

Mohamed Qatamesh Dental Clinic

After Before

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



رئيس التحرير
هناء السيد

العدد الإجمالي رقم ١٤٣١

مصر
تلداتين

إخبارية إلكترونية مستقلة
نسخة مجانية

الخميس | ٢٧ صفر | ١٤٤٧ هـ | الموافق ٢١ أغسطس | ٢٠٢٥ م



رئيس مجلس الإدارة

محمود صلاح قطامش

أسسها/محمود صلاح قطامش ٢٠١٤

السياسي وماكرون يبحثان تعزيز الشراكة الاستراتيجية وجهود الاعتراف بالدولة الفلسطينية



في ظل تفاقم الأزمة الإنسانية داخل القطاع، وأكد الرئيس موقف مصر الثابت والرافض لأيّة محاولات لتجسير الشعب الفلسطيني خارج أرضه، أو المساس بحقوقه المشروعة، وفي مقدمتها إقامة دولته المستقلة على حدود ٤ يونيو ١٩٦٧ وعاصمتها القدس الشرقية.

تابع ص ٢

وأشار المتحدث الرسمي، إلى أن الاتصال شهد تبادلًا للرؤى حول مستجدات الأوضاع الإقليمية، حيث استعرض الرئيس الجهود المصرية المكثفة للتوصل إلى اتفاق لوقف إطلاق النار في قطاع غزة، وإطلاق سراح الرهائن والأسرى، وتسهيل دخول المساعدات الإنسانية،



بين البلدين، لا سيما في المجالات الاقتصادية والتجارية والاستثمارية.

مواصلة العمل المشترك لتعزيز كافة جوانب التعاون، وتفعيل اتفاق الشراكة الاستراتيجية

تلقى الرئيس عبد الفتاح السيسي، اتصالًا هاتفيًا من إيمانويل ماكرون، رئيس الجمهورية الفرنسية.

وصرح المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية السفير محمد الشناوي، بأن الاتصال تناول تطورات العلاقات الثنائية المتميزة بين مصر وفرنسا، حيث تم التأكيد على أهمية

الرئيس السيسي ورئيس وزراء اليونان يبحثان الشراكة الاستراتيجية وجهود وقف إطلاق النار في غزة

تطوير التعاون المشترك في مختلف المجالات، مع التركيز على تنمية التبادل التجاري وزيادة الاستثمارات المتبادلة، استنادًا إلى الإمكانيات الكبيرة المتاحة في كلا البلدين.

تابع ص ٥



تعزيز العلاقات الثنائية المتميزة بين مصر واليونان، لا سيما في ضوء إعلان الارتقاء بها إلى مستوى الشراكة الاستراتيجية في مايو ٢٠٢٥.

وقد تناول الاتصال التأكيد على أهمية مواصلة

تلقى الرئيس عبد الفتاح السيسي، اليوم، اتصالًا هاتفيًا من كيرياكوس ميتسوتاكيس، رئيس وزراء اليونان.

وصرح المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية، بأن الاتصال تناول سبل

الرئيس السيسي: إتاحة الموارد الدولارية ينعكس بصورة إيجابية على توفير مخزون مطمئن من السلع والمنتجات البترولية



الحفاظ على سعر صرف من وموحد للعملة الأجنبية.

تابع ص ٩

الدولارية، وخاصة من الموارد المحلية، وتواصل التنسيق بين الحكومة والبنك المركزي لضمان

أكد الرئيس عبد الفتاح السيسي، أن إتاحة الموارد الدولارية بشكل كافٍ ينعكس بصورة إيجابية على توفير مخزون مطمئن من السلع المختلفة، والمنتجات البترولية، وكذا مستلزمات الإنتاج للمصنع. وخلال اجتماع مع محافظ البنك المركزي، حسن عبد الله، أكد الرئيس، ضرورة استمرار جهود زيادة الحصيلة

مطبخ أحلامك في مودرن هاوس

10 سنوات

Modern House Decorations
0204448366
0204448366

إدارة
إسطة
Simplified Elegance

Al-Zafer الطافير
International Shipping & Logistic Solutions

1 Dard Shady St., 1st Floor, Square 1234, Sheikh Fawzi Mall, Giza, Egypt
0204 4444447
0204 4444448
www.alzaferintl.com

- ٢ إدارة ترارب توقع اتفاقات مع بلدين جديدين لترحيل المهاجرين
- ٣ رئيس الوزراء يلتقي رئيس مفوضية الاتحاد الأفريقي
- ٤ متحدث الحكومة: لا مساس بحقوق ذوي الهمم.. وتعديلات إعفاءات السيارات لسد ثغرات الاستغلال
- ٥ البترول: إمداد السوق المحلي ما بين ١٧ و ٢٠٪ من الدولار والبنزين من مصفاة ميدور
- ٦ الحرب في غزة بين مسار الحرب ومسار الهدنة: الدور المصري في قلب المشهد
- ٧ حسام حسن يتابع المصابين لحسم مصيرهم أمام إثيوبيا وبوركينا فاسو



إدارة ترامب توقع اتفاقات مع بلدين جديدين لترحيل المهاجرين

جواً أكثر من ٢٠٠ فنزويلي متهمين بالانتماء إلى عصابات إلى السلفادور وأعيدوا إلى فنزويلا الشهر الماضي في إطار صفقة تبادل أسرى.

كما أرسلت الإدارة مهاجرين مدانين بجرائم عنف، إلى جنوب السودان المضطرب ومملكة إسواتيني الصغيرة في جنوب أفريقيا. وأعلنت جواتيمالا وكوسوفو ورواندا أنها ستستقبل المرحلين من الولايات المتحدة القادمين من دول أخرى.

وفي الأسبوع الماضي، أعلنت وزارة الخارجية الأمريكية أن الولايات المتحدة وقعت اتفاقية لجوء "دولة" مع باراجواي. وتقبل المكسيك، بموجب اتفاق يعود تاريخه إلى ما قبل ولاية ترامب الثانية، عودة بعض المهاجرين من أمريكا اللاتينية الذين عبروا الحدود الجنوبية للولايات المتحدة بشكل غير قانوني.

كشفت وثائق رسمية أن إدارة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب وسعت نطاق الاقناع لدول حول العالم لدعم حملتها ضد الهجرة غير الشرعية.

الحد الأدنى من الإشعار والإجراءات القانونية الواجبة. ومهد هذا القرار الطريق أمام الإدارة لمواصلة توسيع نطاق الممارسة التي اعتمدتها منذ بداية ولاية ترامب الثانية.

وفي فبراير، أقرت إدارة ترامب كوستاريكا وبنما باستقبال عدة مئات من المهاجرين الأفارقة والآسيويين الذين طلبوا اللجوء على طول الحدود بين الولايات المتحدة والمكسيك. ثم في مارس، نقلت الولايات المتحدة



اتفاقيات ترحيل مع دول عبر عدة قارات، وقد جادلت الإدارة بأن هذه الاتفاقيات أساسية لحملتها للترحيل الجماعي، حيث يصعب ترحيل بعض المهاجرين إلى بلدانهم الأصلية بسبب توتر العلاقات الدبلوماسية أو لأسباب أخرى.

وفي وقت سابق، منحت المحكمة العليا إدارة ترامب الضوء الأخضر لترحيل المهاجرين إلى دول ثالثة مع

كشفت وثائق رسمية حصلت عليها شبكة سي بي اس نيوز، أن إدارة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب وسعت نطاق الاقناع لدول حول العالم لدعم حملتها ضد الهجرة غير الشرعية من خلال قبول استقبال المهاجرين الغير شرعيين من البلاد.

ووفقا للتقرير، وافقت اوغندا مؤخرًا على قبول المرحلين من الولايات المتحدة القادمين من دول أخرى في القارة، شريطة ألا يكون لديهم سوابق جنائية، كما وافقت حكومة هندوراس على استقبال المرحلين من دول أخرى ناطقة بالإسبانية في أمريكا اللاتينية وأشار التقرير إلى أن هندوراس وافقت على عدد صغير نسبيا من عمليات الترحيل -فقط بضعة مئات على مدي عامين- لكن الوثائق تشير إلى أنها قد تقرر قبول المزيد.

يستند كلا الاتفاقين إلى بند "الدولة

رئيس وزراء أستراليا يقلل من أهمية انتقادات نتنياهو: لا آخذ هذه الأمور على محمل شخصي



قلل رئيس الوزراء الأسترالي أنتوني ألبانيز، من أهمية انتقادات نظيره الإسرائيلي بنيامين نتنياهو، بسبب قرار كانبرا الاعتراف بالدولة الفلسطينية، قائلا "إنه يعامل قادة الدول الأخرى باحترام". وأضاف ألبانيز -خلال مؤتمر صحفي- "لا آخذ هذه الأمور على محمل شخصي، بل أتواصل مع الناس دبلوماسيًا. لقد أدلى بتصريحات مماثلة عن قادة آخرين". وأدى هجوم نتنياهو الشخصي على ألبانيز إلى مزيد من التوتر في العلاقات بين البلدين. وتدهورت العلاقات بعد أن قررت أستراليا الأسبوع الماضي الاعتراف المشروط بدولة فلسطينية في الجمعية العامة للأمم المتحدة في سبتمبر المقبل. وقال نتنياهو -في منشور على موقع "إكس"- "سيذكر التاريخ ألبانيز على حقيقته: سياسي ضعيف خان إسرائيل وتخلّى عن يهود أستراليا". وقد انتقدت كانبرا "اندفاع" رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو في

في الانتقادات، كما أوردت صحيفة "الليبر" البلجيكية. ورد وزير الداخلية الأسترالي توني بيرك- على قناة "إيه بي سي" المحلية- قائلاً "القوة لا تقاس بعدد الأشخاص الذين يمكن تفجيرهم أو الأطفال الذين يمكن تركهم يموتون جوعاً". من جانبه.. صرح ألبانيز للصحفيين بأنه أبلغ نتنياهو بقرار أستراليا دعم الدولة الفلسطينية قبل أن تعلن حكومته اليسارية الوسطية رسميًا عن الخطأ. وقال ألبانيز: "في ذلك الوقت، قدمت لرئيس الوزراء نتنياهو توضيحًا واضحًا لوجهة نظري ووجهة نظر أستراليا في

ترامب: إيران كانت ستطور سلاحا نوويا خلال أسابيع لولا الضربات الأمريكية

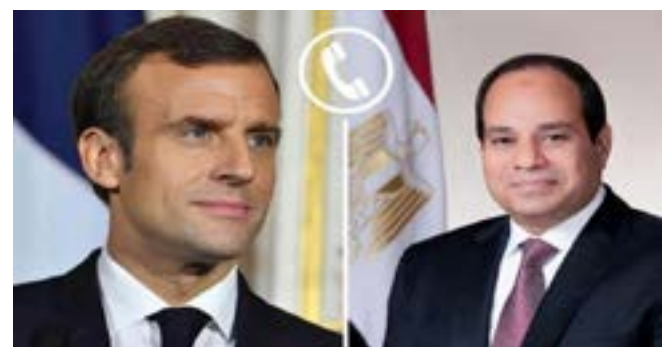
٢٠٢٥، وتمثل في أكبر مواجهة عسكرية مباشرة بين الطرفين، حيث بدأت إسرائيل بضربات جوية على مواقع إيرانية واغتيال قياديين عسكريين وعلماء نوويين، فردت طهران بهجمات صاروخية ومسيرة واسعة النطاق على الأراضي الإسرائيلية. وفي ٢٢ يونيو ٢٠٢٥، شنت القوات الجوية والبحرية الأمريكية هجمات على ثلاث منشآت نووية إيرانية رئيسية هي فوردو، ونطنز، وأصفهان، إذ أكد الرئيس الأمريكي أن هذه الضربات عطلت برنامج إيران النووي وألحقت أضرارًا بالغة بالمواقع. في حين ردت إيران بشن هجوم صاروخي على قاعدة عسكرية أمريكية في قاعدة "العديد" الجوية في قطر، وأفادت التقارير أنه لم تقع إصابات بين القوات الأمريكية في هذا الهجوم.

وانتهى التصعيد بإعلان ترامب عن اتفاق لوقف إطلاق النار دخل حيز التنفيذ في ٢٤ يونيو ٢٠٢٥.

زعم الرئيس الأمريكي دونالد ترامب أن إيران كانت ستتمكن من تطوير سلاح نووي خلال أربعة أسابيع فقط، لولا الضربات الجوية التي شنتها الولايات المتحدة على منشآتها النووية في يونيو الماضي. وقال ترامب، في مقابلة مع الصحفي الأمريكي مارك ليفين: "أعتقد أنهم كانوا سيحصلون على السلاح النووي خلال أربعة أسابيع، وكانوا سيستخدمونه"، في إشارة إلى ما اعتبره "تهديدًا خطيرًا من جانب طهران".

كما وصف ترامب نفسه ورئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو بأنهما "بطلا حرب"، قائلا: "هو بطل حرب لأننا نعمل معًا. أعتقد أنني أيضا كذلك، فأنا من أرسل تلك الطائرات لقصف المنشآت النووية الإيرانية، لكن لا أحد يعترف بذلك". يذكر أن ما يعرف بنزاع "ال-١٢ يوما" بين إسرائيل وإيران، كان قد اندلع فجر يوم الجمعة ١٣ يونيو

السياسي وماكرون يبحثان تعزيز الشراكة الاستراتيجية وجهود الاعتراف بالدولة الفلسطينية



التي تشهدا منطقة الشرق الأوسط، خاصة مع التوافق في الرؤى تجاه غالبية القضايا والأزمات ذات الاهتمام المشترك، بما يعكس عمق العلاقات الاستراتيجية بين البلدين. وتمكنه من نيل حقوقه كاملة. وذكر المتحدث الرسمي، أن الرئيسين أكدا عزمهما على مواصلة وتعزيز التنسيق المشترك بين مصر وفرنسا، لا سيما في ظل التطورات المتسارعة

وأضاف المتحدث الرسمي، أن الرئيس الفرنسي أعرب عن تقديره الكبير للمساعي المصرية الرامية إلى وقف الحرب، مشددًا على أهمية التوصل إلى تسوية عادلة وشاملة للقضية الفلسطينية، استنادًا إلى حل الدولتين وقرارات الشرعية الدولية، إلى جانب ضرورة الإسراع في بدء عملية إعادة إعمار قطاع غزة.

ومن جانبه، جدد الرئيس ترحيب مصر بقرار فرنسا الاعتراف بالدولة الفلسطينية في سبتمبر ٢٠٢٥، معتبراً أن هذه الخطوة تمثل تقدماً مهماً على طريق إنصاف الشعب الفلسطيني



مصر تلاتين

ترخيص الهيئة الوطنية للإعلام رقم ٠٠٠٤ فبراير عام ٢٠٢١

رئيس مجلس الإدارة:-
محمود صلاح قطامش

رئيس التحرير:-
هناء السيد

الاشراف الصحفي:-
دكتور هاشم جبريل

البت الالكتروني:-
محمد جمال شرع

التصميم الفني PDF:-
علي منجيري

الوكيل الاعلاني
جمهورية مصر العربية

eIsherif
للحعاية والإعلان

(+202) 01022441900 (+202) 01283617779
e-mail: cd_room2004@yahoo.com

المملكة العربية السعودية

مكة
Mishal Printing Press

CALL NOW
011 233 0000 011 233 0000

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

الزافير
Al-Zafar Cargo Services Co.
خدمات الشحن والتفريغ والنقل البحري

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

Mohamed Dental Clinic

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

رئيس الوزراء يلتقي رئيس مفوضية الاتحاد الأفريقي

التقى الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، اليوم؛ محمود علي يوسف، رئيس مفوضية الاتحاد الأفريقي، وذلك على هامش مشاركته، نيابة عن الرئيس عبد الفتاح السيسي، في مؤتمر طوكيو الدولي للتنمية في أفريقيا بدورته التاسعة، قمة “تيكاد ٩”، التي تستضيفها مدينة يوكوهاما اليابانية،

وقال المستشار محمد الحمصاني، المتحدث الرسمي باسم رئاسة مجلس الوزراء، إن اللقاء تناول سبل تعزيز التعاون المشترك بين مصر والاتحاد

التقى الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، اليوم؛ محمود علي يوسف، رئيس مفوضية الاتحاد الأفريقي، وذلك على هامش مشاركته في قمة “تيكاد ٩”.

