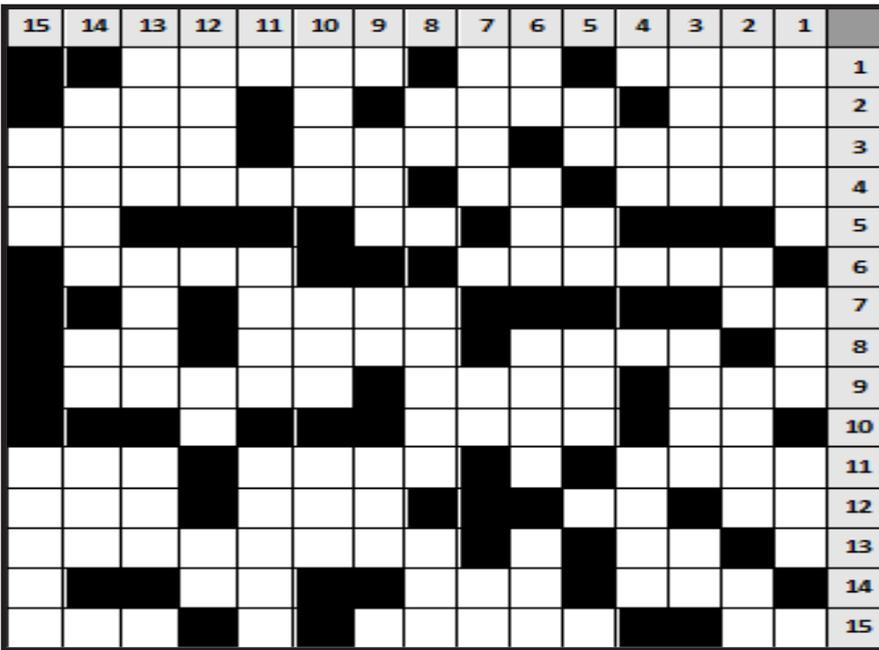


الكلمات المتقاطعة



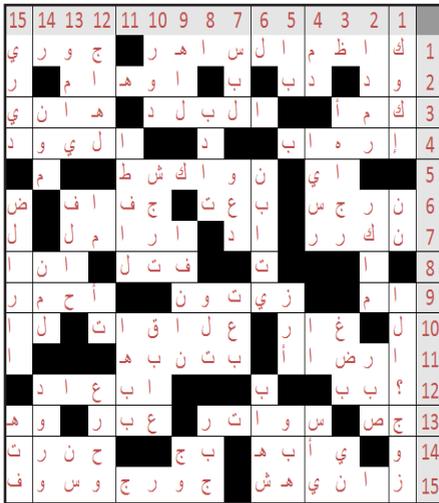
- 7- رقادى - من الاطراف معكوسة - للنهي .
8- للتمني - ينتقم (مبعثرة) - تستخدم في الهاتف.
9- حكي - متشابهة - رسب.
10- كلمة وعلل (مبعثرة) - منزل - عش.
11- يركض - من الحيوانات.
12- واصل (مبعثرة) - أداة نصب - وادي.
13- انهم (مبعثرة) - تتم - وطن.
14- أقاتل - عملة أسبوعية معكوسة - يتعب معكوسة.
15- صاح - امل.

افقيا

- 1- يظهر - أداة نصب - الرواية .
2- نهر باللاتينية تمتد - ضمير المتحدث.
3- أرى - مكان - جنة صغيرة .
4- خمول - حرف جر - الجمل .
5- للتعريف - جميع - سرب.
6- الكل - يدون .
7- للتمني - من الاشكال الهندسية .
8- فرد - نيفي - حرف جر .
9- اسم إشارة - منافسه - تتالي .
10- أرشد معكوسة - مجموعة .
11- اغلال معكوسة - تريح - بدون .
12- من الزهور - هز - عرفان - ملكيتكم .
13- اسم شرط جازم - النهرين .
14- قمر - سأم - وادي.
15- حرف موسيقي - المتقدم - ايقظ .

