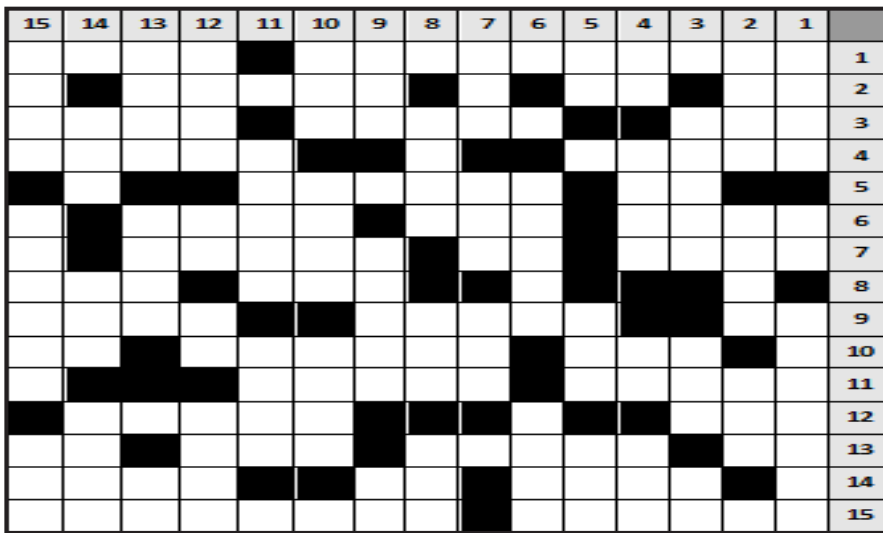


الكلمات المتقاطعة



افقيا:

- 1- مطرب عراقي - من الأزهار.
2- حب - حيوان مفترس - خيالات.
3- والدتكم معكوسة - سورة قرآنية - اسم علم مذكر.
4- إجرام - مادة مفيدة للبشر موجودة في السمك.
5- اللذات معكوسة - عاصمة موريتانيا.
6- من الأزهار - إجهاد معكوسة - قحط.
7- نعيم - نعم بالروسية معكوسة - الفاقديات لأزواجهن.
8- لوي - ضمير المتكلم.
9- اسم موصول معكوسة - شجرة مباركة - من الألوان.
10- شجر يصنع منه الصابون - أدوية - للنهي.
11- إشباع الرغبة - بتحذر.
12- متشابهان - قياسات .
13- جبر - شيء يركب على النوافذ - رائحة طيبة - ضمير منفصل معكوسة .
14- يهتم لأمر - بئر معكوسة - تماثيل معكوسة .
15- اسم علم مؤنث معكوسة - مطرب ملقب بسلاطان الطرب.

رأسيا:

- ماركة مشروبات غازية - متشابهان - حرف استثناء - من المكسرات .
اهدم - خبيث معكوسة - تحمل معكوسة .

ا	ب	ن	ب	ظ	و	ظ	ه	ا	ب
ب	ب	و	ل	ا	ق	ا	ا	ا	ب
ن	س	م	ظ	ق	ل	ن	ن	ن	ن
ا	ا	ا	ر	ق	و	و	ي	ا	ا
ل	ل	ر	ه	ر	ث	ب	ب	ل	ل
ق	ق	ا	ف	ق	ا	ق	ا	ق	ق
ي	ح	ي	ك	ب	ه	ل	و	و	ي
ث	ك	م	ط	ي	ش	د	د	م	م
م	ن	س	ا	ع	ه	ك	ك	م	م
ا	ا	ب	ن	ر	ش	د	ا	ا	ا

حل العدد الماضي

استراحة

ماذا يعني شعورك بالتعب وتراجع صحتك؟



تقول الدكتورة يكاتيرينا كاشوخ في حديث لصحيفة «إزفيستيا»: «إن أحد الأعراض الأكثر وضوحاً لنقص الحديد في الجسم هو التعب السريع، حيث قد يشعر الشخص بالتعب فور استيقاظه، وعند حمل ثقل بسيط لا يتطلب منه جهداً كبيراً. وعند نقص الحديد، يصبح الجلد شاحباً لأن الدم لا يستطيع حمل الأكسجين بشكل فعال. ويتسارع النبض، ويشعر الشخص بالدوار والصداع».

وبالإضافة إلى ذلك وفقاً لها، يؤثر نقص الحديد في حالة الشعر والأظافر وتصبح هشّة، ويمكن أن تظهر الشقوق في زوايا الفم وتظهر تقرحات مؤلمة على اللسان.

لماذا عام 2024 سنة كبيسة؟



ينطوي شهر فبراير لهذا العام على 29 يوماً، بدلاً من 28 كما هو معتاد، وهذا الحدث يجعل من العام 2024 «سنة كبيسة»، وتحدث السنة الكبيسة مرة كل أربع سنوات، والكثير من الناس لا يدركون سبب هذا اليوم الإضافي فعلياً.

ويبلغ طول كل سنة تقويمية عادة 365 يوماً، وهو الوقت الذي تستغرقه الأرض حتى تكمل دورة كاملة حول الشمس. ولكن، وفقاً للمتحف الوطني للطيران والفضاء في سميثسونيان، فإن الأرض تستغرق على وجه الدقة 365.242190 يوماً للدوران حول الشمس، أو 365 يوماً وخمس ساعات و48 دقيقة و56 ثانية.

وهذا يترك ست ساعات من العام «في عداد المفقودين»، وإذا لم نأخذ في الاعتبار هذا الاختلاف، فإن كل سنة تمر ستتسع فيها الفجوة بين بداية السنة التقويمية والسنة الشمسية. ومع مرور الوقت، وهذا من شأنه أن يغير توقيت الفصول. على سبيل المثال، إذا توقفتنا عن استخدام السنوات الكبيسة، فبعد نحو 700 عام، سيبدأ الصيف في نصف الكرة الشمالي في ديسمبر بدلاً من يونيو، وفقاً للمتحف الوطني للطيران والفضاء.

وتؤدي إضافة أيام كبيسة كل أربع سنوات إلى إزالة هذه المشكلة إلى حد كبير لأن اليوم الإضافي يكون تقريباً بنفس طول الفرق الذي يتراكم خلال هذا الوقت.

ولكن لأننا قمنا بالتقريب، فهذا يجعل التقويم أطول بمقدار 44 دقيقة. ولمراعاة الفرق، لا تكون السنة الكبيسة بالضرورة كل أربع سنوات. والقاعدة هي أن السنة القابلة للقسم على أربعة هي سنة كبيسة إلا أن بعض السنوات المئوية سيتم فيها تخطي السنة الكبيسة. على سبيل المثال، كان عام 2000 سنة كبيسة، لكن الأعوام 1700 و1800 و1900 لم تكن كذلك. والمرة القادمة التي سيتم فيها تخطي السنة الكبيسة هي عام 2100.

وبالإضافة إلى السنوات الكبيسة والأيام الكبيسة، تم أيضاً إضافة ثوان كبيسة بشكل متقطع إلى سنوات معينة، كان آخرها في 2012 و2015 و2016، تعويض الفرق بين الوقت الذري الدقيق ودوران الأرض الأبطأ. ومع ذلك، فإن المكتب الدولي للأوزان والمقاييس (IBWM)، المنظمة المسؤولة عن ضبط الوقت العالمي، ستقوم بإلغاء الثواني الكبيسة اعتباراً من عام 2035 فصاعداً.

السودوكو

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

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
				2				
9						5		