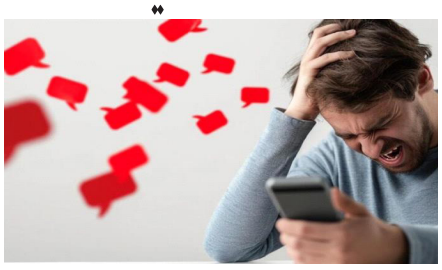
# استراحة

بقلوب مؤمنة بقضاءِ الله وقدره
تلقينا نبأ وفاة زوجة الوالد
أحمد عبده الحمادي
أم الصديق العزيز / طاهر أحمد عبده الحمادي
عامل وصانع آيسكريم التواهي
التي وافاها الأجل يوم الخميس ٢٠٢٥/٢/٦
وبهذا المصاب الجلل والحزين نتقدم بأحر التعازي وعظيم المواساة
إلى زوجها الفاضل أحمد عبده الحمادي
وأولادها / مصطفى وعبد الرحيم وعيسى وطاهر أحمد عبده الحمادي
وأخيها / عبد الرقيب الحمادي وكافة آل الحمادي في عدن وتعز
ونسأل الله العلي القدير أن يتغمدها بواسع رحمته وأن يسكنها فسيح جناته
ويلهم زوجها وأولادها وأخوها وأهلها وآل الحمادي كافة الصبر والسلوان
إنا لله وإنا إليه راجعون

صبراً آل الحمادي

المعزون / الإعلامي الصحفي : غازي العلوي وأولاده، صالح مقبل الأمين وأولاده، وحيد يوسف الزبيري ،عز الدين أحمد عباس ، مطهر أحمد عباس الحمادي وجميع عمال آيسكريم التواهي في مديرية التواهي

## السموم الرقمية خطر حقيقي.. لكن الحل ليس في العزلة!



يشير البروفيسور أندريه إيلنيتسكي أخصائي أمراض الشيخوخة، إلى أن تأثير شبكات التواصل الاجتماعي على الدماغ بصورة مباشرة مرتبط بطريقة استخدامه. ووفقا له، سيكون تأثيرها إيجابيا إذا تعامل معها الشخص بطريقة إبداعية، مثلا، من خلال متابعة أشخاص معينين عن قصد، وقراءة منشوراتهم وتلقي بعض المعلومات الجديدة لنفسه، التي يطبقها بعد ذلك في الحياة.

ويقول: «إن استيعاب عمل الأجهزة والتقنيات الجديدة يمكن أن يحسن القدرات الإدراكية، وخاصة لدى كبار السن. وإذا أتقن الشخص استخدام الأجهزة الجديدة ووظائفها، يمكن أن يؤدي إلى تحسن الذاكرة والانتباه وحتى سرعة التفكير ».

ووفقا له، أظهرت نتائج دراسات عديدة بالفعل أن كبار السن الذين يتلقون معلومات جديدة باستمرار، ويتقنون وسائل الاتصال والأجهزة الجديدة، هم أقل عرضة للإصابة بأمراض الدماغ المرتبطة بالعمر، وخاصة مرض الزهايمر.

ويشير البروفيسور، إلى أن التخلص من السموم الرقمية ضروري، لكن يجب على الدماغ أن يعمل باستمرار، ومن المهم التناوب بين أنواع مختلفة من الأحمال، بما فيها التفاعل مع العالم الرقمي.

ويقول: «يجب أن يتضمن الجدول الزمني التكنولوجيا ووسائل التواصل الاجتماعي والنوم الصحي والنشاط البدني والتواصل لأن جميعها تشارك نشاط دماغي أكثر اكتمالا وفي الوقاية من الضعف الإدراكي».

## وفاة عروسة والسبب تناولها وجبة «بيتزا»

لقيت عروس مصرية مصرعها بعد تناولها وجبة «بيتزا» من مطعم في مدينة أسيوط، كما تعرض العريس لحالة إعياء شديد.

وبحسب وسائل إعلام مصرية، تلقت السلطات المصرية إخطارا يفيد بوصول سهيلة رمضان عبد الرحمن، 23 سنة، بحالة إعياء شديد ومصرعها بعد ساعات.