الأفريقي، وكذا تبادل وجهات النظر فيما يخص مُجمل مُستجدات الأوضاع السياسية والأمنية في القارة الأفريقية.



وأضاف المتحدث الرسمي باسم مجلس الوزراء، أن هذا اللقاء يأتي

جولة تفقدية للجنة العليا للتفتيش الأمني والبيئي بمطاري مرسى علم الدولى والفردقه الدولى



كتب: محمد عبد العزيز

في ضوء توجيهات الدكتور سامح الحفني، وزير الطيران المدني، بضرورة تعزيز متابعة الوضع الأمني الصحي، والبيئي في جميع المطارات المصرية ، وفي هذا السياق، قامت اللجنة العليا للتفتيش برئاسة الطيار منتمر مناع نائب وزير الطيران المدني، وعضوية ممثلي الجهات المعنية بجولة تفقدية في مطارى مرسى علم الدولى ومطار الفردقه الدولى .

كان في استقبال اللجنة الكابتن هشام القشاط مدير مطار مرسى علم الدولى والملاح ايمن شريف ممثل وزارة الطيران المدني مطار مرسى علم والطيار خالد الشيمى مدير مطار الفردقه الدولى، حيث تم متابعة حركة التشغيل والاطمئنان على جاهزية المطارات المذكورة لاستقبال الرحلات،

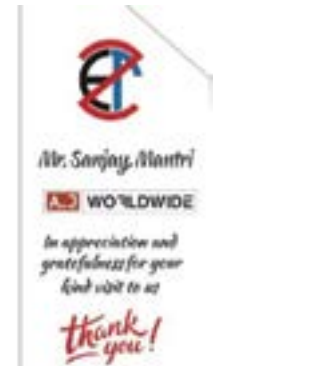


شركة AJ world wide الأمريكية فى زيارة خاصة لشركة أجنحة الظافر لخدمات الشحن



في إطار تطوير وتنويع الخدمات التي تقدمها شركة أجنحة الظافر لخدمات الشحن لعملائها بالمملكة العربية السعودية، زار الشركة اليوم السيد / السيد / Selcuk Karabasoglu نائب الرئيس التنفيذي لشركة أي جي وورلد وايد لمناقشة البدء في تشغيل خدمات الحاويات المجمعة I C L من المواني الأمريكية إلى المملكة العربية السعودية.

وقد كان في استقبالهم السيد / محمود قطامش المدير العام لشركة الظافر للشحن ونائبه السيد / وائل سلام



والسيد / صهيب مدير التطوير وكبار العملاء. ومن المعروف أن تطوير الخدمات اللوجستية في المملكة دعما للتصنيف

وزير الخارجية يؤكد أهمية الضغط على إسرائيل للموافقة على مقترح وقف إطلاق النار بغزة



تلقى الدكتور بدر عبد العاطى وزير الخارجية والهجرة وشئون المصريين بالخارج، اليوم الثلاثاء، اتصالاً هاتفياً من نظيره اليوناني جورجيوس جيرابيتيتيس.

جاء ذلك في إطار التشاور الدوري لدعم العلاقات الثنائية بين البلدين وتناول مستجدات الأوضاع في قطاع غزة.

الأعمال للعمل في السوق المصري بما يحقق المنفعة المتبادلة.

واتصلاً بعضوية اليونان في مجلس الأمن خلال عامى ٢٠٢٥-٢٠٢٦، استعرض الوزيران تطورات الأوضاع في غزة، حيث تناول الوزير عبد العاطي الاتصالات المكثفة التي تجريها مصر للتوصل الى وقف لإطلاق النار، ونفاذ المساعدات الإنسانية، وإطلاق سراح عدد من الرهائن والأسرى.

وأشار إلى التقدم المهم الذى تم احرازه مؤخراً في هذا الصدد والتي تركزت على المقترح المطروح من المبعوث الأمريكي الخاص للشرق الأوسط ستيف ويتكوف والذي وافقت عليه حركة حماس، مشيراً إلى ضرورة الضغط على إسرائيل للموافقة على المقترح للتخفيف من تداعيات الكارثة الإنسانية في غزة.

تابع ص ٨

كلمة العدد



حاول تفهم

..... الاخوان و اعلام مابعد السقوط !.....

في قراءه لكتاب الدكتور / ضياء رشوان في ظل تصاعد مشاريع التأثير الإعلامي العابر للحدود برزت أهمية دراسة كيفية مواجهة الإعلام الاخواني ليس فقط عبر كشف محتواه بل بتحليل بنيته النفسية والسياسيه وباتي كتاب ((الاخوان - أعلام مابعد السقوط)) للدكتور ضياء رشوان في هذا السياق ليؤكد ان المواجهه مع التطرف لا تقتصر فقط علي الأدوات الامنيه بل تشمل ايضا تفكيك منظومة الأفكار والسرديات التي تسمح له بإعادة انتاج نفسه حتي في حالات التراجع والانحياز التنظيمي حيث يعرض الدكتور ضياء رشوان في كتابه تحليلًا متعمقًا لدور الإعلام في استراتيجية الاخوان منذ تأسيسهم وحتى السقوط السياسي في مصر بعد ثوره ٣٠ يونيو الشعبى عام ٢٠١٣ وفي وبعض الدول العربيه الاخري موضحا كيف كان الاعلام اداه حيويه للجماعه في الدعايه والتحريض والتعبئه الجماهيرييه موضحا تطور الوسائل الاعلاميه التي استخدمتها الجماعه بدءا من المجلات والصحف التقليديه الي المنصات الرقميه الحديثه ومع تراجع نفوذ الجماعه في مصر تغيرت طبيعة الاعلام الاخواني ليصبح منصبا علي التحريض ضد الدوله محاولا زعزعه استقرارها وتشويه انجازاتها ويذكر الكتاب الاعلام الاخواني في اربعة محاور رئيسيه علاقته بالارهاب وهيكلية أنتاجه واهدافه وواقع تأثيره مع التركيز علي الفشل النسبي الذي مني به هذا الإعلام في تحقيق اهدافه السياسسيه بسبب قصوره في تحليل الواقع واعتماده علي التشويه بالتضليل المعلوماتي والذي يسهل كشفه بمجرد اظهار الحقيقه .. وعدم قدرته علي كسب جمهور واسع رغم المحاولات المستمره وتناول الكتاب في تحليله الجانب النفسي والسياسي للإعلام الاخواني مشيرا الي اعتماده علي الفكره ونشر الاشاعات والأكاذيب مستغلا هشاشة بعض فئات المجتمع وضعف الثقافه الفكرية فيها خصوصا عند استغلال الخطاب الديني لتفسير قضايا اجتماعيه واقتصاديه معقده ويأتي الكتاب ليسلط الضوء علي المخاطر التي يمثلها الاعلام الاخواني علي الدوله الوطنيه في مصر والمنطقه العربيه عموما ومن المعروف ان القفزه التقنيه التي حدثت خلال العقدين الأخيرين قد منحت الجماعه قدره غير مسبوقه علي تشكيل وعي مستفيده من مواقع التواصل الاجتماعي كساحات تعبئه وتحريض وبروباغندا متحرره من الرقابيه ومدعومه من دول وجهات سياسيه تحفظ بمصالح مباشره مع الجماعه هدفها زعزعة استقرار الدول حيث تحولت تلك الأدوات للهدم والتشويه عبر أساليب ممنهجه في التضليل ونشر الاشاعات وتزييف الحقائق عبر اله جهتميه برعوا في صناعتها وفي استخدامها .

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

رئيس الوزراء: طورنا مجموعة من الحوافز المقدمة للمستثمرين.. وأنفقنا 550 مليار دولار على البنية التحتية

وقال: إنه لمن دواعي سروري المشاركة في أعمال الاجتماع الدوري لمجلس الأعمال المصري الياباني المشترك، الذي يُعقد للمرة الأولى منذ خمس سنوات، بمشاركة مصرية ويابانية كبيرة و متميزة، للباحث حول سبل تعزيز ودعم التعاون الاقتصادي والتجاري والاستثماري بين مصر واليابان في مختلف القطاعات الاقتصادية.

وأعرب رئيس الوزراء عن تمنيته بأن يحقق اجتماع مجلس الأعمال المصري الياباني المشترك كل النجاح والتوفيق، وتطلعه لخروج الاجتماع بنتائج إيجابية تدعم التعاون الاقتصادي والتجاري والاستثماري بين البلدين، لتتوافق مع المستوى المتميز للعلاقات السياسية بين مصر واليابان، والتي تم ترقيتها إلى "المستوى الاستراتيجي" في أبريل ٢٠٢٣.

اليابانية للسعي نحو إنشاء منطقة صناعية يابانية في المنطقة الاقتصادية لقناة السويس، لتحقيق الاستفادة من موقعها الاستراتيجي الهام، والاستفادة كذلك من اتفاقيات التجارة الحرة التي تربط مصر بعدد من التكتلات الاقتصادية الإقليمية الهامة، بما يُعزز من فرص نفاذ منتجات الشركات اليابانية إلى أسواق تلك التكتلات الاقتصادية بيسر وسهولة دون عوائق جمركية.

واستطرد: "وأدعو الشركات اليابانية أيضاً إلى دعم خطط الدولة المصرية في توطئة الصناعة خاصة في قطاعات صناعة السيارات، والطاقة الجديدة والمتجددة، وتحلية المياه، وهي القطاعات التي تدعمها الحكومة بحزمة من الحوافز الاستثمارية الجاذبة للاستثمارات الأجنبية.

مدبولي يدعو الشركات اليابانية للسعي نحو إنشاء منطقة صناعية يابانية في المنطقة الاقتصادية لقناة السويس

المتجددة والخضراء، قائلاً: لهذا ندعو معه الشركات اليابانية إلى الاستفادة منه بتوسيع نطاق أعمالها واستثماراتها في مختلف الصناعات والقطاعات الاقتصادية الحيوية في مصر.

وأضاف مدبولي: لا يفوتني في هذا المقام، خاصة مع ما يشهده واقع الاقتصاد العالمي من قيود اقتصادية وجمركية كبيرة، دعوة الشركات



التي أنفقت الدولة عليها ٥٥٠ مليار دولار، وهو التطوير الذي ساهم في تيسير أعمال الشركات والاستثمارات الأجنبية في مختلف ربوع مصر.

وتابع: استطاعت الدولة المصرية تحسين مناخ الاستثمار في البلاد من خلال تطبيق برنامج الإصلاح الاقتصادي، واتخاذ خطوات إصلاحية في مجال السياستين المالية والنقدية خاصة عبر حوكمة الاستثمارات العامة

أكد رئيس الوزراء، مصطفى مدبولي، أن الحكومة عملت على تطوير مجموعة من الحوافز والمزايا المقدمة للمستثمرين، وتخفيف الأعباء الواقعة عليهم عبر إقرار حزمة من الإجراءات لتقليل زمن الإفراج الجمركي، والذي نسعى للوصول به إلى يومين، بالإضافة إلى تيسير إجراءات تأسيس الشركات، والإعلان عن سياسة للحوافز الضريبية لتشجيع هذه الشركات في أعمالها وتوسعاتها الاستثمارية.

وأضاف مدبولي، خلال كلمته بمنتدى مجلس الأعمال المصري الياباني، الذي يُعقد في العاصمة اليابانية طوكيو، أن الدولة المصرية عملت على جذب الاستثمارات الأجنبية المباشرة في مختلف القطاعات الاقتصادية، بالتزامن مع الطفرة غير المسبوقة في تطوير والنهوض بقطاع البنية التحتية،

نائب وزيرة التضامن الاجتماعي تترأس الاجتماع الأول للجنة التوجيهية لمشروع "تحسين الوضع الاجتماعي والاقتصادي والأمن الغذائي في محافظة المنيا"

التوسع في زراعة المحاصيل الاستراتيجية. ويهدف المشروع إلى تحسين الوضع الاجتماعي والاقتصادي لـ ٢٠٠٠ أسرة ريفية من الأسر الأكثر فقراً في المنيا، عبر أربعة محاور رئيسية تشمل: الزراعة الذكية مناخياً، ريادة الأعمال و التي يتم خلالها دعم المشروعات متناهية الصغر للمزارعين وربطها بسلاسل القيمة بما يضمن استدامة النتائج، و كذلك محوري النوع الاجتماعي، إضافة



إلى التغذية الصحية. ويهدف المشروع إلى الخروج بعدد من النتائج من تعزيز الدخل والمشروعات متناهية الصغر وتنفيذ عدد ٥٥٠ من المشروعات مدرة للدخل متناهي الصغر وتحسين انتاجية المحاصيل والثروة الحيوانية.

حضر الاجتماع السيدة جاكلين بينات القائم بعمل ممثل مكتب الفاو في مصر، والدكتور محمد يعقوب مساعد ممثل الفاو في مصر للبرامج والسيدة شيسيتي ليندو مديرة شؤون التنمية والتعاون التجاري بسفارة مملكة النرويج بالقاهرة، السيد محمد أمين مساعد مديره شئون التنمية والتعاون التجاري بسفارة مملكة النرويج بالقاهرة، والدكتور علاء عزوز رئيس قطاع الارشاد الزراعي بوزارة الزراعة، والأستاذ عبد الحميد الطحاوي مدير مديرية التضامن الاجتماعي بالمنيا، والدكتور نجاد التلاوي مقرر المجلس القومي للمراه بمحافظة المنيا والأستاذة كريستين نبيل استشاري برامج ومشروعات ومبادرات بمكتب نائبة وزيرة التضامن الاجتماعي، والأستاذة أميرة تاج الدين مدير عام الإدارة العامة للتعاون الدولي والاتفاقيات، والأستاذة نهى صدقي مدير عام الاعلام، والدكتور عماد إسماعيل منسق المشروع، والأستاذة مروة علي كامل أخصائية التقييم والمتابعة بالمشروع.

الفاو في مصر أن المشروع أولى اهتماماً خاصاً بتمكين المرأة الريفية من خلال تنمية مهاراتها وتقديم التسهيلات التي تدعم مشاركتها الاقتصادية والاجتماعية.

ويعمل المشروع في ١٠ قرى محافظة المنيا، وتمكن حتى الآن من تنفيذ ٥٠ مدرسة حقلية استفاد منها أكثر من ١٢٥٠ مزارعاً ومزارعة من المستفيدين ببرامج "تكافل وكرامة"، وقد حصلوا على حزمة تدريبات لصقل المهارات المتعلقة بزيادة الإنتاج الزراعي باستخدام أساليب التحليل البيئي الزراعي، كما يقوم المشروع بتزويد المستفيدين بحزمة من مستلزمات الانتاج لزيادة درجة تبني الممارسات الزراعية الجيدة واكتساب خبرات متقدمة في الممارسات الزراعية الحديثة.

