



**كيف تلعب؟ Sudoku**

لهواة هذه التسلية المفيدة والمتعة، 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**

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

**المستوى المتوسط**

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

**المستوى المتقدم**

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

**الحل**

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

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

**حل عينك .. عينك**



**حل الكلمات المتقاطعة**

1- 01، 02، 03، 04، 05، 06، 07، 08، 09، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40، 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48، 49، 50، 51، 52، 53، 54، 55، 56، 57، 58، 59، 60، 61، 62، 63، 64، 65، 66، 67، 68، 69، 70، 71، 72، 73، 74، 75، 76، 77، 78، 79، 80، 81، 82، 83، 84، 85، 86، 87، 88، 89، 90، 91، 92، 93، 94، 95، 96، 97، 98، 99، 100.

1- 01، 02، 03، 04، 05، 06، 07، 08، 09، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40، 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48، 49، 50، 51، 52، 53، 54، 55، 56، 57، 58، 59، 60، 61، 62، 63، 64، 65، 66، 67، 68، 69، 70، 71، 72، 73، 74، 75، 76، 77، 78، 79، 80، 81، 82، 83، 84، 85، 86، 87، 88، 89، 90، 91، 92، 93، 94، 95، 96، 97، 98، 99، 100.

**أسألوا الأنباء**

سالي عبدالله:

ما الذي يحدث لنا أثناء النوم؟

نغلق عيوننا أثناء الليل ومن ثم ننقل الى عالم آخر، هو عالم النوم، وعندما نصحو نبدو وكأننا عدنا من رحلة طويلة باستثناء حالة واحدة وهي اننا لا نعلم بالفعل ما الذي حدث لنا، قد نعرف اننا حلمنا او اننا شعرنا بالبرد او الدفء، لكن ما الذي فعلناه غير ذلك؟ وما الذي كان يحدث لاجسامنا أثناء اليوم؟. احد الاشياء المهمة التي حدثت فهو طبعاً ارتخاء العضل، ولو حاول احد ما رفع يدينا أثناء النوم فإنها ستسقط الى مكانها دون اي قدرة على بقائها مرتفعة، وأحد اسباب هذه الحالة هو اننا وأثناء النوم نأخذ وضعا افقياً مما يسمح بارتخاء العضل، اما مجموعة العضلات الوحيدة التي لا ترتخي خلال النوم فهي المجموعة الموجودة حول العينين والجفون، فهي تنقبض لتبقي العينين مغلقتين. وخلال النوم، يظهر الجسم عدة حركات، فقد تحرك جزءا من الجسم وقد تغير وضعية تمددنا، الا ان كل ذلك يرتبط بدرجة التعب الذي نشعر به او الحرارة او بنوع الطعام الذي تناولناه قبل النوم وغيرها. وقد يتحرك الشخص 20 او 40 مرة في الليل، لكنه لن يتحرك اكثر من 30 ثانية في الساعة او بعض الدقائق خلال الليل كله. كل واحد منا خلال وعيه يتفاعل بطريقته الخاصة مع الاحداث من حوله، الا اننا وخلال النوم نستجيب جميعا وبالطريقة نفسها لكل الرسائل التي تلقتها اعضاءنا الحسية، مثل: الضجيج والضوء والحرارة والشم وغيرها.. ما الذي يحدث داخل اجسامنا عند النوم؟. طبعاً تبقى الدورة الدموية تعمل كالمعتاد، الا ان دقات القلب تخفض، وبالتأكيد تنففس ببطء اكثر من تنففسنا خلال النهار، يعمل الهضم بشكله الطبيعي، ويستمر الكبد وكذلك الكليتان بالعمل كالمعتاد ولكن بدرجة منخفضة، تنخفض درجة حرارة الجسم درجة واحدة، ويزداد التعرق، ولكن تنخفض نسبته في الكفين والقدمين اقل مما يكونان عليه أثناء اليقظة.

**أمثال وحكم**

من أحب الناس أحبه الله. (مثل حبشي)

**أعظم 100 اكتشاف**

التخدير  
● سنة الاكتشاف 1801  
هو مادة طبية تستخدم أثناء العمل الجراحي وتسبب فقدان الاحساس بالألم عند المرضى.  
● اكتشفه هامفري ديفي.  
● لماذا يعتبر من أعظم 100 اكتشاف؟  
● ادى التخدير الى عمليات جراحية آمنة وجعل العمليات السنية والطبية عملية ومقبولة، غالباً ما كان الاذى الذي يعاني منه المرضى بسبب ألم العمليات الجراحية خطيراً جداً بحيث كان يلجم الاطباء عن محاولة اجراء العديد من العمليات الجراحية، كما كان الألم ايضا يلجم الكثير جدا من المرضى عن البحث عن المساعدة الطبية.  
● ادى التخدير الى تخلص المرضى من الكثير من الألم والخوف والقلق والمعاناة أثناء معظم العمليات واعطى الاحتراف الطبي فرصة لتطوير العمليات التي تنفذ عددا لا يحصى من الأرواح.  
● التخدير الآن اختصاص طبي اساسي وله موقع مهم في كل غرفة عمليات، مع انه من المحتمل ان تتطور عقاقير جديدة وانواع جديدة من مواد التخدير في العقود المقبلة الا ان هذه الظاهرة المهمة في الطب ستبقى معنا الى الأبد.  
● حقائق طريفة: تؤرخ العبارة الشائعة «عض الرصاصة» للفتره التي كانت قبل ان يكون المخدر قانونياً في ساحة المعركة، كان العض على رقاقة لينة من الرصاص يمتص ضغط العضة دون إلحاق الاذى بأسنان الجندي.

**عينك .. عينك**

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



**الكلمات المتقاطعة**

**الحل أسفل الصفحة**

**أفقياً:**

1- شاعر عباسي - قهوة، 2- لارسال الرسائل - في فمه، 3- بين جبلين - متشابهة، 4- نخفي متعمدين - اطرش، 5- يغطي جلود بعض الحيوانات - من اسماء الله الحسنی، 6- للتفسير - ابناء - في الصحراء، 7- غطي - والدة، 8- فكه - نسبة لدولة عربية، 9- حيا - اصل الحياة، 10- حطام - الجود.

**عمودياً:**

1- شاعر عباسي - مجهول، 2- ممثل عالمي مشهور - خاصتك، 3- مذياع (معكوسة) - اشفاقا، 4- تقود العمل وتنظمه، 5- يقيدهم، 6- وجع - متشابهان - متشابهان، 7- من ادوات النجار - تمام، 8- بلدان، 9- قهوة - آلة موسيقية، 10- عقل - من ادوات كتابتي.

**كلمة السر**

**كلمة السر:**

**أول مسجد بني في الإسلام من 4 أحرف**

مقدمة الدهر الخالدين  
سوار مكانم سرعات  
عم الاهوال  
قارس النقط  
جعل وجل الشهر  
سبل وعد مقدم  
الزاد قديم سلام  
مواسم جبال وراء  
الكمند الكمد  
شرف صروف

**للمراسلة**

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



**اعرف شخصيتك**

