

**Mohamed Qatamesh Dental Clinic**

Before After

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



**مصر تلاتين**

رئيس التحرير  
هناة المنير

أسسها محمد صلاح قطاميش 2014

أخبارية إلكترونية مستقلة | نسخة مجانية



الخميس  
23 رمضان 1447 هـ  
الموافق 12 مارس 2026م  
العدد الإيسبوعي رقم 1461

## الرئيس السيسي يستعرض التحرك الأخير بأسعار المنتجات البترولية نتيجة تصاعد الأحداث بالمنطقة.. ويوجه بالحفاظ على انتظام سداد مستحقات الشركات العالمية.. ويتابع برنامج المسح الجوي للثروات المعدنية لزيادة الاستثمارات



الهيديروليكي، بما يتيح التقليدية، ويدعم الوصول إلى موارد تحقيق نقلة نوعية في بتروولية وغازية يصعب معدلات إنتاج الزيت استغلالها بالطرق الخام والغاز. **تابع ص 10**

اجتمع السيد الرئيس عبد الفتاح السيسي، اليوم، مع الدكتور مصطفى مدبولي رئيس مجلس الوزراء، والمهندس كريم بدوي وزير البترول والثروة المعدنية. وصرح السفير محمد الشناوي، المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية، بأنه تم خلال الاجتماع

استعراض الموقف التنفيذي لتطوير عمل الشركات المصرية لزيادة حجم الإنتاج عن طريق التكسير الهيدروليكي والحفر الأفقي، حيث أشار المهندس كريم بدوي، وزير البترول والثروة المعدنية، إلى أن قطاع البترول يسرع خطوات تطبيق تقنيات الحفر الأفقي والتكسير



## قرار جمهوري بتشكيل المجلس القومي لحقوق الإنسان لمدة أربع سنوات



أصدر السيد الرئيس السيسي القرار الجمهوري رقم ١١٩ لسنة ٢٠٢٦ بتشكيل المجلس القومي لحقوق الإنسان لمدة أربع سنوات من كل من:

السيد / أحمد إيهاب عبد الأحد محمد جمال الدين (رئيساً).  
السيد / محمد أنور أحمد عصمت السادات (نائباً للرئيس).  
وعضوية كل من:

١- السيد / عزت إبراهيم ميخائيل يوسف  
٢- السيدة / غادة محمود همام محمود  
٣- السيدة / وفاء بنيامين بسطا متري  
٤- السيد / أيمن جعفر زهري أحمد  
٥- السيد / محمد ممدوح جلال عبد الحليم

٦- السيد / محمود محمد سعد متولي بسيوني  
٧- السيد / علاء سيد كامل شلبي  
٨- السيد / سعيد عبد الحافظ سعيد درويش  
٩- السيدة / سميرة لوقا دانيال أبسخرون  
١٠- السيد / عمرو فؤاد أحمد بركات  
١١- السيد / إيهاب عاطف راغب إسكندر

١٢- السيد / أيمن السيد محمود عبد الوهاب  
١٣- السيد / ناصر إبراهيم أبو العيون عبد الناصر سليم  
١٤- السيدة / ماهي حسن عبد اللطيف محمد  
١٥- السيدة / فتيان فتحي عبد الهادي إبراهيم مراد **تابع ص ١٢**

خلال اتصال هاتفي مع العماد جوزاف عون.. الرئيس السيسي يؤكد دعم مصر الكامل لسيادة لبنان واستقراره وتأييد جهود الدولة اللبنانية لبسط سلطة المؤسسات الوطنية على كامل التراب اللبناني.. وتقديم المساعدات الإغاثية



أجرى السيد الرئيس عبد الفتاح السيسي، اليوم، اتصالاً هاتفياً مع العماد جوزاف عون، رئيس الجمهورية اللبنانية. وصرح السفير محمد الشناوي، المتحدث الرسمي باسم رئاسة الجمهورية، بأن الرئيس أكد خلال الاتصال دعم مصر الكامل لسيادة لبنان واستقراره وسلامة أراضيه، مشدداً على تأييد القاهرة لجهود الدولة اللبنانية الرامية إلى بسط سلطة المؤسسات الوطنية على كامل التراب اللبناني. كما أشار إلى تكثيف



2 روسيا تعلن تضرر فنصليتها في مدينة أصفهان بايران نتيجة هجوم عسكري



6 حملة تموينية مكبرة لضبط الأسواق في العريش



8 أوقاف شمال سيناء تطلق مسابقة كروي لاكتشاف أفضل الأصوات الرمضانية من الرملاء الأئمة وخطباء المكافأة

2 | جارديان: إيران تزداد تحدياً في مواجهة أمريكا وإسرائيل.. وهرمز أحد الأسباب

3 | عطلة رسمية لمدة ٥ أيام.. موعد إجازة عيد الفطر المبارك ٢٠٢٦ في مصر

4 | رئيس جامعة قناة السويس يعلن تسلم مبنى المعامل والاختبارات الإلكترونية المركزي

5 | وزير البترول يبحث تنفيذ المسح الجوي الشامل للمعادن في مصر العام الجاري

11 | بعثة أهلي تطير إلى تونس اليوم لمواجهة الترتي في دوري أبطال أفريقيا

**مطبخ أحلامك في مودرن هاوس**

10 سنوات

بمدرن هاوس  
Modern House Decorations  
0120444366  
0120444366

أناقة بسطة SimplifiedElegance#

**Al-Zafer الطافر** International العالمية  
www.alzaferintl.com

International Shipping & Logistic Solutions

1 God El-haq St., 1st Floor, Square 1226, beside Florida Mall, Sheraton Heliopolis, Cairo, Egypt  
+202 2264 4667  
+202 2264 4668  
www.alzaferintl.com



3 اللي على رأسه بطحة..



11 شبكة بريطانية عن محمد صلاح: أيقونة أعادت كتابة تاريخ الدوري الإنجليزي



## جارديان: إيران تزداد تحدياً في مواجهة أمريكا وإسرائيل.. وهرمز أحد الأسباب

توجيه أي انتقاد للولايات المتحدة أو إسرائيل. وقد تدعم روسيا اقتراحاً منفصلاً يدعو إلى وقف إطلاق النار. وكتب رئيس البرلمان، محمد قاليباف، على وسائل التواصل الاجتماعي: "نحن لا نسعى إطلاقاً إلى وقف إطلاق النار. فلعل العدو أنه مهما فعل، فسيكون هناك رد فوري ومتناسب [...] سنقاتل بالمثل، دون أي مساومة أو استثناء". وأكد الحرس الثوري الإسلامي سيطرته على مضيق هرمز، الذي يمر عبره نحو ٢٠٪ من النفط الخام العالمي ونحو ٢٠٪ من الغاز الطبيعي المسال. أعلن الحرس الثوري الإيراني في بداية الحرب أنه لا يحق لأي سفينة مرتبطة بالمعتدين على إيران المرور عبر مضيق هرمز. وأضاف: "إن كان لديكم شك، فاقربوا وتأكدوا". كما أعلن الحرس الثوري أنه سيسمح بمرور سفن الدول التي تطرد سفراءها من الولايات المتحدة وإسرائيل.

**تظهر إيران تحدياً متزايداً برفضها دعوات وقف إطلاق النار الأمريكية، متمسكة بالسيطرة على مضيق هرمز كأداة ضغط استراتيجية لانتزاع اتفاق دائم يضمن عدم تكرار الهجمات ورفع العقوبات.**

بنوع من الاتفاق الذي قد يتضمن رفعاً مشروطاً للعقوبات الاقتصادية الأمريكية. لكن المزاج العام بين شخصيات النظام الإيراني هو أنه سيصمد، ولا ينبغي له في هذه المرحلة السعي إلى أي اتفاق. سيواجه إيران ضغطاً دبلوماسياً مكثفاً في مجلس الأمن الدولي يوم الأربعاء، حيث ستدعم أكثر من ٨٠ دولة قراراً برعاية البحرين يدين هجمات إيران على دول الخليج، دون



بعد بضعة أشهر، فسيكون وقف إطلاق النار هذا بلا معنى". واعتبرت الجارديان أن هذا التحدي يُعدّ لافتاً للنظر بالنسبة لنظام لم يكن يسعى في بداية الحرب قبل ١١ يوماً إلا إلى البقاء. مع ذلك، تبحث وزارة الخارجية، في محادثات مع عدد كبير من الدول التي عرضت التوسط، إمكانية إيقاف الحرب ببساطة كما حدث في يونيو من العام الماضي، أو ضرورة إنهاؤها

تحت عنوان «إيران تزداد تحدياً في مواجهة الهجوم الأمريكي الإسرائيلي»، ألفت صحيفة «الجارديان» البريطانية الضوء على موقف إيران من استمرار الحرب، وقالت إن إيران رفضت رسالتين من المبعوث الخاص لدونالد ترامب، ستيف ويتكوف، تدعوان إلى وقف إطلاق النار، إذ يشعر قادتها بأنها لا تخسر الحرب، وأن الرئيس الأمريكي على الأقل يشعر بضغط سياسي.

وصرح وزير الخارجية، عباس عراقجي، بأن إعلاناً أحاديًا من ترامب بأن الولايات المتحدة قد انتصرت في الحرب لن ينهي الصراع. ويعني هذا أنه حتى لو أعلنت الولايات المتحدة استعدادها لوقف هجماتها، فقد تكون إيران مستعدة لمواصلة الصراع بشكل أو بآخر، أو الإبقاء على سيطرتها على الملاحة في مضيق هرمز. وتعتقد إيران أنه لا يمكن إنهاء

## مصر تلاتين

ترخيص الهيئة الوطنية للإعلام رقم ٠٠٤ فبراير عام ٢٠٢١

رئيس مجلس الإدارة: محمود صلاح قطامش

رئيس التحرير: هناء السيد

الإشراف الصحفي: دكتوراه سهام جبريل

البحث الإلكتروني: محمد جمال شرع

التصميم الفني PDF: علي منجيري

الوكيل الإعلاني جمهورية مصر العربية

esherif  
للتنمية والإعلان

(+202) 0128361779 (+202) 01022441900  
e-mail: cd\_room2004@yahoo.com

المملكة العربية السعودية

مطبعة ميشال محمد القطامي  
Mishal Printing Press  
CREATIVE DESIGN & PRINTING SOLUTION

CALL NOW  
053 230 5963 / 050 574 0183

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

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

Sea Freight



شركة الزايفر للخدمات اللوجستية  
Al-Zafer Logistics & Cargo Services Co.  
خدمات الشحن والتفريغ والتخليص الجمركي

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

Mohamed Dental Clinic



11 ش الأديب علي ادهم، مساكن الشيراتون  
هاتف: ٠١٠٠٠٦٣٩٠٠٠ جوال: ٠١٠٠٠١٦٧٠٩٨  
البريد الإلكتروني: qatamesh@gmail.com

## روسيا تعلن تضرر قنصليتها في مدينة أصفهان بإيران نتيجة هجوم عسكري



استهدفت البعثات الدبلوماسية والقنصلية الأجنبية في المنطقة، والتي يتزايد عددها". وأكدت المتحدثة الروسية أن موسكو "تطالب جميع أطراف النزاع في الشرق الأوسط باحترام حرمة المنشآت الدبلوماسية، إذ تُعدّ الهجمات عليها انتهاكاً للقانون الدولي".

أكدت المتحدثة باسم وزارة الخارجية الروسية، ماريا زاخاروفا، تضرر مبنى القنصلية العامة الروسية في مدينة أصفهان الإيرانية جراء هجوم استهدف مبنى المحافظة في ٨ مارس الجاري.

وأكدت المتحدثة باسم وزارة الخارجية الروسية، حسبما أوردت شبكة "تاس" الروسية الثلاثاء، عدم وقوع إصابات أو خسائر بشرية خطيرة. وجاء في بيان زاخاروفا أنه "في الثامن من مارس، تضرر مبنى القنصلية العامة الروسية في مدينة أصفهان الإيرانية نتيجة هجوم استهدف مكتب المحافظ المجاور. وقد تحطمت نوافذ المبنى والشقق السكنية، وارتطم عدد من الموظفين بالأرض بفعل

## الجيش الإيراني يتهم أمريكا باستخدام سكان الشرق الأوسط كدروع بشرية

ومخططة، مشيراً إلى أن "إسرائيل تحاول إنشاء دروع بشرية لحماية جنودها". وقال: "لقد أصبح الوضع في المنطقة والأراضي المحتلة مقلقا للغاية في أعقاب الهجمات الإيرانية المحكمة على إسرائيل، حيث تقوم وحدات من القوات المسلحة للجمهورية الإسلامية الإيرانية بنصب كمانات محكمة ومنهجية للجنود الأمريكيين، بالإضافة إلى ضرب قواعد ومنشآت القوات الإسرائيلية". وأكد أن "الملاحظات الميدانية تشير إلى أن الكيان الصهيوني يحاول إنشاء دروع بشرية لحماية جنوده من خلال سجن سكان المناطق المحتلة في الشمال والوسط".

قال أبو الفضل شكارجي، المتحدث باسم هيئة الأركان العامة للقوات المسلحة الإيرانية، إن الولايات المتحدة تستخدم سكان دول الشرق الأوسط كدروع بشرية. ونقلت وكالة IRNA عن المتحدث قوله: "هذا الجيش الضعيف غير قادر حتى على ضمان أمنه الخاص؛ فبعض القادة والجنود الأمريكيين، بعد خروجهم من المستنقع المميت للهجمات القوية التي شنتها القوات المسلحة (الإيرانية)، يستخدمون سكان دول المنطقة كدروع بشرية". في وقت سابق، أكد المتحدث باسم مقر "خاتم الأنبياء" المركزي الإيراني أن القوات الإيرانية تشن هجمات منظمة وعمليات هجومية متدرجة

## وكيل صحة شمال سيناء يتفقد الأثقال الفلسطينية المتعافين بنادى الاتحاد بالعريش



وأشار وكيل الوزارة، أن النقطة الطبية بنادى الاتحاد تم تجهيزها بجميع المستلزمات الضرورية لتقديم الرعاية الصحية للمتعافين أو المصابين في مرحلة النقاهة. وأضاف أن الطبيب وطاقم التمريض متواجد على مدار الساعة، كما تقدم خدمات العلاج الطبيعي والمتابعة الطبية المستمرة بالنقطة الطبية بشكل مستمر بما يحقق أعلى درجات الرعاية.

أجرى الدكتور عمرو عادل عبد العال وكيل وزارة الصحة بشمال سيناء، زيارة تفقدية إلى النقطة الطبية بنادى الاتحاد بمدينة العريش صباح اليوم، حيث يقيم عدد من الفلسطينيين بعد تعافهم من الإصابات واستكمالهم مرحلة العلاج بالمستشفيات المصرية، ويقضون حالياً فترة نقاهة واستشفاء. تأتي الزيارة تنفيذاً لتوجيهات الأستاذ الدكتور خالد عبد الغفار، وزير الصحة والسكان، ومتابعة مباشرة من اللواء الدكتور خالد مجاور، محافظ شمال سيناء، في إطار الدعم المستمر للأشقاء الفلسطينيين وتوفير الرعاية الطبية والإنسانية اللازمة لهم. وأكد الدكتور عمرو عادل خلال الزيارة أن المديرية تلتزم بتقديم كامل أوجه الرعاية الطبية للأشقاء الفلسطينيين،





## عطلة رسمية لمدة 5 أيام.. موعد إجازة عيد الفطر المبارك 2026 في مصر

رسمياً: إجازة عيد الفطر ٢٠٢٦ في مصر

اليوم	التاريخ
الخميس	١٩ مارس
الجمعة	٢٠ مارس
السبت	٢١ مارس
الأحد	٢٢ مارس
الاثنين	٢٣ مارس ٢٠٢٦



والهيئات العامة ووحدات الإدارة المحلية. وتشمل إجازة عيد الفطر المبارك كذلك طلاب المدارس والجامعات والمعاهد الأزهرية، حيث يحصل الطلاب في المؤسسات التعليمية الحكومية والخاصة على عطلة رسمية خلال نفس الفترة، بما يتيح لهم الاحتفال بالعيد وقضاء الوقت مع أسرهم.