كما ساهم المشروع في رفع الوعي بقضايا النوع الاجتماعي، والتغذية السليمة، إلى جانب دعم ريادة الأعمال وتمكين ذوي الإعاقة، حيث تم إنشاء مدرسة ريادة أعمال زراعية لإنتاج شتلات قصب السكر لمجموعة من الصم والبكم و يتم استخدام لغة الإشارة لتيسير التدريب الفني للمدرسة الحقلية.

وشدد اللقاء على أهمية دور مؤسسات المجتمع المدني في دعم أنشطة المشروع، مع بحث سبل التعاون مع مبادرة "أزرع" التي تستهدف تحقيق الأمن الغذائي وتشجيع صغار المزارعين على

فضلا عن تمكينها اقتصاديا بمشروعات متناهية الصغر تحقق لها الاستدامة اقتصاديا من مستفيدي تكافل وكرامة في محافظة المنيا.

وأكدت صاروفيم على دور المدارس الحقلية للمزارعين في تنمية مهارات وقدرات صغار المزارعين وتزويدهم بالمعلومات الضرورية لتحسين الإنتاجية مع أهمية البناء على ما تحقق من نجاح واستثماره في التوسع فيها لتعظيم مردودها الاجتماعي والاقتصادي، وتبني ممارسات زراعية جيدة خاصة أنها تعد نموذجا في الوصول لذوي الإعاقة، حيث تستعين بترجمة لغة الإشارة.

وأوضحت صاروفيم أهمية الدور المنوط باللجنة التوجيهية التي تضم خبرات متنوعة ومؤثرة، من تذييل القائمة والتقييم لنتائج العمل المرحلية في المراحل القادمة، بما يكفل تحقيق أفضل النتائج.

ومن جانبها، أعربت كريستي ليندو القائم بعمل ممثل مكتب الفاو في مصر عن سعادتها بالتعاون في مشروع يستهدف تعزيز الأمن الغذائي، مشيرة إلى الشراكة الاستراتيجية مع الفاو وخبرة المنظمة في هذا المجال، إضافة إلى التعاون مع وزارة التضامن في ملفات تكافل وكرامة وحياة كريمة، مؤكدة تطلعها لزيارة المنيا لمتابعة نتائج المشروع على أرض الواقع.

وأوضحت القائم بعمل ممثل مكتب



هنا السيد

ترأست المهندسة مرجريت صاروفيم، نائبة وزيرة التضامن الاجتماعي، الاجتماع الأول للجنة التوجيهية لمشروع "تحسين الوضع الاجتماعي والاقتصادي والأمن الغذائي وتمكين المجتمعات الريفية الضعيفة في محافظة المنيا"، والذي تنفذه منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة (الفاو)، بالتعاون مع وزارة الزراعة واستصلاح الأراضي والمجلس القومي للمرأة، وبتمويل من حكومة النرويج.

واستعرض الاجتماع الموقف التنفيذي للمشروع وما تحقق من إنجازات والتحديات القائمة، حيث يركز المشروع على دعم صغار المزارعين والمرأة الريفية عبر ممارسات الزراعة الذكية وتوفير مشروعات متناهية الصغر تعزز الاستدامة الاقتصادية للأسر المستفيدة من برنامج تكافل وكرامة بمحافظة المنيا.

وتمنت المهندسة مرجريت صاروفيم، نائبة وزيرة التضامن الاجتماعي، أوجه التعاون مع الفاو في تعزيز التنمية الزراعية والأمن الغذائي، مشددة على اهتمام الوزارة بدعم صغار المزارعين باعتبار الزراعة قاطرة التنمية المستدامة، وذلك في إطار جهود الوزارة وتدخلاتها الخاصة بالحماية الاجتماعية خاصة أن المشروع يهتم بدعم صغار المزارعين وبالمرأة الريفية وإتباع طرق الزراعة الذكية لتحقيق انتاجية أعلى،

متحدث الحكومة: لا مساس بحقوق ذوي الهمم.. وتعديلات إعفاءات السيارات لسد ثغرات الاستغلال



بشكل دوري، فضلا عن الحملات المرورية التي تقوم بها وزارة الداخلية، والتي يمكنها الكشف عن أي مخالفات؛ لضمان أن المستفيد الفعلي من السيارة هو الشخص المستحق من ذوي الهمم وليس أي شخص آخر.

وردا على تساؤل حول ما إذا كانت مدة الخمسة عشر عاما قرارا نهائيا أم قابلا للمراجعة مستقبلا، مؤكدا أن المدة هي ما تم إقراره في التعديلات المقترحة من الحكومة.

وأكد أنه «لا يوجد أي مساس بحقوق ذوي الهمم»، مشيرا إلى أن «تحصيل عدة مليارات عند فتح باب تقنين الأوضاع المخالفة» يعكس سوء استغلال المزايا والمنح المخصصة للأشخاص ذوي الإعاقة.

وتضمنت التعديلات فرض عقوبة السجن لمدة لا تتجاوز عشر سنوات وغرامة تتراوح بين ١٠ آلاف و١٠٠ ألف جنيه لكل من زور بطاقة إثبات الإعاقة أو شهادة التأهيل أو استعملها وهو يعلم بتزويرها، أو قدم بيانات غير صحيحة أو أخفى معلومات للحصول دون حق على المزايا المقررة.

قال المستشار محمد الحمصاني، المتحدث باسم مجلس الوزراء، إن الغرض الأساسي من التعديلات، التي طالت القانون رقم ١٠ لسنة ٢٠١٨، للأشخاص ذوي الإعاقة، هو «معالجة الثغرات» التي كان يستغلها البعض للحصول على «مزايا وحوافز دون وجه حق».

وأكد خلال تصريحات تلفزيونية عبر فضائية «المحور» أن التعديلات جاءت لوضع ضوابط تحول دون هذا الاستغلال، من خلال السماح باستيراد سيارة واحدة كل ١٥ عاما، إلى جانب شروط أخرى تهدف إلى إحكام الرقابة؛ منها حظر التصرف في السيارة بالبيع أو التوكيل لمدة خمس سنوات من تاريخ الإفراج الجمركي عنها.

وأوضح أن «الهدف بالأساس يكمن سد الثغرات التي كانت تُستخدم من البعض للحصول على المزايا الممنوحة لذوي الهمم»، مشيرا في الوقت ذاته إلى وجود منظومة رقابية متكاملة تتم بالتنسيق بين عدة جهات حكومية.

وأضاف أن هناك تنسيقا مستمرا مع إدارات المرور التي يتم من خلالها تجديد رخصة السيارة



البترول: إمداد السوق المحلي ما بين ١٧ و ٢٠٪ من السولار والبنزين من مصفاة ميدور

يتراوح بين ١٧ و ٢٠٪ من احتياجاته من السولار والبنزين، وحرص الوزير علي لقاء فرق العمل المختلفة من العاملين بالموقع سواء من شركة ميدور أو من شركات أخرى (إيبروم وصان مصر وبترومنت وإنبي وبتروجت). وشارك في الزيارة المهندس صلاح عبدالكريم الرئيس التنفيذي لهيئة البترول وعدد من قيادات القطاع.

حيث استمع إلى شرح من رئيس شركة ميدور الدكتور عمرو لطفي وفريق العمل عن معدلات الإنتاج والظروف التشغيلية في ضوء التوسعات الأخيرة، والذي أكد علي قدرات المصفاة في توفير المنتجات المطابقة للمواصفات الأوروبية "يورو ٥". واستعرض رئيس الشركة الموقف التشغيلي والمالي للمصفاة موضحاً دورها في إمداد السوق المحلي بما

تفقد المهندس كريم بدوي وزير البترول والثروة المعدنية مصفاة تكرير ميدور لمراقبة أعمال التطوير والتحديث والتوسعات الجديدة.

الوحدات الإنتاجية الجديدة والمحدثة، وغرفة التحكم الرئيسية



المحلي من المنتجات البترولية. وخلال الجولة، تفقد الوزير

في إطار جولته بمشروعات تكرير البترول بالإسكندرية، تفقد المهندس كريم بدوي وزير البترول والثروة المعدنية مصفاة تكرير ميدور، لمراقبة أعمال التطوير والتحديث والتوسعات الجديدة التي رفعت طاقتها التشغيلية إلى ١٦٠ ألف برميل يومياً، لتعزيز دورها كواحدة من أكبر مصافي التكرير في الشرق الأوسط وركيزة أساسية في تأمين احتياجات السوق

لشركات التأمين.. ٥ خدمات من عضوية الاتحاد أبرزها الاستفادة من برامج خفض الخسائر



القانون رقم ١٥٥ لسنة ٢٠٢٤، وفي حالة صدور قرار بشطب الشركة تزول عنها صفة العضوية. واستقرت عدد شركات التأمين وإعادة التأمين وجميعيات التأمين التعاوني عند ٤٠ شركة بنهاية مارس عام ٢٠٢٥، كما استقرت عدد جميعيات التأمين التعاوني عند ٥ مجمعات، وعدد صناديق التأمين الحكومية عند ٦ صناديق، بنهاية مارس ٢٠٢٥.

التأمين- كل شركة تأمين أو إعادة تأمين خاضعة لأحكام قانون التأمين الموحد، الصادر بالقانون رقم ١٥٥ لسنة ٢٠٢٤، عضواً بالاتحاد بمجرد تسجيلها بالهيئة العامة للرقابة المالية، وعليها الالتزام بنظامه الأساسي وموافاة الاتحاد خلال ١٥ يوماً بصورة من قرار التسجيل وأسماء أعضاء مجلس إدارتها مع سداد مقابل الانضمام لعضوية الاتحاد، والذي يتم تحديده بقرار من الجمعية العامة، وبما لا يخالف أحكام المادة ١٣٣ من

منحت الهيئة العامة للرقابة المالية، لشركات التأمين، حق الاستفادة من جميع الخدمات التي يقدمها اتحاد شركات التأمين في المجالات المختلفة، وله على وجه الخصوص:

- ١- الحصول على قرارات مجلس إدارة الاتحاد ومحاضر اجتماعات باقي تنظيمات الاتحاد والإحصائيات والتقارير والدراسات والأبحاث التي تصدر عن الاتحاد.
- ٢- المشاركة في مجمعات التأمين التي يصدر بشأنها قرار من الهيئة العامة للرقابة المالية، وذلك طبقاً للأحكام التي ينص عليها في النظام الأساسي للمجموعة.
- ٣- ترشيح ممثلين له في تنظيمات الاتحاد المختلفة.
- ٤- الاستفادة من أنشطة الاتحاد في مجال توفير الخبرات والكوادر الفنية.
- ٥- الاستفادة من برامج الاتحاد في مجال منع وتقليل الخسائر في مختلف أنواع التأمين.

واعترفت هيئة الرقابة المالية- وفق النظام الأساسي الذي أصدرته لاتحاد شركات

"اقتصادية قناة السويس" توقع مشروعات تزويد السفن بالوقود البحري بالسخنة وشرق بورسعيد



الاستثمارية والاتفاقيات التجارية الحرة التي تتمتع بها المنطقة، كما تناول الاجتماع بحث التعاون في مجالات، تموين السفن بالوقود مختلف أنواعه، إلى جانب مناقشة إمكانية التعاون في إنتاج الهيدروجين الأخضر لتصدير أو تموين السفن أو لاستخدامه في صناعات خضراء مثل إنتاج الصلب منخفض الانبعاثات (Green Steel)، بالإضافة إلى بحث إمكانية مشاركة الشركة في عدد من مشروعات البنية التحتية بالمنطقة، مثل محطات تحلية المياه.

وتستضيف العاصمة اليابانية طوكيو فعاليات الدورة الثانية عشرة لمجلس الأعمال المصري الياباني ومندتي الاستثمار المصري الياباني، بحضور دولة رئيس مجلس الوزراء الدكتور مصطفى مدبولي، ويوشيتيرو كوجا، وزير الدولة للاقتصاد والتجارة والصناعة الياباني، إلى جانب كبار المسؤولين وممثلي مجتمع الأعمال من البلدين، وذلك في إطار دعم العلاقات الاقتصادية الثنائية وتعزيز الشراكات الاستثمارية المشتركة.

توجهات الهيئة للتحويل إلى الطاقة المستدامة في قطاع النقل البحري. أما الاتفاقية الثانية فجاءت مع حكومة طوكيو للتعاون في مجال الهيدروجين الأخضر لتمويل السفن من خلال تبادل المعرفة والمعلومات وتحفيز الطلب وتعزيز التطبيقات المستقبلية للطاقة النظيفة.

وناقش وليد جمال الدين رئيس المنطقة الاقتصادية لقناة السويس والوفد المرافق له، مع شركة سوميتومو اليابانية إنشاء منطقة صناعية بنظام المطور الصناعي داخل نطاق الهيئة الاقتصادية لقناة السويس، لتكون منصة لجذب الاستثمارات الآسيوية، واستعراض رئيس الهيئة للحوافز

تسعى المنطقة الاقتصادية لقناة السويس لتسريع وتيرة العمل على مشروعات الطاقة النظيفة والهيدروجين الأخضر، لخدمة ممر الهيدروجين الأخضر لتحقيق قيمة مضافة للسفن العابرة بالممر الملاحي لقناة السويس. ووقعت المنطقة الاقتصادية لقناة السويس خلال منتدى الأعمال المصري الياباني، اتفاقيتي تعاون وعدد من الشركاء اليابانيين؛ الأولى مع شركة إيتوشو اليابانية للشراكة في تصميم وتطوير وتشغيل مرافق متكاملة لتزويد السفن بالأمونيا كوقود بحري في موانئ الهيئة بالسخنة وشرق بورسعيد، بما يساهم في خفض الانبعاثات ودعم

يا ترى ليه.. بقلم / سوسن حجاب

يوم قتلى وجرحى بالمئات ولا حياة لمن تنادى، وتقوم مصر بدورها الذي لم تتخل عنه يوماً تجاه فلسطين والقضية الفلسطينية ولكل من يهاجم مصر فهو القزم الذي يناطح العملاق وإذا كان الهجوم من غير المصريين مستهجن فهو من المصريين وخاصة المقيمين في الخارج فهو خيانة، والخائن في رأيي هو كل من يعين على دولته سواء بالقول أو الفعل هو من يردد الشائعات بدون تثبت أو تأكد من المعلومة هو من ينتهز كل تصرف من أي مسئول ويتصد به بالنقد والتجريح.



كلنا ننتقد بلادنا ولكن مقصدنا هو الإصلاح لا الهدم والفرق كبير حتى في لغة النقد وطريقته، نخاف على بلادنا ونرجو لها الأفضل دوماً، أما من يتعمدون الهدم فهم تحديداً بعض من أبناءها الموجودين في الخارج مصريون ضد مصر يهاجمونها ليل نهار وكأنهم ينتظرون سقوطها واللغة التي يتحدثون بها كلها حقد وغل وتحريض ولكل هؤلاء أذكرهم بموقف نابليون عند انتصاره في إحدى معاركه وهو يكافئ أحد العملاء بمنحه صرة من النقود ألقاها له من فوق صهوة جواده فقال له ذلك العميل :

أريد أن أصافح القائد العظيم فقال نابليون قولته الشهيرة: إن نابليون لا يُصافح العملاء.

