

**Mohamed Qatamesh Dental Clinic**

Before After

11 ش الأديب علي ادهم، مساكن الشيراتون  
هاتف: 01000639000 جوال: 201001670978  
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com

أسسها مجموعة صلاح قطل المشير

رئيس التحرير  
هناة السعيد

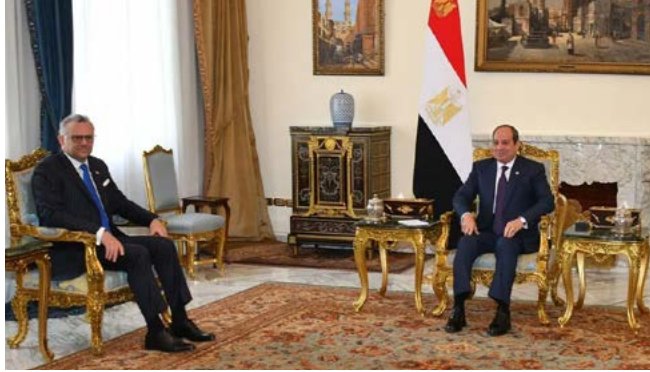
**مصر ثلاثين**

أخبارية إلكترونية مستقلة | نسخة مجانية

رئيس مجلس الإدارة  
مجموعة صلاح قطل المشير

الخميس  
26 رجب 1447 هـ  
الموافق 15 يناير 2026 م  
العدد الإجمالي رقم 1453

# الرئيس السيسي يبحث مع كبير مستشاري رئيس الولايات المتحدة للشئون العربية والأفريقية الارتقاء بالتعاون المشترك



السيسي تحيات وتقدير الرئيس الأمريكي "دونالد ترامب"، وهو ما ثمنه الرئيس السيسي، مؤكداً محورية علاقات التعاون الاستراتيجية القائمة بين مصر والولايات المتحدة، طالباً نقل تحياته للرئيس ترامب.

استقبل السيد الرئيس عبد الفتاح السيسي، اليوم، مسعد بولس، كبير مستشاري رئيس الولايات المتحدة الأمريكية للشئون العربية والأفريقية، وذلك بحضور الدكتور بدر عبد العاطي وزير الخارجية والهجرة وشئون المصريين في الخارج، والسيد اللواء حسن رشاد رئيس



## الفصائل والقوى الفلسطينية تجتمع بالقاهرة وتؤكد: نشكر الرئيس السيسي ومصر على جهود السلام ودعم الشعب الفلسطيني



للقادة المصرية والوسطاء على ما بذلوه من جهود كبيرة من أجل القضية الفلسطينية. اجتماع القاهرة: محاولة لتوحيد الرؤية الفلسطينية قبل المرحلة الثانية بحسب بيان صدر عقب اجتماع

الفصائل الفلسطينية تشن جهود مصر في اتفاق غزة وتشكر الرئيس السيسي في لحظة سياسية شديدة الحساسية، يعود ملف غزة إلى واجهة الترتيبات الإقليمية والدولية، وسط سباق بين تثبيت وقف إطلاق النار ومحاولة تحويل الهدنة إلى مسار دائم يفتح الباب أمام الأعمار وانتهاء المعاناة.

ومن القاهرة، خرجت الفصائل الفلسطينية برسالة واحدة: لا عودة للواء، والمرحلة الثانية يجب أن تبدأ، والوسطاء مطالبون بتحويل التفاهات إلى واقع على الأرض، بينما حرصوا على توجيه الشكر



## جهود دبلوماسية متواصلة تبذلها مصر بقيادة الرئيس السيسي لتنفيذ اتفاق غزة

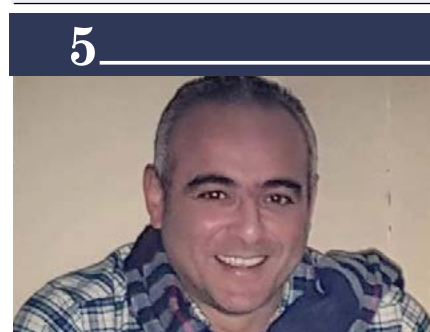
في خطوة مفصلية نحو استعادة الاستقرار في المنطقة، دخلت المرحلة الثانية من اتفاق وقف إطلاق النار في قطاع غزة حيز التنفيذ، تتويجا لجهود إقليمية ودولية مكثفة قادتها الدولة المصرية بتوجيهات من الرئيس عبد الفتاح السيسي، وبالتنسيق مع الشركاء الدوليين والوسطاء. نجاح المرحلة الأولى أفاد تقرير لقناة إكسترا نيوز، بأن بدء المرحلة الثانية جاء بعد نجاح الجهود الدبلوماسية والسياسية التي بذلتها مصر مع الدول الوسطاء في إتمام المرحلة الأولى، والتي تضمنت الحفاظ على وقف إطلاق النار، وتنفيذ بنود تبادل الأسرى والمحتجزين. كما شهدت تلك المرحلة تدفقا غير مسبوق للمساعدات الإنسانية، حيث تحملت مصر العبء الأكبر في تنظيم وإدخال هذه



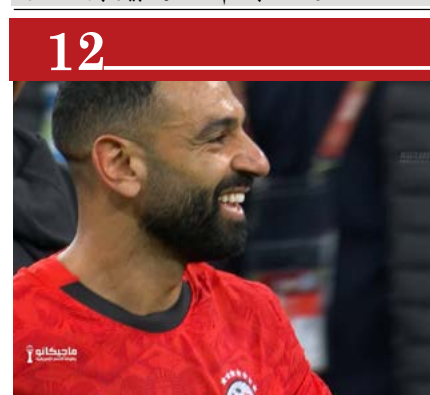
بوليتيكو: ترامب أمام خيارات عسكرية محدودة بشأن إيران



استوديو التحليل.. القرصنة الجديدة في البحر الأحمر: حين تتحول الممرات البحرية إلى أدوات صراع إقليمي



الاستقامة والاستدامة في زمن اقتصاد السرعة.. بقلم كمال نبيل بوشناق



«الاكتئاب المبتسم».. لقطة محمد صلاح عقب الهزيمة أمام السنغال

- 2 | ترامب: سنتخذ إجراءات قوية جدا إذا أهدمت إيران متظاهرين
- 3 | عندما تصبح القوة عمياء ويبدأ التاريخ في كتابة نهاية.. بقلم عادل رستم
- 4 | الحكومة: صرف الشريحة الثانية من دعم الاتحاد الأوروبي لمصر خلال أيام
- 9 | ندوة لإعلام شمال سيناء حول دور الأسرة والمجتمع في بناء الأجيال
- 8 | لوحة المونا ليزا.. سرقة صنعت أسطورة عالمية

**مطبخ أحلامك في مودرن هاوس**

Modern House Decorations

01204444366

**Al-Zafer الطافير**

International Shipping & Logistic Solutions

www.alzaferintl.com

**6**

محافظ شمال سيناء يصطحب وفد من السفارة البريطانية إلى معبر رفح البري



## ترامب: سنتخذ إجراءات قوية جدا إذا أعدمت إيران متظاهرين

الإعدام شنقا.. سزى كيف ستكون عواقب ذلك عليهم.. لن تكون العواقب حميدة بالتأكيد.

وفي منشور على وسائل التواصل الاجتماعي، الثلاثاء، حذر ترامب المسؤولين الإيرانيين من أنهم سيدفعون ثمنًا باهظا لأي عنف، ووعد المواطنين الإيرانيين بأن المساعدة قادمة. وأعلن الرئيس الأمريكي أنه سيلغى جميع الاجتماعات مع المسؤولين الإيرانيين حتى تتوقف عمليات القتل. وتفيد مصادر لشبكة سي بي إس نيوز أن ما لا يقل عن ١٢ ألف شخص، وربما يصل العدد إلى ٢٠ ألفا، يخشى أن يكونوا قد لقوا حتفهم، حيث تُظهر مقاطع فيديو أكياس جثث مصطفة في مشرحة بتهران.

**هدد الرئيس ترامب النظام الإيراني بعواقب وخيمة وإجراءات صارمة في حال البدء بإعدام المتظاهرين، معلنا وقف التواصل الدبلوماسي وتقديم مساعدات للمواطنين الإيرانيين في ظل أنباء عن مقتل الآلاف.**

البغدادي، واغتيال قاسم سليماني عام ٢٠٢٠، قائد فيلق القدس التابع للحرس الثوري الإيراني. وتابع قائلا: لا نريد أن نرى ما يحدث في إيران يتكرر.. وكما تعلمون إذا أرادوا تنظيم احتجاجات فهذا أمر، أما عندما يبدأون بقتل الآلاف فهذا أمر آخر، والآن تخبروني عن



أنا أحب الفوز. أكثر من أسبوعين من المظاهرات. وخلال المقابلة، أكد ترامب مجددا أن هناك الكثير من المساعدات في الطريق للمواطنين الإيرانيين، قائلا إنها تقدم بأشكال مختلفة، بما في ذلك المساعدات الاقتصادية. وعندما سُئل الرئيس عن هدفه النهائي في إيران، قال: الهدف النهائي هو الفوز..

قال الرئيس الأمريكي دونالد ترامب إن الولايات المتحدة ستتخذ إجراءات صارمة جدا إذا بدأت الحكومة الإيرانية إعدام متظاهرين، لكنه لم يوضح ماهية هذه الإجراءات. وأضاف ترامب خلال مقابلة مع شبكة سي بي إس نيوز في ديترويت بولاية ميشيغان بثت الثلاثاء: لم أسمع عن الإعدام شنقا.. إذا شنقوهم فسترون بعض الأمور.. سنتخذ إجراءات قوية جدا إذا أقدموا على مثل هذا الأمر. وفي التفاصيل، هدد الرئيس ترامب باتخاذ إجراءات قوية للغاية إذا بدأت السلطات الإيرانية في شنق المتظاهرين المناهضين للحكومة هذا الأسبوع. وقال ترامب إنه على علم بمقتل عدد كبير من الأشخاص خلال

## بيل وهيلاري كلينتون يرفضان الشهادة في تحقيق يتعلق بإبستين



ترامب. وتوفي إبستين في السجن عام ٢٠١٩، خلال ولاية ترامب الأولى، بينما كان ينتظر المحاكمة بتهمة اتحادية تتعلق بالاتجار بالجنس، واعتُبرت وفاته انتحارا. وأفاد بيل وهيلاري بأنه "إذا لم تبذل الحكومة كل ما في وسعها للتحقيق في هذه الجرائم ومقاضاة مرتكبيها، لأي سبب كان، فيجب أن يكون ذلك هو محور عملكم... لا يوجد دليل على أنكم تقومون بذلك".

وأضافا: "لا يوجد تفسير معقول لما تقومون به سوى أنكم تمارسون السياسة الحزبية". وقال كومي، من جانبه، إن "معظم الأمريكيين يريدون أن يجيب بيل كلينتون على أسئلة عن علاقته بإبستين. وأشار إلى أن رجل الأعمال الراحل زار البيت الأبيض ١٧ مرة وكلينتون في المنصب، وأن الرئيس الأسبق سافر على متن طائرة إبستين حوالي ٢٧ مرة. وأوضح كومي أنه "لا أحد يتهم بيل كلينتون بارتكاب أي مخالفات... لدينا فقط أسئلة". وعبر كلينتون عن أسفه بشأن هذه العلاقة، وقال إنه لم يكن يعرف شيئا عن نشاط إبستين الإجرامي.

رفض الرئيس الأمريكي الأسبق بيل كلينتون وزوجته هيلاري الثلاثاء الإدلاء بشهادتهما في تحقيق بقيادة الجمهوريين في الكونغرس بشأن رجل الأعمال الراحل جيفري إبستين المدان بارتكاب جرائم جنسية، وقال إن الأمر عبارة عن ممارسة حزبية. وكتب الزوجان الديمقراطيان في رسالة إلى النائب الجمهوري جيمس كومي الذي يرأس لجنة الرقابة في مجلس النواب "على كل شخص أن يكون مستعدا للنضال من أجل هذا البلد ومبادئه وشعبه مهما كانت العواقب... وهذا هو الوقت المناسب بالنسبة لنا".

وقال كومي إن اللجنة ستجتمع الأسبوع المقبل لمحاسبة بيل كلينتون بتهمة الازدراء. ومن المحتمل أن يؤدي ذلك إلى توجيه اتهامات جنائية له. وذكر المتحدث باسم اللجنة أنها ستبدأ أيضا إجراءات الازدراء ضد هيلاري كلينتون، التي كانت مرشحة الحزب الديمقراطي للرئاسة في عام ٢٠١٦، إذا لم تمثل أمام اللجنة الأربعاء. وصرح الزوجان بأنهما حاولا تقديم ما لديهما من "معلومات قليلة" للمساعدة في سير التحقيق، وأنهما كومي بتحويل التركيز بعيدا عن تصرفات إدارة الرئيس دونالد

## بوليتيكو: ترامب أمام خيارات عسكرية محدودة بشأن إيران



بقوة، فقد لا يتوفر لدى الولايات المتحدة سوى كمية محدودة من الطائرات الاعتراضية للدفاع عن القوات الأمريكية ضد ترسانة طهران الصاروخية الهائلة". وذكر أن إيران قد حذرت الرئيس الأمريكي دونالد ترامب من أن أي هجوم أمريكي على أراضيها سيقابل برد يستهدف إسرائيل والقواعد العسكرية الأمريكية في المنطقة. كما أدانت موسكو التدخل الخارجي التخريبي في العمليات السياسية الداخلية في إيران، مؤكدة أن التهديدات الصادرة من واشنطن بضرب إيران "غير مقبولة على الإطلاق".

ذكرت صحيفة "بوليتيكو" أن الرئيس الأمريكي دونالد ترامب يواجه مجموعة محدودة من الخيارات العسكرية بشأن إيران، بعد أن تم نقل العديد من القوات والسفن إلى منطقة البحر الكاريبي. وأوضحت الصحيفة أن "إدارة ترامب تصر على أن لديها العديد من الخيارات العسكرية ضد إيران إذا استخدم النظام القوة ضد المتظاهرين، لكن هذه القائمة محدودة أكثر بكثير مما كانت عليه قبل عام". وأضافت أن "القوات والسفن الأمريكية التي كانت ذات يوم تحت تصرف الرئيس تحولت إلى منطقة البحر الكاريبي، وعاد نظام دفاعي أمريكي كبير تم إرساله إلى الشرق الأوسط العام الماضي إلى كوريا الجنوبية، فيما يقول مسؤولو الإدارة إنه لا توجد خطط لتحريك الأصول الرئيسية". وأشارت الصحيفة إلى أنه "لا يزال بإمكان الرئيس أن يأمر بضربات جوية تستهدف القيادة الإيرانية أو

## محافظ شمال سيناء يصطحب وزيرة الخارجية والتجارة والدفاع الإيرلندية إلى معبر رفح البري



والمرضى موضعًا الجهود المصرية المتواصلة لدعم الأشقاء الفلسطينيين، من اتفاق شرم الشيخ للسلام.

