

الرئيس السيسي يصدر قانون الاجراءات الجنائية الجديدة بعد زوال أسباب الاعتراض عليه



محددة، ولدة مؤقتة، وإخضاع أمر الإيداع لرقابة قضائية، وتغويل المتهم المودع حق الطعن الذي يخشى على حياته، وزيادة الضمانات المقررة للمتهم الذي يتقرر إيداعه أحد مراكز الإصلاح بابيادعه أو بمد هذا الإيداع، ولي sis كما كان منصوص عليه واستجوابه بحضور محامي، وذلك من خلال تقييد أمر الإيداع بآن يكون في حالات ويمبرات للإيداع.

تابع ص ٢

في المواد محل الاعتراض بعد تعديلها فيما يلي:

- النص على العمل بقانون الاجراءات الجنائية الجديدة بدءاً من أول العام القضائي التالي لتاريخ إصداره في ١٠/١٠/٢٠٢٦، وذلك حتى يتضمن للقائمين على إنشاؤه من قضاة وأعضاء نيابة عامة وماموري ضبط قضائي ومحامين الإمام بالأحكام المستحدثة، واتاحة الوقت أمام المحاكم لإنشاء مراكز الإعلانات الهاتفية المنصوص عليها في القانون.
- ترسيخ الحماية الدستورية المقررة للمساكن، وتوضيح حالات دخولها على سبيل الاستثناء وفق ضوابط محددة (الاستفادة أو الخطر الناجم عن الحريق أو الغرق أو ما شابه ذلك).

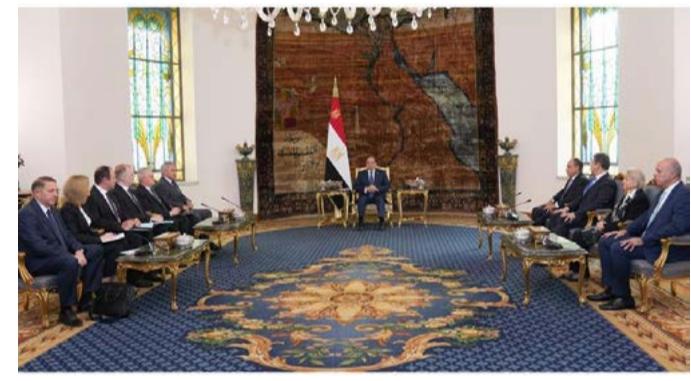
وافق السيد الرئيس عبد الفتاح السيسي على إصدار قانون الاجراءات الجنائية الجديدة، وذلك بعد موافقة مجلس النواب بجلسته العامة المقودة في ٢٥/١٠/٢٠٢٦ على تعديل المواد محل اعتراض السيد رئيس الجمهورية بما يتلخص أسباب الاعتراض، ويزيد من الضمانات المقررة لحماية الحقوق والحريات العامة، ويستجيب لاعتبارات الواقع العملي، ويحقق إحكام الصياغة وغایات الوضوح التشريعي، ويحول دون وقوع اختلاف في التفسير أو إشكاليات في التطبيق.

اقرأ أيضاً: الرئيس السيسي: مصر تؤكد رفضها القاطع للإضرار بمحالها المائية وتمثل أبرز الأحكام المستحدثة

الرئيس عبد الفتاح السيسي يستقبل أمين مجلس الأمن لروسيا الاتحادية



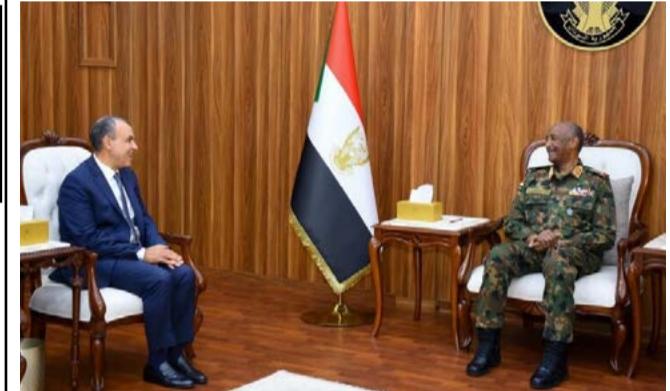
الصين: نتوقع من أمريكا حماية المنافسة
الزية في قطاعي النقل البحري



استقبل السيد الرئيس عبد الفتاح السيسي،اليوم، السيد سيرجي شويجو، أمين مجلس الأمن لروسيا الاتحادية، وذلك بحضور الدكتور بدر عبد العاطي وزير الخارجية والهجرة وشئون المصريين في الخارج، واللواء حسن رشاد رئيس المخابرات العامة، والستادرة فايزه أبو النجا مستشار رئيس الجمهورية لشئون الأمن القومي، ومن الجانب الروسي: السيد ألكساندر فينيديكتوف نائب أمين مجلس الأمن لروسيا الاتحادية، والسيد يفسيسيف المسؤول بمجلس الأمن الروسي.

والسيد سيرجي ميخييف نائب ماريا بانيا الممثلة بإدارة مدير جهاز المخابرات الخارجية رئيس روسيا الاتحادية، والسيد أندري يفسيسيف المسؤول بمجلس الأمن لروسيا الاتحادية بالقاهرة،

تابع ص ٨



بتوجيهات من السيد السيسي.. وزير الخارجية يلتقي رئيس مجلس السيادة السوداني

أكمل عبد العاطي خلال اللقاء، دعم مصر الكامل قيادة وشعباً للسودان من الرئيس عبدالفتاح السيسي،اليوم الثلاثاء، تجمع البلدين، مشدداً على تضامن مصر الكامل مع السودان ودعم استقراره وأمنه وسيادته ووحدة وسلامة أراضيه ومؤسساته الوطنية وعلى رأسها القوات المسلحة السودانية.



استديو التحليل.. السودان بين تفكك الدولة وصراع المصالح

٢ | ترامب يطالب BBC بتعويض بقيمة مليار دولار على خلفية تعرية خطاب الكابيتول

٣ | رسالة من السيسي لتفزيز العلاقات.. مصر وتركيا تبحثان مشروع «قوة الاستقرار الدولية» في غزة

٤ | هدية مصر لمدريد.. قصة معبد دبود والتدبيبات المستمرة لحفظه عليه

٥ | مع توقعات خفض الفائدة الأمريكية.. أين يتجه سعر الذهب

١٢ | الرياضية: الأهلي جدة يفاوض الأهلي من أجل ملاقاته وديا خلال أيام



الاعلامية شيماء فتحى تكتب.. «الإرادة الإنسانية هي صانعة القدر.. فلن سيد الممك

٩ | مطبخ أحلامك في مودرن هاوس



استبعاد رباعي بيراميدز من منتخب مصر الثاني



ترامب يطالب BBC بتعويض بقيمة مليار دولار على خلية تحريف خطاب الكابيتول

إلى مبني الكابيتول... وساكنون هناك معكم. وسنقاتل. سنقاتل بشراسة؟ ماذا حرفت بي بي سي في خطاب ترامب؟ وقامت بي بي سي باجتزاء جملة ترامب عن القتال بشراسة من مقطع ناقش فيه مدى فساد الانتخابات الأمريكية؛ حيث استخدم لفظ قتال أو نقاتل خلال خطابهعشرين مرة، وكان الفارق بين المقطعين في الخطاب الأصلي أكثر من ٥٠ دقيقة.

وصدرت المذكرة المسربة من مايك بريسكوت، المستشار المستقيل السابق للجنة معايير التحرير في بي بي سي، الذي ترك منصبه في يونيو الماضي، وأفادت التلغراف بأن مايك بريسكوت أعرب أيضاً عن مخاوفه بشأن تغطية بي بي سي عربي للحرب في غزة، وعدم اتخاذ إجراءات لمعالجة مشكلات منهجية تتعلق بالتعيز ضد إسرائيل.



في حال لم تتمثل الشبكة،
لتكون أمام الرئيس
ترامب من خيار سوى إنفاذ
حقوقه القانونية والعادلة
بما في ذلك التقدم بشكوى
قضائية يطلب فيها تعويضاً
لا يقل عن مليار دولار.

من بنى الكابيتول الأمريكي في يناير ٢٠٢١، ونشرته صحيفة التلغراف. فخلال خطابه في واشنطن العاصمة ٦ يناير عام ٢٠٢١، قال ترامب: سنتوجه إلى مبني الكابيتول، ونشجع أعضاء وضيوف مجلس الشيوخ والنواب الشجاع. وخلال برنامج بي بي سي بانوراما المذاع على BBC ظهر الرئيس الأمريكي دونالد ترامب وهو يقول: سنتوجه

مدد الرئيس الأمريكي دونالد ترامب هيئة الإذاعة البريطانية بي بي سي بمقاضاتها ومتطلباتها بتعويض بقيمة مليار دولار، بسبب توليف مضلل في أحد برامجها لخطاب ألقاه قبيل اقتحام مبني الكابيتول عام ٢٠٢١، وفق ما أفاد مصدر قريب من فريقه القانوني وكالة فرانس برس اليوم الاثنين.

ومنح الفريق القانوني لترامب شبكة بي بي سي مهلة حتى يوم الجمعة لسحب الوثائق المضمن التوليف وتقديم اعتذار رسمي ودفع التعويض المناسب للرئيس عن الضرر اللاحق به. في حال لم تتمثل الشبكة، لن يكون أمام الرئيس ترامب من خيار سوى إنفاذ حقوقه القانونية والعادلة... بما في ذلك التقدم بشكوى قضائية يطلب فيها تعويضاً لا يقل عن مليار دولار، وفق الفريق القانوني.



البحرين وال السعودية تبحثان المستجدات الإقليمية والدولية والتعاون الثنائي

السعودية لدى مملكة البحرين. وأشار إلى ما تشهده مستوى التعاون والشراكة بين البلدين الشقيقين من تقدم وازدهار متامٍ في ظل الجهود المتواصلة التي يبذلها في ظل العهد البحريني للأمير سلمان بن العهد البحريني والأمير سلمان بن حمد آل خليفة وولي العهد من جهةه.. أكد الوزير البحريني - بن عبدالعزيز آل سعود؛ بما يصب في تعزيز العلاقات الثنائية وتحقيق الأهداف المشتركة في مختلف المجالات عبر المبادرات المتبعة من مجلس التنسيق البحريني السعودي. من جانبه، أعرب سفير المملكة العربية السعودية لدى مملكة البحرين عن شكره وامتنانه للشيخ عيسى بن سلمان بن حمد آل خليفة على ما يبذيه من اهتمام بتعزيز أواصر العلاقات البحرينية السعودية، متمنياً لملكة البحرين المزيد من الإزدهار والنمو.

الصين: نتوقع من أمريكا حماية المنافسة الزيادة في قطاعي النقل البحري



قال متحدث باسم وزارة التجارة الصينية، الاثنين، إن الصين تتوقع من الولايات المتحدة مواصلة العمل معها في الاتجاه نفسه للحفاظ على بيئة تجارية نزيهة في أسواق الشحن وبناء السفن على المستوى الدولي.

ورداً على سؤال للتعليق على قيام الولايات المتحدة بتعليق تنفيذ إجراءات تحقيقات الفصل ٣٠١ الأمريكية التي تستهدف قطاعات النقل البحري واللوجستيات وبناء السفن في الصين، مدة عام، قال المتحدث الصيني - وفقاً لوكالة أنباء شينخوا الصينية - "إن هذا من شأنه أن يعزز الثقة والاستقرار في التعاون الاقتصادي والتجاري بين الصين

الرئيس السيسي يصدر قانون الإجراءات الجنائية الجديد بعد زوال أسباب الاعتراض عليه



• زيادة بدلال الحبس الاحتياطي لتكون سعة بدلال بدلاً من ثلاثة، وذلك لإتاحة الفرصة أمام سلطة التحقيق لاختيار الأوفق من بين بدلال الحبس الاحتياطي على نحو يفضي لتجنب اللجوء للحبس الاحتياطي إلا كإجراء آخر (بدلال الحبس الاحتياطي المستحدثة هي: إلزام المتهם بعدم مغادرة نطاق جغرافي محدد إلا بعد الحصول على إذن من النيابة العامة، وإلزام المتهم بالامتناع عن استقبال أو مقابلة أشخاص معينين أو الاتصال بهم بأي شكل من الأشكال، ومنع المتهم مؤقتاً من حيازة أو إحرار الأسلحة النارية وذخيرتها وتسليمها لقسم أو مركز الشرطة الذي يقع في دائريته محل إقامته، واستخدام الوسائل الفنية في تتبع المتهم حال توافر ظروف العمل بها، ويصدر بها قرار من وزير العدل بالتنسيق مع وزير الداخلية والاتصالات).

• إنفاذ توصية اللجنة العليا الدائمة لحقوق الإنسان بوزارة الخارجية بعرض أوراق القضية التي يحبس متهم على

مصر تلاatin تقول

إن المشاركة السياسية والتصويت في الانتخابات البريطانية ليست مجرد حق يكفله الدستور بل هي واجب وطني يعبر عن وعي المواطن وإيمانه بمسؤوليته تجاه وطنه فكل صوت يُدلي به هو رسالة انتساع ودليل على رغبة حقيقية في المساهمة بصناعة المستقبل وترسيخ دعائم الدولة القوية العادلة.

إن موقع وصحيفة مصر تلاatin يدعو جميع المواطنين إلى ممارسة هذا الدور الوطني النبيل والمشركة الفاعلة في الانتخابات دعماً لمسيرة التنمية والإصلاح وإنماً بأن اختيار الواعي هو الطريق إلى مستقبل أفضل لأنبائنا ووطننا الغالي.