الدرجة؟ فيغضون الطرف إلا من بعض استنكارات وإدانات واهية؟ أم هو الخوف من العقوبات الأمريكية التي تطال كل من يفكر أو يصرح بشيء ضد الدولة المدللة التي تعيث في الأرض فساداً كما يحلو لها بغير رادع ولا حسيب، ترى في وجوههم نظرات التحدي والتعالي والتجبر والغرور وقل ما شئت من هذه المعاني التي تعبر عن الإحساس بالعظمة وبأنه: يا أرض اتهدى ما عليك قدي!

ويسألون ترامب رئيس الدولة العظمى الوحيدة في العالم التي يبدها القرار، أي قرار فيقول أن لإسرائيل الحرية في تصرفاتها وقراراتها! يعني اضرخوا راسكم في الحيط! طيب وبعدين؟ كل

نفسى أعرف السر في استقواء تلك الدولة السرطانية بؤرة الشر التي نضح صديدها وظهرت عفونتها وزاد حكمها في غطرستهم وتجبرهم وطغيانهم ضاربين بعرض الحائط كل القيم والمبادئ والقوانين الدولية، أعلم طبعاً أن أمريكا تساندهم وهي القوة الأكبر والأعظم عبر التاريخ قديمة وحديثة بالنظر إلى الإمكانيات والقدرات والاختراعات اليومية فقد انتبهوا وأصبحوا أمة لها مستقبل بعد أن فوجئوا أنهم أمة في خطر، وأخذوا بأسباب العلم وسادوا العالم وأخذوا في رجليهم كما نقول هذه الدولة الطفيلية والتي انتهزت الفرصة وأخذت أيضاً بأسباب العلم حتى رأينا منهم ما لم يتوقعه أحد في حادث مثل انفجار أجهزة المحمول في لبنان في أكثر من خمسة آلاف شخص في توقيت متزامن. كما عرفنا أن أكثر ما يقض مضاجع تلك الدولة ويؤرقهم هو توقف براءات الاختراع التي كانت تدر عليهم مليارات الدولارات شهرياً وسنوياً، وذلك بسبب أن كل الشعب جيش، بعلمائه وموظفيه، رجاله ونسائه، ونعود مرجوعاً عن السر الذي يجعل من العالم كل العالم لا يستطيع أن يأخذ ضد هذه الدولة المارقة؟ هل يكرهون العرب والمسلمين إلى هذه

الرئيس السيسي ورئيس وزراء اليونان يبحثان الشراكة الاستراتيجية وجهود وقف إطلاق النار في غزة



السلم والاستقرار الدائم في المنطقة يكمن في منح الشعب الفلسطيني حقه المشروع في إقامة دولته المستقلة على حدود الرابع من يونيو عام ١٩٦٧ وعاصمتها القدس الشرقية، وذلك وفق مبدأ حل الدولتين ومقررات الشرعية الدولية ذات الصلة. تناول الاتصال كذلك عدداً من الملفات ذات الأولوية، من بينها التعاون في

الجهود، مؤكداً دعمه لها، فيما شدد الرئيس ورئيس وزراء اليونان على ضرورة البدء الفوري في عملية إعادة إعمار القطاع عقب التوصل إلى وقف إطلاق النار. وفي السياق ذاته، تم التشديد على الرفض القاطع لتهجير الشعب الفلسطيني خارج أرضه، والتأكيد على أن السبيل الوحيد لضمان تحقيق

تتمه من ا

وأضاف السفير محمد الشناوي، المتحدث الرسمي، أن الاتصال تطرق إلى مستجدات الأوضاع الإقليمية والدولية ذات الاهتمام المشترك، حيث استعرض الرئيس جهود مصر المكثفة للتوصل إلى اتفاق لوقف إطلاق النار في قطاع غزة، وتسهيل دخول المساعدات الإنسانية والإغاثية، وإطلاق سراح الرهائن والأسرى، حيث تمّن رئيس وزراء اليونان هذه الجهود، مؤكداً دعمه لها، فيما شدد الرئيس ورئيس وزراء اليونان على ضرورة البدء الفوري في عملية إعادة إعمار القطاع عقب التوصل إلى وقف إطلاق النار. وفي السياق ذاته، تم التشديد على الرفض القاطع لتهجير الشعب الفلسطيني خارج أرضه، والتأكيد على أن السبيل الوحيد لضمان تحقيق

العدالة ليست نصوص بل تطبيق

فالقانون الجديد - كغيره - يراهن على أن البشر آلات تنفذ الأوامر، بينما هم بشر من لحم ودم، يتأثرون بالظروف والأزمات والأوبئة والتضخم، وهذه كلها لا تسكن الجريدة الرسمية، بل تسكن قلوب المنفذين.

وأخيراً... العدالة ليست في القانون ١٦٤ لسنة ٢٠٢٥ وحده، بل في تطبيقه الإنساني مع مراعاة ظروف الأراذل، وكبار السن، وأصحاب الاحتياجات الخاصة، في إبداع حلول وسط تحفظ للمالك حقه وتبقى للمستأجر كرامته، فالتشريع - كما قال القدماء - بلا عدالة تطبيق، كالعسل بلا نحلة: مجرد لزوجة على الورق.

إلى اللقاء: دكتور السيد مرسى.

لا يمكن تطبيق السوق الحر عليها بشكل فجائي، وفي الجانب الآخر هذا المستأجر القديم، الذي يرى في القانون "تهديداً" لاستقراره الأسري والمعيشي. كثير منهم تسلم عقاراً بإيجار رمزي عاش فيه عشرات السنين، وأصبح "بيت العمر". فبين فئات اجتماعية تعيش بالكاد، وبين قانون يُهدد لتحرير تدريجي أو إخلاء، تتصاعد المخاوف من "تشريد اجتماعي" غير محسوب العواقب من جراء تشريع مجمد لعقود إن العدالة لا تسكن "المواد القانونية"، بل تسكن عقل من يطبقها وقلبه. فلو قرأ القاضي النص بعين إنسانية، صار القانون "عدلاً"، ولو قرأه بصرامة حرفية، صار القانون "غابة".

دون أن ينظر إلى واقع المستأجر الذي بالكاد يسد قوت يومه؟ هنا تتحول النصوص إلى سوط، بدل أن تكون مظلة رحمة، فالنصوص في القانون الجديد - كما جرت العادة - أنيقة، مصاغة بعناية، تُشبع شهوة "التقنين"، وتُرضى غرور الدولة الحديثة. لكنها لا تُطعم المالك جائعاً، ولا تقي المستأجر برداً، ولا تحل مأساة أسرة تبحث عن سقف لا ينهار على رؤوس أطفالها. النصوص مجرّد "خطة معمارية" جميلة، أما العدالة الحقيقية فهي الاسمنت والحديد الذي يضعه التطبيق على الأرض ويتبقى ضمانات تنفيذ فعلي، وآليات قضائية سريعة لفض المنازعات، ومراعاة واقع المناطق الفقيرة التي

صدر القانون رقم ١٦٤ لسنة ٢٠٢٥ بشأن الإيجارات، فهلل الملاك وصفق المستأجرون على استحياء، فيما جلس المشرع مطمئناً إلى أنه قد أرسى قواعد العدالة... على الورق طبعاً. غير أن الحقيقة التي يعرفها كل من خاض معارك الإيجارات في المحاكم، أن العدالة ليست نصاً جامداً يُنشر في الجريدة الرسمية، بل ممارسة حيّة تنفس بضمير القاضي وحكمة التنفيذ ورحابة روح المجتمع.

على سبيل المثال لا الحصر: القانون ينص على توازن العلاقة بين المالك والمستأجر، لكن هل التوازن يُخلق بحبر؟ ماذا لو وجدنا مأمور التنفيذ يخرج المستأجر المريض من شقته في ليل شتاء؟ أو قاضياً يحكم بحزم



دكتور / السيد مرسى

الحرب في غزة بين مسار الحرب ومسار الهدنة: الدور المصري في قلب المشهد



القومي العربي والإقليمي. والشواهد كلها تؤكد أن مصر في قلب المشهد.

فلا يمكن قراءة المشهد الراهن في غزة بمعزل عن الدور المصري الذي ظل ثابتاً وحاضراً منذ عقود، فالقاهرة ليست مجرد طرف وسيط، وإنما فاعل رئيسي في قلب المعادلة. فالموقف المصري يقوم على ثوابت تاريخية تدعم الحق الفلسطيني في إقامة دولته المستقلة، وتعمل على منع أي محاولات لطمس هويته.

وتؤكد زيارة وزير الخارجية بدر عبد العاطي إلى معبر رفح وما صاحبها من رسائل قوية، أن مصر تمسك بخيوط التوازن بين مسار الحرب ومسار الهدنة، وتتحرك بمنطق حماية الأمن الإقليمي وضمان وصول المساعدات الإنسانية ومنع تصعيد قد يهدد استقرار المنطقة بأسرها.

بهذا المعنى، تبقى مصر في قلب المشهد، صوتاً عاقلاً يسعى لتغليب منطق السياسة على منطق السلاح، واضعة ثقلها السياسي والدبلوماسي لخدمة القضية الفلسطينية، التي تراها جزءاً لا يتجزأ من أمنها القومي ودورها التاريخي في المنطقة.

د/ سهام عز الدين جبريل
دكتوراه في الإعلام السياسي والعلاقات الدولية
- زمالة الأكاديمية العسكرية للدراسات الاستراتيجية العليا
- عضو البرلمان المصري سابقاً

بقلم / سهام عز الدين جبريل

منذ اندلاع الحرب الأخيرة في غزة، تتأرجح المنطقة بين مسارين متوازيين: مسار الحرب الذي يزداد قسوة مع استمرار العمليات العسكرية وارتفاع أعداد الضحايا المدنيين، ومسار الهدنة الذي تدفع إليه الجهود الدبلوماسية الدولية والإقليمية في محاولة لوقف نزيف الدم وفتح الطريق أمام تسوية أوسع. وفي قلب هذين المسارين، يبرز الدور المصري كأحد أهم المحددات في صياغة المشهد الراهن.

*مسار الحرب

شهدت غزة خلال الأسابيع الماضية تصعيداً عسكرياً متواصلاً، حيث تستهدف العمليات الإسرائيلية البنية التحتية والبيوت السكنية، مما أفضى إلى كارثة إنسانية غير مسبوقة. استمرار العمليات يعكس تعقيد الموقف وغياب أفق الحل العسكري الحاسم، بل ويفتح المجال أمام مزيد من التوترات الإقليمية.

*مسار الهدنة

بالمقابل، تدفع أطراف دولية وإقليمية نحو هدنة إنسانية تُعيد بعض التوازن للمشهد، وتسمح بإدخال المساعدات والإغاثة. وهنا يظهر الدور المصري المحوري عبر الوساطة النشطة بين الأطراف، حيث تعمل القاهرة على فتح قنوات تفاوضية، مستندة إلى خبرتها التاريخية في إدارة الملف الفلسطيني - الإسرائيلي.

*زيارة وزير الخارجية المصري ودلالاتها

تمثل زيارة وزير الخارجية المصري بدر عبد العاطي إلى معبر رفح يوم أمس الاثنين التي جاءت كرسالة سياسية بليغة، تؤكد أن مصر ليست مجرد وسيط، بل طرف أصيل في صياغة مسارات الحل. تصريحاته أمام المعبر شددت على ضرورة وقف الحرب فوراً، وفتح المعابر لإدخال المساعدات، والحفاظ على الحقوق الفلسطينية. هذه الخطوة تمثل تأكيداً عملياً على التزام مصر بمسؤوليتها التاريخية، ورسالة واضحة بأن الوضع الإنساني في غزة لم يعد يحتمل أي

النسيان المتعمد.. بقلم / عادل رستم

حقوق الآخرين في طبي النسيان، إنما يمارس خيانة مزدوجة: خيانة للآخر، وخيانة لنفسه. لأن من يتجاهل الحقوق اليوم سيجد نفسه غداً في موقع المطالبة، وسيذوق ذات المرارة التي صنعها بيديه.

التاريخ شاهد على أن الحقوق لا تضع بالتقدم، حتى وإن تناسها البعض. قد تسقط من حساباتهم، لكنها تبقى محفوظة في سجل الزمن. وكمن قصص وروايات بل حتى مواقف يومية تثبت أن الحق يعود لصاحبه ولو بعد حين، وأن ما يعتمد البعض نسيانه، يتكفل القدر بتذكيرهم به.

النسيان المتعمد ليس نسياناً بريئاً، بل هو إلغاء مقصود، ومراوغة بغطاء وإ. إن من يعتمد أن يتناسى حقوق الناس، لا يعاني من ضعف ذاكرة، بل من ضعف ضمير. والضمير حين يضعف، تضعف معه كل القيم.

فلنكن ذاكرتنا، قبل أن نحفظ أسماءنا وصورنا، قادرة على حفظ العهود والحقوق. لأن الحياة لا تسامح كثيرًا، والناس قد تصبر، لكن الزمن لا ينسى.



يوماً". أهو نسيان حقاً؟ أم جحود متعمد؟

عهود ووعد: في العلاقات الإنسانية، نرى من يتعهدون بالالتزام والوفاء، لكن حين تتغير المصالح، يعلنون أن الذاكرة لم تسعفهم بتلك الوعود.

والحقيقة أنهم لم يفقدوا ذاكرتهم، بل فقدوا إرادتهم في الوفاء.

الذاكرة قد تخون أحياناً، لكن الضمير الحي لا ينسى. من يعتمد أن يضع

النسيان سمة إنسانية، قد يكون غفراً للآلام أو تخفيفاً من ثقل الذكريات. لكن أخطر ما يمكن أن نعيشه هو النسيان المتعمد، حين يتحول إلى وسيلة للهروب من المسؤولية، أو إلى ذريعة للتخلص من حقوق الآخرين.

هناك من يزعم أنه نسي، بينما الحقيقة أنه اختار أن يتناسى. هؤلاء لا يسقطون الحقوق من ذاكرتهم لأن الذاكرة ضعفت، بل لأنهم قرروا عمداً وضعها في خانة الإهمال. وكأن الضمير لديهم قابل للمساومة، يعقد صفقات مع المصلحة، ويستبدل الوفاء بالتجاهل. وهناك أمثلة من الحياة دين لم يُرد: كم من صديق اقترض مالا وقت الشدة، فلما انفرجت أحواله، ادعى النسيان! لم ينسَ في حقيقة الأمر، لكنه اختار أن يدفن الدين في مقابر ذاكرته، متجاهلاً أن صاحب الحق ما زال ينتظر.

جميل لم يُقدّر: كم من أيادٍ امتدت بالمساعدة في وقت ضيق، ومع ذلك، حين جاء وقت رد الجميل، تنكر البعض وقالوا: "لا أتذكر أنك ساعدتني

هل تذكرني؟! بقلم / عزيز الغالي

أنفسنا فلا نتعرف على وجوهنا بسهولة!

لعبة "اختبر ذاكرتك"

ما المبرر لهذا الامتحان المفاجئ؟ هل المطلوب أن أثبت أنني ما زلت أحتفظ بذاكرة خارقة؟ أم أنك تستمتع بلعبة دور "الفزرة" وتتركني أتخبط بين الاحتمالات؟

الحياة لم تعد تحتمل مثل هذه الألعاب. نحن في عصر السرعة، لا وقت لدينا لفوازي الذاكرة ولا للغوص في كتالوج الصور القديمة.

في الدول المتقدمة حين يلتقي الناس بعد سنوات، أو حتى لأول مرة، يمد أحدهم يده ويقول بوضوح:

"أنا فلان الفلاني... تشرفت بلقائك".



الجهة والخدين وكأنها توقيع لا يحوه أحد.