أعلنت الحكومة رسمياً موعد إجازة عيد الفطر المبارك لعام ٢٠٢٦، وذلك بقرار صادر عن رئيس مجلس الوزراء الدكتور مصطفى مدبولي، يقضي بمنح العاملين في الجهاز الإداري للدولة إجازة رسمية مدفوعة الأجر بمناسبة عيد الفطر المبارك، في خطوة تهدف إلى إتاحة الفرصة للمواطنين للاحتفال بهذه المناسبة الدينية مع أسرهم.

إجازة عيد الفطر ٢٠٢٦ لمدة ٥ أيام ووفقاً للقرار الحكومي، تقرر أن تبدأ إجازة عيد الفطر المبارك يوم الخميس ١٩ مارس ٢٠٢٦، وتستمر حتى يوم الاثنين ٢٣ مارس ٢٠٢٦، على أن تكون هذه الفترة إجازة رسمية مدفوعة الأجر للعاملين في الوزارات والمصالح الحكومية

### كلمة العدد



#### حاول تفهم

#### ...عندما تنتهي صلاحية الدوله!!!...

نعم عزيزي القارئ ..... بينما الصواريخ والمسيرات الأمريكية والاسرائيلية تنهش في الأراضي الإيرانية وتدك مقدرات الدوله وتزرع الخراب في كل مكان في إيران ..... اكتفت روسيا والصين بإصدار بيانات الشجب والادانه داعين الي ضبط النفس والعودة الي المفاوضات دون ان تترجم العلاقات الاستراتيجيه مع إيران الي دعم عملي او تدخل مباشر يغير قواعد الاشتباك ..... هذا الغياب يدل وبشكل واضح علي ان هناك حسابات عميقة تعيد رسم ملامح التحالفات الدوليه وتضع حدودا صارمه للشركات التي راهنت عليها إيران طوال السنوات الماضيه ..... ولايضاح ذلك لابد من العوده الي الخلفيه التي تحكم العلاقه بين إيران وبين الصين وروسيا (القوتين العظميين) فقد سعت إيران منذ عام ٢٠١٨ الي تبني عقيدة ((التوجه شرقاً)) كخيار استراتيجي لمواجهة الضغوط الغربيه فعمقت علاقاتها مع روسيا في مجال التسليح والتعاون العسكري وصدرت المسيرات وشاركت في المجهود الحربي الروسي ضد اوكرانيا ووقعت اتفاقا مع الصين اقرب ما يكون للشركه الاستراتيجيه واستفادت من عضويتها في اليريكس ومنظمة شنغهاي للتعاون لعمل كتلتا دوليه مما عزز لديها الاعتقاد بوجود غطاء سياسي واقتصادي قادر علي تخفيف وطأة العقوبات الغربيه واحتواء اي تهديد عسكري لكن ما كشفتته الحرب الحاليه ان هذه الشركاات رغم أهميتها محصوره في اطار تبادل المصالح المحدوده ولم ترتقي الي مستوي التحالف الدفاعي الملزم ... موقف روسيا هو دعم صاحب لكنه محدود سارعت فيه ادانه الضربات وقدمت التعازي لاغتيال خامنئي لكن هذه البره العاليه سرعان ما اصطدمت بواقع الحسابات فالانشغال بالحرب في اوكرانيا لا يزال يشكل الاهميه القوي مع امريكا تستنزف مواردها وتضعف موقفها علي المسرح الاوروبي ..... وموقف الصين يبدو اكثر تحفظا وبرجماتييه اذ ان الهجوم واعتبره غير مقبول دون خطوه اخري تفسر علي انها انحياز عسكري الي إيران ومرد ذلك الي الاهميه القوي لعلاقتها مع أمريكا وعدم تعكير جو الزياره المرتقبه للرئيس ترامب للصين .....

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

### حددت الحكومة المصرية إجازة عيد الفطر لعام 2026 لمدة 5 أيام تبدأ من الخميس 19 مارس وحتى الاثنين 23 مارس، لتشمل جميع العاملين في الدولة والقطاع العام والطلاب.

وتأتي هذه الإجازة ضمن الخريطة الزمنية المعتمدة للعام الدراسي، والتي تتضمن مجموعة من الإجازات الرسمية المرتبطة بالمناسبات الدينية، وعلى رأسها عيد الفطر المبارك الذي يعد من أهم الأعياد لدى المسلمين. موعد استئناف العمل والدراسة ومن المقرر أن تستأنف المؤسسات

## مدبولي: حزمة إجراءات استثنائية لمواجهة تداعيات الحرب وتوجيهات بإحالة محتكري السلع للنيابة العسكرية



عقد الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، مؤتمراً صحفياً موسعاً بمقر الحكومة بالعاصمة الإدارية الجديدة، بحضور وزراء المالية والتموين والخارجية والبتترول والإعلام، لإعلان خطة الدولة للتعامل مع التداعيات الاقتصادية الناتجة عن التصعيد العسكري في المنطقة، واصفاً المرحلة الحالية بـ "الطرف الاستثنائي" الذي يفرض تحديات غير مسبوقه على سلاسل الإمداد وأسعار الطاقة عالمياً. إجراءات رادعة وانضباط للأسواق أعلن رئيس الوزراء عن صدور توجيهات حاسمة من رئيس الجمهورية باتخاذ إجراءات قانونية رادعة ضد المتلاعبين بالأسعار، مؤكداً أن أي محاولات لاحتكار السلع أو إخفائها ستُحال فوراً إلى النيابة العسكرية. وشدد على أن الدولة لن تسمح باستغلال الأزمة لتحقيق أرباح غير مشروعة على حساب المواطنين. تحركات اقتصادية وترشيد للإنفاق وكشف مدبولي عن اتخاذ الحكومة حزمة إجراءات عاجلة لـ ترشيد الإنفاق العام، شملت: \* تجميد بنود النفقات غير الملحة في كافة جهات الدولة. \* ترشيد استخدام الطاقة لتخفيف الضغط عن الموازنة العامة.

## اللي على رأسه بطحة..

فإنه يتعامل مع الكلمات وكأنها مرآة تكشف ما يحاول إخفاءه. ولذلك كثيراً ما نرى في النقاشات العامة أو الأحاديث العادية من يبادر بالدفاع عن نفسه قبل أن يوجه إليه أي اتهام وكأن في داخله إحساساً خفياً بأن الكلام يمسّه بطريقة أو بأخرى وهنا تتجلى الحكمة الشعبية التي اختصرت هذا المعنى بعبارة بسيطة تقول اللي على رأسه بطحة.



#### بقلم / عادل رستم

وفي المقابل فإن الإنسان الذي يسير في حياته بوضوح وصدق مع نفسه لا يتحمل كاهله كلام عابر ولا يرهقه نقد عام لأنه يعرف أين يقف وما الذي يفعله فالطمأنينة التي يمنحها الضمير الحي تجعل صاحبه أكثر هدوءاً وأقل انشغالاً بما يقال حوله. الحكمة الحقيقية في هذا المثل لا فقط بل تدعونا أيضاً إلى مراجعة أنفسنا فبدلاً من أن نشغل بمن قال وماذا قصد قد يكون الأجدر أن نسأل أنفسنا لماذا شعرنا أن الكلام يعيننا أصلاً فربما كانت الإجابة داخلنا قبل أن تكون في كلام الآخرين. وهكذا يبقى المثل الشعبي اللي على رأسه بطحة واحداً من تلك العبارات البسيطة التي تختصر خبرة طويلة في فهم طبائع البشر وتذكرنا دائماً أن سلامة الضمير هي الطريق الأقصر للراحة والطمأنينة في زحام الحياة.

## وزير الخارجية يتابع مع نظيره الإماراتي والتركي التصعيد العسكري بالمنطقة



وزير الخارجية يتابع مع نظيره الإماراتي والتركي التصعيد العسكري في المنطقة القنصلية العامة لدولة الإمارات في كردستان العراق وأسفر عن

في إطار متابعة تداعيات التصعيد العسكري بالمنطقة، تواصل د. بدر عبد العاطي وزير الخارجية والتعاون الدولي والمصريين بالخارج مع كل من الشيخ عبد الله بن زايد آل نهيان نائب رئيس مجلس الوزراء ووزير الخارجية بدولة الإمارات العربية المتحدة الشقيقة، وهاكان فيدان وزير خارجية الجمهورية التركية، أدان الوزير عبد العاطي استهداف

مواجهة أي تهديدات تطال بعثاتها الدبلوماسية أو تمس أمنها. كما أعرب وزير الخارجية عن خالص التعازي وصادق المواساة لحكومة وشعب دولة الإمارات الشقيقة في استشهاد اثنين من منتسبي القوات المسلحة الإماراتية إثر سقوط طائرة مروحية. ومن ناحية أخرى، أكد الوزير عبد العاطي لنظيره التركي إدانة مصر لأي انتهاكات تطال السيادة التركية ومجالها الجوي، مشدداً على الموقف

## رئيس الوزراء يؤكد ضرورة إدراك جميع الأطراف خطورة التداعيات الاقتصادية للتصعيد الراهن بالمنطقة

الشبكة القومية للغاز الطبيعي. كما تفقدت صومعة عتاقة بمحافظة السويس، التي تعد إحدى الصوامع الحديثة ضمن المشروع القومي للصوامع، بسعة تخزينية تبلغ 60 ألف طن، وذلك في إطار المتابعة المستمرة لمنظومة الأمن الغذائي وتعزيز قدرات الدولة في مجال تخزين الحبوب، خاصة في ضوء التطورات الإقليمية المتسارعة.

وأكد رئيس مجلس الوزراء أن الحكومة تواصل متابعة الموقف أولاً بأول - وعلى مدار الساعة - لضمان استقرار الإمدادات الغذائية وتوافر السلع الأساسية للمواطنين، ومختلف المنتجات البترولية.

كما شدد الدكتور مصطفى مدبولي على ضرورة تفعيل الرقابة على الأسواق وبصورة مكثفة؛ من أجل التصدي لأية ممارسات ضارة وغير مسؤولة للتلاعب في أسعار السلع، أو احتكار أي منها واستغلال الأزمة الراهنة في تحقيق مكاسب وأرباح غير مشروعة، مجدداً الإشارة إلى أنه سيتم اتخاذ الإجراءات التنفيذية لتحويل هذه المخالفات للنيابة العسكرية.

وعلى الداخل المصري بطبيعة الحال. وقال الدكتور مصطفى مدبولي: استعرضنا - خلال اجتماع لجنة إدارة الأزمات - السيناريوهات التي أعدتها الوزارات والجهات المعنية للتعامل مع التداعيات المختلفة لتطورات الأحداث بالمنطقة، وذلك في إطار الاستعداد لمواجهة أي تأثيرات على السوق المحلية، حيث أقرت اللجنة حزمة من الإجراءات الحكومية لترشيد الإنفاق وكذا ترشيد الاستهلاك.

كما نوه الدكتور مصطفى مدبولي لقيامه بجولة مطلع الأسبوع الجاري في محافظة السويس لتفقد ميناء سوميد البترولي والبعين السخنة، وكذا محطة تداول وتخزين المنتجات البترولية والغاز الطبيعي المسال بالميناء، قائلاً: حرصت على القيام بهذه الجولة التفقدية بالميناء، في إطار الحرص على متابعة جاهزية البنية التحتية لاستقبال وتداول الغاز الطبيعي المسال، والتي تعمل بانتظام على استقبال شحنات الغاز المسال عبر سفن التخزين الموجودة بالرصيف البحري بالميناء؛ لإعادة ضخها إلى السوق المحلية، من خلال خطوط

وتشهد طرفاً دقيقاً مصرياً، بسبب الحرب الجارية الآن، وستترتب عليها تداعيات إنسانية واقتصادية وأمنية جسيمة؛ وأن مصر تدعو إلى إعطاء الفرصة لوقف الحرب، والبحث عن الحلول السلمية. وفي الوقت نفسه، أشار رئيس مجلس الوزراء لتشكيل لجنة إدارة الأزمات المركزية خلال الأيام الماضية؛ لمتابعة تداعيات التصعيد العسكري بالمنطقة، مؤكداً أن هذه اللجنة ستتعقد بشكل دوري؛ لمتابعة التطورات الجارية على الصعيد الإقليمي، وخاصة مستجدات العمليات الأمريكية - الإسرائيلية في إيران، وبحث مختلف التداعيات التي تلقي بظلالها على المنطقة والعالم

**أعلن رئيس الوزراء تشكيل لجنة لإدارة الأزمات لمواجهة تداعيات التصعيد الإقليمي، مؤكداً جاهزية البنية التحتية للطاقة والصوامع، مع توجيهات حاسمة بإحالة المحتركين والمتلاعبين بالأسعار إلى النيابة العسكرية.**

كونفرانس، في الاجتماع الطارئ الذي دعا إليه الاتحاد الأوروبي حول التطورات الإقليمية الراهنة، والذي شدد فيه فخامة السيد رئيس الجمهورية على أهمية التمسك بمبدأ تسوية الأزمات والنزاعات عبر الوسائل السلمية، باعتباره الخيار الصائب لتحقيق الاستقرار والأمن المنشودين.

وقال الدكتور مصطفى مدبولي: هذا الموقف للدولة المصرية أكدته أيضاً فخامة الرئيس خلال فعاليات الندوة التثقيفية الـ٤٣، التي نظمتها القوات المسلحة، في إطار احتفالات مصر بيوم الشهيد والمحارب القديم، لافتاً لما ذكره السيد الرئيس من أن منطقتنا



جميع الأطراف خطورة التداعيات الاقتصادية للتصعيد الراهن في المنطقة، والذي امتدت آثاره إلى مختلف دول العالم، وعلى نحو يnal من استقرار أمن الطاقة، ويؤثر على سلاسل الإمداد وحركة التجارة العالمية، وعلى معيشة المواطنين وتوفير احتياجاتهم.

وفي هذا الإطار، تحدث رئيس مجلس الوزراء عن تأكيد فخامة السيد الرئيس عبد الفتاح السيسي، رئيس الجمهورية، موقف الدولة المصرية خلال اجتماعاته واتصالاته المكثفة مع عدد من قادة العالم، ومشاركته في الفعاليات المتعلقة بذلك، لافتاً إلى مشاركة فخامته عبر تقنية الفيديو

ترأس اليوم الدكتور مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء، الاجتماع الأسبوعي للحكومة بمقرها في العاصمة الجديدة؛ وذلك لمناقشة عدد من الموضوعات والملفات. واستهل رئيس مجلس الوزراء الاجتماع، بالإشارة إلى أن الأيام الأخيرة شهدت استمرار ارتفاع وتيرة التصعيد العسكري، وتداعياتها على منطقة الشرق الأوسط، وعلى مصر، مشيراً إلى موقف الدولة المصرية من هذه الأحداث، والذي يتمثل في ضرورة تحلي جميع الأطراف بضبط النفس والعمل على خفض التصعيد، وتغليب لغة الحوار والدفع بالمسار الدبلوماسي.

وأكد الدكتور مصطفى مدبولي أن مصر ستستمر في بذل جهودها مع كل الدول والأطراف المعنية؛ بهدف احتواء هذا التصعيد وتسوية الأزمة بالوسائل السلمية؛ من أجل تجنب شعوب المنطقة المزيد من التوتر وعدم الاستقرار وحفاظاً على مقدراتها ومستقبلها.

وفي السياق نفسه، أشار رئيس مجلس الوزراء إلى ضرورة إدراك

## رئيس جامعة قناة السويس يعلن تسلم مبنى المعامل والاختبارات الإلكترونية المركزي



رئيس الجامعة للشئون الكهربائية، إلى جانب فريق العمل بالإدارة العامة للشئون الهندسية بقيادة المهندسة هبه إمام مدير عام الإدارة، حيث تابعوا سير الأعمال والتجهيزات النهائية بالمبنى تمهيداً لتسليمه وتشغيله عقب إجازة عيد الفطر المبارك.

