

افتتاح مركز ساركوما العظام في مدينة برجيل الطبية

دراما رمضان 2026.. مائدة دسمة تلبي طموح المشاهد العربي



أخطاء شائعة في وجبة الفطور



تغذيات علمية من أقرباب سيناريو الأرض الجهنمية

تزداد التحذيرات العلمية من اقتراب العالم من لحظة فاصلة في تاريخ اخناخ بوتيرة أسرع مما كان متوقعاً تعرف بـ "نقطة الالعوادة"، وهي المرحلة التي قد يصبح فيها وقف الاتساع الحراري الجامح أمراً شبه مستحيل، ما قد يدفع الكوكب إلى مسار منافي قاسٍ وغير سباق في تاريخ الحضارة البشرية.

ويرى علماء المناخ أن استمرار ارتفاع درجات الحرارة قد يطلق سلسلة من التحولات المناخية المتتابعة، تُعرف بـ "نقطة التحول"، وهي تغيرات جذرية قد تدفع الأرض إلى حالة مناخية جديدة أشد حرارة وخطورة مما تشير إليه التوقعات الحالية التي تتراوح بين ارتفاع يتراوح بين درجتين وثلاث درجات متواتة.

ويؤكد الباحثون، وفق صحفية "الغارديان" البريطانية، أن هذا السيناريو قد يدخل العالم في مرحلة مناخية مختلقة جذرياً عن الظروف المعتادة التي استمرت نحو 11 ألف عام وأسهمت في إزدهار المجتمعات الإنسانية.

وزعم أن متوسط حرارة الكوكب ارتفع بالفعل بنحو 1.3 درجة مئوية فقط خلال السنوات الأخيرة، فإن العالم يشهد بالفعل موجات من الظواهر الجوية المتطرفة التي تختلف خسائر بشارة واقتصادية واسعة، ويدور العلماء أن ارتفاع الحرارة إلى ما بين ثلاثة وأربع درجات متواتة قد يؤدي إلى انهيار الأنظمة الاقتصادية والاجتماعية كما نعرفها اليوم.

سياح ينجون من كارثة بعد انفجار بركان

وُقُتَ سياح نجاهُم من كارثة محققة بعد انفجار بركان على مسافة أمتار قليلة منهم، حيث كانوا يمرون قرب بركان "ريتون" لا فورنير" في جزيرة "ريتون" الفرنسية، قبل أن تندلع عملية إجلائهم من الموقع.

وتفاجَرَتْ "ريتون" في المحيط الهندي، وتسبَّبَ إدارياً لفرنسا ضمن أقاليمها في منطقة ما وراء البحار.

وأظهرت مقاطع الفيديو التي تقطّعتها السياحة حالة الالهاع والفوضى التي اتّت بهم بعد انطلاق التفجير البركانية، في وقت كانت تواهير الحمم تتدفق من فوهة البركان على مقربيه.

عند تحضير وجبة من البروكلي، يعتاد كثيرون التخلص من السيسان الصلبة والاكتمال بالزهيرات الخضراء، باعتبارها "الجزء الأفضل" غذائياً. لكن خبراء التغذية يؤكدون أن هذا السلوك يحرم الجسم من فوائد غذائية مهمة، إذ تشير الدراسات الحديثة إلى أن سيقان البروكلي تحتوي على نسب أعلى من الألياف وبعض المعادن الأساسية مقارنة بالزهيرات.

وتوضح اختصاصية التغذية، ستي芬اني جونسون، الأستاذة المشاركة في خدمات التغذية السريرية والوقائية بجامعة روتفيرز الأمريكية، أن الاختلاف الوظيفي بين أجزاء النبات يؤدي إلى تباين في مكوناته الغذائية. في بينما تترك بعض المركبات النباتية في الزهيرات، فإن السيسان تتميز بوفرة الألياف غير القابلة للذوبان، بحسب تقرير "VeryWellHealth" في موقع "VeryWellHealth" الصحي.

وتعتبر هذه الألياف دوراً مهماً في تعزيز حركة الأمعاء، وتحسين انتظام الأخراج، ودعم توازن البكتيريا النافعة في الجهاز الهضمي، وهي عوامل مترتبة مباشرة بصحة القولون، وتقليل خطر الإمساك، ودعم المتابعة على المدى الطويل.



