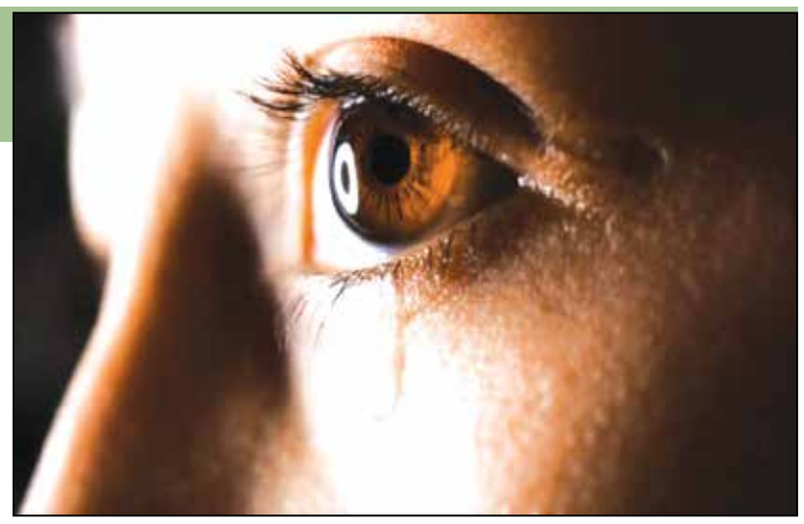
ما الذي تقوله عينك عن صحتك؟



كشف أطباء العيون عن مجموعة من الأعراض البصرية التي تشير إلى العديد من المشكلات الصحية في الجسم.

ويمكن للتغييرات البسيطة في العين أن تشير إلى مجموعة من المشكلات الخطيرة المتعلقة بالصحة ونمط الحياة، بما في ذلك السكري، والاستخدام المفرط للأجهزة الإلكترونية والتعرض لأشعة الشمس.

ويقدم طبيب العيون الدكتور كيري ميدس مجموعة من العلامات التي تظهر في العين، والتي يجب زيارة الطبيب على الفور عند ملاحظتها.

حلقات بيضاء حول القرنية

إذا ظهرت حلقات بيضاء حول قوس القرنية (أو القزحية)، فهذا يعني أنه حان الوقت لزيارة الطبيب، إذ أنه على الرغم من أن هذه الحلقة قد تكون إحدى علامات الشيخوخة، إلا أنها قد تكون مؤشرا على ارتفاع الكوليسترول في الدم، ويمكن أن تتنبأ بالسكتة الدماغية.

وقد تكون هذه الحلقة غير ضارة في الغالب، إلا أنه في حال كان عمرك أقل من ٤٥ عاما، فقد يكون من المفيد زيارة أخصائي صحي.

ظهور الماء في العين

قد تكون هذه علامة على أن الشخص يقضي وقتا طويلا في التحديق بجهاز الكمبيوتر، وقد حان الوقت للاستراحة من الشاشة. فعند النظر مطولا إلى الشاشة ينخفض معدل الرمش ويتم امتصاص الدموع، ما يسبب ظهور الماء في العينين.

رؤية أجسام (عائمة)

يرى البعض بقعا صغيرة تتحرك في مجال رؤيتهم كأنها تطفو في الفضاء المحيط، وعلى الرغم من أنها حالة شائعة نسبيا، إلا انه لا ينبغي تجاهلها.

فهذه الحالة عادة ما تكون جزءا طبيعيا من التقدم في السن، ولكن في حال رؤيتها أكثر من المعتاد فقد تكون إشارة إلى وجود عدوى داخل العين.

تحول بياض العين إلى الأصفر

هذه علامة مؤكدة على وجود مشكلة ما في الجسم، ما يتطلب زيارة الطبيب، حيث يكون اصفرار بياض العين علامة على وجود خطر كبير في الكبد، أو ربما يكون علامة قوية على الإصابة باليرقان، وهو حالة تحدث عندما تكون هناك كمية زائدة في الدم من صباغ بني مائل إلى الصفرة يسمى (بيليروبين)، يتكون من انهيار خلايا الدم الحمراء في الدم.

جفاف العيون

تعد العيون الجافة مشكلة شائعة بالنسبة للكثيرين، ووفقا للخبراء، فإن السبب الطبيعي لهذه الحالة هو أنها شكل من أشكال الحساسية. ويمكن لعدة أدوية تباع من دون وصفة طبية المساعدة في التغلب على هذه الحساسية.