**عادل رستم/ شمال سيناء**  
اصطحب اللواء الدكتور خالد مجاور، محافظ شمال سيناء، اليوم، وزيرة الخارجية والتجارة والدفاع الإيرلندية هيلين ماكنتي، والوفد المرافق لها، في جولة إلى معبر رفح البري. وشرح محافظ شمال سيناء للوزيرة والوفد المرافق آليات استقبال المساعدات الإنسانية والإغاثية، والإجراءات المتبعة لتيسير دخولها إلى قطاع غزة، وآلية استقبال الجرحى

**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

**elsherif**  
للحعاية والإعلان

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

**المملكة العربية السعودية**

**مطبعة مشعل محمد الحظايلي**  
Mishal Printing Press

CALL NOW  
053 230 5963 / 050 574 0183

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

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

**Sea Freight**

**شركة الزايفر**  
Al-Zafer Cargo Services Co.  
خدمات الشحن والتفريغ والتخليص الجمركي

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

**Mohamed Dental Clinic**

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

Fb.com/Qatameshclinic





## كلمة العدد



حاول تفهم

## ...كرة القدم صناعه اقتصاديه...

ما يحدث في المغرب الآن وفي كأس الامم الافريقيه تستطيع ببساطه ان تدركه وان ترصد من ورائه ان خروج الجماهير المغربيه في تلاحم جماهيري وفي تظاهرات لدعم المنتخب المغربي الذي قد تأهل للدور النهائي بعد تغلبه علي المنتخب النيجيري .... لكن هذا المشهد الاخير ليس كل الصوره فالمشاهد التي تراها تجعلك تدرك بان كرة القدم في المغرب لم تعد رياضه بل هي لغه وطنيه وصناعه متكامله وعلم قائم بذاته واداه من ادوات الدبلوماسية الناعمة تعكس صورة المغرب في الخارج والقصه عزيزي القاري بدأت منذ سنوات نجح فيها المغرب في تحويل كرة القدم الي صناعه اقتصاديه حقيقه واصبحت الانديه الكبرى لديها مؤسسات اقتصاديه واجتماعيه ساهمت في خلق سوق ضخمه من عقود الاعبين والنقل التلفزيوني وحقوق الراعيه والاعلانات وفتحت ابوابا جديده للسياحه الرياضيه وملاعب حديثه هي ليست مساحات للعب بل مشاريع استراتيجيه تعكس رؤيه الدوله في جعل الرياضه جزءا من التنمية الوطنيه هذه صناعه ان الألوان ان نلتفت اليها كرافد جديد من روافد التنمية الاقتصاديه في مصر و ان نلتفت لهذه التجربه الرائده في المغرب فهي ليست صناعه فقط بل علم يعتمد علي التكنولوجيا الحديثه والتحليل الرقمي والطب الرياضي حيث قامت الجامعات المغربيه في ادماج الرياضه ضمن برامجها الاكاديميه لتكوين مدربين وإداريين وكوادر رياضيه قادره علي مواكبة التطورات العالميه وقادرين علي المنافسه بمدربين ولاعبين وكوادر بعدا آخر حيث الدبلوماسية الناعمة فقد وصل منتخب المغرب في عام ٢٠٢٢ الي نصف النهائي وهو في ذلك الوقت لم يكن حدثا رياضيا فقط بل حدثا دبلوماسيا جعل اسم المغرب يتردد بصوره ايجابيه في كل أنحاء العالم حيث كرة القدم لغه عالميه وسيله للتواصل الثقافي والسياسي واداه لتعزيز العلاقات الدوليه استخدم المغرب هذه الانجازات لتنظيم بطولات كبرى والترشح لاستضافة كأس العالم وتطوير شركات رياضيه مع دول اخري ليصبح الملعب اداه للتأثير الناعم وصياغة صوره جديده للبلاد وباتي نجاح المغرب في استضافة كأس العالم ف ٢٠٣٠ مع إسبانيا والبرتغال وهو الذي يعد مشروعا وطنيا شاملا يربط بين الرياضه والتنمية لتصبح البلاد بعدها مركزا اقليميا رياضيا للرياضه والسياحه ..... نتمني ان نذكر في مصر المحروسه ان الاستثمار في كرة القدم ليس فقط لجماهيريتها وشعبيتها وشغف الشعب المصري بها فهي ليست ترفا بل ضروره استراتيجيه واداه لتعزيز مكانة البلاد الدوليه ويجعل من الملعب فضاءا للتنميه ويجعل من اللعبه الشعبيه صناعه وطنيه ودبلوماسيه ناعمه لها تأثير ونفوذ تضاف الي ادوات مصر الناعمه .

ولكم تحياتي

محمود صلاح قطامش

Qatamesh@Misrtalateen.com

مصر تلاتين

# وزير قطاع الأعمال العام يستقبل وزير الأوقاف لبحث تعزيز التعاون في تعظيم الاستفادة من الأصول وتحقيق عوائد تنموية مستدامة

التعاون الجاد والصادق، والرغبة المشتركة في إحداث طفرة نوعية في مجالات العمل المشترك بين الوزارتين. وأكد أهمية التعاون في استثمار بعض أصول هيئة الأوقاف ذات الطابع التاريخي والحضاري، بما يحافظ على قيمتها الثقافية والإنسانية، ويحقق في الوقت ذاته عائداً اقتصادياً مستداماً يسهم في دعم رسالة الأوقاف وخدمة المجتمع.

وأكد الجانبان، في ختام اللقاء، استمرار التنسيق والتشاور خلال الفترة المقبلة، ووضع آليات تنفيذية واضحة وجدول زمنية محددة لترجمة ما تم الاتفاق عليه إلى مشروعات ملموسة، تسهم في دعم خطط التنمية الشاملة، وتعزيز الاستغلال الأمثل لأصول الدولة، بما يعود بالنفع على الاقتصاد الوطني والمجتمع ككل.

**اتفق وزير قطاع الأعمال العام والأوقاف على تعزيز التعاون لاستثمار الأصول التاريخية والاستفادة من القدرات التصنيعية لشركات قطاع الأعمال لدعم قطاعي السياحة والفنادق، بما يحقق عوائد اقتصادية مستدامة ضمن رؤية مصر 2030.**

مشروعات مشتركة بكفاءة عالية، مؤكداً استعداد الوزارة لتقديم كافة أوجه الدعم الفني والإداري، ووضع النماذج الاستثمارية المناسبة، بما يضمن نجاح مشروعات التعاون مع وزارة الأوقاف وتحقيق أقصى استفادة ممكنة من الأصول محل التعاون.

من جانبه، أعرب الأستاذ الدكتور أسامة الأزهرى، وزير الأوقاف، عن سعادته بهذه الزيارة، مشيداً بروح



هناء السيد

مستوى التنسيق المستمر والبناء بين وزاري قطاع الأعمال العام والأوقاف، ومؤكدًا الحرص المشترك على توسيع مجالات التعاون بما يخدم المصلحة الوطنية، ويتسق مع توجهات الدولة نحو حسن إدارة واستغلال أصولها.

وأوضح المهندس محمد شيمي أن شركات قطاع الأعمال العام تمتلك إمكانات وقدرات تصنيعية وإنتاجية وخدمية كبيرة، إلى جانب خبرات متراكمة تؤهلها لتنفيذ

وشهد اللقاء مناقشة عدد من ملفات التعاون المشترك، وفي مقدمتها سبل إحياء واستثمار بعض الأصول ذات القيمة التاريخية والاستثمارية، وتعظيم الاستفادة منها وفق أسس اقتصادية مستدامة، بما يسهم في دعم القطاعين السياحي والفندقي، وتعزيز دورهما في دعم الاقتصاد الوطني، مع الحفاظ على الطابع الحضاري والتاريخي لهذه الأصول. ورحب المهندس محمد شيمي بوزير الأوقاف والوفد المرافق، مثنياً

استقبال المهندس محمد شيمي، وزير قطاع الأعمال العام، بمقر الوزارة بالعاصمة الجديدة، الأستاذ الدكتور أسامة الأزهرى، وزير الأوقاف، والوفد المرافق له، وذلك في إطار تعزيز التعاون بين الوزارتين، ودعم جهود الدولة الرامية إلى تعظيم الاستفادة من الأصول المملوكة، وتحقيق أقصى عائد اقتصادي وتنموي منها، بما يتماشى مع خطط التنمية الشاملة ورؤية مصر ٢٠٣٠.

## استوديو التحليل.. القرصنة الجديدة في البحر الأحمر: حين تتحول الممرات البحرية إلى أدوات صراع إقليمي



**بقلم: د. سهام عز الدين جبريل**

في عام ٢٠٠٨ كانت ظاهرة القرصنة البحرية عند المدخل الجنوبي للبحر الأحمر أحد أهم اهتماماتي البحثية، حيث تصدّرت هذه الظاهرة مقدمة رسالتي البحثية لنيل درجة الماجستير في العلوم السياسية بجامعة القاهرة. وقد شكّل البحر الأحمر أحد المحاور الاستراتيجية الرئيسية في متن الدراسة. وخلال السنوات الماضية، تراجعت حدة هذه الظاهرة نسبياً، إلا أن البحر الأحمر ظل - ولا يزال - أحد أهم مرتكزات الأمن القومي لدول الجوار الاستراتيجي، في منطقة أضحت تشهد متغيرات جديدة وتقاطعات إقليمية ودولية شديدة الخطورة.

فلم يعد البحر الأحمر مجرد ممر ملاحي دولي، بل أصبح في السنوات الأخيرة ساحة مفتوحة لتقاطع الصراعات الإقليمية والدولية، حيث عادت ظاهرة القرصنة بقطاع جديد، أكثر تعقيداً، وأكثر ارتباطاً بحسابات النفوذ والسيطرة، لا بالجريمة البحرية التقليدية فقط. فالاعتداءات المتكررة على السفن، وتهديد خطوط الملاحة، وارتفاع كلفة التأمين البحري، جميعها مؤشرات تؤكد أن ما يجري في البحر الأحمر يتجاوز كونه أحداثاً أمنية متفرقة، ليعكس تحولاً استراتيجياً في استخدام البحر كوسيلة ضغط سياسي واقتصادي.

من باب المندب إلى قناة السويس: لماذا البحر الأحمر؟ تتبع خطورة البحر الأحمر من كونه شرياناً رئيسياً للتجارة العالمية ممراً استراتيجياً للطاقة حلقة وصل بين المحيط الهندي والبحر المتوسط خط دفاع مباشر عن الأمن القومي المصري

## عندما تصبح القوة عمياء ويبدأ التاريخ في كتابة نهاية.. بقلم عادل رستم

على حساب الجميع خطاب

يزرع الانقسام ويؤسس للعداء ويستدعي صدام الحضارات بدل حوارها وكأن التاريخ يعيد نفسه في ثوب جديد ترامب لم يكن مجرد اسم في معادلة السياسة

بل كان تعبيرا صريحا عن فلسفة ترى العالم ساحة صراع لا شراكة وتؤمن بأن النفوذ يُنتزع ولا يُبنى وبأن الهيبة تُصنع بالخوف لا بالاحترام لكن التاريخ يكتب الآن فصلا جديدا . ....

فصلا يؤكد أن الغطرسة مهما بلغت وأن القوة مهما تعاظمت حين تنفصل عن الحكمة وحين تعادي العالم كله تبدأ في التآكل من الداخل وتسير بخطى ثابتة نحو أفول يشبه أفول كل إمبراطورية سبقتها هكذا يتكرر الدرس.

القوة وحدها لا تصنع الخلود والسيطرة لا تضمن البقاء والنار التي تحرق الآخرين لا بد أن تمس صاحبها يوما وحينها يكتب التاريخ سطره الأخيرة بلا ضجيج .... ليعلن أن زمن الغطرسة مهما طال مصيره الزوال .



القوة قد تفرض سطوتها لكنها تشبه النار حين تشتعل تأكل ما حولها ثم تأكل نفسها، وحين تمتزج بالغطرسة ويتسع صدرها لمعاداة العالم تصبح بذرة فنائها كامنة في داخلها. التاريخ لا يجامل الأقوياء ولا ينحاز لمن يعلو صوته بل ينحاز لمن يتعلم من دروسه كم من إمبراطوريات ظنت أن العالم خُلق ليخضع لها وكمن من قادة اعتقدوا أن الهيمنة قدر أبدي لا يزول ثم سقطوا حين اصطدموا بحقيقة أن الشعوب لا تنسى وأن الزمن لا يرحم من يظن نفسه فوق الحساب في عالم اليوم تعود لغة القوة لتتصدر المشهد ويعود منطق نحن أولا ولو



# باستثمارات أجنبية 600 مليون دولار .. رئيس الوزراء يفتح المرحلة الأولى من مشروع "أوبيليسك لتوليد الكهرباء من الطاقة الشمسية" بنجع حمادي

ومحطة كهرباء الجهد العالي. وأعرب السيد/ محمد عامر، نائب الرئيس التنفيذي لشركة سكاتك لمنطقة مصر والشرق الأوسط، عن سعادته اليوم بافتتاح المرحلة الأولى من مشروع أوبيليسك للطاقة الشمسية بمحافظة قنا، والذي يعد أكبر محطة توليد كهرباء مدمجة بأنظمة بطاريات لتخزين الطاقة في أفريقيا، باستثمارات أجنبية تُقدَّر بنحو 600 مليون دولار. كما أشار إلى أن شركة "سكاتك" هي أول من وقَّع اتفاقية شراء طاقة تتضمن نظام بطاريات في مصر في سبتمبر 2024، وقد بدأت الشركة العمل فوراً، مؤكداً أنه بفضل التعاون الوثيق مع الحكومة المصرية وشركاء النجاح انتقلنا من التوقيع إلى التنفيذ مباشرةً وفق جدول زمني طموح دون انتظار الإغلاق المالي للمشروع، لتُنجز المرحلة الأولى خلال نحو 13 شهراً، مما يجعله من أسرع مشروعات الطاقة المتجددة تنفيذاً على مستوى العالم، ويُعد أكبر مشروعات الطاقة الشمسية المدعومة بأنظمة التخزين في قارة أفريقيا، والذي سيتم افتتاح المرحلة الثانية منه خلال شهر مايو المقبل بقدرة 500 ميجاوات في إطار الاستعدادات لفصل الصيف، وذلك من خلال سواعد مصرية لنحو 5 آلاف عامل وفني ومهندس مصري، وبإجمالي ما يزيد على 5 ملايين ساعة عمل آمنة.

وأكد السيد/ محمد عامر أن المشروع سيسهم في خفض استهلاك الغاز الطبيعي بمقدار 21 مليون MMB TU سنوياً، وتوفير الطاقة المتجددة لـ 1.65 مليون أسرة سنوياً، كما سيسهم في خفض انبعاثات الكربون بمعدل 1.4 مليون طن سنوياً.

المنصة الوطنية لبرنامج "نوفي"، والهادفة إلى حشد تمويلات بآليات مختلفة لشركات القطاع الخاص سواء محلي أو أجنبي للعمل في مصر، موضحة أن مصر تشجع الاستثمارات الخاصة كما أن وجود مثل هذه التمويلات يعد توصيتاً من المؤسسات الدولية على مستقبل مصر الاقتصادي.

كما تم - خلال الفعاليات - عرض فيلم تسجيلي حول مراحل إنشاء المشروع، والذي تم خلاله الإشارة إلى أن المشروع يقام على مساحة تتجاوز 20 كيلومتراً مربعاً، بإجمالي استثمارات تُقدَّر بنحو 600 مليون دولار، ويُعد من أكبر مشروعات الطاقة الشمسية المتكاملة في مصر، ويعد أول مشروع على مستوى الجمهورية يدمج بين إنتاج الطاقة المتجددة ونظم تخزين الطاقة بالبطاريات، مما يسهم في تعزيز استقرار الشبكة القومية للكهرباء وتقليل الاعتماد على الغاز الطبيعي خلال فترات ذروة الاستهلاك.

كما تم التنويه إلى أن المشروع يسهم في توفير الكهرباء لنحو 1.6 مليون منزل على مستوى الجمهورية، كما يحقق وفراً تراكمياً في استهلاك الغاز الطبيعي يُقدَّر بنحو 513 مليون وحدة حرارية على مدار عمره التشغيلي البالغ 25 عاماً، مما يعادل قيمة اقتصادية تقارب 5.1 مليار دولار.

وعقب ذلك، تفضل الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، بإزاحة الستار إيداناً بافتتاح المرحلة الأولى من المشروع، ثم توجه لنقطة المشاهدة المطلّة على ألواح الخلايا الشمسية، للاطلاع على مكونات المشروع، كما تم تفقد منطقة بطاريات تخزين الطاقة،

افتتح رئيس الوزراء المصري المرحلة الأولى من مشروع "أوبيليسك" بنجع حمادي، أكبر محطة طاقة شمسية بنظم تخزين في أفريقيا، باستثمارات قدرها ٦٠٠ مليون دولار، ليوفر الطاقة لـ ١,٦ مليون منزل ويحقق وفراً اقتصادياً هائلاً من الغاز الطبيعي.