في رفع كفاءة العملية التعليمية وضمان تحقيق أعلى معايير الدقة والشفافية في منظومة التقييم والامتحانات. ورافق رئيس الجامعة خلال جولته التفقدية الدكتور إبراهيم القرش مستشار رئيس الجامعة للشئون الهندسية، والدكتور ياسم الهادي السعيد مستشار

أعلن الدكتور ناصر سعيد مندور رئيس جامعة قناة السويس قرب تسلم مبنى المعامل والاختبارات الإلكترونية المركزي بالجامعة عقب انتهاء إجازة عيد الفطر المبارك، وذلك في إطار خطة الجامعة للتوسع في تطبيق منظومة التحول الرقمي وتطوير البنية التحتية التكنولوجية بما يدعم منظومة الاختبارات الإلكترونية ويعزز جودة العملية التعليمية.

جاء ذلك خلال جولة تفقدية قام بها الدكتور ناصر مندور لمبنى الاختبارات الإلكترونية، حيث أطلع على التجهيزات الفنية والتكنولوجية التي يشهدها المبنى، والذي يُعد أحد المشروعات الحيوية الداعمة لتطوير منظومة الامتحانات الإلكترونية بالجامعة، إذ يضم المبنى نحو 3400 جهاز كمبيوتر موزعة على خمسة طوابق، بمتوسط 650 جهاز كمبيوتر في كل طابق، إلى جانب الدور الأرضي الذي يضم 600 جهاز كمبيوتر، مما يوفر بنية تكنولوجية متكاملة تتيح إجراء الاختبارات الإلكترونية لآلاف الطلاب في وقت واحد بكفاءة عالية.

كما يضم المبنى منظومة متكاملة لتشغيل ومتابعة 3400 جهاز كمبيوتر داخل قاعات الاختبارات، بالإضافة إلى مجموعة من شاشات العرض والمراقبة التي تتيح متابعة سير العملية الامتحانية بدقة، إلى جانب وجود مركز بيانات (Data Cen) مجهز بأحدث التقنيات لدعم تشغيل المنظومة الإلكترونية وتأمين البيانات الخاصة بالاختبارات، ويأتي ذلك ضمن مبنى متكامل مقام من خمسة طوابق تم تصميمه وفق أحدث المعايير التكنولوجية والهندسية الداعمة للتحول الرقمي في التعليم الجامعي.

وخلال الجولة، أكد رئيس الجامعة أن إنشاء هذا المبنى يمثل خطوة مهمة في تطوير منظومة الاختبارات الإلكترونية بجامعة قناة السويس، ويعكس حرص الجامعة على توفير بيئة تعليمية متطورة تعتمد على أحدث النظم التكنولوجية، بما يسهم

## وفد حزب الجبهة الوطنية بشمال سيناء يشارك في حفل الإفطار السنوي لقيادة قوات شرق القناة لمكافحة الإرهاب



واستقرار مصر. وشدد وفد حزب الجبهة الوطنية على أن هذه المناسبة تعبر عن عمق التلاحم بين أبناء الشعب المصري وقواته المسلحة بالاسلة مشيرين إلى استمرار دعمهم الكامل لمؤسسات الدولة والوقوف صفا واحدا خلف القيادة السياسية والقوات المسلحة لاستكمال مسيرة البناء والتنمية خاصة على أرض سيناء التي تشهد مرحلة جديدة من الاستقرار والتنمية.

شارك وفد رفيع المستوى من حزب الجبهة الوطنية أمانة شمال سيناء برئاسة المهندس محمد الحبيب الديب أمين الحزب بالمحافظة في حفل الإفطار السنوي الذي نظمته قيادة قوات شرق القناة لمكافحة الإرهاب وذلك في أجواء تعكس روح التقدير والاعتزاز بالدور الوطني الذي تقوم به القوات المسلحة في حماية الوطن وصون مقدراته.

وعلى توطيد جسور التواصل والتقدير بين القوى السياسية ومؤسسات الدولة الوطنية وفي مقدمتها القوات المسلحة التي تضطلع بدور تاريخي في الدفاع عن أمن الوطن واستقراره. وأكد المشاركون أن القوات المسلحة المصرية تمثل الدرع الحامي للوطن وأن ما تبذله من جهود عظيمة في مكافحة الإرهاب وحماية حدود الدولة يعكس حجم التضحيات التي يقدمها رجالها الأبطال من أجل أمن

وضم وفد الحزب عددا من نواب الحزب بمجلسي النواب والشيوخ حيث شارك في الحضور النائب فايز أبو حرب عضو مجلس الشيوخ والنائب عطية أبو قردود عضو مجلس الشيوخ والنائب سلامة الرقيبى عضو مجلس الشيوخ والنائب أحمد فرج عضو مجلس الشيوخ إلى جانب نواب مجلس النواب النائب علي الجعيل والنائب موسى عكيش والنائب عادل الكاشف والنائب إياد أبو حلو والنائبة فاطمة الصادق.

وتأتي هذه المشاركة في إطار الحرص

## وفاة والدة القنصل العام المصري في جدة.. وتلقي العزاء الثلاثاء بمقر القنصلية



إنا لله وإنا إليه راجعون.. انتقلت إلى رحمة الله تعالى المرحومة بإذن الله، السيدة الفاضلة والدة السيد أحمد عبد المجيد، القنصل العام لجمهورية مصر العربية في جدة. وبهذه المناسبة الأليمة، يتقدم العاملون في موقع «مصر تلاتين» ورئيس مجلس الإدارة بخالص العزاء وعظيم المواساة إلى السيد القنصل العام وأسرتة الكريمة في وفاة الفقيدة، سائلين المولى عز وجل أن يتغمدها

بواسع رحمته، وأن يسكنها فسيح جناته، وأن يلهم أهلها وذويها الصبر والسلوان. ومن المقرر أن يتم تلقي العزاء يوم الثلاثاء ٢١ رمضان الموافق ١٠ مارس، وذلك بمقر القنصلية العامة لجمهورية مصر العربية بحي الروضة في جدة، عقب صلاة العشاء. إنا لله وإنا إليه راجعون، ولا أراكم الله مكرهاً في عزيز لديكم.

## خلال اتصال هاتفى مع العماد جوزاف عون.. الرئيس السيسي يؤكد دعم مصر الكامل لسيادة لبنان واستقراره وتأييد جهود الدولة اللبنانية لسيط سلطة المؤسسات الوطنية على كامل التراب اللبناني.. وتقديم المساعدات الإغاثية

مؤكداً استعداد القاهرة لتقديم المساعدات الإغاثية اللازمة للتعامل مع تبعات أزمة النزوح الناتجة عن العمليات العسكرية.

وتعزيز سلطة الدولة، فضلاً عن التحديات الإنسانية الناجمة عن الحرب الجارية. وأعرب الرئيس عن دعم مصر للبنان في مواجهة هذه الظروف،

وأوضح المتحدث الرسمي، أن الرئيس عون أطلع الرئيس على الجهود التي تبذلها الدولة اللبنانية لحصر السلاح



## وزير البترول يبحث تنفيذ المسح الجوى الشامل للمعادن فى مصر العام الجارى

لما يمثل من خطوة أساسية للتعرف على المعادن الحرجة والعناصر النادرة اللازمة لمختلف الصناعات. وأكد الوزير أن تنفيذ هذا المشروع الوطنى يتطلب توحيد جهود الجهات المعنية لمتابعة مراحل التنفيذ، مع استمرار التنسيق بينها بما يضمن الالتزام بالجدول الزمنى المحددة وتحقيق أهداف المشروع وتعظيم الاستفادة من البيانات والناتج التى سيسفر عنها.

رقمية متكاملة للاستثمار التعديني في مصر. وفي مستهل الاجتماع، أشاد الوزير بقرار مجلس الوزراء بالموافقة على قيام هيئة الثروة المعدنية والصناعات التعدينية بالتعاقد مع شركة X-Calibur لتنفيذ أعمال المسح الجوى الجيوفيزيقي الشامل للمعادن في مختلف أنحاء الجمهورية، مؤكداً أن هذا المشروع يعد من أهم المشروعات التى ستنفذها الهيئة خلال عام 2026،



آلية تنفيذ أعمال المسح الجوى الجيوفيزيقي الشامل للمعادن في مصر مستجدات العمل على إطلاق بوابة

تستعد مصر لإطلاق مشروع وطنى للمسح الجوى الجيوفيزيقي لكشف المعادن الحرجة، بالتزامن مع تحويل هيئة الثروة المعدنية إلى كيان اقتصادي لتعظيم مساهمة قطاع التعدين في الدخل القومي.

مع مجلس إدارة الهيئة عددًا من الموضوعات الهامة، في مقدمتها

في إطار جهود تحفيز الاستثمار في قطاع التعدين، عقد المهندس كريم بدوي وزير البترول والثروة المعدنية اجتماعًا مع مجلس إدارة هيئة الثروة المعدنية والصناعات التعدينية برئاسة الجيولوجي ياسر رمضان، لمتابعة خطط العمل الجارية، في ضوء تحويل الهيئة إلى هيئة اقتصادية بما يدعم انطلاقة أقوى للقطاع ويسهم تدريجيًا في زيادة مساهمته في الناتج القومي. وخلال الاجتماع، ناقش الوزير

## لغز الـ 965 مليون جنيه في ميزانية غبور.. الشركة تكشف تفاصيل استثمارها في MNT

حسابات جي بي كوربوريشن في التقرير جاء التزاماً بالمعايير المحاسبية المعمول بها، موضحاً أن التوجه بإصدار القوائم المالية غير المدققة جاء تماشياً مع مواعيد الإفصاح للمساهمين وللأسواق، وضماناً للالتزام بالضوابط القانونية واللوائح المنظمة لعمل البورصة المصرية فيما يتعلق بقيد وشطب الأوراق المالية والإفصاح الدوري للشركات المدرجة.



كما شددت الشركة على مواصلة العمل من خلال الأدوات المتاحة لبحث MNT BV على الانتهاء من إجراءات التدقيق المطلوبة للقوائم المالية المجمعة، بهدف توضيح أي نقاط معلقة وضمان صحة الأرقام التى تم اعتمادها.

مراقب حساباتها، لذلك اعتمدت إدارة جي بي كوربوريشن على القوائم المالية غير المدققة التى أعدتها الإدارة الداخلية للشركة المشار إليها للسنة المالية المنتهية في 31 ديسمبر 2025، مستندة إلى أرقام تم متابعتها من

مراقب حساباتها، لذلك اعتمدت إدارة جي بي كوربوريشن على القوائم المالية غير المدققة التى أعدتها الإدارة الداخلية للشركة المشار إليها للسنة المالية المنتهية في 31 ديسمبر 2025، مستندة إلى أرقام تم متابعتها من

قالت شركة جي بي كوربوريشن- المساهم الرئيسي بها عائلة غبور- إن المكاسب البالغة 965.6 مليون جنيه، والتي تم تسجيلها ضمن نتائج الشركة للسنة المالية المنتهية في 31 ديسمبر 2025، تأتي نتيجة استثمار الشركة التابعة جي بي كابتال في رأسمال شركة MNT BV، بحصة تبلغ نحو 44% من رأسمالها، وهو استثمار لا يمنح الشركة السيطرة أو الإدارة على أعمال الشركة الهولندية.

وأوضحت أن MNT BV مقرها هولندا وتمتلك عدة شركات ومؤسسات مالية في مصر ودول أخرى مثل الإمارات وباكستان وتركيا، وأنه لم تنته بعد عملية تدقيق القوائم المالية المجمعة للشركة من قبل

## أسعار النفط تسجل 86.92 دولار لبرنت و83.1 دولار للخام الأمريكى



لناقشة إمكان السحب من مخزونات النفط الاحتياطية الطارئة لتخفيف أثر ذلك على السوق. وأبدى بعض المحللين شكوكا حيال مقترح وكالة الطاقة الدولية، وقال فيليب جونز-لوكس، كبير المحللين في شركة سبارتا كوموديتيز، في مذكرة للعملاء "لم يعلن رسمياً عن أي عمليات سحب حتى الآن، وهناك شكوك إزاء الوتيرة النهائية لأي عمليات سحب من هذه الاحتياطيات"، مضيفاً أن "المسألة الأساسية لا تكمن في حجم الاحتياطيات، وإنما في معدلات السحب الممكنة".

لا تزال مخاوف الإمدادات قائمة وأفاد مصدر بأن شركة أدنوك، عملاق النفط الحكومي في أبوظبي، أغلقت مصفاة الرويس بعد حريق اندلع في أحد منشآت المجمع عقب غارة جوية بطائرة مسيرة، مما يمثل أحدث اضطراب في البنية التحتية للطاقة نتيجة للحرب الأمريكية الإسرائيلية على إيران.

وتشير بيانات الشحن إلى أن السعودية، أكبر مصدر للنفط في العالم، تعزز إمداداتها عبر البحر الأحمر، رغم أنها لا تزال أقل بكثير من المستويات المطلوبة لتعويض انخفاض التدفقات من مضيق هرمز. وتعتمد المملكة على ميناء ينبع على البحر الأحمر لتعزيز صادراتها، وتجنب خفض حاد في الإنتاج، في حين أن العراق والكويت والإمارات خفضوا إنتاجهم بالفعل.

وقالت شركة وود ماكنزي للاستشارات في مجال الطاقة إن الحرب تقلص حالياً إمدادات النفط ومشتقاته من دول الخليج إلى السوق بنحو 15 مليون برميل يومياً، ما قد يرفع أسعار النفط الخام إلى 150 دولاراً للبرميل.

وذكرت مصادر في السوق، نقلاً عن أرقام معهد البترول الأمريكي الصادرة أمس، أن مخزونات النفط الخام والبنزين والمشتقات النفطية الأمريكية انخفضت الأسبوع الماضي، ما يعكس ارتفاع الطلب.

تراجعت أسعار النفط اليوم الأربعاء بفعل تأثر معنويات المستثمرين سلباً بتقارير أفادت باقتراح وكالة الطاقة الدولية سحب أكبر كمية من الاحتياطيات النفطية الاستراتيجية في تاريخها، بسبب احتمال حدوث اضطرابات في الإمدادات نتيجة للصراع الأمريكي الإسرائيلي مع إيران. وانخفضت العقود الآجلة لخام برنت 88 سنتاً، أو 1%، إلى 86.92 دولاراً للبرميل بحلول الساعة 04:51 بتوقيت جرينتش، وهبط أيضاً سعر خام غرب تكساس الوسيط الأمريكي 35 سنتاً، أو 0.4%، إلى 83.1 دولاراً للبرميل وذلك وفقاً لوكالة رويترز. وانخفض كلا الخامين بأكثر من 11% أمس، في أكبر انخفاض منذ 2022، وذلك بعد يوم من توقع الرئيس الأمريكي دونالد ترامب إنهاء الحرب قريباً. وارتفع سعر خام غرب تكساس الوسيط يوم الاثنين إلى أكثر من 119 دولاراً للبرميل، وهو أعلى مستوى له منذ يونيو 2022.

وذكرت صحيفة وول ستريت جورنال، نقلاً عن مسؤولين مطلعين، أن السحب من المخزون النفطي الذي اقترحه وكالة الطاقة الدولية سيتجاوز 182 مليون برميل من النفط التي طرحتها الدول الأعضاء في الوكالة في السوق على دفعتين عام 2022 عندما شنت روسيا غزوها الشامل لأوكرانيا.

وأشار محللو جولدمان ساكس في مذكرة إلى أن طرح مخزون بهذا الحجم سيعوض 12 يوماً من انقطاع صادرات الخليج المقدرة بنحو 15.4 مليون برميل يومياً.