وخز في العينين

يوجد تفسير بسيط لهذه الحالة، وهو أن الشخص مرهق للغاية، ويحدث الوخز عندما تتقلص العضلات وتحدث تشنجات في الأعصاب، وهي حالة مرتبطة إلى حد كبير بالتعب والإجهاد، ما يتطلب الحصول على بعض الراحة للتخلص من الألم.

بقع بيضاء في القرنية

بالنسبة لأولئك الذين يرتدون العدسات اللاصقة، فمن المستحسن مراقبة ظهور بقع بيضاء على القرنية أو الطبقة الواضحة أعلى مقدمة مقلة العين، حيث يمكن لهذه العلامات أن تشير إلى وجود التهابات في القرنية.

ويقول الدكتور ميدس إنه من الصعب جدا الإصابة بعدوى القرنية دون حدوث صدمة ما، (وهذا هو السبب في كونها أكثر شيوعا بين أولئك الذين يرتدون العدسات اللاصقة).

عدم وضوح الرؤية

لا ينبغي أبدا تجاهل الرؤية غير الواضحة، لأنها قد تشير إلى مشكلات تتعلق بالعين أو بمرض السكري، وهو ما يستدعي إجراء فحص شامل لمعرفة الأسباب الكامنة وراء ذلك.

ايران وارمينيا توطدان علاقاتهما الاكاديمية والجامعية

دعا السفير الارميني لدى طهران آرتاشس تومانيان الى تعزيز التعاون بين جامعات البلدين على الصعد العلمية والصناعية. واشار تومانيان، في تصريح له خلال زيارته لجامعة (امير كبير) التكنولوجية في طهران يوم الاثنين، الى الطاقات العلمية والتعليمية في الجامعات الايرانية، معربا عن سروره للتعرف على هذه الطاقات العلمية لهذه الجامعات خلال الزيارة. ونوه الى امكانيات ايران في جميع المجالات، موضحاً: إن جامعات البلدين ينبغي لها تمتين الاواصر على جميع الصعد الاكاديمية والتقنية.

واشاد تومانيان بجامعة (امير كبير) التكنولوجية ووصفها بأنها تمتلك طاقات علمية وتعليمية طيبة وتستطيع جامعات ارمينيا الافادة منها.

وأثنى على استراتيجية جامعة (امير كبير) في اقامة العلاقات مع جامعات بلدان الجوار.

العلم يكشف: ماذا يحدث حين نأكل مع الأصدقاء

كشفت دراسة حديثة عن تأثير واضح لتناول الطعام بصحبة آخرين، وانعكاس ذلك على كمية الطعام التي يستهلكها الإنسان.

ويمكن أن يرتفع استهلاك الغذاء بنسبة ٥٠ بالمئة تقريبا، عند يتناول الفرد وجبة مع العائلة أو الأصدقاء، وذلك بالمقارنة مع الأكل وحيدا، وقد يكون السبب في ذلك وراثيا، يعود إلى زمن أجدادنا الأوائل، وتجارب الصيد.

فقبل آلاف السنين، كانت مجموعات الناس تتجمع لتناول المتاح من حصيلة الصيد، وكان الأكل بكميات كبيرة بمثابة (حماية لهم) خلال الفترات التي يشح فيها الصيد ويقل الطعام، وفق دراسة أجرت جامعة (برمنغهام) في بريطانيا.

ويتعلق أحد الدوافع الأخرى الأكثر حداثة بحجم استهلاك الطعام، بالرغبة في نقل صور وانطباعات مختلفة إلى الآخرين.

واكتشفت الدراسة أن الأكل مع آخرين (أكثر متعة) من الأكل المنفرد، مما يشير إلى أن مراكز المخ تشجع الناس على الاستمرار في الفعل ذاته، وبالتالي التهام طعام أكثر. وقالت عالمة النفس هيلين رودوك: (وجدنا دليلا قويا على أن الناس يتناولون المزيد من الطعام مع الأصدقاء والعائلة مقارنة بتناول الطعام بمفردهم). لكنها أشارت إلى أن الناس يريدون أيضا نقل الانطباعات الإيجابية للغرباء، وقد يؤدي ذلك إلى تناول كميات أقل وباختيارات مختلفة، حين يتعلق الأمر بتناول وجبات مع غرباء.

ووفق لرودوك، تؤكد نتائج الدراسة أننا نختار غالبا (نوع) و(مقدار) ما نتناوله من الطعام، بناء على نوع الانطباع الذي نريد أن ننقله عن أنفسنا.

