

## مقالة التحرير يناقش حقوق الإنسان و المصريين في الخارج وعمره المولد النبوي



### مضامين الفقرة الأولى: المصريين في الخارج

تحدثت السفيرة سها جندي، وزيرة الدولة للهجرة وشؤون المصريين بالخارج، عن تفاصيل إنشاء شركة لاستثمار أموال المصريين بالخارج برأس مال مليار دولار، مؤكدة أن الوزارة مهتمة بكل الطلبات والتحديات التي تواجه المصريين بالخارج. وقالت إن إنشاء الشركة يأتي بناء على طلب المصريين في الخارج، لافتة إلى إعلان 10 من رجال الأعمال الناجحين مشاركتهم في تأسيس الشركة، في عدة دول مثل كندا وأمريكا وجنوب إفريقيا. وأشارت إلى أن مصر تحتضن مقر الشركة وجرى الشروع في خطوات التنفيذ، مبيّنة أن ملكية الشركة وإدارتها ستكون للمستثمرين ورجال الأعمال ولا دخل للدولة بها سوى تقديم الدعم فقط.

وأضافت أن رئيس الوزراء أعلن تذليل كل العقبات التي تواجه هؤلاء المستثمرين، وذلك من خلال الهيئة العليا للاستثمار وبالتعاون مع البنك المركزي. وأفادت بأن هناك 14 مليون مصري موجودين بالخارج، تسعى الدولة إلى إشراكهم في هذه الشركة، منوهة بأن هناك اهتماماً من المصريين بالخارج في المشروعات القومية. وذكرت أنه بعد انتهاء مبادرة إعفاء سيارات المصريين بالخارج من الجمارك ونجاحها بشكل كبير، هناك مطالبات وتهافت كبير على إعادة فتح المبادرة مرة أخرى.

ولفتت إلى أن الشركة الأولى لاستثمار أموال المصريين بالخارج، ستتخذ من مصر مقراً لها، مؤكدة أنه جرى اختيار مكتب المحاماة من أكبر المكاتب الخاصة بالشركات في مصر. وأضافت أن أنشطة الشركة ستبدأ في أربعة مجالات، منها الزراعة، والتصدير، والاستيراد للمنتجات المصرية، والمنشآت السياحية، وتكنولوجيا الاتصالات.

وأشارت إلى أنها عقدت مجموعة من الاجتماعات للترويج المشروعات المصرية الكبرى التي جارٍ تخارج الدولة منها، منوهة بأنه من بينها اجتماع مع رئيس الصندوق السيادي الأمين العام التنفيذي للصندوق، وطرح على المستثمرين المصريين بالخارج المهتمين بمعرفة معلومات عن المشروعات الكبيرة، التي سيجري طرحها في مصر. وأكدت أنهم اختاروا بعض المشروعات الكبرى للتنافس فيها؛ لأنها مشروعات ناجحة ومتميزة من الممكن أن تضعهم والمصريين في مكانة جيدة، ويصنعون قصة نجاح، موضحة أنه سيُطرح أسهم في البورصة المصرية والبورصات العالمية، يستطيع كل مصري في

الخارج، امتلاك عدد من الأسهم أو شركة وفقاً لرغباتهم.

وألحقت إلى أن مبادرة إعفاء سيارات المصريين من الخارج من الجمارك، حققت نجاحاً باهراً. وذكرت أن المصريين بالخارج متحمسون بشدة لها، مؤكدة أن المبادرة حققت نجاحاً كبيراً ومكاسب حقيقية. وتابعت بأن هناك مطالب بإعادة المبادرة مرة أخرى، مستدركة أن هذا الأمر ليس سهلاً، ونحاول تكرار المبادرة مرة أخرى في مجال السيارات.