لامر سيقان البروكلي.. كنز غذائي غني بالألياف والمعادن

و"الأكل النظيف" ضروري للغاية لصحة جيدة. وأنه يجب أن يتكون النظام الغذائي المتوازن من جميع العناصر الغذائية الأساسية مثل الكربوهيدرات والمعادن والبروتينات والفيتامينات وأوميغا-3 وحمض الفوليك.

تعد العديد من الفواكه والخضروات الجسم بتلك العناصر الغذائية والتي تشتهر بخصائصها الطيبة والتي جانب فوائدها الصحية، يساهم استهلاك سيقان البروكلي في تقليل خطر الالعما، وهو جانبي متزايد. ومن بين الخضروات التي تقدم فوائد متعددة للجسم، يأتي البروكلي الذي يمكن وصفه بأنه غداء خارق لعلاج تضخم فيها البروكلي، فكر مرتين قبل التناول من السيسان. ويوصى بخبراء التغذية بالقول، "في المرة المقبلة التي تتناولون سلقاً، فكر مرتين قبل التناول من السيسان، مما يحمل السلسوراين والفلوكوزينولات والفينولات والعادن الغذائي والفيتامينات المضادة للأكسدة، ويقلل المهدى الغذائي".

هل يحارب البروكلي أمراض الانفلونزا ونزلات البرد؟ تحدث الإصابة بنزلات البرد والانفلونزا بشكل متكرر وتكون السبب الرئيسي للحمى والتهاب الحلق وسليلان وكيرسيتين وإيزورهامتين وفلوكوزينيات، ويساب الأشخاص بنزلات الأنف والسعال والعطس، ويساب الأشخاص بنزلات جميع هذه العناصر الغذائية في السر وراء أشطة البروكلي القوية المضادة للأكسدة والمضادة للالتهابات والتعزيز المتعادلة.

هل يحارب البروكلي أمراض الانفلونزا ونزلات البرد؟

تحدث الإصابة بنزلات البرد والانفلونزا بشكل متكرر وتكون السبب الرئيسي للحمى والتهاب الحلق وسليلان وكيرسيتين وإيزورهامتين وفلوكوزينيات، ويساب الأشخاص بنزلات الأنف والسعال والعطس، ويساب الأشخاص بنزلات جميع هذه العناصر الغذائية في السر وراء أشطة البروكلي القوية المضادة للأكسدة والمضادة للالتهابات والتعزيز المتعادلة.

كيف يمكن تناول سيقان البروكلي؟ وقد يتوجب البعض السيسان بسبب قوامها القاسي، ولكن يمكن التعامل معها بسهولة عبر تقطير الطبيعة وقوف جووسن إن الفوائد الغذائية ليست كبيرة إلى حد استبعاد أحد الجزيئين، مؤكدة أن الاستفادة من البروكلي كاملاً تعني زيادة القيمة الغذائية وتقليل المايكروبات.

وتحت دراسة حديثة أن تناول الجن بانتظام قد يقتل كثيراً من البكتيريا في المراة والصفرا، وأظهرت النتائج وفقاً لـ "الديلي ميل" أن الأشخاص الذين يتناولون الجن مرة واحدة على الأقل يومياً كانوا أقل عرضة بنسبة تزيد على 26% للأصابة بحصى المراة، فيما يمكن تناول الجن كوجبة خفيفة مرة واحدة أسبوعياً لتقليل المخاطر بنسبة 13% مقارنة بمن لا يتناولون على الإطلاق.

ويزعم الباحثون هذه الحماية جزئياً إلى الكالسيوم الموجود في الجن، الذي قد يساعد المراة على التغريب بانتظام، ما يمنع تراكم الكوليستروال وتكون الحصوات.

كما قد يزيد تناول الجن من مستويات الكوليستروال "الجيد" HDL-C، ما يساعد الجسم على نقل الكوليستروال بأمان ويقلل الكمية التي تُفرَّز في المفرا.

وتحس المراة يمكن أن يسبِّبَ الآلام شديدة إذا سدت الحصوات القنوات الصفراوية، وتزداد المخاطر لدى الأشخاص الذين يخضعون لفقدان الوزن السريع أو يتناولون كربوهيدرات مقررة بكثرة، كما يعاني المصابون بالسكري من النوع الثاني من احتمالية أعلى للإصابة بهذه الحالة.