وقال محللو بنك (يو.أوب) في مذكرة موجهة للعملاء "واصلت أسعار النفط انخفاضها التدريجي بعد الارتفاع الحاد الذي شهدته يوم الاثنين"، مضيفين أن الأسواق ستركز على التطورات في الشرق الأوسط، حيث يقيم المستثمرون مدى استمرار ارتفاع أسعار الطاقة. ومنذ ذلك الحين، اجتمع مسؤولون من مجموعة السبع عبر الإنترنت

## الصالون الثقافي السيناوي يفتح حواراً مجتمعياً حول قضايا التنمية في أمسيات رمضان

وأضاف العيسوي أن الصالون واصل لقاءاته في هذا الإطار حيث يلتقى أعضاء الصالون الثقافي السيناوي مع عضو مجلس الشيوخ سامي العزازي مساء الأربعاء لاستكمال النقاش حول تلك الملفات والعمل على بلورة رؤية مشتركة تدعم جهود التنمية وتخدم المواطنين في مختلف القطاعات. وأكد رئيس الصالون الثقافي

حاضراً في المبادرات المجتمعية التي تجمع بين العمل الإنساني والحوار الفكري مشيراً إلى أنه تم عقد لقاء مع النائب المهندس أحمد القصلي والنائب عادل الكاشف حيث جرى خلاله حوار مفصل حول أبرز المشكلات التي تواجه المواطنين مع طرح عدد من الرؤى والمقترحات التي يمكن أن تسهم في تقديم حلول عملية لهذه القضايا.



في إطار خطة الصالون الثقافي السيناوي للتحرك خلال شهر رمضان المبارك والمشاركة في دعم قضايا التنمية المستدامة وفتح مساحات للنقاش الجاد حول هموم المواطنين شارك الصالون في المبادرة الاجتماعية إفتارنا لأهاليينا التي جاءت بدعم رجل الأعمال محمد درغام وتهدف إلى تعزيز روح التكافل الاجتماعي بين أبناء المجتمع. وعلى هامش المبادرة عقد الصالون لقاء موسعاً ضم عدداً من الشخصيات العامة وممثلي الأحزاب السياسية وأعضاء مجلسي النواب والشيوخ حيث دار نقاش عام حول عدد من القضايا التي تمس حياة المواطنين بشكل مباشر إضافة إلى



السيناوي أن هذه اللقاءات تأتي في إطار دور الصالون كمنصة للحوار المجتمعي تجمع بين المسؤولين وممثلي المجتمع والقوى السياسية بهدف تبادل الرؤى والاستماع إلى مختلف الآراء بما يسهم في دعم مسيرة التنمية وتعزيز المشاركة المجتمعية في معالجة القضايا التي تهم المواطنين.



## صرخة ضد فوضى الكلاب الضالة

مساءً، وعندما على الأقل يعرف المواطن مع من يتعامل! وأخيراً... لكن بعيداً عن السخرية، تبقى الحقيقة أن الشارع يجب أن يكون مكاناً آمناً للإنسان أولاً، وأن معالجة هذه الظاهرة تحتاج إلى تنظيم جيد ورعاية بيئية جادة وبرامج حقيقية للحد من تكاثر الكلاب الضالة، بطريقة إنسانية تحفظ التوازن بين الرحمة بالحيوان وطمأنينة البشر، وإلى أن يحدث ذلك... سيظل صديقي يبحث عن جهاز كهربائي يردع الكلاب، وسأظل أنا شخصياً أبحث عن شارع يمشي فيه المواطن بثقة... لا بسرعة عداة أولمبي، ومع كل ذلك فقلبي يرتجف على الجميع من اعرف ومن لا اعرف؟

وأن المارة مجرد ضيوف، الذي يسأل نفسه: هل سأصل إلى البيت... أم إلى مستشفى الحميات؟ ولا شك أن انتشار الكلاب الضالة بهذا الشكل يثير قلقاً حقيقياً لدى كثير من الناس، خاصة الأطفال، ومع ذلك فإن المواطن المصري - كما نعرف - صاحب خيال واسع، فبدل أن ينتظر الحلول، يبدأ في اختراع حلول شخصية، هذا يحمل عصا... وذاك يحمل حجراً احتياطياً... وثالث يحمل جهازاً كهربائياً يطلق ذبذبات لا يسمعه إلا الكلب... أما أنا فقد فكرت - في حل بسيط: لماذا لا نصدر كارتونات رسمية للكلاب الضالة؟ نكتب فيها: (الاسم: كلب بلدي - المهنة: حارس شارع - الهواية: مطاردة المارة بعد العاشرة

الكلاب تتصرف باحترام، كأنها تلقت خطاب اعتذار رسمي. ولأول مرة في حياتي أرى مواطناً يبحث عن جهاز إلكتروني لا لفتح سيارة أو تشغيل تليفزيون، بل ليحصل على تصريح مرور آمن في الشارع، وهنا أدركت أن المسألة لم تعد مجرد كلاب ضالة، بل تحولت إلى مشكلة اجتماعية حقيقية، فالشوارع في كثير من الأحياء - خاصة في ساعات الليل الباردة - أصبحت هذه الشوارع تشبه فيلمًا من أفلام المطاردات، المواطن يسير... والكلب يراقب... ثم يبدأ سباق قصير لا نعرف فيه من اللاعب ومن الحكم، والغريب أن الكلب في النهاية يبدو أكثر ثقة بالنفس من المواطن. فهو يمشي مطمئناً... يعرف أن الشارع شارع،

في بلادنا الجميلة - التي لا ينقصها شيء سوى قليل من التنظيم وكثير من الهدوء - ظهرت في الآونة الأخيرة ظاهرة اجتماعية جديدة، نطلق عليها "الديمقراطية الكلبية"، أصبح للكلاب الضالة حق أصيل في الشارع، بينما يمشي المواطن فيه على استحياء... حيث شن كلب ضال امام منزلي على صديقي، وصديق آخر طيب كان أكثر حكمة، أو ربما أكثر خوفاً. فقد أعلن - دون مواربة - أنه يحاذر عندما يدخل شارعي، سألته: ولماذا؟ هل تحول شارعي إلى منطقة عسكرية؟ قال: لا يا سيدي... لكن هناك لجنة استقبال مكونة من مجموعة كلاب، وبدأ يبحث عن جهاز كهربائي صغير يطلق ذبذبات تجعل



بقلم: دكتور السيد مرسي الصعيدي

## "الهجرة غير الشرعية" ندوة لأعضاء النادي الثقافي بشمال سيناء



غير الشرعية، وتحلى الشباب بالعزيمة والإرادة، كما تناول أهمية العلم والتنمية الذاتية بالنسبة للشباب، واكتساب المهارات، ومواكبة العصر لخلق فرص عمل لأنفسهم محلياً ودولياً.

العقول بالفرص التي تُقدمها الدولة للشباب من فرص تدريبية، وإطلاق المشروعات القومية الكبرى التي تُقدمها الدولة لتحسين حياة المواطن المصري. وتناولت الندوة تعريف التنمية المستدامة وأهدافها، ومفهوم الهجرة

نظمت النادي الثقافي بمركز شباب أكتوبر محافظة شمال سيناء، ندوة عن الهجرة غير الشرعية، وجرائم الاتجار بالبشر بمشاركة من أعضاء مركز شباب الشباب برعاية الأستاذ جوهري نبيل وزير الشباب والرياضة، واللواء الدكتور خالد محاور محافظ شمال سيناء وتوجيهات إيهاب حسن عبد الوهاب وكيل وزارة الشباب والرياضة بشمال سيناء. وأكد حسن عبد الوهاب ان وزارة الشباب والرياضة تحرص على توعية الشباب بمخاطر الهجرة غير الشرعية، واستثمار طاقات الشباب، وتبصير

## بحضور وتشريف رئيس الجامعة.. كلية الآداب تتوج ببطولة الدورة الرمضانية



من أداء مشرف وروح رياضية مميزة طوال منافسات البطولة، مؤكداً سيادته أن مثل هذه الفعاليات الرياضية تسهم في تعزيز روح الانتماء والتعاون بين طلاب الجامعة، وتدعم بناء شخصية طلابية متكاملة تجمع بين التفوق العلمي والنشاط الرياضي. كما أعرب السادة الحضور عن تقديرهم لجهود الإدارة العامة لرعاية الطلاب بالجامعة في تنظيم هذه البطولة التي أصبحت إحدى الفعاليات الرياضية المميزة التي تحرص الجامعة على إقامتها سنوياً خلال شهر رمضان المبارك.

في مواجهة قوية اتسمت بالإثارة والندية منذ الدقائق الأولى، حيث تبادل الفريقان الهجمات وسط تشجيع حماسي من الحضور. وتمكن فريق كلية الآداب من حسم اللقاء لصالحه بنتيجة هدفين مقابل هدف بعد أداء مميز من لاعبيه، ليتوج بلقب بطولة الدورة الرمضانية لخماسي كرة القدم على مستوى الجامعة، فيما قدم فريق كلية الطب البيطري مباراة قوية استحق عليها إشادة الحضور. وبعد إنهاء المباراة، قام رئيس الجامعة بتكريم لاعبي الفريقين تقديراً لما قدموه

تحت رعاية وحضور معالي الأستاذ الدكتور/ أيمن عبدالمجيد الشيبيني - رئيس جامعة العريش، والأستاذ الدكتور/ محمود علي السيد - نائب رئيس الجامعة لشئون التعليم والطلاب، وحضور الأستاذ الدكتور/ هند عبدالحاميد حميدو - نائب رئيس الجامعة لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة، والأستاذ الدكتور/ عثمان محمد عثمان - عميد كلية الآداب، والأستاذ الدكتور/ عيد موسى - عميد كلية الطب البيطري، والسادة عمداء المهندسين/ محمد أبو حطب - مدير عام الإدارة العامة لرعاية الطلاب بالجامعة. وفي أجواء رياضية مليئة بالحماس والتنافس الشريف، شهد الأستاذ الدكتور/ أيمن عبدالمجيد الشيبيني - رئيس الجامعة، المباراة النهائية لبطولة الدورة الرمضانية لخماسي كرة القدم التي نظمتها الإدارة العامة لرعاية الطلاب بالجامعة، حيث جمعت المباراة النهائية فريق كلية الآداب وكلية الطب البيطري

## رئيس جامعة العريش يهنئ الرئيس السيسي بيوم الشهيد: تضحيات الأبطال ستظل مصدر فخر وإلهام للأجيال



جيل واع قادر على استكمال مسيرة التنمية والبناء. واختتم رئيس جامعة العريش تهنئته بالدعاء أن يحفظ الله مصر قيادةً وشعباً، وأن يُعيد هذه المناسبة الوطنية على الوطن بمزيد من الأمن والاستقرار والتقدم، في ظل القيادة الحكيمة لفخامة الرئيس عبد الفتاح السيسي.

قيم البطولة والإخلاص، وتعزيز روح الانتماء والولاء لمصر. وأشار رئيس جامعة العريش إلى أن المؤسسات التعليمية، وفي مقدمتها الجامعات، تضطلع بدور مهم في ترسيخ الوعي الوطني لدى الشباب، وتعريفهم بتاريخ وطنهم وما قدمه أبناؤهم من بطولات وتضحيات، بما يسهم في إعداد

بعث الأستاذ الدكتور أيمن الشيبيني، رئيس جامعة العريش، ببرقية تهنئة إلى فخامة الرئيس عبد الفتاح السيسي، رئيس الجمهورية والقائد الأعلى للقوات المسلحة، بمناسبة يوم الشهيد الذي يوافق التاسع من مارس من كل عام، تخليداً لذكرى أبطال مصر الذين ضحوا بأرواحهم الطاهرة دفاعاً عن الوطن وصوراً لأمنه واستقراره. وأكد رئيس جامعة العريش أن هذه المناسبة الوطنية الخالدة تجسد أسمى معاني التضحية والفداء التي قدمها أبناء مصر الأوفياء عبر تاريخها، مشيراً إلى أن ذكرى يوم الشهيد تمثل رمزاً للكرامة والوطنية، وفرصة لتجديد العهد على مواصلة العمل والبناء من أجل رفعة الوطن وتقدمه. وأضاف الأستاذ الدكتور أيمن الشيبيني أن تضحيات شهداء مصر ستظل محفورة في وجدان الشعب المصري، ومصدر فخر واعتزاز لكل أبناء الوطن، كما أنها تمثل دافعاً قوياً للأجيال الجديدة لاستلها

## حملة تموينية مكبرة لضبط الأسواق في العريش



واتخاذ كافة الإجراءات القانونية حيالهم. وتستمر الحملات التموينية بشكل دوري ومفاجئ لضمان استقرار الأسواق وحماية حقوق المواطنين.

وقد تم خلال الحملة مراجعة الالتزام بالأسعار الرسمية، وفحص جودة السلع، والتأكد من استيفاء المحلات التجارية للاشتراطات القانونية والصحية، مع تحرير المحاضر اللازمة للمخالفين

بناءً على توجيهات معالي السيد الوزير المحافظ اللواء الدكتور / خالد مجاور - محافظ شمال سيناء، وتعليمات معالي السيد اللواء / عاصم سعدون - نائب محافظ شمال سيناء، وتكليفات السيد اللواء الدكتور / إيهاب حسن - سكرتير عام محافظة شمال سيناء، وتحت إشراف الأستاذ / رأفت العبد - مدير مديرية التموين بشمال سيناء. تم تنفيذ حملة تموينية مكبرة برئاسة الأستاذ / رأفت العبد - مدير المديرية، والأستاذ / حسن عبد السلام - وكيل المديرية، والأستاذ / محمد يونس - مدير الرقابة التموينية وحماية المستهلك، وذلك للمرور على محطات المواد البترولية ومستودعات الغاز والأسواق بهدف إحكام السيطرة على الأسواق والحد من ارتفاع الأسعار، وضمان توافر السلع الأساسية للمواطنين.

## الفوائد الصحية والطبية والعلاجية لنبات الكرفس

الوقاية من الأورام السرطانية، وخصوصاً سرطان البنكرياس والثدي. كما يعمل على خفض مستويات السكر في الدم، ولذلك يستخدم للوقاية من مرض السكري. كما أنه يقي العين من الإصابة بالتهابات البكتيرية والفيروسية، وذلك لاحتوائه على فيتامين أ، ويحتوي كذلك على مادة البيتا كاروتين التي تساعد على الوقاية من أمراض الشبكية، ويستخدم لعلاج مرض النقرس، وتخفيف آلام الروماتيزم، والتهابات الرئة والمفاصل، ويساعد على إدرار حليب الأم بعد الولادة، ويعمل على تخفيف آلام الدورة الشهرية عند النساء ويقلل من مدتها، ويقوي الأسنان واللثة. كما أن تناول أوراق الكرفس يساعد على الوقاية من أمراض الخصى، ويعزز الرغبة والإثارة الجنسية عند الرجال والنساء، ويحسن من الأداء الجنسي، ويؤدي إلى التخلص من الضعف الجنسي وسرعة القذف، وهو مكافح جيد للإجهاد، ويساعد في تهدئة الأعصاب، والتخلص من التوتر، وتناوله قبل النوم يقلل من حدة الأرق، ونظراً لاحتوائه على كمية عالية من الماء التي ترطب البشرة والجلد، فإنه يساعد على تنقية البشرة من السموم والشوائب، ويعالج حب الشباب، والبثور، والرؤوس السوداء، مما يؤدي إلى نعومة البشرة وتوهجها. كما أن تناوله يحافظ على رطوبة فروه الرأس، والتخلص من القشرة، ويعزز نمو الشعر، ويعطي الشعر لمعاناً وبريقاً مميزاً.