وعند تناول الطعام بصحبة غرباء أو أشخاص لا نحبهم، فإن التأثير كان مختلفا بوضوح، عما تم شرحه سابقا.

جامعة تبريز للعلوم الطبية؛

التعرف على جينات اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط عند الاطفال

تم التعرف ولأول مرة بواسطة الباحثين في جامعة تبريز للعلوم الطبية على جينات (اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط) عند الاطفال.

قال رئيس مجموعة التحقيق في جامعة تبريز الدكتور (احمد علي بور) امس الثلاثاء للصحفيين : تم التعرف على هذه الجينة بعد دراسة جينية استمرت لسنوات على ٢١٠ من الاطفال الذين تتراوح اعمارهم بين ٨ الى ١٥ سنة.

اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط أو قصور الانتباه وفرط الحركة : هو اضطراب نفسي من نوع تأخر النمو العصبي يبدأ في مرحلة الطفولة عند الإنسان، وهي تسبب نموذجا من تصرفات تجعل الطفل غير قادر على اتباع الأوامر أو على السيطرة على تصرفاته، أو أنه يجد صعوبة بالغة في الانتباه للقوانين وبذلك هو في حالة إلهاء دائم بالأشياء الصغيرة.

المصابون بهذه الحالة يواجهون صعوبة في الاندماج في صفوف المدارس والتعلم من مدرسيهم، ولا يتقيدون بقوانين الصف، مما يؤدي إلى تدهور الأداء المدرسي لدى هؤلاء الأطفال بسبب عدم قدرتهم على التركيز وليس لأنهم غير أذكياء، لذلك يعتقد أغلبية الناس أنهم مشاغبون بطبيعتهم.

واضاف الدكتور علي بور ان انتشار هذا المرض عالميا بين ٢ – ٨٪ ولكن في ايران ٦–١٠٪ وعند الذكور هو اكثر من الاناث .

وقال ايضا ان الدواء الذي يؤثر على هذه الجينات سيتم اختباره على الحيوانات وبعد تأييده نهائيا سيتم اختباره على الانسان ومن ثم عرضه في الاسواق .

وبين ان البحوث المتعلقة بنتائج هذا البحث تم نشرها في مجلة (جينوميكس) الامريكية .

وتندرج أعراض (متلازمة اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه) تحت أحد الملامح السائدة بشكل طبيعي في عموم البشر. يعد فرط الحركة ونقص الانتباه من ضمن اضطرابات النمو التي يتأخر فيها نمو بعض سمات الشخصية مثل التحكم في الدوافع. ويتراوح هذا التأخر في النمو بين ٣ و٥ سنوات. ويعتقد أن حالات التباطؤ هذه قد تؤدي إلى إعاقة النمو. وعلى الرغم من ذلك، فإن تشخيص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لا ينطوي على الإصابة بمرض عصبي.

الطاقات العلمية والتقنية الإيرانية تدعم بلدان الجوار علمياً وتقنياً

صرح وزير العلوم والأبحاث والتكنولوجيا الإيراني منصور غلامي أنّ الجمهورية الإسلامية الإيرانية بصفتها مناراً علمياً تدعم رفع المستوى العلمي والتقني لبلدان الجوار والعالم.

وفي هذا الصدد قال غلامي إنّ أحد البرامج المدرجة على جدول أعمال الوزارة يتمثل في استقطاب الطلبة الأجانب، معتبراً أنّ تعزيز العلاقات على الصعيد العلمي من شأنه أن يؤثر إيجابياً على تحقيق مزيد من الإنجازات العلمية كما أنه يثمر عن تمتين أواصر الصداقة بين بلدان العالم.

وأضاف أنّ اختيار إيران كمقصد علمي لمواصلة الدراسة يثمر عن تعريف الطلبة الأجانب بانجازات البلاد على الصعد الاجتماعية والثقافية والتاريخية.

ودعا الجامعات الإيرانية إلى الحفاظ على علاقاتها بنظيراتها الأجنبية، وقال، إنّ هذا الأمر من شأنه أن يرتقي بالمستوى العلمي والتقني لدول الجوار.

وفي سياق آخر ورداً على سؤال بشأن أحدث الإجراءات للإفراج عن العالم الإيراني المعتقل في أميركا مسعود سليماني قال: إنّ وزارة الخارجية تضطلع بمسؤولية متابعة هذا الموضوع، منددا بالممارسات الأميركية غير الشرعية.

