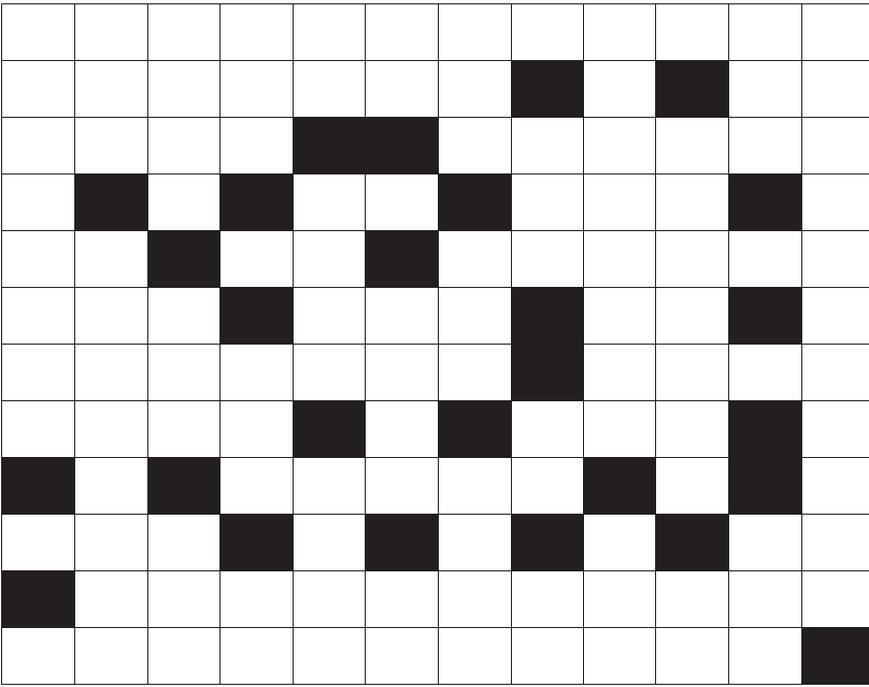


الكلمات المتقاطعة



- أفصيا
1. رئيس تحرير صحيفة اخبار اليوم اليمنية .
 2. حرفان مكرران - ابو الصخب.
 3. ابيين الغبراء - اسم علم مذكر.
 4. اوتوماتيكي - من الاقارب (م).
 5. نهر في اوروبا - للمنادي - ملكي (م).
 6. مادة قاتلة - منح (م) - من ادوات النجار.
 7. بدون زواج شاب (م) - بلد اوروبي (م).
 8. جبل - اسم علم مذكر (م).
 9. محافظة يمنية .
 10. جواب - وجع.
 11. قيادي مؤتمري جنوبي مزاييد.
 12. المشرف العام لصحيفة "الامناء" الجنوبية.

ف	ض	ل	ع	ا	ي	ا	ل	ج	و	ن	ة
ا	ح	م	د	ا	ل	ا	ح	م	د	ي	د
ر	ر	ن	ا	ج	ا	ب	ي	ب	ي	ب	ي
س	و	ز	ا	ن	ا	ل	ز	ا	ن	ا	ن
ع	ن	ا	ن	ا	ب	ي	ن	ل	ي	ل	ي
و	ج	ا	ن	ع	م	د	ا	ع	ع	ع	ع
ض	و	ل	ي	م	ة	ي	ي	ل	ل	ل	ل
ا	ر	س	ا	ل	ل	م	ن	ل	ا	ا	ا
غ	ل	ي	ب	س	ي	ا	ي	ن	ن	ن	ن
ا	ب	و	ب	ك	د	ا	م	ا	س	س	س
م	و	ل	ع	ا	ل	ل	ل	ح	ح	ح	ح
س	س	ا	ش	ك	ر	ي	ه	ا	ش	م	م

- عموديا:
1. مدير تحرير صحيفة اخبار اليوم اليمنية اليومية.
 2. فانورة - حرف ابجدي (م).
 3. معلق رياضي لكرة القدم خليجي - حاجز.
 4. تستخدم للكتابة - عكس مدن.
 5. احرف مكررة - احصي (م) - حرف E (م).