وبحسب نتائج الدراسة فإن: تناول الجن من مرة أسبوعياً يقلل الخطير بنسبة 13%. تناول الجن إلى أربع مرات أسبوعياً يقلل الخطير بنسبة 20%. تناول الجن مررتين إلى أربع مرات أسبوعياً يقلل الخطير بنسبة 26.3%.

ماذا تخفى وصلات الشعر عن المستهلكين؟

حدّرت دراسة علمية حديثة من مخاطر صحية محتملة لمنتجات وصلات الشعر "Hair Extensions"، بعدما كشفت احتوائهما على مئات المواد الكيميائية، بعضها مرتبطة بالسرطان وأضطرابات الخصوبة والهرمونات، في ظل غياب قوانين مكوتات واضحة لل المستهلكين.

ووفقاً للدراسة المنشرة في دورية Environment & Health Perspectives التابعة لـ American Chemical Society، قام الباحثون بتحليل 43 منتجًا مختلفًا من وصلات الشعر، شملت الأنواع الصناعية والطبيعية الصناعية من شعر بشري، إضافة إلى وصلات الرموش والألياف النباتية.

وكشف التحليل عن وجود أكثر من 900 مادة كيميائية مختلفة داخل هذه المنتجات، تم تجذيد 169 منها بدقة، من بينها: الفثالات "مواد تؤثر على الهرمونات" وبيهيدات حشرية، ومركبات التصدير العضوية، ومشبّطات الالهاع.

وأشار الباحثون إلى أن العديد من هذه المواد معروفة بتأثيره على الجهاز الهرموني والمناعة وتنظيم وزن الجسم.

كما قرر أن 12 مادة من المكتشفة مدرجة ضمن قائمة المواد الخطرة التي تؤثّر بالسرطان أو الأضرار الإيجابية.

تعالج وصلات الشعر عادةً بمواد متعددة مثل الأصباغ ومقواومات الاشتغال، والماء المقاومات التي تؤثر على هذه المطالعات قد تحمل مخاطر صحية، حيث أبلغ بعض المستخدمين عن وجود تأثير جلدي، وحكة وtorم بعد التركيب.

يحمي من الغبار والبكتيريا.. مَاذا

يكشف شمع الأذن عن صحتك؟



شمع الأذن إفراز طبيعي ضروري يحمي الأذن. ملطف بالدم قد ينجم عن خدوش أو إزالة خاطئة للشمع.

قناة الأذن الداخلية، ليس مجرد "trap" بل سيلان غائم: قد يشير إلى عدوى ويحتاج لتنقية طبي.

الخلايا اليبتة تلقائياً مع الحفاظ على ظاهرتها، أسوةً يدل على تراكم شديد أو وجود جسم غريب.

ويختلف لون وشكل الشمع من شخص لآخر يلعب شمع الأذن دوراً أساسياً في تبعًا للوراثة، ونوع العرق، والحالة الصحية.

حماية الأذن الداخلية، كما يساعد على إزالة الحفاظ العامة، فمثلاً:

ما الطريقة الصحيحة لتنظيف شمع الأذن؟ دون تدخل بشري.

أصفر وناعم: شمع جديد وطبيعي.

غامق وثابت: شمع أقدم، نتيجة النضج أو قد يزيد إنتاجه، ما يؤدي أحياناً

العمر.

باهت وخشاري: شمع جاف يتوجه نحو فتحة اللسان.

الفطر السام يحتاج كاليفورنيا

هزت موجة غير مسبوقة من الأمراض الناتجة عن الفطر السام ولاية كاليفورنيا الأمريكية، بعد تسجيل وفيات واصابات

جماعية مرتبطة بتناول فطر بري شديد، وهو رقم وصفته السلطات الصحية بأنه غير مسبوق، مقارنة بالمعدل السنوي

العادي الذي لا يتجاوز عادةً أقل من 5 حالات سنوية.

وأدى الشفاء المطرد في كاليفورنيا إلى ازدهار نمو المطردات البرية بشكل كبير، فيما يعرف بـ "هواة جمع المطرد بضرفه

القطط، لكن وسط أنواع مختلفة صالحة للأكل مثل الشاتيريل وبالبوريسي، بـ "فطر شديد السمية يعيش باسم "قيمة الماء" ، مما أثار مخاوف واسعة لدى السلطات

الصحية.