بجنية الذي يحاكم غيابياً حال تعذر حضوره أو وكيله الخاص في أي من الجلسات المحددة لنظر الاستئناف المرووع منه، وذلك بالي Zam المحكمة بتوجيه نظر الاستئناف ملحة واحدة لإتاحة الفرصة لحضوره، حتى يمكن من ممارسة حقه في الدفاع عن نفسه عليه في مشروع القانون.

• التأكيد على استمرار العمل بإجراءات التقديمة لإعلان الخصوم بجانب الإعلان للضمانات المقررة تقنية المعلومات الإنسان، سواء لشخصه أو لمسكنه، المستحدثة بموجب مشروع القانون، وذلك حال تعذر الإعلان بها لأي سبب من الأسباب حتى لا يتعطل العمل ويتم الحفاظ على المواعيد القانونية.

• زيادة ضمانات المقررة للمتهم

تلاatin

ترخيص الهيئة الوطنية
للإعلام رقم ٤٠٠٤
٢٠٢١ فبراير عام

رئيس مجلس الإدارة - محمود صلاح قطامش

رئيس التحرير - هناء السيد

الاشراف الصحفي - دكتوره سهام جبريل

البث الالكتروني - محمد جمال شرع

التصميم الفني - علي منجيري

الوكيل الإعلاني - جمهورية مصر العربية

elsherif
ads. للدعاية والاعلان

(+202) 01022441900 (+202) 01238617779
e-mail: cd_room2004@yahoo.com

المملكة العربية السعودية

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

Al-Zafer Cargo Services Co.
لخدمات الشحن والتغليف والنقل البحري المتكامل
800-12-8888
qalamesh@alzafercargo.com
www.alzafercargo.com

Mohamed Qatamesh Dental Clinic

11 الأديب على ادفه، مساحت الشيراتون
هاتف: ٠٢٠٠٠٦٧٤٧٨، جوال: ٠٠٢٠٠٠٦٣٠٠٠
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com

Fb.com/Qatameshclinic



كلمة العدد



حاول تفهّم

.... المعاني في فوز زهران مدااني

قبل عام كان زهران مدااني شبه مجهول شاب في الرابعة والثلاثين من عمره مغني راب سابق تجول بين الناس بطرق الإسواب ويتحدث لعمال الليل والصلصلين علي أبواب الكنائس يحمل أفكاواش عشارا بسيطا هو (القدر علي التحمل) اي جعل الحياة ممكنا في مدينه تجاريه وفاكهه شبيهه لفاكر بعض الفلاسفه وقد يكون قد تعرضا جديدا للسياسه بانها ليست لإدارة الازمه فقط بل هي مقاومه البؤس الإنساني ايضا فما هي قصة زهران مدااني ؟؟ هل هو إسلامي ام شخص يسعى

لاستغلال الناخبين المسلمين في نيويورك لاغراضه الانتخابيه لكنه عندما تستعرض مسيطهه اولا كمغني راب وتراء ينقطع صورا مع زوجته المرتديه فستان مفتوح يصعب عليك وصفه بالمسلم المتشدد حيث المتشددين يرون في الموسيقي حرام والحجاب فرض علي النساء ولكنها قد تكون (تقيه) علي طريقه استراتيجية الاخوان التي تقوم علي الزوبون في ثقافة الامر والتأفلج فيها حتى هضها وابتلاعها من الداخل ومن المستغرب انه يفوز في مدينة نيويورك التي هزتها احداث الحادي عشر من سبتمبر وموطن اكبر جاليه يهوديه في العالم خارج اسرا ثيل كيف لها ان تختار ابن مهاجرين هنديين مسلمين. عده لها ؟؟ ولكنه ليس مثل المهاجرين الهاربين من الفقر والجهل في اوطانهم فالايب استاذ جامعي والأم مخرجه سينمائيه ونيويورك الان تشهد لحظة تعب وجودي وتباح عن معنى جدي للحياة في زمن قلت فيه المعاني فلم يكن فوز زهران مدااني حدثا انتخابيا عابرا بل اشاره الى تعمق مع وعي في ذاته وفي رؤيهه كان هذا الغرب الذي اعدنا علي رؤيهه كان متماسك صلب يكشف من جديد عن هشاشةه الداخليه وصراعه المستمر بين العداله وراس امال بين الامنيات الاجتماعي حق التمثل بين الهمهنه وحمل المساواه..... فوز زهران مدااني لا يفهم إلا في سياق التحولات التي يشهدها الغرب يجسد فيها دونالد ترامب النزعه اليميرالية المترافقه ويجسد فيها مدااني ردا إنسانيا علي تقول المطالب وإحياء فكرة ان السياسه يمكن ان تكون فعلا اخلاقيا حيث لعبت حرب غزه دورا حاسما في ترجيح كفته وخطابه الناقد لاسرائيل كان صدي لضمير جمعي بدأ يسيط على التناقضات هذا الفوز يقدم دليلا جديدا علي ان الديمقراطيه هي افضل نظام ممكن للحكم وهي تطور وتجدد نفسها وتعيد إنتاج توازنها عبر التناقض فوز مدااني في جوهره ليس انتصارا ملسلم او اشتراكي بل هو انتصارا لفكرة مفادها ان السياسه يمكن ان تعود الي اصلها الفلسفى بوصفها فعلا من اجل الانسان لا ضده ولكنها ايضا تعيد الي الاذهان معنى عظيم بان الغرب رغم عيوبه ما زال يمتلك شجاعة مواجهة ذاته بينما نحن في عالمنا العربي نخاف من ان نبدأ في طرح الاستلهه و لكم تحياي

محمود صلاح قطامش
Qatamesh@Misrtalateen.com
مصر تلاطين

رسالة من السيسى لتعزيز العلاقات.. مصر وتركيا تبحثان مشروع «قوة الاستقرار الدولية» في غزة



غزة وقوة الاستقرار الدولي، كما تم التأكيد على ضرورة الربط بين الضفة الغربية وقطاع غزة لضمان وحدة الأرضي الفلسطينية.

وشدد وزير الخارجية على أهمية تهيئة الأفق السياسي بما يفضي إلى تجسيد الدولة الفلسطينية المستقلة ذات السيادة على خطوط الرابع من يونيو ١٩٦٧ وعاصمتها القدس الشرقية، مؤكداً أن ذلك يمثل الضمانة الحقيقية لتحقيق الأمن والاستقرار في المنطقة.

كما تناول اللقاء تطورات الأوضاع في السودان، خاصة الفظائع والانتهاكات المروعة التي تشهدها مدينة الفasher، حيث شدد «عبدالعاطى» على أهمية التحرك الفعال للتوصل إلى تسوية، مشيراً إلى ضرورة الحفاظ على وحدة السودان وسيادته وسلامة أراضيه، ودعم مؤسسه الوطنية، مؤكداً أن الحول السياسي الشامل هو السبيل الوحيد إنهاء الأزمة وتحقيق تطلعات الشعب السوداني الشقيق.

يضمن إدخال المساعدات الإنسانية والإصلاحات التشريعية والمالية والإعمار. وفي هذا السياق، أطلع وزير التجارة، الرئيس التركي على التحضيرات الجارية لعقد مؤتمر القاهرة الدولي للتعاون الجارى إلى ١٥ مليار دولار خلال السنوات الخمس المقبلة.

وأضاف المتحدث الرسمي أن اللقاء تناول تطورات الأوضاع في قطاع غزة، حيث ثمن «عبدالعاطى» التعاون الوثيق بين مصر وتركيا وقطر والولايات المتحدة في التوصل إلى اتفاق شرم الشيخ للسلام، مشدداً على أهمية البناء على هذا الاتفاق وتبنته بما يضمن إدخال المساعدات الإنسانية دون عوائق وتهيئة الظروف لإعادة الإعمار.

الوطنية للاستثمار ٢٠٢٤-٢٠٣٠، والإصلاحات التشريعية والمالية والإعمار. وفي هذا السياق، أطلع وزير التجارة، الرئيس التركي على التحضيرات الجارية لعقد مؤتمر القاهرة الدولي للتعاون الجارى إلى ١٥ مليار دولار خلال السنوات الخمس المقبلة.

وأضاف المتحدث الرسمي أن اللقاء تناول تطورات الأوضاع في قطاع غزة، حيث ثمن «عبدالعاطى» التعاون الوثيق بين مصر وتركيا وقطر والولايات المتحدة في التوصل إلى اتفاق شرم الشيخ للسلام، مشدداً على أهمية البناء على هذا الاتفاق وتبنته بما يضمن إدخال المساعدات الإنسانية دون عوائق وتهيئة الظروف لإعادة الإعمار.

كما أكد «عبدالعاطى» التزام الحكومة المصرية بمواصلة تهيئة المناخ الجاذب للاستثمارات التركية، مشيراً إلى... بهدف رفع حجم التبادل التجارى إلى ١٥ مليار دولار خلال السنوات الخمس المقبلة.

والذى بحث مختلف جوانب التعاون الثنائى والتحضير لعقد الاجتماع الثنائى مجلس التعاون الاستراتيجي رفع المستوى في عام ٢٠٢٦، إلى جانب تنظيم منتدى لرجال الأعمال المصريين والأتراك لتعزيز الشراكات الاستثمارية بين البلدين.

كما أعرب وزير الخارجية، خلال اللقاء عن تقدير مصر لما تشهده العلاقات الاقتصادية بين البلدين، حيث أكد «عبدالعاطى» التزام الحكومة المصرية بمواصلة تهيئة المناخ الجاذب للبناء على نتائج اجتماع مجموعة الاستثمارات التركية، مشيرًا إلى الفرصة الواحدة التي توفرها الاستراتيجية وزيري خارجية البلدين خلال الزيارة.

استديو التحليل.. السودان بين تفكك الدولة وصراع المصالح



طاقة نور "تأخر السوق أم تأخرنا نحن؟" أ.د. زكريا محمد هيبة

بتوقيت السابعة والنصف استيقظت على تذمر ابني المتأهّب للذهاب إلى المدرسة، فتبين لي أن سائق الباص - وهو جديد - قد تأخر عن موعده لل يوم الثاني على التوالي. إدارة شؤون الباص تقع على عاتق أمهات التلاميذ من خلال مجموعة في تطبيق "واتساب" حاولت أن أجد حلاً مستمراً، خصوصاً وأن السائق لم يبر عليه سوى يومين منذ استبدلنا الباص وسائقه باخر، اتصلت بهاته، فوجدته مغلقاً، مؤشر سلبي لا ريب فيه!

انتظرت حتى وصل، ونزلت إليه أمام القطارات لديهم خلال الأربعين عاماً الماضية لا يتجاوز سبع ثوانٍ في السنة! وفي أحد المتأخر هناك، والذي يفتح أبوابه في تمام العاشرة، حاول بعض الزبائن الدخول في التاسعة وتسع وخمسين دقيقة، فمنعتهم الملوظة قائلة: "باقٍ دقيقة واحدة. لم يحن الموعد بعد".

وحيث سُلّت عن سبب هذا الانبطاط قالت: "هذا أمر بديهي نتوارهه جيلاً بعد جيل، وهو من الخصال التي نفخر بها". وكذلك الأفراد: فيما من رجل يُشار إليه بالبنان إلا وكان احترامه لوقت سمعاً ملائماً له.

وقد رُوي أن كاتب أسرار "جورج واشنطن" - أول رؤساء الولايات المتحدة - تأخر يوماً عن موعده، فاعتذر بأن ساعته كانت غير دقيقة، فقال له واشنطن: "أبدل ساعتك بأخرى؛ وإن أبدلتك بأخرى".

والأعجب أن الانبطاط في المواجهات لا زاد عندها إلا في مباريات كرة القدم!

حتى صار سمة عامة. حدثني بربرك: كم مديرًا يلتزم بعقد اجتماعاته في موعدها؟ إن مثل هذا المدير صار "أعز من بيس الأنوق"! صار التأخير هو الأصل، والالتزام استثناء يُذكر في كتب العجائب!

وقد يقول قائل: "يُعقل أن تكتب مقالاً عن تأخر سائق الباص؟" لكن الحقيقة أن احترام الوقت من أعظم دلائل تطور الأمم، ولا أعرف أمةً بلغت مجداً إلا وكان احترام الوقت عندها طبعاً أصيلاً.

بقلم/ سهام عزالدين جبريل

يشهد السودان منذ إبريل ٢٠٢٣ واحدة من أعقد الأزمات في تاريخه الحديث، بعد أن تحول الصراع بين القوات المسلحة السودانية وقوات الدعم السريع إلى حرب مفتوحة، تهدّد ليس فقط وحدة السودان، بل استقرار الإقليم بأسره. حرب تجاوزت حدود الصراع على السلطة إلى صراع على بقاء الدولة نفسها، وسط انهاي مؤسساتها، وتفاقم الأزمة الإنسانية، وتزايد التدخلات الإقليمية والدولية.

أولاً: جذور الأزمة وطبيعة الصراع تاريخ السودان الحديث مثقل بالتلقيبات والانقسامات؛ فمنذ سقوط نظام البشير عام ٢٠١٩، تعافت المراحل الانتقالية دون أن تُبني مؤسسات حكم الشعبي والملائكة المدني حول السلطة، إلى أن انفجر الوضع بين الجيش بقيادة العسكري والمكون المدني حول السلطة، فيلي، وهو من الخصال التي نفخر بها".

وكذلك الأفراد: فيما من رجل يُشار إليه بالبنان إلا وكان احترامه لوقت سمعاً ملائماً له.

وقد رُوي أن كاتب أسرار "جورج واشنطن" - أول رؤساء الولايات المتحدة - تأخر يوماً عن موعده، فاعتذر بأن ساعته كانت غير دقيقة، فقال له واشنطن: "أبدل ساعتك بأخرى؛ وإن أبدلتك بأخرى".

والأعجب أن الانبطاط في المواجهات لا زاد

عندها إلا في مباريات كرة القدم!