ثمّار التعاون المثمر والبناء مع القطاع الخاص، ودلالة على الجدية والانجاز، واستثماراً لما تم خلال السنوات الماضية على طريق الإصلاح الاقتصادي وتهئية المناخ الاستثماري، لافتاً إلى أن هذا المشروع يعد نموذجاً في سرعة التنفيذ والتميز التقني والابتكار الهندسي؛ حيث تم التنفيذ خلال ثلاثة عشر شهراً فقط من تاريخ توقيع اتفاقية شراء الطاقة، يجعله ويحق من أسرع مشروعات الطاقة المتجددة تنفيذاً على مستوى العالم، ويُعد أكبر مشروعات الطاقة الشمسية المدعومة بأنظمة التخزين في قارة أفريقيا، والمقرر الانتهاء منه خلال العام الجاري 2026.

وخلال الفعاليات أيضاً، أُلقت الدكتور رانيا المشاط، وزيرة التخطيط والتنمية الاقتصادية والتعاون الدولي، كلمة، أشارت خلالها إلى أن هذا المشروع يخطى تمويله ٦٠٠ مليون دولار بالشراكة مع كل من بنك الاستثمار الأوروبي بواقع ١٥٠ مليون دولار، وكذا البنك الأفريقي للتنمية ١٦٠ مليون دولار، فضلاً عن البنك الأوروبي لإعادة الإعمار والتنمية بأكثر من ١٠٠ مليون دولار، بالإضافة إلى مؤسسات تمويلية أخرى.

وأشارت الوزيرة إلى أن حشد هذه التمويلات كان متزامناً مع إطلاق



كما تمت الإشارة إلى أنه تم تنفيذ المشروع خلال مدة قياسية لا تتجاوز 13 شهراً منذ توقيع اتفاقية شراء الطاقة، بما يعكس كفاءة التنفيذ وسرعة الإنجاز، كما أسهمت أعمال الإنشاء في توفير نحو 5 آلاف فرصة عمل لأبناء نجع حمادي ومحافظة قنا، بما يتماشى مع توجهات الدولة نحو تعظيم الاستثمارات التنموية في صعيد مصر.

وخلال الفعاليات، ألقى السيد/ تيري بيلسكوج، الرئيس التنفيذي لشركة "سكاتك" النرويجية، كلمة رُحِب في مستهلها بالدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، والفريق مهندس/ كامل الوزير، نائب رئيس الوزراء للتنمية الصناعية، وزير الصناعة والنقل، والحضور من الوزراء والسفراء وشركاء العمل في المشروع، معرباً عن سعادته وتشرفه بافتتاح المرحلة الأولى من مشروع "أوبيليسك لتوليد الكهرباء من الطاقة الشمسية" بمدينة نجع حمادي بمحافظة قنا، والذي وصفه بأنه مشروع الطاقة المتجددة الأضخم في القارة الأفريقية، إذ يُقام على مساحة تتجاوز 20 كيلومتراً مربعاً.

ثم ألقى المهندس/ محمود عصمت، وزير الكهرباء والطاقة المتجددة، كلمة، أشار خلالها إلى أن مشروع "أوبيليسك"، يأتي استثماراً لجني

حضور ممثلي البنوك الدولية الممولة للمشروع، وعلى رأسهم السيد/ هاري بويد كاربنتر، المدير العام لمجموعة البنية التحتية المستدامة بالبنك الأوروبي لإعادة الإعمار والتنمية، والسيد/ "أندرو مكدول"، نائب رئيس بنك الاستثمار الأوروبي، والسيد/ عبد الرحمن دياو، المدير القطري للبنك الأفريقي للتنمية.

وكان في استقبال رئيس مجلس الوزراء ومرافقيه لدى وصوله مطار الأقصر الدولي المهندس/ عبدالمطلب ممدوح عمارة، محافظ الأقصر، ثم توجه الدكتور مصطفى مدبولي ومرافقوه لمحطة "أوبيليسك" بمحافظة قنا، حيث كان في استقبالهم الدكتور خالد عبد الحليم، محافظ قنا.

وحضر رئيس الوزراء في القاعة المخصصة لفعاليات افتتاح مشروع "أوبيليسك للطاقة الشمسية"، حيث بدأت الفعاليات بالتنويه إلى أن هذا المشروع يأتي ضمن الخطة العاجلة لوزارة الكهرباء والطاقة المتجددة، وفي إطار برنامج "نوفي"، مما يدعم جهود الدولة الرامية إلى رفع مساهمة الطاقة المتجددة إلى 42% من مزيج الطاقة بحلول عام 2030، وتعزيز الاعتماد على مصادر الطاقة النظيفة والمستدامة.

افتتح الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، اليوم، المرحلة الأولى من مشروع "أوبيليسك لتوليد الكهرباء من الطاقة الشمسية" بمدينة نجع حمادي بمحافظة قنا، بقدرة 500 ميجاوات، بالإضافة إلى 200 ميجاوات/ ساعة من أنظمة تخزين الطاقة بالبطاريات، وهذا المشروع تم تطويره وإنشاؤه بواسطة شركة سكاتك النرويجية، بقدرة إجمالية تبلغ 1,000 ميجاوات من الطاقة الشمسية.

وحضر الافتتاح الفريق مهندس كامل الوزير، نائب رئيس مجلس الوزراء للتنمية الصناعية، وزير الصناعة والنقل، والدكتور رانيا المشاط، وزيرة التخطيط والتنمية الاقتصادية والتعاون الدولي، والمهندس محمود عصمت، وزير الكهرباء والطاقة المتجددة، والدكتور منال عوض، وزير التنمية المحلية، القائم بأعمال وزير البيئة، والمهندس محمد شيمي، وزير قطاع الأعمال العام، والمهندس كريم بدوي، وزير البترول والثروة المعدنية، والمهندسة صباح مشالي، نائب وزير الكهرباء والطاقة، واللواء مهندس ناصر فوزي، مدير المركز الوطني لتخطيط استخدامات أراضي الدولة، والمهندس/ جابر الدسوقي، رئيس مجلس إدارة الشركة القابضة لكهرباء مصر، والسيدة/ منى رزق، رئيس مجلس إدارة الشركة المصرية لنقل الكهرباء، وعدد من المسؤولين.

كما حضر مراسم الافتتاح كل من سفيرى الترويج والاتحاد الأوروبي، إلى جانب السيد/ "تريه بيلسكوج"، الرئيس التنفيذي لشركة "سكاتك" النرويجية، والسيد/ محمد عامر، نائب الرئيس التنفيذي لشركة سكاتك لمنطقة مصر والشرق الأوسط. وشهدت مراسم الافتتاح أيضاً

## الحكومة: صرف الشريحة الثانية من دعم الاتحاد الأوروبي لمصر خلال أيام



مختلف جوانب التعاون، خاصة بعد الارتقاء بهذه العلاقات إلى مستوى الشراكة الاستراتيجية الشاملة، في حين أعربت الممثلة العليا للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية للاتحاد الأوروبي عن تقدير الجانب الأوروبي للتعاون القائم مع مصر في مختلف المجالات، وهو ما انعكس خلال انعقاد القمة المصرية الأوروبية الأولى ببروكسل في أكتوبر ٢٠٢٥، وأشارت إلى أنه سيتم صرف الشريحة الثانية من حزمة الدعم المالي المقدمة من الاتحاد الأوروبي إلى مصر خلال أيام.

أشار الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، خلال اجتماع الحكومة الأسبوعي إلى عددٍ من الأنشطة التي قام بها الرئيس عبدالفتاح السيسي، رئيس الجمهورية، هذا الأسبوع، لافتاً في هذا الصدد إلى النتائج الإيجابية للقاء سيادته مطلع هذا الأسبوع؛ مع كايا كالاس، الممثلة العليا للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية للاتحاد الأوروبي، حيث أعرب سيادته خلال اللقاء عن تقديره للتطور الملحوظ في العلاقات المصرية الأوروبية.

وأكد أهمية مواصلة العمل على تعزيز

## محافظ شمال سيناء يضع حجر الأساس لمشروع إعادة تأهيل ورفع كفاءة محطة الصرف الصحي بالعريش



بوضع حجر الأساس لمشروع إعادة تأهيل ورفع كفاءة محطة الصرف الصحي بمدينة العريش، وذلك في إطار جهود الدولة لتطوير البنية التحتية وتحسين مستوى خدمات الصرف الصحي المقدمة للمواطنين.

عادل رستم/ شمال سيناء

قام اللواء/ خالد مجاور محافظ شمال سيناء، يرافقه اللواء / خالد العمري رئيس مجلس إدارة شركة مياه الشرب والصرف الصحي بشمال وجنوب سيناء،







# إغلاق سوق الذهب وسط تباين في حركة عيار 24

الاحتياطي الفيدرالي محط الأنظار في الأسواق حالياً، إلى جانب ترقب لبيانات مؤشر أسعار المستهلكين الأمريكي الذي يصدر في وقت لاحق اليوم، حيث يعد هو مؤشر التضخم الرئيسي.

يستمر تصاعد الاضطرابات في إيران حيث دفعت الاحتجاجات المناهضة للحكومة الولايات المتحدة إلى إصدار تحذيرات من تدخل محتمل، مما أثار مخاوف بشأن عدم الاستقرار الإقليمي الأوسع ودعم تدفقات الملاذ الآمن إلى الذهب.

ارتفع الذهب أمس بنسبة 2% وسجل أعلى مستوى تاريخي عند 4630 دولار للأونصة، واليوم استقرت التداولات تحت هذا المستوى حيث يستقر مؤشر الزخم على المستوى اليومي عند حدود منطقة التشبع بالشراء.

هناك عدد قليل من المستثمرين الذين ينجون أرباحاً قصيرة الأجل، ولكن قد لا يستمر هذا خلال جلسة اليوم بسبب البيانات الهامة التي تصدر عن الاقتصاد الأمريكي اليوم. الاضطرابات في إيران واستقلالية



ليسجل أدنى مستوى عند 4573 دولار للأونصة وذلك بعد أن افتتح تداولات اليوم عند المستوى 4597

**سعر الذهب اليوم في مصر:**  
- عيار 24 يسجل 6988 جنيهها  
- عيار 21 يسجل 6115 جنيهها  
- عيار 18 يسجل 5241 جنيهها  
- الجنيه الذهب يسجل 48920 جنيهه

- الجنيه الذهب يسجل 48920 جنيهه  
- سجل سعر أونصة الذهب العالمي انخفاض اليوم بنسبة 0.1%

أغلق سوق الذهب في مصر تداولات اليوم عقب تغيرات ملحوظة في أسعار الذهب اليوم الثلاثاء، عقب تسجيل أعلى سعر تاريخي سجله بمكاسب 35 جنيهًا في مصر، بعد ارتفاع الأونصة فوق 4600 دولار مع صدور تقرير التضخم الأمريكي، في حين ساهم جنى الأرباح في دفع الأونصة دون 4590 دولار

سعر الذهب اليوم في مصر:  
- عيار 24 يسجل 6988 جنيهها  
- عيار 21 يسجل 6115 جنيهها  
- عيار 18 يسجل 5241 جنيهها

## ارتفاع أسعار الذهب في السعودية مع استمرار الزخم العالمي

عيار 21: 486.00 ريال  
عيار 18: 415.00 ريال

ويرتبط هذا الارتفاع الوثيق بتحركات الذهب عالميًا التي شهدت قفزة تاريخية في بداية العام قبل أن تستقر عند مستويات مرتفعة، مدعومة بالطلب المتنامي من المستثمرين كملاذ آمن في ظل التوترات الاقتصادية والجيوسياسية المستمرة.



أسعار الذهب في السعودية -  
الأربعاء 14 يناير 2026  
عيار 24: 560.00 ريال  
عيار 22: 510.00 ريال

شهدت أسعار الذهب في المملكة العربية السعودية صباح الأربعاء 14 يناير 2026 زيادة قوية في الأسعار داخل السوق المحلية، مع ارتفاع الطلب وتزايد التوقعات باستمرار ارتفاعات المعدن النفيس عالميًا.

وسجل سعر جرام الذهب عيار 24 نحو 560.00 ريال سعودي، بينما ارتفعت بقية الأعيان بنسب مشابهة مقارنة بالتعاملات السابقة.

## ارتفاع في أسعار الذهب بقطر وسط طلب متزايد من المستثمرين



ارتفعت أسعار الذهب في قطر صباح الأربعاء 14 يناير 2026، حيث سجل السوق المحلي زيادة طفيفة في الأسعار، مع اتجاه واضح للشراء من قبل المستثمرين مقارنة بالأيام السابقة.

وسجل سعر جرام الذهب عيار 24 نحو 552.00 ريال قطري، بينما رفعت بقية الأعيان مستوياتها مع بداية التعاملات الصباحية.

أسعار الذهب في قطر - الأربعاء 14 يناير 2026

## الاستقامة والاستدامة في زمن اقتصاد السرعة.. بقلم كمال نبيل بوشناق

دليل إجرائي ولا من حملة علاقات عامة ولهذا تظل الأخلاق هي الدرر الحقيقي للمؤسسات عند الشدائد والملاذ الآمن حين تختل الموازين.

القيادة التي تبني أعمالها على الأخلاق لا تكتفي بكسب العملاء بل تكسب احترامهم وولاءهم وثقتهم العميقة كما تكسب بشرا قبل الأرقام وشركاء قبل المعاملات والأهم أنها تربح دعوات صادقة لا تسجل في جداول لكنها تحدث فرقا في المسار.

قد يربح البعض بسرعة لكن السرعة كثيرا ما تحمل في طياتها بذور الخسارة أما الربح النظيف فهو ربح بطيء لكنه راسخ والربح الذي يفتقر بالقيم هو ربح مستدام وليس ربح مواسم.

وخلاصة القول إن الأخلاق ليست ترفا تنظيريا ولا عبئا مثاليا بل استثمار استراتيجي طويل الأمد فمن فهم منطق القيادة الحديثة أدرك أن أكبر ميزة تنافسية لا تكمن في المنتج وحده ولا في السعر الأقل ولا في جودة الإعلان بل في القيم وفي الإنسان صاحب القيم الذي يقود كل ذلك بثبات ومسؤولية نحو استدامة حقيقية.



ولا كل مؤسسة تستطيع أن تلتزم حين يكون الالتزام مكلفا فالطريق الأخلاقي يحتاج قيادة طويلة النفس صلبة الإرادة يقظة الضمير ولهذا لا يسلكه إلا من أدرك أن البناء الحقيقي لا يتم بالقفزات بل بالتراكم الواعي.

يمكن تقليد المنتج ويمكن محاكاة التسعير ويمكن استنساخ أدوات الإعلان لكن القيم لا تستنسخ فهي تتبع من الداخل من الإنسان الذي يقف خلف القرار ومن الثقافة التي تحكم السلوك اليومي لا من

على العبور في الأزمات وحين تهتز الأسواق وتضطرب المعايير لا تبحث الأطراف الفاعلة عن الأرخص بل عن الأوثق وهنا تتقدم المؤسسات التي بنت تاريخها على الصدق والعدل واحترام الإنسان لا تلك التي راكمت أرباحها على حساب القيم.

من أخطر وأقوى ما تصنعه الأخلاق الصلبة أنها تتحول تلقائيا إلى حاجز دخول لا تراه العين لكنه حاضر بقوة في الواقع فليس كل منافس قادرا على تحمل كلفة النزاهة ولا كل لاعب يملك الصبر اللازم لطريق نظيف

**مقاربة ثقافية لأخلاق السوق والإنسان**  
**الميزة التنافسية التي لا يمتلكها الجميع**

في زمن يتسارع فيه الإيقاع وتحتدم فيه المنافسة ويقاس النجاح بميزان الربح السريع تختزل القيادة أحيانا في القدرة على المناورة أو في براعة التسويق أو في اجتذاب السوق بأي ثمن غير أن التجربة العميقة والتاريخ الاقتصادي يثبتان حقيقة لا تقبل الجدل وهي أن الأخلاق ليست عبئا على القيادة بل شرط من شروط استدامتها.