منوعات

الجهاز

23



تصحّحها يمكن أن يحسّن الهضم والمزاج والطاقة خلال اليوم

أخطاء شائعة في وجبة الفطور "تدمر" صحة الأمعاء

- تجاهل شرب الماء صباحاً: يحدّر الأطباء من بدء اليوم بالقهوة أو الفطور قبل شرب الماء، إذ يفقد الجسم ما بين كوبين إلى أربعة أكواب من الماء أثناء النوم، ما يجعل الترطيب الصباغي ضرورياً لعمل الجهاز الهضمي بكفاءة.

ويقول سيني: "أبداً يومك يكوب من الماء قبل بreakfast. يرى سيني أن تناول الفطور في السيارة أو أثناء العمل عادة تضر بالجهاز الهضمي، لأن الأكل في حالة توتر يقلل إفراز الإنزيمات الهضمية بشكل صحيح. وتوصي جامعة هارفارد بشرب نحو 15 كوبًا من الماء يومياً للرجال و 11 كوبًا للنساء، لكن بعض الخبراء، مثل خبيرة التغذية أريانا لاغن من موقع "هيلث لاين"، يرون أنه لا دليل علمي قاطع على أن شرب الماء على معدة فارغة يمنح فوائد إضافية، مؤكدين أن الأهم هو الحرص على شرب الماء باتباع طول اليوم ويفصل سيني إلى القول إن "الاهتمام بكيفية تناول الفطور لا يقل أهمية عن مكوناته، فالأمعاء السليمة تبدأ من روتين صباحي صحي ومتوازن".

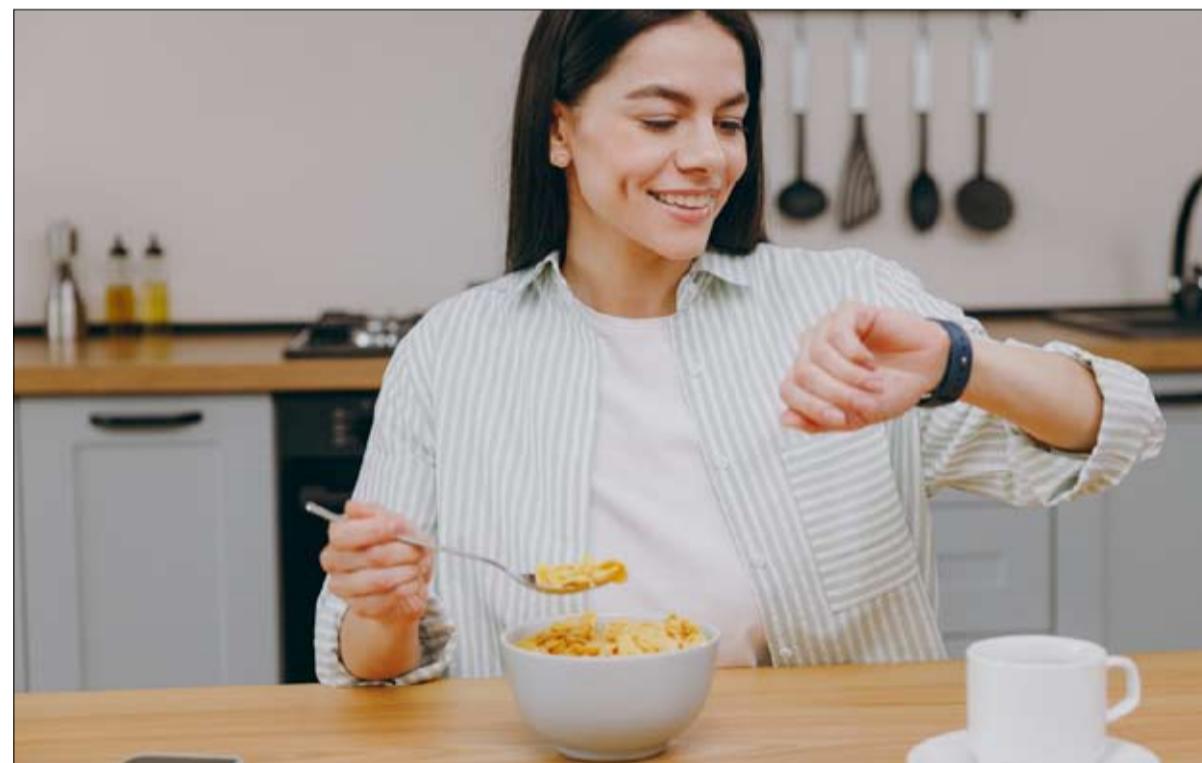
أي ضفت ما في قطعة دونات، ما قد يخل بمتوازن البكتيريا النافعة في الأمعاء ويعصف عملية الهضم.