رأسي:

- 1- يرحل - من اصنام الجاهلية معكوسة - زخم.
2- تعترى معكوسة - للاستدراك - من اسماء الابل - احد الوالدين معكوسة .
3- قادم معكوسة -- بين جبلين - بسط.
4- قط - عزم .
5- ثلثا وتد - احد الابوين - موت.
6- ثلثاواط - يدور معكوسة - يطوي - عكس يأس.



استراحة

خاصية مرتقبة في «واتساب» تعفيك من الحرج والمشاكل



يختبر تطبيق التواصل الفوري «واتساب» القدرة على تحرير الرسائل بعد إرسالها، وهي ميزة ينتظرها كثيرون حول العالم لكونها تعفيهم من مشكلات عدة. ونشر الحساب الرسمي لـ«واتساب» على «تويتر»، الأحد، تغريدة تؤكد أن إطلاق هذه الميزة سيكون قريبا. وأظهرت التغريدة، التي كانت عبارة عن رسوم تفاعلية، ميزة تعديل النصوص. وترمي هذه الميزة إلى مساعدة المستخدمين على تعديل الرسائل حتى بعد بعثها إلى أصدقائهم وزملائهم، لإزالة الأخطاء المطبعية أو اللغوية أو كلمات يعتقدون أنها غير لائقة أو غير دقيقة. وبحسب مواقع تقنية، فإن «واتساب» يختبر حاليا هذه الميزة في النسخة التجريبية لمستخدمي أجهزة «أندرويد» ومن المتوقع أن تكون متاحة لجميع المستخدمين قريبا، وستدعم لغات عدة.

وستكون الميزة على شكل خيار «حرر» بعد النقر على الرسالة، حيث يمكن تعديلها وإعادة إرسالها مجددا. لكن هذه الميزة، كما رشح من التقارير الإخبارية، ستكون محددة بسقف 15 دقيقة من توجيه الرسالة، بمعنى أنه لا يمكن إجراء تعديلات عليها بعد انقضاء هذه المدة. ويتيح تطبيق التواصل الفوري الشهير، الذي يستخدمه أكثر من 2 مليار نسمة، حاليا خيار حذف الرسائل بعد توجيهها، لكن هذا الخيار قد يمثل المشكلة للبعض إذ يوقعهم في إحراج مع مستخدمين آخرين يرون عبارة «أن الرسالة قد حذفت».

تعرف على فوائد تناول فاكهة الكرز



يعد الكرز من الفواكه الحلوة المحببة للناس نتيجة فوائده الصحية المتعددة، منها مصدر للطاقة، وتعزيز النوم، وتحسين الهضم والبصر ونشاط الدماغ، ويساعد على تخفيف التشنجات العضلية والألم، وذلك وفقا لما نشرته وكالة نوفوستي.

وقالت الدكتورة إيرينا مالتسيفا، خبيرة التغذية، إن جميع أنواع الكرز تحتوي على فيتامينات E و C و B3 و B4 و B5 ومعادن الحديد والبوليتاسيوم والماغنيسيوم والكالسيوم والفوسفور، بالإضافة إلى احتوائه على الأنتوسيانين، مضادات الأكسدة القوية، التي تقوم بوظيفة وقائية تمنع نمو الأورام السرطانية في الجسم. كما أكدت الخبيرة أن الكرز الحلو يمنع أيضا الإصابة بالنوع الثاني من مرض السكري، ويساعد على تخفيض مستوى السكر لدى المصابين به.

ونصح الأطباء كل من يعاني من أمراض القلب والأوعية الدموية بتناول الكرز، لأنه يحتوي على نسبة عالية من البوتاسيوم، الذي يقوي عضلة القلب ويعيد نبضات القلب إلى طبيعتها، وتمنع مادة الكومارين، الموجودة في الكرز الحلو، تخثر الدم، ما يقلل من خطر تكون الجلطات، وأن احتوائه على نسبة عالية من فيتامين B يدعم منظومة المناعة ويعززها.

أما أنواع الكرز البيضاء والصفراء، فإنها تساهم في الوقاية من أمراض الجهاز الهضمي والكلية والغدة الدرقية واختلال توازن البكتيريا

السودوكو

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

حل العدد الماضي

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