وحمّل أميركا المسؤولية لما حصل للعالم سليماني، مضيفاً أنّ عليها التعويض عن جميع الخسائر الناجمة بما فيها التداعيات الجسدية والنفسية لاعتقاله.

٢٠٠ شركة تشارك في المعرض الدولي الثاني عشر ..

إيران ضمن البلدان المتفوقة في مجال تقنية النانو

أعلن رئيس مركز تنمية التقنيات الاستراتيجية التابع للقسم العلمي في مكتب الرئاسة الإيرانية إسماعيل قادري عن انضمام الجمهورية الإسلامية الإيرانية إلى نادي البلدان المتفوقة في مجال تقنية النانو.

وقال قادري، في تصريح أدلى به لوكالة (فارس)، إنّه لم يمر وقت طويل على انطلاق أعمال الشركات المعرفية في إيران إلا أنها حققت نجاحات باهرة في وقت قياسي جداً.

وأضاف أنّ عدد الشركات المعرفية الإيرانية في عام ٢٠١٣ لم يكن يتجاوز ٩٠ شركة في حين يبلغ عددها ٤٥٠٠ شركة حالياً كما توقع أن يتضاعف هذا العدد ليصل الى ١٠ آلاف شركة بحلول عام ٢٠٢١. ونوه إلى النجاحات الباهرة التي حققتها الجمهورية الإسلامية الإيرانية في مختلف المجالات العلمية لا سيما تقنية النانو التي أثمرت عن تحقيق تقدم لافت على صعيد إنتاج الأدوية النانوية وتصديرها.

وخلص إلى أن توجيهات قائد الثورة الإسلامية لعبت دوراً محورياً في تحقيق الإنجازات المذكورة لا سيما الخطاب الذي ألقاه في مرقد الإمام علي بن موسى الرضا عليه السلام في بداية العام الجاري الإيراني (يبدأ في ٢١ آذار/ مارس). هذا وسيقام معرض تكنولوجيا النانو الثاني عشر في الفترة من ١٠ إلى ١٣ أكتوبر الجاري في معرض طهران الدولي بمشاركة ٢٠٠ شركة ومؤسسة بهدف تصنيع وتسويق منتجات النانو.

وقال الأمين العام للجنة الخاصة بتطوير تقنية النانو، سعيد سركار في مؤتمر صحفي بمناسبة تنظيم معرض تكنولوجيا النانو الثاني عشر، إن المعرض شهد زيادة في المساحة بنسبة ٥٠ ٪ مقارنة بالعام الماضي بسبب الاستقبال الجيد لشركات التصنيع في مجال تكنولوجيا النانو. واضاف إن ٢٠٠ شركة ومؤسسة ستشارك في المعرض، بالإضافة إلى ان مندوبين من تركيا وإثيوبيا والعراق وأفغانستان وأفريقيا وأذربيجان وإندونيسيا ودول رابطة الدول المستقلة، سيزورون المعرض . وأشار سركار الى انه سيتم الإعلان عن فرص تصدير تكنولوجيا النانو إلى العراق وإندونيسيا والهند وتركيا وسوريا والصين وعمان في هذه الدورة من المعرض.

استاذ ايراني يفوز بجائزة منظمة الربوتيك الدولية

فاز استاذ جامعة زنجان (الدكتور صالح مبين) بجائزة المنظمة الدولية للتحكم والربوتيك والانظمة (ICROS).

وتقوم المنظمة الدولية للتحكم والربوتيك والانظمة (ICROS) وبالتعاون مع مجلة التحكم والاتمتة والانظمة (IJCAS) سنويا بتقديم جائزة للباحث الذي يقوم بنشر اكثر عدد من المقالات في مجال الربوتيك والانظمة .

وافادت العلاقات العامة لجامعة زنجان ان الدكتور صالح مبين الاستاذ المحاضر فيها حصل على جائزة المنظمة الدولية للتحكم والربوتيك والانظمة (ICROS) لعام ٢٠١٨ لبحوثه التي تم نشرها والمطابقة لمواصفات المنظمة.

حظك اليوم

الحمل
٢٢ مارس – ٠٢ إبريل
اذا فشلت في شيء، فلا تشك في قدراتك، فمن المحتمل أن الظروف الخارجية لعبت دورا في ذلك. اقتصد من طاقاتك قليلاً ودع الأمور تأخذ مجراها. سوف تتعرض لمواقف تفتح أمامك أبواب لفرص جديدة، وفي تلك اللحظة، ستدرك أن الوقت حان وعليك تعبئة كل قواك وجميع طاقاتك.

