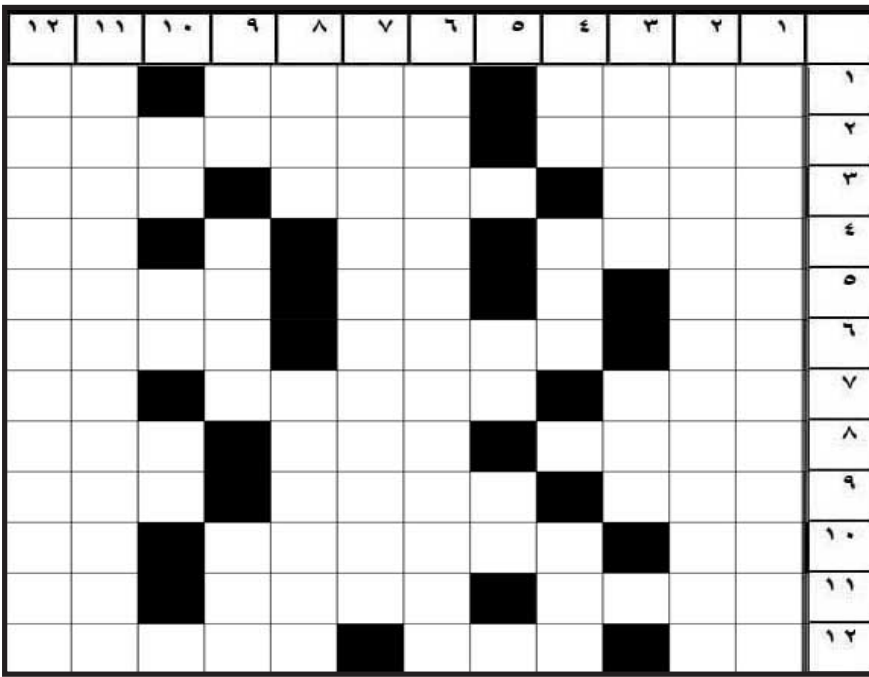


الكلمات المتقاطعة



- استشهد في حرب صيف 1994م.
- 3- احد الوالدين - نقود (م).
- 4- كثير (م) - من الانبياء (م) - وادي يصب في البحر العربي (م).
- 5- حرفان مكرران - للسؤال.
- 6- سياسي جنوبي وزير سابق.
- 7- لاعب جزائري معتزل القرن الماضي .
- 8- حرف ابجدي - الحديد مبعثرة .
- 9- صواب (م) - احد الوالدين (م) - يسئم.
- 10- جميع (م) - جمع - جواب.
- 11- ممثل مصري قدير ناقص الحرف الاخير.
- 12- وزير الاعلام العراقي الراحل في حكومة صدام حسين.

ا	س	م	ا	ع	ي	ل	ي	ا	س	ي	ن
ي	ح	ي	ا	ا	ل	ف	خ	ر	ا	ن	ي
ت	و	د	ا	د	ا	ن	م	ة			
ا	ن	ع	ل	ه	ب	ا					
ا	ل	م	ا	ف	ل	م	ل	ي			
م	ح	م	د	ع	ل	ي	ق	ي	ر	ح	ي
ي	ا	س	ر	ا	ل	ق	ح	ط	ا	ن	ي
م	ر	ل	ي	ل	ب	د	ا				
غ	ي	ق	ل	ي	ن	ع					
ل	ر	ر	ر	ج	ن	م					
ا	ي	و	ب	ط	ا	ر	ش	ع	ب	س	ي
م	ن	ص	و	ر	س	ي	ف	س	ع	ي	د

أفقياً

- 1- اسم علم مذكر- من الأنبياء - ثغر.
- 2- اسم علم مذكر (م) - حزب سياسي اخواني.
- 3- اوتوماتيكي (م) - دولة افريقية (م) - جود.
- 4- اخر الانبياء - حرفان ابجديان - حب.
- 5- ود - ثلاث كلمة عضم - الراهب.
- 6- عمر - زعيم الفاشية - موظف (م).
- 7- من الحشرات - الدار (م) - ملكي.
- 8- عكس صباح - مدينة سورية (م) - سيل (م).
- 9- غزال - محترف - سمك (م).
- 10- عملة - اول شهيد من اللجان الشعبية من لودر - في حرب عدن الصوليان - نجل.
- 11- اسم علم مؤنث - مسؤول مؤسسة حكومية (م) - حرفان مكرران .
- 12- عملة - فتاة - محافظة يمنية.