مضامين الفقرة الثانية: حقوق الإنسان

أكد عصام شيحة، عضو المجلس القومي لحقوق الإنسان، أن مركز إصلاح وتأهيل العاشر من رمضان الذي يتبع وزارة الداخلية يعد المركز الخامس الذي جرى بناؤه، وفقاً لخطة الوزارة لتطوير منظومة السجون في الدولة. وأضاف أنه ببناء هذا المركز الخامس جرى هدم 27 من السجون القديمة، من إجمالي 42 سجناً. وذكر أنه لأول مرة يلتقي المجلس القومي لحقوق الإنسان بالمسجونين في مركز التأهيل، مشيراً إلى الاطلاع على حالة المركز وتأهيل المسجونين وحقوقهم داخل المركز وحالتهم الصحية بالمستشفى. وأكد أن المسجونين في مركز التأهيل يتعلمون قدرات جديدة بمقابل مادي.

وذكر أن المسجون يعامل في المركز كإنسان له حق متساو مع الآخرين في المجتمع، مضيفاً أن المركز مراقب بالكاميرات في الممرات لمراعاة الخصوصية، بجانب التهوية الجيدة والنظافة العامة، علاوة على توافر عروض فنية وأنشطة ترفيهية متعددة مثل العروض الفنية والأغاني الوطنية داخل المركز. وأكد أن النزلاء يشيرون بتعامل الضباط معهم مما جعل هناك فارقاً إيجابياً نفسياً على المسجون. ولفت إلى أن القيادات الشرطة تتلقى تدريباً للتعامل مع النزلاء، وغيرت الفلسفة العقابية، مردفاً بأن النزلاء يشيرون بتعامل الضباط معهم، وقالوا إن نقلهم من السجون القديمة ليس نقل مبانٍ فقط، وإنما أسلوب التعامل أيضاً.

وأشار إلى أن مهمة المجلس هي المحافظة على كرامة المواطن المصري وخاصة فئة المسجونين، حيث جرى ملاحظة الاهتمام بالمركز والنزلاء، خاصة في الجانب الصحي والاجتماعي. ولفت إلى أن بعض النزلاء لديهم قلق من عدم وجود الرعاية الصحية التي يجدونها في مستشفى مركز الإصلاح عقب انتهاء مدة حبسهم، مما يدل على أن اهتمام وتوجه من الدولة بهذه الفئة من المواطنين. وذكر أن بعض المرضى المسجونين الذين شارفت مدة سجنهم على الانتهاء يعانون رعباً شديداً بعد خروجهم من السجن لتخوفهم من عدم تلقيهم نفس الرعاية الصحية خارج السجن.

مضامين الفقرة الثالثة: عمرة المولد النبوي

تحدث ناصر ترك، عضو اللجنة العليا للحج والعمرة، عن تفاصيل عمرة المولد النبوي الشريف الذي يحل في نهاية شهر سبتمبر المقبل، وعن تكلفتها. وأوضح أن المصريين يحبون أداء العمرة بمناسبة المولد النبوي، منوهاً بأن تكلفة العمرة تبدأ من 26 ألف جنيه للبرنامج الاقتصادي مدتها 12 يوماً، وتصل إلى أكثر من 40 ألف جنيه لـ 5 نجوم ويكون هناك 4 أفراد في الغرفة. ولفت إلى أن الأسعار مثل العام الماضي، باستثناء تذكرة الطيران التي لم يجري تحديدها حتى الآن، مبيناً أن ضوابط العمرة مريحة هذا العام، مؤكداً أن هناك رعاية كاملة للمصريين الأولى بالرعاية إضافة إلى تسهيلات كبيرة من قبل وزارة السياحة.

ونوه بأنه جرى استكمال كل الترتيبات مع الجانب السعودي، مبيناً أن أي إخلال فيما يتعلق بالفنادق والانتقالات أو التخلف عن مواعيد الاستقبال في المطار من ضمن مسؤوليات الجانب السعودي، كما أنه جرى إخطار البعثة المصرية بأي تقصير، وعمل تعويض مادي للمعتمر المصري وهو ما حدث في موسم الحج بعض تلاقى بعض الشكاوى من بعض الحجاج.