الثور
١٢ إبريل – ١٢ مايو
الكثير من الموضوعات في الوقت الحالي لا تسير بالسلاسة التي خططت لها، وربما يجب عليك قبول الأشياء التي لا تستطيع تغييرها. لا تسمح لخيبة أملك أن تمنعك من التقدم، وركز على ما هو آت، وحتى إن استغرق الأمر زمنًا أطول، فسوف تصل إلى هدفك بالإصرار والصبر.

الجوزاء
١٢ مايو – ٠٢ يونيو
إذا كانت الشكوك تساورك مؤخرا ولا تستطيع الوصول إلى أية قرارات، تستطيع الآن رؤية الأشياء في ضوء أوضح. أنت تشعر بالتوازن الكافي الذي يمكنك من حصاد الخير كنتيجة لأي قرار تتخذه. أنت الآن قادر أيضًا على رؤية المشكلات من منظور مختلف وقد تجد حل وسط يقبله جميع الأطراف.

السرطان
٢٢ يونيو – ٣٢ يوليو
على الرغم من أن كل شيء كان يسير بسلاسة من قبل، يقف شيء أو شخص ما في طريقك الآن. حدد مقدار القوة التي تحتاجها للتغلب على هذه العقبات أو ما إذا كان من الأفضل تجاهلها ببساطة. الآن يجب أن تستخدم قوتك بحكمة؛ لا تسمح لنفسك بأن تتعطل أو تتحول بسبب موضوعات صغيرة.

الأسد
٣٢ يوليو – ٢٢ أغسطس
اليوم يمكنك تحفيز من هم حولك، ولكن لا تهمل احتياجاتك الخاصة لأن أهدافك الآن أصبحت أوضح عن ذي قبل. أسلوبك النشط معدي لمن هم حولك ويلحظه الآخرون. لا يوجد سبب يمنع الاستمتاع بوقتك، لكن لا تدع هذا يتحول إلى الوضع الطبيعي. أنت تشعر بالصحة في الوقت الحالي، لكن الكثير من الحياة الرغدة قد يؤذي صحتك.

العذراء
٤٢ أغسطس – ٣٢ سبتمبر
في الوقت الحالي، أنت تعمل بصورة جيدة من خلال الفريق، وأنت مستمتع بذلك أيضا. حافظ على بيئة العمل الخلاقة هذه لأن كل منكم سوف يحقق أهدافه الشخصية أسرع إذا تكاتفتم معا. حتى في حياتك الشخصية فسوف تشعر أكثر بالراحة في مجموعة عما إذا كنت وحدك. قد يساعدك هذا الشعور في التقدم في حياتك العاطفية والاستمتاع ببعض الرومانسية.

الميزان
٤٢ سبتمبر – ٣٢ اكتوبر
يسهل الوثوق في كل ما تمت تجربته وإثباته، ولكن هكذا أيضا تصدأ الأشياء. حاول اكتشاف مداخل جديدة لتحقيق النجاح. هؤلاء الذين يحيطون بك سوف يتفاعلون بإيجابية وسوف يعرضون المساعدة في حالة وجود بداية جديدة. تقبل هذه المساعدة بكياسة لأنه باستطاعتك تعلم الكثير من خبرات الآخرين.

العقرب
٤٢ أكتوبر – ٢٢ نوفمبر
اليوم، مهاراتك التنظيمية والاجتماعية قوية على غير العادة، فيجب أن تستغل ذلك للسيطرة على الأمور. سوف تنجح في العمل وخارجه، وحتى في حياتك الشخصية، سوف ينتج عن نظرتك الدافئة للأمور الكثير من الفوائد. سوف يقدرك الناس ويعاملونك بمودة. فكر في إعادة بعض من هذه الأمور.

القوس
٣٢ نوفمبر – ٢٢ ديسمبر
استعد لكل ما هو غير متوقع، فالمفاجآت السارة في انتظارك. فوق ذلك، شريك حياتك يحتفظ بشيء خاص لك، ولكن لا تجعل توقعاتك ترتفع أكثر من اللازم، وكن شكورا على كل ما تتلقاه. سوف يتفاعل الأصدقاء معك بإيجابية، وسوف يقدرك الشركاء المحتملين وسوف يتأثرون بالطريقة البراقة التي تتعامل بها.

الجدي
٣٢ ديسمبر – ٠٢ يناير
من المحتمل ظهور أزمات عن قريب، فحاول أن لا تفقد مزاجك وأعصابك. اذا حافظت على رباطة جأشك، وواجهت الاخبار غير السارة والقلاقل التي تثيرها، فلن تدوم كثيرًا ولن تسبب خسائر مهمة. اعتني بصحتك.

