الأنباء
الاحد 13 يناير 2013

## عينك .. عينك

الفرق بين الصورتين واضح لنا فما هي الاختلافات السبعة بنظرك وبأسرع وقت

## الكلمات المتقاطعة

الحل أسفل الصفحة

| 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ■ | | | | | | | | | | 1 |
| ■ | | | | | | | | | | 2 |
| | | | | ■ | | | | | | 3 |
| | | ■ | | | | ■ | | | | 4 |
| | ■ | | ■ | | | | | | | 5 |
| | | | | | | ■ | ■ | ■ | | 6 |
| ■ | | ■ | | | ■ | | | | ■ | 7 |
| | | | | ■ | | | | | | 8 |
| | | | | | ■ | | | | | 9 |
| | | | | ■ | | | | | | 10 |

### عمودياً:

1ـ منطقة كويتية. 2ـ شاعر عباسي. 3ـ متشابهة – العلقم. 4ـ غافل (معكوسة) – يشمل – قاتل. 5ـ أمسيات. 6ـ مشتركان بالامر. 7ـ كوكب شمسي – فقد صوته. 8ـ اعتقاد – نسمر. 9ـ رتبة عسكرية – الراية. 10ـ غيراه – عكس ايسر.

### أفقياً:

1ـ يسكن بجوارهما – غاية. 2ـ قنديل – علم مذكر. 3ـ النظر (معكوسة) – عتال. 4ـ محسن – ماركة سيارات. 5ـ مدينة سعودية. 6ـ جدها في رمال – لوم. 7ـ وسام (مبعثرة) – من الحشرات النافعة (معكوسة). 8ـ في الصحراء – اضاء – عمل وجهد. 9ـ علم مؤنث (معكوسة) ضجر منهما (معكوسة). 10ـ من الفواكه – نعبر (معكوسة).

## كلمة السر

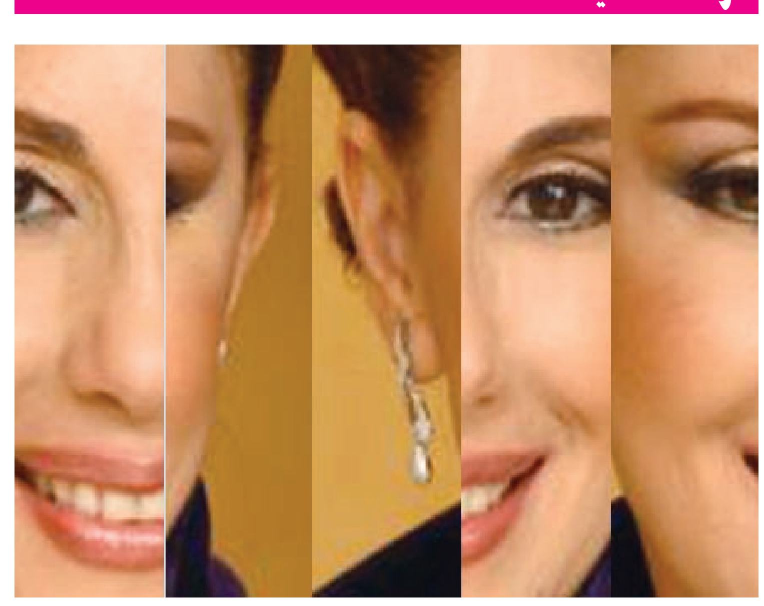
| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ا | م | ت | ا | ن | ت | ر | د | ن | ا |
| م | ن | ك | ل | ط | و | م | و | ج | ا |
| ج | ا | ا | ت | ا | ح | ح | ل | د | ل |
| ل | ط | م | ع | ب | ي | ا | ت | ة | ع |
| س | ق | ل | ا | ل | د | ل | ب | ي | ص |
| ي | ا | ي | و | ا | ل | ا | ا | خ | و |
| م | ل | ج | ن | ز | ش | ر | د | ي | ر |
| م | ظ | ي | ث | ا | ا | ح | ل | ر | د |
| ل | هـ | ل | ق | ج | س | ب | و | ا | ر |
| ك | ر | خ | ا | ح | ع | ل | ع | ت | و |
| ة | ا | ل | ف | ل | ة | ا | د | ل | ب |
| ر | ن | ا | ي | ا | ر | ف | ح | ا | ض |