تبدأ في وقتها ماماً، ويعكك ضبط ساعتك عليها، بل وتتبّأ بسلوك أصدقائك المهملين إن وادعهم لمشاهدتها.

ولكن هي الأيام قد صرن كلها** عجائب حتى ليس فيها عجائب، أعلم أن المقال رها جاء على غير استواء، وربما شابته فوضى في بنائه، فقد قلت في مقال سابق: "من زان نومه زان يومه".

وقد ساء نومي اليوم، فتعنّر مزاجي،

فخرج هذا المقال الركيك، فابلעהه في إن

أمنها الداخلي وحدودها المشتركة.

في بعض مناطق السودان يتيح لجماعات متحاربة إغادة التفاوضية، فيما تستفيد أطراف مصر والبحر الأحمر.

في المعادلة الإقليمية: ضعف السودان يُحدث خللاً في توازن القوى في القرن الأفريقي.

ثالثاً: المشهد الميداني والسياسي تغيرت موازين القوى ماراً من اندلاع الحرب. سيطرت قوات الدعم السريع على أجزاء واسعة من الخرطوم وولايات دارفور، فيما احتفظ الجيش بمناطق الشمال والشرق.

وتسربت المعارض في نزوح أكثر من عشرة ملايين مواطن داخل البلاد وخارجها، وانهيار منظومة الخدمات الأساسية.

أما سياسياً، فقد تلاشت تقريرياً كل المبادرات المدنية، وانقسمت القوى السياسية بين مؤيدة لأحد الطرفين أو عاجزة عن التأثير، مما جعل الحال السياسي في الإقليم بما يشبه سيناريوهات التقسيم.

خامسًا: السيناريوهات المحتلّة

١. على مصر والأمن القومي العربي يقع السودان في قلب المجال الحيوي المصري، وأي اضطراب فيه ينعكس مباشرة على الأمن القومي المصري بعدها.

٢. تسوية بوساطة إقليمية: قد تدفع بها مصر وال سعودية بالتنسيق مع الاتحاد الأفريقي، شرط تحديد الدعم الخارجي للميليشيات.

٣. انقسام فاعلي للدولة: إذا طال أمد الصراع قد تتكسر سلطات محلية بحكم الأمر الواقع في الغرب أو الجنوب، مما يعيض السودان إلى مرحلة ما قبل الدولة.

التهديد الإرهابي: انهيار الأجهزة الأمنية

يواجهها فعلاً من أجل الانسان لا ضده ولكنها أيضاً تعيد إلى الأذهان معنى عظيم بان الغرب رغم عيوبه ما زال يمتلك شجاعة مواجهة ذاته بينما نحن في عالمنا العربي نخاف من ان نبدأ في طرح الاستلهه و لكم تحياي

محمود صلاح قطامش
Qatamesh@Misrtalateen.com
مصر تلاطين

تابع ص ٤



«أتعجب وأضحك».. رئيس الوزراء يعلق على منتقدي «صفقة قطر» عبر «السوشال ميديا»

تلك المشروعات وتطوير البنية التحتية لم نكن نستطيع جذب استثمارات من القطاع الخاص في مختلف القطاعات المهمة، وأن ما قامت به الدولة في ذلك المسار مهد الطريق للوصول مثل هذه الاتفاقيات والمشروعات الكبرى التي نعلن عنها الواحد تلو الآخر وهو ما ينعكس على الاقتصاد المصري. وحرص مدبوبي على توجيه الشكر للرئيس السيسي والأمير القطري على نجاحهما في الوصول لهذا الاتفاق وإقام تلك الصفقة الاستثمارية الكبرى.

وأكَدَ رئيس الوزراء أنه لولا الإنفاق على مشروعات كبرى لتطوير البنية التحتية وإنفاق مليارات على مشروعات مثل بناء العاصمة الإدارية الجديدة ومدينة العلمين الجديدة. وأضاف مدبوبي أن الدولة عندما تدخلت للبناء وتطوير البنية التحتية كان ذلك في فترة شديدة الاستثنائية في تاريخ مصر، عندما تحركنا للاستثمار في البنية الأساسية والمشروعات الرائدة لجذب القطاع الخاص.

الحكومة نفسها عندما قررت في فترة

قال الدكتور مصطفى مدبوبي رئيس مجلس الوزراء، خلال كلمته عقب توقيع عقد شراكة استثمارية مصرية-قطالية لتنمية منطقة «علم الروم» بمطروح، إنه يتبع كل ما يقال ويكتب حول تلك الصفقة الاستثمارية عبر منصات «السوشال ميديا» خلال الأيام الماضية فور الإعلان عنها.

وأشار إلى أن البعض على تلك المنصات انتقدوا الحكومة بسبب تلك المشروعات، وتساءلوا: لماذا لا تنفذ الحكومة تلك المشروعات بنفسها دون شراكة مع دول أخرى؟، مشيرًا إلى أنه



تعجب وضحك على تلك التعليقات لأن أصحابها سبق لهم أن انتقدوا

هدية مصر لمدريد.. قصة معبد ديبود والتحديات المستمرة لحفظه عليه



النهائي. وكان نقل وتركيب المعبد عمليّة معقدة، حيث وصل العدد من القطع بدون أرقام أو بعلامات خطأ. وقد انتهت العمل على إعادة بناء المعبد بعد ما يقارب العاشر، في عام ١٩٧٢.

الجدل حول الحفاظ على المعبد كانت إحدى الشروط التي تم الاتفاق عليها مع الحكومة المصرية عند تقديم المعبد إلى إسبانيا هي ألا يتم تعريض المعبد للهواء الطلق تحت أي ظرف، بل يجب أن يتم وضعه في مبني مخصص أو معد خصيصاً لهذا الغرض. ومع ذلك، وبخلاف المعابد الأخرى التي تم نقلها إلى المناحيف في دول مثل الولايات المتحدة وإيطاليا وهولندا، ظل معبد ديبود في مدريد مكشوفاً للهواء الطلق ما أدى إلى تعرضه لأضرار نتيجة الظروف المناخية القاسية.

على مر السنين، قدمت تقارير فنية وأوصات من الوسط الثقافي تحذيرات من خط التدهور المستمر للمعبد، في عام ٢٠٠٢، قام مجلس مدينة مدريد بدراسة إمكانية دفن المعبد داخل متحف تحت الأرض لحمايته من عوامل التعرية، ولكن لم يتم تنفيذ هذا الاقتراح. في عام ٢٠٠٧، اقتربت اليونسكو تغطية المعبد بقبة لحمايته، لكن ذلك لم يتحقق أيضًا.

في عام ٢٠٢٠، طالب عالم الآثار المصري زاهي حواس بتوفير حماية أكبر للمعبد، مذكراً بشروط الحكومة المصرية عند منح المعبد والتي كانت تقضي بتغطيته. على الرغم من هذه الاقتراحات، أصر مجلس مدينة مدريد على رفض فكرة تغطيته، بينما وافق على تمويل الدراسات والأعمال الالزمة لتحسين حالته المناخية وحمايته بشكل مستدام.

سلطت صحيفة الديليات الإسبانية الضوء على معبد ديبود، الذي تلقته العاصمة الإسبانية، مدريد، هدية من قبل أكثر من ٥٠ عاماً، وهو معلم مصرى يقع الآن في حديقة كاسر دي لا مونتانيا، بالقرب من ساحة إسبانيا، وهذا المعبد الذي يعود تاريخه لأكثر من ٢٠٠٠ عام يعبر من بين أندرا الشهادات الأثرية الخاصة بمصر القديمة التي يمكن رؤيتها كاملاً خارج أرضها الأصلية.

معبد ديبود: من معركة التزميم إلى الجدل السياسي في مدريد و قال عمدة مدريد في ذلك الوقت، كارلوس أرياس نافارو، عند افتتاح معبد ديبود: ستظل هذه الحجارة صامدة مئة أو ألف عام، ومع ذلك، وبعد مرور نصف قرن، ما زالت مسألة الحفاظ على المعبد تُعتبر من المواقب الجدلية التي تكرر في السياسة المدريدية.

في الآونة الأخيرة، تم إطلاق مسابقة أفكار لحماية المعبد، بمبادرة من رجال الأعمال في مدريد وبالتعاون مع جمعية المهندسين المعماريين من خلال فريق برئاسة البروفيسور مارتن أماجرو باش، الذي قام بالحفر في عدة مواقع أثرية في التوبيخة التي تكرر في والسودانية.

نتيجة لهذا العمل، تم نشر ثمانية مجلدات من المذكرات الأثرية. بالإضافة إلى النجاحات في مجال التقنيات، قدمت إسبانيا نصف مليون دولار للمساعدة في إنقاذ معابد أبو سمبل وفيلة. وكتبوا عن موقفها قائلة إن تغطية المعبد ستؤدي إلى تغيير ملحوظ في المنظر الحضري. كما أضافت أن المعبد يخضع لاختبارات دورية للحفاظ عليه، مشيرة إلى أن دراسة تم إجراؤها في عام ٢٠٢٢ أثبتت أن حالته معقولة وأن تغطيته لم تكن من الخيارات المقترنة.

تعرف على جهود الدولة في تمكين المرأة اقتصادياً واجتماعياً



ارتفاع تمثيل المرأة في مجالس الإدارة إلى ٤٠٠ ألف فرصة عمل، ٤٣٪ منها للنساء،

إلى جانب إطلاق مبادرات مثل She Trades Egypt لدعم رائدات الأعمال وأضاف التقرير أن هذه الجهود انعكست في تحسين المؤشرات الخاصة بتمكين المرأة، حيث ارتفع تمثيل المرأة

في مجالس الإدارة إلى ٢٣٪ عام ٢٠٢٣ مقارنة بـ ١٩٪ في ٢٠٢٢، كما تحسن مؤشر عدم المساواة بين الجنسين إلى ٣٩٪، متفوقاً على المتوسط العربي والعالمي، وتضاعفت نسبة النساء في

المناصب الإدارية العليا والمتوسطة

لتصل إلى ١٧٪ عام ٢٠٢٢ مقابل ٦٪ عام ٢٠١٧، فيما ارتفعت نسبة التمثيل

البريطاني النسائي إلى ٤١٪ في الوقت

الحالي مقارنة بـ ١٤٪ في ٢٠١٥

وأكَدَ التقرير إدماج جوائز خاصة بالمرأة في جائزه مصر للتميز الحكومي، وتوفير بيئة ملائمة عبر منصة حافز التي تتيح للشركات الناشئة

النسائية فرص الوصول إلى التمويل والدعم الفني.

٢٠٢٢ من النساء تستفيد من برنامج تكافل وكرامة

وفيما يتعلق بالبرامج التنفيذية، أشار التقرير إلى أن برنامج تكافل وكرامة يمثل أحد أبرز أدوات الحماية الاجتماعية

التي تشرف عليها الوزارة، حيث تشكل النساء ٧٥٪ من المستفيدات وتحصلن على بطاقات «ميري» مما تُمكّن من إدارة شؤونهن المالية بشكل أفضل.

وفي مجال التشغيل وريادة الأعمال، أوضح التقرير أن مشروع تحرير رياضة الأعمال يخلق فرص عمل مع البنك الدولي الذي يمول أكثر من ٨٥ ألف مشروع صغير ومتوسط، ووفرت نحو

٤. حل دولي عبر مجلس الأمن: لكن هذا الاحتمال يبقى محدوداً في ظل انشغال القوى الكبرى بصراعات أخرى (أوكرانيا -

غزة - تايوان).

سادساً: ما الذي يجب أن يحدث؟ إن التعامل مع الأزمة السودانية لم يعد ترفاً بل ضرورة استراتيجية.

مصر مطالبة بتعزيز وجودها الدبلوماسي والاستخباري في دائرة الأفريقية، ودعم مسار سلام سوداني-سوداني بعيد عن الاستقطاب الخارجي.

الدول العربية مطالبة بتنسيق إنساني عاجل عبر الجامعة العربية والهلال الأحمر

لمواجهة الكارثة الإنسانية المتفاقمة.

استديو التحليل.. السودان بين تفكك الدولة وصراع المصالح



- إنقاذ السودان من التفكك الكامل، إذا أدركت الأطراف المعنية أن الأمن لا يتحقق بالبنية بل ببناء الدولة المدنية القادرة والعادلة.

فالسودان، بموقعه وثرواته وتاريخه، ليس مجرد دولة منكوبة، بل مفتاح استقرار

القاراء من البحر الأحمر حتى قلب أفريقيا.

حالياً تحقق د. سهام عزالدين جبريل

دكتوراه في الإعلام السياسي وال العلاقات الدولية

- زمالة الأكاديمية العسكرية للدراسات

الاستراتيجية العليا - عضو البرلمان المصري

سابقاً

الجتمع الدولي مدعو إلى فرض رقابة صارمة على تدفق السلاح وتمويل المليشيات.

وفي الختام أرى السودان اليوم يقف على

حافة المجهول: دولة تتآكل من الداخل،

وصراع تناطح فيه المصالح الإقليمية

والدولية على جسد شعب أنهكه

الحروب.

لكن ما زالت هناك فرصة - وإن ضئيلة



تكاليف عاجلة من البترول لضمان مستحقات عمال المقاول وتطبيق الحد الأدنى للأجور

التحديات التي تواجه الشركة بخصوص العمالة المتعاقد عليها من خلال مقاول الباطن، الأمر الذي تطلب اتخاذ تكاليف عاجلة والموارد البشرية في الشركات بالمتابعة الفورية لتنفيذ هذه التوجيهات، ورفع تقارير شهرية إلى الهيئة والشركات القابضة لمتابعة الالتزام بتطبيق الحد الأدنى ووقف العمالة المتعاقدة.