الدلو
١٢ يناير – ٩١ فبراير
تتمتع حاليا بلياقة بدنية جيدة جدا وامكانيات ذهنية حادة، ويبدو أن كل شيء تشرع في القيام به سيكون لصالحك ولا شيء يقف أمامك. قم باستغلال وتوظيف هذه الطاقة في البدء بالعمل في مشروع جديد رغبت منذ زمن في الشروع به؛ فهذا هو الوقت الأمثل. اعتن بكل شيء ضروري لإنجاح مشروعك والأهداف التي تحارب من أجلها. يجب عليك التركيز فيما تحاول تحقيقه.

الحوت
٠٢ فبراير – ١٢ مارس
هناك تنبؤ بقدوم فترة اختبار هامة، فتعامل معها بتفاؤل وثق في إمكاناتك الذاتية. لا تتأثر بآراء الآخرين ولا تجعلها تحيدك عن معتقداتك وبدلاً من ذلك، استخدم هذه المواجهة لإيجاد ما يدعم الحجج المؤيدة لمواقفك. قد تكتشف فرصة أو فرصتين لتحسين الأمور.

الكلمات المتقاطعة

٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	
	■								١
					■				٢
		■							٣
						■			٤
■				■					٥
	■					■			٦
			■		■				٧
					■				٨
								■	٩

افقياً:

١– رئيس أميركي هو أول من أقام في البيت الأبيض ومارس من خلاله عمله.
٢– سيد القوم – مدينة اردنية قرب الحدود السورية.
٣– بخار الماء المتكاثف – ضد برد – طن.
٤– دولة آسيوية.
٥– عاقل – أغم.
٦– للنداء – نفى.
٧– أعاد الكلام – اسم موصول – ارشد.
٨– بريق – سقوط في الامتحان.
٩– اديب وشاعر ومؤرخ من أعيان المغرب.

عمودياً

١– أميرال بريطاني قاد اسطولا من ١٥٠ سفينة حربية لمواجهة الأسطول الألماني.
٢– لقي – مدينة إيطالية في اميليا.
٣– عاصمة أفريقية – شك.
٤– للتأوه – رفض – بخل بالشيء.
٥– تسوية – وشى.
٦– مغنية أميركية مشهورة.
٧– برعم – ورد – حاجز.
٨– جزيرة بركانية تتبع اليمن – هدر.
٩– انخفض – نوع من الحلوى.

كلمة السر

ل	ا	ل	م	ن	ص	و	ر	ج	ل	ف
ا	ق	س	ي	ا	س	ي	ة	ص	ل	ا
ب	م	ن	ك	ة	ا	و	ا	ؤ	ا	ل
ن	ب	ن	ل	ت	ل	د	م	ب	ل	ى
ا	ا	م	ي	ي	ا	م	ش	ا	ب	هـ
ل	ب	ب	ل	م	د	ن	ر	ت	ص	ت
م	س	ت	ة	ي	ب	ة	ي	ك	ر	ا
ق	ا	ك	س	ا	م	ر	ي	ل	ة	م
ف	ل	ر	ب	ق	ت	ل	هـ	ب	ا	ا
ع	ا	ا	ل	ع	ر	ب	ي	ة	ر	و
ف	هـ	ل	ل	ر	ي	ب	ك	ل	ا	ع

كلمة السر من ثلاثة حروف: من الحيوانات

ابن المقفع- مؤلف- عربي- من - أصل- فارسي- امر- المنصور- والي- البصرة- بقتله- لاسباب- سياسية- اماته- شر- ميتة- نقل- الى- العربية- كتاب- كليلة- ودمنة- له- كتب- الادب- الكبير.

حل العدد السابق لكلمة السر: شيراز

حل العدد السابق للكلمات المتقاطعة:

افقياً: ١– ابو تمام ٢ – براد – بحّار ٣ – نيبال – مسح ٤ – لوب نور ٥ – لم – لا – دام ٦ – جرش – قاس ٧– رسالة – عسل ٨ – أيقظ – خياط ٩ – حن – أخ – درة.

عمودياً: ١ – ابن الجراح ٢– بري – مرسين ٣ – وابل – شاق ٤ – تداول – لظى ٥ – لباقة ٦ – اب ٧ – محمود سعيد ٨ – اسرى – سار ٩ – برح – مالطة.