

الكلمات المتقاطعة

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
												1
												2
												3
												4
												5
												6
												7
												8
												9
												10
												11
												12

- أفقياً:
- ٤- ابو البشرية - نجاهد في سبيل الله (م) - للمسافة. محافظة يمنية - للتفسير - حرف نصب (م) - ٢٤ ساعة (م).
- ٥- وزير سابق ومحافظ سابق لمحافظة عدن الجنوبية. ولي العهد السعودي . حرف جر (م) - استمر. حرفان مكرران - ملكنا (م) - مؤذن الرسول (ص). البيت مبخرة - صدق العروسة - ارشد (م). جمع - كسر.
- ٦- عاصمة الضباب - مهنة نبيلة (م) - نصف كلمة عادل. الشمس مبخرة - حرف نفي - محافظة سورية . راية - استاذة في الجامعة (م) - حرف عطف. بحر - احسان - للتفسير - جود.
- ٧- لاعب اماراتي وطني سابق القرن الماضي. لاعب سعودي وطني سابق القرن الماضي. جواب . احسان (م).
- ٨- حضارة قديمة في الشام - من ألعاب التسلية (م) - حاجز عملة - تعطى لأهل القتل - فكرة. قيادي مؤتمري للجنة العامة (م). رئيس جزائري راحل.
- ٩- راية - استاذة في الجامعة (م) - حرف عطف. بحر - احسان - للتفسير - جود.
- ١٠- مؤذن الرسول (ص). البيت مبخرة - صدق العروسة - ارشد (م). جمع - كسر.
- ١١- لاعب اماراتي وطني سابق القرن الماضي. لاعب سعودي وطني سابق القرن الماضي. جواب . احسان (م).
- ١٢- قيادي مؤتمري للجنة العامة (م). رئيس جزائري راحل.

ت	م	ر	و	د	ب	ث	ك	ن	ع	ا	ث
م	ا	هـ	ر	ا	ل	ن	ح	و	ي	ت	ا
ا	ل	م	ن	ب	ا	ر	ن	س	س	ا	ل
ر	س	ل	ن	ا	م	هـ	ر	ر	ة	ق	ا
ق	ا	ر	ا	م	ظ	ة	ا	م	م	ي	ا
ا	ل	ش	ر	م	ا	ل	ش	ي	خ	ا	م
م	ب	ب	ل	ب	ا	ن	ا	ن	ا	ي	م
ي	و	ا	ي	ا	ر	ا	ر	ا	و	ا	و
ا	ل	ة	ا	م	ع	و	ل	ب	ن	ا	ل
ل	ا	ح	م	و	ي	ن	ا	س	س	ا	ل
م	ح	م	د	ع	و	ض	ا	م	ك	ل	س

حل العدد الماضي

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

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

السودوكو

استراحة

هذه الهواتف لن تتمكن من تشغيل واتس اب قريبا



يعمل تطبيق واتساب على إيقاف العمل على ملايين الهواتف قريباً، وذلك بعد إعلانه عن إيقاف دعمه لأحد أنظمة التشغيل المستخدمة على بعض الأجهزة. بحسب موقع TechAdvisor، كانت خدمة واتساب تدعم ثلاثة أنظمة تشغيل هي أندرويد و iOS و KaiOS، لكن التطبيق قرر إيقاف دعمه لنظام KaiOS، الذي يعمل على الهواتف البسيطة ذات الميزات المحدودة. نظام KaiOS، الذي يُستخدم على بعض الهواتف ذات التكلفة المنخفضة مثل هواتف نوكيا، لن يتمكن مستخدموه من الاستمرار في استخدام واتساب بدءاً من فبراير 2025. واتساب أشار في بيان له إلى أنه في المستقبل القريب سيوقف الدعم بشكل كامل لنظام KaiOS، مع العلم أن مستخدمي هذا النظام الذين لديهم حسابات واتساب حالياً يمكنهم الاستمرار في استخدامه حتى بداية عام 2025. لكن، منذ يونيو 2024، لم يعد من الممكن فتح حسابات جديدة على الهواتف التي تعمل بنظام KaiOS. وقال واتساب: «نهدف إلى تقديم خدمة موثوقة لأكثر عدد من المستخدمين، ولذلك نراجع بشكل دوري الأجهزة والأنظمة التي تدعمها». وأضاف التطبيق أنه سيتم إشعار المستخدمين المتأثرين بشكل مسبق، مع التأكيد على ضرورة نسخ المعلومات المهمة خارج الجهاز، حيث لا يوجد دعم للنسخ الاحتياطي أو استعادة البيانات على هذه الأجهزة.

توقيت هو الأخطر لتناول الطعام !



تظهر دراسات حديثة أن توقيت تناول الطعام يمكن أن يكون له تأثير كبير على الصحة العامة. وكشف فريق من الباحثين من جامعة كاتالونيا المفتوحة (UOC) وجامعة كولومبيا، في دراسة حديثة، أن تناول ما لا يقل عن 45% من السعرات الحرارية اليومية بعد الساعة 5 مساءً يعيق قدرة الجسم على تنظيم مستويات السكر في الدم. ويمكن أن يؤدي تناول الطعام في وقت متأخر من الليل إلى زيادة خطر الإصابة بمرض السكري بشكل كبير.