وجاءت تكاليفات الوزير في أعقاب الزيارة الأخيرة للشركة المصرية للخدمات البترولية (أبسكو) وعرض رعاية العنصر البشري ودعمه



والعمال، بما يضمن وضوح الحقوق والواجبات وتطبيق أحكام قانون العقود المبرمة بين مقاول التوريد

وشدد الوزير على التزام جميع شركات القطاع بالتأكد من تطبيق الحد الأدنى للأجور على جميع العاملين، وتتحمل الشركات المتعاقدة مع مقاول توريد العمالة المسئولة المباشرة عن التأكد من تطبيقه على هؤلاء العاملين.

وأصدر المهندس كريم بدوي، وزير البترول والثروة المعدنية، توجيهات عاجلة لشركات قطاع البترول التابعة للهيئة العامة للبترول والشركات القابضة، بالتأكد من حصول العمالة المؤقتة المتعاقد معها عبر مقاول الباطن على كامل مستحقاتها دون نقاش، وتطبيق الحد الأدنى للأجور.

وشدد الوزير على التزام جميع شركات القطاع بالتأكد من تطبيق الحد الأدنى للأجور على جميع العاملين، وتحمّل الشركات مسؤولية توريد العاملين مع مقاول المتعاقدة مع مقاول توريد

ارتفاع جيزة أكبر صندوق استثماري في الذهب بالعالم

الفائدة الأمريكية.

أسعار الذهب اليوم

- عيار ٢٤ يسجل ٦٢١١ جنيهًا

- عيار ٢١ يسجل ٥٤٣٥ جنيهًا - ٥٤٥٠

- عيار ١٨ يسجل ٤٦٥٨ جنيهًا

- الجنيه الذهب ٤٣٤٨٠ جنيهًا

يحصل الذهب على الدعم في حالة

ارتفاع أسعار الفائدة الأمريكية بسب

تقلس تكلفة الفرصة البديلة للذهب

الذي لا يقدم عائد، وبالتالي تراجع

العائد يقلل من الطلب على السنادات

الحكومية لتنقل الاستثمارات إلى

الذهب في المقابل.



أعلن صندوق SPDR Gold Trust، أكبر صندوق استثماري متداول في البورصة المصرية بالذهب في العام، أن حيازاته ارتفعت بنسبة ٠١٦٪ لتصل إلى ١٠٤٢٠٦ طن متري يوم الجمعة، فوق ٤١٠٠ دولار مع توقعات تغير

مع توقعات خفض الفائدة الأمريكية.. أين يتجه سعر الذهب



استقرت أسعار الذهب في مصر والبورصة العالمية مستهل تعاملات جلسة الثلاثاء وسط ترقب لارتفاع

جديد في الذهب مع توقعات بخفض آخر لأسعار الفائدة من قبل البنك الاحتياطي الفيدرالي في ديسمبر، وسلسلة من البيانات الاقتصادية في أكتوبر في أسوأ موجة تسرّع للعمال

النمو العالمي.

أسعار الذهب اليوم

الاعلامية شيماء فتحي تكتب.. "الإرادة الإنسانية هي صانعة القدر.. فكن سيداً لمصيرك"



في تاريخ المسلمين، ظهرت تيات فكرية تؤمن بأن الإنسان مسيرة بقدر الله، وأن الأحداث والظروف هي التي تحدد مصيره، وأن الإنسان لا يملك حرية الاختيار، رغم تلاشي هذه التيات، إلا أن أفكارها لا تزال تترك تأثيرها على الكثيرين، الذين يرون الحياة تتحكم فيهم، وأنهم عاجزون عن تغيير مسارها.

ما يحفر الإنسان لتبني مثل هذا الاعتقاد هو رغبته في التحرر من ثقل المسؤولية، وتغفيض الأمر إلى القدر الإلهي. هذا الاعتقاد يجعل الإنسان يشعر بأنه ليس له دور في تشكيل مصيره، وأن كل ما يحدث له هو نتيجة لقضاء الله وقدره.

هذه الرؤية العشوائية للأحداث تجرد

الإنسان من إنسانيته وتحوله إلى مجرد

كائن يتحرك وفق قوى خارجية، وتجعله

يشعر بأنه أداة في يد القدر، وتدين

النظرة العشوائية التي تقلل قيمة

العمل البشري إلى فقدان الأهمية للجهد

البشري والتحكم في الحياة.

أحدهم إلى نفسه ويتحمل مسؤوليته.

الإنسان يلجأ إلى الاعتقاد بالجربية ليجد

راحة البال، لأن الاعتقاد بالجربية يغطي

الإنسان من عبء المسؤولية والتفكير في

كيفية مواجهة المشاكل، حيث يعتقد أن

كل ما يحدث له هو قضاء الله وقدره

دون أي جهد شخصي ولا حيلة له في

تغيره، مما يؤدي إلى التراخي وعدم

تحمل المسؤولية.

ـ روح الجربية لا تزال حية في قلوب

ـ الكثرين

ـ تاريخياً، ظهرت فرق في تاريخ المسلمين

عرفت باسم الجربية، تعتقد بأن الإنسان

مسير لا مخير، وأن الأحداث والظروف

هي التي تحكم في حياته، وأن الإنسان

ليس له دور في صنع قراراته.

ـ هذه الفكرة، سواء كانت صريحة أو

ضمنية، لا تزال تؤثر على الكثير، رغم

غياب فرقة الجربية عن المشهد، إلا أن

معتقداتها لا تزال تسيطر على تفكير

الكثرين، حيث يعتقدون أن الظروف

هي التي تحكم مصائرهم، وأنهم مجرد

ملكة جمال الأنقة الفنانة المغربية أميرة قصري تعتذر للمخرج أحمد العزبي عن عدم حضورها مهرجان "إيجي فاشن الدولي"

متابعة سعيد شفيق

بعد أن أعلنت إدارة مهرجان "إيجي فاشن الدولي" برئاسة مدير التصوير أحمد العزبي، عن تكريم ملكة جمال الأنقة الفنانة المغربية أميرة قصري ضمن قائمة المكرمين في الدورة الـ ١٥ من المهرجان، قدمت النجمة المغربية إعتذارها للمخرج أحمد العزبي مؤسس رئيس المهرجان عن عدم حضورها التكريم، نظراً لوفاة عمتها المقيمة بإسبانيا.

وقدمت أميرة قصري شكرها إلى ٢٠ نوفمبر الجاري، بعرض

ـ كبيرة في الأعوام الماضية ويشهد

ـ المهرجان تنوعاً رائعاً لصناعة الموضة

ـ والجمال مما يحقق الهدف الذي

ـ دشن لأجله وهو تبادل الخبرات بين

ـ صناع الموضة والفن والإعلام.

ـ ومن المعروف أن مهرجان "إيجي

ـ الصناعة في الوطن العربي.



ـ إلى ٢٠ نوفمبر الجاري، بعرض

ـ كبيرة في الأعوام الماضية ويشهد

ـ المهرجان تنوعاً رائعاً لصناعة الموضة

ـ والجمال مما يحقق الهدف الذي

ـ دشن لأجله وهو تبادل الخبرات بين

ـ صناع الموضة والفن والإعلام.

ـ ومن المعروف أن مهرجان "إيجي

ـ الصناعة في الوطن العربي.

حنانك يا طيب

VIP فيه هواء ناعم ومخدة سوفت، بس السعر مش ناعم! أما صاحب المستشفى - أطال الله بقاءه في دفتر التحصيل - فهو يجلس في مكتبه كملك من ملوك الممال الأبيض، يمسك بטלفونه ويقول: "افت Hwy له ملف... وأغلقوا عليه الباب كويس! وتنتهي الحكاية بأن يخرج المريض - أخف وزناً وأخف حبياً، بعد أن يكتشف أن المرض الذي دخل به كان أهون من الفاتورة التي خرج بها! وأخيراً... يا أهل الطب لا تخضوا، فالمقال ليس ضدكم، بل معكم، لأننا جميعاً مرضى في هذا الوطن الكبير، والشفاء لن يأتي إلا حين تُشفى في فساد النظام الطبي والإداري في كافة القطاعات قبل أمراض الأجسام.

الأسعار، ومن القدر الذي ألقى به على الطيب فرصة للراحة النفسية! لا تحايل، لا أشعة، لا وصفات بأسماء أعمجية لا يقدر المريض على نطقها، يستقبله الطيب ببسملة عريضة، كأنه يقول "اهلاً بالعملة الصعبة"، أصبح العلاج "بلدي": دعاء، راحة، وشورة عدس! والنتيجة؟ الصحة تمام التمام يهمس للممرضة: "اعمل لي رسم قلب، وتحاليل شاملة، وأشعة مقطعة من قمة رأسه لغاية ظفر رجله... و المريض المسكين يظن أن هذا كرم طب، ولا يعلم أن الكرم الوحيد في هذه الفاتورة فكل جهاز يرن، وكل إبرة تُعرّز، وكل "سرنجة" تُفتح، تُضاف للسيد الفاتورة كأنها عدّاد تاكسي في شارع مزدحم، ثم يظهر الطبيب آخر، يبتسم ويقول: "الحالة محتاجة بل ليشكوا من كل شيء: من الحظ، ومن رعاية خاصة يا أستاذ... عندنا جناح

الخاصة ليل نهار، ووجدوا في غياب الطيب فرصة للراحة النفسية! على قانون المسؤولية الطبية بسبب قضايا الحبس، فقلت احسنت الحكومة صنعا بالحبس الاحتياطي، هذه ليست نكتة من النكت، حيث كنا نظن أن الطب رحمة، فإذا به - سبب في كثرة المتأسي! تلك حقيقة علمية مؤثثة بالأرقام والإحصاءات، فعندما يتوقف الأطباء ينخفض عدد الوفيات! نعم، كما سمعت يا عزيزي القارئ، انخفضت، ولا زالت والإحصاءات خرجت من دول عديدة تؤكد ذلك، حيث تبين أن معدل الوفيات في فترات الإضراب الطبي تنخفض بنسبة ملحوظة، كان الناس صارت تعيش أكثر عندما تخفي "السماعة" و"الروشتة" و"المشرط"! والمريض لا يطروق أبواب العيادات



بِقلم الدكتور: السيد مرسى الصعيدي

دَوَامُ الْحَالِ مِنَ الْحَالِ.. بِقلم عادل رستم

الألسن بل درس تكتبه الأيام على جدران العمر فكل ما نحياناً مؤقت وكل ما نفقد أو غلقه عابر لكن الآخر الذي نتركه في قلوب الناس هو وحده البالقي فكن نبيلاً في قوتك صبوراً في ضعفك شاكراً في رحانك راضياً في بلاطك واسع أن تمر في هذه الحياة كنسمة خير لا تضر أحداً لأن الأيام تمضي والوجوه تتغير ولا يبقى في الذاكرة إلا طيب الآخر وجمال الموقف



إذن ليست المسألة أن ننعي استمرارية الأشياء بل أن نتعلم كيف نعيش في تناجم مع قانون التغيير. أن نستمتع بلحظة الحاضر دون تعلق أعمى وأن نتواضع في النعمة ونصبر في المحن. أن تكون مثل الريان الحكيم الذي لا يأس عندما هاج البحر ولا يغتر عندما سكن لأنه يعلم أن حال البحر لا تدوم. فلا تحزن على ما فات ولا تفرح كمن يظن أن السعادة أبدية ولا تخف من المستقبل فكل شيء سيتغير. هذه هي الحكمة التي تمنينا السلام الداخلي وتحررنا من قيد الخوف والطمع وتجعلنا نسافر في رحلة الحياة بروح راضية مع إيقاع الزمن لا مقاومته.

يقولون دَوَامُ الْحَالِ مِنَ الْحَالِ وهي حكمة خالدة تختصر فلسفة الحياة كلها في بضع كلمات فما من شيء على وجه الأرض يدوم على حاله لا الفرح دائم ولا الحزن مقيم لا القوة تبقى إلى الأبد ولا الضعف يستمر بلا نهاية فالغير هو القانون الأول للحياة والثبات وهم لا يصدّم أمام الزمن من يتأمل التاريخ يدرك أن الممالك التي بلغت ذروة المجد قد تهافت يوماً تحت ركام الغرور أو تقلبات

القدر وكذاك الإنسان قد يلدو شأنه

اليوم ويختبو عنه أو يعيش في انكسار اليوم ثم تنهض همته ليصنع مجده من جديد إنها سنة الله في الكون وتلك الأيام نداولها بين الناس

دَوَامُ الْحَالِ مِنَ الْحَالِ ليس دعوة لليل بل تنبية لل بصيرة لا تغتر بالنجاح وألا تستسلم للفشل فحين تكون في عز قوتك تذكر أن الزمان دوار وأن التواضع يحفظ النعمة وحين تضيق بك الدنيا فاعلم أن الغيم لا يمكث طويلاً وأن المترقبة على النجاة وسط أمواجها إن من يدرك عمق هذه المقوله يعيش متوازناً لا يفطر في الفرح ولا يبالغ في الحزن لأنه يعلم أن كل لحظة مهما كانت ستمر فالحياة لا تعرف الثبات يحظى النعمة وحين تضيق بك الدنيا بعد كل ليل فجر وبعد كل محنة منحة في حياتنا اليومية تتبدل الأحوال بسرعة مذهلة صديق يصبح غريباً وغريب

مستقبل وطن بـ شمال سيناء ينظم مؤتمراً جماهيرياً حاشداً دعماً لمرشحي القائمة الوطنية ومرشحي الفردي

عادل رستم / شمال سيناء



الصفوف ودعم مرشحي القائمة الوطنية والفردي، باعتبارهم ممثلين عن ائتلاف يهدف لخدمة المواطن المصري وتحقيق التنمية الشاملة في مختلف المجالات. وافتتح المؤتمر بتأكيد القيادات الحزبية والحضور على أن شمال سيناء ستظل موطناً وطنياً في المشاركة الإيجابية ودعم الدولة المصرية في كل استحقاق انتخابي.