الفاكهة حذر سيني من الاعتماد على الحبوب الجاهزة، موضحاً أن الحصة الواحدة منها تحتوي على 10 إلى 15 غراماً من السكر، أي ما يعادل توتر تقريراً كمية السكر في قطعة "دونات" واحدة.

وأشار إلى أن هذه الكمية تسبب التهاب الأمعاء وارتفاعاً مفاجئاً في سكر الدم، ما قد يؤدي إلى زيادة الوزن وارتفاع ضغط الدم، بل ويزيد خطر الإصابة بالسكري من النوع الثاني نتيجة إجهاد البنكرياس المستمر.

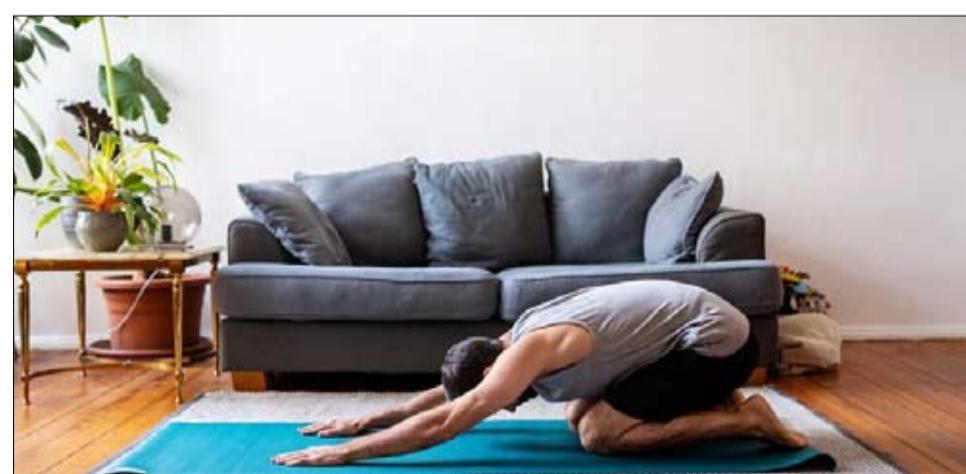
وأضاف: "الحبوب مليئة بالسكريات المكررة التي ترفع سكر الدم وتؤدي إلى التهاب الأمعاء. اختار الشوفان مع بدوار الشيا والتوت بدلاً منها".

كما تبَّه إلى أن عصائر الفاكهة ليست خياراً أفضل، إذ تحتوي كوب واحد من عصير البرتقال على 20 إلى 24 غراماً من السكر.



3 تمارين منزليّة بسيطة تخفّف آلام الظهر وتقوي العمود الفقري

يعاني ملايين الأشخاص حول العالم من آلام الظهر التي تعدّ أحد أكثر المشكلات الصحية شيوعاً. وتشير تقديرات منظمة الصحة العالمية إلى إصابة أكثر من ٦٠٠ مليون بآلام الظهر في غضون أسبوع قليلة، فإن الألم قد يستمر لدى البعض لأشهر أو حتى سنوات.



1. تمارين التمدد: تخفّف تension العضلات وتحسن مردفة العمود الفقري. ومن أبرزها وضعية الطفل ووضعية القطة - البقرة من تمارين اليوجا، حيث تساعدن على استرخاء العضلات وتحفيز التوتر المتند من الرقبة إلى أسفل الظهر.

وضعية الطفل ووضعية القطة - البقرة

أما هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية (NHS)، فتوصي بمراجعة الطبيب

إذا لم يتحسن الألم خلال أسبوع.

أو كان حاداً ويعيق الأنشطة

اليومية، أو ترافق مع أعراض مثل الحمى

وفقدان الوزن

أو تغير شكل الظهر.

تمرين بلا تك

تمرين الكلب - الطائر

تمرين الجسر

الدكتورة ميهاتا

الميبة إلى 3

فتات رئيسية:

تشدد الدورة الدموية وتمنع تصلب العضلات.

