استراحة

كائن بحري غريب يظهر في سواحل الإسكندرية ويثير رعب السكان

تداول رواد مواقع التواصل الاجتماعي في مصر صورة تظهر أحد المواطنين ممسكا بـ كائن بحري غريب في محافظة الإسكندرية شمال البلاد.

وثارت الصورة الكثير من التساؤلات حول نوع هذا الكائن، ومدى خطورته، ومكان تواجده.

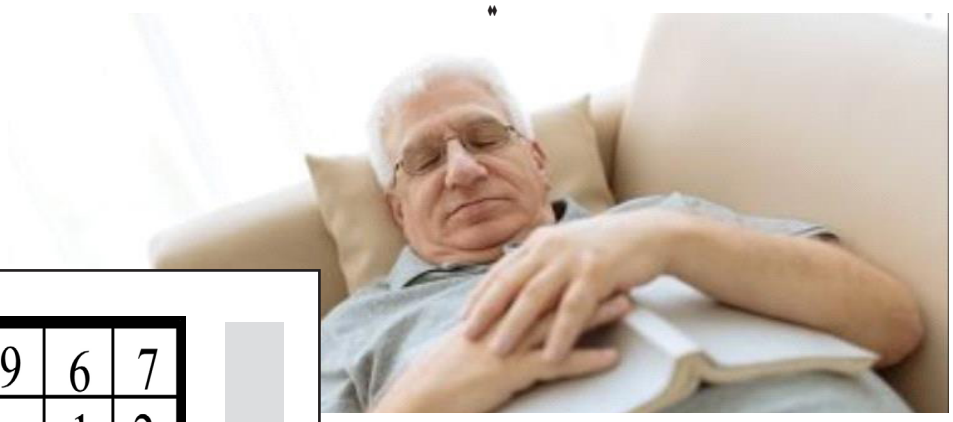
وساد جدل بين عدد من مستخدمي موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك، بشأن الصورة، حيث ظن البعض أن هذا النوع من السمك هو سـمكة الحنش أو ثعبان البحر، في حين قال آخرون إنها سمكة قرش صغيرة.

وطمأن مصدر مسـؤول بالإدارة المركزية للسياحة والمصايف في الإسكندرية، المواطنين مؤكدًا أن الكائن الذي تم تداول صورته خلال الساعات القليلة الماضية، هو نوع من السمك يسمى «المارينا».

وأكد المصدر أن سـمك المارينا متواجد في جميع الشواطئ، ويتداوله الصيادون، مشددًا على أنه لا يمثل أي خطورة على الإطلاق.

يعتبر سمك «المارينا» جنسا من 12 نوعا من ثعابين البحر، وهو شائع في البحر المتوسط، ويتواجد بكثرة في المناطق الصخرية وتمتد زعنفة طويلة من الرأس على طول الظهر حول ذيله.

دراسة: القيلولة أثناء النهار تساعد في الحفاظ على صحة الدماغ لكبار السن



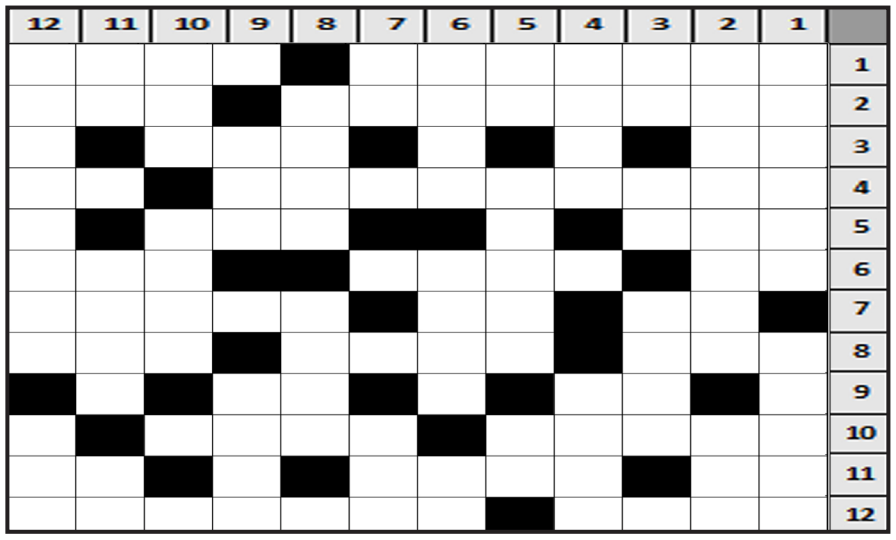
كشفت دراسـة حديثة أجراها مجلس البحوث الطبية للصحة والشيخوخة في جامعة كاليفورنيا الأمريكية أن القيلولة القصيرة أثناء النهار تسـاعد في الحفاظ على صحة الدماغ لكبار السن» وفقا لما نشر في مجلة Sleep Health.