عمودياً:

- 1- مدرب وطني يماني راحل لعب لنادي الزمالك المصري القرن الماضي .
- 2- قيادي جنوبي وزيرا للنقط حضرمي

استراحة

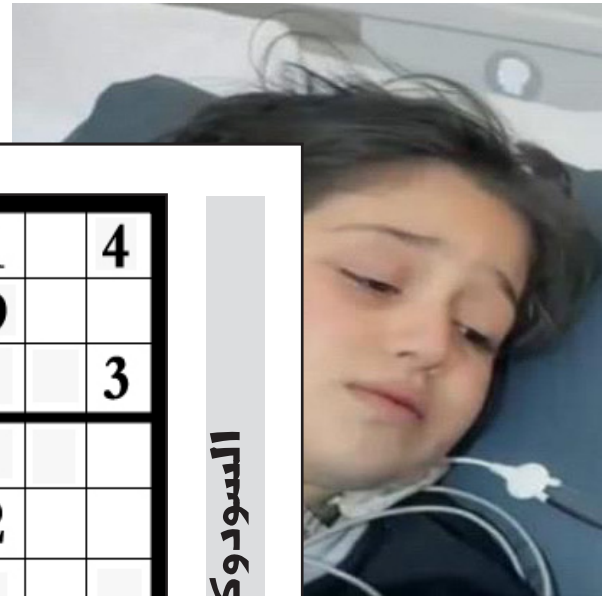
كيف يقضي الكاجو على الخلايا السرطانية ويوقف إنتشارها؟



يعد الكاجو من المكسرات ذات الأهمية الكبيرة للجسم البشري، و يحتوي على نسبة عالية من الدهون إلا أنه يعد أقلها دهوناً، فهو أقل نسبة في الدهون من مجمل الدهون الموجود في اللوز، الفستق السوداني، والجوز، ولذلك فإنه إذا تم تناوله بكميات مناسبة ومعتدلة، فإنه يزود الجسم بقيمة غذائية عالية، تعرف معنا على فوائد الكاجو المتعددة في هذا المقال.

ما هو الكاجو (Cashew)؟ الكاجو ويسمى أيضاً الكاشو أو كاشو، وهو فاكهة من أصل برازيلي، يكثر نمو شجرتها في شمال شرق البرازيل، ويسمى في البرتغالية (Caju)، الجدير بالذكر أن العالم يشهد اليوم استهلاكاً غير مألوف للمكسرات، بحكم التبادل الحر القائم بين البلدان ولم تعد هذه الثمرة حبيسة البرازيل، بل إن كثيراً من الدول الإفريقية خاصة الموزمبيق تنتج كميات كبيرة من الكاجو، كذلك الهند وكذلك ينمو في باكستان، إيران، جامايكا، غرب الإندونيسيا، أمريكا الاستوائية، وتبلغ المساحة الكلية لمناطق زراعة الكاجو حوالي 33,900 كم² وتحتل فيتنام المركز الأول في الإنتاج تليها نيجيريا ثم الهند تليها البرازيل، وتنتج هذه الدول مجتمعة أكثر من 90% من الإنتاج العالمي شجرة الكاجو (إنتاج وصناعة الكاجو) تنمو فاكهة الكاجو على شجرة صغيرة الحجم أوراقها عريضة وطويلة، وتنتج الفاكهة مرة واحدة في السنة ويعتقد أن السكان الأصليين كانوا يسمونها فاكهة السنة، ولونها يميل إلى البرتقالي وهي حلوة المذاق.

بعد أن هزت قصتها قلوب الملايين .. مأساة الطفلة السورية شام تصاحبها إلى تركيا



بعد أن هزت قصتها قلوب الملايين حول العالم.. تواصل الطفلة السورية شام الشيخ محمد صاحبة الـ 9 سنوات معاناتها بعدما نجت من الزلزال المدمر في سوريا.

الطفلة شام التي ظلت تحت الأنقاض لـ 40 ساعة تم نقلها وشقيقتها عمر صاحب الـ 15 عاماً إلى تركيا للعلاج، بعد إصابتهما على غرار ناجين كثر من الزلزال، بمتلازمة «هرس الأطراف».

بعد نقل الطفلان إلى تركيا، انتشرت مقاطع فيديو على مواقع التواصل الاجتماعي، توثق بكاء شام بعد أن بقيت في سيارة الإسعاف دون تلقي العلاج، مطالبة بالعودة إلى بلدها.

كما انتشر مقطع فيديو يوثق رسائل صوتية أرسلها والدها، لام فيها شخص لإقناعه بنقل الطفلين إلى تركيا، مؤكداً أنه «بات ليلته في الشارع فيما بقي الطفلين في سيارة الإسعاف دون تلقي العلاج».

وكانت الطفلة الصغيرة قد خطفت قصتها قلوب الملايين عندما ظهرت في مقاطع فيديو وهي تحت الأنقاض تغني لبلدها، ثم وهي في المستشفى تؤكد أنها «لم تخف من الزلزال»، وتطالب أحد المنقذين بالإمسك بيدها.

السودوكو

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

حل العدد الماضي

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