**كلمة السر: عاصمة عربية من 6 أحرف**

العصور
التاريخية
مملكة
توحيد
نجد
الحجاز
دروب
مناطق
شاسعة
البحر
الاحمر

الظهران
حفر
الباطن
دول
مجلس
التعاون
الخليجي
تبادل
ثقافي
تكامل
وعد

## اعرف شخصيتك



## للمراسلة

للتواصل معنا عبر هذه الصفحة أرسلوا تعليقاتكم على البريد الإلكتروني
archive@alanba.com.kw
فاكس 24831217

## اسألوا الأنباء

**نهار مطلق:**
ماذا تعرف عن ڤيتامين (ج)؟

لماذا كان يعمل بذلك؟ لمنع مرض لعين ومرعب يدعى بـ «داء الاسقربوط».
طوال مئات من السنين السابقة، كان البحارة يخشون هذا المرض فالمرض يهاجم الأشخاص الذين يعتاشون على اللحوم والأطعمة المحفوظتين ولفترة طويلة، وليس بمقدورهم الحصول على الخضراوات والفواكه الطازجة، فعصير الليمون يمنع الإصابة بهذا المرض.
من الواضح ان هناك شيئا ما في هذا العصير يحتاجه الجسم البشري لكي يمارس وظائفه بصورة اعتيادية حاليا، نعرف بأن ذلك يرجع الى ڤيتامين (ج)، الان، إذا حصل البحارة على طعام كثير، فلماذا لا يحصلون على ڤيتامين (ج)؟ السبب هو ان ڤيتامين (ج) يتلف بسرعة مع الحرارة، أو بالتخزين، أو بتعرضه الى الهواء، وبما ان معظم الطعام كان يخزن في الأوقات السابقة، فقد تعرض ڤيتامين (ج) الموجود في هذه الأطعمة الى التلف.
هناك مشكلة اخرى تتعلق بڤيتامين (ج) فكل اللبائن تتمكن من توليد ڤيتامين (ج) في أكبادها، لهذا فهم لا يتعرضون الى نقص ڤيتامين (ج)، لكن الإنسان، القردة، وخنازير الهند هم فقط من اللبائن اللذين لا يتمكنون من إنتاج ڤيتامين (ج) في أجسامهم، لذا يستوجب الحصول عليه من الأطعمة التي يتناولونها، وڤيتامين (ج) لا يخزن بسهولة في الجسم، غير ان من الممكن تخزين كميات صغيرة، ولكن ليس بكميات تكفي لاحتياجاتنا.
من كل هذا تتضح الحاجة لأخذ ڤيتامين (ج) باستمرار، إن أفضل المصادر للحصول على ڤيتامين (ج) هي: البرتقال، الليمون، كريب فروت، البطيخ الأحمر، والفراولة، طبعا هناك في الوقت الحاضر الكثير من الناس تستخدم أقراص الڤيتامين لتتمم الڤيتامينات التي تأخذها في غذائها.
إن أفضل شيء عليك عمله، هو ان توازن غذاءك، لتحصل على كل الڤيتامينات التي تحتاجها، ويفضل استشارة طبيبك قبل معالجة نفسك بڤيتامينات اضافية وبأي شكل كان.

## أقوال وحكم

الجار قبل الدار والرفيق قبل الطريق

## أمثال كويتية

**بالألف تلقى واحد**
ومن قول الشاعر الشعبي عبدالله الفرج:
واليوم وين اللي الى قال فعال
ما ينثني عزمه طويل ذراعه
أقول ذا والوقت يحصل به رجال
وما هو خلى من رجال لشجاعة
لكن على ما قيل في ضرب الامثال
بالالف تلقى واحد في الجماعة
وفي الجزيرة العربية: يروى بصيغة الشطر الاخير من الشعر.