ثم تأتي لتضعني في موقف حرج، وتطالبني أن أعترف عليك في ثواني، بينما حتى المرأة أحياناً تخوننا نحن

من الظواهر التي تثير ضيقي وتستفزني في آن واحد، أن تقابل أحدهم بعد غياب سنوات طويلة - قد تمتد لعقود - فإذا به يقترب منك بثقة وابتسامة غامضة، ثم يفاجئك بالسؤال "الرخم:" "إنت مش عارفني؟... إنت مش فاكركي؟"

يا عزيزي، لماذا هذا الامتحان المباغت؟ ولماذا تتركني أغوص في متاهات الذاكرة وأرشف بقايا الصور القديمة لأبحث عن ملامحك التي غيّرتها السنين؟!

ملاحم لم تعد كما كانت الزمن لا يمر مرور الكرام على الوجوه. الشعر الذي كان أسود كثيفاً أصبح أبيض، أو غادر الرأس وترك مكانه للصلع. الأسنان تفرقت أو تساقط معظمها، والتجاعيد زحفت على



الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لنبات البقدونس

والأوعية الدموية، وينظم الدورة الدموية في الجسم، ويقلل من خطر الإصابة بتصلب الشرايين والجلطات، وفيتامين ج الذي يساعد في الحفاظ على الجهاز المناعي، وفيتامين هـ الذي يساهم في حماية الخلايا من التقدم الناتج عن التقدم في السن، وفيتامين ك الذي يساعد على موازنة لزوجة الدم، وإنتاج بروتين الكبد، والحديد الذي يستخدم لإنتاج الهيموجلوبين المطلوب للطاقة، والمنجنيز الذي يساعد على امتصاص فيتامين ج، وإنتاج الهرمونات الجنسية، والبوليتايموم الضروري لنمو وبناء العضلات والجهاز العصبي، الزنك الذي يقوي جهاز المناعة، ويمنع حب الشباب، والكالسيوم الذي يعمل على تقوية العظام والأسنان والشعر، والألياف والكلوروفيل التي تنقي وتمنع العدوى البكتيرية وتعزز جهاز المناعة. وتحتوي أوراق البقدونس الطازجة على مجموعة متنوعة من مضادات الأكسدة، بما في ذلك الفلافونويد، الكاروتينات، حامض الأسكوربيك (فيتامين ج) والتوكوفيرول التي تحمي الجسم من الجذور الحرة، وهي جزيئات تضر الخلايا السليمة وتؤدي إلى تطور السرطان. كما يلعب البقدونس دوراً في محاربة السرطان، وذلك لاحتوائه مادة الأبيجينين التي لها القدرة على كبح خلايا سرطان الرئة، والقولون، والثدي، والبروستاتا، والدماغ، والجلد، واللسان، والوكيميا. كما أن وجود مادة الأبيجينين يمنع التصاق الخلايا بالكولسترول السيئ، والتي تعتبر من ميكانيكيّات بداية تصلّب الشرايين، ويمنع تراكم الصفائح الدموية، ممّا قد يساعد على خفض أمراض القلب.



بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين

البقدونس نبات عشبي ثنائي الحول، ينتمي إلى الفصيلة الخيمية، ويستخدم كغذاء وتزيين به أطباق الطعام، كما أنه يُستخدم كنوع من التوابل لإضافة النكهات على الأطعمة. وتستخدم الزيوت النباتية الناتجة منه لإنتاج العطور والعوامل المعطرة في الصابون أو الكريمات. وقد استخدم في قديم الزمان كدواء قبل استخدامه كمادة مضافة للغذاء. ويعتبر البقدونس مصدراً هاماً للعديد من الفيتامينات والعناصر الغذائية والمواد الفعالة التي تعتبر مسؤولة عن التأثيرات الصحية للإنسان. فتناول البقدونس يومياً يساهم في دعم صحة الجهاز الهضمي، ويرجع ذلك جزئياً إلى دوره في دعم الكبد، فهو يزيد من مستويات الجلوتاثيون المضاد للأكسدة الرئيسية في الكبد، وتدعيم أيضاً الإنزيمات المضادة للأكسدة الأخرى. وقد ثبت أن البقدونس يمكن أن يعمل على تجديد أنسجة الكبد بعد الأضرار الناجمة عن الأمراض المزمنة. كما يحفز البقدونس إنتاج العصارة الصفراوية في الكبد اللازمة لهضم الدهون في الأمعاء، حيث أن نقصها يساهم في سوء الهضم والنمو الجرثومي، والاضطرابات

أهم الأوقات لفحص مستويات السكر في الدم على مدار اليوم

تناول الطعام. يُجرى الاختبار بعد الاستيقاظ مباشرة، ويظهر كيفية إدارة جسمك لمستويات سكر الدم طوال الليل. ويقول الأطباء إنها مفيدة، خاصة إذا كنت تتناول أدوية الأنسولين. قبل الأكل

يساعدك فحص مستوى السكر في الدم قبل تناول أي طعام على معرفة مدى ارتفاعه أو انخفاضه قبل تناوله. يساعدك هذا على تحديد التعديلات اللازمة ليس فقط على حصص الوجبات، بل أيضاً على نوعية الطعام الذي يجب تناوله. ويساعدك أيضاً على فهم تأثير التوتر أو النشاط على مستويات الجلوكوز لديك طوال اليوم.

بعد الأكل إن مرور ساعتين على تناول الطعام هو أفضل وقت لمعرفة مدى قدرة جسمك على التعامل مع الطعام الذي تناولته. ارتفاع سكر الدم بعد ساعتين على الأقل من تناول الطعام أمر طبيعي، ولكن لا ينبغي أن يكون مرتفعاً جداً. تساعدك نتائج قياس سكر الدم بعد الوجبات على معرفة الأطعمة التي قد تؤدي إلى ارتفاعات أكبر، وتحديد حجم طعامك وفقاً لذلك.

قبل أن تنام عندما تتحقق من مستويات السكر في الدم قبل الذهاب إلى السرير مباشرة، فقد تقلل من خطر انخفاض أو ارتفاع السكر أثناء الليل - وكلاهما يمكن أن يكون ضاراً بصحتك. يمكن لبعض الأعشاب أن تساعد في إدارة ارتفاع سكر الدم لدى مرضى السكر من خلال تحسين حساسية الأنسولين، وتقليل امتصاص الجلوكوز، أو دعم عملية الأيض بشكل عام، على سبيل المثال، أظهرت بذور الحلبة، والقرع المر، والقرقة، والريحان المقدس، قدرتها على المساعدة في تنظيم مستويات سكر الدم بشكل طبيعي.

مع أن هذه الأعشاب قد تكون مفيدة عند إضافتها إلى النظام الغذائي أو كمكملات غذائية، وفقاً لموقع "ndtv"، إلا أنها لا ينبغي أن تحل محل الأدوية الموصوفة، ويجب استخدامها تحت إشراف طبي لتجنب التفاعلات أو انخفاض سكر الدم.

تناول الطعام. يُجرى الاختبار بعد الاستيقاظ مباشرة، ويظهر كيفية إدارة جسمك لمستويات سكر الدم طوال الليل. ويقول الأطباء إنها مفيدة، خاصة إذا كنت تتناول أدوية الأنسولين. قبل الأكل

يساعدك فحص مستوى السكر في الدم قبل تناول أي طعام على معرفة مدى ارتفاعه أو انخفاضه قبل تناوله. يساعدك هذا على تحديد التعديلات اللازمة ليس فقط على حصص الوجبات، بل أيضاً على نوعية الطعام الذي يجب تناوله. ويساعدك أيضاً على فهم تأثير التوتر أو النشاط على مستويات الجلوكوز لديك طوال اليوم.

بعد الأكل إن مرور ساعتين على تناول الطعام هو أفضل وقت لمعرفة مدى قدرة جسمك على التعامل مع الطعام الذي تناولته. ارتفاع سكر الدم بعد ساعتين على الأقل من تناول الطعام أمر طبيعي، ولكن لا ينبغي أن يكون مرتفعاً جداً. تساعدك نتائج قياس سكر الدم بعد الوجبات على معرفة الأطعمة التي قد تؤدي إلى ارتفاعات أكبر، وتحديد حجم طعامك وفقاً لذلك.

قبل أن تنام عندما تتحقق من مستويات السكر في الدم قبل الذهاب إلى السرير مباشرة، فقد تقلل من خطر انخفاض أو ارتفاع السكر أثناء الليل - وكلاهما يمكن أن يكون ضاراً بصحتك. يمكن لبعض الأعشاب أن تساعد في إدارة ارتفاع سكر الدم لدى مرضى السكر من خلال تحسين حساسية الأنسولين، وتقليل امتصاص الجلوكوز، أو دعم عملية الأيض بشكل عام، على سبيل المثال، أظهرت بذور الحلبة، والقرع المر، والقرقة، والريحان المقدس، قدرتها على المساعدة في تنظيم مستويات سكر الدم بشكل طبيعي.

مع أن هذه الأعشاب قد تكون مفيدة عند إضافتها إلى النظام الغذائي أو كمكملات غذائية، وفقاً لموقع "ndtv"، إلا أنها لا ينبغي أن تحل محل الأدوية الموصوفة، ويجب استخدامها تحت إشراف طبي لتجنب التفاعلات أو انخفاض سكر الدم.

من المهم تنظيم مرض السكر من خلال تغييرات في نمط الحياة، لذا إذا كنت تريد فقط مراقبة مستوى سكر الدم، فإن التوقيت مهم دائماً وفحص مستوى السكر في الدم في الوقت المناسب يساعدك على الحصول على صورة أدق لأنماط سكر الدم لديك، وفقاً لموقع تايمز ناو. أفضل الأوقات لفحص مستويات السكر في الدم تساعد مراقبة مستويات السكر في الدم على تتبع الاتجاهات وتحديد الأنماط بمرور الوقت. لماذا من المهم مراقبة نسبة السكر في الدم؟

وفقاً للخبراء، فإن فحص مستويات السكر في الدم بانتظام يساعدك على فهم كيفية استجابة جسمك لعوامل مختلفة مثل الطعام والنشاط والتوتر وحتى الأدوية. يساعدك هذا على تتبع الاتجاهات وتحديد الأنماط مع مرور الوقت. كما يمكنك في بعض الأحيان تحديد ارتفاع أو انخفاض سكر الدم - أي ارتفاع أو انخفاض مستويات السكر في الدم كما يمكنك تعديل مواعيد وجباتك وأدويةك وفقاً لذلك.

أفضل الأوقات لفحص مستويات السكر في الدم يعتمد وقت فحص مستوى السكر في الدم على عدة عوامل. من بين هذه العوامل: الصيام (في الصباح الباكر) يُقاس مستوى سكر الدم الصائم بعد ثماني ساعات أو أكثر من الامتناع عن

الزنجبيل والنعناع أفضل مشروب صباحي يطرد السموم من الكبد

المفاصل، وتحسين الصحة العامة. يُحسن الترطيب يُساعد شرب ماء الزنجبيل والنعناع المُرّيل للسموم على مدار اليوم على ترطيب الجسم ويقول الخبراء إن الماء يُطرد السموم بكفاءة أكبر، وعند دمجه مع مكّنات مُساعدة للكبد مثل الزنجبيل والنعناع، يكون له تأثير أقوى. كما يضمن الحفاظ على رطوبة الجسم حصول الكبد على السوائل التي يحتاجها لأداء وظائفه المُتعددة، من استقلاب العناصر الغذائية إلى معالجة الفضلات. ينظم الهضم يُساعد كل من الزنجبيل والنعناع على الهضم، مما يُقلل من عبء العمل على الكبد، مما يسمح له بالتركيز بشكل أكبر على إزالة السموم من الجسم. يضمن ماء الليمون عدم تراكم السموم أو الفضلات على الكبد. تقوية مناعة الكبد الزنجبيل والنعناع غنيان بمضادات الأكسدة والفيتامينات التي تقوي جهاز المناعة، مما يساعد الجسم على مكافحة العدوى والأمراض بفعالية أكبر.



من الطرق الطبيعية لتطهيره. يُعد ماء الزنجبيل والنعناع أحد هذه المشروبات المُثنية للسموم، وهو طريقة منعشة لدعم صحة الكبد، يُعرف كل من الزنجبيل والنعناع بخصائصهما الهضمية والمضادة للالتهابات، وهما مُفيدان للغاية لوظائف الكبد. كيف يُنظف الزنجبيل والنعناع الكبد؟ يُزيل السموم الضارة من الجسم يتميز كل من الزنجبيل والنعناع بخصائص مضادة للالتهابات، تساعد على تقليل الالتهابات في الجسم، وتخفيف أعراض حالات مثل التهاب

الزنجبيل والنعناع مشروب طبيعي منعش ومنقي للكبد، يُمكن تناوله صباحاً لدعم صحة الكبد، وهو غني بمضادات الأكسدة وخصائص مضادة للالتهابات، وفوائد هضمية، يُساعد هذا المشروب البسيط على طرد السموم، وتعزيز عملية حرق الدهون، ومساعدة الهضم، وتعزيز وظائف الكبد بشكل عام، وفقاً لموقع تايمز ناو. يعمل الكبد كجهاز ترشيح رئيسي في الجسم، حيث يحول السموم إلى فضلات، وبالتالي ينقي الدم ويستقلب العناصر الغذائية والأدوية لتزويد الجسم ببعض أهم البروتينات. ومع ذلك، هناك العديد

7 أعشاب ضرورية لمرضى السكر.. منها بذور الحلبة والكركم

الجروح. يمكن لبعض الأعشاب أن تساعد في إدارة ارتفاع سكر الدم لدى مرضى السكر من خلال تحسين حساسية الأنسولين، وتقليل امتصاص الجلوكوز، أو دعم عملية الأيض بشكل عام، على سبيل المثال، أظهرت بذور الحلبة، والقرع المر، والقرقة، والريحان المقدس، قدرتها على المساعدة في تنظيم مستويات سكر الدم بشكل طبيعي.

مع أن هذه الأعشاب قد تكون مفيدة عند إضافتها إلى النظام الغذائي أو كمكملات غذائية، وفقاً لموقع "ndtv"، إلا أنها لا ينبغي أن تحل محل الأدوية الموصوفة، ويجب استخدامها تحت إشراف طبي لتجنب التفاعلات أو انخفاض سكر الدم.



يُعد ارتفاع سكر الدم، المعروف أيضاً باسم فرط سكر الدم، يحدث عند وجود كمية زائدة من الجلوكوز في مجرى الدم، يحدث هذا عادةً عندما لا ينتج الجسم ما يكفي من الأنسولين أو يعجز عن استخدامه بفعالية لنقل الجلوكوز إلى الخلايا للحصول على الطاقة.

يُعد ارتفاع سكر الدم، المعروف أيضاً باسم فرط سكر الدم، يحدث عند وجود كمية زائدة من الجلوكوز في مجرى الدم، يحدث هذا عادةً عندما لا ينتج الجسم ما يكفي من الأنسولين أو يعجز عن استخدامه بفعالية لنقل الجلوكوز إلى الخلايا للحصول على الطاقة.



"هيئة الشارقة للكتاب" تفتح باب الترشيح لجوائز "الشارقة الدولي للكتاب ٢٠٢٥"

كتاب أجنبي خيالي "التي تكرم الأعمال الأدبية كالروايات والقصص المبنية على الخيال، إلى جانب فئة "أفضل كتاب أجنبي واقعي".