بقلم/ الأستاذ الدكتور محمد بن عبد الرحيم شاهين

والوقاية من السممة المفرطة. كما يحتوي الكرفس على نسبة عالية من الألياف التي تساعد على تشييط حركة الأمعاء، وتسهل عملية الهضم، وتساعد الجسم على التخلص من الفضلات والغازات، وتطهر القولون وتقيه من الإمساك. كما أن تناول الكرفس يحفز إفراز العصارة الهضمية القلوية التي تمنع الإصابة بالحموضة، وهو مدر للبول، ويقي من الإصابة باحتباس السوائل في الجسم، ويعمل على تفتيت حصوات الحالب والكلي، ويقلل من التهابات مجرى البول، ويعمل على الوقاية من تشمع الكبد، ويحسن من وظائفه، ويطرد السموم من الجسم. كما أن تناوله يعزز من كفاءة الجهاز المناعي، ويقلل من حدة نزلات البرد الحادة، وتخفيف أعراضها مثل السعال والزكام، وذلك نتيجة محتواه من فيتامين ج، ويعمل على تطهير الجهاز التنفسي، والوقاية من مرض التهاب الرئوي، ويساعد في خفض نسبة الكوليسترول الضار في الدم وضغط الدم، والوقاية من أمراض القلب والشرايين. ونظراً لما يحتويه من مضادات الأكسدة (مثل الفلافونويد، واللوتين) فإنه فعال في

## متى تقلق من شهية الطفل الضعيفة؟ ونصائح فعالة لتعزيز رغبته في الطعام

رفض الطعام من أكثر ما يثير قلق الأهل، لكن فقدان الشهية عند الأطفال ليس دائماً علامة على مشكلة خطيرة، فأحياناً يكون عارضاً مرتبطاً بوعكة صحية مؤقتة، وأحياناً أخرى يكون نتيجة أسلوب التغذية داخل المنزل، التفرقة بين السبب العضوي والعوامل السلوكية هي الخطوة الأولى قبل البحث عن حلول. ووفقاً لتقرير نشره موقع Atlas Universitesi Hastanesi فإن التعامل الصحيح مع الطفل قليل الشهية يبدأ بتحديد السبب؛ هل هو مرض عابر، أم تمط تقديم طعام غير مناسب، أم ضغط نفسي أثناء الوجبات. أسباب مرضية مؤقتة الأطفال أكثر عرضة للعدوى، وعند الإصابة بنزلات البرد أو اضطرابات المعدة تنخفض الرغبة في الأكل طبيعياً، في هذه الحالة لا يُنصح بإجبار الطفل على كميات كبيرة، بل التركيز على رفض الطعام من أكثر ما يثير قلق الأهل، لكن فقدان الشهية عند الأطفال ليس دائماً علامة على مشكلة خطيرة، فأحياناً يكون عارضاً مرتبطاً بوعكة صحية مؤقتة، وأحياناً أخرى يكون نتيجة أسلوب التغذية داخل المنزل، التفرقة بين السبب العضوي والعوامل السلوكية هي الخطوة الأولى قبل البحث عن حلول. ووفقاً لتقرير نشره موقع Atlas Universitesi Hastanesi فإن التعامل الصحيح مع الطفل قليل الشهية يبدأ بتحديد السبب؛ هل هو مرض عابر، أم تمط تقديم طعام غير مناسب، أم ضغط نفسي أثناء الوجبات. أسباب مرضية مؤقتة الأطفال أكثر عرضة للعدوى، وعند الإصابة بنزلات البرد أو اضطرابات المعدة تنخفض الرغبة في الأكل طبيعياً، في هذه الحالة لا يُنصح بإجبار الطفل على كميات كبيرة، بل التركيز على

## أطعمة تدعم الجهاز العصبي وتحافظ على كفاءة الدماغ

الشوفان يعد أيضاً من الأطعمة المفيدة في هذا السياق، إذ يحتوي على فيتامينات مجموعة ب التي تلعب دوراً مهماً في إنتاج الطاقة داخل الخلايا العصبية، كما يحتوي على الألياف الغذائية التي تدعم صحة الجهاز الهضمي وتساعد في الحفاظ على توازن البكتيريا المفيدة في الأمعاء. أطعمة تحمي الدماغ من التلف التوت الأزرق يتميز باحتوائه على مركبات نباتية مضادة للأكسدة تساعد في تقليل التلف الذي يحدث للخلايا نتيجة ما يعرف بالإجهاد التأكسدي، الدماغ من أكثر أعضاء الجسم استهلاكاً للطاقة، ولذلك يكون أكثر عرضة لتأثير هذه العملية. وجود مضادات الأكسدة في الغذاء قد يساعد في حماية الخلايا العصبية مع مرور الوقت. بذور اليقطين تعد أيضاً من الأطعمة الغنية بالعناصر الغذائية المرتبطة بصحة الأعصاب، فهي تحتوي على المغنيسيوم الذي يساعد في تنظيم الإشارات العصبية، إضافة إلى الزنك الذي يشارك في دعم وظائف الدماغ والجهاز المناعي، كما تحتوي على دهون غير مشبعة تساهم في الحفاظ على بنية الخلايا. الشوكولاتة الداكنة توفر بدورها مركبات نباتية تعرف بالفلافونويدات، وهي مواد تعمل كمضادات للأكسدة وقد تساعد في تقليل الالتهابات التي قد تؤثر في الدماغ، كما تحتوي على كمية من المغنيسيوم الذي يشارك في تنظيم نشاط الخلايا العصبية، وتحتوي كذلك على مقدار محدود من الكافيين الذي قد ينشط الجهاز العصبي المركزي عند تناوله بكميات معتدلة. الحفاظ على صحة الجهاز العصبي لا يعتمد على نوع واحد من الطعام، بل يرتبط بنمط غذائي متوازن يوفر مجموعة متنوعة من العناصر الغذائية الضرورية لعمل الدماغ والأعصاب بكفاءة، الجمع بين البروتينات والألياف والدهون الصحية والفيتامينات يساعد في دعم وظائف الجهاز العصبي والحفاظ على توازن الطاقة داخل الجسم.



الجهاز العصبي يمثل مركز التحكم في جسم الإنسان، إذ يدير مجموعة واسعة من العمليات الحيوية مثل الذاكرة والتركيز وتنظيم ضربات القلب والهضم والاستجابة للضغوط اليومية، وتعتمد كفاءة هذه الشبكة المعقدة على عوامل متعددة، من بينها توافر عناصر غذائية تساعد الخلايا العصبية على أداء وظيفتها ونقل الإشارات بين الدماغ وبقية أعضاء الجسم. ووفقاً لتقرير نشره موقع Health فإن بعض الأطعمة تحتوي على عناصر غذائية ومركبات طبيعية تساعد في دعم صحة الجهاز العصبي، مثل فيتامينات مجموعة ب والمغنيسيوم والدهون الصحية من نوع أوميغا-٣، وهي عناصر تلعب دوراً مهماً في تنظيم الإشارات العصبية والحفاظ على استقرار الطاقة داخل الجسم. أطعمة تغذي الخلايا العصبية تعد الأسماك الدهنية مثل السلمون من المصادر الغذائية الغنية بالدهون المفيدة أوميغا-٣. هذه الدهون تدخل في تكوين أغشية الخلايا العصبية وتساعد على الحفاظ على مرونتها وقدرتها على نقل الإشارات، كما تشير بعض الأبحاث إلى أن هذه الدهون قد تساهم في تقليل الالتهابات داخل الدماغ، وهو عامل قد يؤثر في صحة الأعصاب على المدى الطويل، ويحتوي هذا النوع من الأسماك أيضاً على فيتامين د الذي يشارك في دعم وظائف الجهاز العصبي. وجود هذا التوازن قد يساهم في تحسين البيئة الداخلية للأمعاء، وهو ما قد ينعكس بشكل غير مباشر على صحة الجهاز العصبي.

## 5 أطعمة يجب تناولها إذا كنت تعاني من نقص فيتامين ب12

لفيتامين ب١٢، ويؤكد الخبراء أن تناول اللحوم والدجاج باعتدال ضمن نظام غذائي متوازن يساهم في تزويد الجسم بكمية كافية من فيتامين ب١٢، مما يساعد على الوقاية من نقصه والحفاظ على الصحة العامة. حليب نباتي مدعم وخميرة غذائية تحتوي أنواع الحليب النباتي المدعم، مثل حليب الصويا والشوفان واللوز، عادةً على فيتامين ب١٢. كما تعد الخميرة الغذائية خياراً آخر، فهي من المكونات المفضلة في الطبخ النباتي، وتتميز بنكهة لذيذة تشبه الجبن، وتُضفي مذاقاً رائعاً على المكرونة والسلطات والخضراوات. لماذا يُعدّ فيتامين ب١٢ مهماً يحافظ فيتامين ب١٢ على صحة أعصابك ودماغك، ويساعد جسمك على إنتاج خلايا الدم الحمراء. إذا لم تحصل على كمية كافية منه، فقد تشعر بالإرهاق أو الضعف أو تقلب المزاج، أو حتى تُصاب بفقر الدم. يحتاج البالغون إلى حوالي ٢.٤ ميكروجرام يومياً. إنها كمية ضئيلة، لكنها بالغة الأهمية. طرق سهلة لإضافة الأطعمة الغنية بفيتامين ب١٢ كل ما عليك فعله هو تناول المزيد من البيض، ومنتجات الألبان، والأسماك، واللحوم، أو الأطعمة المدعمة، وسيتمتع جسمك بصحة جيدة التزم بهذا النظام، وستشعر بمزيد من النشاط والحيوية.



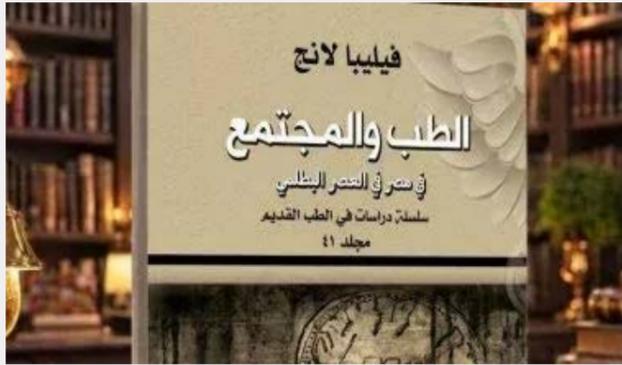
نقص فيتامين ب١٢ شائع جداً، وقد يُسبب التعب والضعف والدوار، في هذا التقرير نتعرف على ٥ أطعمة تساعد على رفع مستويات فيتامين ب١٢ لديك إلى المعدل الطبيعي، وفقاً لموقع تايمز ناو. أطعمة يجب تناولها إذا كنت تعاني من نقص فيتامين ب١٢ صفار البيض يُعد البيض مصدراً سهلاً لزيادة مستوى فيتامين ب١٢ في جسمك، يحتوي صفار البيض على نسبة أعلى من فيتامين ب١٢ مقارنةً ببياضه، لذا لا تتجاهل تناول الصفار، إضافة إلى ذلك، يحتوي البيض أيضاً على فيتامين د، لذا يُنصح بإدراجه في نظامك الغذائي اليومي. الحليب ومنتجات الألبان الحليب ومنتجات الألبان من أهم المصادر الغذائية الغنية بفيتامين ب١٢، وهو فيتامين أساسي يساعد على تكوين خلايا الدم الحمراء والحفاظ على صحة الجهاز العصبي كما يساهم في تقوية الذاكرة وإمداد الجسم بالطاقة. وتشمل منتجات الألبان الغنية بهذا الفيتامين الحليب والجبن والزبادي، لذلك يُنصح بتناولها بانتظام ضمن نظام غذائي متوازن للحفاظ على صحة الجسم والأسماك والمأكولات البحرية تعد الأسماك والمأكولات البحرية من أهم المصادر الغنية بفيتامين ب١٢، ومن أمثلة المأكولات البحرية الغنية بهذا الفيتامين السلمك والتونة والسردين والجسمري، لذلك ينصح بتناولها ضمن نظام غذائي متوازن للحفاظ على صحة الجسم. الدجاج واللحوم الدجاج واللحوم من المصادر المهمة

## الطب والمجتمع في مصر في العصر البطلمي.. بين علوم الجسد وصلوات الآلهة

**يجسد كتاب 'الطب والمجتمع في مصر البطلمية' لحظة قريضة تلاقى فيها منطق الفلسفة اليونانية مع أسرار الروح المصرية، ليثبت أن الشفاء الحقيقي هو مزيج بين دقة العلم وقوة الإيمان.**

يسعى هذا الكتاب إلى سبر أغوار الطب في مصر خلال الحقبة الهلنستية التي امتدت لثلاثة قرون، حيث وجدت الثقافة

في لحظة تاريخية فارقة، التقت حضارتان على ضفاف النيل، حضارة عتيقة تمتلك أسرار الجسد والروح، وأخرى وافدة تحمل معها منطق الفلاسفة ومشارط الأطباء الهلنستيين، من هذا المزيج المثمر، تنسج الباحثة فيليب لانسج مذهباً مدهلاً تفاصيل كتابها الاستثنائي "الطب والمجتمع في مصر في العصر البطلمي"، الذي صدر عن المركز القومي للترجمة، وقدمه إلى المكتبة العربية الدكتور أحمد خفاجة رُحيم.



الطبية اليونانية نفسها في قلب الممارسة الطبية المصرية ذات الجذور الضاربة في عمق التاريخ، ولا يكتفي العمل برصد المناهج العلمية فقط، بل يذهب

بعيداً ليكشف كيف صبغت الانتماءات والتفاعلات اللغوية والثقافية والعرقية داخل أروقة المشافي والمعابد. بين دفتيه، تنتقل من عالم النخبة السياسية المترف إلى أزقة الطبقات الاجتماعية الدنيا، لنستكشف التجربة الإنسانية الخالصة التي مرَّ بها سكان مصر آنذاك. المناهج العلمية للطب المصري-اليوناني كيف فهموا المرض؟ وكيف طاردوا الشفاء؟ هل كان ذلك عبر المناهج العلمية الصارمة للطب المصري-اليوناني، أم عبر اللجوء إلى قوة الإيمان ومناجاة الآلهة،

## الدر المنثور في طبقات ربات الخدور.. كتاب يستعرض تاريخ منسى



في سياق إصداراته المعرفية الرصينة يظل كتاب "الدر المنثور في طبقات ربات الخدور" أحد العناوين المهمة التي قدّمها المركز القومي للترجمة، واضعاً بين يدي القارئ العربي دراسة نقدية وتاريخية معمقة أعدتها الباحثة ماريلين بوث، وقدّمتها إلى المكتبة العربية المترجمة الكبيرة سحر توفيق.

في ممرات الذاكرة المنسية، وحين كانت الأقلام تُحجم عن تدوين سير النساء إلا لأمماً، انبثق من قلب القرن التاسع عشر صوتٌ لجسور امرأة تدعى زينب فواز، خطت ببراعة كتابها الموسوعي "الدر المنثور في طبقات ربات الخدور"، واليوم، يعيد إحياء هذا الأثر الخالد من خلال زينب فواز.. صوت نسوي مبكر في القرن التاسع عشر لم يكن هذا العمل مجرد رصدٍ لسير النساء، بل مغامرة فكرية استطاعت فيها ماريلين بوث أن تفكك الدوائر المتداخلة التي أحاطت بعالم زينب فواز، وتقدم الدراسة تحليلاً دقيقاً لكيفية تطويع زينب فواز لسير النساء عبر الزمان والمكان، لتعبر من خلالها عن أشد الأفكار تعارضاً حول مفهوم "الأئمة" وماهيتها.

كيف طُرحت قضايا الحقوق بناءً على جنس الإنسان، سواء داخل جدران العائلة أو في رحاب المجال العام، إنها دراسة تشبّك مع أسئلة النوع والسلطة، وتعيد قراءة "كتابة التاريخ" بوصفها فعل مقاومة؛ حيث يتداخل الخيال مع الإرادة في صياغة العلاقات الإنسانية والسياسية على حد سواء. كتابة التاريخ بوصفها فعل مقاومة ولا تقف الدراسة عند حدود النص، بل تضعه في سياقه الأوسع؛ إذ تحلل بوث الظروف المحلية المتقاطعة مع الأحداث العالمية الكبرى، مستعرضةً تأثير زينب فواز مشروع بطرس البستاني، وتفاعله مع أعداء المعرض الكولومبي العالمي 1893، ومن خلال منهجية التناسل والأداء العام، يظهر الكتاب كوثيقة حية تتجاوز

## أوقاف شمال سيناء تطلق مسابقة كبرى لاكتشاف أفضل الأصوات الرمضانية من الزملاء الأئمة وخطباء المكافأة



أعلنت مديرية أوقاف شمال سيناء، عن إطلاق مسابقة كبرى "لاختيار أفضل الأصوات القرآنية" لعام 1447 هـ والتي تهدف إلى اكتشاف المواهب المتميزة من أبناء المديرية لتكريمها وتقديمها للجمهور في المحافل الرسمية، تحت رعاية معالي الأستاذ الدكتور أسامة الأزهرى وزير الأوقاف وإشراف وتوجيه مباشر من فضيلة الشيخ محمود مرزوق، مدير مديرية أوقاف شمال سيناء.