**بيضة ديك**
بمعنى ندرة الشيء وعدم تكراره مثل بيضة الديك اذ يفترض ان الديك يبيض مرة واحدة في حياته ويحدث ذلك في شيخوخته. واورده النوري بلفظه. وفي الجزيرة العربية بلفظه، وبيضة ديك في العمر مرة. وفي اليمن بلفظه.
وفي العراق: مثل بيضة ابو الزعر بالسنة مرة. ويروى ايضا: مثل بيضة ابو الزعر، وبيضة الديج. الديج: الديك.
وفي فلسطين: زي بيضة الديك.
وفي لبنان: مثل بيضة الديك.
وفي سورية: كانت بيضة الديك. واورده الميداني بصيغة: بيضة العقر. قيل انها بيضة الديك، وانها مما يختبر به عذرة الجارية وهي بيضة الى الطول، يضرب للشيء يكون مرة واحدة، لأن الديك يبيض في عمره مرة واحدة.
قال أبو عبيد: يقال للبخيل يعطي مرة ثم لا يعود، كانت بيضة الديك، فإن كان يعطى شيئا ثم قطعه قيل: للمرة الاخيرة كانت بيضة العقر، قال بعضهم: بيضة العقر كقولهم بيض الانوق والابلق العقوق، يضرب مثلا لما لا يكون.
واورده ايضا بصيغة: كانت بيضة الديك. قال بشار بن برد:
قد زرتني زورة في الدهر
واحدة ثني ولا تجعليها بيضة الديك.

**من كتاب الأمثال الكويتية المقارنة لـ أحمد البشر الرومي**

## Sudoku — كيف تلعب؟

لهواة هذه التسلية المفيدة والممتعة، 3 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.

### المستوى العادي

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

### المستوى المتوسط

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

### المستوى المتقدم

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

## الحل

عادي

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

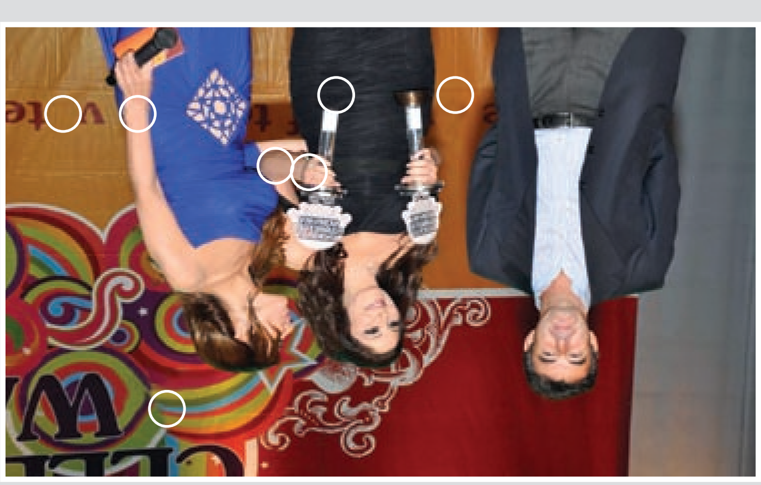
متوسط

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

متقدم

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

## حل عينك .. عينك



## حل الكلمات المتقاطعة

### أفقياً:

1ـ جنوب السرة، 2ـ ابن الرومي، 3ـ ر ر ر ر ر – المر، 4ـ لاه (معكوسة) – يعم – سم، 5ـ مساءات، 6ـ ضالعان، 7ـ زحل – بح، 8ـ ايمان – نسهر، 9ـ رائد – العلم، 10ـ بدلاه – ايمن.

### عمودياً:

1ـ جارهما – أرب، 2ـ نبراس – زياد، 3ـ الرنو (معكوسة) – حمال، 4ـ بار – لادا، 5ـ الرياض، 6ـ ل ر – عتاب، 7ـ س و ا م – النحل (معكوسة)، 8ـ رمل – شع – سعي، 9ـ سمية (معكوسة) – ملهما (معكوسة)، 10ـ رمان – نمر (معكوسة).

حل كلمة السر:
الرياض

حل اعرف الشخصية:
ماجدة الرومي