جائزة الشارقة لتكريم دور النشر وتوسعي "جائزة الشارقة لتكريم دور النشر" إلى أن تحتفي بالنماذج المميزة في قطاع النشر وتبلغ قيمتها الإجمالية ٧٥ ألف درهم، موزعة على ثلاث فئات، بواقع ٢٥ ألف درهم لكل منها، وهي؛ "أفضل دار نشر محلية"، "أفضل دار نشر عربية"، و"أفضل دار نشر أجنبية".

وتدعو هيئة الشارقة للكتاب كافة المبدعين من الأدباء والناشرين إلى المشاركة والتنافس على هذه الجوائز التي ساهمت في ترسيخ مكانة الشارقة كوجهة عالمية للثقافة وصناعة النشر والكتاب.

تأتي الجوائز استمراراً لنهج "هيئة الشارقة للكتاب" في دعم المعرفة والإبداع.

وتناول قضايا الواقع العربي برؤية نقدية وإبداعية.

جائزة الشارقة لأفضل كتاب أجنبي وتُمنح "جائزة الشارقة لأفضل كتاب عربي" للكتب المنشورة باللغة الإنجليزية، وتبلغ القيمة الإجمالية للجائزة ١٠٠ ألف درهم، تُوزع بالتساوي على فئتين، هما؛ فئة "أفضل

تحتفي "جائزة الشارقة للكتاب الإماراتي" بالنتاج المعرفي والإبداعي المحلي، حيث تتوزع على أربع فئات فرعية يبلغ مجموع جوائزها ٣٠٠ ألف درهم، بواقع ١٠٠ ألف درهم لكل من "جائزة أفضل كتاب إماراتي في مجال الرواية"، "جائزة أفضل كتاب إماراتي في مجال الدراسات"، و٥٠ ألف درهم لكل من "جائزة أفضل كتاب إماراتي في مجال الإبداع الأدبي (النصوص المسرحية)"، "جائزة أفضل كتاب إماراتي في مجال الرواية الأولى".

جائزة الشارقة لأفضل كتاب عربي في مجال الرواية وتبلغ قيمة "جائزة الشارقة لأفضل كتاب عربي في مجال الرواية" ١٥٠ ألف درهم، تُوزع مناصفة بين الكاتب والناشر، وتهدف إلى تكريم الرواية العربية التي تتميز بالأصالة والتجديد



South MED

وتتوزع الجوائز على ٤ فئات رئيسية، تشمل "جائزة الشارقة للكتاب الإماراتي"، "جائزة الشارقة لأفضل كتاب عربي في مجال الرواية"، "جائزة الشارقة لأفضل كتاب أجنبي"، و"جائزة الشارقة لتكريم دور النشر"، ويبلغ مجموعها ٦٢٥ ألف درهم. جوائز الشارقة للكتاب الإماراتي

الدولي للكتاب" في دعم المعرفة والإبداع، برؤية وتوجيهات الشيخ الدكتور سلطان بن محمد القاسمي، عضو المجلس الأعلى حاكم الشارقة، وتعزيز مكانة الإمارة مركزاً عالمياً لقطاع النشر والصناعات الإبداعية، ودورها في تحفيز الإنتاج الأدبي والفكري محلياً وعربياً ودولياً. ٤ فئات رئيسية

أعلنت "هيئة الشارقة للكتاب" عن فتح باب الترشيح لـ "جوائز معرض الشارقة الدولي للكتاب ٢٠٢٥"، التي تستهدف تكريم الكتاب والناشرين الذين أسهموا في إثراء المشهد الثقافي العربي والعالمي، مجموعة من الإصدارات الأدبية والبحثية الإبداعية. ويستمر استقبال طلبات الترشيح حتى ١٥ سبتمبر المقبل، بعد استيفاء المعايير التي تضمن التزام المشاركين بالمساهمة في تعزيز المشهد الأدبي وصناعة النشر، والتي يمكن الاطلاع على تفاصيلها عبر الموقع الرسمي للمعرض، فيما سيتم الإعلان عن أسماء الفائزين خلال حفل افتتاح الدورة ٤٤ من "معرض الشارقة الدولي للكتاب" في نوفمبر المقبل.

وتأتي الجوائز استمراراً لنهج "هيئة الشارقة للكتاب" و"معرض الشارقة

محمد ناصف: انطلاق "٥٠٠ ليلة مسرحية" قريباً.. والأقاليم تحدد مواعيد عروضها

للهيئة في الأقاليم، ليشمل العروض التي أثبتت نجاحها جماهيرياً خلال الموسم المسرحي الماضي، وقد بدأت فرق الإعداد بالفعل في جدولة العروض واختيار المواقع المناسبة، بالتنسيق مع الإدارات المركزية في قصور الثقافة، على أن يتم الإعلان عن خريطة العروض التفصيلية خلال الأسابيع القليلة المقبلة، تهيئاً لانطلاق المهرجان رسمياً في الخريف المقبل.



الأقاليم وإتاحة الفرصة أمام المبدعين لتقديم أعمالهم أمام جمهورهم في المحافظات. South MED وكشف ناصف أن المشروع يستفيد من العقود المبرمة مسبقاً مع الفرق المسرحية، والتي تمتد مدتها لخمس سنوات، مما يعني أن الهيئة لديها بالفعل بنية تعاقدية تسمح بإعادة تشغيل هذه العروض دون الحاجة لإجراءات جديدة أو ميزانيات إضافية ضخمة.

وأوضح ناصف أن المهرجان سيوزع على مختلف المواقع الثقافية التابعة

أكد الكاتب محمد عبد الحافظ ناصف، مستشار رئيس الهيئة العامة لقصور الثقافة، أن مهرجان ٥٠٠ ليلة مسرحية سينطلق قريباً بمشاركة الفرق المسرحية في مختلف أقاليم مصر، مشيراً إلى أن كل إقليم ثقافي سيتولى تحديد موعد بدء عروضه والجدول الزمني للأعمال التي سيتم تقديمها بالترتيب.

وأوضح ناصف أن المهرجان يعد من أهم المبادرات المسرحية التي تطلقها الهيئة العامة لقصور الثقافة، ويعكس الحرص على دعم الحركة المسرحية في

"النيل في تاريخ مصر" ندوة في دار الكتب

الوطنية، خلال شهر أغسطس الجاري تزامناً مع ذكرى احتفاء المصريين بوفاء النيل؛ لتعكس الدور الحضاري والتاريخي والإنساني لنهر النيل في وجدان الشعب المصري.

وقدمت دار الكتب برنامجاً ثقافياً ممتداً، خلال الفترة من ١٣ حتى ١٥ أغسطس ٢٠٢٥، بمشاركة كل إداراتها، وجاء على رأسها تنظيم الإدارة المركزية للمراكز العلمية: من خلال مركز تاريخ مصر المعاصر ندوة يوم الخميس الموافق ١٤ أغسطس حول النيل وأهميته وتاريخه، كما أعاد المركز طبع كتاب "نخبة الفكر في تدبير نيل مصر" تأليف علي مبارك باشا، تحقيق الدكتور لطيفة سالم، الدكتور حسام عبد المعطي، الدكتور حنان عزوز، تقديم الدكتور يونان لبيب رزق والذي صدر عن المركز عام ٢٠٠٦، بالإضافة لكتاب "النيل في التاريخ المصري الحديث والمعاصر"، وهو مجموعة أبحاث بمشاركة كل من الدكتور إلهام ذهني، الدكتور عبد الرحمن الشرنوبي، الدكتور حمادة إسماعيل، الدكتور لطيفة محمد سالم، الدكتور عبد الوهاب بكر، الدكتور يونان لبيب رزق، الدكتور السيد فليفل، والذي صدر عن المركز عام ٢٠٠٩.



محروس غزيل مدرس التاريخ الحديث والمعاصر جامعة القاهرة، ويقدم قراءة في كتاب ثمانية عشر يوماً بصعيد مصر، والدكتورة عزة محمود باحث بمركز تحقيق التراث وتحدث حول صورة النيل في الأدب الشعبي، والدكتور رزق حسن نوري باحث بمركز تاريخ مصر المعاصر، ويتناول موضوع "القرية المصرية في زمن الفيضان".

وتقام الندوة في إطار مبادرة وزارة الثقافة المصرية تحت عنوان "النيل عنده كثير" ومبادرة مصر تتحدث عن نفسها تحت عنوان "إنثوا قلب الحكاية".

جدير بالذكر أن دار الكتب والوثائق القومية قد شاركت في مبادرة "النيل عنده كثير.. لعزة الهوية المصرية" التي أطلقتها وزارة الثقافة المصرية بالتعاون مع عدد من الوزارات والمؤسسات

تقيم دار الكتب والوثائق القومية برئاسة الدكتور أسامة طلعت، ندوة بعنوان "النيل في تاريخ مصر الحديث"، ومن المقرر أن تقام الندوة في تمام الحادية عشر من صباح يوم الخميس المقبل بقاعة علي مبارك بمقر دار الكتب بكونرنيش النيل.

يدير الندوة الدكتور أحمد الشربيني أستاذ التاريخ الحديث بكلية الآداب جامعة القاهرة، ورئيس الجمعية التاريخية المصرية، وتقدمها نهال خلف الميري، ويتحدث في الندوة كل من: الدكتور صالح محمد عمر باحث بمركز تاريخ مصر المعاصر، ويتحدث حول "مصر ودول حوض النيل تاريخ وآفاق التعاون والتكامل"، والدكتورة سحر حسن باحث بمركز تاريخ مصر المعاصر، وتحدث حول "نهر النيل وخزان جبل الأولياء"، والدكتور محمد

هل تذكرني؟! بقلم / عزيز الغالي

وهنا تكتشف أن كل محاولاتك للبحث في "الهارد ديسك" الذهني قد فشلت، وأنت في مأزق اجتماعي بلا مخرج. الحياة أبسط من ذلك بكثير. إذا قابلت شخصاً قديماً، عرّف بنفسك مباشرة، أعد رسم الجسر بينكما من جديد، لا تضعه في امتحان قاس لا ذنب له فيه.

نحن نعيش في زمن تتسارع فيه الأحداث حتى أننا بالكاد نحفظ أسماء من نراهم كل يوم، فكيف نتوقع أن تبقى كل الوجوه القديمة محفوظة دون تغيير؟ لذلك أقولها بصدق وبشيء من السخرية أرحموننا... يرحمكم الله.



ثم تبسم ابتسامة باهتة تخفي وراءها الحرج، فتزداد المأساة حين يصر الآخر على مواصلة الاختبار:

"إزاي مش فاكربي؟ أنا اللي كنت كذا وكذا!..."

انتهى الأمر. لا مجال للتكلف ولا لاختبارات عصبية. التعريف بالنفس جزء من ثقافة احترام الآخر، وتقدير لحقه في أن لا يُخرج أو يُتهم بالزهايمر.

نعم، الذكريات جميلة، لكن الزمن تغير ونحن تغيرنا معه. بعض الوجوه التي حفظناها في شبابها لم تعد كما كانت، وبعض الأصوات التي كنا نسمعها لم تعد بنفس النبرة. أن تطلب مني أن أستخرجك من أرشيف الذاكرة فوراً، فهذا ظلم.

أصعب ما في الأمر أنك أحياناً لا تتذكر فعلاً. تظل تبحث وتفكر،

وزير الخارجية يؤكد أهمية الضغط على إسرائيل للموافقة على مقترح وقف إطلاق النار بغزة

الأمن والاستقرار بالمنطقة. كما تناول الاتصال تطورات الأزمة الأوكرانية، حيث تبادل الوزيران الرؤى بشأن سبل إنهاء الحرب الأوكرانية على خلفية الجهود الدبلوماسية المكثفة التي تبذل على المستوى الدولي خلال الفترة الأخيرة.

وأعرب الوزيران عن تطلعهما أن تسفر هذه الجهود إلى إنهاء الحرب واستعادة الأمن والاستقرار للقارة الأوروبية.



تبذلها مصر للتوصل لوقف إطلاق النار، معرباً عن تقديره للإسهامات البناءة التي تقوم بها مصر لدعم

من جانبه، ثمن وزير الخارجية اليوناني الجهود الدؤوبة التي

تطبيق Notion Mail متوفر الآن على نظام iOS.. يدعم أكثر من 18 لغة

المدمج لكتابة ردود سريعة و يتميز التطبيق أيضًا بأداة جدولة تتيح للمستخدمين إرسال بريد إلكتروني في وقت لاحق، بالإضافة إلى ذلك، يوفر التطبيق دعمًا للعمل دون اتصال بالإنترنت، مما يسمح للمستخدمين بصياغة رسائل البريد الإلكتروني وإدارة طرق العرض وتغيير التصنيفات دون الحاجة إلى اتصال بالإنترنت.

مع ذلك، للإصدار الحالي من التطبيق بعض العيوب، فعلى سبيل المثال، لا يدعم تطبيق Notion Mail لنظام iOS خدمة iCloud، وهو حاليًا يدعم Gmail فقط، لذا، إذا كنت تستخدم Outlook كمزود بريد إلكتروني أساسي، فلن يكون هذا التطبيق مفيدًا لك.

بات تطبيق Notion Mail، تطبيق البريد الإلكتروني المدعّم بالذكاء الاصطناعي، متاحًا أخيرًا على نظام iOS.

وتحريها وتحسينها باستخدام الذكاء الاصطناعي، كما يوفر محرر Notion مجموعة واسعة من أدوات التنسيق التي تساعد الأفراد على كتابة المعلومات وعرضها بشكل أفضل. كما يمكن استخدام الذكاء الاصطناعي

لشركة، بعد Notion Calendar وتطبيق Notion الأصلي لتدوين الملاحظات.

باتباع أسلوب تصميم Notion، يأتي التطبيق المدعوم بالذكاء الاصطناعي بواجهة مستخدم بسيطة وتخطيط نصي، كما يوفر إمكانية تخصيص شاملة، حيث يمكن للمستخدمين تنظيم البريد الوارد في فئات وتصنيفات مخصصة مختلفة، واختيار كمية المعلومات المعروضة على الصفحة الرئيسية، واستخدام الذكاء الاصطناعي لتصفية رسائل البريد الإلكتروني حسب المواضيع والمرسلين وحتى التصنيفات.

ويسمح Notion Mail للمستخدمين أيضًا بكتابة رسائل البريد الإلكتروني



وتنظيمها تلقائيًا. وذكّرت الشركة أن إصدار iOS من التطبيق يدعم أكثر من ١٨ لغة، بما في ذلك الإنجليزية واليابانية والكورية والفرنسية والألمانية والإسبانية، حيث أصبح تطبيق البريد الإلكتروني المدعّم بالذكاء الاصطناعي الآن التطبيق الثالث

بات تطبيق Notion Mail، تطبيق البريد الإلكتروني المدعّم بالذكاء الاصطناعي، متاحًا أخيرًا على نظام iOS ، بعدما أعلنت آبل عن إطلاق تطبيقها على متجر التطبيقات، وهو الآن متاح للجميع للتحميل.

وقد أطلقت شركة تطبيقات مساحات العمل، ومقرها سان فرانسيسكو، تطبيق Notion Mail لأول مرة على نظام Android في أبريل.

والآن، وبعد أربعة أشهر، أصبح التطبيق مزوّدًا بنفس الميزات لأجهزة آيفون، حيث يتيح تطبيق البريد الإلكتروني المدعّم بالذكاء الاصطناعي للمستخدمين تخصيص إيماءات التمرير، ويمكنه فرز رسائل البريد الإلكتروني

ميزة "Find Hub" من جوجل ستعمل قريبًا بدون واي فاي أو شبكة هاتفية.. كيف تعمل؟



يحافظ على الخصوصية بحيث لا يعرف الآخرون كيف تستمر خاصية التتبع في العمل، ومع ذلك تبقى خدمات الأقمار الصناعية مكلفة، لذلك هناك احتمال أن تقصرها جوجل مبدئيًا على أجهزتها مثل هواتف بكسل أو جعلها لاحقًا ميزة مدفوعة.