التالي، في تمام الساعة الحادية عشرة صباحاً، لإجراء المقابلات الشخصية أمام لجنة التحكيم المشكلة والمتخصصة، والتي تم تشكيلها بقرار من فضيلة مدير المديرية. وقد وضعت اللجنة المنظمة عدة معايير لضمان اختيار النخب القرآنية، كالتالي: الالتزام الصارم بأحكام التجويد ومخارج الحروف. وضوح الصوت وجودة الأداء مع الميل للمدرسة المصرية الأصلية في التلاوة.

## اكتشاف صفحة مفقودة من مخطوطة أرشميدس في فرنسا



تمكن الباحثون من تحديد صفحة مفقودة من مخطوطة أرشميدس، وهي واحدة من أهم المخطوطات الباقية من العصور القديمة، اكتشفت الصفحة في متحف الفنون الجميلة في بلوا على يد فيكتور جيزميرج، الباحث في مركز ليون روبن لأبحاث الفكر القديم، وهو وحدة بحثية مشتركة بين المركز الوطني الفرنسي للبحث العلمي وجامعة السوربون، وقد أكد الباحثون أن الورقة تُطابق الصفحة ١٢٣ من مخطوطة أرشميدس، وفقاً لما نشره موقع greekreporter.

كان الرق المصنوع من جلد الحيوانات باهظ الثمن وصعب الإنتاج. كان النساخ في كثير من الأحيان يستخرجون النصوص القديمة من المواد قبل كتابة محتوى ديني جديد فوقها، وقد أدت هذه العملية إلى إخفاء أجزاء من كتابات أرشميدس تحت طبقات لاحقة من النصوص. لقد سافرت المخطوطة نفسها على نطاق واسع عبر التاريخ. حُفظت أولاً في القدس ثم نُقلت لاحقاً إلى القسطنطينية، حيث بقيت هناك لقرون. في عام ١٩٠٦، أدرك عالم اللغويات الدماركي يوهان لودفيج هايرغ أهمية المخطوطة، فقام بترتيب التقاط صور لصفحاتها، مما سمح للباحثين بدراسة الآثار الخافتة للكتابة اليونانية الأصلية. طبقات من الكتابات التي تعود إلى العصور الوسطى والأعمال الفنية الحديثة

تشير التحليلات المبكرة إلى أن الصفحة تحتوي على مقطع من رسالة أرشميدس "في الكرة والأسطوانة"، ويتوافق النص الباقي مع الكتاب الأول، القضايا من ٣٩ إلى ٤١، إلى جانب الرسوم البيانية الهندسية المرتبطة بالحجج الرياضية. تم تفصيل هذا الاكتشاف في دراسة من المقرر أن تظهر في المجلة الأكاديمية Zeitschrift für Papyrologie und Epigraphik.

مخطوطة أرشميدس وأهميتها التاريخية مخطوطة أرشميدس هي مخطوطة يونانية من القرن العاشر تحتوي على العديد من الأعمال الرياضية للعالم اليوناني القديم أرخميدس السرقوسي، الذي عاش في القرن الثالث قبل الميلاد. تُسمى هذه المخطوطة "مخطوطة باليمبست" لأن كتابتها الأصلية مُحيت جزئياً خلال العصور الوسطى، مما سمح بإعادة استخدام الرق، في ذلك الوقت،

تحتوي الورقة المكتشفة حديثاً على عدة طبقات من الكتابة، على أحد جانبيها، يغطي نص من الأدعية يعود للعصور

## محافظ جنوب سيناء يستقبل مستشار رئيس الجمهورية للتنمية المحلية أثناء زيارة لمدينة شرم الشيخ



استقبل اللواء الدكتور إسماعيل كمال، محافظ جنوب سيناء، بمكتبه بمدينة شرم الشيخ السيد اللواء أ. ح. دكتور/ خالد فودة، مستشار رئيس الجمهورية للتنمية المحلية والذي قدم تهانیه للمحافظ لثقة السيد رئيس الجمهورية بتولية قيادة محافظة جنوب سيناء متمنيا له التوفيق والنجاح.

وقد اعرب محافظ جنوب سيناء ، عن سعادة بهذه الزيارة مثمنا الدور الكبير الذي قام به اللواء الدكتور خالد فودة اثناء تولية قيادته المحافظة ،ودوره الكبير في رفع معدلات التنمية بها ورفع اسم المحافظة في كافة

المحافل الدولية ، متمنيا لسيادته دوام التوفيق والنجاح. كما حرص مستشار رئيس الجمهورية للتنمية المحلية على مصافحة عدد

# ChatGPT يعود إلى صدارة متجر التطبيقات بعد أزمة صفقة وزارة الدفاع الأمريكية

الأكثر تحميلاً في متجر التطبيقات الأمريكي لأول مرة في الأول من مارس. إلا أن ردة الفعل السلبية لم تدم طويلاً، ففي وقت سابق من اليوم، استعاد ChatGPT صدارة متجر التطبيقات الأمريكي، يليه Claude في المركز الثاني، ثم Google Gemini في المركز الثالث. ومع ذلك، فرغم عودة ChatGPT إلى صدارة متجر التطبيقات، إلا أن الأيام القليلة الماضية ساهمت في ترسيخ مكانة Claude كبديل مُجدٍ إلى جانب Google Gemini

لقبول الشروط، استغلت OpenAI الفرصة ووقعت العقد بدلاً منها. على الرغم من ادعاء OpenAI أنها حصلت على الضمانات التي أرادتتها Anthropic ولم تتمكن من الحصول عليها من وزارة الدفاع، إلا أن هذا الأمر أثار ردود فعل غاضبة بين المستخدمين، ما دفع الكثيرين منهم إلى حذف تطبيق ChatGPT. في غضون أيام، ارتفعت عمليات إلغاء تثبيت ChatGPT بنسبة ٢٩٥٪، بينما تصدر تطبيق Claude قائمة التطبيقات

**أدت الخلافات الأخلاقية حول التعاون العسكري لشركة OpenAI إلى قفزة هائلة في إلغاء تثبيت ChatGPT بنسبة 295٪، مما منح Claude فرصة ذهبية لتصدر المشهد كبديل موثوق.**

في عقد بملايين الدولارات مع وزارة الدفاع، وفي اليوم نفسه الذي انتهت فيه مهلة البنجاحون لشركة Anthropic



والحكومة الأمريكية، فإن الشركة صُنفت كشركة مُعرضة لمخاطر في سلسلة التوريد بعد رفضها قبول بندين

كان تطبيق Claude قد تصدر متجر التطبيقات في الأول من مارس، على خلفية الخلاف بين شركة Anthropic

أثار عقد OpenAI الأخير مع وزارة الدفاع الأمريكية ردود فعل غاضبة من المستخدمين، ما دفع تطبيق Claude التابع لشركة Anthropic لفترة وجيزة إلى صدارة متجر التطبيقات، ولكن تطبيق ChatGPT عاد إلى الصدارة مرة أخرى، وفي هذا التقرير نرصد تفاصيل الأزمة وصراع تطبيقات الذكاء الاصطناعي الأمريكية. لماذا ارتفعت عمليات إلغاء تثبيت ChatGPT؟ وفقا لما ذكره موقع "TOOMac"،

## X تكشف تعطيلها لـ 800 مليون حساب خلال عام لمكافحة الحملات الأجنبية



أيضاً، ويُفترض أن ذلك يعود لحملات تلاعب مدعومة من دول أجنبية. وتجدد الإشارة إلى أن موقع Statista يُقدّر عدد مستخدمي X بنحو ٤٢٩ مليون مستخدم في أوائل عام ٢٠٢٤، كما ذكرت صحيفة الجارديان أن المنصة تضم حوالي ٣٠٠ مليون مستخدم شهرياً حول العالم.

للتأثير على الانتخابات الرئاسية الأمريكية لعام ٢٠٢٤. كما ادعى فرنانديز، أن محاولات التلاعب بالنقاشات والرسائل المزعجة على المنصة لم تنته بعد، وقال: "هناك جهود تُبذل يوميًا لإنشاء شبكات حسابات مزيفة"، ويبدو أن منصة X علّقت "مئات الملايين من الحسابات" الإضافية العام الماضي

ووفقاً لصحيفة الجارديان، أبلغت منصة X أعضاء البرلمان البريطاني أنها علّقت 800 مليون حساب لمكافحة الحملات المدعومة من دول على موقعها الإلكتروني، وأوضح ويفريدو فرنانديز، رئيس الشؤون الحكومية العالمية في X، للمسؤولين أن عمليات التعليق تمت على مدار 12 شهراً في عام 2024، وأن الحسابات علّقت لمخالفتها قواعد X المتعلقة بالتلاعب بالمنصة والرسائل المزعجة، ويُزعم أن روسيا كانت وراء معظم الحسابات التي أغرقت الموقع بالرسائل المزعجة، تليها جهات حكومية من الصين وإيران. اتهامات بالتأثير على انتخابات أمريكا وأضاف فرنانديز، خلال مكالمة فيديو مع أعضاء لجنة الشؤون الخارجية، أن الحسابات الروسية كانت تسعى إلى "إثارة الانقسام" ونشر "رواية معينة"

## قوافل متحركة من جهاز مستقبل مصر لبيع السلع الأساسية بأسعار مخفضة في العريش



الأهالي الذين أعربوا عن تقديرهم لهذه الجهود التي تسهم في تخفيف الأعباء عن الأسر وتوفر السلع الأساسية بأسعار مخفضة وفي متناول الجميع.

الأساسية بأسعار مناسبة خاصة خلال شهر رمضان المبارك الذي يزداد فيه الإقبال على شراء السلع. ولاقت المبادرة إشادة واسعة من

### كتب عادل رستم

تحركت سيارات جهاز مستقبل مصر بالتعاون مع منافذ سوبر توفير على مدار يومين في عدد من أحياء مدينة العريش وذلك لتوفير وبيع السلع الغذائية الأساسية للمواطنين بأسعار مخفضة في إطار الجهود المبذولة لتخفيف الأعباء المعيشية عن الأهالي ودعم استقرار الأسواق. وشهدت المنافذ المتحركة إقبالا كبيرا من المواطنين الذين حرصوا على شراء احتياجاتهم من السلع الأساسية التي تم طرحها بجودة جيدة وأسعار مناسبة تقل عن مثيلاتها في الأسواق وذلك ضمن مبادرة تهدف إلى توفير السلع الغذائية بشكل مباشر للمواطنين والحد من ارتفاع الأسعار. وجابت سيارات جهاز مستقبل مصر ومنافذ سوبر توفير عددا من المناطق الحيوية بمدينة العريش حيث بدأت من محيط ديوان عام المحافظة مروراً بعدد من الأحياء والتجمعات السكنية وصولاً إلى سوق السمك ومجلس مدينة العريش بما يضمن وصول السلع إلى أكبر عدد ممكن من المواطنين. وأكد القاهون على المبادرة أن هذه التحركات تأتي في إطار الدور المجتمعي الذي يقوم به جهاز مستقبل مصر بالتعاون مع منافذ سوبر توفير لدعم المواطنين وتوفير السلع الغذائية

## تسريبات تكشف تصميم هاتف Google Pixel 11 Pro Fold بكاميرا خارجية جديدة



طيه، هذا التحسن قد يجعل الهاتف أكثر راحة في الاستخدام والحمل. معالج Tensor G5 المتوقع من المتوقع أن تواصل شركة Google استخدام معالجها الخاص Tensor G5 في الهاتف الجديد، وتشير التقارير إلى أن المعالج سيعتمد على بنية سباعية النواة (Seven-core CPU)، مع الاستفادة من تقنية التصنيع بدقة ٣ نانومتر التي توفر أداءً أفضل وكفاءة أعلى في استهلاك الطاقة.

نظام كاميرات مطور تشير التسريبات أيضاً إلى أن الهاتف قد يأتي بنظام كاميرات محسّن مقارنة بالإصدار السابق، وللمقارنة، يأتي هاتف Google Pixel 11 Pro Fold بكاميرا رئيسية بدقة ٤٨ ميجابكسل مع فتحة عدسة ١,٧/٤، إضافة إلى كاميرا Ultra-wide بدقة ١٠,٥ ميجابكسل، وكاميرا Telephoto بدقة ١٠,٨ ميجابكسل تدعم تقريباً بصرياً يصل إلى ١,٠x، ومن المتوقع أن يحصل الهاتف الجديد على تحسينات إضافية في جودة التصوير والأداء العام للكاميرات.

لم تعلن شركة Google رسمياً عن هاتف Google Pixel 11 Pro Fold حتى الآن، لكن التقارير تشير إلى أنه قد يتم إطلاقه في وقت لاحق من هذا العام ضمن الجيل الجديد من هواتف Pixel الرائدة، ومع استمرار ظهور التسريبات، يتوقع أن تتضح المزيد من التفاصيل حول الهاتف خلال الأشهر المقبلة، خاصة مع اقتراب موعد الإعلان الرسمي.

الهاتف مظهرًا مختلفًا قليلاً عن التصميم السابق. إعادة توزيع الفلاش والميكروفون تشير التسريبات أيضاً إلى أن شركة Google قد تعيد ترتيب بعض المكونات الخارجية في الهاتف، ومن المتوقع أن يتم نقل فلاش LED إلى الزاوية العلوية اليسرى من الجزء الخلفي للهاتف، ليصبح خارج وحدات الكاميرا ذات الشكل الكبسولي الموجودة على الجهة اليمنى، كما يُتوقع أن يتم نقل الميكروفون الثانوي الخارجي ليصبح داخل جزيرة الكاميرا بدلاً من موقعه الحالي.

كاميرات أمامية في الشاشتين تُظهر الصور المسربة كذلك أن الهاتف قد يأتي بثقبين للكاميرا الأمامية في الشاشتين، فالشاشة الخارجية ستحتوي على ثقب مركزي للكاميرا الأمامية، وهو التصميم الشائع في العديد من الهواتف الذكية الحديثة، أما الشاشة الداخلية القابلة للطي، فمن المتوقع أن تحتوي على كاميرا أمامية موضوعة في الزاوية العلوية اليمنى، وهو نفس التصميم المستخدم في الهاتف السابق.

تصميم أنحف من الجيل السابق تشير المعلومات المسربة أيضاً إلى أن الهاتف الجديد قد يأتي بتصميم أنحف من الإصدار السابق، فبحسب التسريبات، قد يبلغ سمك الهاتف ٤,٨ ملم عند فتحه بالكامل و ١٠,١ ملم عند طيه، وهو ما يمثل انخفاضاً مقارنة بهاتف Google Pixel 11 Pro Fold الذي يبلغ سمكه ٥,٢ ملم عند فتحه و ١٠,٨ ملم عند

بدأت التسريبات بالظهور حول هاتف Google Pixel 11 Pro Fold المرتقب، حيث كشفت صور تصميمية مسربة عن بعض التغييرات المحتملة في تصميم الهاتف القابل للطي القادم من شركة Google. ويأتي ذلك بعد إطلاق هاتف Google Pixel 10 Pro Fold في شهر أغسطس 2025 في عدة أسواق عالمية، من بينها India، وذلك ضمن سلسلة الهواتف الرائدة Pixel 10 Pro series.

ويعمل الهاتف السابق ببطارية سعتها 5,015 مللي أمبير، كما يعتمد على معالج Tensor G5 بدقة تصنيع 3 نانومتر، وهو المعالج الذي تستخدمه جوجل في عدد من هواتفها ضمن هذه السلسلة.