الأخلاق القوية ليست قيمة معنوية تزين الخطاب المؤسسي ولا شعارا يعلق على الجدران بل هي أصل استراتيجي غير منظور يصنع فارقا حقيقيا في عالم الأعمال ففي الأسواق المزدهمة حيث تتشابه المنتجات وتتقارب الأسعار وتستنسخ الحملات التسويقية تبقى القيم وحدها العامل الذي لا يقلد وكل مؤسسة تقودها مبادئ راسخة تمتلك تفوقا أخلاقيا لا يقاس بالأرقام العاجلة بل بعمق الأثر وطول العمر وقوة السمعة.

القيادة الأخلاقية لا تبطن القرار بل تثبته فالثبات يولد الثقة والثقة تبني السمعة والسمعة تصنع كيانا قادرا

## استوديو التحليل.. القرصنة الجديدة في البحر الأحمر: حين تتحول الممرات البحرية إلى أدوات صراع إقليمي



تتمه ص ٣

ومن خلال متابعتي الدراسية والبحثية لهذه الظاهرة، أرى أن ما يحدث في البحر الأحمر ليس أزمة عابرة، بل ملامح مرحلة جديدة من الصراع البحري، تُستخدم فيها القرصنة بصيغ حديثة كأداة ضغط، ووسيلة لإدارة الصراعات، واختبار لقدرة الدول الإقليمية وتهديد لاستقرارها وتماسكها وحماية أمنها الجماعي.

إن ترك البحر الأحمر ساحة مفتوحة للفوضى لن يهدد الملاحة الدولية فحسب، بل سيعيد تشكيل خريطة الأمن الإقليمي بالكامل.

خالص تحياتي،  
د. سهام عز الدين جبريل

تحت ذريعة حماية الملاحة الدولية، قد يفتح الباب أمام وجود عسكري أجنبي دائم تقليص الدور الإقليمي للدول المطلية إعادة هندسة منظومة الأمن البحري بعيداً عن مصالح دول المنطقة ازدواجية المعايير الدولية يتجلى التناقض الدولي بوضوح في: سرعة التحرك حين تُمس مصالح قوى كبرى الصمت أو التباطؤ حين تنتشر دول الإقليم وهو ما يطرح تساؤلاً جوهرياً: هل يُدار أمن البحر الأحمر وفق قواعد القانون الدولي، أم وفق ميزان المصالح والمتغيرات الإقليمية والدولية؟





# القانون الدولي في مهب الريح

اليوم لا يعيش أزمة قانون دولي، بل يعيش نوبة سخرية كونية، حيث تُعاقب الدول الضعيفة باسم العدالة، وتُكافأ الدول المدللة باسم المصالح، وتُنسى القرارات الدولية في الأدراج، إلا إذا كانت ضد طرف بلا ظهر، إننا لا نحتاج إلى ميثاق جديد للأمم المتحدة، بل نحتاج إلى دفتر حضور وانصراف نعرف فيه من يحترم القانون، ومن يتعامل معه على أنه ديكور حائط.

وأخيراً... لا تسأل: لماذا تلاعب ترامب بالقانون الدولي؟ ومن الذي سمح للعالم أن يتحول إلى مسرح عرائس، والخيوط كلها في يد واحدة؟ أما الإجابة... فمؤجلة، مثل كل أحكام العدالة الدولية، إلى إشعار آخر.

طاولة الأمم المتحدة، حيث تُخلط الأوراق، وتوزع التهم، والفائز دائماً صاحب العصا الغليظة.

ترامب لا يكتفي بالاعتقال والتجاهل، بل قرر الاستيلاء على جزيرة!؟ نعم جزيرة. فالعالم، في نظره، يشبه لعبة مونوبولي ( بنك الحظ) هذه محطة، وتلك شركة كهرباء، وتلك دولة صغيرة يمكن شراؤها أو احتلالها أو التغريد عنها في الثالثة فجرًا، وهنا ندرك أن الفوضى لم تعد استثناءً، بل صارت نظامًا عالميًا جديدًا. قانون الغاب لم يعد يخفى في الأدغال، بل يرتدي بدلة زرقاء وربطة عنق حمراء، ويعقد مؤتمرات صحفية، ويتحدث عن الديمقراطية وهو يدوسها بحذائه اللامع وهو يرقص، فالعالم

بالباقى في وجه النادل، محكمة العدل الدولية؟

آه نعم... تلك السيدة الوقورة التي ترتدي نظارة سمكية، وتصدر أحكامًا مكتوبة بلغة قانونية رصينة، لا يفهمها إلا القضاة وطلاب السنة الأولى حقوق، ترامب نظر إليها نظرة سريعة وقال في سرّه:

مين دي؟ ثم مضى في طريقه، لا يلتفت إلى أحكامها، ولا يعير اهتمامًا لقراراتها، خاصة حين تتعلق بإسرائيل أو بنتنياهو، فهنا تتحول العدالة الدولية إلى زرّ كتم الصوت، أما مادورو، فالقصة معه أبسط: رئيس دولة لا يعجب المزاج الأمريكي؟ والطريف والمبكى قرر أن يضعه في خانة المطلوبين، وكأننا نلعب (كونكان) سياسيًا على

يبدو أن العالم قد استيقظ ذات صباح ليكتشف أن القانون الدولي ليس سوى كراسة واجبات قديمة، نسيها التلميذ الأشقر دونالد ترامب في درج المكتب البيضاوي، والذي عاد بعد سنوات ليستخدمها «مفرش طاولة» يضع عليه أقدامه وهو يفكر بصوت عالٍ: لماذا لا أعتقل مادورو؟ ولماذا لا أتجاهل محكمة العدل الدولية؟ ولماذا لا أطلب بجزيرة... أي جزيرة؟ ما دام البحر مفتوحًا! هكذا، وببساطة لاعب الاستغماية الذي قرر فجأة أن يلغي القواعد لأنه لا يحب الخسارة، صار ترامب يتعامل مع القانون الدولي باعتباره اقتراحًا غير ملزم، مثل قائمة الطعام في مطعم فاخر: تختار منها ما تشاء، وتلقي



بقلم : دكتور السيد مرسى الصعيدى

## محافظ شمال سيناء يصطحب وفد من السفارة البريطانية إلى معبر رفح البري

عادل رستم / شمال سيناء



كما أطلع الوفد على الدور المصري في الطائفة، في إطار الدور الإنساني الذي تقوم به الدولة المصرية لدعم الأشقاء الفلسطينيين.

اصطحب اللواء الدكتور خالد مجاور، محافظ شمال سيناء، اليوم، وفد من السفارة البريطانية برئاسة العقيد كارولين إيمت، الملحق العسكري، والوفد المرافق، في زيارة إلى معبر رفح البري. وخلال الزيارة، استعرض المحافظ آليات العمل داخل المعبر، وإجراءات دخول المساعدات الإنسانية والإغاثية المقدمة إلى قطاع غزة، إلى جانب الجهود المبذولة في تنظيم حركة العبور، بما يضمن سرعة وسلاسة إدخال المساعدات وفقًا للضوابط المعمول بها.

## اجتماع مع منطقة الكورة ومدربي شمال سيناء لمتابعة انطلاق اختبارات الموسم الرابع "كابيتانو"

عادل رستم / شمال سيناء



وأكد "حسن عبد الوهاب" حرص مصر» باعتباره أحد المشروعات القومية الهادفة لاكتشاف المواهب الكروية وصقلها علميًا وبدنيًا.

عقد إيهاب حسن عبد الوهاب ، وكيل وزارة الشباب والرياضة بشمال سيناء، اجتماعًا تنسيقيًا مع منطقة الكورة ومدربي شمال سيناء ، لمتابعة الترتيبات لانطلاق اختبارات الموسم الرابع «كابيتانو مصر» بالصالة المغطاة. تناول الاجتماع استعراض آليات تنفيذ الاختبارات في شمال سيناء ، والتأكيد على تطبيق أعلى معايير النزاهة والشفافية في اختيار المواهب، بما يضمن إتاحة الفرصة أمام أكبر عدد من النشء والشباب الموهوبين، وفقًا لرؤية الدولة في اكتشاف وصناعة الأبطال.

## وزير الثقافة يعلن تفاصيل المبادرة الوطنية لإحياء وتطوير النشاط الثقافي والفني بالجامعات المصرية

متابعة عادل رستم



الشعر، المقال)، بإشراف فنانين محترفين من وزارة الثقافة. وأشار إلى تخصيص مسارح وقاعات ومساحات للعرض الفني داخل الجامعات وخارجها، وتنظيم مهرجانات إقليمية سنوية في مجالات المسرح والسينما والفنون البصرية، تُختتم بمهرجان قومي شامل يحتفي بأفضل الأعمال. كما تشمل المبادرة تنظيم مؤتمر علمي سنوي بالقاهرة لمناقشة سبل تطوير النشاط الثقافي والفني الجامعي، وإطلاق برنامج ندوات فكرية داخل الجامعات حول قضايا الهوية والإبداع، وعرض التجارب الطلابية الناجحة. وتتضمن المبادرة كذلك إطلاق مسابقات أدبية وفنية، وتشجيع إنتاج أفلام قصيرة تعكس قضايا الشباب، وتنظيم معارض للفنون التشكيلية والمصنوعات التوعوية، إلى جانب تدشين منصة إلكترونية لتوثيق الأعمال وتبادل الخبرات والترويج للمواهب. كما سيتم تشكيل لجنة تنسيقية عليا تضم ممثلين عن وزارتي الثقافة والتعليم العالي والجامعات، مع التوصية بتخصيص موازنة سنوية لدعم الإنتاج الثقافي والفني الجامعي، والتعاون مع الهيئة الوطنية للإعلام لدعم المبادرة إعلاميًا.

وتعزيز القيم المجتمعية. ومن جانبه، قال المخرج هشام عطوة، رئيس قطاع المسرح، إن المبادرة التي أعدها المركز القومي للمسرح والموسيقى والفنون الشعبية تمثل نقلة نوعية في العلاقة بين المؤسسات الثقافية والتعليمية، وتعيد للمسرح الجامعي، والفنون التشكيلية، والموسيقية، والسينمائية مكانتها داخل الحرم الجامعي، بما يخلق حراكًا ثقافيًا مستدامًا، ويسهم في إعداد جيل جديد من المبدعين، ويعزز من تكامل الأدوار بين الثقافة والتعليم في خدمة المجتمع. وفي السياق ذاته، أوضح المخرج عادل حسان، مدير المركز القومي للمسرح والموسيقى والفنون الشعبية، أن المبادرة مرتّ بعدة مراحل إعداد وصياغة حتى خرجت في إطار رؤية متكاملة وشاملة. وأضاف أن التنفيذ سيتم عبر مراحل متعددة تشمل تنظيم ورش تدريبية متخصصة في فنون المسرح (التمثيل، الإخراج، الكتابة، الديكور، الإضاءة، الموسيقى، الغناء)، والفنون التشكيلية (الرسم، النحت، الجرافيك، التصميم البصري)، والسينما (كتابة السيناريو، التصوير، المونتاج، الإخراج، النقد)، إلى جانب الكتابة الأدبية (الرواية، القصة،

أعلن الدكتور أحمد فؤاد هنو، وزير الثقافة، تفاصيل «المبادرة الوطنية لإحياء وتطوير النشاط الثقافي والفني بالجامعات المصرية»، وذلك بالتعاون مع وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، وبرعاية الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء. وكانت المبادرة قد أعلن عنها خلال احتفالية عيد الثقافة، على أن تُنفذ من خلال المركز القومي للمسرح والموسيقى والفنون الشعبية التابع لقطاع المسرح، وبالتكامل مع مختلف قطاعات وزارة الثقافة. وأكد وزير الثقافة أن المبادرة تمثل خطوة استراتيجية لإعادة إحياء وتطوير النشاط الثقافي والفني داخل الجامعات المصرية بمختلف تصنيفاتها (الحكومية، والأهلية، والخاصة)، بما يعزز من دور الجامعات كمراكز إشعاع ثقافي وفني، ويسهم في بناء وعي طلابي متجدد ومتصل بقضايا المجتمع والهوية الوطنية. وأوضح الوزير أن المبادرة تستهدف دعم وتطوير المسرح الجامعي، واكتشاف ورعاية المواهب الشابة في مجالات الفنون والآداب، وتوفير منصات مستدامة للتعبير والإبداع داخل الجامعات، من خلال منظومة متكاملة تشمل التدريب والإنتاج والعروض والندوات والمعارض والمسابقات. وتُمنّ وزير الثقافة التعاون مع وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، مؤكدًا توجيه الدكتور أيمن عاشور، وزير التعليم العالي، لكافة الجامعات بالبدء الفوري في تفعيل الأنشطة الثقافية والفنية وفقًا لخطة المبادرة، لما لها من دور محوري في تنمية الوعي وبناء الشخصية المتكاملة للطلاب،





## الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لنبات الريحان

الدم، كما أنه قد يعزز إفراز الأنسولين لتعزيز صحة مريض السكري، ويقلل من هرمون الكورتيزول، الذي يمكن أن يسبب زيادة الوزن، ومع ذلك لم يتم بعد تأكيد استخدام الريحان لإنقاص الوزن عن طريق الدراسات العلمية.

كما يفيد الريحان في علاج الحمى، ومنع اضطرابات الجهاز التنفسي، وعلاج الربو، ومنع اضطرابات الرئة، ومنع أمراض القلب، والتقليل من الإجهاد والاكتئاب، ومعتبر للفم، والعناية بالأسنان، ومنع حصى الكلى (لاحتوائه على حمض الخليك)، والعناية بالبشرة، ويخفف الصداع، ومنع الشيخوخة المبكرة، ويعزز المناعة، والعناية بالعين. كما يساعد على طرد السموم من الجسم (حسب ما نشر في مجلة الأغذية الطبية)، ويحمي من مخاطر المواد الكيميائية السامة، ويقي من السرطان عن طريق الحد من نمو الخلايا السرطانية، وذلك نظراً لغناه بمضادات الأكسدة. كما يستخدم الريحان للتخفيف من أعراض التهاب القولون والقولون العصبي، فيساعد في تقليل الانتفاخ واحتباس الماء وفقدان الشهية وتشنجات المعدة والارتجاع بل وحتى لقتل الديدان الطفيلية. ويستخدم الريحان بعد تجفيفه مثل التوابل حيث يوضع على كثير من الأكلات كما أنه يحتوي على مواد غذائية متنوعة.



**بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين**

الريحان نبات عشبي عطري ذو رائحة زكية، وقد استخدم قديماً كنوع من أنواع العطور، كما أنه له فوائد غذائية وطبية عديدة، وذلك لاحتوائه على العديد من الفيتامينات (ك، أ، ب، ج، هـ)، والعناصر الغذائية مثل الحديد، والكالسيوم، والمنجنيز، والبتاسيوم، الماغنسيوم، كما يحتوي على الألياف. ويحتوي أيضاً على مادة الفلافونويدات التي بدورها تحافظ على التركيب الجيني للكروموسومات ضد الإشعاعات، كما أنه يستخدم كمضاد للبكتيريا، وذلك لأنه يحتوي على الزيوت الطيارة التي تقضي على الكثير من أنواع البكتيريا. ولقد أثبتت الدراسات أن له القدرة على منع العديد من أنواع البكتيريا المسببة للأمراض التي أصبحت مقاومة للمضادات الحيوية، كما أنه يحتوي على



## 5 طرق لعلاج حب الشباب المرتبط بمتلازمة تكيس المبايض

والأطعمة المصنعة. تجنبني الأطعمة المصنعة اتباع نظام غذائي صحي يُساعد المصابات بمتلازمة تكيس المبايض، فمن المهم تجنب الأطعمة المُصنعة، لأن الأطعمة ذات المؤشر الجلايسيمي المرتفع، مثل الخبز الأبيض والمعجنات والوجبات الخفيفة السكرية، ترفع مستويات السكر في الدم وتزيد الالتهابات، مما قد يُفاقم حب الشباب، وبدلاً من ذلك، اختاري وجبات منزلية غنية بالكربوهيدرات المعقدة والبروتينات الخالية من الدهون، والدهون الصحية، جربي إضافة الكينوا والبطاطا الحلوة ومجموعة متنوعة من الفواكه والخضراوات الملونة للحصول على العناصر الغذائية اللازمة لبشرة صحية.