ويعد المشي المنتظم من أكثرها فعالية، إذ أظهرت دراسة أن

الشي لمدة 100 دقيقة أسبوعياً يقلل خطر الإصابة بألم

أسفل الظهر المزمنة بنسبة 23%

كما يمكن ممارسة

السباحة للحفاظ على النشاط دون

جهاد المفاصل.

وكشفت جراحة العظام الأمريكية الدكتورة باميلا ميهاتا، ولطاماً نصّح المرضى بالراحة التامة لعلاج آلام الظهر، لكن هذا المفهوم ثبت خطأه علمياً، فيحسب كلية الطب بجامعة جونز هوبكينز، يُنصح بالراحة لأقصر فترة ممكنة، لأن البقاء في الفراش لفترات طويلة يضعف العضلات ويبطئ التئام.

وتقول إن السر يمكن في تقوية عضلات الجذع وتحسين المرونة والحفاظ على النشاط البدني، مؤكدة أن الراحة الطويلة في الفراش ليست الحل، بل قد تفاقم



الفنون

الفنون

27

دراما رمضان 2026 في مصر.. مائدة دسمة تُلبي طموح المشاهد العربي

شمة تنوع كبير يشهده موسم دراما رمضان ٢٠٢٦ ليشير إلى حالة فنية تؤكد أن الدراما المصرية لا تزال قادرة على التجدد، ومواجهة القضايا الشائكة، ومخاطبة وجدان المشاهد العربي بعقل واع وجرأة محسوبة، عبر خريطة أعمال متنوعة قدمتها الشركة المتحدة للخدمات الإعلامية، جمعت بين السياسي والاجتماعي والشعبي والكوميدي والتشويقي، في محاولة جادة لرصد الواقع المصري والعربي بكل تناقضاته وتحولاته.



تنوع في مصلحة المشاهد أكدت الناقدة المصرية ماجدة موريس، في تصريحات خاصة لموقع "القاهرة الأخبارية"، أن "الخريطة الدرامية لموسم رمضان ٢٠٢٦ تعكس حالة واضحة من التنوع والثراء الفني، معتبرة أن هذا التنوع يصب في مصلحة المشاهد بالدرجة الأولى، إذ يمنحك مساحة واسعة لاختيار بين أنماط درامية مختلفة تلبي أذواقاً وأهتمامات مختلفة". وأشارت "موريس" إلى أن هذا التنوع يعكس وعيًا متزايدًا لدى منساع الدراما بأهمية مخاطبة الواقع والافتتاح على قضايا المجتمع المحلي والعلمي على حد سواء.

وأوضحت "موريس" أن من أكثر الأعمال التي افتتحت انتباها مسلسل "صحاب الأرض" ، مما يحمله من طرح إنساني ويساهمي بالغ الحساسية، إذ يتناول الأحداث التي شهدتها غزة الأخيرة، مؤكدة أن تقديم عمل درامي عن القضية الفلسطينية في هذا التوقيت يعد خطوة مهمة وضرورية، خاصة بعد التجريدة التي تجربة مسلسل "ملائكة الأفعى" .

موسم غني و30 عملًا من جانبه، أكد الناقد المصري أحمد سعد الدين، موقع "القاهرة الأخبارية"، أن موسم دراما رمضان ٢٠٢٦ يضم ما يقرب من 30 مسلسلاً، تجمع بين السياسة والكوميديا والترجيديا، لتلبى جميع الأذواق، وأضاف أن التنوع يشمل أيضًا طول الحلقات، فهناك مسلسلات من 30 حلقة وأخرى من 15 حلقة، ما يمنح المشاهدين فرصة متباينة لتناول مسلسلات طرifice تتحمل رسائل اجتماعية، كما يقدّم أحمس الدين مسلسل "أثنين غيرنا" .

الكوميديا.. كسر الصورة النمطية يحاول ياسر جلال، كسر صورة النمطية من خلال مسلسل "كلهم بيحبوا مودي" ، إذ يقدّم عملاً كوميدياً يجسّد فيه شخصية رجل أعمال متعدد الصلات النسائية، يقع في مفارقات طرifice تتحمل رسائل اجتماعية، كما يقدّم أحمس الدين مسلسل "النص الثاني" في إطار يعتمد على الكوميديا الذكية، ويشاركه المطولة فيدر سحر وأسماء أبو اليزيد.