نظم حزب مستقبل وطن بمحافظة شمال سيناء، مساء اليوم بمدينة العريش، مؤتمراً جماهيرياً حاشداً لدعم مرشحي القائمة الوطنية ومرشحي الفردي لائلاف الأحزاب الوطنية، وذلك في أجواء من الحماس والوحدة الوطنية، بحضور عدد كبير من القيادات الحزبية وأهالي المحافظة.

شهد المؤتمر حضور النائب عصام هلال، عضو مجلس الشيوخ والأمين العام المساعد لحزب مستقبل وطن، وعدد من قيادات الحزب بالمحافظة، إلى جانب قيادات حزب الجبهة الوطنية وحزب حماة الوطن، وأعضاء مجلس الشيوخ، ومرشحي الأحزاب المشاركة ضمن الائتلاف.

محافظ شمال سيناء يستقبل سفير سنغافورة لبحث سبل التعاون المشترك

عادل رستم / شمال سيناء



استقبل اللواء خالد مجاور محافظ شمال سيناء، اليوم، السيد دومينيك جوه سفير جمهورية سنغافورة بالقاهرة، والوفد المرافق له، وذلك بديوان عام المحافظة. وخلال اللقاء، تم بحث سبل التعاون المشترك بين محافظة شمال سيناء وسفارة سنغافورة في مجالات التنمية والاستثمار والتعليم والتبادل الثقافي، إلى جانب استعراض المقومات الاقتصادية وال فرص الاستثمارية التي تتمتع بها المحافظة.

وأكد المحافظ خالد مجاور على عمق العلاقات بين مصر وسنغافورة، مشيداً

محافظ شمال سيناء يصطحب السفير السنغافوري إلى مuber رفح البري ومستشفى العريش العام

عادل رستم



اصطحب اللواء دكتور خالد مجاور محافظ شمال سيناء، اليوم، السفير السنغافوري في القاهرة والوفد المرافق له، في زيارة إلى مuber رفح البري.

وخلال الزيارة، استعرض المحافظ الجهود المصرية المواصلة في إدخال المساعدات الإنسانية والإغاثية إلى قطاع غزة، واستقبال الجرحى والمرضى الفلسطينيين لتلقي العلاج في مستشفيات شمال سيناء.

تضامن شمال سيناء وجامعة العريش يطلقان ورشة تعريفية لذوي الهمم حول بطاقة الخدمات المتكاملة

عادل رستم / شمال سيناء



تحت شعار "معاً نحو مستقبل شامل" وبإشراف معلمي الكوادر مايا مرسى - وزيرة التضامن الاجتماعي وتجهيزات اللواء الدكتور خالد مجاور - محافظ شمال سيناء، نظمت مديرية التضامن الاجتماعي بشمال سيناء بالتعاون مع جامعة العريش ورشة تدريبية بعنوان "بطاقة الخدمات المتكاملة، ضمن مبادرة "تمكين"

من ذوي الهمم بمزايا بطاقة الخدمات المتكاملة، منسق وحدة التضامن فاطمة النجار، حقوقهم، ضمن جهود مبادرة "تمكين" الاجتماعي بالجامعة. وتحت قدم الأستاذ محمد طبلة،



الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لنبات الخروع

الشريانين، ويتم استخدامه أيضا لعلاج التهاب المفاصل والروماتيزم، وذلك لأنه يخفف من حدتها، ويزيل آلامها (الغناه بأحجام الأوليك واللينوليک)، وكذلك يحمي من الإصابة بهشاشة العظام، ويستخدم في علاج التصلب المتعدد، ومرض باركنسون، والشلل الدماغي.

وبالإضافة إلى ما ذكر أعلاه، يدخل زيت الخروع في إعداد مستحضرات التجميل، والماسكات الطبيعية، لأنه يخلص البشرة من البقع الداكنة (الهالات السوداء)، ويعيد نضارتها، ويقضى على آثار الحبوب (حب الشباب)، ويحمي من ظهور علامات الشيخوخة المبكرة مثل التجاعيد، ويستخدم كعلاج لترهلات جلد البطن والفخذين، حيث يعمل على إعادة الجلد إلى شكله الطبيعي. كما يساهم في علاج الالتهابات الجلدية، البكتيرية، والفتيرية، وينعكثارها؛ لاحتوائه على أحماض مضادة لالتهابات مثل حمض الديسيلنيك وحمض الريسينوليك، وكذلك يساعد على تعميم المنطقة التي يدهن فيها مثل الوجه والكتفين والقدمين والساقيين، ويفضل عمل الدهن في الليل قبل النوم، ويفسر من صحة الأظافر، ويزيل تشققاتها، وينحجا المعان والنعومة. ويستفاد من زيت الخروع أيضاً في علاج مشكلات الشعر لأنه ينشط الدورة الدموية في فروة الرأس، وينح الشعر القوة، والنعومة، واللمعان، ويحد من تساقطه، ويعزز نمو الشعر الطبيعي (مناطق الصلع)، ويزيد من كثافته، ويزيل القشرة، وذلك لاحتوائه على أوميجا-6-9. وفيتامين ه ب، والبروتينات، والأحماض الدهنية التي تغذي الشعر.



أاما بالنسبة لزيت الخروع فيتميز بالعديد من الفوائد الصحية والعلاجية، فهو يكافح الإمساك، حيث أنه يعد من أشهر الملينات الطبيعية المستخدمة من قدم الزمان، لأنه يعمل على زيادة حركة الأمعاء، وبالتالي تسهيل خروج الفضلات منها، ويعد مطهراً قوياً للأمعاء، ويساعد على التخلص من مشكلة البواسير الناتجة عن الإمساك وتحفيض آلامها والتهاباتها، كما يخفف زيت الخروع من اضطرابات الدورة الشهرية عند النساء، وذلك لاحتوائه على حمض الريبيونوليك، الذي يعد محفزاً طبيعياً لنزول دم الحيض ومنع تعسره، ويخفف آلام البطن في فترة الحيض، وكذلك يعالج تشنج القولون، والصداع، والاضطرابات الهضمية، وتخثر الدم، ويزيد من إدرار البول. كما يعزز زيت الخروع من وظيفة الكبد، حيث يزيد من قدرة الكبد على إزالة السموم من الجسم عند استخدامه كحرام على البطن، ولكن عند استخدام هذه الطريقة يجب على من عنده حساسية من هذا الزيت أخذ الحذر ومراجعة الطبيب قبل استخدامه، كذلك يستفاد منه في علاج أمراض الجهاز التنفسي مثل السعال الشديد، والربو، وتحسين صحة القلب والوقاية من الإصابة بتصلب



10 علامات شائعة لنقص الحديد عند الأطفال

يُعد الحديد من أهم المعادن لنمو الطفل وتطوره، فهو يلعب دوراً حيوياً في إنتاج الهيموجلوبين، وهو البروتين الموجود في خلايا الدم الحمراء الذي يحمل الأكسجين إلى جميع أنحاء الجسم، وبدون كمية كافية من الحديد، يصعب على الجسم إنتاج ما يكفي من خلايا الدم الحمراء السليمة، مما يؤدي إلى حالة تُعرف باسم فقر الدم الناجم عن نقص الحديد، حسبما أفاد تقرير موقع "Onlymyhealth".

ويُعد نقص الحديد من أكثر مشكلات التغذية شيوعاً بين الأطفال حول العالم، وإذا ترك دون علاج، فقد يؤثر على الصحة البدنية وفوائد الدماغ وحتى السلوك، لذلك يُعد التعرّف على العلامات مبكراً أمراً بالغ الأهمية لضمان حصول طفلك على العناصر الغذائية التي يحتاجها لنموه.

فيما يلي.. ١٠ علامات قد تشير إلى أن طفلك يعاني من نقص الحديد:

التعب والضعف المستمر من أبرز علامات نقص الحديد لدى الأطفال الشعور بالتعب المستمر، فعندما يفتقر الجسم إلى كمية كافية من الحديد، يقل وصول الأكسجين إلى الأنسجة والعضلات، مما يؤدي إلى التعب والضعف وانخفاض الطاقة، وقد يbedo الأطفال أكثر خمولاً من المعتاد، أو يُبدون اهتماماً أقل باللعب، أو يتبعون بسرعة أثناء ممارسة أنشطة كانت سهلة في السابق.

شحوب الجلد والشفتين يمكن أن يُسبب نقص الحديد شحوباً نتيجة انخفاض مستويات الهيموجلوبين في الدم، وقد يكون هذا الشحوب أكثر وضوحاً على الوجه والفم، لا سيما في الأذناء والشفتين، وعُكِّنَ

تابع ص ١

عادات خاطئة ابتعد عنها في الصباح لتتجنب الإصابة بمرض السكر

السكر في الدم.
فيوضي الخبراء بالمشي بانتظام حتى
المشي ملدة ١٠ دقائق يكفي لتقليل
خطر الاصابة بمرض السكري.

تناول الكافيين
يسعد الكثيرون من الناس بشرب الشاي
أو القهوة في الصباح. على الرغم من
أن هذا ليس ضاراً بالضرورة، إلا أن
استهلاك كميات مفرطة من الكافيين
ضار بشكل خاصًّا ويمكن أن يؤدي
شرب الكافيين أو الشاي على معدة
فارغة في الصباح إلى مشاكل صحية
خطيرة ويزداد خطر الإصابة بهم بمرض
السكري في الواقع، استهلاك الكافيين
على معدة فارغة يزيد من هرمونات
التوتر ويمكن أن يؤدي ذلك إلى زيادة
مؤقتة في مستويات السكر في الدم.

– استهلاك السكر والكريبوهيدرات
كثير من الناس يتخطون وجة الإفطار،
ب بينما ينغمض آخرون في السكر
والكريبوهيدرات. كلهم غير صحي.
تناول الخبز المحمص والمقربي على
الإفطار ليس مثالياً أيضاً فهذا يمكن أن
يرفع مستويات السكر في الدم بسرعة
ويزيد من خطر الإصابة بمرض السكري
وتفتقن هذه الأطعمة إلى الألياف أو
البروتين أو الدهون الصحية، كما أنها لا
تتوفر العناصر الغذائية الكافية.



لفتره طويلاً، يؤدي ذلك إلى نقص العناصر الغذائية في الجسم و غالباً ما يشعر الشخص بالتعب والضعف ويزداد الضغط في الجسم أيضاً.

في مثل هذه الحالة، يتم إطلاق الجلوكوز المخزن في الجسم، بسبب ارتفاع مستوى السكر في الدم بسرعة، وفي هذه الحالة يزداد أيضاً خطر الإصابة بمرض السكري.

- عدم ممارسة الرياضة

فيجب على الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بمرض السكري ممارسة الرياضة بشكل خاص والوضع في الاعتبار أن عدم ممارسة النشاط البدني يمكن أن يؤدي إلى مقاومة الأنسولين، مما يمنع جسمك من استخدام الجلوكوز بشكل فعال ويستمر خطر عدم توازن نسبة

هناك بعض الأخطاء التي يفعلها البعض في الصباح تزيد من خطر الإصابة بمرض السكر وهي عادات شائعة يفعلها البعض دون معرفة أن لها خطراً على الصحة وتسبب الإصابة بمرض السكر وفقاً ل报告 نشره الموقع الإلكتروني Only my health، ومن جانبة يوضح دكتور راهول باراشار استشاري الغدد الصماء، عادات يفعلها البعض في الصباح تزيد من خطر الإصابة بمرض السكري وهي الآتي:

- تخطي وجبة الإفطار في المنازل التي يعمل فيها كل من الزوج والزوجة، غالباً ما يتخطى الناس وجبة الإفطار أو يختارون الطعام الجاهز للأكل ومع ذلك، فإن القيام بذلك ليس صحيحاً، عندما تتخطي وجبة الإفطار

ما زالت تناول مشروبات الأعشاب في الصباح؟.. فوائد مذهلة

غنى بالمركبات النشطة بيلوجيًّا
تحتوي مشروبات الأعشاب على
مضادات أكسدة، ومواد كيميائية بنياتية
مضادة للالتهابات، وجزيئات أخرى
مشتقة من النباتات، والتي قد تُسهم
في تحسين الصحة على المدى الطويل،
وتشير الدراسات إلى أن هذه المركبات
تدعيم وظائف التمثيل الغذائي، وصحة
القلب والأوعية الدموية، وتنمية الجهاز
المناعي.

يُخفف التوتر	وتحل محله الأعشاب
إن تخصيص بعض دقائق لتحضير	قد يكون أكثر من مجرد طقس مرير،
مشروب الأعشاب واحتسائه يعزز	بل قد يتحقق فوائد صحية حقيقة، على
اليقظة الذهنية، ويساعد على تخفيف	عکس مشروبات الكافيين، ومشروبات
التوتر، وتحسين صفاء الذهن، ويُهئ	الأعشاب عبارة عن مشروبات منقوعة
أجواءً متوازنة لليوم التالي، فهذه	من الأعشاب أو الزهور أو الفواكه أو
الطقس الصباحي البسيطة تُعزز	التوابل، وهي غنية بالمركبات النشطة
الصحة البدنية والعقلية.	بيولوجياً التي قد تُعزز الصحة العامة
فيما يلي.. أفضل أنواع مشروبات	بطرق عديدة، وفقاً لتغير موقع
الاعشاب وفوائده تناولها في الصباح	“ND-TV”.