ممارسة التمارين الرياضية منتظم يمكن للرياضة أن تحسن الصحة العامة وتساعد في السيطرة على أعراض متلازمة تكيس المبايض، بما في ذلك حب الشباب، حيث إن ممارسة الرياضة بانتظام تُساعد على تنظيم مستويات السكر في الدم والهرمونات، ويمكن لأنشطة بسيطة كالمشي السريع أو اليوجا أو الرقص أن تُخفف التوتر، الذي قد يسبب ظهور البثور، لذلك حاولي ممارسة الرياضة لمدة ٣٠ دقيقة على الأقل في معظم أيام الأسبوع، فهذا قد يُساعد بشرتك على الظهور بمظهر أفضل، حتى مع وجود تلك البثور العنيدة.

مارسي العناية بالبشرة بوعي تجنبني لمس أو العبث بحب الشباب، فقد يؤدي ذلك إلى تفاقم الالتهاب وظهور ندبات، وبدلاً من ذلك، اتبعي روتيناً بسيطاً للعناية بالبشرة. نظفي وجهك بانتظام، ولكن تجنبني التقشير المفرط، ويساعد غسل الوجه بانتظام على إزالة الزيوت الزائدة والبكتيريا، مما يقلل من خطر ظهور البثور.

وظهور حب الشباب، حيث تجد العديد من النساء صعوبة في السيطرة على هذه البثور، وقد لا تُجدي العلاجات المتاحة دون وصفة طبية نفعا. ٥ طرق لعلاج حب الشباب المرتبط بمتلازمة تكيس المبايض: ابدأي باستخدام منظف لطيف يؤكد أطباء الجلدية على أهمية استخدام غسول لطيف، فهو لا يزيل الأوساخ فحسب، بل يساعد أيضاً على منع تهيج البشرة، ابحتي عن غسول يحتوي على مكونات مهدئة مثل البابونج أو الكاليندولا لتقليل التهاب والتحكم في إفراز الزيوت الزائدة، واغسلي وجهك مرتين يومياً لإزالة الشوائب والحفاظ على توازن إفراز الزيوت، مما يؤدي إلى بشرة أكثر صحة.

اهتمي بتغذية جسمك من الداخل العلاجات الموضوعية مهمة، لكن صحتك الداخلية تؤثر أيضاً على بشرتك، واتباع نظام غذائي صحي غني بالأطعمة الكاملة أمر أساسي، لذلك احرصي على تناول الخضراوات والبروتينات الخالية من الدهون، والدهون الصحية وخاصة أحماض أوميغا ٣ الدهنية، لتحقيق التوازن في نظامك الغذائي، وتذكرني أن ما تأكلينه يؤثر على الالتهابات، وستلاحظ العديد من النساء تحسناً في صفاء بشرتهن عند تقليل السكريات المكررة

تعالني العديد من النساء المصابات بمتلازمة تكيس المبايض من حب الشباب نتيجة لهذا الاضطراب الهرموني، وقد يكون التعامل مع حب الشباب المرتبط بمتلازمة تكيس المبايض صعباً نظراً لتكراره، ويمكن لاتباع نصائح معتمدة من أطباء الجلدية السيطرة على هذه الحبوب، وفقاً لموقع "هيلث شوت".

ما العلاقة بين متلازمة تكيس المبايض وحب الشباب؟ متلازمة تكيس المبايض (PCOS) تُسبب اختلالات هرمونية تظهر بأشكال مختلفة، مثل عدم انتظام الدورة الشهرية، وتغيرات الوزن، ومشكلات الجلد، ووفقاً لأطباء الجلدية، فإن حب الشباب المعتاد لدى المراهقات غالباً ما يكون ناتجاً عن مشكلات سطحية، ولكن حب الشباب المرتبط بمتلازمة تكيس المبايض ينتج عن تغيرات هرمونية، عادةً ما يكون هذا النوع من حب الشباب أكثر عناداً ويظهر غالباً في الجزء السفلي من الوجه، وخاصة حول خط الفك والذقن.

هل يمكن أن يتسبب تكيس المبايض في زيادة دهنية البشرة؟ قد تُسبب التغيرات الهرمونية المصاحبة لمتلازمة تكيس المبايض زيادة في إفراز الزيوت، مما قد يؤدي إلى انسداد المسام



## طريقة مضمونة لتجنب الجفاف في الشتاء

أفضل طريقة لضمان شرب كمية كافية من الماء في الشتاء هي الحرص على شرب الماء بانتظام، وعدم الاعتماد على الشعور بالعطش كمؤشر وحيد على مستوى الترطيب، بل ينبغي أن يصبح شرب الماء عادة يومية.. على النحو التالي:

- في بداية اليوم، تناول كوباً من الماء الدافئ، فهذا يُنشّط جهازك الهضمي تدريجياً، كما يُشير إلى وقت تناول السوائل بانتظام.

- بدلاً من شرب كمية كبيرة دفعة واحدة، اشرب كميات صغيرة على مدار اليوم.

- احرص على وجود زجاجة ماء في متناول يدك وهي طريقة بسيطة لتذكيرك.

السوائل الدافئة تجعل الترطيب أسهل لا تحصر نفسك وتعتمد على الماء العادي كمصدر وحيد للترطيب، فلا تقتصر فوائد السوائل الدافئة على الشعور بالراحة فحسب، بل إنها فعالة بنفس القدر في ترطيب الجسم،

ما هي تقنية الترطيب الآمنة؟

الهواء الجاف، لذلك من المهم شرب الماء بانتظام، حتى عندما لا نشعر بالعطش، وهو السبيل الوحيد للوقاية من الجفاف خلال فصل الشتاء.

أسباب الجفاف في الشتاء الهواء البارد جاف، والتدفئة الداخلية تزيد من فقدان الرطوبة من البيئة، وفي كل مرة نتنفس فيها، يفقد جسمنا بعض الرطوبة، كما أن كثرة التبول، والمعروفة أيضاً باسم إدرار البول الناتج عن البرد، ويُعد الجفاف عاملاً آخر يُسهم في فقدان السوائل، إضافةً إلى ذلك، فإن ارتداء الكثير من الملابس، وقلة النشاط البدني، وقلة فترات الراحة لشرب الماء، كلها عوامل تُسهّل الإصابة بالجفاف دون أن يشعر بها الشخص. تظهر أعراض الجفاف في البداية بشكل طفيف للغاية، مثل جفاف الشفاه، وبهتان البشرة، والصداع، والإرهاق، وقلة التبول، وتغير لون البول إلى الداكن، ويخلط الكثيرون بين هذه الأعراض وبين التعب الناتج عن فصل الشتاء بدلاً من الجفاف.

ما هي تقنية الترطيب الآمنة؟

يقل مقدار الماء الذي نتناوله في فصل الشتاء، وهذا أمر طبيعي نظراً لبرودة الطقس، حيث يقل شعورنا بالعطش، ورغم أن الكثيرين يعتقدون أن الجفاف يقتصر على الطقس الحار، إلا أن الأطباء يؤكدون أن هذه المشكلة خلال أشهر الشتاء أكثر انتشاراً مما نتصور، ومع ذلك، يكمن الاختلاف الوحيد في أنها غالباً ما تبقى خفية حتى تبدأ الأعراض بالظهور، وفقاً لموقع "Onlymyhealth".

تناول الماء حتى لو لم تشعر بالعطش فقدان الجسم للماء خلال فصل الشتاء لا يُلاحظ عادةً، لأن إحدى وظائف الجسم المسئولة عن الشعور بالعطش تتضاءل في الطقس البارد، حيث يقول الخبراء إن العطش الذي يعد إحدى إشارات الجسم لشرب كمية كافية من الماء، يكون أقل نشاطاً خلال فصل الشتاء لدى معظم الأشخاص الذين يتعرفون بشكل أقل، ورغم أن الجسم يفقد كمية أقل من الماء عن طريق التعرق، إلا أنه لا يزال يفقد الماء من خلال التنفس والبول وامتصاص

## نظام غذائي يخفف الوزن وضغط الدم معا



٣,٨ كيلوجرام في ثمانية أسابيع فقط ، مقارنةً بالحميات الأخرى، ويعود ذلك غالباً إلى تركيز حمية داش على تناول الفواكه والخضراوات منخفضة السعرات الحرارية، مع ذلك، يُعد الالتزام بها لفترة طويلة أمراً بالغ الأهمية للحصول على نتائج دائمة. وبحسب المعهد الوطني للقلب والرئة والدم، لا تحتاج إلى أطعمة خاصة لاتباع هذا النظام الغذائي، بدلاً من ذلك يُصبح بتناول عدد محدد من الحصص من كل مجموعة غذائية، بناءً على احتياجاتك اليومية من السعرات الحرارية، كما يُشدد على اختيار الأطعمة قليلة الدهون المشبعة والمتحولة، والمنخفضة الصوديوم.

طريقة تطبيق نظام داش الغذائي؟ يعتمد هذا النظام على عدد من الخطوات، وهي:

- تناول الخضراوات والفواكه والحبوب

لا يقتصر اتباع نظام غذائي صحي لإنقاص الوزن على فقدان عدد من الكيلوجرامات الزائدة من الجسم، بل إن بعض الأنظمة يمكن أن تحقق فوائد صحية أخرى، مثل خفض ضغط الدم. وبحسب صحيفة "The Mirror" البريطانية، تعد حمية داش، التي طورها باحثون في الولايات المتحدة، "أفضل حمية صحية للقلب" و"أفضل حمية لارتفاع ضغط الدم. أهمية حمية داش الغذائية يشجع هذا النظام الغذائي الناس على تقليل كمية الملح في نظامهم الغذائي، مع التركيز على الأطعمة الصحية مثل الفواكه والخضراوات والحبوب الكاملة، كما يمكن أن يساعد هذا الأسلوب الناس على إنقاص الوزن.

يفقد الكثيرون الوزن باتباع حمية داش، خاصةً عند تقليل السعرات الحرارية المتناولة. وقد أظهرت الأبحاث أن بإمكان الأشخاص فقدان وزن حوالى





# الأساطير الشعبية في وادي النيل يكشف كيف ذابت ثقافات أوروبا في مصر

جبرت الطغاة وسطوة الحكام، في رمزية لانتصار الحيلة والعقل على القوة الغاشمة. ويعد الكتاب بمثابة "جولة ميدانية" عبر الزمن في شوارع وحواري القاهرة التاريخية؛ فمن كل زقاق تتدفق حكاية تكشف الستار عن حياة الناس البسطاء، معتقداتهم الراسخة، مخاوفهم الخفية، وأحلامهم المشروعة. إنه يقدم الخيال المصري ليس كهروب من الواقع، بل كنافذة تطل على جوهر الروح الإنسانية وتوقها للعدل والجمال.

انصهرت جميعها في "بوتقة" الروح المصرية الأصيلة، لتخرج لنا حكايات لا تشبه إلا "وادي النيل" وناسه. النساء والسخرية.. أسلحة البقاء ومن خلال صفحات الكتاب، تتجلى ملامح الشخصية المصرية بوضوح؛ حيث السخرية ليست مجرد فكاهة بل هي "أداة للبقاء" ومقاومة لنواب الدهر، كما يبرز الكتاب بوضوح صورة المرأة في الحكاية الشعبية، ليس كعنصر هامشي، بل كطرف فاعل يتسم بالذكاء والدهاء، حيث تنتصر النساء في كثير من القصص بذكاثن الفطري على



متعددة؛ فجد أصداء الحكايات الفارسية، واللمسات الأوروبية، والجذور السامية والإفريقية، وقد

رصد دقيق لكيفية تشكل الهوية القصصية المصرية، ينقلنا يعقوب آرتين باشا إلى عالم تتلاقى فيه روافد ثقافية

**يطرح معرض القاهرة للكتاب 2026 ترجمة جديدة لكتاب 'الأساطير الشعبية في وادي النيل'، الذي يوثق ذكاء الشخصية المصرية وقدرتها على صهر الثقافات المختلفة في حكايات شعبية تميز بين السخرية ودهاء المرأة.**

القديمة وأزقتها لقرون، ليعيد تقديمها للقارئ المعاصر في حلة جديدة. يتميز الكتاب، بحسب الناشر، بكونه ليس مجرد سرد للحواث، بل هو

أعلنت دار الرواق للنشر والتوزيع عن طرح ترجمة عربية مميزة لكتاب "الأساطير الشعبية في وادي النيل"، للمؤرخ والمفكر الكبير يعقوب آرتين باشا، وترجمة رشا ماجد، ومن المقرر طرحه في معرض القاهرة الدولي للكتاب في دورته لعام ٢٠٢٦. يأتي هذا الإصدار ليمثل وثيقة أدبية وأنثروبولوجية نادرة، تعيد قراءة التراث الشعبي المصري بعين خبيرة، حيث يغوص المؤلف في أعماق الذاكرة الجمعية للمصريين، ملتقطاً الحكايات الشفهية التي سكنت شوارع القاهرة

## إصدارات معرض الكتاب.. مملكة القرين رواية جديدة لـ دنيا حسين



من خلال أبطالها كيفية تأثير الحب على مسار حياة الإنسان، وقدرة الفرد على النهوض من جديد بعد الأزمات النفسية والضغوطات الحياتية.

عن الكاتبة دنيا حسين

دنيا حسين أديبة مصرية صدر لها أربع روايات سابقة وهم: "أمرح"، "خاتم الأرواح"، "اضطراب"، و"جدار السيدة نفيسة"، وتعد رواية مملكة القرين أحدث أعمالها الأدبية.

وعن فلسفة العمل، تقول الكاتبة في مطلع روايتها: "أنا المنتصف الثابت.. لا ترحيب للوصول، ولا طاعة للرجوع، هنا.. بين البداية والنهاية، يكمن كل شيء..".

وتعتمد الرواية على هيكل "القصص المنفصلة المتصلة"، حيث يتكون العمل من فصلين كبيرين يبدآن بحلم صغير يتطور حتى يصل إلى ذروة الأحداث وانكشاف العقدة، وتناقش دنيا حسين

صدر حديثاً عن دار الرقيم للنشر والتوزيع رواية جديدة تنتمي لأدب الفانتازيا الممزوجة بالدراما الاجتماعية والرومانسية بعنوان "مملكة القرين" من تأليف الكاتبة دنيا حسين، والتي تشارك بها في فعاليات معرض القاهرة الدولي للكتاب 2026 في الدورة الـ 57 المقامة في الفترة من 21 يناير حتى 3 فبراير المقبل.

رحلة بين الواقع والوهم

تدور أحداث الرواية في إطار فانتازي حول "عالمين متوازيين"، حيث تكتشف البطلة سراً تركه لها جدها في قصره القديم بصعيد مصر؛ وهو "خاتم" يمثل البوابة للقاء القرين، تتصاعد الأحداث مع ظهور شخصية غامضة تحاول الاستيلاء على الخاتم والسيطرة على العالم الموازي، بينما تجد البطلة نفسها في صراع ليس فقط لإنقاذ قرينتها، بل لإنقاذ نفسها من دوامة الاكتئاب والحزن ووهم الحب.

