

كيف تلعب؟  
لهواة هذه التسلية المفيدة والممتعة. ثلاث ألعاب سودوكو من مستويات متعددة: عادي، متوسط، متقدم. ضع بكل بساطة الأرقام من 1 إلى 9 في كل مربع خال. وذلك حتى يحتوي كل عمود وخط أفقي وكل مربع صغير 3x3 على الأعداد من 1 إلى 9 مرة واحدة فقط. يجب ألا يظهر أي رقم مرتين في أي عمود، أو خط أفقي، أو مربع صغير 3x3.

## اسألوا الأنباء

**طبية محمد: ما المقصود بمضاد للاكسدة؟**  
هي أي مادة تقلل من مخاطر الأكسدة «الخلل الذي يحدث نتيجة الأكسجين» مثل الخلل الذي تحدثه المجموعة الطليقة. والمجموعة الطليقة هي مواد كيميائية لها تأثير كبير، حيث أنها تهاجم الذرات وتحافظ بالأكسجين وبالتالي فهي تضيف بناء كيميائياً جديداً.

مضادات الأكسدة المعروفة تشتمل على مجموعة من الإنزيمات ومواد أخرى مثل فيتامين «هـ».

وهذه المواد تستطيع ان تتعامل مع الخلل الذي تسببه الأكسدة. تضاف مضادات الأكسدة أيضاً الى منتجات الطعام مثل الزيوت النباتية والأطعمة المجهزة حتى تساعد على منع أو تأخر حدوث مخاطر الأكسدة بسبب عوامل الهواء والأكسجين.

**بسام السلطان: ما هو بلح البحر؟**  
يشبه بلح البحر وأشكال متعددة المحار، فيلح البحر يملك صفة غير اعتيادية، فهو يقدر على الالتصاق على أشياء مثل الرمال، الصخور، أو حتى على اصداق أخرى، ويحدث هذا بواسطة تركيب محاري يدعى «الأقدام الرخوية» تتألف الأقدام الرخوية من خيوط تنتج بواسطة غدة في القدم، أو في النهاية الدقيقة من جسم الحيوان.

بلح البحر من ذوات المصراعين (صمامين)، أي يملك قشرتين، ولكن ليس مثل المحار، فهو لا يملك عضلات لربط هاتين القشرتين معاً، وسطح بلح البحر ناعم، لا يشبه سطح المحار الخشن.

وبلح البحر النهري لا يملك اقداماً رخوية، لذا لا يمكن من الالتصاق بالخور، وهو يتنفس ويأكل بواسطة أنبوب يدعى «السيفون» والسيفون مقسم الى جزء علوي والى سفلي بواسطة حاجز، وعندما يمر الماء من خلال السيفون تأخذ الخياشيم الأكسجين منه، وبذلك يتنفس بلح البحر وهناك فم صغير لمسك الطعام عندما يمر بالقرب منه.

## أقوال وأمثال

دلائل الغباء ثلاثة: العناد والغرور والتشبث بالرأي.

إيميل: editoria@almanba.com.kw - 24831217 - بازنون

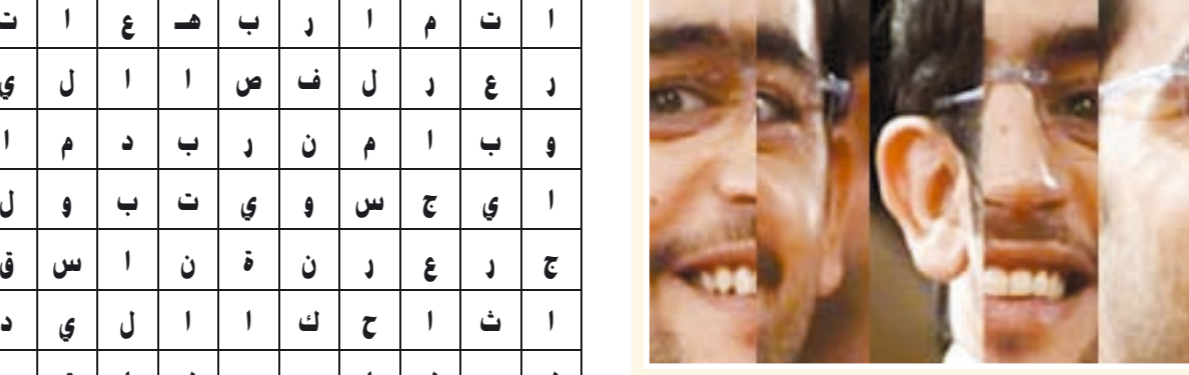
## عينك ... عينك



## الكلمات المتقاطعة

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

## اعرف الشخصية



أعرف الشخصية  
الاسم: محمد بن راشد  
اللقب: راشد  
الجنسية: إماراتي  
الديانة: إسلامية  
العضوية: المجلس التنفيذي  
الوظيفة: نائب رئيس الدولة ورئيس مجلس الوزراء  
اللقب: راشد  
اللقب: راشد

