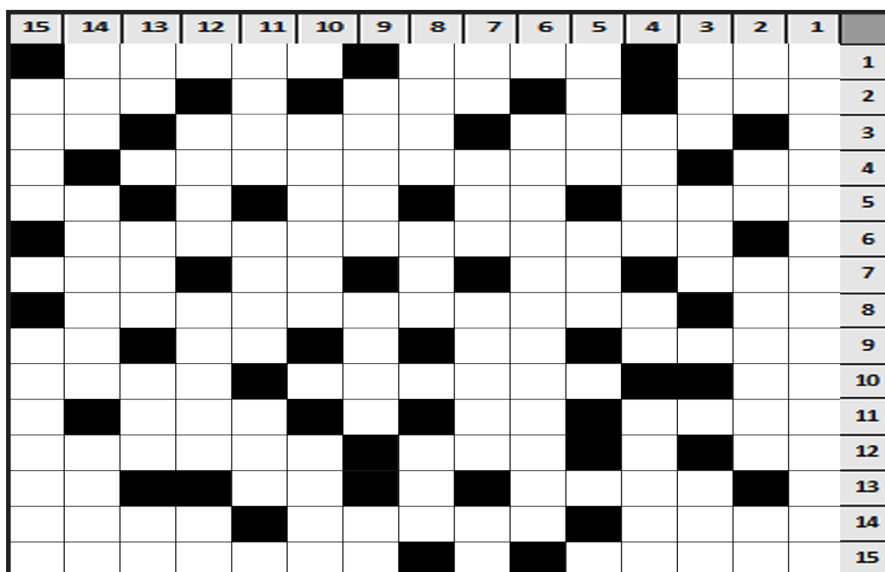


## الكلمات المتقاطعة



## استراحة

## فوائد صحية لتناول القرفة.. منها منع الالتهابات البكتيرية والفطرية



كانت القرفة تستخدم منذ آلاف الف السنين في الطب القديم، حيث إن لها فوائد صحية عديدة، كما أنها تستخدم كنوع من التوابل الغنية بمضادات الأكسدة، ويمكن أن تساعد الجسم على محاربة العدوى والفيروسات وأمراض القلب وحتى السرطان، بجانب استخدامها كمشروب دافئ مهدئ للمعدة، وذلك وفقاً لما نشره موقع ذي صن.

فوائد صحية للقرفة :

1. تساعد على خفض نسبة السكر في الدم.
2. يمكن أن تحمي من أمراض القلب.
3. قد تبطل مرض الزهايمر.
4. قد تبطل نمو السرطان.
5. يمكن أن يمنع الالتهابات البكتيرية والفطرية.
6. قد تحمي من بعض الفيروسات والقرفة قد تساعد في الحماية من بعض الفيروسات، مثل الإنفلونزا وحمى الضنك، وهي عدوى فيروسية تنتقل عن طريق البعوض.

## مهرجان للتراشق بالطماطم يستهلك 20 طناً ويشير الجدل عالمياً



اعتاد الكولومبيون رشق أنفسهم بالطماطم في تقليد ومهرجان سنوي، يُدعى «توماتينا»، في بلدة سوتامارشان في مقاطعة بويابا، الذي يترشق فيه زواره بالثمرة الحمراء في حرب مرحة، لا خاسر فيها.

ويستخدم الزوار الذين وصل عددهم لقرابة 20 ألف شخص نحو 35 طناً من الطماطم الفاسدة غير الصالحة للاستهلاك، التي تبرع بها المزارعون في المنطقة؛ لإحياء التقليد السنوي الطريف.

واصطبغت البلدة التي تبعد قرابة ساعتين عن العاصمة بوجوتا بالألوان الحمراء. ولم تختلف كثيراً وجوه المشاركين وملابسهم عن اللون الأحمر.

- افقياً
- 1- عدد (م) - اسم علم مؤنث - عاصمة اوربية.
  - 2- ملكي - تعطى لأهل القليل تعويض - مشروب.
  - 3- تحدثت - اسم علم مؤنث - غير واضح.
  - 4- في العروق - مخترع البيانو - منطقة نفطية في مارب - للندبة - احد الوالدين - قلوي (م).
  - 5- مؤلف كتاب خلفاء الرسول (ص).
  - 6- غادر (م) - حرف عطف - حرف نفي - سنه.
  - 7- نصف كلمة حامد - صحابي فتح مصر.
  - 8- الثغر - مشى لهجة لحجية (م) - في العروق - حرف نفي.
  - 9- جمع - بلد اوروبي - عملة.
  - 10- جمع عين - نصف كلمة هلال - حرف ابجدي.
  - 11- عاصفة (م) - احرف مكررة - محافظة مصرية (م).
  - 12- اسم علم مذكر - نصف كلمة طلال - عمله.
  - 13- جلوس - منطقة في م/اب - طريقي.
  - 14- يدخن - من الانبياء (م).
- عمودياً
- 1- سياسي شبناني اغتيل ضمن الطائرة الدبلوماسية ١٩٧٣م.
  - 2- مكرران - للاستفهام - منطقة في الضالع - نصف كلمة لعور.
  - 3- لعاب - عزومجد - صوت الذئب .
  - 4- عاصمة غانا - من الاقارب - نشارك.
- زيم الفاشية - نقود (م).  
مكتشف جرثومة البلهارسيا.  
خصم - من ابناء نوح عليه السلام - النسيان في الصلاة - مكرران.  
مديرة في وادي حضرموت (م) - جمع - للاستثناء.  
مديرة في محافظة تعز (م) - الاسم الاول رئيس لمصر - نصف هتلر.  
مديرة في الحالمية (م) - اطيخ.  
قبل الاثنين (م) - اسم علم مذكر - وادي في جهنم.  
ميناء - محافظة يمنية - نصف دايو.  
من الاطراف (م) - رجاء (م) - ٢٤ ساعة - قلوي (م).  
قرض - عكس الوارد (م) - طريق (م).  
شهر ميلادي (م) - بلد آسيوي.

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

حل العدد الماضي

السودوكو

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

حل العدد الماضي

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