## وكيل صحة سيناء يستقبل وفدًا من حزب الجبهة الوطنية لبحث سبل التعاون المشترك وتعزيز الخدمات الصحية



واتفق الطرفان على أهمية التنسيق المستمر لدعم جهود المديرية في توسيع نطاق الخدمات الصحية الشاملة، وخاصة في المناطق البعيدة والأكثر احتياجاً.

وأوضح الدكتور عمرو عادل على أن المديرية ترحب بجميع أشكال التعاون التي تهدف إلى تحسين ودعم الأداء وتقديم أفضل مستويات الرعاية للمواطنين، مؤكداً أن التواصل الفعال بين الجهاز التنفيذي وممثلي الشعب هو أساس النجاح في تحقيق الأهداف التنموية، خاصة في ملف الصحة.

تم بذله من جهد وما تم تحقيقه من إنجازات في القطاع الصحي خلال فترة توليه مديريةية الصحة بشمال سيناء.

ناقش اللقاء بحث سبل التعاون المشترك، بما يخدم مصلحة المواطنين ويرفع من مستوى الخدمات الصحية المقدمة في جميع أنحاء المحافظة.

وأكد وكيل الوزارة على أهمية دور أعضاء مجلسي النواب والشيوخ في نقل احتياجات ومتطلبات المواطنين المتعلقة بالرعاية الصحية، والمساهمة في تذليل أي عقبات قد تواجه القطاع الصحي بالمحافظة.

### عادل رستم/ شمال سيناء

استقبل الدكتور عمرو عادل عبد العال وكيل وزارة الصحة، صباح اليوم مهندس حبيب الديب الأمين العام لحزب الجبهة والنائب عطية ابو قردود عضو مجلس الشيوخ، ووفد من حزب الجبهة الوطنية بمقر مكتبه بديوان عام مديريةية الصحة.

وفي مستهل اللقاء، قدم الدكتور عمرو عادل التهئة للنائب عطية ابو قردود، متمنياً له التوفيق والسداد في خدمة أهالي المحافظة، مشيداً بالجهود الطبية التي يقوم بها أعضاء مجلس الشيوخ تجاه طرح ومناقشة عددا من المواضيع الصحية التي تتعلق بتطوير وتحسين مستوى الخدمات الصحية للجميع.

فيما جرى مناقشة عددا من الموضوعات التي تخص ملف الصحة بشمال سيناء وذلك في إطار بحث تعزيز سبل التعاون بما يلبي احتياجات المواطنين.

من جانبه قدم سيادة النائب وأعضاء الحزب الشكر الكامل لوكيل الوزارة لما

## الفصائل والقوى الفلسطينية تجتمع بالقاهرة وتؤكد: نشكر الرئيس السيسي ومصر على جهود السلام ودعم الشعب الفلسطيني



لتوحيد الرؤى والمواقف الفلسطينية لتجاوز المرحلة الحرجة الحالية، والمضي نحو وحدة النظام السياسي الفلسطيني والقرار الوطني المستقل دفاعاً عن حقوق الشعب الفلسطيني.

كما أكدت الفصائل ضرورة مواجهة مخططات ضم الضفة الغربية والتوسع الاستيطاني، والتجاوزات بحق المقدسات الدينية في مدينة القدس، مع التأكيد على ضرورة قيام دولة فلسطينية مستقلة.

القاهرة كضمانة سياسية.. وشكر رسمي لمصر

اختتم البيان بتوجيه الشكر لجمهورية مصر العربية بقيادة الرئيس عبد الفتاح السيسي، وللوسطاء، على الجهود المبذولة لدعم ومساندة القضية الفلسطينية، وهو ما يعكس حقيقة مفادها أن القاهرة لا تزال تمثل مركز الثقل الأكثر تأثيراً في إدارة الازمة الفلسطينية، ليس فقط كوسيط، بل كطرف ضامن لمسار التهدئة، وقادر على جمع الفصائل وتوفير مظلة سياسية لتمرير التفاهات من النص الى التنفيذ.

له، للإشراف على قبول وتنفيذ عمليات اعادة الاعمار، في اشارة الى ان ترتيبات ما بعد الحرب لم تعد شأنًا فلسطينيا داخليا فقط، بل جزءا من منظومة رقابة وضمانات دولية يجري تشكيلها على الأرض.

ضغط على اسرائيل وفتح المعابر.. عنوان المرحلة المقبلة

طالبت الفصائل مجلس السلام بالتنسيق مع الوسطاء، بالضغط على اسرائيل لوقف عدوانها على الشعب الفلسطيني، وفتح المعابر، وادخال المساعدات اللازمة الى كافة انحاء القطاع.

كما دعت إلى انسحاب الجيش الإسرائيلي، بما يسهم في استعادة الهدوء المستدام وعودة الحياة الى طبيعتها، وتهئية الاجواء للمضي قدما في عمليات التعافي المبكر وإعادة الإعمار.

وحدة فلسطينية لمواجهة الضفة والقدس.. ورفض الضم والاستيطان في محور سياسي لا يقل أهمية عن غزة، شدد البيان على مواصلة العمل

### تتمه صا

وأوضح البيان ان الاجتماع جاء استكمالا لجهود الوسطاء في مصر وقطر وتركيا، بهدف استكمال مراحل اتفاق وقف إطلاق النار في قطاع غزة وفق خطة الرئيس الامريكي دونالد ترامب، ومعالجة تداعيات الحرب على القطاع، مع الدفع نحو بدء استحقاقات المرحلة الثانية.

تتمين دور ترامب والوسطاء.. ورسالة التزام بالاتفاق

كما ثمنت الفصائل الجهود التي بذلها الرئيس الامريكي دونالد ترامب، الى جانب جهود الوسطاء الثلاثة مصر وقطر وتركيا، في اطار دعم الشعب الفلسطيني والعمل على اثناء معاناته في غزة.

كما شددت الفصائل على التزامها الكامل بمواصلة تنفيذ اتفاق وقف إطلاق النار، وباقي مراحل خطة ترامب، بما يعكس رغبة واضحة في تثبيت المسار وعدم فتح الباب امام انهياره في هذه المرحلة.

لجنة انتقالية لادارة غزة.. وترتيبات جديدة للحكم والخدمات

أكدت الفصائل دعمها لجهود الوسطاء في تشكيل اللجنة الوطنية الفلسطينية الانتقالية لادارة قطاع غزة، مع توفير المناخ المناسب لتسليمها بشكل فوري كافة المهام والمسؤوليات، بهدف تسير شؤون الحياة والخدمات الاساسية داخل القطاع.

وبحسب البيان، فان ادارة غزة خلال هذه المرحلة ستمم بالتعاون مع مجلس السلام واللجنة التنفيذية الدولية التابعة

## دراسة تشغيل مشروع النقل الجماعي بشمال سيناء

### عادل رستم/ شمال سيناء



وائل رضوان رئيس الإدارة المركزية لمكتب المحافظ، وعدد من المديرين والعاملين المعنيين بديوان عام المحافظة.

المواطنين بمختلف مدن ومراكز المحافظة. جاء ذلك بحضور الدكتور إيهاب حسن السكرتير العام، واللواء

التقى اللواء الدكتور خالد مجاور، محافظ شمال سيناء، اليوم بمكتبه، ممثلي شركات النقل الجماعي، وذلك لبحث سبل تشغيل منظومة النقل الجماعي بمحافظة شمال سيناء، بما يسهم في تحسين خدمات النقل وتيسير حركة المواطنين.

وخلال اللقاء، ناقش المحافظ آليات التشغيل المقترحة، وخطط تسير الخطوط، وضمان انتظام الخدمة، بما يتوافق مع احتياجات



## كيف تحاول OpenAI تعليم الذكاء الاصطناعي أداء وظيفتك باستخدام أعمالك الحقيقية؟

”تشت جي بي تي“ تعرف باسم “-Su perstar Scrubbing” لتنقية المحتوى من أي معلومات حساسة. ورغم هذه الاحتياطات، حذر محامي الملكية الفكرية إيفان براون في تصريحات لـ”وايرد” من أن هذا الأسلوب ”ينطوي على مخاطر كبيرة“، معتبراً أن أي شركة ذكاء اصطناعي تعتمد عليه “تضع نفسها في موقف شديد الحساسية يتطلب قدراً عالياً من الثقة في المتعاقدين لتحديد ما هو سري وما هو غير سري”.

آي” إلى مطالبة المتعاقدين بوصف المهام التي أدّوها في أعمالهم السابقة، ورفع أمثلة من “مخرجات حقيقية أثناء العمل” قاموا بتنفيذها بالفعل، وليس مجرد ملخصات عنها، مثل مستندات “وورد”، وملفات “بي دي إف”، وعروض “باوربوينت”، وجداول “إكسل”، وصور، ومستودعات برمجية. وتشدد الشركة على ضرورة حذف أي بيانات شخصية أو معلومات خاضعة للملكية قبل رفع الملفات، كما توجه المتعاقدين لاستخدام أداة داخل

تجمع شركة ‘OpenAI’ ملفات عمل حقيقية من متعاقدين لتدريب نماذجها على أتمتة المهام المهنية، وسط مخاوف قانونية من تسريب أسرار تجارية وحساسية للشركات التي يعمل بها هؤلاء المتعاقدون.

أوبن إيه آي تعتمد على متعاقدين خارجيين بيانات من وظائف واقعية وتشير وثائق عرض قدمتها “أوبن إيه



الاستعانة بمتعاقدين لإنتاج بيانات تدريب تعكس طبيعة العمل الفعلي، بهدف تمكين النماذج مستقبلاً من أتمتة عدد أكبر من المهام المكتبية والمهنية.

كشفت مجلة “وايرد” أن شركة “أوبن إيه آي”، بالتعاون مع شركة “هانداسيك إيه آي” المتخصصة في بيانات التدريب، تطلب من متعاقدين خارجيين تحميل نماذج من أعمال حقيقية نفذوها في وظائف سابقة أو حالية، في إطار مساعيها للحصول على بيانات عالية الجودة لتطوير نماذج الذكاء الاصطناعي.

وبحسب التقرير، تأتي هذه الخطوة ضمن استراتيجية أوسع تتبعها شركات الذكاء الاصطناعي حالياً، تقوم على

## شبكات Wi-Fi 8 تحسن كفاءة الطاقة لأجهزة إنترنت الأشياء بنسبة 50%



بيانات محمي لضمان عدم حدوث أي “تقطع” في الصورة. كفاءة الطاقة لإنترنت الأشياء (IoT) تم تحسين بروتوكولات Wi-Fi 8 لتقليل استهلاك الطاقة في الأجهزة الصغيرة والحساسات الذكية بنسبة 50%. هذا التطور يسمح للأجهزة القابلة للارتداء والساعات الذكية بالبقاء متصلة بالشبكة بشكل دائم دون استنزاف البطارية، مع سرعات استجابة تناهز سرعة الألياف الضوئية.

مما يحسن من سرعة نقل البيانات الفعلية بنسبة 25% في الشقق السكنية المزودة. دعم الذكاء الاصطناعي لإدارة النطاق الترددي سيتضمن المعيار الجديد خوارزميات ذكاء اصطناعي مدمجة في رقائق الاتصال، تقوم بالتنبؤ بحاجة الأجهزة للبيانات وتخصيص الموارد قبل طلبها. على سبيل المثال، إذا اكتشف الراوتر أنك بدأت مكالمة فيديو بدقة 8K، سيقوم فوراً بتخصيص ممر

بدأت جمعية IEEE في وضع اللمسات الأخيرة على معيار Wi-Fi (802.11bn) 8، والذي يمثل تحولاً جوهرياً من التركيز على “السرعة الخام” إلى “استقرار الاتصال” في البيئات المزدهمة. وفقاً لتقرير متخصص من موقع Net-work World، فإن Wi-Fi 8 يهدف إلى توفير زمن استجابة منخفض جداً (Latency) واتصال لا ينقطع بنسبة 99.99%، وهو أمر حيوي لتطبيقات الجراحة عن بُعد والواقع الافتراضي المتكامل.

تكنولوجيا “التنسيق المنسق” بين نقاط الوصول المميزة الأساسية في Wi-Fi 8 هي تقنية “Coordinated Spatial Reuse” التي تسمح لأجهزة الراوتر المجاورة بالتحدث مع بعضها البعض لتنسيق القنوات الترددية ومنع التداخل. هذا النظام يضمن أن اتصالك لن يتأثر بجهاز الراوتر الخاص بجارك،

## مايكروسوفت تشعل حماس اللاعبين بعرض Forza Horizon 6 وFable في حدث Xbox 22 يناير



استوديو Game Freak الشهير بسلسلة Pokémon، وتشير تقارير إعلامية إلى أن مايكروسوفت تخطط للكشف عن لعبة رابعة غير معلنة خلال البث، ما يزيد من حماس وترقب جمهور الألعاب لهذا الحدث.

وسيُبث حدث Xbox Developer Direct عبر قناة Xbox الرسمية على يوتيوب يوم 22 يناير، ليقدم لمتابعيه أحدث التفاصيل والعروض الحصرية حول مستقبل ألعاب Xbox خلال العام الجاري.

بعد سلسلة Playground Games، ومن المتوقع أن تكشف مايكروسوفت خلال الحدث عن موعد إصدار اللعبة الرسمي، خاصة مع تأكيد إطلاقها في عام 2026 على أجهزة Xbox والحاسب الشخصي، وسط تقارير تشير إلى احتمال طرحها على PS5 في نفس توقيت الإصدار.

ولن يقتصر الحدث على هاتين اللعبتين فقط، إذ تم تأكيد مشاركة لعبة Beast of Reincarnation، وهي لعبة أكشن وتقمص أدوار من تطوير

تستعد شركة مايكروسوفت لتنظيم حدث Xbox Developer Direct يوم 22 يناير، في بث مباشر ينتظره عشاق الألعاب حول العالم، حيث ستكشف الشركة عن عروض لعب جديدة لأبرز ألعابها القادمة خلال عام 2026، وعلى رأسها Forza Horizon 6 وFable، إلى جانب مفاجآت أخرى لم يُعلن عنها بعد. وخلال الحدث، سيحصل اللاعبون على أول استعراض رسمي لأسلوب اللعب في لعبة Forza Horizon 6، التي تم الإعلان عنها لأول مرة في معرض طوكيو للألعاب 2025، وتدور أحداث اللعبة في اليابان، مع عالم مفتوح واسع وتحسينات كبيرة على مستوى الرسومات ونظام القيادة، على أن تصدر اللعبة مبدئياً على أجهزة Xbox Series S/X والحاسب الشخصي، قبل وصولها لاحقاً إلى منصة PlayStation 5.

كما سيشهد البث، تقديم نظرة موسعة على لعبة Fable من تطوير استوديو

## ندوة لإعلام شمال سيناء بتصحيح صورة المرأة المصرية في وسائل الإعلام تزامناً مع قرب شهر رمضان



حول أهمية القدوة في المجتمع لبناء جيل واع ومسؤول ودور كل من الأسرة والمجتمع في تشكيل شخصية الطفل وكيفية تكامل الأدوار بينهما. وخرج اللقاء بعدد من التوصيات أبرزها ضرورة الاهتمام بالحوار الأسري المنتظم لبناء الثقة بين الآباء والأبناء وتشجيع الأبناء على تحمل المسؤولية والمشاركة في الأنشطة المجتمعية بما يعزز روح الانتماء والمبادرة مع التأكيد على أهمية التعاون المشترك بين الأسرة والمدرسة والمجتمع لبناء جيل متوازن قادر على مواجهة التحديات.