مضامين الفقرة الرابعة: الأطعمة الصحية

حدّر الدكتور مجدي نزيه، خبير التغذية، من تناول بذور الشيا وبذور الكتان يومياً للجسم بشكل كثيف. وشدد على أنه لا يُستحب التعامل مع البذور واستخدامها كأطعمة؛ لاحتوائها على بعض المركبات السالبة. ووجه بضرورة استخدام اللب والسسم؛ لاحتوائهما على مركبات عضوية تنظم الهرمونات، بصفة خاصة لب اليقطين "اللب الأبيض".

وذكر أن الخميرة الفورية "البلدي" لها فائدة للجسم تتمثل في معالجتها الإمساك، وضبط ميكروبات الأمعاء النافعة، وإصلاح الأنيميا وتساقط الشعر، وقال: «نضع قطعة مكعب خميرة 2 سم لكل فرد ووضعه في كوب مع ملعقة سكر ودمجهم حتى السيلان، ووضع كمية من اللبن على حرارة 40 وتلقيهم لـ 10 دقائق وشربه قبل النوم».

وأكد أن البطاطا من الأطعمة المفيدة جداً خاصة ذات اللون البرتقالي، لافتاً إلى أنها تجابه أورام الثدي؛ لاحتوائها على فيتامين A وبيتا كاروتين. وتابع أن أفضل طريقة لاستعمال البطاطا هي التقشير والتخريط قطع وسلقها في مياه ووضع الزبيب عليها أو المكسرات. وأشار إلى أنه يمكن تخريط البطاطا وتخزينها مكعبات في الفريزر واستعمالها لاحقاً.

وأكد أن مشكلة الانتفاخ لها بعدان، أولاً اختفاء البكتيريا المفيدة، ويحل بدلا منها البكتيريا الضارة التي تولد الغازات. وتابع بأن ثاني أبعاد الانتفاخ هو الإكثار من الأغذية المصنعة وسريعة التحضير. وقال إن قديماً كان لا يوجد مناظير طبية ولا سرطان قولون بسبب إجراء غسيل أسبوعي للقولون من خلال الشربة، إضافة إلى تناول السلطة الخضراء خماسية الألوان والأكل الصحي. وطالب بالابتعاد عن الكيمياء والأغذية سابقة التصنيع من أجل تجنب الإصابة بأمراض القولون وسرطانها. وتطرق إلى أن الكركم مفيد ولكن لا يزيد عن نصف ملعقة يومياً يضاف عليها ليمونة وملح وفلفل أسود وشوربة أو ماء ساخن ويعد مضاد قوي وفعال للالتهابات ويتم تناوله في أي وقت من اليوم.

وحذّر من خطورة تناول المليينات في حالة الإصابة بالإمساك. وقال إن المليينات توقف ميكانيزم عمل القولون، مما يؤدي لخمول مستمر للقولون مستقبلاً. وقال إن من 50 أو 60 سنة كان رب الأسرة يوقف أولاده طابور يوم الخميس بالليل، وكل واحد يأخذ شربة زيت - ملح؛ لأنها تغسل القولون، ولم نكن نسمع آنذاك عن كمية المناظير، أو لماذا المصريين كلهم عندهم التهاب في القولون؟، أو ارتفاع معدل الإصابة بسرطانات القولون. وأشار إلى أن الملوخية والبامية بهما مادة كورتيزون طبيعية، واصفا البامية بسيدة الخضروات التي لا تحب الشريك.

ورأى أن من فوائد الملوخية أنها تؤكل بالعيش الذي يحتوي على الزنك المفيد للمناعة والمركب الذي يمتص الزنك موجود فقط في الملوخية والتي تعمل أيضاً على تطيين المعدة وتقاوم الأورام. ونصح بأن الشمرو الكراوية والينسون أعشاب مفيدة للجسم؛ لاحتوائها على مركبات تساعد المعادن على امتصاصها، وأوصى بتناول تلك الأعشاب بواقع 1 كوب يومياً. وتابع بأن تناول الزبيب مفيد للجسم لكن يجب عدم تناول الزبيب المغسول بمواد أكسيد، منوهاً بأن هناك نوعاً يجفف بصورة طبيعية ويكون غير مغسول وهذا هو الأفضل من النقي المغسول بأوكسيد.