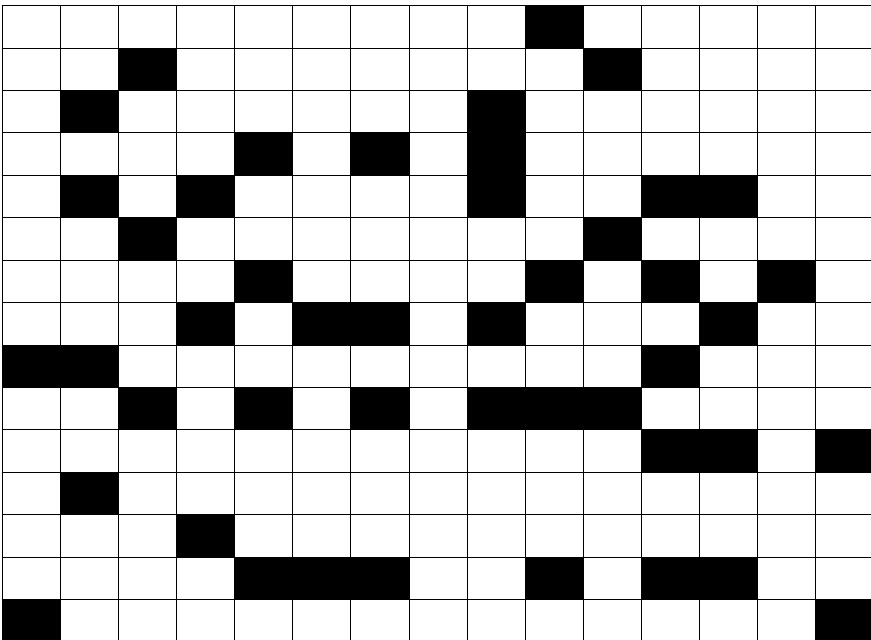


الكلمات المتقاطعة



أفقياً :

- ٧- حبيب - بحر - ارشدي (م).
 ٨- قاتل الصحابي حمزة بن عبدالمطلب.
 ٩- ساكن بجوارك (م) - مرض يصيب العيون - تقال للضيف.
 ١٠- مصطلح كان يطلقه الصحاف على الجنود الأمريكيان - معابر مبعثرة.
 ١١- تيس (م) - نصف كلمة زلال - من الأقارب (م) - وادي يمر في ملاح (م).
 ١٢- واجبات - حرفان مكرران - واعي مبعثرة - أحد الوالدين.
 ١٣- مكتمل - ذنب (م) - ممرات.
 ١٤- حرف نفي - شهر عربي - حرف نفي - شراب.
 ١٥- صورايخ تطلقها الغواصات في البحار - وسائد(م).

ر	ي	ح	ا	ن	هـ	ب	ن	ت	ز	ي	د
هـ	و	ا	ت	ف	ر	د	م	ر	ل	ر	ل
ي	ل	م	ل	ا	ي	ع	و	ا	و	ا	ا
ن	هـ	ل	ا	ل	ا	م	ا	م	خ	م	خ
ا	ب	ر	هـ	ت	و	ا	ل	ش	د	د	د
ل	ا	م	ع	ا	د	ل	ع	ا	م	ا	م
م	ض	ل	ا	ر	ر	ر	ص	ا	ل	ح	ح
ح	ر	ل	م	ا	ف	ف	ا	م	ا	م	م
ب	د	ي	ن	م	ت	ا	ل	ر	د	ر	د
س	م	م	ع	ا	ل	ي	س	هـ	ل	ل	ل
ي	ح	ي	ا	ع	ل	ا	و	ع	ظ	ا	ا
ن	م	م	ا	ل	م	ع	م	خ	م	خ	خ

- منطقة جميلة في م/اب - من المعالم السياحية الحديثة في م/حضر موت.
 ١- والد أنس رضي الله عنه - الكنية التي تطلق على مدينة تيز - عائلة.
 ٢- من المصطلحات التي كان يطلقها الصحاف على الجنود الأمريكيان - خلافات وصياحات.
 ٣- عاصمة أوغندا - شهر ميلادي.
 ٤- حسم الأمر - مجد - عاصمة كرواتيا (م).
 ٥- عكس نصاب في إدارته - الطموح (م) - إله.
 ٦- أحرف مكررة - معلوم - من الجوالآت.
 ٧- قط (م) - قعد - إمارة (م).
 ٨- مسح - صحابي اهتز عرش الرحمن له.
 ٩- من أسماء الأسد - نقص (م) - .
 ١٠- زوجة الرئيس الراحل الحبيب بورقيبة.
 ١١- من المتخلفين في غزة تيوك.
 ١٢- يمر وسط الاشواك والغابات دون أن يتمزق أو يجرح.
 ١٣- ملكي (م) - حب (م) - محافظة يمنية.
 ١٤- من السبعة الأوائل في الإسلام.