والسلوكيات الإيجابية على شخصية الأبناء. كما أوضحت الدكتورة ريهام الغزال مدير إدارة شؤون الخدمات الطبية بمديرية الصحة بشمال سيناء أن بناء الأسرة يبدأ من حسن اختيار الزوجين ومعايير التكافؤ ثم يكتمل من خلال تربية الأطفال وغرس القيم والأخلاق وأهمية الحوار الأسري في تنمية شخصية الأبناء وتوفير الدعم النفسي والعاطفي وخلق بيئة آمنة تساعد الطفل على النمو بثقة واستقرار وتناولت الندوة عددا من التساؤلات

**عادل رستم / شمال سيناء**

في إطار استراتيجية قطاع الإعلام الداخلي ٢٠٢٥ - ٢٠٣٠ التي أطلقها الدكتور ضياء رشوان رئيس الهيئة العامة للاستعلامات وبإشراف الدكتور أحمد يحيى رئيس قطاع الإعلام الداخلي ومتابعة الدكتور تامر شمس الدين رئيس الإدارة المركزية لإعلام القناة وسيناء ومن خلال محور القضية السكانية وتنمية الأسرة تم صباح اليوم تنفيذ ندوة بعنوان دور الأسرة والمجتمع في بناء الأجيال وذلك بجمعية حقوق المرأة السيناوية بحي المساعيد بمدينة العريش.

حضر الندوة عدد من عضوات الجمعية والموظفين والفتيات بالإضافة إلى الأستاذة رباب حلمي نائب رئيس مجلس إدارة الجمعية استهلّت اللقاء نجوى إبراهيم مسئولة الندوة بالحديث عن اهتمام الهيئة العامة للاستعلامات بالقضية السكانية وتنمية الأسرة ودورها في رفع الوعي المجتمعي.

وتحدثت الأستاذة سوسن حجاب البرلمانية السابقة ورئيس مجلس إدارة الجمعية عن الدور المحوري للأسرة في بناء الأجيال وأهمية انعكاس القيم



الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي على شخصياتهم إضافة إلى قضايا تربوية وأسرية معاصرة. وخلصت الندوة إلى عدد من التوصيات أبرزها ضرورة زيادة مشاركة المرأة في الحياة العامة وتوسيع قدرتها على الاختيار ورفع الوعي المجتمعي بحقوقها وتغيير المعتقدات التي تكرس التمييز وضمان المساواة في فرص التوظيف والترقي ودعم المرأة لإنشاء وإدارة المشروعات من خلال التدريب وتوفير بيئة عمل آمنة.

كما أكدت التوصيات على أهمية دور الأسرة في مراقبة الأبناء وحياتهم من مخاطر الفضاء الرقمي والمطالبة بتصحيح صورة المرأة المصرية في وسائل الإعلام خاصة مع اقتراب شهر رمضان بما يعكس دورها الحقيقي في بناء الأسرة والمجتمع ويعزز قيم الاحترام والتقدير.

تمكين المرأة لا يعني الصراع مع الرجل بل التكامل معه في تحمل أعباء الحياة سواء في وجوده أو غيابه مشددة على أهمية إصلاح القوانين لضمان المساواة وتحسين خدمات الرعاية وتوفير الحماية الاجتماعية والتصدي لكافة أشكال العنف ضد المرأة وسن تشريعات تحميها مثل قانون سرية بيانات ضحايا التحرش. وتحدثت فضيلة الشيخ نصار سعد عن مكانة المرأة في الإسلام وكونها عماد الأسرة ورمانة ميزانها مؤكدا أن الشريعة الإسلامية كفلت لها حقوقها ورفعت شأنها منذ الصغر مستعرضا نماذج مضيئة من الصحابيات ودورهن في بناء المجتمع.

وشهدت الندوة نقاشات موسعة حول أساليب تربية البنات والأولاد ودور الأسرة في تشكيل وعي الأطفال وتأثير

**عادل رستم/ شمال سيناء**

في إطار استراتيجية قطاع الإعلام الداخلي التي أطلقها الدكتور ضياء رشوان رئيس الهيئة العامة للاستعلامات وبإشراف الدكتور أحمد يحيى رئيس قطاع الإعلام الداخلي ومتابعة الدكتور تامر شمس الدين رئيس الإدارة المركزية لإعلام القناة وسيناء ومن خلال محور القضية السكانية وتنمية الأسرة تم صباح اليوم تنفيذ ندوة موسعة بقيادة عبد الفتاح الإمام مدير إدارة إعلام شمال سيناء بجمع إعلام العريش حول الاهتمام بحقوق المرأة اجتماعيا واقتصاديا.

حاضر في الندوة فضيلة الشيخ نصار سعد محمد مدير عام إدارة أوقاف رفح سابقا والأستاذة إحسان داوود الغالي مقرر المجلس القومي للمرأة بشمال سيناء بحضور عدد من العاملين بالمصالح المختلفة ومكلفات الخدمة العامة والمهتمين بشؤون المرأة بمدينة العريش. وفي بداية اللقاء أوضح الإعلامي محمد سلام مسؤول الندوة أن الهدف يتمثل في رفع وعي المواطنين بحقوق المرأة الاجتماعية والاقتصادية بما يحقق تمكينها من المشاركة الفاعلة في المجتمع والمساهمة في مسيرة التنمية من خلال إتاحة فرص متكافئة في التعليم والصحة والعمل.

وأكدت الأستاذة إحسان داوود الغالي أن





# إحالة عامل وظيفته ألقيا طفلتهما في صندوق قمامة للمحاكمة

أدى لوفاتها. بدأت تفاصيل الواقعة، بتلقى الأجهزة الأمنية بقسم شرطة أول مدينة نصر بلاغا من عامل أفاد فيه بعثوره على طفلة رضية داخل صندوق قمامة، انتقل رجال المباحث لمكان الواقعة، وتبين من التحريات والتحقيقات عقب تفريغ كاميرات المراقبة في محيط المكان، قيام عامل وسيدة بإلقاء الطفلة في صندوق قمامة وهربا، تم القبض على المتهم والسيدة وعرضهما على النيابة العامة التي تبأشر التحقيق معها.

أحالت نيابة مدينة نصر عاملاً وظيفته للمحاكمة الجنائية بتهمة إلقاء طفلتهما الرضية في القمامة للتخلص من أي رابط يجمعهما بعد الانفصال، مما أسفر عن وفاة الطفلة بعد نهش الكلاب لجسدها.

كانت متزوجة، وانفصلت بعد طلاقها ولكنها اكتشفت أنها حامل بعد طلاقها



بالتخلص من طفلتها الرضية في منطقة مدينة نصر، باعتراقات تفصيلية امام رجال المباحث، حيث قالت المتهمه انها متوفية، فأبلغ قسم شرطة اول مدينة نصر بالواقعة. وأدلت المتهمه بالاشتراك مع طليقها

قررت نيابة مدينة نصر، إحالة عامل وظيفته للمحاكمة الجنائية، بتهمة القاء طفلتها الرضية في صندوق قمامة للتخلص منها. وأدلى عامل قمامة بشهادته في التحقيقات حول العثور على طفلة رضية ملقاه داخل صندوق قمامة في منطقة مدينة نصر، حيث قال العامل انه يعمل في جمع القمامة وأثناء عمله لاحظ وجود كلاب خالة تتجمع نحو شيء ملفوف في قطعة قماش والكلاب تحاول نهشها، وبالاقتراب منها وجد طفلة حديثة

## العثور على جثة مجهولة الهوية بمياه نهر النيل فى الدقهلية



شهدت محافظة الدقهلية، اليوم، واقعة العثور على جثة طافية بمياه النيل بمركز ميت غمر، وذلك عقب تلقي الأجهزة المعنية بلاغاً مباشراً بالحادثة. الجثة عُثِر عليها أمام منطقة الحاجي بميت غمر وتبين من البلاغ أن الجثة عُثِر عليها أمام منطقة الحاجي بميت غمر، حيث انتقلت الجهات المختصة إلى موقع البلاغ، وتم انتشال الجثة من المياه.

وبالفحص الأولي، تبين أن الجثة لذكر مجهول الاسم والعنوان، يبلغ من العمر نحو ٤٥ عامًا، ولا توجد بحوزته أي أوراق إثباتية. وجرى نقل الجثة بعد استخراجها وإيداعها بثلاجة مستشفى ميت غمر والمتوفى.

## المؤبد وغرامة 100 ألف جنيه لمتهم بالاتجار فى المخدرات بسوهاج

بدائرة قسم طهطا، عندما وردت معلومات لضباط المباحث عن قيام المتهم بالاتجار فى الشاي وجوهر الميثامفيتامين والحشيش والمواد المخدرة، وبعد تقنين الإجراءات وإجراء التحريات تأكدت صحة المعلومات الواردة من أحد المصادر السرية، وتم القبض عليه وبحوزته كمية من المواد المخدرة كانت معدة للبيع.

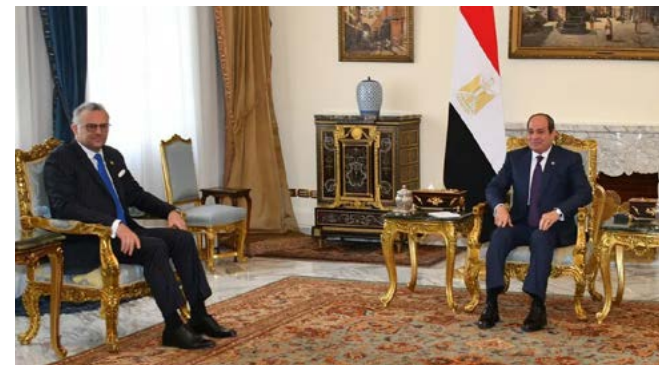


اعترف المتهم، وبمواجهة المتهم، اعترف بالاتجار فى المواد المخدرة وتمت إحالته إلى محكمة الجنايات، والتي أصدرت حكمها المتقدم.

الميثامفيتامين والمواد المخدرة بدائرة قسم طهطا. أحداث القضية تعود أحداث القضية إلى عام ٢٠٢٥

قضت محكمة جنايات سوهاج، مساء اليوم الثلاثاء، بمعاقبة المتهم م.م.أ. بالسجن المؤبد وغرامة ١٠٠ ألف جنيه لاتهامه بالاتجار فى الشاي وجوهر

## الرئيس السيسى يبحث مع كبير مستشارى رئيس الولايات المتحدة للشئون العربية والأفريقية الارتقاء بالتعاون المشترك



الإقليميين، والحفاظ على سيادة الدول ووحدة أراضيها وصون مقدرات شعوبها. وفي إطار متصل، تم تناول قضية المياه، حيث شدد الرئيس السيسى على ما يمثله الأمن المائى المصري من قضية وجودية وأولوية قصوى بالنسبة لمصر، فضلاً عن ارتباطه المباشر بالأمن القومي المصري. من جانبه، أعرب بولس عن تقديره للقاء الرئيس السيسى، وأشاد بالدور الذي تقوم به مصر من أجل تعزيز السلم والأمن الإقليميين، مثنياً التعاون والتنسيق القائم بين مصر والولايات المتحدة في عدد من الملفات الإقليمية ذات الاهتمام المشترك، وذلك بهدف خفض التصعيد وتحقيق الاستقرار في المنطقة.

الرامية لتحقيق الأمن والاستقرار في السودان الشقيق. وشدد الرئيس في هذا الصدد على موقف مصر الثابت والداعم لسيادة السودان ووحدة وسلامة أراضيها، ورفض مصر القاطع لأية محاولات للنيل من أمنه واستقراره، وأنها لن تسمح بحدوث ذلك، أخذاً في الاعتبار الارتباط العضوي بين الأمن القومي في البلدين الشقيقين. وأوضح المتحدث الرسمي، أنه تم التباحث أيضاً حول الأوضاع في عدد من دول المنطقة، حيث شهد اللقاء توافقاً في رؤى البلدين حول ضرورة خفض التصعيد وتعزيز العمل المشترك، من أجل إيجاد حلول سياسية لمختلف الأزمات التي تمر بها دول المنطقة، بما يُسهم في تعزيز السلم والاستقرار

تتمه ص ١ وأشار المتحدث الرسمي، إلى أن اللقاء تطرق لسبل دفع وتعزيز العلاقات الثنائية بين مصر والولايات المتحدة، حيث أكد الرئيس أهمية البناء على ما شهدته العلاقات الاستراتيجية بين البلدين من زخم خلال الفترة الماضية من أجل الارتقاء بالتعاون المشترك في مختلف المجالات، وما يحقق مصالح الجانبين، وتم التأكيد على أهمية عقد النسخة الثانية من المنتدى الاقتصادي المصري الأمريكي خلال عام ٢٠٢٦، فضلاً عن ضرورة زيادة التشاور والتنسيق بين البلدين في مختلف الملفات الإقليمية، وعلى رأسها الأوضاع في السودان وليبيا والقرن الأفريقي، تحقيقاً لاستقرار في المنطقة. وأضاف المتحدث الرسمي، أن اللقاء تناول عددًا من القضايا الإقليمية ذات الاهتمام المشترك، وبالأخص تطورات الأوضاع في السودان، حيث أكد الرئيس السيسى تقديره لحرص الرئيس الأمريكي على إنهاء الحرب في السودان، مشيراً إلى دعم مصر لكافة المساعي الإقليمية والدولية

## جهود دبلوماسية متواصلة تبذلها مصر بقيادة الرئيس السيسى لتنفيذ اتفاق غزة



يلبي تطلعات الشعب الفلسطيني في الأمن والحياة الكريمة. الدور المصري المستمر واختتم التقرير بالتأكيد على استمرار الجهود المصرية المتواصلة، بتوجيهات

لجنة تكنولوجيات ومساار الاستقرار من جانبهم، أعرب الوسطاء مصر، قطر، تركيا عن تطلعهم لأن يهد تشكيل "لجنة التكنولوجيا" الطريق لتنفيذ سلس لبنود المرحلة الثانية. واعتبرت الدول الثلاث أن هذه اللجنة تمثل تطوراً جوهرياً سيسهم في تعزيز جهود الاستقرار وتحسين الأوضاع الإنسانية المتدهورة في القطاع. وشدد الوسطاء على ضرورة التزام كافة الأطراف بالتنفيذ الكامل للاتفاق، بهدف الوصول إلى سلام مستدام وتهيئة المناخ الملائم لإعادة الإعمار، بما

## طريقة مضمونة لتجنب الجفاف فى الشتاء



الموجود في الشاي والقهوة، فقد يؤدي إلى فقدان السوائل ويزداد هذا الأمر خلال فصل الشتاء عندما يفقد الجسم رطوبته بسبب البرد، ولكن لا داعي للتوقف عن تناول هذه المشروبات تمامًا، ولكن يجب تناولها باعتدال، فمقابل كل كوب من مشروبات الكافيين ينبغي شرب الماء أو مشروب دافئ مرطب لموازنة ذلك.

حيث يمكن للمشروبات العشبية والحساء الصافي وماء الليمون الدافئ والمرق التقليدي أن يساعد بالحفاظ على توازن السوائل وتهذئة الحلق والجهاز الهضمي، إن الاستهلاك المنتظم لهذه المشروبات يمكن أن يسهل الحصول على متطلبات الترطيب اليومية دون الحاجة إلى شرب المشروبات الباردة. كيفية تعزيز الترطيب في فصل الشتاء لا يقتصر الترطيب على السوائل المتناولة فقط، فالفاكهة والخضراوات تُعد أيضاً مصدرًا رئيسيًا للسوائل اليومية، حيث تتميز الفواكه والخضراوات الموسمية بمحتواها العالي من الماء، والتي تُساعد على دعم الترطيب وتوفير العناصر





## كأس أمم أفريقيا ترفع أسهم عمر مرموش في مانشستر سيتي

وشهد التصنيف بروز أسماء أخرى لافتة، مثل لوتارو مارتينيز الذي يواصل قيادة هجوم فريقه بثبات، وألكسندر إيساك الذي فرض نفسه كواحد من أكثر المهاجمين تطوراً في الفترة الأخيرة، إضافة إلى فيكتور أوسيمين الذي يتمتع بحضور هجومي قوي وقدرة عالية على التسجيل في المواجهات الصعبة. ويعكس هذا التصنيف التحول الواضح في دور المهاجم الحديث، حيث لم يعد مقتصرًا على تسجيل الأهداف فقط، بل أصبح عنصرًا أساسيًا في بناء اللعب، الضغط على الخصم، وخلق المساحات لزملائه. ويؤكد تقرير GiveMeSport أن المنافسة على لقب أفضل مهاجم في العالم لا تزال مفتوحة على جميع الاحتمالات، في ظل تقارب المستويات وتعدد المواهب، ما يبشر بمواسم كروية مليئة بالإثارة والندية لعشاق اللعبة حول العالم.