مشروب الزنجبيل: هو مشروب دافئ مصنوع من جذر الزنجبيل الطازج أو المجفف، ويُستخدم منذ زمن طويل لتحسين الهضم وعلاج الغثيان، وتشير الأبحاث إلى احتوائه على مركب جينيبرول، ذي التأثيرات المضادة للأكسدة والالتهابات، فقط انقع ملعقة صغيرة من الزنجبيل المبشور أو الطازج في الماء الساخن لمدة 5 إلى 7 دقائق، ثم أضيف شريحة من الليمون.

روتين هادئ، ويوفر بدلاً مهدتاً عن الكافيين أو المشروبات السكرية.

منخفض السعرات الحرارية ومغذي، معظم أنواع مشروبات الأعشاب منخفضة السعرات الحرارية بطبيعتها عند عدم تحليتها، مما يجعلها خياراً ممتازاً لمشروب صباحي خفيف وصحي، فهي تُضفي نكهة مميزة دون سكريات أو إضافات غير ضرورية، مما يُساعدك على الحفاظ على مستويات الطاقة لديك ودعم التحكم في الوزن.

وتُبرّز الدراسات الحديثة كيف يمكن لعادة تناول مشروبات الأعشاب في الصباح أن تُساعد على الهضم، وتُريح الذهن، وتُعزّز جهاز المناعة، وتُعزّز صحة القلب والأوعية الدموية، وإليك كيفية الاستفادة القصوى من مشروبك العشبي وجعله أكثر صحة.

وفقاً للدراسة نُشرت في مجلة علوم وتكنولوجيا الأغذية، وجّد أن المشروبات العشبية من عدة أنواع نباتية تحتوي على مستويات عالية من البوليفينول،

تابع ص ٩



سيد الرواية في العالم.. ٢٢٤ عاماً على ميلاد دostoevsky

التي تؤدي إلى الجنون والقتل والانتحار واستكشاف مشاعر الذل وتدمير الذات والهيمنة الاستبدادية والغضب القاتل. تشتهر هذه الأعمال الكبرى أيضاً باسم "روايات الأفكار" العظيمة التي تعالج القضايا الخالدة وفي الوقت المناسب في الفلسفة والسياسة حيث يرتبط علم النفس والفلسفة ارتباطاً وثيقاً بتصویر دوستويفسکی للمثقفين، الذين يشعرون بالآفكار في أعمق أرواحهم، وأخيراً، فتحت هذه الروايات أرضية جديدة بتجاربها في الشكل الأدبي، ومن أشهر أعماله: روايته مثل "الجريمة والعذاب"، "الأبله"، "الشياطين"، والأخوة كaramazov.

أحد أفضل الروائيين على الإطلاق إذ عبرت أفكاره بعمق عن الحادثة الأدبية والوجودية والمدارس المختلفة لعلم النفس واللاهوت والنقد الأدبي، وغالباً ما يطلق على أعماله أنها كتب تنبؤية لأنها تنبأت بدقة بعدد من الأحداث اللاحقة ومنها كيف سيتصرف ثوار روسيا إذا وصلوا إلى السلطة، و Ashton في زمانه أيضاً بنشاطه كصحفي.

يعتبر دوستويفسکی من أعظم الروائيين في التاريخ، ويلقب بـ سيد هذه الأعمال بعمقها النفسي، وبال فعل يعتبر دوستويفسکی أحد أعظم علماء في الأدب العالمي بأعماله التي تتسم بالعمق النفسي والواقعية، حيث اشتهر دوستويفسکی برواياته الطويلة في تحليل الحالات الذهنية المرضية

الجرعة والعذاب، الأبله، الممسوس، والأخوة كaramazov تشتهر كل من هذه الأعمال بعمقها النفسي، وبال فعل يعتبر دوستويفسکی أحد أعظم علماء في الأدب العالمي بأعماله التي تتسم بالعمق النفسي والواقعية، حيث اشتهر دوستويفسکی برواياته الطويلة

القاسية، خاصة تجربته في سجن سيبيريا، والتي وقعتها في رواية "مذكرات من بيت ميت".

بعد ذلك تعمق في استكشاف صاحب الأدب الأكثر تأثيراً في العالم مواضيع نفسية وفلسفية ودينية، وقد وينظر عادة إلى دوستويفسکی على أنه تأثر كتاباته بشكل كبير بتجاربه

من اليوم الذكرى الـ ٢٢٤ على ميلاد الأديب الروسي الشهير دostoevsky، إذ ولد يوم ١١ نوفمبر ١٨٢١ بمدينة سانت بطرسبرج، تُعد أعماله من أعظم الأدب الروسي والعالمي، ويُعْتَدُ به عالمياً كواحد من أعظم الكتاب الذين قدموه فيما عميقاً للنفس البشرية والحالة الاجتماعية والروحية في عصره.

وتشير باستكشافها للنفس البشرية في سياق القرن التاسع عشر كبير على أدب القرن العشرين وما يضطرب سياسيًّا واجتماعياً وروحياً، وشكلت تجربته الصعبة بما في ذلك السجن والفقير، أساساً لرواياته التي غالباً ما تُعد تنبؤية بأفكارها الفلسفية

أكرم محمد يكتب: "عالمي الهدائي.. كيف تتحقق نهاية العالم؟"



هي كل يوم. كل جريمة. كل انتهاك، وكل سرقة، وكل قتل. نستيقظ كل يوم على نهاية العام، ونودعها قبل أن نغلق جفوننا ليلاً. أذكرها الآن، لأنني أعلم أن النهاية لم تأت فجأة، بل جاءت على مراحل عدّة، مروّأ بقرون من الزمن.

إذاً ليست نهاية العام حدّاً هوليوودياً محظياً كاحتلال فضائي أو انفجار قبلية نووية؛ لأنها ببساطة نهاية تعنى بالهامش، أي بالإنسان، الذي لا تتحقق نهاية العالم إلا بتحققه. هنا تستقرى النهاية بديايات الشر ومعناه، فتتممّن الرواى المهمش صوتاً سريداً في زمن مستقبلي يحاكي سواد الحاضر مع ترميز ملعن "النهاية": نهاية الإنسان أولًا معنوياً، ثم نهايةه مادياً بانتهاء العام. إنه زمن لا وجود فيه للكتب؛ انتهت فيه الفن والثقافة، وسادت معانى الشر. كان اختيار ضمير الأنـا لسرد المحكمة من أكثر يقـاعـالـعـالـمـ شـرـاًـ منـ باـيـنـ لـشـرـ واحدـ؛ـ أولـهـماـ السـجـنـ هـكـذاـ تـرـوـيـ "نـهاـيـةـ الـعـالـمـ"ـ فـيـ هـذـاـ النـصـ نـهاـيـةـ وـاقـعـيـةـ تـحـاـكـىـ رـمـيـاـ "ـ النـهاـيـةـ الـمـعـنـوـيـةـ"ـ فالـراـوـيـ إـذـ يـشـهـدـ الـراـوـيـ اـدـامـ مـجـمـوعـةـ مـسـجـونـينـ عـلـىـ يـدـ ضـابـطـ تـوـقـعـ تـعـاـفـهـ مـعـهـ وـلـوـ لـحـظـةـ،ـ ثـمـ يـبـدـأـ فـيـ سـرـدـ الـحـربـ،ـ إـذـ مـنـعـ الشـرـ هـنـاـ السـلـطـةـ؛ـ ثـانـيـةـ الـمـسـلـطـ/ـالمـهـمـشـ،ـ فـيـماـ يـمـيـنـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ رـبـاـ فـيـ زـمـنـ آـخـرـ كـانـتـ تـوـجـدـ فـيـ الـكـتـبـ وـمـاـ زـالـ تـجـدـ مـنـ يـقـرـأـهـاـ،ـ وـرـبـاـ كـانـتـ مـقـولـةـ شـرـورـ شـبـهـ يـوـمـيـةـ:ـ "ـهـنـاكـ مـقـولـةـ مـكـتـوـبـةـ مـنـذـ قـرـونـ عـدـةـ،ـ لـأـذـكـرـ أـيـنـ قـرـأـتـهـ أـوـ مـتـىـ،ـ ر

الْمَوْاجِهَةُ الْكَبِيرِ.. مَتَى يَهْلُوْسُ ChatGPT وَكَيْفَ يَصْحُّهُ جَوْجُلُ جِيمِينِي بِسُخْرِيَّةٍ

ChatGPT إلى تزييف التفاصيل ملء الفراغات. يُظهر جيميني في هذه التجربة ميلًا أكبر للتصحيح والرفض الصريح للمعلومات الخاطئة، متخذًا ما يشبه "نبرة الأستاذ الذي يصحح ورقة بحثية". وعلى الرغم من أن التجربة كشفت عن بعض الأخطاء الطفيفة لدى جيميني أيضًا، إلا أنها تسلط الضوء على دوره كأداة قيمة يمكن استخدامها للحد من خطر الـ "هلوسة" وتحسين موثوقية المعلومات التي تحصل عليها من روبوتات الدردشة.

وَتَؤْكِدُ هَذِهِ النَّتَائِجُ عَلَى ضُرُورَةِ التَّعَامِلِ مَعَ مُخْرَجَاتِ الذَّكَاءِ الْأَصْطَنَاعِيِّ بِحُذْرِ شَدِيدٍ، خَصْوَصًا فِي الْمَحَالَاتِ الْحَسَاسَةِ كَالْقَانُونِ وَالْأَكَادِيمِيَّةِ.

إجابات ChatGPT، على سبيل المثال، كشف جيميني عن أخطاء تاريخية تتعلق بظهور السيارات الكهربائية ونسبيها إلى عقود زمنية خاطئة، كما أوضح أن ChatGPT قام بنسب كلمات أغنية غير حقيقة لفرقة موسيقية، بل واختار معنى لكل بيت فيها.

وقد وصل الأمر بـ ChatGPT إلى تزييف تفاصيل القضايا القانونية وتأليف أسماء مؤلفين لدراسات أكاديمية، مما يجعل ناتجه "فوضي فاسدة، مُعاد تدويرها، ومتقطعة جزئياً" حسب وصف جيميني الساخر.



للغاية ومثيرة للقلق في آن واحد، في كل اختبار أثبت جيميني قدرته على كشف التلفيقات والأخطاء الجسيمة في من صحة الحقائق التي يقدمها ChatGPT. أسفرت هذه التجربة عن نتائج مسلية

أقر الكاتب جون براندون بـ "فائدة غماذج الذكاء الاصطناعي التوليدى مثل ChatGPT، لكنه يسلط الضوء على مشكلة جوهرية وهي "الـ "هلوسة" ، أي ميل التمودج لاختلاق الحقائق والمعلومات لتبدو إجاباته واقنة، وهو ما يجعله أشبه بـ "ويكيبديا عصرنا" التي تتطلب التحقق الدائم".

ولمواجهة هذه المشكلة قرر براندون استخدام "هلوسة" جوجل جيميني (Google Gemini)، الذي يعتقد أنه أكثر دقة بفضل ارتباطه بسمعة جوجل كمحرك بحث، ليعمل كأداة للتحقق.

جَوْجُلُ تَطْلُقُ أَخْطَرُ تَحْذِيرٍ هَذَا الْعَامَّ: لَا تُثْقِلُ فِي Wi-Fi وَلَا مَحَطَّاتِ الشَّحْنِ الْعَامَّةِ



حدّرت شركة جوجل مستخدمي الهواتف الذكية من الاعتماد على شبكات Wi-Fi العامة ومحطات الشحن المتوفّرة في الأماكن العامة، نظرًا للمخاطر الأمنية المحتملة التي قد تعرّض بياناتهم لل اختراق. وجاء هذا التحذير ضمن تقرير "ما وراء الكواليس" الصادر في أكتوبر 2025، والذي تناول انتشار عمليات الاحتيال عبر الرسائل النصية على أجهزة أندرويد، موضحاً أن هذه الهجمات أصبحت عمليات منظمة ومتطرفة تستهدف المستخدمين لل اختراق.

خط شبكات Wi-Fi العامة تشير جوجل، إلى أن شبكات الواي فاي العامة غالباً ما تكون غير مشفرة، مما يجعلها سهلة الاستغلال من قبل المهاجمين لاعتراض البيانات أو تفتيذ هجمات، كما حدّرت من شبكات مزيفة تحمل أسماء مشابهة لشبكات موثوقة في المطارات أو المقاهي، والتي قد تكون مخترقة، وتتيح للمهاجمين يكن أن توقع المستخدمين ضحية اتصال خبيث دون علمهم.

وبحسب التقرير، فإن 94% من مستخدمي أندرويد معروضون لخطر الوقوع في فخ الرسائل النصية الاحتيالية، كما يشعر 73% من المستخدمين بالقلق من هذه الهجمات الرقمية، ويرى 84% أنها تهدد المجتمع بشكل عام، بناءً على نصائح لتجنب مخاطر محطات الشحن العامة: استخدام الشاحن الشخصي ومقبس الكهرباء المباشر.

حمل بنك طاقة بديل بدلاً من الاعتماد على محطات الشحن. استخدام "USB data blocker" لمنع أي نقل بيانات أثناء الشحن. اختيار وضع "Charge only" عند توصيل الهاتف بمنفذ USB مجهول.

ذلك تؤكد جوجل أن تجنب شبكات الواي فاي العامة قدر الإمكان يسهم في تعزيز مستوى الحماية.

تحذيرات إدارة أم安 النقل من محطات الشحن العامة أصدرت إدارة أم安 النقل الأمريكية (TSA) تحذيراً مماثلاً في يونيو الماضي، تدعوه فيه المسافرين إلى تجنب استخدام محطات الشحن العامة، وتوضح الإداره أن بعض منافذ الشحن قد تكون مخترقة، وتتيح للمهاجمين سرقة البيانات أو تبليط برمجيات ضارة على أجهزة المستخدمين دون علمهم، وهو ما يعرف بـ "الهجوم عبر منفذ USB".

