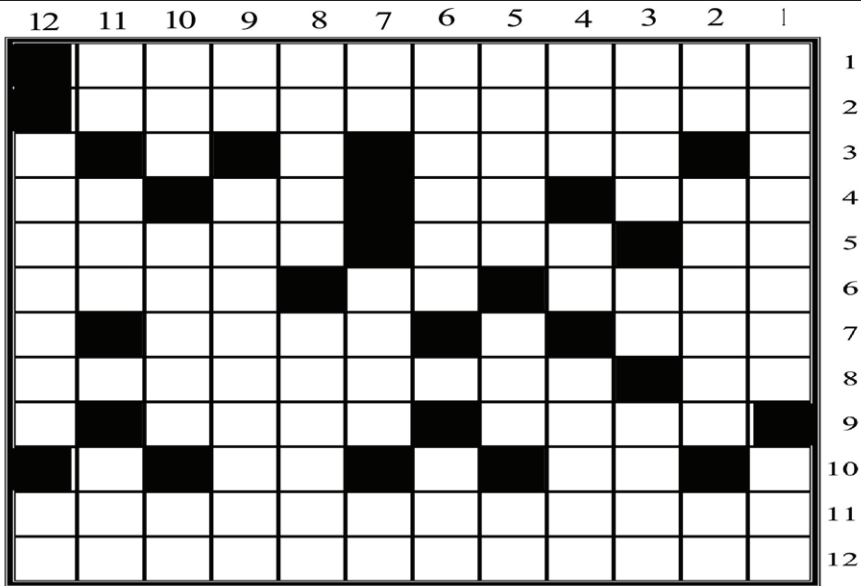


الكلمات المتقاطعة



اعداد/ علي صالح العائنين

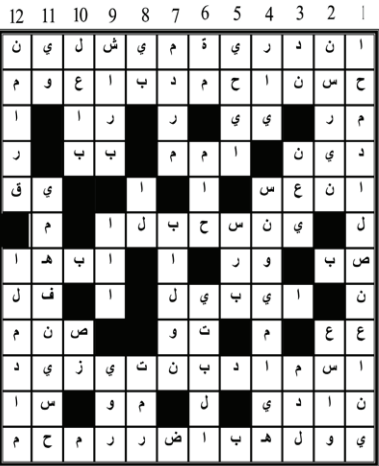
٥. محافظة مصرية جنوبية - مدينة اسلامية - حرفان ابجديان.
٦. دولة كانت ضمن الاتحاد السوفيتي - احرف مكررة.
٧. سئم - محافظة يمنية (م) - حرفان مكرران.
٨. ريقى - اسم علم مذكر (م).
٩. عسى - سلطان الكرة اليمينية (م).
١٠. فرع من مادة علم النفس (م) - عكس مخفي وبابن للعيان - سعل (م).
١١. سقى - منزل (م) - تقال للامير.
١٢. بلد اوروبي شرقي - فوق سطح البيت.

أفقياً

١. من قيادات التنظيم السياسي للجبهة القومية اعدم في ٢٦ يوليو ١٩٧٨ م مع الشهيد الرئيس سالمين .
٢. كاتبة صحفية عدنية تعمل في صحيفة الايام.
٣. بلد افريقي (م).
٤. وعى - لاتقال للوالدان - مصطلح البكلاريوس - جبل.
٥. عكس خير - من الالوان - اسم علم مؤنث.
٦. موائيق محافظة يمنية - مر الحاجز.
٧. يبسط - عملة روسيا.
٨. جوهر (م) - عاصمة غانا - سمار.
٩. من الاسماء الحسنى - متهم.
١٠. نصف كلمة وصال - قلوي.
١١. من الشهداء السياسيين في احداث ١٩٧٨ م.
١٢. قيادي جنوبي ضمن الحوار الوطني من ابناء المهرة.

عمودي

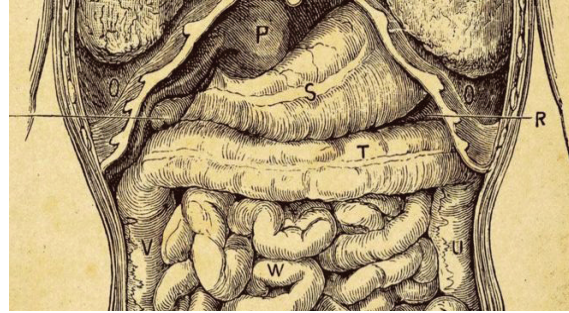
١. ممثلة مصرية قديرة - شهب .
٢. نصف كلمة هتلر - محافظة جنوبية (م) - نصف كلمة احمد.
٣. يستمر - حب - فارس (م).
٤. ثلاثة ارباع كلمة سجود - حيوان (م) - من اسماء الله تعالى.



استراحة

اعداد / هاشم بحر

ميكروبات في جسدك لا يمكنك العيش بدونها!



