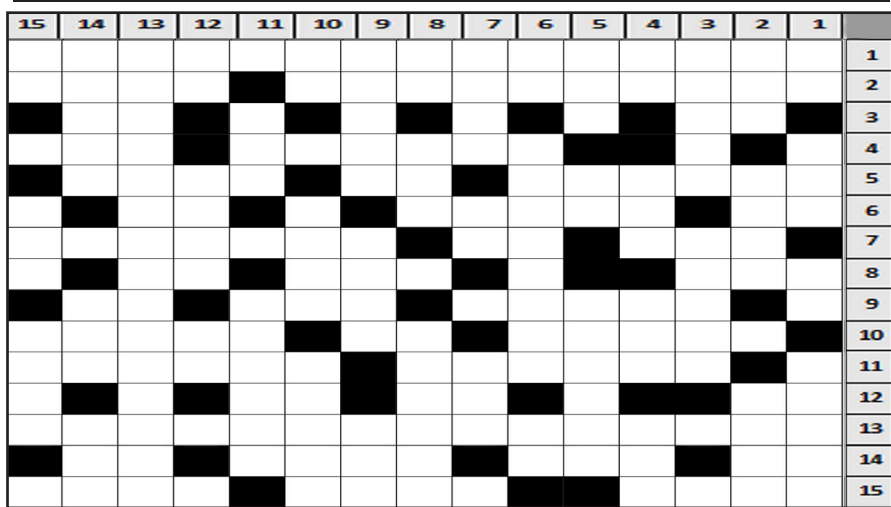


الكلمات المتقاطعة



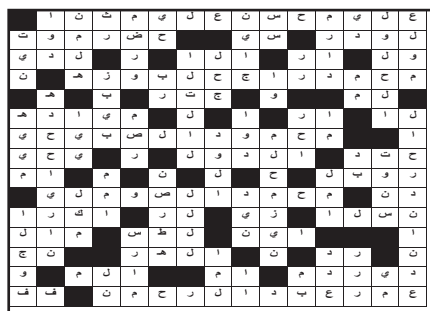
- ٤- نقص - معي - صيد (م) - وجع.
٥- فكرة (م) - للتفسير - بلد اوروبي (م).
٦- عطر وردي - لقب وزير الثقافة السابقة - قرع.
٧- جوال - جواب (م) - لحج مبعثرة .
٨- قهوة - مشروب - الطقس (م) .
٩- ممثلة مصرية - منصف (م) - حاز.
١٠- مكرران - حبر - فرع من فروع اللغة العدينية .
١١- حي سياسي في صنعاء - نادي سعودي (م) .
١٢- حرفان مكرران - اسم امير سعودي - جبل (م) .
١٣- الاسم الحقيقي للمطرب الراحل عبدالحليم حافظ.
١٤- عملة عربية - يشوف - عكس شر.
١٥- ثلث كلمة هند - سنة - اسم علم مذكر.

أفقياً:

- ١- بوع فيها الخليفة أبوبكر الصديق رضي الله عنه.
٢- زنبقة اليمينية والتي أساءت إلى المرأة اليمينية - محافظة جنوبية .
٣- طرف (م) - مثيل (م) .
٤- الفيتند مبعثرة - أحرف مكررة .
٥- نادي عدني عريق - عمله - زعيم الفاشية.
٦- من حركات البحر - عاصمة اوروبية (م) - طليق (م) .
٧- اوتوماتيكي - نصف وردة - مطربة عدنية (م) .
٨- اسم علم مذكر - ابو البشر (م) - مكرران .
٩- الاسم الاول لصحابي بشره النبي محمد (ص) - ارشد - بحر (م) .
١٠- الظهيرة - حرفان ابجديان - حي شعبي في مدينة المكلا .
١١- بلد اوروبي (م) - نادي درجة اولى .
١٢- حرفان مكرران - عكس انس - ملكه .
١٣- من حكام الاندلس في العصر الاسلامي .
١٤- للتمني - حازم (م) - نوع من السيارات ملكي .
١٥- واجبات - مؤذن الرسول (م) .

عمودياً

- ١- ابداع من ابناء نوح عليه السلام - مكرران - الراية .
٢- امارة (م) - منصف (م) - انثى الاسد .
٣- مديريةية في م/المهرة - الانصاف (م) .