تسريبات CAD تكشف ملامح التصميم ونشرت منصة Android Headlines بالتعاون مع المسرب التقني Steve H.McFly المعروف باسم OnLeaks@ صوراً تصميمية يقال إنها مستندة إلى نماذج CAD للهاتف المرتقب، وتقدم هذه الصور نظرة تفصيلية على الهاتف من زوايا متعددة، حيث يظهر الهاتف بلون أسود مع احتفاظه بالهوية التصميمية المميزة لسلسلة هواتف Pixel القابلة للطي.

وتشير التسريبات إلى أن الهاتف سيحافظ على العناصر الأساسية لتصميم سلسلة Pixel Fold، مع إدخال تعديلات طفيفة لكنها ملحوظة على بعض التفاصيل الخارجية.

تصميم جديد لوحدة الكاميرا الخارجية أحد أبرز التغييرات التي كشفتها التسريبات يتعلق بتصميم وحدة الكاميرا الخلفية، فبحسب الصور المسربة، سيأتي هاتف Google Pixel 11 Pro Fold بوحدة كاميرا خارجية ثلاثية العدسات، لكنها ستأتي بتصميم جديد مقارنة بالجيل السابق، وتظهر الصور أن جزيرة الكاميرا ستضم وحدتين كبيرتين على شكل كبسولة (Pill-shaped) تحتويان على العدسات، ما يمنح

## سحلها في الشارع من أجل الموبايل.. سقوط عصابة التوك توك

أرباب السواق، ومقيمان بدائرة قسم شرطة ثالث المنتزة. ومواجهة المتهمين، انهارا واعترفا بتفاصيل الجريمة، مؤكداين تكوينهما تشكيلا عصابيا تخصص في سرقة الهواتف من المارة بأسلوب الخطف باستخدام المركبة المضبوطة، وتم الحفاظ على "التوك توك" واتخاذ كافة الإجراءات القانونية اللازمة حيال المتهمين، وأخطرت النيابة العامة لمباشرة التحقيق.

مركبة "توك توك" تقترب منها، وحاول أحد استقلالها خطف هاتفها بالقوة، مما أدى إلى سقوطها على الأرض، إلا أن شجاعتها وتمسكها بالهاتف حالا دون إتمام السرقة، وفر الجناة هاربين. وكشفت أجهزة البحث الجنائي من جهودها، حيث تمكنت من تحديد مكان مركبة "التوك توك" الظاهرة في الفيديو، وتبين أنها "بدون لوحات معدنية"، كما نجحت القوات في ضبط قائدها ومرافقه، واتضح أنهما "عاطلان" ومن

**نجحت أمن الإسكندرية في ضبط تشكيل عصابي تخصص في خطف الهواتف باستخدام 'توك توك'، وذلك بعد رصد فيديو يوثق اعتداءهم على سيدة حاولا سرقتها بالقوة.**

والتحدث في هاتفها المحمول، فوجئت



المنتزة من سيدة مقيمة بدائرة القسم، أفادت فيه بأنها أثناء سيرها في الشارع

نجحت الأجهزة الأمنية بمديرية أمن الإسكندرية في كشف ملابس مقطوع فيديو صادم تم تداوله على نطاق واسع عبر منصات التواصل الاجتماعي، يوثق لحظة قيام شخصين باستقلال مركبة "توك توك" بمحاولة سرقة هاتف محمول من إحدى السيدات بأسلوب الخطف، مما أدى إلى سقوطها أرضاً وسط حالة من الذعر. وبالفرص والتحرر، تبين أن الواقعة بدأت ببلاغ تلقاه مأمور قسم شرطة ثان

## الرئيس السيسي يستعرض التحرك الأخير بأسعار المنتجات البترولية نتيجة تصاعد الأحداث بالمنطقة.. ويوجه بالحفاظ على انتظام سداد مستحقات الشركات العالمية.. ويتابع برنامج المسح الجوي للثروات المعدنية لزيادة الاستثمارات



ومقرحاتهم، والتوصل إلى أفضل النظم التي تحقق أقصى منفعة متبادلة لجميع الأطراف. وأكد الرئيس السيسي، على ضرورة الحفاظ على انتظام سداد مستحقات شركات البترول العالمية للتحفيز نحو زيادة الاستكشافات والإنتاج، كما أكد على ضرورة وضع آلية لتطوير أعمال البحث والاستكشاف والتنمية بما يسهم في تلبية الاحتياجات المحلية وتقليل الاستيراد.

وللاستخدامات المختلفة. وأوضح المتحدث الرسمي أن وزير البترول والثروة المعدنية أكد خلال الاجتماع التزام قطاع البترول بالاستمرار في خفض مستحقات الشركاء الأجانب المتأخرة وصولاً إلى سدادها بالكامل، بالتوازي مع انتظام سداد الفاتورة الشهرية، وعدم السماح بحدوث أية تأخيرات مستقبلية، مشيراً إلى أن الوزارة تتبنى نهجاً قائماً على التشاور المستمر مع المستثمرين للتعرف على متطلباتهم

**تتمه ص ١**  
وأكد الرئيس السيسي، في هذا الصدد، ضرورة إتاحة وتوطين التكنولوجيا الحديثة التي تسهم في رفع الإنتاجية، على غرار التجارب العالمية والإقليمية الناجحة، إلى جانب تهيئة الآليات المناسبة لضمان التطبيق الاقتصادي الأمثل، بالتعاون مع كبرى شركات الخدمات وحلول الحفر والتكنولوجيا وشركاء الإنتاج، كما تناول الاجتماع برنامج العمل للمسح الجوي للثروات المعدنية بهدف زيادة الاستثمارات في مجال التعدين. وذكر المتحدث الرسمي، أنه تم خلال الاجتماع أيضاً استعراض التحرك الأخير في أسعار المنتجات البترولية والغاز نتيجة تصاعد الأحداث بالمنطقة، حيث تابع الرئيس في هذا الإطار ما يتم اتخاذه من إجراءات لتوفير مختلف المواد البترولية للقطاعات الإنتاجية ولمحطات توليد الكهرباء،

## اعترافات المتهمين باحتجاز سائق بسبب الكلاب في بولاق الدكرور

الإجراءات القانونية اللازمة تجاههما، وتولت النيابة المختصة التحقيق. تفاصيل احتجاز سائق توك توك ببولاق الدكرور ورد بلاغ لقسم شرطة بولاق الدكرور، يفيد تعرض سائق توك توك للاحتجاز على يد عاطل، لخلاف بينهما على مبلغ ١٠ آلاف جنيه، خاص بمشاركته في مشروع لتربية الكلاب وبيعها. القبض على المتهمين بإجراء التحريات توصل رجال المباحث إلى تورط عاطل وصديقه في احتجاز المجني عليه، بإحدى الشقق المستأجرة، وتم ضبطهما، وتحرير السائق من الاحتجاز، وتحرر محضر الواقعة، لتتولى النيابة المختصة التحقيق.



اعترف المتهمان باحتجاز سائق في بولاق الدكرور، بصحة الاتهام المنسوب إليهما، وذكر أن خلاف مالي بين أحدهما والمجني عليه، متعلق بمشروع لتربية الكلاب وبيعها، أدى لاحتجازهما له بشقة مستأجرة خاصة بأحدهما، لإجباره على سداد مبلغ ١٠ آلاف جنيه. أضافا أنهما تقابلا مع المجني عليه بأحد

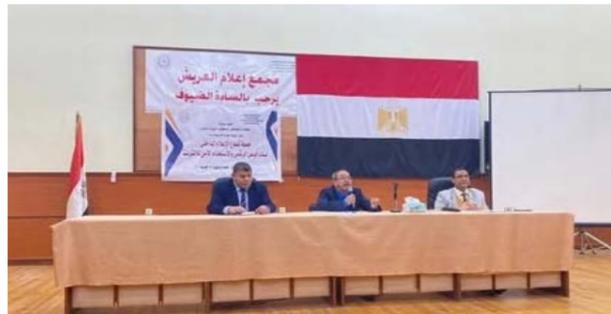
## السيطرة على حريق شقة في المريوطية دون إصابات



الشقة لكشف ملابس الواقعة، وتم اتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة تجاه الواقعة.

اندلع حريق داخل شقة سكنية في منطقة المريوطية، وعلى الفور تمت السيطرة عليه دون وقوع إصابات، وتولت النيابة المختصة بالتحقيقات. تلقت غرفة عمليات النجدة بلاغاً من الأهالي بنشوب حريق داخل شقة سكنية في المريوطية، وعلى الفور انتقلت سيارات الإطفاء إلى المكان، وتمت عملية إخماد الحريق. ويستمتع رجال المباحث بمديرية أمن الجيزة إلى أقوال شهود العيان وقاطني

## "الوعي سلاح العصر" محاضرة توعوية بمجمع إعلام العريش حول مواجهة الحروب الحديثة



واختتم حديثه مستشهداً بمقولة المفكر تيتس نهات هان بأن الوعي كالشمس عندما تسطع على الأشياء فإنها تكشف حقيقتها مؤكداً أن المجتمعات الواعية هي الأكثر قدرة على حماية نفسها وصون استقرارها في مواجهة التحديات المختلفة. وقد شهدت المحاضرة تفاعلاً من الحضور حيث دارت مناقشات حول أهمية تعزيز الوعي لدى المواطنين خاصة فئة الشباب ودور المؤسسات الثقافية والإعلامية في بناء مجتمع قادر على التمييز بين الحقيقة والشائعة.

ذو العقل يشقى في النعيم بعقله وأخو الجهالة في الشقاوة ينعم موضحاً أن المعرفة قد تكون أحياناً عبئاً ثقيلاً لكنها في الوقت نفسه الطريق الحقيقي لحماية المجتمعات من التضليل والشائعات. وفي سياق المحاضرة أكد الدكتور زكريا هيبه أن نشر الوعي بين الشباب يمثل خط الدفاع الأول في مواجهة الحروب الحديثة التي تعتمد على بث الشائعات وإثارة البلبلة والتأثير على الرأي العام عبر وسائل الإعلام والمنصات الرقمية.

نظم مجمع إعلام العريش اليوم الأربعاء محاضرة توعوية بعنوان تعزيز الوعي لدى المواطنين لمواجهة الحروب الحديثة ألقاها الدكتور زكريا هيبه بحضور عدد من الشباب والمهتمين بالشأن العام وذلك في إطار جهود نشر الثقافة والوعي المجتمعي في مواجهة التحديات الفكرية والإعلامية المعاصرة. واستهل الدكتور زكريا هيبه حديثه بالإشارة إلى أهمية الوعي في زمن تعدد فيه أدوات التأثير وتشابك فيه وسائل الحرب غير التقليدية مؤكداً أن المعركة لم تعد عسكرية فقط بل أصبحت معركة ووعي وفكر وإدراك. واستشهد في بداية المحاضرة بمقولة للفيلسوف نيتشه تقول إن الوعي لا يعذب إلا ذوي الضمائر الحية في إشارة إلى أن إدراك الحقيقة وتحمل مسؤوليتها يحتاجان إلى ضمير يقظ وعقل حاضر. كما تطرق خلال حديثه إلى بيت الشعر الشهير للشاعر أبو الطيب المتنبي

## متى تقلق من شهية الطفل الضعيفة؟ ونصائح فعالة لتعزيز رغبته في الطعام



نمط الطعام المنزلي. التنوع في هذه المرحلة يرسخ قبولاً أوسع للأطعمة لاحقاً. متى يتطلب تقييماً متخصصاً؟ إذا ترافق ضعف الشهية مع فقدان وزن ملحوظ، أو تأخر في النمو، أو خمول دائم، فالتقييم الطبي ضروري. قد يتطلب الأمر خطة غذائية بإشراف أخصائي تغذية لضمان تلبية الاحتياجات دون ضغط نفسي على الطفل.

الألبان. الخضراوات غير المرغوبة يمكن إدخالها في أطباق محببة مثل الحساء أو كرات اللحم. منح الطفل مساحة لاختيار ما يأكله من بين خيارات صحية يعزز إحساسه بالتحكم، ويقلل الصراع على المائدة. تأثير تغذية الأم المبكرة خلال الفترة بين ستة أشهر وعام واحد، يتأثر الطفل بما تتناوله الأم، سواء عبر الرضاعة أو

**تتمه ص ٧**  
مع الوقت وزيادة النشاط الحركي، تزداد الشهية تدريجياً، لا داعي للاستعجال أو المقارنة بأطفال آخرين. استقلالية الطفل في الأكل السماح للطفل بالإمساك بالمعلقة أو تناول الطعام بيده يعزز ثقته ويزيد اهتمامه بالوجبة. عندما يُحرَم من هذه التجربة ويُطعم قسراً، قد يتحول الطعام إلى تجربة سلبية. يُفضل أن تتزامن وجبة الطفل مع مائدة العائلة. رؤية الآخرين يأكلون تشجعه على التقليد، في المقابل وجود التلفاز أو الأجهزة الذكية يشتت انتباهه ويضعف تركيزه على الطعام. لا تجبر طفلك رفض نوع معين لا يعني رفض جميع البدائل. إذا لم يتقبل الحليب يمكن تقديم الزبادي أو الجبن. إذا لم يفضل البيض، يمكن تعويض البروتين من البقول أو منتجات

## شبكة بريطانية عن محمد صلاح: أيقونة أعادت كتابة تاريخ الدوري الإنجليزي

لاعب في إنجلترا العام ٢٠٢٥ من جانب رابطة لاعبي كرة القدم المحترفين عن الموسم الرياضي ٢٠٢٤-٢٠٢٥، متفوقاً في سباق التتويج بالجائزة على زميله أليكسس ماك أليستر وألكسندر إيزاك وبرونو فيرنانديز لاعب وسط مانشستر يونايتد وكول بالمر لاعب تشيلسي وديكلان رايس من أرسنال. وأصبح محمد صلاح أول لاعب في التاريخ يفوز بجائزة الأفضل في إنجلترا ٣ مرات بعد أن حصد الجائزة ذاتها موسم ٢٠١٧ - ٢٠١٨ بجانب موسم ٢٠٢١ - ٢٠٢٢، متخطياً أساطير الدوري الإنجليزي الذين حصدوا الجائزة مرتين هم آلان شير وتيري أسطورة نيوكاسل وهنري والنجم البرتغالي كريستيانو رونالدو ولاعب مانشستر سيتي السابق كيفين دي بروين.