استراحة

اعداد / أ. علي صالح العائتين

علاج بدانة الأطفال "يتطلب خفض السرعات الحرارية في المأكولات السريعة"



أكد مسؤولون في قطاع الصحة ببريطانيا أنه يجب وضع خطط تهدف لخفض السرعات الحرارية في البيئتنا وشطائر البرغر والوجبات الجاهزة في إطار حملة حكومية للتصدي للبدانة بين الأطفال في إنجلترا. ويعتقد مسؤولون في قطاع الصحة أنه ينبغي اتخاذ هذه الخطوة إذ أن الأشخاص يستهلكون ما بين 200 إلى 300 سعرة حرارية يوميا.

وستكون هذه الكميات المستهدفة اختيارية، لكن المسؤولين في هيئة الصحة العامة بإنجلترا يؤكدون أنه إذا لم يتحرك القائمون على هذه الصناعة فإنهم على استعداد لإصدار تشريع خاص بذلك. ويأتي برنامج خفض السرعات الحرارية بعد نجاح حملة استمرت عقدا من الزمن لخفض محتوى الأملاح في الأغذية.

وقد تشمل هذه الخطوة خفض كمية المنتجات أو تغيير المكونات في الأطعمة والمشروبات التي تشتري من المتاجر الكبرى ومحلات المأكولات السريعة والمطاعم. ومن المتوقع أن تُحدد أهداف خفض السرعات الحرارية من جانب هيئة الصحة العامة في إنجلترا في غضون عام.

"الزجاج الحيوي" قد يكون أفضل مادة لإصلاح كسور العظام

السيارة محطمة وجهه ومحجر عينه الهش - وهو عظم صغير لا يزيد سمكه عن 1 مم ويحمل مقلة العين في الجمجمة. ويشرح طومسون قائلا: "من دون التجويف المحجري، تنتقل العين إلى الخلف في الجمجمة، وهذه الآلية دفاعية تقريبا". ويضيف: "إلا أن هذا يسبب ضبابية في الرؤية وعدم التركيز. وهذا المريض فقد أيضا القدرة على إدراك الألوان. وكانت مهام وظيفته تتضمن تجديد الأسلاك الكهربائية للطائرات، وكونه لم يعد يميز بين السلكين الأحمر والأزرق، بالكاد تمكن من العمل مدة ثلاث سنوات".

قد لا يبدو الزجاج المادة المناسبة للاستخدام في علاج كسور العظام، لكن جراحين بريطانيين يرون أن الزجاج الحيوي ليس فقط أقوى من العظام؛ بل إنه يمكن أن ينحني، ويرتد، ويقاوم العدوى أيضا. في عام 2002، تلقى إيان طومسون، المختص في إعادة بناء الوجه في جامعة كينغ، لندن، مكالمة هاتفية عاجلة أبلغ فيها بأن مريضا في أواخر العشرينات من العمر جرح بسبب خروج سيارته عن السيطرة، وعودها إلى الرصيف. وقد أدت الصدمة إلى دفعه فوق غطاء محرك

من صفات النبي صلى الله عليه وسلم

"كان أحسن الناس وجهًا ، وأحسنهم خلقًا ، ليس بالطويل البائن ولا بالقصير " - (البائن : الظاهر) - صحيح البخاري.
كان مربوعًا ، بعيد ما بين المنكبين ، له شعر يبلغ شحمة أذنيه
صحيح البخاري - .
كان ضخم الرأس واليدين والقدمين - صحيح البخاري - .

فوائد طبية

قال العلامة ابن القيم رحمه الله: "وَالْبَلَدُ الطَّيِّبُ يَخْرِجُ نَبَاتَهُ بِإِذْنِ رَبِّهِ .. فَمَا لَوْ مَن إِذَا سَمِعَ الْقُرْآنَ وَعَقَلَهُ وَتَدَبَّرَهُ بَانَ أَثَرُهُ عَلَيْهِ فَشَبَّهُه بِالْبَلَدِ الطَّيِّبِ- [بدائع التفسير (1/410)].
قال عمرو بن العاص - رضي الله عنه : "لو يعلم أحدكم حقيقة جهنم لصرخ منها حتى ينقطع صوته ولصلّى حتى ينكسر صلبه - [زوائد الزهد لابن المبارك (1007)].

السودوكو

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

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

حل العدد الماضي