قد تحتاج لتناول ما هو أكثر من اللبن الرايب الغني بالبكتيريا الحية المفيدة للصحة، المعروفة باسم "بروبيوتيك"، لكي تحظى بجسد عامر بالصحة، وبالبكتيريا النافعة أيضاً، وفقاً لما اكتشفه آدم رذرفورد، بعدما أخضع نفسه لاختبار مزيج على نحو ما.

بدأ الأمر معي بإرسال عينة من الغائط إلى القائمين على موقع متخصص في التعرف على الحالة الصحية للأمعاء، وقدرتها على أداء وظائفها، يحمل اسم "ارسم خريطة أمعائي".

وقال هؤلاء إن بوسعهم كشف النقاب عن طبيعة التركيبة الميكروبية الكامنة في أمعائي. وقد أجريت هذا الاختبار في إطار التحضير لتقديم حلقة من سلسلة "الحالات غريبة الأطوار لرذرفورد وفراي"، التي تبثها إذاعة "بي بي سي" باللغة الإنجليزية. وتستهدف الحلقة استكشاف الكم الذي تمثله البكتيريا من وزن الجسم. في السنوات القليلة الماضية، أفادت دراسات متنوعة بأن الميكروبات الموجودة في جهازنا الهضمي أكثر أهمية لصحتنا مما كان يعتقد من قبل.

لكنني سرعان ما سأكتشف أنني كنت - حتى



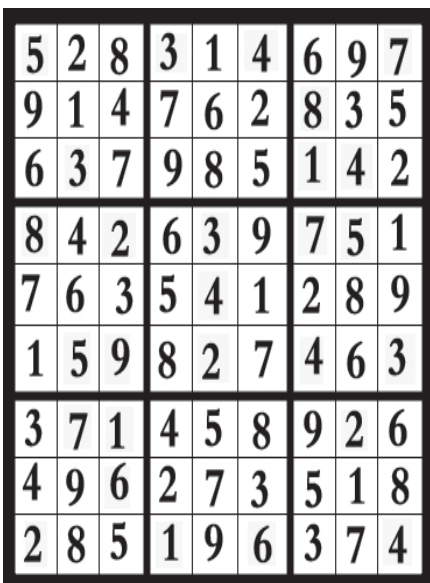
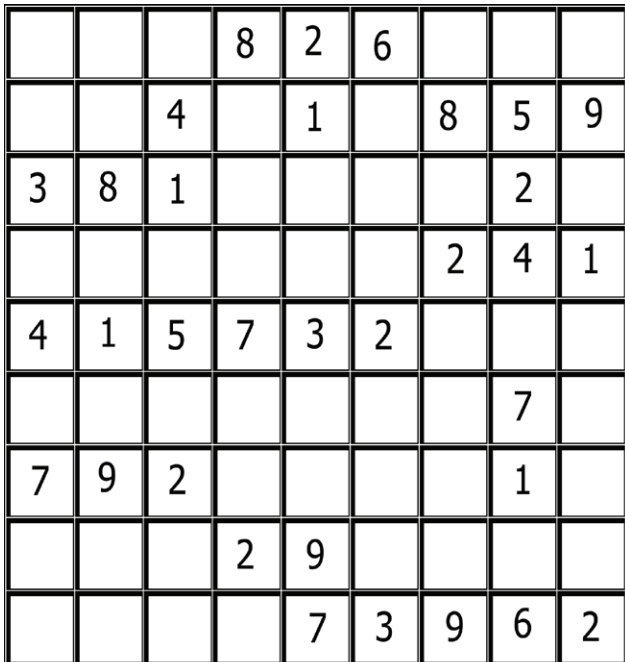
من احاديث الرسول (محمد) (ص)

عَنْ أَنَسٍ -رَضِيَ اللهُ عَنْهُ-، أَنَّ رَسُولَ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: " لَقَدْ تَرَكْتُمْ بِالْمَدِينَةِ رَجَالًا مَا سَرْتُمْ مِنْ مَسِيرٍ، وَلَا أَنْفَقْتُمْ مِنْ نَفَقَةٍ، وَلَا قَطَعْتُمْ مِنْ وَادٍ، إِلَّا كَانُوا مَعَكُمْ فِيهِ ". قَالُوا: يَا رَسُولَ اللهِ، وَكَيْفَ يَكُونُونَ مَعَنَا وَهُمْ بِالْمَدِينَةِ؟ قَالَ: " حَبَسَهُمُ الْعُدْرُ " (سنن أبي داود).

إعلان فقدان

يعلن المواطن / معاذ حسين ناصر أحمد عبدالله عن فقدان بطاقة شخصية رقم 160100091881 صادرة من م / المهرة.. يرجى ممن يجدها تسليمها لأقرب مركز شرطة.

السودوكو



حل العدد الماضي