خبرة طويلة في بطولات أفريقيا مثل مصر هو تحد صعب، خاصة وأنه يمتلك أحد أفضل لاعبي العالم حاليا محمد صلاح". وأضاف البرتغالي: "المواجهة ستكون صعبة بالتأكيد والمجموعة كلها مستويات عالية، وعلينا تقديم مستوى جيد للعودة منها للدور المقبل، مستفيدين من تجربتنا الجيدة بالكان الأخير".

يذكر أن مصر ستواجه أنجولا وجنوب أفريقيا وزيمبابوي في المجموعة الثانية بأمم أفريقيا المقبلة بالمغرب، ويسعى الفراعنة لاستعادة اللقب الغائب عن خزائنه منذ نسخة ٢٠١٠.

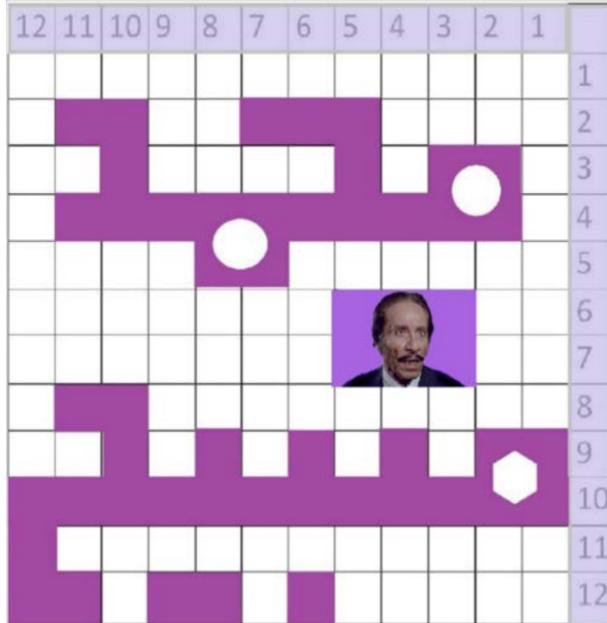
اتحاد الكرة يلزم الأندية بتفعيل بوابة فيفا القانونية



أرسل الاتحاد المصري لكرة القدم، خطابات إلى الفروع والمناطق يلزمها بإخطار جميع الأندية التابعة لها بنظام الاتحاد الدولي FIFA "LEGAL PORTAL" بوابة فيفا القانونية، والخاص بالاستخدام الإلزامي لبوابة فيفا القانونية، مع التأكيد على الأندية بضرورة التسجيل بها عن طريق إيميل الـ TMS لكل ناد، وذلك حرصا من الاتحاد على مصالح الأندية المصرية حيث لن تصل أي إجراءات قانونية لعلم الأندية إلا عن طريق هذا الموقع. أصبحت البوابة القانونية الرقمية للفيفا السبيل الوحيد لمباشرة جميع الإجراءات أمام هيئة صنع القرار والهيئات القضائية، وكذلك المنفذ الحصري لكل المراسلات المتعلقة بالإجراءات القانونية أمام محكمة FIFA وهيئاته القضائية. تهدف المنصة القانونية لـ FIFA إلى ضمان تواصل بسيط وآمن بين FIFA والأطراف المعنية، كما تصبو إلى تحقيق

فهم أفضل للإجراءات وتحسين إمكانية تتبعها، لذا وجب على كل الاتحادات الوطنية لكرة القدم والأندية واللاعبين والمسؤولين وجميع المعنيين في الإجراءات القانونية أمام هيئة صنع القرار والهيئات القضائية، وكذلك المنفذ الحصري لكل المراسلات المتعلقة بالإجراءات القانونية أمام محكمة FIFA وهيئاته القضائية. تهدف المنصة القانونية لـ FIFA إلى ضمان تواصل بسيط وآمن بين FIFA والأطراف المعنية، كما تصبو إلى تحقيق

الكلمات المتقاطعة.. "إهداء إلى روح الفنان الراحل محمد صبيح في ذكرى رحيله"



إعداد | سعيد شفيق

أفقيًا
١- رجال فيلم لفريد شوقي وحسين فهمي ومحمد صبيح
٢- فيلم لكاميليا ومحمود المليجي ومحمد صبيح (معكوسة) - أحد الوالدين
٣- حرام فيلم شارك فيه محمد صبيح بدور "موميا" - للنفي
٤-
٥- جريمة في الحي فيلم لرشدي أباطة ونادية لطفي ومحمد صبيح - معدل (مبعثرة)
٦- للنداء - فيلم لفريد شوقي وأحمد رمزي ومحمد صبيح (معكوسة)
٧- متشابهان - قتلت بابايا فيلم لفؤاد المهندس وشويكار وصبيح (معكوسة)
٨- فيلم لفريد شوقي وهدي سلطان ومحمد صبيح

٩- للاستفهام
١٠-
١١- فيلم لفريد شوقي وهدي سلطان وسراج منير ومحمد صبيح
١٢- لعنة فيلم لفريد شوقي وناهد شريف ومحمد صبيح رأسيا
١- دماء فيلم لفريد شوقي وهند رستم وصبيح (معكوسة) - نصف جاءت
٢- نصف سعاد - مؤذن الرسول (معكوسة) - من الأقارب
٣- من أجلي (معكوسة) - عملة اليابان - نصف هتلر
٤- آلة موسيقية - نصف وادي
٥- أحد الوالدين - نصف خانة
٦- قيس و فيلم لماجدة وشكري سرحان وصبيح (معكوسة)
٧- نقيض الحلو - سئم
٨- آلة موسيقية - نصف طلاقها
٩- والدتك - شياطين إلى
١٠- فيلم لعادل إمام ومظهر أبو النجا وصبيح (معكوسة)
١٠- كامل (معكوسة) - نقيض حلو
١١- نقيض "سري"
١٢- فيلم لفريد شوقي وزهرة العلا ومحمد صبيح ومحمود مرسى (معكوسة).