## كلمة السر: أحد الفنون من 11 حرفاً

الموسيقا	فنون	الصحافة	ثري
الرسم	بصرية	فكرة	عمق
المسرح	سمعية	تعبير	الخطوط
تمثيل	جهود	وهم	
القديم	الإبداع	الانتباه	
مراجع	رواج	الخيال	

## المستوى العادي

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

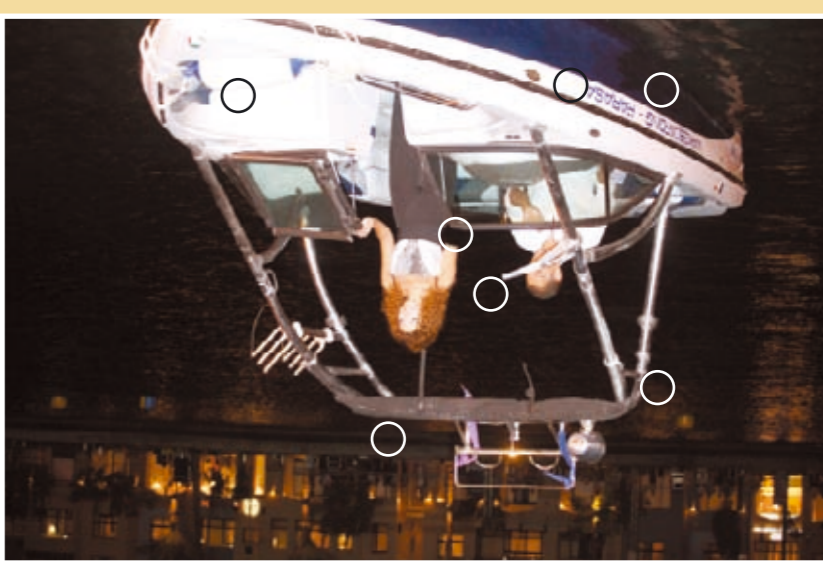
## المستوى المتوسط

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

## المستوى المتقدم

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

كلمة السر: **إيمان**



## كلمة السر: ...

## أسماء ومعان

**هينم** الهينم الكئيب السهل والصقر أو فرخ العقاب والهينم - أيضاً - فرخ النسر ويقال: الهينم: ضرب من الشجر.

**هيدام** يقال: سيف هذام إذا صار صارماً.

**هيفاء** الهيف: دقة الخصر وضمور البطن فهو أهيف وهي هيفاء.

**وائل** من قولهم وال بئيل وإلا إذا نجا من الشيء والوائل الراجع الى الله واللاجئ الخالص والمبار بطلب المول والنجاة.

**وائلة** الوائلة: الراجعة الى الله والوائلة: اللاجئة الخالصة والوائلة: المباردة بطلب المول والنجاة.

**وابصة** من الوبيص وهو باقي ضوء النار في الجمر وقد سمت العرب وياصاً و«وابصة».

**واقف** من يقف بنفسه وبالناس ومن وفق أطمأن وصدق.

**واقفة** الواقفة من تقف بالناس ومن تقف بنفسها وملكانتها وقدراتها ومن وفق أطمأن وصدق.

**وائلة** من الأسماء العربية مشتقة من قولهم وثقت له المال توثيلاً إذا جمعته له ووثله الله توثيلاً إذا أنصاه أو من الوثالة الغلط والثرة.

**واحدة** الواحدة: الغنبة عن الناس المؤسرة والواحدة المحبة والواحدة الغاضبة وجيدة: الوجود ما استوى من الأرض والوجودية: الوجود وجود: الوجود حضور وشغل للمكان والزمان ومن لها وجود فهي صاحبة شخصية.

**واحة** الواحة: جنة وسط الصحراء ترد الروح وتروي العطشان.