وأظهرت الدراسـة أن أخذ قيلولة أثناء النهار يمكن أن يجعلك تشعر بالانتعاش وإعادة شـحن طاقتك، كما أنها مفيدة لدماغك، وقامت بتحليل بيانات أشخاص تراوحت أعمارهم بين 40 إلى 69 عاما، وأن القيلولة أثناء النهار يمكن أن تبطئ معدل تقلص حجم الدماغ مع تقدمنا في العمر.

ووجد الباحثون أن متوسـط الاختلاف في حجم الدماغ بين من يأخذون قيلولة بشكل مستمر، وأولئك الذين لا يقومون بذلك، يعادل 2.6 إلى 6.5 سنة من الشيخوخة.

بحث العلماء فيما إذا كانت هناك علاقة سـببية بين القيلولة أثناء النهار وصحـة الدماغ، بفحص 97 جزءً من الحمض النووى يعتقد أنها تحدد احتمالية اعتياد الناس على القيلولة.

الكلمات المتقاطعة

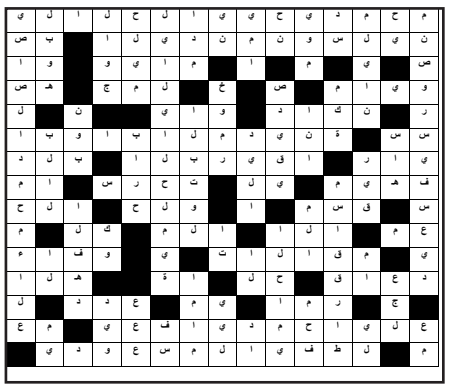


افقيا

١- صحيفة مصرية مشهورة – عاصمة عربية .
٢- مذيع في قناة (عدن لايف) سابقا – جو .
٣- للتعريف – من الاسلحة القديمة .
٤- زعيم عربي راحل عبودية.
٥- احصي – معي.
٦- سئم – شهر ميلادي – رجاء (م).
٧- ثلث كلمة يوم – قرع – قيود (م).
٨- دار – جوال – حول.
٩- اصلح العمل – جمع.
١٠- بلد ضمن الدول العظمى- محافظة يمنية.
١١- من الطيور – عاصمة ايطاليا - احصى.
١٢- مديرية في وادي حضرموت – منطقة حدودية يمنية مع السعودية.

عموديا

١- صحيفة جنوبية مستقلة – عاصمة عربية.
١- ممثلة مصرية – اثم او ذنب.
٢- للتعريف – حاجز – خندق في معركة .
٣- زوجة سيدنا ابراهيم عليه السلام – من النساء المبشرات بالجنة (م) .
٤- حرفان مكرران – لقب لاعب وحداوي شهير – حرف عطف .
٥- اربد مبعثرة – اسم علم مذكر (م) – للاستفهام .
٦- بحر (م) – نقود.
٧- فوق راس الامير – ورد عطري (م) .
٨- حبل – اسم علم مذكر .
٩- احرف مكررة – مرتفع (م) .
١٠- مدينة ايرانية – اسم علم مؤنث – حرفان مكرران .
١١- لاعب تلالي وسط القرن الماضي – عروسة البحر الاحمر السعودية.



حل العدد الماضي

السودوكو

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

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

حل العدد الماضي