حل العدد الماضي

استراحة

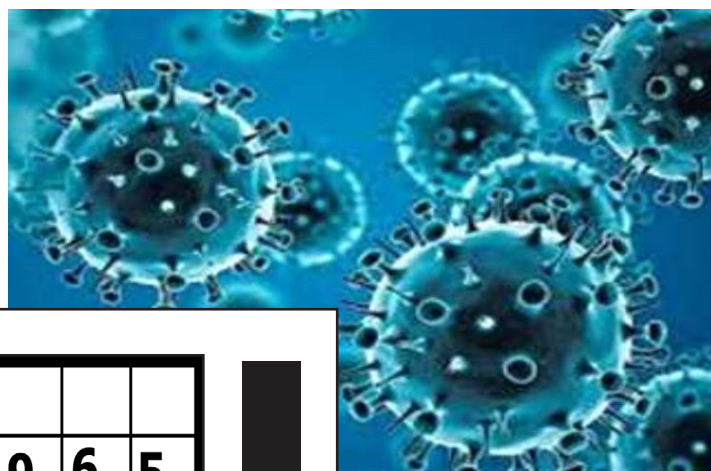
حلوى مفيدة لكبار السن !



يحتوي المشمش المجفف على البوتاسيوم الضروري لعمل القلب وتخفيض مستوى ضغط الدم . أما الحلوى الطحينية والمكسرات فتحتوي على أحماض أوميغا-3 الدهنية غير المشبعة التي لها خصائص مضادة للالتهابات . كما أن المكسرات تحتوي على الحمض الأميني أرجينين الذي يمنع تشنج الأوعية الدموية . وتحتوي الشوكولاتة الداكنة على مادة البولوفينول، المضاد القوي للأكسدة، وتؤثر إيجابيا في القلب والأوعية الدموية . كما أنها تحتوي على المغنيسيوم الذي يهدئ

ويمنع ارتفاع مستوى ضغط الدم بسبب الإجهاد العرضي . ويوصي الخبراء كبار السن بتناول التفاح المشوي مع القرفة لأنها تحتوي على البوتاسيوم ومادة الكيريسيتين الضرورية لتعزيز الأوعية الدموية والشعيرية والقلب . وبالإضافة إلى ذلك تساعد القرفة على تخفيض مقاومة الأنسولين .

علماء يفجرون مفاجأة عن أصل فيروس كورونا



بعد مرور ما يقرب من 5 سنوات يعتقد علماء أنهم اكتشفوا الأصل الحقيقي لجائحة كوفيد- رافضين النظرية الشائعة التي تقول إن الفيروس تسرب من أحد المختبرات . وتؤكد دراسة دولية كبرى نُشرت أن فيروس كورونا بدأ حياته في «سوق رطب» في مدينة ووهان الصينية، وليس في تجربة علمية، بحسب تقرير نشرته صحيفة «ديلي ميل» . واختبر باحثون عينات

جينية من الحيوانات التي جرى بيعها في أكشاك سوق ووهان في عام 2019 ووجدوا آثاراً لفيروس كوفيد في بعض الأنواع، ويؤكد الباحثون أن هذه هي المرة الأولى التي يحدد فيها العلماء الحيوانات التي قد تكون مسؤولة عن انتقال الفيروس إلى البشر . وقال مؤلف الدراسة كريستيان أندرسن، من معهد سكريبس للأبحاث: «هذا يضيف طبقة أخرى إلى الأدلة المتراكمة التي تشير جميعها إلى نفس السيناريو: وهو أن الحيوانات المصابة بالفيروس تم إدخالها إلى السوق في منتصف إلى أواخر نوفمبر 2019، مما أدى إلى اندلاع الوباء» .

الحيوانات المسؤولة عن تفشي فيروس كورونا كلب الراكون

واقترح أن كلب الراكون، وهو حيوان يشبه الثعلب وينتشر في شرق آسيا، هو الناقل الأكبر للفيروس، كما وجد أن حيوانات أخرى مثل الزباد النخيلي المنع، وجرذان الخيزران الرمادية، والقنافذ الملايوية كانت تحمل فيروس كوفيد-19 قبل أن ينتشر إلى البشر .

السودوكو

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

حل العدد الماضي

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