والحسم في المباريات الكبرى، وهو ما منح القائمة طابعًا فنيًا يتجاوز مجرد عدد الأهداف. حل عمر مرموش نجم منتخب مصر في المركز الـ ١٤ عالميًا متفوقًا على الأسطورة البرتغالية كريستيانو رونالدو الذي حل في المرتبة الـ ١٥، بينما تصدر القائمة كيليان مبابي نجم منتخب فرنسا وناي ربال مدريد الإسباني، الذي واصل تأكيد مكانته كأحد أخطر مهاجمي العالم بفضل سرعتة الفائقة، تنوع حلول التسجيل، وقدرته على صناعة الفارق في أصعب اللحظات، ليواصل فرض هيمنته على الساحة الكروية العالمية. وفي مراكز متقدمة، حضر هاري كين بقوة بعدما أثبت قيمته كمهاجم متكامل يجمع بين الحس التهديفي وصناعة اللعب، إلى جانب النرويجي إيرلينج هالاند الذي لا يزال يمثل كابوسًا لدفاعات الخصوم بقوته البدنية وإنهائه القاتل داخل منطقة الجزاء.

على جاهزيتهم البدنية والفنية في المراحل الحاسمة من الموسم. ويعكس هذا الحديث حجم الثقة التي يوليها جوارديولا للنجم المصري عمر مرموش، والدور المنتظر له مع السيتي، سواء على الصعيد المحلي أو القاري، في ظل موسم طويل يتطلب عمقًا هجوميًا وقدرة على التعامل مع ضغط المنافسات المتعددة. عمر مرموش يتفوق على رونالدو في سباق أفضل مهاجمي العالم وفي وقت سابق، كشف موقع GiveMeSport البريطاني عن تصنيفه لأفضل المهاجمين في كرة القدم العالمية، في تقرير أثار جدلاً واسعاً بين المتابعين، نظرًا لتقارب المستويات واحتدام المنافسة بين نخبة نجوم الخط الأمامي في الملاعب الأوروبية والعالمية. وجاء التصنيف معتمدًا على عدة معايير أبرزها: القدرة التهديفية، التأثير داخل الملعب، الاستمرارية،



وقال جوارديولا في تصريحات عقب المباراة: "أأمل أن يعود مرموش قريبًا ليمنح هالاند بعض الراحة، إيرلينج مرموش"، موضحًا أن ضغط المباريات المتواصل خلال الفترة الأخيرة أثر بشكل واضح على الحالة البدنية لهالاند، مشددًا على أهمية وجود حلول هجومية إضافية داخل الفريق، تسمح بالمداورة بين اللاعبين والحفاظ

في سياق أن بطولة كأس أمم أفريقيا ٢٠٢٥ المقامة حاليًا في المغرب خطف أنظار المتابعين، برز اسم عمر مرموش، نجم منتخب مصر وناي مانشستر سيتي الإنجليزي، كأحد أبرز اللاعبين الذين أكدوا قيمتهم الفنية والبدنية خلال الفترة الأخيرة. عمر مرموش تألق مع منتخب مصر في كأس أمم أفريقيا وأظهرت مشاركة عمر مرموش مع المنتخب المصري مدى تطوره اللافت، سواء على مستوى السرعة أو القدرة على اللعب في أكثر من مركز هجومي، وهو ما جعله محل اهتمام عدد من أندية الدوري الإنجليزي الممتاز، حيث أبدى نادي أستون فيلا وتوتنهام رغبتهم في التعاقد معه خلال فترة الانتقالات الشتوية الحالية، إلا أن إدارة مانشستر سيتي تمسكت ببقاء اللاعب ورفضت فكرة رحيله في الوقت الراهن.

## موعد مباراة مصر ونيجيريا في مباراة تحديد المركز الثالث بكأس الأمم الأفريقية



ساديو ماني في الدقيقة ٧٨. بطاقة صفراء في الدقيقة ٦. واستحوذ منتخب السنغال على الكرة في أغلب فترات الشوط الأول ونجح لاعبوه في الوصول لمرمى محمد الشناوي لكن دون خطورة حقيقية، لينتهي الشوط الأول بالتعادل السلبي.

يلتقى منتخب مصر في مباراته القادمة أمام نيجيريا لتحديد المركز الثالث والرابع في بطولة أمم أفريقيا يوم السبت المقبل، على ملعب محمد الخامس بالدار البيضاء. موعد مباراة منتخب مصر القادمة تقام مباراة منتخب مصر أمام نيجيريا لتحديد المركز الثالث في السادسة مساء السبت المقبل بتوقيت القاهرة على ملعب محمد الخامس بالدار البيضاء.

منتخب مصر يخسر أمام السنغال ٠-١ وكان منتخب مصر بقيادة حسام حسن خسر أمام السنغال بهدف نظيف في المباراة التي جرت بينهما أمس الأربعاء في نصف نهائي أمم أفريقيا ٢٠٢٥، وسجل هدف السنغال

## منتخب مصر يخسر أمام السنغال 1-0 ويخوض مباراة تحديد المركز الثالث بأمم أفريقيا



الذي لجأ للضغط العالي على لاعبي منتخب مصر بغية تسجيل هدف مبكر، وحصل حسام عبد المجيد على بطاقة صفراء في الدقيقة ٦

خسر منتخب مصر بقيادة حسام حسن، أمام السنغال بهدف نظيف في المباراة التي جرت بينهما اليوم الأربعاء في نصف نهائي أمم أفريقيا ٢٠٢٥، وسجل هدف السنغال ساديو ماني في الدقيقة ٧٨. يخوض منتخب مصر مباراة تحديد المركز الثالث يوم السبت المقبل أمام الخاسر من المغرب ونيجيريا. جاءت بداية المباراة قوية وسريعة وخاصة من جانب منتخب السنغال

## حسام حسن: منتخب مصر سيطر زعيم أفريقيا والـ 7 ألقاب سر الغيرة والتعنت ضدنا

والسفر أثرا على الاستعداد، مؤكداً أن العدالة غير متوفرة في توقيتات المباريات خلال البطولة. وأضاف حسام حسن أن هناك بعض الأخطاء التحكيمية التي شهدتها المباراة، موضحاً أن من حقه المطالبة بمراجعتها، و متمنياً تدخل الاتحاد الدولي لكرة القدم «فيفا» في البطولات الكبرى مثل كأس الأمم الأفريقية لضمان العدالة التحكيمية. وشدد المدير الفني على أن منتخب مصر سيطر دائماً منتخباً كبيراً بتاريخ بطولاته وإنجازاته.

ويخوض منتخب مصر مباراته القادمة لتحديد المركز الثالث في بطولة أمم أفريقيا أمام الخاسر من المغرب ونيجيريا يوم السبت المقبل. موعد مباراة منتخب مصر القادمة تقام مباراة منتخب مصر القادمة لتحديد المركز الثالث في السادسة مساء السبت المقبل بتوقيت القاهرة. وخسر منتخب مصر بقيادة حسام حسن، أمام السنغال بهدف نظيف في المباراة التي جرت بينهما اليوم الأربعاء في نصف نهائي أمم أفريقيا ٢٠٢٥، وسجل هدف السنغال ساديو ماني في الدقيقة ٧٨.



أكد حسام حسن، المدير الفني لمنتخب مصر، أنه يراهن على أنه لا يوجد منتخب أفريقي يستطيع الوصول لسبعة ألقاب أفريقية وكسر الرقم القياسي لمصر، لافتاً إلى أن هذا الأمر هو سبب الغيرة من منتخب مصر لأنه كبير وزعيم القارة السمراء. وتابع حسن في المؤتمر الصحفي بعد لقاء السنغال: هناك من كان يريد خروج منتخب مصر من الأدوار الأولى ومن كان يحاول إبعاد مصر عن استكمال المشوار، لأن منتخب مصر لديه ٧ ألقاب والكل يغير منا بسبب ذلك، وهناك تعنت ضدنا لهذا السبب.. لكن في النهاية سنعمل في الفترة المقبلة على تصحيح الأوضاع



tebah2323  
+966 53 566 6316

تعبه  
TAIBAH





## «الاكتئاب المتسم».. لقطة محمد صلاح عقب الهزيمة أمام السنغال



تفاعل الجمهور المصري، عبر مواقع التواصل الاجتماعي، مع لقطة لـ محمد صلاح عقب الهزيمة من السنغال، في مباراة نصف نهائي كأس أمم أفريقيا ٢٠٢٥. وجاء هدف السنغال عن طريق لاعب النصر السعودي، ساديو ماني، في الدقيقة ٧٨ من الشوط الثاني. وظهر محمد صلاح، لاعب ليفربول الإنجليزي، على غير عادة اللاعبين وقت الخسارة وهو يتسم، في لقطة أثارت حيرة الجمهور لتفسير الـ«كان».

## القضية التاسعة.. فيفا يقرر إيقاف قيد نادي الزمالك لثلاث فترات جديدة



كشف الاتحاد الدولي لكرة القدم فيفا عن إيقاف قيد نادي الزمالك ٣ فترات قيد جديدة، وذلك عبر الموقع الرسمي للاتحاد الدولي. ونشر الموقع الرسمي لـ الفيفا، بتاريخ الأربعاء ١٤ يناير، إيقاف قيد نادي الزمالك في القضية التاسعة ولم يكشف فيفا عن هوية أو تفاصيل الأطراف المتسببة في قرارات الإيقاف.

٩ قضايا تسببت في إيقاف قيد الزمالك وتعرض الزمالك إلى ٨ قضايا إيقاف قيد، تخص كل من البرتغالي جوزيه جوميز ومساعديه الثلاثة، والسويسري كريستيان جروس، بالإضافة إلى التونسي فرجاني ساسي، ونادي إستريلا البرتغالي ونادي شارلواز البلجيكي

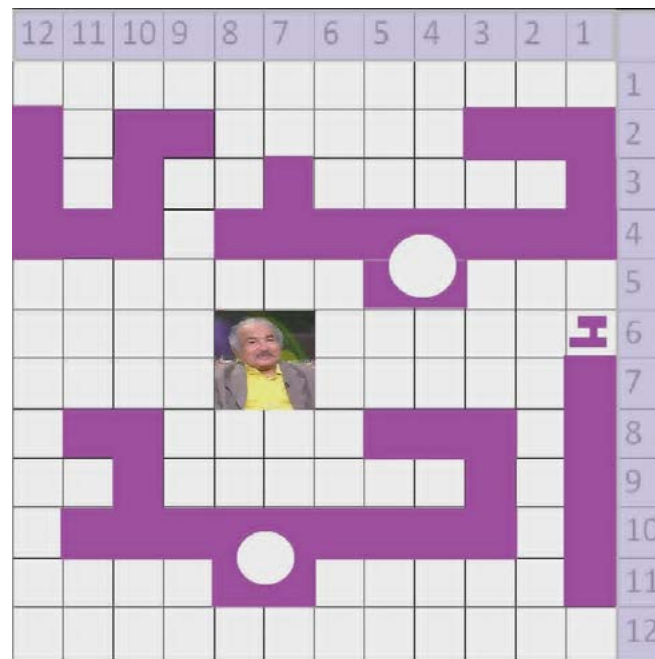
المنتقل منه الفلسطيني عدى الدباغ. ألف دولار. ٤- فرجاني ساسي .. قضية ٥٠٥ ألف دولار. ٥- نادي إستريلا البرتغالي ٢٠٠ ألف يورو. ٦- نادي شارلواز البلجيكي ١٧٠ ألف يورو. ٣- كريستيان جروس .. قضية ١٣٣ ألف دولار.

## المغرب يكتب التاريخ في ليلة التأهل لنهائي أمم أفريقيا 2025 وبونو ملك ركلات الترجيح



حجز منتخب المغرب بطاقة التأهل إلى نهائي بطولة كأس أمم أفريقيا ٢٠٢٥، بعدما تفوق على نظيره منتخب نيجيريا بركلات الترجيح بنتيجة (٤-٢)، في المباراة التي جمعتهم مساء الأربعاء، على ملعب المجمع الرياضي الأمير مولاي عبد الله، ضمن منافسات الدور نصف النهائي، وذلك عقب انتهاء الوقتين الأصلي والإضافي بالتعادل السلبي. وشهد اللقاء ندبة كبيرة بين المنتخبين، في ظل تحفظ دفاعي واضح وغياب الفاعلية الهجومية، قبل أن تحسم ركلات الترجيح هوية المتأهل، بعدما تألق الحارس المغربي ياسين بونو وتصدى لركلتين حاسمتين، ليمنح أسود الأطلس فوزاً تاريخياً وسط دعم جماهيري كبير. بونو كلمة السر واصل ياسين بونو تألقه اللافت في المباريات الكبرى، حيث كشفت إحصائيات شبكة «أوبتا» أن حارس المغرب تصدى لـ٤ من أصل ٧ ركلات ترجيح خلال آخر مواجهتين حُسمتا من علامة الجزاء: ٢ من ٣ أمام إسبانيا ٢ من ٤ أمام نيجيريا كما نجح المنتخب المغربي في الفوز بركلات الترجيح في مباراتين تحت قيادة المدرب وليد الركراكي، الأولى أمام إسبانيا في كأس العالم ٢٠٢٢، والثانية أمام نيجيريا في أمم أفريقيا ٢٠٢٥. رقم تاريخي لأسود الأطلس ورفع منتخب المغرب سلسلة مبارياته دون هزيمة إلى ٣٢ مباراة متتالية منذ عام ٢٠٢٣ وحتى الآن، ليواصل كتابة الأرقام القياسية على مستوى المنتخبات الأفريقية.

## الكلمات المتقاطعة "في ذكرى رحيل الفنان حمدي أحمد"



إعداد | سعيد شفيق  
أفقيًا

- ١- ..... منارة الإسلام مسلسل لأحمد مظهر ويوسف شعبان وحمدي أحمد
- ٢- ..... السادس فيلم ليوسف شاهين شارك فيه حمدي أحمد (معكوسة)
- ٣- عرق ..... فيلم لشريهان وحمدي أحمد (معكوسة) - متشابها
- ٤- ..... رج - واحد في ..... فيلم لأمين الهندي ونبيلة عبيد وحمدي أحمد
- ٦- حروف متشابهة - ..... يا صاحبي فيلم لعادل إمام وسعيد صالح
- ٧- جمع قارب - فيلم لمصطفى شعبان وداليا البحيري (معكوسة)
- ٨- نقيض حرام
- ٩- بعد ..... مسلسل لحسن يوسف وحمدي أحمد (معكوسة) - نقيض حلو
- ١٠- ..... شباب ..... مسرحية لفيفي عبده وحمدي أحمد (معكوسة) -

- ليل و..... مسلسل لسهر البابلي وحمدي أحمد ومحمود الملقجي
- ١٢- فيلم لمحمود ياسين وماجة وحمدي أحمد (معكوسة)
- رأسيا
- ١- ..... الناس مسلسل قديم لنور الشريف وعقيلة راتب وحمدي أحمد
- ٣- صبي (معكوسة) - للنداء (معكوسة)
- ٤- تجدها في (زامبيا) - للنفي - نصف فارغ
- ٥- مرح (معكوسة) - نصف هتلر - نصف مثير
- ٦- ..... وسكنية مسرحية لشادية

## كاريكاتور

مش هقدر أكمل معاكى .. علاقتنا مش محققة  
مشاهدة على السوشيال ميديا !