توصيات للبقاء آمناً عند استخدام Wi-Fi العامة، إنها تهدد المجتمع بشكل عام، بناءً على استخدام شبكة VPN موثوقة.

كَيْفَيَةُ ضَبْطِ تَأْثِيرِ الزَّجَاجِ السَّائِلِ فِي نَظَامِ التَّشْفِيلِ iOS 26.1 .. آبَلْ تَطْرِحُ الْحَلَّ

من ضعف التباين وتأثير الأداء بسبب المؤثرات الرسمية.

الخيار جيد لتحسين الوضوح مع تحديث iOS 26.1، بات بإمكان المستخدمين الانتقال إلى الإعدادات ثم "الشاشة والسطوع" لاختيار الشكل الأنسب من بين خيارات:

Clear 1
Tinted 2
Clear 1
التصميم الأصلي الشفاف بالكامل



ما هو تصميم iOS 26.1؟ Liquid Glass قدّمت آبل للمستخدمين خياراً طال انتظاره للتحكم في تأثير Liquid Glass، حيث تعتمد الواجهة على عناصر تحاكي الزجاج الشفاف، بما في ذلك الأزرار والقوائم والشارائح. توجه آبل نحو توفير درجة أكبر من الجاذبية، وهدف هذا النهج إلى منح تخصيص الواجهة، خاصة بعد إضافة النظام مزيداً من الحيوية والعمق. ميزات بصرية مثل Spatial Scenes، لكنه لم يلق ترحيباً من الجميع المستخدمين، إذ اشتكى البعض بصريًا.

مَا يَحْدُثُ لِجَسْمِكَ عِنْدَ تَناولِ مَشْرُوبَاتِ الْأَعْشَابِ فِي الصَّبَاحِ؟.. فَوَائِدُ مَذْهَلَةٍ



مكدة للأوراق/الزهور الأكبر حجمًا (Misted for paper/flowers) لكل ٢٠٠ مل من الماء الساخن واتركه ينقع لمدة ٨-٥ دقائق. استمتع بالروتين: خذ وقًّا للجلوس والتنفس والاستماع بتناول مشروبك العشبي بدلاً من القيام بهما متعددة، مما يدعم كلاً من الجسم والعقل.

استخدمه كجزء من وجبة الإفطار:

ولكن بجرعات معتدلة، وكمية من نمط حياة صحي شامل، حيث ينبع ملعقة كبيرة ممتلئة من الكركديه المهدئ، وقد يساعد على تخفيف القلق وتحسين النوم خاصة إذا تناولته في وقت متأخر من اليوم، بالإضافة إلى فوائد الشفافية المضادة للالتهابات، حيث يمن تناوله بعد تناوله بـ ٥ دقائق.

مشروب البابونج: يُصنع من أزهار باتات البابونج، وهو مشهور بتأثيره المهدئ، وقد يساعد على تخفيف القلق عند تناوله دافئاً أو بارداً. نصائح عند تناول مشروبات الأعشاب لتجري أقصى فائدة والحصول على أفضل النتائج.

الكمالة عندما يكون ذلك ممكناً، بدلاً من أكياس الشاي المحلول مسبقاً أو المخالب المخفية بالسكرات أو النكهات (التي تقلل من القيمة السوائل، أو استقلاب الكبد).

انتبه للإضافات: تجنب إضافة الكثير من السكر أو الشراب أو النكهات، لأنها قد تلغى الفوائد الصحية.

النفع بشكل صحيح: استخدام حوالي ١ ملعقة صغيرة (أو ١ ملعقة كبيرة صحي لضغط الدم والكوليسترول،

عِزَاءُ وَاجِبٍ

عِزَاءُ وَاجِبٍ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ إِنَّمَا الْمُحْكَمُ بِالْمُحْكَمِ

عِزَاءُ وَاجِبٍ

بِقُلُوبِ مُؤْمِنِهِ بِقُضَاءِ اللَّهِ وَقَدْرِهِ

يَتَقَدَّمُ

الْمُهَنْدِسُ: مُحَمَّد سَامِي لَهُلُوبٌ

رَئِيسُ مَجْلِسِ إِدَارَةِ شَرْكَةِ السَّامِيِّ لِلْمَقَاوِلَاتِ الْعَامَّةِ

وَالْتَّورِيدَاتِ الْعَوْمَمِيَّةِ

بِخَالِصِ الْعِزَاءِ وَالْمَوَاسِيَّةِ الَّيِّ

الشِّيخُ كَامِلُ مَطْرٌ "أَبُو يُوسُفٍ"

مَؤْسِسُ الْقَبَائِلِ الْعَرَبِيَّةِ

وَالِّي جَمِيعُ افْرَادِ أَسْرَتِهِ

فِي وَفَاتِ الْمَغْفُورِ لَهَا

(وَالدَّاتِهِ)

سَائِلِينَ الْمَوْلَى عَزَّ وَجَلَّ أَنْ يَتَغَمَّدَ الْفَقِيْدَةِ بِوَاسِعِ رَحْمَتِهِ

وَبِسَكِّنَهَا فَسِيْحَ جَنَّاتِهِ وَبِلَهُمْ أَهْلَهَا وَذُوِّيَّهَا الصَّبَرُ

وَالسَّلَوَانُ

(إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ)

بِقُلُوبِ مُؤْمِنَةِ بِقُضَاءِ اللَّهِ وَقَدْرِهِ أَتَقْدِمُ بِخَالِصِ الْعِزَاءِ وَالْمَوَاسِيَّةِ إِلَيْهِ السِّيِّدِ الشِّيْخِ كَامِلِ مَطْرٍ "أَبُو يُوسُفٍ" مَؤْسِسِ مجلِسِ القَبَائِلِ الْعَرَبِيَّةِ، فِي وَفَاتِ الْمَغْفُورِ لَهَا سَيِّدَتِهِ، سَائِلِينَ الْمَوْلَى بِهِ رَحْمَةَ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَبِعِزَاءِ وَاجِبٍ رَجَعُوا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ.

الْمُهَنْدِسُ / مُحَمَّد سَامِي لَهُلُوبٌ رَئِيسُ مَجْلِسِ إِدَارَةِ شَرْكَةِ السَّامِيِّ لِلْمَقَاوِلَاتِ الْعَامَّةِ وَالْتَّورِيدَاتِ الْعَوْمَمِيَّةِ،

حبس عاطلين لاتهامهما بسرقة دراجة نارية في طوخ بالقليوبية

تحديد وضبط المتهمن والدراجة النارية المسروقة عقب تفنين الإجراءات، تم تحديد وضبط متكمي الواقعة، وتبين أنهما عاطلان لهما معلومات جنائية ومقيمان بدائرة المركز، كما تم ضبط الدراجة المستخدمة في الواقعة.

وهو وجهتهم، اعترفا بارتكاب السرقة، وأرشدا عن الدراجة المستولى عليها، تم اتخاذ الإجراءات القانونية الازمة، وأخطرت النيابة التي أمرت بحبسهما على ذمة التحقيق.

أحد المقاهمي تحرك سريع لكشف تفاصيل الواقعة وتلقى اللواء محمد السيد، مدير الإدارة العامة لمباحث القليوبية، واللواء وائل متولي، رئيس مباحث المديري، إخباراً من المقدم مصطفى كامل، رئيس مباحث مركز طوخ، برصد الفيديو المذكور. وبالفحص، تبين عدم ورود بلاغات بشأن الواقعة، وتم تحديد مالك الدراجة النارية، وبسؤاله قرر أن شخصين استوليا عليها أثناء توقيفها أمام المقهى.

قيامهما بسرقة دراجة نارية من أمام



جاب الله مساعد وزير الداخلية لقاطع من القليوبية، كشفت ملابسات تداول

قررت جهات التحقيق بناءة طوخ بمحافظة القليوبية، بحبس عاطلين، ٤ أيام على ذمة التحقيقات، مع مراعاة التجديد لهما في الميعاد القانوني، لاتهامهما بسرقة دراجة نارية من أمام أحد المقاهمي بدائرة مركز شرطة طوخ، كما طلبت تعريض المباحث حول الواقعة.

أمن القليوبية يرصد تداول فيديو يظهر فيه قيام المتهمن بسرقة الدراجة في إقليم المنيا بمديرية أمن القليوبية، تحت إشراف اللواء أشرف

مصرع شخصين وإصابة ٣٦ في حادث تصادم أتوبيس بسيارة نقل بطريق رأس غارب

وتقديم الإسعافات الأولية لهم. إصابات وضحايا حادث الغرفة أسفرا الحادث عن إصابة ٣٦ شخصاً بينهم ٣٤ سائحاً أجنبياً واثنان مصريان، وتم نقلهم إلى مستشفى رأس غارب المركزي لتلقي العلاج اللازم.

كما أسفرا الحادث عن مصرع شخصين أحدهما أجنبي والآخر مصرى، وتم إيداع الجثامين بمشرحة المستشفى تحت تصرف جهات التحقيق.

التحقيقات والإجراءات القانونية بحادث طريق رأس غارب حررت الأجهزة الأمنية محضرًا بالواقعة، وتم إخبار النيابة العامة لمباشرة التحقيقات، وبيان ملابسات وأسباب الحادث.



شهد طريق رأس غارب - الغردقة الطريق. إخبار وانتقال سيارات الإسعاف شمال محافظة البحر الأحمر، في ورد إخباراً لغرفة عمليات النجدة الساعات الأولى من صباح اليوم الثالثاء، حادثاً مروعًا إثر تصادم أتوبيس سياحي تابع لحدى الشركات الدفع بعدهم كبير من سيارات الإسعاف مع سيارة نقل ثقيل بالكيلو ٥ من إلى موقع التصادم لنقل المصابين

١٠ علامات شائعة لنقص الحديد عند الأطفال

من نقص الحديد بحالة تسمى "بيكا"، حيث يشتهنون فيها مواد غير غذائية، مثل اللحوم والتبغ والطباشير والورق أو يأكلونها، ويعتقد أن هذا السلوك غير المعهود هو إشارة من الجسم إلى نقص التغذية، فإذا لاحظت مثل هذه العادات، استشر طبيب أطفال فوراً.

ضيق في التنفس وسرعة ضربات القلب مع انخفاض مستويات الأكسجين في الجسم، يبذل القلب جهداً أكبر لتوصيل الأكسجين إلى الأعضاء والأنسجة، وقد يؤدي هذا إلى ضيق في التنفس، خاصةً أثناء اللعب أو ممارسة النشاط البدني الخفيف، وزيادة معدل ضربات القلب عن المعدل الطبيعي، وفي الحالات الأكثر شدة، قد يسبب فقر الدم الناجم عن نقص الحديد دوخة أو نوبات إغماء، وإرهاقاً أثناء أداء المهام الروتينية، ولما في الصدر، وشحوناً أو بروادة في الأطراف بسبب ضعف تدفق الأكسجين في جميع أنحاء الجسم.

صعوبة التعلم وضعف التركيز يمكن أن يؤثر نقص الحديد بشكل مباشر على الأداء الإدراكي، وتشير الدراسات إلى أن الأطفال الذين يعانون من انخفاض مستويات الحديد قد يواجهون صعوبات في الذاكرة والتركيز وحل المشكلات، ويمكن أن يؤثر ذلك على الأداء المدرسي والتفاعل الاجتماعي، لذلك فإن معالجة نقص الحديد مبكراً لا تدعم الصحة البدنية فحسب، بل تدعم أيضاً النمو العاطفي والعقلي.



٧ تتمه ص

الدورة الدموية وتوصيل الأكسجين، قد يشكوا الأطفال كثيراً من بروادة اليدين والقدمين، حتى في الطقس الدافئ، وتحدث هذه الأعراض بسبب انخفاض مستويات الهيموجلوبين، مما يعني وصول كمية أقل من الأكسجين إلى الأطراف، مما يجعلها تشعر بالبرودة مقارنة ببقية الجسم.

هشاشة الأظافر وجفاف الجلد قد تشير أيضاً علامات جسدية، مثل هشاشة الأظافر، وجفاف الجلد أو تقشره، وتشقق الشفاه، إلى نقص الحديد، وفي بعض الحالات، قد تبدو الأظافر على شكل ملعقة وهي حالة تُعرف باسم "كويونينكيا"، وقد تبدو هذه العلامات بسيطة، لكنها تعكس صعوبة الحفاظ على صحة الأنسجة في التركيز في المدرسة، وفي الحالات الشديدة، يرتبط فقر الدم الناجم عن نقص الحديد بتأخر النمو وصعوبات التعلم.

برودة اليدين والقدمين يُصاب بعض الأطفال الذين يعانون

العدوى المتكررة أو ضعف المناعة، يساهم الحديد في تقوية جهاز المناعة، ونقصه قد يُضعف قدرة الجسم على مكافحة الجراثيم، مما يجعل الأطفال أكثر عرضة للإصابة بنزلات البرد والإإنفلونزا والالتهابات، فإذا كان طفل يمرض بشكل متكرر أو يستغرق وقتاً أطول من المعتاد للتعافي من أمراض بسيطة، فقد يكون نقص الحديد عاملاً مساعداً.

التهيج والتغيرات السلوكية يمكن أن يؤثر انخفاض مستويات الحديد على وظائف الدماغ وتنظيم المزاج، وقد يصبح الأطفال سريعي الانفعال، أو قلقين، أو يواجهون صعوبة في التركيز في المدرسة، وفي الحالات الشديدة، يرتبط فقر الدم الناجم عن نقص الحديد بتأخر النمو وصعوبات التعلم.