العام المؤثرين يركز مسلسل "نواب" ، بطولة ريهام



محمد حميدة وطارق لطفي، فيقدم قصة قاضٍ يجد نفسه أمام اختبار غير امرأة تتوالى إداره الإمبراطورية الإجرامية بعد زوجها.

وفي "على قد الحب" تجسّد نيللي كريم شخصية سيدة أعمال في مجال المجوهرات، تدخل في صراع مع ماضيها وتحاول التحرر منه وسط علاقات إنسانية معقدة. أما ريهام عبد الغفور، فتقدم في "حكاية نرجس" نمودجاً لامرأة تُسخّنها النظرية المحاتمية، فتتّورط في سلسلة من الأحداث والجرائم لبناء أسرة وهيبة، قبل أن تواجه مصيراً مأساويًا.

الكوميديا.. كسر الصورة النمطية يحاول ياسر جلال، كسر صورة النمطية من خلال مسلسل "كلهم بيحبوا مودي" ، إذ يقدّم عملاً كوميدياً يجسّد فيه شاب من دلتا مصر يسعى لتحقيق حلمه بال القاهرة، في رحلة مليئة بالتحديات والواقف الطريفة، تكسّس الصراخ بين جذور الريف ومتطلبات الحياة العصرية.

كما يتناول مسلسل "أثنين غيرنا" ،

بطولة آسر ياسين ودبنا الشربيني،

قصة مدرب رياضي يعمل في مدرسة

دولية، يعيش حالة غزّة نتيجة ماضيه

وعلاقاته السابقة، قبل أن تغير حياته

حين يلتقي صدفةً ممثلاً مشهوراً تمر

بازمات شخصية، لتشابك حياتهما بشكل

غير متوقع.

ويستعرض مسلسل "كان يا ما كان" ،

صراعات الحياة الأسرية بعد 15 عاماً

من الاستقرار، حين تنسى الزوجة لبيه

حياة جديدة وتعيشه شفتها المفقودة

مع التركيز على تأثير قرارات الأهل في

مصالح الأبناء.

قضايا المرأة تحضر المرأة بقوة موسم رمضان ٢٠٢٦.

من خلال أعمال تلامس أجسامها

بصام عمر و باسم سمرة.

الحقيقة، إذ تقدم هند صبري مسلسل

على قدر الطبع" (According to the book).

الدراما الوطنية

يتتصدر مسلسل "أثنين غيرنا" المشهد الدرامي في رمضان ٢٠٢٦، بطولة النجم أمير كرارة، يتناول مرحلة دقيقة في تاريخ مصر، مسلط الضوء على الدور الارهابي الذي لعبه محمود عزت أحد أخطر أذرع جماعة الأخوان الإرهابية، وكيف هرب تفكيك هذا التنظيم، مع

ويضيف مسلسل "بيو" تكملة كوميدية شعبية، بطولة أحمد بحر الشهير بـ"كزيرة" في أولى بطولاته المطلقة، إذ تنقلب حياة شاب قفير رأساً على عقب بعد اكتشاف انتهاكه لعائليه صعبية عريقة، لتبدأ مفارقات طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الشعبية تختبر الدراما الشعبية بقوة في موسم رمضان، من خلال أعمال تراهن على الصدق والترب من الناس، إذ يقدم أحمد العوضي مسلسل "على كلاي" في إطار شعبي، مجنّساً شخصية ملاكم يدخل في تجربة درامية عابرة للحدود تبحث عن جوهر الإنسانية ومعنى الانتقام.

الدراما الشعبية تختبر الدراما الشعبية بقوة في موسم رمضان، من خلال أعمال تراهن على الصدق والترب من الناس، وبمشاركة فيه فنانون من جنسيات عربية مختلفة، في تجربة درامية عابرة للحدود تبحث عن جوهر الإنسانية ومعنى الانتقام.

ويقدم مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواقف طريفة بين علّميين متلقين.

الدراما الاجتماعية يجز مسلسل "أولاد الراعي" مكانة كأحد أبرز الأعمال الاجتماعية التشويقية، بطولة ماجد المصري وأحمد عيد، تدور الأحداث حول صراعات عائلية متطرفة إلى محاولة اغتيال تزكي كان إمبراطورية يحيى، مبنية على مواق