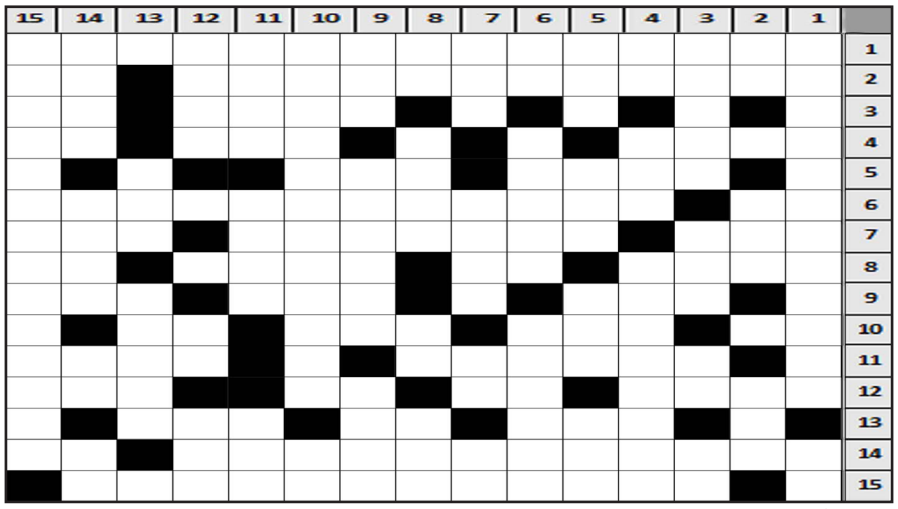
وبالفحص والتحريات وسؤال العريس، قال إنهما تناولا وجبة غذائية «بيتزا» اشتراها من أحد المطاعم وعقب تناولها شعرت زوجته بحالة إعياء شديد، وتُوفيت بعد وصولها إلى المستشفى بساعات، ولم يتهم أحدًا أو يشتبه في الواقعة جنائيًا.

وجرى نقل الجثة إلى المشرحة، وتحرر المحضر اللازم، وتم إخطار النيابة العامة للتحقيق.

وأصدرت النيابة قرار بغلق مطعم البيتزا، مع استعجال تقرير الطب الشرعي لبيان أسباب الوفاة للعروس.

وكلفت إدارة البحث الجنائي بالتحري حول الواقعة وظروفها وملابساتها.

## الكلمات المتقاطعة

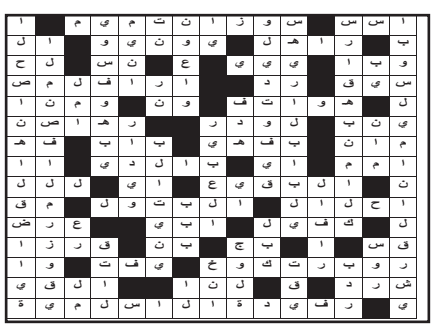


### أفقياً:

١- مخرج اذاعي في اذاعة صنعاء البرنامج الاول.
٢- الرئيس الافريقي الراحل جنوب افريقيا حاصل على جائزة نوبل للسلام – سكب (م).
٣- شهر ميلادي – للندبة .
٤- شهر ميلادي (م) – سفينة الصحراء (م) - بمعنى اسكت امر (م) .
٥- كندا مبعثرة – شركة اتصالات.
٦- حرفان مكرران – مسلسل مصري شهير تأليف الراحل اسامة انور عكاشة(م).
٧- فكرة (م) – مديرية في م/عدن (م) – وطن.
٨- اسم علم مذكر - ملكي (م) – تناوب – احد الوالدين .
٩- حلف اليمين – عكس مر (م) – اصر على الطلب.
١٠- من الاقارب – للاستثناء – وجع – جبل.
١١- كتابات في الصحف – اسم علم مؤنث.
١٢- عكس – جالس (م) – جواب – للتوجع – تقال للضيف.
١٣- صوب بالبندقية – مادة قاتلة – رقم.
١٤- ممثل اذاعي ومخرج في اذاعة عدن – شمل (م).
١٥- مقدم برنامج رياضية في قناة الجزيرة .

### عموديا

١- اعلامي من محافظة لحج يعمل مذيع في اذاعة عدن – من الاقارب.
٢- عكس ميت – مديرية في وادي حضرموت – ابن البقرة.
٣- عكس فارغ – لعاب – للاستفهام – ملكي (م).
٤- حاجز (م) – مدينة اسلامية - لاعب تلالي القرن الماضي (م) .
٥- ٢٤ ساعة – ضمير المتكلم المفرد – وجع (م) – حطب منزلي (م) .
٦- اشتاق – زميلي في الدراسة – مديرية في ساحل حضرموت .
٧- لا يعرف الكتابة (م) – من الاطراف (م) – للتعريف – نصف كلمة دايو.
٨- عمله – خمور مبعثرة – قاوم – دفر.
٩- ابو البشر – العذراء – خطيب .
١٠- مسلسل مصري عرض في اليمن تأليف اسامة انور عكاشة – ثلث كلمة سفن .
١١- اسم علم مذكر –رابع مبعثرة – احرف مكررة .
١٢- هاتف (م)- حرف E – صوت انفجار.
١٣- نحل بالعامية – من النمور.
١٤- انثى الاسد – مؤذن الرسول (ص) – للتعريف – بحر (م).
١٥- لاعب المنتخب الوطني الاول يلعب في خط الوسط مهاري وعنده اخلاق عالية وكابتن (م).



حل العدد الماضي

## السودوكو

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

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

حل العدد الماضي