



- أفقياً**
- ١- ملك إيران الشاه قبل ثورة الخميني الشيطانية.
  - ٢- ممثل مصري قدير.
  - ٣- عمر - عملة - جواب - جوهر (م).
  - ٤- قارة - شهر ميلادي (م) .
  - ٥- مدخل - اسغفونا.
  - ٦- مصطلح النادي الكاتولي - أحد الوالدين.
  - ٧- من الأوزان - ٢٤ ساعة - العدل مبعثرة .
  - ٨- مرض خبيث - مكر خداع (م).
  - ٩- طيران اليمن الديمقراطي - للحلاقة.
  - ١٠- ملكي - احرف مكررة .
  - ١١- من المدن الإسلامية في الأندلس - قصر عربي .
  - ١٢- سباحة مصرية اعتزلت السباحة وارتدت الحجاب.
- عمودياً:**
- ١- إعلامي وإذاعي في إذاعة وتلفزيون عدن مخضرم.

ا	ي	ل	ي	ا	ا	ب	و	م	ا	ض	ي
ح	س	ا	ن	ب	ن	ث	ا	ب	ت	ت	ت
م	م	ل	ا	د	م	ي	م	ي	ي	ي	ي
د	س	ا	ل	ن	ب	ي	ل	د	د	د	د
ي	ا	ن	ا	و	ه	ل	ي	ح	ح	ح	ح
س	م	ي	ر	ة	س	ع	ي	د	ر	ر	ر
ل	ي	ب	ي	ك	ك	ع	ا	د	ل	ل	ل
م	ا	ل	س	د	ب	ل	م	ا	ا	ا	ا
ص	ب	ح	س	ع	ا	د	ه	ي	ي	ي	ي
ا	ل	س	م	ا	ل	ل	ل	ا	ا	ا	ا
ل	ا	ل	م	د	ا	د	ا	ل	ا	ا	ا

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

حل العدد الماضي

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

السودوكو

# استراحة

## إعلان تغيير اسم اللقب

يعلن المواطن / علي عبدالله ناصر الحربي عن تغيير اسم اللقب في محكمة رصد الابتدائية في يوم الخميس الموافق 20 / 10 / 2022م، بالقضية المدنية رقم ( 14 / 1444هـ ) بشأن تغيير اسم اللقب بالجواز من اسم / علي عبدالله ناصر بن شيخ إلى علي عبدالله ناصر الحربي وذلك حسب البطاقة الشخصية رقم (09010034679).

**مبارك العنجره**  
**طى أثير الحبة ويمشاعر مليحة بالفرح والسعادة**  
**نعتمد بأجمل التهناني والتبريكات**  
**إلى ابن أخي الطائي**  
**الدكتور / مروان عبدالله حسن مساعد الجعوف المالكي**  
**بمناسبة تخرجه وتخرجه مع كلية الطب جامعة الرسيم**  
**الأزهري جمهورية السودان الشقيق**  
**مبارك العنجره ونتمنى لك مزيداً من التقدم والجماع**

المهننون: عمك عميد ركن / عبدالكريم حسن مساعد الجعوف واولاده واخوانك: محضار عبدالله حسن مساعد الجعوف المالكي ومحمد عبدالله حسن مساعد الجعوف المالكي ود. مالك عبدالله حسن مساعد الجعوف المالكي ومجاد عبدالله حسن مساعد الجعوف المالكي وفازي العلوي وماشم بحر وآل المالكي خاصة وحالين عامة

## نوبات الصداع النصفي سببها الضوء والضجيج



بعض العوامل تطلق نوبات الصداع النصفي، ومنها التوتر النفسي وقلة النوم وتقلبات الحرارة وترك الوجبات والتأثيرات الهرمونية بالنسبة للنساء. وقالت الجمعية الألمانية للصداع والصداع النصفي إن أعراض الصداع النصفي تتمثل في الصداع على جانب واحد من الرأس والحساسية تجاه الضوء والضجيج والروائح واضطرابات الرؤية وميض وخفقان في مجال الرؤية، إضافة إلى فقدان الشهية والغثيان والقيء وضعف التركيز والإنهاك. وأضافت الجمعية أن نوبات الصداع النصفي تستمر من ساعات عدة حتى 3 أيام، ما يشكل عائقاً كبيراً يحول دون ممارسة الحياة اليومية بشكل طبيعي. ولتجنب ذلك، ينبغي الابتعاد عن العوامل المحفزة للنوبات، وذلك على سبيل المثال من خلال المكوث في غرفة مظلمة يسودها الهدوء. وفي الحالات الشديدة يمكن اللجوء إلى العلاج الدوائي مثل «التريبتان»، إضافة إلى المسكنات (مثل الإيبوبروفين)