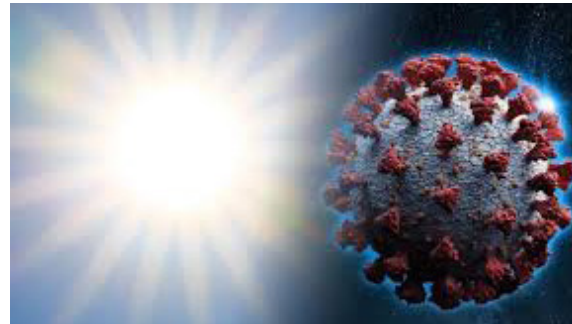
عمودياً

- ١- الاسم الحقيقي للصحابي أبو دجانة - لدي .
 ٢- ملزمات مبعثرة - قوم - احرقوا الكعبة (م).
 ٣- الهو - محافظة يمنية (م) - حرفان مكرران .
 ٤- من خداع الحرب (م) - حرفان مكرران .
 ٥- ارتفاع (م) - تستخدم لجلب الخضروات (م) - عكس ابعده (م).
 ٦- عطلة - جال ليلا (م) - وكالة اليمن .

استراحة

إعداد: ريم ومرى الدولية

دراسة: شمس الصيف تقتل فيروس كورونا بنسبة 90% في 30 دقيقة فقط



كشفت دراسة جديدة أن أشعة الشمس القوية تتسبب في انحلال فيروس كورونا خلال 30 دقيقة فقط. ويدعي الخبراء أن الموجة الحارة الحارقة هذا الأسبوع يمكن أن تساعد في خفض معدلات انتقال الفيروس التاجي لأن أشعة الشمس القوية يمكن أن تقتل الفيروس في 30 دقيقة.

وعلى الرغم من أن التجمعات ارتبطت بارتفاع معدل انتقال العدوى، إلا أن الدراسة التي أجراها علماء الفيروسات المتقاعدون من الجيش الأمريكي وإدارة الغذاء والدواء الأمريكية، أظهرت أن أشعة الشمس تقتل الفيروس بسرعة في الهواء الطلق، ما يعني أن الناس من المحتمل أن يكونوا أكثر أماناً في الخارج. ووجدت الدراسة أن 30 دقيقة من أشعة الشمس المباشرة كافية للقضاء على الفيروس بنسبة 90%. وهذا يعني أنه إذا أطلق شخص مريض قطرات حاملة للفيروس عند السعال على سطح خارجي، فسوف يتحلل بسرعة نسبياً، وسيكون الفيروس غير ضار إلى حد كبير في غضون نصف ساعة. وجاء في الدراسة أن تأثير ضوء الشمس على الفيروس أكبر بكثير في هذا الوقت من العام، حيث أننا نشهد ذروة أشعة الشمس على خطوط العرض، التي تحدث خلال الانقلاب الصيفي. وبحلول الاعتدال الخريفي، في منتصف سبتمبر، سيستغرق الأمر 17 دقيقة لجعل الفيروس غير ضار على الأسطح في الهواء الطلق، ثم في الاعتدال الربيعي، في 20 مارس، سيستغرق الأمر ما يقرب من ثلاث ساعات لخفض قوة الفيروس. وخلال فصل الشتاء، يمكن للفيروس البقاء على قيد الحياة لأكثر من خمس ساعات في ضوء الشمس الضعيف، على الرغم من أنه من المحتمل أن يستمر لعدة أيام في الداخل. ويختلف هذا اعتماداً على مدى برودة المدينة التي تعيش فيها، فكلما ذهب إلى الشمال، طالت المدة التي يستغرقها الفيروس ليموت، لأن الشمس أضعف هناك. ويقول مؤلفو الدراسة، الدكتور خوسيه لويس ساغريبياتي والدكتور ديفيد ليتل، إن إجراءات الإغلاق يمكن أن تضر بالفعل بالناس وتزيد من انتشار فيروس كورونا. وكتبوا في الورقة البحثية: «ربما كان إجبار الناس على البقاء في منازلهم هو ما زاد أو أكد عدوى كوفيد-19 بين سكان المنازل نفسها وبين المرضى والأفراد داخل نفس المستشفى أو مرافق الشيخوخة». وأضافوا: «في المقابل، يمكن أن يتعرض الأشخاص الأصحاء في الهواء الطلق الذين يتلقون أشعة الشمس لجرعة فيروسية أقل مع فرص أكبر لتكوين استجابة مناعية فعالة». ويشمل ضوء الشمس الأشعة فوق البنفسجية التي تتلف الحمض النووي للفيروسات. وتميل الفيروسات للبقاء على قيد الحياة بشكل أفضل في الطقس البارد لأن لها طبقة واقية دهنية تتحلل عندما تكون دافئة. وفي حين أن ذوبان هذه الطبقة يسمح للفيروس بغزو دماء الجسم، فإنه يموت إذا تفكك الغلاف في الخارج. وهناك العديد من الدراسات التي أكدت الصلة بين ضوء الشمس ودرجات الحرارة المرتفعة في الهواء الطلق وفيروس كورونا. ووجدت دراسة جديدة من المركز الوطني للأمريكي لتحليل الدفاع البيولوجي والإجراءات المضادة أيضاً أن فيروس كورونا العائم في الهواء يتحلل بنسبة 90% في ست دقائق فقط من أشعة الشمس الصيفية و19 دقيقة من أشعة الشمس الشتوية.