غذائية يُصاب بعض الأطفال الذين يعانون

الجنائيات الاستثنافية تعاقب زعيم عصابة الأطفال بالإعدام

السرقة فقط وجاء القتل بشكل عرضي نتيجة مقاومة المجنى عليه، ورفضت المحكمة دفع دفاع المتهمن وإحالة المتهم الرئيسي إلى فضيلة المفتى للمرة الثانية، تطبيقاً للقانون رقم ١ لسنة ٢٠٢٤ بشأن إنشاء محاكم الجنائيات الاستثنافية، التي تنص على إحالة المتهم إلى المفتى للمرة الثانية إذا ما أعيدت المحاكمة.

ونوهت المحكمة إلى أن خطورة الجريمة المركبة من صغار السن مما أصبح يتطلب معالجة شاملة اجتماعية وثقافية وأمنية وأسرية. حيّثيات حكم اعدام زعيم عصابة الأطفال وأشارت محكمة الجنائيات الاستثنافية في أسباب حكمها، إلى رفض دفع دفاع المتهم الرئيسي ذلك لأن الجرم الذي ارتكبه ثابت في حقه بأن تزعم عصابة من الأطفال مستغلة صغر سنهم وظروفهم المادية واحتياجهم للأموال، وارتكبوا العديد من جرائم السرقة والتي انتهت بقتل المجنى عليه، مضيفة وبالنسبة للعقوبة التي حكمت بها المحكمة على المتهمن الأطفال هي العقوبة المتأصلة أمهما وفق صريح القانون، حيث لا يجوز توقيع عقوبة الاعدام على أطفال من هم أقل من السن القانوني عام.

المحكمة تطلب النزول بالسن حكم ما لا يتجاوز الخامسة عشر

وانتوى المتهمن على مبلغ ٢١٠٠ جنيه وهاتف محمول وكاسيت سيارة ولازا بالفරار من مسرح الرئيسي، ويعتبر كاميرات المراقبة وإجراء التحريات اللازمة تمكنت الأجهزة الأمنية من ضبط المتهمن ومواجهتهم بالأدلة اعتزفوا بالواقعة، ووجهت لهم النيابة العامة تهم القتل العمد مع سبق الإصرار والترصد، والسرقة بالأكراه، وابتكر المتهم شياطانية، من خلال قيام المتهمة الثانية ونجله عمه نجل عمه نجل عمه سن ١٤ وسنة على تكوين تشكيلاً عصائبياً، لسرقة قائد سيارات الأجرة والتوك توك على طريق مصر - إسكندرية الصحراوي وفي مدينة السادات بالمنوفية، والاستيلاء على أموالهم. حيلة عصابة الأطفال لاستدراجه الضحايا

وانتوى المتهمن على عصابة الأطفال حكم أول درجة على عصابة الأطفال ووجهت المحكمة في حيّثيات أول درجة قررت أحالت المتهم الأول إلى فضيلة المفتى ثم الحكم عليه بالإعدام بينما قضت بمعاقبة المتهمن البالغين بالسجن المشدد ١٥ عاماً باعتبارهم أطفال قصر.

وتقديم المتهمن بطعن على حكم أول درجة والذي تم قبوله وإحالتهم إلى محكمة الجنائيات الاستثنافية التي أصدرت قرارها في شهر أكتوبر الماضي بإحالة أوراق المتهم الرئيسي في القضية إلى فضيلة مفتى الدين الديار المصرية لاستطلاع الرأي الشعري في إعدامه.

المحكمة الجنائية الاستثنافية تحذر والدي الأطفال لتقديمها إلى المحاكمة الجنائية بنيمة تهمة تسهيل انحراف الأطفال.

الوقود، وبالفعل بمجرد استقلال باقى المتهمن قام المتهم الرئيسي بلف "طربة" الفتاة حول عنق المجنى عليه بينما قام نجل عمه الثانى بلف "حبل" على رقبة المجنى عليه قاصداناً قاتل الفنجري، والمستشار رامي حمدي، وبحضور أحد رفقاءه، قاصداناً قاتل عصابة الأطفال عليه لهم، استخرج المتهم سلاح أبيض عبارة عن "مطواه" وتسديده ٣ طعنات للمجنى عليه في رقبته مما أدى إلى وفاته في الحال.

قضت محكمة الجنائيات الاستثنافية برئاسة المستشار خالد الشباسي، وعضوية المستشار نادر طاهر، والمستشار تامر الفنجري، والمستشار رامي حمدي، وبحضور أحد رفقاءه، قاصداناً قاتل عصابة الأطفال عليه لهم من سائق سيارة أجرة، أبىض عبارة عن "مطواه" وتسديده ٣ طعنات للمجنى عليه في رقبته مما أدى إلى وفاته في الحال.

ووسطت التحقيقات في القضية المعروفة باسم عصابة الأطفال العديدين من المفاجآت حيث تبين أن المتهمن على درجة ونجل عمه سن ١٤ وسنة على تكوين تشكيلاً عصائبياً، لسرقة قائد سيارات الأجرة والتوك توك على طريق مصر - إسكندرية الصحراوي وفي مدينة السادات بالمنوفية، والاستيلاء على أموالهم. حيلة عصابة الأطفال لاستدراجه الضحايا

وابتكر المتهم شياطانية، من خلال قيام المتهمة الثانية ونجله عمه نجل عمه سن ١٤ وسنة على تكوين تشكيلاً عصائبياً، لسرقة قائد سيارات الأجرة والتوك توك على طريق مصر - إسكندرية الصحراوي وفي مدينة السادات بالمنوفية، والاستيلاء على أموالهم. حيلة عصابة الأطفال لاستدراجه الضحايا



حسام حسن يؤسس لمرحلة جديدة مع المنتخب.. 8 وجوه جديدة تدعم الفراعنة

ويلتقي الفائزون في المباراة النهائية، فيما يخوض الخاسرون مباراة تحديد المركز الثالث. البطولة تبدأ ب المباراة إيران ضد الرأس الأخضر في نصف النهائي، اليوم الخميس ١٣ نوفمبر، ٧ مساءً بتوقيت القاهرة، بينما يلعب منتخب مصر مباراته أمام أوزبكستان غد الجمعة ١٤ نوفمبر، في تمام الساعة ٧ مساءً بتوقيت القاهرة.

وتضم قائمة المنتخب الوطني كلاً من: محمد الشناوي، أحمد الشناوي، محمد صبحي، مصطفى شويني، محمد هاني، محمد حمدي، أحمد فتوح، رامي ربيعة، خالد صبحي، حسام عبد المجيد، محمد إسماعيل، مروان عطية، حمدي فتحي، طاهر محمد طاهر، محمد شحاته، محمود صابر، ودونجا، مروان عثمان، عمر مرموش، أحمد سيد زيزو، محمود عبد الحفيظ زلاطة، محمد وأبراهيم، حسن شحاته، بينما تواجه إيران منتخب الرأس الأخضر، ومصطفى محمد.

٨ أسماء جديدة في المنتخب

منذ توليه المسؤولية، ضخ حسام حسن تسعه لاعبين جدد تقريراً إلى صفوف المنتخب، مانحاً إيهام فرصه ثمينة لاكتساب الخبرة الدولية.

من أبرز هذه الأسماء التي انضمت

للمعسكرات السابقة:

مصطفى شويني

محمود صابر

محمد شحاته

أحمد عيد

محمد ربيعة

خالد صبحي

وفي المعسكر الحالي، انضمت أسماء

أخرى لترى قائمة المنتخب:

أسامي فاصل

مروان عثمان

معسكر منتخب مصر في الإمارات

ونقاش البطولة الودية في الإمارات،

بمشاركة ٤ منتخبات، مصر وأوزبكستان

والرأس الأخضر للبنية للأخضر، ما يمثل

خطوة مهمة نحو بناء منتخب قوي

قادر على المنافسة على المدى الطويل.



واسعة من اللاعبين الجاهزين ويقلل من الاعتماد على أسماء بعينها، خاصة أن هذا التوسيع في قاعدة اللاعبين يرسخ نهجاً مستقبلياً للمنتخب، حيث يؤكّد "العميد" على أن باب المنتخب الوطني لا يتأثر بشكل كبير، وهو ما يحسب للمدير الفني الذي يمتلك شجاعة في الاختيارات ويجري تجرب على لاعبين جدد بشكل مستمر.

هذا النهج يضمن وجود قاعدة

هذه الغيابات، التي تعود غالباً إلى الإصابات، تعامل حسام حسن مع الطرف بذكاء، وبادر فوراً بتعويضهم عن طريق استدعاء مجموعة من اللاعبين الوعادين لتعزيز الصفوف ومنهم الفرصة لاكتساب الخبرة الدولية.

تعامل حسام حسن الذي مع الغيابات تجاهل حسام حسن الذي مع ظروف هذه الغيابات، التي تعود غالباً إلى

يواصل المنتخب الوطني الأول لكرة القدم، تحت قيادة مدربه الجديد حسام حسن، تطبيق نهج متعدد يهدف إلى ضخ دماء شابة وإضافة وجوه جديدة إلى صفوف "الفراعنة"، مؤكداً بذلك على شجاعته في اتخاذ القرارات وفتح أبواب المنتخب أمام جميع المواهب.

ويواصل منتخب مصر الأول لكرة القدم بقيادة حسام حسن تحضيراته لمواجهة أوزبكستان الجمعة ضمن منافسات البطولة الودية المقرر إقامتها في مدينة العين بالإمارات خلال الفترة من ١٣ حتى ١٨ نوفمبر.

ويسعى الجهاز الفني للمنتخب المصري إلى استغلال فترة التوقف الحالية وخاصة بشهر نوفمبر لخوض منافسات بطولة كأس أمم إفريقيا ٢٠٢٥ بال المغرب.

يشهد المعسكر الحالي للمنتخب غياب سبعة لاعبين كانوا ضمن القوام الأساسي في المعسكرات السابقة، ورغم

استبعاد رباعي بيراميدز من منتخب مصر الثاني



كليوباترا) - محمد النني (الجزيرية) - أكرم توفيق (الشمال) - أحمد ربيع (الزمالك) - غنام محمد (مودرن سبورت) - محمد مجدي "افشة" (الأهلي) - مصطفى سعد (زد) - محمد مسعد (مودرن سبورت) - مصطفى شلبي (البنك الأهلي) - إسلام عيسى (سيراميكا كليوباترا).

الهجوم : محمد شريف (الأهلي) - أحمد ياسر ريان (البنك الأهلي) - حسام حسن (مودرن سبورت).

وتقام المباراة الأولى يوم الجمعة ١٤ نوفمبر الجاري في تمام الرابعة مساءً فيما تقام المباراة الثانية يوم الإثنين ١٧ نوفمبر الساعة السادسة مساءً.

وتقام بطولة كأس العرب خلال الفترة من ١ إلى ١٨ ديسمبر.

ويتواجد المنتخب المصري في المجموعة الثالثة إلى جانب الأردن والإمارات، والكويت أو موريتانيا.

أما منتخب الجزائر فيتواجد في المجموعة الرابعة إلى جانب العراق والبحرين أو جيبوتي، ولبنان أو السودان.

وحسام حسن لاعب مودرن سبورت بدلاً من لاعبي بيراميدز".

ومن المقرر أن يلعب منتخب مصر في مباراتين وديتين خلال شهر نوفمبر الجارى ضد الجمازير على استاد القاهرة.

وقرر المنتخب ضم ثالثي سيراميكا كليوباترا رجب نبيل وكريم الدبيس المباراتين.

وجاءت قائمة منتخب مصر الثاني كالتالي:

حراس المرمى: محمد عاد (الزمالك) وكان مصدر من المنتخب الثاني قد قال لـ FilGoal.com : "تم الاستقرار على استبعاد رباعي بيراميدز أحمد سامي - علي لطفي (زد) - محمد باسم سيراميكا كليوباترا).

الدفاع: أحمد هاني (سيراميكا كليوباترا) - كريم العراقي (المصرى) - يحيى زكريا (غزل المحلة) - كريم فؤاد (الأهلي) - محمود حمدي "الوشن" (الزمالك) - ياسين مرعي (الأهلي) - هادي رياض (بتروجت) - عمر فايد (أروكا) - رجب نبيل (سيراميكا كليوباترا) - كريم الدبيس (سيراميكا كليوباترا) ورجب نبيل ثالثي سيراميكا كليوباترا

الوسط: عمرو السولية (سيراميكا

أعلن منتخب مصر الثاني استبعاد لاعبي بيراميدز من معسكر شهر نوفمبر الحالي.

وكانت القائمة تضم كل من محمود جاد وأحمد سامي وأحمد عاطف "قطة" ومرwan حمدي.

وانطلق معسكر منتخب مصر الثاني أمس الإثنين استعداداً لخوض المباراتين.

وجاءت قائمة منتخب مصر الثاني:

حراس المرمى: محمد عاد (الزمالك) وكان مصدر من المنتخب الثاني قد قال لـ FilGoal.com : "تم الاستقرار على استبعاد رباعي بيراميدز أحمد سامي - علي لطفي (زد) - محمد باسم سيراميكا كليوباترا).

الدفاع: أحمد هاني (سيراميكا كليوباترا) - كريم العراقي (المصرى) - يحيى زكريا (غزل المحلة) - كريم فؤاد (الأهلي) - محمود حمدي "الوشن" (الزمالك) - ياسين مرعي (الأهلي) - هادي رياض (بتروجت) - عمر فايد (أروكا) - رجب نبيل (سيراميكا كليوباترا) - كريم الدبيس (سيراميكا كليوباترا) ورجب نبيل ثالثي سيراميكا كليوباترا

الوسط: عمرو السولية (سيراميكا

كأس العالم للناشئين - موعد مباراة مصر ضد سويسرا في دور الـ32



تجاوزه سويسرا الفائز من مواجهة كندا أمام جمهورية أيرلندا.

وفي الدور ربع النهائي سيجد الفراعنة

بالدوجة.

الطريق للنهائي

سيواجه المنتخب المصري في حالة