ومن المنتظر أن تكشف الشركة عن سلسلة Pixel 10 الأسبوع المقبل، ورغم أن الوقت قد يكون مبكرًا للإعلان عن هذه التحديثات خلال الحدث، إلا أن الاختبارات الجارية على مستوى تطبيق Find Hub توحى بأن الإطلاق الرسمي قد لا يكون بعيدًا.

تعمل شركة جوجل على تحسين شبكتها الخاصة بالعثور على الأجهزة من خلال تحديث جديد من المقرر إطلاقه خلال الأشهر المقبلة، وكانت الشركة قد أعادت تسمية الأداة باسم Find Hub في وقت سابق من هذا العام، ومفاجأة التحديث الجديد أنه سيسمح بتشغيل الميزة حتى في غياب اتصال الواي فاي أو شبكة الهاتف المحمول.

ومن المتوقع بشدة أن تضيف جوجل دعم الأقمار الصناعية لتعقب الأجهزة، ومن المنتظر أن تتوفر هذه الميزة لجميع المستخدمين قريبًا، كذلك ظهرت مؤخرًا تفاصيل حول الأداة المطوّرة في تقارير تقنية، أوضحت أن التتبع عبر الأقمار الصناعية سيجعل الخدمة أكثر فائدة، خاصة عند التواجد في أماكن نائية بلا تغطية شبكات.

وتعتبر Find Hub النسخة الجديدة المعاد تسميتها من خدمة "Find My Device" الخاصة بجوجل، وبحسب ما كشفت عنه Android Authority، فقد عُثِرَ على دلائل في الأكواد البرمجية تشير إلى أن الميزة في طريقها للإطلاق.

ميزة هامة لتطبيق iMessage مع صدور نظام iOS 26.. تعرف عليها



جدولة الرسائل باستخدام ميزة "الإرسال لاحقًا"، حيث يمكنك بعد ذلك استخدام الفلتر من أعلى اليمين لعرض المحادثات التي تم إعداد مسودات لها فقط. وعند تفعيل الفلتر، يظهر زر شريط الأدوات بلون أزرق بارز، وهذا لتذكيرك بأنك ترى مجموعة فرعية فقط من الرسائل، وعند النقر على الزر مرة أخرى، يُزيل الفلتر، ما يتيح لك الوصول إلى جميع محادثاتك مرة أخرى.

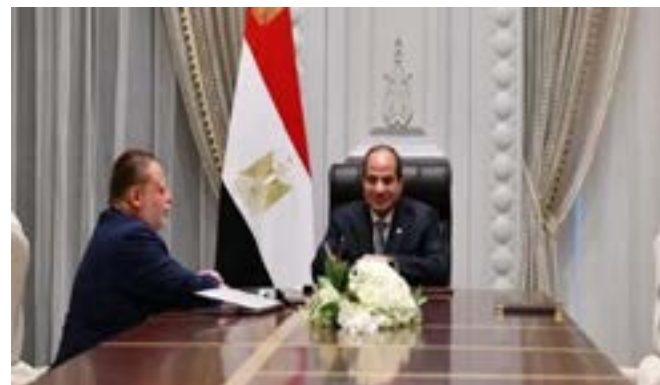
في منصات الدردشة الأخرى مثل Signal، يمكنك بعد ذلك استخدام الفلتر من أعلى اليمين لعرض المحادثات التي تم إعداد مسودات لها فقط. وعند تفعيل الفلتر، يظهر زر شريط الأدوات بلون أزرق بارز، وهذا لتذكيرك بأنك ترى مجموعة فرعية فقط من الرسائل، وعند النقر على الزر مرة أخرى، يُزيل الفلتر، ما يتيح لك الوصول إلى جميع محادثاتك مرة أخرى.

يشهد نظام iOS ٢٦ تحديثًا كبيرًا عند إطلاقه الشهر المقبل مع سلسلة هواتف iPhone ١٧ ، وإلى جانب إعادة التصميم الشاملة، هناك العديد من التغييرات والتعديلات الطفيفة في جميع المجالات، ومن بينها ميزة مفيدة لتطبيق iMessage المسودات.

ورصد التقرير أن تطبيق iMessage سيحتوي على مجلد مخصص للمسودات مع نظام iOS ٢٦، فعند النقر عليه، سترى فقط الرسائل التي كتبتها جزئيًا ولم تُرسلها بعد، وهو أمر مفيد للغاية، خاصة لمن يحبون في التفكير مليًا في الرسائل قبل إرسالها، وللعثور على المسودات، يوجد زر تصفية جديد أعلى يمين الشاشة، ومن هناك، يمكنك العثور على الأقسام المعتادة مثل الرسائل، والبريد العشوائي، والرسائل المحذوفة مؤخرًا، كما تتوفر خيارات تصفية أخرى في تلك القائمة.

كما يضم ميزة أخرى يمكنك من

الرئيس السيسي: إتاحة الموارد الدولارية ينعكس بصورة إيجابية على توفير مخزون مطمئن من السلع والمنتجات البترولية



واستمرار انخفاض معدلات التضخم، والمؤشرات الخاصة بتعزيز احتياطات الدولة من النقد الأجنبي؛ كما تم استعراض الوضع بالنسبة للاقتصاد العالمي، وتداعيات التحديات التي تواجه مختلف دول العالم، وانعكاسات ذلك على الاقتصاد الكلي.

لاستمرار انخفاض معدلات التضخم، والمؤشرات الخاصة بتعزيز احتياطات الدولة من النقد الأجنبي؛ كما تم استعراض الوضع بالنسبة للاقتصاد العالمي، وتداعيات التحديات التي تواجه مختلف دول العالم، وانعكاسات ذلك على الاقتصاد الكلي.

تتمه ص | ووجه الرئيس في هذا الصدد بتعزيز الحوافز للاستفادة من الفرص الاقتصادية المتاحة، وإتاحة الفرص للقطاع الخاص لدفع النمو الاقتصادي، بما يسهم في جذب المزيد من التدفقات الاستثمارية، بضرورة مواصلة العمل المكثف لتوفير الظروف الملائمة لجذب مزيد من الاستثمارات الأجنبية وتمكين القطاع الخاص.

وصرح السفير محمد الشناوي المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية، بأن الاجتماع تناول عدداً من المحاور المتعلقة بأداء الاقتصاد المصري خلال الفترة الحالية، بما في ذلك الجهود المبذولة



مصرع طفل وإصابة آخر فى حريق هائل بأحد المنازل بدمياط

تلقي العلاج اللازم، فيما تم إيداع جثمان الطفل ضحية الحريق مشرحة بمستشفى دمياط التخصصي لحين الانتهاء من الإجراءات القانونية اللازمة واستخراج تصريح الدفن. وتمكنت قوات الحماية المدنية من السيطرة على الحريق وتحررت الأجهزة الأمنية المحضر اللازم للواقعة، تمهيدا للعرض على النيابة العامة لاستكمال التحقيقات واتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة حيال الأمر.

قبل قسم شرطة مركز دمياط لموقع الحادث، بينما دفعت الحماية المدنية بـ ٦ سيارات للسيطرة على الحريق، فيما قام رجال الإسعاف بنقل المصابين إلى مستشفى دمياط التخصصي لتلقي العلاج اللازم. وأسفر الحادث عن مصرع الطفل حسن أحمد خليفة متأثرا بإصابته جراء الحريق، بينما أصيب شخص آخر بحروق خطيرة، وتم إيداعه غرفة العناية الحرجة بقسم الحروق وعلى الفور، تحركت قوة شرطية من

نشب حريق هائل داخل ورشة دهانات بقرية الشعراء بمحافظة دمياط ما أدى إلى أذى إلى مصرع طفل وإصابة آخر بحروق خطيرة.



داخل ورشة دهانات تسبب في بلوغ النيران إلى المنازل المجاورة لها.

نشب حريق هائل داخل ورشة دهانات بقرية الشعراء بمحافظة دمياط ما أدى إلى اندلاع النيران بأحد المنازل المجاورة لها، وأسفر الحريق عن مصرع طفل وإصابة آخر بحروق خطيرة.

وتعود تفاصيل الواقعة عندما تلقت الأجهزة الأمنية بمحافظة دمياط بلاغا أفاد وقوع حريق هائل بأحد المنازل داخل قرية الشعراء التابعة لمركز دمياط، ذلك نتيجة نشوب حريق

إصابة ١٠ أشخاص فى حادث تصادم بالطريق الصحراوى فى البحيرة

وبالفحص تبين وقوع حادث تصادم بين دراجة تروسىكل محمول بمادة كاوية مع سيارتين ميكروباس ونقل، بالكيلو ٧٥ بطريق القاهرة الإسكندرية الزراعى دائرة محافظة البحيرة. وأسفر الحادث عن إصابة ١٠ أشخاص بحروق وكسور مختلفة بأجزاء الجسم، وتم نقل المصابين إلى مستشفى النوبارية لإسعافهم وتقديم الرعاية الطبية اللازمة، وتحرر عن ذلك المحضر اللازم تمهيدا لحالته للنيابة العامة للتحقيق ومعرفة أسباب وملابسات الواقعة.



أصيب ١٠ أشخاص بكسور وحروق مختلفة بأجزاء الجسم، اليوم الثلاثاء، إثر وقوع حادث تصادم تروسىكل محمول بمادة كاوية مع سيارتين ميكروباس ونقل، بالكيلو ٧٥ دائرة مركز النوبارية بالبحيرة. كانت مديرية أمن البحيرة قد تلقت إخطارا بالواقعة من شرطة النجدة،

إصابة شخص صدمته سيارة أثناء عبوره الطريق فى العمرانية

تلقت غرفة عمليات النجدة بلاغا من الخدمات الأمنية أعلى الطريق فى منطقة العمرانية مفاده وجود مصادمة، وعلى الفور انتقل رجال الإسعاف لمكان الواقعة. بالفحص تبين أنه أثناء عبور شخص للطريق صدمته سيارة مسرعة ما أسفر عن إصابته بكسور وكدمات وتم نقله إلى المستشفى لتلقي العلاج، وتم تفريغ كاميرات المراقبة للوقوف على ملابسات الواقعة، لضبط مالك السيارة، وتحرر محضر بالواقعة وتولت النيابة العامة التحقيق.



أصيب شخص بعدما صدمته سيارة أثناء عبوره الطريق فى منطقة العمرانية، وتم نقل المصاب إلى المستشفى.

7 أعشاب ضرورية لمرضى السكر. منها بذور الحلبة والكركم



مرضى السكر، مضغ أوراق الكاري الطازجة يوميًا أو إضافتها إلى الأطباق قد يُساعد على تنظيم مستويات السكر في الدم. ٦. الكركم الكركمين، المركب النشط في الكركم، له تأثيرات قوية مضادة للالتهابات ومضادات الأكسدة، قد يُحسن حساسية الأنسولين ويحمي الأعصاب ومشاكل الكلى، ويمكن أن يكون استخدام الكركم في الطهي أو كحليب ذهبي مفيدًا. ٧. الزنجبيل قد يُساعد الزنجبيل على تحسين حساسية الأنسولين وخفض مستويات السكر في الدم أثناء الصيام، كما أن شرب شاي الزنجبيل أو إضافته نيئًا إلى الطعام يُحسن صحة الأيض لدى مرضى السكر.

الجلوكوز بشكل أفضل. ٣. القرفة من المعروف أن القرفة تُعزز حساسية الأنسولين وتُحسن امتصاص الخلايا للجلوكوز، كما أنها قد تُساعد على خفض مستويات السكر في الدم أثناء الصيام. ٤. أوراق الريحان المقدس أوراق الريحان المقدس، لها خصائص مضادة للأكسدة ومركبات قد تساعد في خفض ارتفاع سكر الدم الناتج عن التوتر، مع تحسين وظائف البنكرياس، يُعد تناول أوراق الريحان الطازجة صباحًا أو كشاي عشبي أمرًا شائعًا في الممارسات التقليدية. ٥. أوراق الكاري تحتوي أوراق الكاري على مضادات أكسدة تُحسن نشاط الأنسولين وتُقلل الإجهاد التأكسدي لدى

الأعشاب الضرورية لمرضى السكر ١. بذور الحلبة بذور الحلبة، المعروفة محليًا باسم الحلبة، غنية بالألياف القابلة للذوبان، مما يساعد على إبطاء هضم وامتصاص الكربوهيدرات، وبالتالي تقليل ارتفاع سكر الدم بعد الوجبات، كما تحتوي على مركبات قد تُحسن حساسية الأنسولين، شرب ماء بذور الحلبة المنقوعة أو إضافتها إلى الكاري والروقي قد يكون مفيدًا. ٢. القرع يحتوي القرع المر، على مركبات مثل الكارانتين والبولي ببتيد، التي تُحاكي الأنسولين وتساعد على خفض سكر الدم، يُساعد تناول عصير القرع المر بانتظام أو إضافته كخضار على تنظيم مستوى

الزنجبيل والنعناع أفضل لمشروب صباحى يطرد السموم من الكبد

للمسوم؟ -في البداية، قشّر الزنجبيل وقطّعه إلى شرائح رفيعة. - اغسل حفنة من أوراق النعناع الطازجة جيدًا. -قطع ليمونتين إلى شرائح دائرية لإضافة نكهة. -أضف شرائح الزنجبيل وأوراق النعناع. -اعصر عصير الليمون لنكهة حمضية مميزة. -املاً الإناء بالماء، مع ترك مساحة في الأعلى للتقليب. -يمكنك إضافة رشّة من العسل لمن يُحبّون المذاق الحلو. -اشرب ماء الدياتوكس طوال اليوم للاستفادة من فوائده.



إلى عمله بكفاءة عالية. يعززان عملية الأيض تعمل خصائص الزنجبيل الحرارية على تسريع عملية الأيض، مما قد يساعد في إنقاص الوزن عن طريق حرق المزيد من السعرات الحرارية على مدار اليوم كما أنه يساعد على تخفيف العبء عن الكبد، مما يؤدي





حسام حسن يتابع المصابين لحسم مصيرهم أمام إثيوبيا وبوركينا فاسو

إضافة نحو حجز بطاقة التأهل إلى المونديال الذي سيقام في الولايات المتحدة وكندا والمكسيك. ويأتي منتخب بوركينا فاسو في المركز الثاني برصيد ١١ نقطة، كأقرب مطاردي مصر، في حين تحتل منتخبات سيراليون وإثيوبيا وغينيا بيساو المراكز التالية برصيد متقارب، في حين يقبع منتخب جيبوتي في ذيل الترتيب بنقطة واحدة فقط.

وعزز المنتخب المصري صدارته للمجموعة الأولى ضمن التصنيفات الأفريقية المؤهلة إلى كأس العالم ٢٠٢٦، بعدما رفع رصيده إلى ١٦ نقطة عقب مرور ست جولات، دون أن يتعرض لأي هزيمة. وحقق "الفراعنة" خمسة انتصارات وتعادلاً وحيداً، وسجلوا ١٤ هدفاً مقابل هدفين فقط، ليؤكدوا تفوقهم الكبير على منافسيهم، ويقتربوا خطوة

لمنتخب مصر، على إعلان قائمة المنتخب لمباراتي إثيوبيا وبوركينا فاسو يومي ٥ و ٩ سبتمبر المقبل، في تصفيات كأس العالم يوم ٣١ أغسطس الجاري. ويرغب حسام حسن في تأخير الإعلان حفاظاً على تركيز جميع اللاعبين قبل الاعلان، بجانب حسام مصير المصابين، وتحسباً لوقوع أى إصابات جديدة بين اللاعبين الذين ينوى ضمهم.