الصحة العالمية: هناك «تهديد أكبر» من كورونا ينتظرنا

قال المدير العام لمنظمة الصحة العالمية تيدروس أدهانوم غيبريسوس، الاثنين، إن تسييس جائحة كورونا جعلها أسوأ، ولفت إلى ما اعتبره «التهديد الأكبر»، الذي يواجهه العالم الآن، وبدرجة أكبر من الوباء نفسه. ولم يخض غيبريسوس في التفاصيل لكن منظمة الصحة العالمية تعرضت لانتقادات من بعض الدول الأعضاء فيها، خاصة الولايات المتحدة التي تقول إن قيادة المنظمة كانت ضعيفة وبطيئة للغاية وركزت اهتمامها على الصين وهي تتصدى للمرض. ودعت بعض الدول الأعضاء إلى مراجعة للجائحة، وحثت أستراليا منظمة الصحة العالمية على أن تحوز سلطات أكبر تمكنها من التصدي الأسرع لأي أزمة صحية. وقال المدير العام للمنظمة في منتدى صحي افتراضي في إطار القمة العالمية للحكومات التي تنظمها دبي «العالم في حاجة ماسة إلى الوحدة الوطنية والتضامن العالمي. تسييس الجائحة فاقمها». وأضاف «التهديد الأكبر الذي نواجهه الآن ليس الفيروس نفسه، بل غياب التضامن العالمي والقيادة العالمية». وقال إن بعض أجزاء اللوائح الصحية الدولية تحتاج إلى تعزيز لجعلها «أكثر ملاءمة للفرص منها»، وفق ما نقلت وكالة «رويترز». ولم يحدد الأجزاء التي يقصدها مكتفياً بالقول إنها تحتاج إلى «تمويل منسق وحاضر وشفاف وعريض القاعدة ومن» من أجل تطبيقها بالكامل. وقال أيضاً إن من الضروري أن تجعل جميع الدول الرعاية الصحية الشاملة أولوية، محذراً من أن العالم وعى الدرس القاسي المتمثل في أن النظم الصحية القوية هي «أساس الأمن الصحي العالمي والتنمية الاجتماعية والاقتصادية». وحذرت منظمة الصحة العالمية يوم الجمعة من أن جائحة كورونا تتسارع في الوقت الذي زاد فيه عدد حالات الإصابة على 8.3 مليون حالة منها 453834 حالة وفاة. وحذر وزير الصحة النرويجي بينت هويبي من أن الجائحة «أبعد ما تكون عن نهايتها».

السودوكو

7	9	6				3					
						9	7	6	3		
					2	7	6				
					6	2	5				
6	4	8							2	9	
					8	9	4	6	3	2	
3	2	9									5

1	2	9	7	5	4	3	8	6			
8	7	5	3	6	1	4	2	9			
6	4	3	8	2	9	1	7	5			
2	1	7	4	3	5	9	6	8			
9	5	8	6	1	2	7	3	4			
3	6	4	9	8	7	2	5	1			
5	3	1	2	9	8	6	4	7			
4	9	6	5	7	3	8	1	2			
7	8	2	1	4	6	5	9	3			

حل العدد الماضي