وقدم محمد صلاح موسمًا استثنائيًا للتتويج بلقب الدوري الإنجليزي الممتاز "البريميرليج" للمرة العشرين في تاريخه، ليعادل رقم مانشستر يونايتد القياسي في عدد مرات التتويج باللقب المحلي. وحصد محمد صلاح جائزة الحذاء الذهبي كأفضل هداف في الدوري الإنجليزي الممتاز برصيد ٢٩ هدفاً وذلك للمرة الرابعة في مسيرته، معادلًا رقم تيري هنري أسطورة أرسنال، كما بات "الفرعون المصري" ثاني لاعب في تاريخ الدوري الأقوى في العالم الذي يحقق الحذاء الذهبي ٤ مرات، بعد تيري هنري الذي حصد الجائزة أعوام ٢٠٠٢ و ٢٠٠٤ و ٢٠٠٥ و ٢٠٠٦. اقتنص محمد صلاح جائزة أفضل

من الأرقام القياسية التهديدية، فقد جمع بين السرعة والمهارة والقدرة العالية على التسجيل، ما جعله واحدًا من أكثر المهاجمين تكاملاً في كرة القدم الحديثة، ونتيجة إنجازاته وتأثيره الكبير في الدوري الإنجليزي، يرى كثيرون أنه من أفضل اللاعبين الأفارقة الذين لعبوا في إنجلترا على الإطلاق. واختتمت الشبكة البريطانية حديثها عن محمد صلاح قائلة، لقد تجاوز الملك المصري كل التوقعات خلال مسيرته الاحترافية، ونجح في ترسيخ اسمه بين أساطير اللعبة، ليعتبر اليوم أحد أبرز وأفضل لاعبي كرة القدم في تاريخ القارة الأفريقية. محمد صلاح صائد الجوائز الفردية مع ليفربول



كما لعب دوراً محورياً في عودة صلاح في نادي تشيلسي لم تحقق النجاح المنتظر، فإن مسيرته شهدت تحولاً مذهلاً لاحقاً ليصبح أحد أبرز نجوم كرة القدم العالمية مع ليفربول. وأضاف، ويحتل محمد صلاح حالياً المركز الرابع في قائمة الهادفين التاريخيين للدوري الإنجليزي الممتاز،

على الرغم من أن تجربة محمد صلاح في نادي تشيلسي لم تحقق النجاح المنتظر، فإن مسيرته شهدت تحولاً مذهلاً لاحقاً ليصبح أحد أبرز نجوم كرة القدم العالمية مع ليفربول. وأضاف، ويحتل محمد صلاح حالياً المركز الرابع في قائمة الهادفين التاريخيين للدوري الإنجليزي الممتاز،

حظي محمد صلاح نجم منتخب مصر ونادي ليفربول الإنجليزي بإشادة واسعة من جانب شبكة Givemesport البريطانية، بعدما واصل كتابة التاريخ بقميص ليفربول، بعدما حقق إنجازاً أوروبياً جديداً في بطولة دوري أبطال أوروبا، مؤكداً مكانته كأحد أبرز أساطير النادي في العصر الحديث. محمد صلاح يصنع التاريخ في الدوري الإنجليزي ودخل محمد صلاح تاريخ ليفربول من أوسع أبوابه، بعدما أصبح أكثر لاعب مشاركة مع الفريق في دوري الأبطال برصيد ٨١ مباراة، متجاوزاً الرقم الذي ظل لسنوات باسم أسطورة الدفاع جيمي كاراجر. وقالت الشبكة البريطانية عن محمد

## بعثة الأهلي تطير إلى تونس اليوم لمواجهة الترجي في دوري أبطال أفريقيا



تغادر بعثة فريق الكرة بالنادي الأهلي ظهر اليوم، الخميس، القاهرة في طريقها إلى تونس على متن طائرة خاصة لمواجهة الترجي التونسي في ذهاب الدور ربع النهائي لبطولة دوري أبطال أفريقيا في اللقاء الذي سيقام في الحادية عشر من مساء الأحد المقبل بتوقيت القاهرة، ورغم أن الجهاز الفني للفريق بقيادة الدماركي ييس توروب كان قد حدد غداً، الجمعة، موعداً للسفر إلى تونس لخوض اللقاء المرتقب إلا إن محمود الخطيب رئيس النادي طلب تقديم موعد السفر إلى تونس ٢٤ ساعة ويتأسر البعثة سيد عبد الحفيظ عضو المجلس. قرار تقديم موعد السفر لتونس وجاء قرار الخطيب بتقديم موعد السفر ضمن قرارات أخرى تم إتخاذها والإعلان عنها مساء أمس الأول، الثلاثاء، بسبب حالة الغضب

الجماهيري بعد خسارة الفريق من طلائع الجيش ٢-١ مساء الاثنين في الدوري الممتاز وهي الخسارة التي تسببت في هجوم شديد من الجماهير ضد الجميع في النادي لذا قرر الخطيب خصم ٣٠٪ من راتب لاعبي الفريق الأول وتعليق ٢٥٪ من قيمة عقودهم، لحن حسم موقف الفريق من المنافسة على بطولتي الدوري ودوري أبطال أفريقيا، كما تم تقديم موعد سفر الفريق الأول إلى تونس لملاقاة الترجي لإتاحة الفرصة للجهاز

تغادر بعثة فريق الكرة بالنادي الأهلي ظهر اليوم، الخميس، القاهرة في طريقها إلى تونس على متن طائرة خاصة لمواجهة الترجي التونسي في ذهاب الدور ربع النهائي لبطولة دوري أبطال أفريقيا في اللقاء الذي سيقام في الحادية عشر من مساء الأحد المقبل بتوقيت القاهرة، ورغم أن الجهاز الفني للفريق بقيادة الدماركي ييس توروب كان قد حدد غداً، الجمعة، موعداً للسفر إلى تونس لخوض اللقاء المرتقب إلا إن محمود الخطيب رئيس النادي طلب تقديم موعد السفر إلى تونس ٢٤ ساعة ويتأسر البعثة سيد عبد الحفيظ عضو المجلس. قرار تقديم موعد السفر لتونس وجاء قرار الخطيب بتقديم موعد السفر ضمن قرارات أخرى تم إتخاذها والإعلان عنها مساء أمس الأول، الثلاثاء، بسبب حالة الغضب

## إنبي يوقف انتصارات الزمالك وينضم للسبعة الكبار في مرحلة التتويج بالدوري



وهو ما تسبب في اعتراضات من لاعبي إنبي. بهذه النتيجة تتوقف سلسلة انتصارات الزمالك ويتجمد رصيده عند النقطة ٤٣ في صدارة الدوري المصري بينما يصعد إنبي إلى المركز السابع برصيد ٣٠ نقطة ليتأهل لمجموعة المنافسة على اللقب. وشهد المباراة إثارة وندية بين الفريقين، حيث كان إنبي الطرف

خسر فريق الزمالك أمام إنبي بهدف نظيف في المباراة التي جمعتها مساء اليوم الأربعاء على استاد المقاولون العرب ضمن مؤجلات الجولة الخامسة عشرة من مسابقة الدوري الممتاز، لينضم الفريق البترولي للسبعة الكبار في مرحلة التتويج باللقب. وسجل أحمد العجوز هدف الفوز لفريق إنبي في الدقيقة ١٨ من ركلة جزاء، بينما أهدر زميله أحمد كالوشا ركلة جزاء أخرى احتسبت للفريق البترولي في الدقيقة ٣٨. وأثارت الركلة حالة من الجدل داخل الملعب، بعدما اصطدمت بالعارضة أعلى مرمى الحارس مهدي سليمان، وسط تساؤلات حول ما إذا كانت الكرة قد تخطت خط المرمى بالكامل قبل ارتدادها.

وهو ما تسبب في اعتراضات من لاعبي إنبي. بهذه النتيجة تتوقف سلسلة انتصارات الزمالك ويتجمد رصيده عند النقطة ٤٣ في صدارة الدوري المصري بينما يصعد إنبي إلى المركز السابع برصيد ٣٠ نقطة ليتأهل لمجموعة المنافسة على اللقب. وشهد المباراة إثارة وندية بين الفريقين، حيث كان إنبي الطرف



الشهر الحالي. حسام حسن يتمسك بخوض وديتين ويتمسك حسام حسن بضرورة استغلال فترة الأجددة الدولية المقبلة لخوض مباراتين وديتين، حيث يضع الجهاز الفني للتمسك الأخيرة على برنامج الإعداد البدني والفني، وتأتي هذه الرغبة في إطار رؤية "العميد" لبناء هيكل قوي للمنتخب ودمج العناصر الجديدة مع القوام الأساسي، لضمان جاهزية القوي قبل العودة للمنافسات الرسمية، مؤكداً أن التجارب الودية هي السبيل الأمثل لتقييم مستويات جميع اللاعبين ووضعهم تحت ضغوط المباريات الدولية.

## حسام حسن يؤجل إعلان قائمة المنتخب لبعث إياب ربع نهائي بطولتي أفريقيا

استقر الجهاز الفني لمنتخب مصر الأول لكرة القدم، بقيادة المدير الفني حسام حسن، على تأجيل الإعلان الرسمي عن قائمة اللاعبين المختارين لمعسكر شهر مارس الجاري إلى ما بعد انتهاء مباريات إياب دور ربع نهائي بطولتي دوري أبطال أفريقيا والكونفدرالية



ويهدف هذا القرار إلى مراقبة الحالة البدنية والطبية للاعبين الأندية المصرية المشاركة في المنافسات القارية، وتجنب ضم أي عنصر قد يتعرض للإصابة أو الإجهاد قبل انطلاق المعسكر المقرر في الثاني والعشرين من

ويهدف هذا القرار إلى مراقبة الحالة البدنية والطبية للاعبين الأندية المصرية المشاركة في المنافسات القارية، وتجنب ضم أي عنصر قد يتعرض للإصابة أو الإجهاد قبل انطلاق المعسكر المقرر في الثاني والعشرين من



## مواعيد مباريات منتخب مصر للناشئين في تصفيات شمال أفريقيا بليبيا

مباريات منتخب "مواليد 2009" في تصفيات شمال أفريقيا المؤهلة لكأس الأمم	
27 مارس 2026	مصر VS تونس
30 مارس 2026	مصر VS المغرب
2 أبريل 2026	مصر VS ليبيا
5 أبريل 2026	مصر VS الجزائر

مواعيد مباريات منتخب مصر للناشئين  
المجموعة وتأمين التأهل الرسمي. في تصفيات شمال أفريقيا

أيام قليلة تفصل منتخب مصر للناشئين موليد ٢٠٠٩، بقيادة حسين عبد اللطيف عن خوض منافسات التصفيات المؤهلة لبطولة كأس الأمم الأفريقية في ليبيا والتي تنطلق يوم ٢٤ مارس الجاري.

ويقيم المنتخب حاليا معسكرا مغلقا في مركز المنتخبات استعدادا للبطولة، على أن يتوجه منتخب مصر إلى ليبيا يوم ٢١ مارس الجاري، استعدادا لخوض التصفيات الأفريقية

جدول مباريات منتخب مصر للناشئين في التصفيات يفتتح المنتخب المصري مشواره بمواجهة قوية أمام نظيره التونسي في السابع والعشرين من مارس ٢٠٢٦، تليها مباراة مرتقبة ضد المنتخب المغربي في الثلاثين من الشهر ذاته.

وتستمر المنافسات في شهر أبريل، حيث يلتقي الفراعنة بالمنتخب الليبي في الثاني من أبريل، قبل أن يختموا سلسلة مبارياتهم بمواجهة نارية أمام المنتخب الجزائري في الخامس من أبريل.

وتعكس هذه اللقاءات قوة المنافسة في منطقة شمال أفريقيا، مما يتطلب

## بيراميدز يخوض أول مرانه علي فرعي مركب الأمير مولاي عبد الله استعدادا للجيش الملكي



عبد الله بالرباط، على أن يختتم تدريباته غدا الخميس على الملعب الأولمبي الذي تقام عليه مواجهة الجيش الملكي.

وجاءت القائمة على النحو التالي: حراسة المرمى: أحمد الشناوي - محمود جاد - شريف إكرامي

خط الدفاع: أحمد سامي - أسامة جلال - محمد الشيباني - محمود مرعي - كريم حافظ

خط الوسط: مهند لاشين - محمود زلاكة - ناصر ماهر - عودة فاخوري - مصطفى زيكو - إيفرتون داسيلفا

خوض فريق نادي بيراميدز أول تدريباته في العاصمة المغربية الرباط مساء اليوم استعدادا لمواجهة الجيش الملكي في إطار مباريات دوري أبطال أفريقيا.

ويحل نادي بيراميدز بطل قارة أفريقيا ضيفا على الجيش الملكي في الثانية عشرة من فجر السبت المقبل على الملعب الأولمبي بالرباط.

في ذهاب ربع نهائي دوري الأبطال. ومن المقرر أن يخوض الفريق مرانه الأول مساء اليوم على الملعب الفرعي لمركب الأمير مولاي

عبد الله بالرباط، على أن يختتم تدريباته غدا الخميس على الملعب الأولمبي الذي تقام عليه مواجهة الجيش الملكي.

وجاءت القائمة على النحو التالي: حراسة المرمى: أحمد الشناوي - محمود جاد - شريف إكرامي

خط الدفاع: أحمد سامي - أسامة جلال - محمد الشيباني - محمود مرعي - كريم حافظ

خط الوسط: مهند لاشين - محمود زلاكة - ناصر ماهر - عودة فاخوري - مصطفى زيكو - إيفرتون داسيلفا

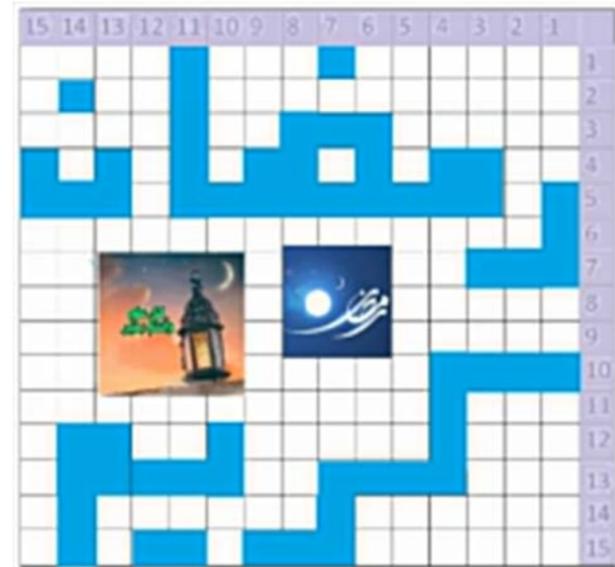
## قرار جهوري بتشكيل المجلس القومي لحقوق الإنسان لمدة أربع سنوات



تممه ص ١

١٦ - السيد / جمال ماهر عبد الحميد حسن  
١٧ - السيد / محمد جمال محمد سعيد عثمان  
١٨ - السيدة / شيرين خلف محمد فرج  
١٩ - السيدة / يارا محمود علاء الدين عبده قاسم  
٢٠ - السيد / خالد زكريا محمد أمين أبو الذهب  
٢١ - السيد / أحمد بدوي محمود بكري  
٢٢ - السيدة / هويدا عدلي رومان  
٢٣ - السيدة / مي إبراهيم محمود التلاوي  
٢٤ - السيد / بكر محمد سويلم سليمان بطرس  
٢٥ - السيد / أيمن صابر طه مصطفى عقيل  
نشر القرار في الجريدة الرسمية.

## الكلمات المتقاطعة "رمضان كريم"



إعداد | سعيد شفيق

أفقيًا

- ١- أنا ليك ..... مطلع أغنية لإصالة - حليب - ممثلة مصرية معتزلة
- ٢- موسيقار ومطرب راحل "ملك العود" - متشابهاً
- ٣- عاصمة فرنسا (معكوسة) - حرف موسيقي - فيلم لمصطفى شعبان وداليا البحيري
- ٤- من أجله -
- ٥- .....
- ٦- ناقد رياضي راحل كان رئيس تحرير مجلة الأهلي (معكوسة)
- ٧- نصف قصاص - طليق
- ٨- دولة تحارب أمريكا وإسرائيل (معكوسة) - نصف ليبي
- ٩- ..... الفتى الطائر مسلسل لعادل إمام - حرف أجنبي
- ١٠- جمع عاقل - نصف نفور
- ١١- من أنواع الخشب (معكوسة) - رئيس سابق لنادي الزمالك
- ١٢- ..... الدين يكن شاعر مصري من اصل تركي - المدير (مبعثرة) - عقل
- ١٣- أنبياء (معكوسة) - نصف رامي

١٤- عاقلات - ال..... مسلسل رمضاني لأحمد السقا وباسم سمرة (معكوسة)

١٥- رأس ..... مسلسل رمضاني أمير كرارة (معكوسة)

١٦- قادم (معكوسة) - ٧- أسط  
٨- نصف لطيف - فيلم لفيقي عبده ويوسف شعبان  
٩- علل - مسلسل لمحمود عبد العزيز وسلوى خطاب ووفاء عامر  
١٠- ..... الأمل فيلم لأم كلثوم - متشابهاً  
١١- نصف نلبي  
١٢- رأفت ..... مسلسل رمضاني شهير (معكوسة) - ود  
١٣- حرف أبجدي - من الأقارب  
١٤- للقهوة - أقوى ..... فيلم لشادية وعماد حمدي (معكوسة)  
١٥- بحبك ..... أغنية لهاني شاكر - نصيفيلم لسهير غانم ودلال عبد العزيز.

## كاريكاتور