واستقر حسام حسن المدير الفني

صباحي.

طلب حسام حسن المدير الفني لمنتخب مصر، تقريراً عن الحالة النهائية للمصابين لحسم موقفهم من الانضمام لمعسكر المنتخب أول سبتمبر المقبل استعداداً لخوض مباراتي إثيوبيا وبوركينا فاسو في تصفيات كأس العالم ٢٠٢٦. ويسعى الجهاز الفني للوقوف على حالة المصابين وعلى رأسهم إمام عاشور ومروان عطية ورامي ربيعة وياسين مرعى ورمضان

سندس محمود تتوج بـ ٣ ذهبيات و ٣ فضيات في بطولة أفريقيا للأثقال للشباب والناشئين



يوم ٣١ أكتوبر المقبل. وأخطر الاتحاد الأندية بضرورة سداد المديونيات في موعد أقصاه ٣٠ سبتمبر، وذلك طبقاً للمادة الرابعة من لائحة النظام الأساسي للاتحاد المصري لرفع الأثقال، التي تنص على وجوب سداد الاشتراك السنوي خلال الأشهر الثلاثة الأولى من السنة المالية (من ٢٠٢٥/٧/١ حتى ٢٠٢٥/٩/٣٠). وأشار اتحاد الأثقال في خطابه للأندية إلى أنه لن يتم تسجيل أو قيد أو استخراج بطاقات لاعبين لأي هيئة إلا بعد سداد الاشتراكات السنوية.

بينما يخوض أيضاً اليوم علي عبد الراضي منافسات وزن ٧٩ كجم، فضلاً عن صابر أشرف في وزن ٨٨ كجم. كما يخوض كل من جنى جودة (وزن ٨٦ كجم) وشمس محمد (٨٦+) كجم) ومصطفى عبد الحي (وزن ٩٤ كجم) المنافسات يوم ٢١ أغسطس الجاري. وأرسل مسئولو اتحاد رفع الأثقال برئاسة محمد عبد المقصود خطاباً إلى الهيئات يفيد بانتهاء فترة القيد واستبدال اللاعبين في الموسم الجديد

حصلت سندس محمود ٣ فضيات في منافسات وزن ٧٧ كجم تحت ١٧ سنة في الخطف والكلين والمجموع، و ٣ ذهبيات تحت ٢٠ سنة في بطولة رفع الأثقال المقامة في أكرا. فيما حقق صادق محمود ٤ ذهبيات في الخطف والمجموع، وفضيتين في الكلين، على صعيد منافسات وزن ٦٥ كجم ببطولة أفريقيا المقامة في أكرا على مستوى الناشئين والشباب. وحققت هاجر أمين لاعبة منتخب رفع الأثقال ٣ ذهبيات في وزن ٥٣ كجم.

علي عبد الراضي يتوج بثلاث ذهبيات وثلاث فضيات في بطولة أفريقيا للأثقال للشباب والناشئين



الجديد يوم ٣١ أكتوبر المقبل. وأخطر الاتحاد الأندية بضرورة سداد المديونيات في موعد أقصاه ٣٠ سبتمبر. يأتي ذلك طبقاً للمادة ٤ من لائحة النظام الأساسي للاتحاد المصري لرفع الأثقال حيث يجب على جميع الهيئات المقيدة بالاتحاد سداد الاشتراك السنوي خلال الثلاثة أشهر الأولى من السنة المالية (من ٢٠٢٥/٧/١ وحتى ٢٠٢٥/٩/٣٠). وأشار اتحاد الأثقال في خطابه للأندية، إلى أنه لن يتم تسجيل أو قيد أو استخراج بطاقات لاعبين لأي هيئة إلا بعد سداد الاشتراكات السنوية.

أفريقيا المقامة في أكرا علي صعيد الناشئين و الشباب. و حققت هاجر أمين لاعبة منتخب رفع الأثقال ذهبيات وزن ٥٣ كجم. بينما يخوض أيضاً اليوم ، صابر أشرف وزن ٨٨ كجم. فيمت يخوض كل من، جنى جودة وزن ٨٦ كجم و شمس محمد ٨٦+ كجم و مصطفى عبد الحى وزن ٩٤ كجم المنافسات يوم ٢١ أغسطس الجاري. وأرسل مسئولو اتحاد رفع الأثقال برئاسة محمد عبد المقصود خطاب إلى الهيئات يفيد بانتهاء فترة قيد واستبدال اللاعبين في الموسم

حصل علي عبد الراضي ٣ ذهبيات في منافسات وزن ٧٩ كجم تحت ١٧ سنة ببطولة أفريقيا للشباب و الناشئين بأكرا في الخطف والكلين و المجموع ، محققاً رقم أفريقي جديد و ٣ فضيات علي صعيد منافسة تحت ٢٠ سنة . فيما حصلت سندس محمود علي ٣ فضيات في منافسات وزن ٧٧ كجم تحت ١٧ سنة في الخطف و الكلين و المجموع و ٣ ذهبيات تحت ٢٠ سنة فيما حقق صادق محمود ٤ ذهبيات في الخطف و المجموع و فضيتين في الكلين علي صعيد منافسات وزن ٦٥ كجم ببطولة

جدول ترتيب الدوري الممتاز.. المصري يتصدر



ضمن فعاليات الجولة الثالثة من دوري نايل. تعادل الجونة وغزل المحلة سلبيا في الدوري الممتاز حسم التعادل السلبي نتيجة المباراة بين فريقى غزل المحلة والجونة في المباراة التي جمعتهم منذ قليل على استاد خالد بشارة، ضمن الجولة الثالثة من عمر مسابقة الدوري المصري الممتاز.

منافسات الجولة الثالثة من الدوري الممتاز. بتروجت يهزم وادى دجلة بهدف بدر موسى ويتقدم خطوة في جدول الدوري فاز بتروجت على وادى دجلة بهدف مقابل لا شئ، أحرزه الفلسطيني بدر موسى في الدقيقة ٤٦ من الشوط الأول في المباراة المقامة بينهما على ملعب السلام،

تصدر فريق المصري جدول ترتيب الدوري الممتاز برصيد ٧ نقاط عقب إقامة اليوم الأربعاء ٢٠ - ٨ - ٢٠٢٥ ثلاث مباريات ضمن الجولة الثالثة من عمر المسابقة، حيث استضاف الجونة مع غزل المحلة بينما التقى وادى دجلة مع بتروجت وواجه سيراميكا فريق إنبي. ثنائية السولية وإسلام عيسى تمنح سيراميكا الفوز الأول على حساب إنبي.. صور حقق فريق سيراميكا فوزه الأول في بطولة دوري Nile بعدما تغلب على نظيره إنبي بهدفين دون رد، في اللقاء الذي جمع الفريقين مساء اليوم الأربعاء على استاد هيئة قناة السويس ضمن





الإسماعيلي يتقدم باحتجاج رسمي ضد طاقم تحكيم لقاء الاتحاد السكندري



احتساب هدف آخر للإسماعيلي. وطلب الإسماعيلي في خطابه، السماح بالاستماع إلى حديث الحكم مع الواقفين في حكام الفار وفقًا لتصريحات أوسكار روير، رئيس لجنة الحكام، في حوار إعلامي سابق، مع استعداد النادي لسداد كافة الرسوم والمصاريف الخاصة بذلك. كما طالب الإسماعيلي لجنة الحكام بمراجعة الحالات التحكيمية محل الاعتراض بشكل عاجل وسريع، لإعادة الحق إلى نادي الإسماعيلي الذي عانى من الأخطاء الجسيمة متتالية، وذلك عبر تشكيل لجنة محايدة للوقوف على الأخطاء التحكيمية المتعاقبة.

وأشار النادي إلى أن ما يحدث من الحكام، مثلما شهد الإسماعيلي الموسم الماضي، يهدد مجموعة الأندية ويعرضها للهبوط، بل يقبل على الإطلاق حملة ممنهجة من نوع ما من أنواع الإيذاء في القبول من شأنهم.

الفار، قرر إلغاء الهدف بداعي التسلل، حيث تم رسم الخط الرئيسي لمهاجم الإسماعيلي من عند كتفه وليس من نهاية الكتف، لحرماننا من تسجيل هدف التعادل. وأكد النادي أن اللقاء شهد تجاوزًا مجدي حكم المباراة طارق مجدي تجاه عبدالله جمال، حارس الفريق والذي رفض بدوره اللجوء للحكم ضد لاعب الاتحاد في وقتٍ جرحه من المباراة، لتسبب الحكم في خروج اللاعبين عن تركيزهم للتعامل معهم بأسلوب غير مقبول.

وأوضح النادي أن تعيين طارق مجدي حكمًا للساحة لإدارة اللقاء، أمر يحتاج إلى تفسير حيث إنه كان حكمًا لتقنية الفار في مباراتنا السابقة أمام بيراميدز، والذي ألغى خلالها الحكم المساعد تقنية الفار هدفًا صحيحًا أحرزه أحمد حسن "كوكا" في مرمى بيراميدز، ليتكرر الأمر مجددًا بعدم

أرسل النادي الإسماعيلي احتجاجًا لرابطة الأندية ولجنة الحكام، بالاتحاد المصري لكرة القدم ضد طاقم تحكيم مباراة الفريق أمام الاتحاد السكندري، والتي أقيمت على ملعب السلام مساء الثلاثاء، في الجولة الثالثة من مسابقة الدوري. وجاء نص بيان الإسماعيلي كالتالي:

أرسل النادي الإسماعيلي خطابًا شديد اللهجة لرابطة الأندية ولجنة الحكام، بالاتحاد المصري لكرة القدم ضد طاقم تحكيم مباراة الفريق أمام الاتحاد السكندري، والتي شهدت عدة أخطاء كارثية كانت سببًا في فقدان الفريق نقاط المباراة. وأوضح النادي في خطابه أن حكم الفار "مصطفى مدحت"، تغاضى عن احتساب هدف صحيح للإسماعيلي في الدقيقة ٨٦ بداعي التسلل، وذلك رغم وضوح الرؤية التي تؤكد صحة الهدف، إلا أنه رغم توفر التقنيات المتاحة لغرفة

فيريرا يستبعد سيف الجزيرة من قائمة مباراة الزمالك أمام مودرن سبورت

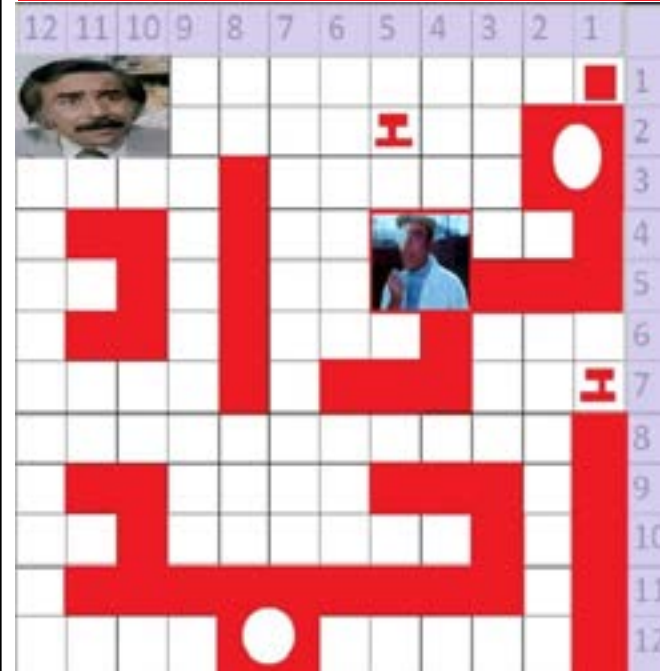


التي ينوي تطبيقها أمام مودرن سبورت. وأكد فيريرا للاعب أنه يثق تمامًا في قدراته وإمكاناته الكبيرة، وأنه سيكون ضمن حسابات الجهاز الفني في المباريات المقبلة، مطالبًا إياه بمواصلة العمل الجاد والاجتهاد في التدريبات من أجل استعادة مكانه في التشكيل الأساسي للفريق.

وأكد مصدر بنادي الزمالك خلال تصريحات خاصة لـ اليوم السابع أن قرار فيريرا باستبعاد الجزيرة لأسباب فنية بحتة، حيث عقد المدرب جلسة خاصة مع اللاعب على هامش المران الأخير، أوضح خلالها أن غيابه عن هذه المباراة لا يرتبط بأي أسباب انضباطية أو إصابات، وإنما هو رؤية فنية تتعلق بطريقة اللعب والخط

استبعد البلجيكي يانيك فيريرا، المدير الفني للفريق الأول لكرة القدم بنادي الزمالك، المهاجم التونسي سيف الدين الجزيرة من قائمة الفريق التي ستخوض مواجهة مودرن سبورت المقرر إقامتها في التاسعة مساء غد الخميس على استاد هيئة قناة السويس، ضمن منافسات الجولة الثالثة من مسابقة الدوري المصري الممتاز.

الكلمات المتقاطعة "الفنان القدير فؤاد أحمد بمناسبة ذكرى رحيله"



إعداد | سعيد شفيق

أفقيًا

- ١- فيلم لعادل أدهم وسهير صبري وحاتم ذ الفقار وفؤاد أحمد
- ٢- حرف أجني - يجنح (معكوسة)
- ٣- أميال (مبعثرة) - سلامة ممثلة مصرية
- ٤- والد - نصف صشين
- ٥- نصف كارل - شاطئ
- ٦- من الأقارب (معكوسة) - أخت سكيئة
- ٧- ستم - حروف متشابهة
- ٨- فيلم لنور الشريف وشويكار وفؤاد أحمد (معكوسة)
- ٩- أغنية لهشام عباس (معكوسة)
- ١٠- فيلم لهشام سليم وإلهام شاهين (معكوسة) - في الطاولة
- ١١-
- ١٢- علشان خاطر مسرحية لفؤاد المهندس وفؤاد أحمد

- ٦- ججا مسلسل ليحيى الفخري وفؤاد أحمد - للنداء
- ٧- ممثل مصري معتزل وزوج المطربة فاطمة عيد (معكوسة)
- ٨- بحر - الياسمين قصيدة لملاجة الرومي (معكوسة)
- ٩- طار فوق مسرحية لمحمد نجم وفؤاد أحمد (معكوسة)
- ١٠- نقيض عز (معكوسة)
- ١١- نصف هتلر
- ١٢- نحب فيلم لملاجة المصري وإلهام شاهين وفؤاد أحمد (معكوسة)
- (معكوسة) - يتحدى رامبو
- (معكوسة) مسرحية لمحمد نجم وفؤاد أحمد
- (معكوسة) رأسيا
- ١- كان مسلسل لعبد الرحمن أبو زهرة وسهير محسن وفؤاد أحمد (معكوسة)
- ٢- خياط ممثل سوري (معكوسة) - بالك من عقلك
- ٣- (معكوسة) فيلم لعادل إمام وفؤاد أحمد
- ٤- من أسماء الأسد (معكوسة)
- ٥-

كاريكاتور

أصل أنا ولدت أيام التنسيق!!

