

كيف تلعب؟ Sudoku

لهواة هذه التسلية المفيدة والمتعة، 3 ألعاب سودوكو من مستويات متعددة: عادي، متوسط، متقدم. ضِع 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

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

المستوى المتوسط

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

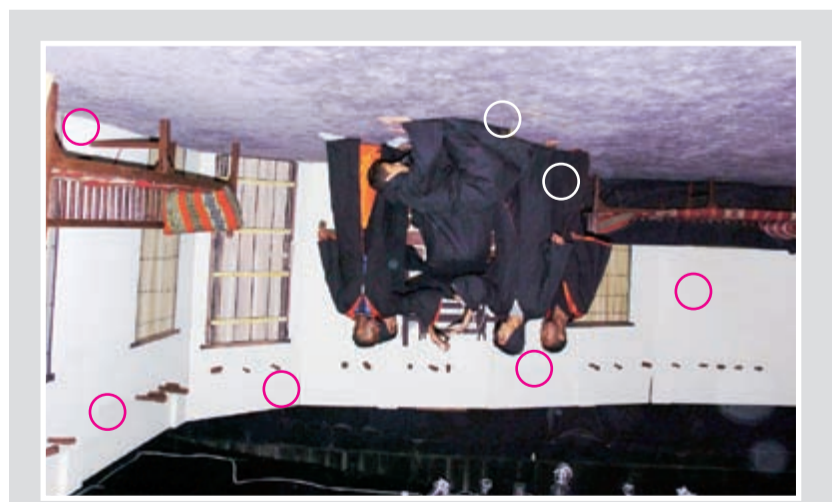
المستوى المتقدم

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

الحل

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

حل عينك .. عينك



حل الكلمات المتقاطعة

١- صاحب كتاب الأغاني، 2- أنثى الأسد - الورع (معكوسة)، 3- في الوجه (معكوسة) - مفزع، 4- شرطي - تحية، 5- نقاش عقيم (معكوسة) - نجمع (معكوسة)، 6- قط - مستطبع - من الحبوب، 7- يجيبون - جهد، 8- للتعليم - حجر قاس، 9- متشابهة - نصف داس، 10- أحد المحيطات.

١- واضع كتاب النحو، 2- من مشتقات الحليب متشابهة، 3- في المقدمة - علامة موسيقية، 4- اصمت - جرس، 5- ساحة - من الطيور، 6- شاهده (معكوسة) - من الأقارب - مرتفع، 7- اوازن - ثياب، 8- ندرس - قاتل، 9- خاصتي (معكوسة) - قبل المطر، 10- ممثل سوري.

(من كتاب: هل تعلم لوفاء يوسف)

بحر المعرفة

قد يتسبب تناول الخبز أحياناً في الشعور بحالة من السدوار، حتى أنه قد يؤدي إلى صعوبات في النطق، فهل هذه من أعراض الحساسية؟

نعم هذه هي أعراض حساسية القمح، فالقمح قد يسبب الجنون بالفعل، وهذا ما حدث للأسف مع كثير من الناس، فالدراسات التي تمت في مستشفيات الأمراض النفسية أثبتت أن القمح وغيره من الاطعمة المسببة للحساسية ينتج عنها أعراض مثل الاحباط الشديد والعصبية والاهتياج واليأس والخلل العقلي، كما أثبتت الأبحاث أن الأشخاص الذين يعانون من الفصام وغيره من الأمراض العقلية لديهم حساسية من القمح واللبن والسكر والتبغ والبيض ومن القمح بشكل خاص.

والسبب في ذلك يثير الدهشة، فيطلق على بعض أجزاء البروتين الموجودة في القمح اسم الجلوتين، والذي يحمل تركيباً جزيئياً مشابهاً تماماً لتركيب المواد الكيميائية التي يفرزها المخ طبيعياً ويطلق عليها اسم الاندورفين والانسيفالين، فيمكن أن تقوم البروتينات الجلوتينية الموجودة في القمح (والالبان أيضاً) بالاتصال بالمستقبلات الموجودة في الفصوص الامامية والاجزاء السفلية من المخ، فإذا كان هناك شك في الإصابة بالحساسية من القمح أو أي طعام آخر فيجب تجنبه لمدة 10 أيام، وملاحظة ما سيحدث عند تناوله مرة أخرى، ولكن يفضل دائماً استشارة أخصائي تغذية وإجراء تحليل لمعرفة ما إذا كانت هناك إصابة بحالة عدم تحمل الطعام.

(من كتاب 500 سؤال وجواب عن الصحة لباتريك هولنورد)

هل تعلم؟!

أين أقيمت مباريات كأس العالم لكرة القدم 2002؟
● كوريا الجنوبية - اليابان.

أين ظهرت رياضة ركوب الدراجات لأول مرة؟
● في فرنسا.

أين بدأت رياضة الجمباز؟
● في ألمانيا.

كم يقدر عدد الألعاب الرياضية الممارسة حالياً؟
● 66 رياضة.

ما أول دوري في العالم لكرة القدم؟
● الدوري الانجليزي.

كم دورة توقفت للألعاب الأولمبية بسبب الحرب العالمية الثانية؟
● دورتان.

من هو أول من ابتكر لعبة كرة السلة ومتى وما هو طول وعرض ملعب كرة السلة؟
● أول من ابتكر لعبة كرة السلة هو دجيمس سميث عام 1891م وطول ملعب كرة السلة 27 متراً وعرضه 15 متراً.

(من كتاب: هل تعلم لوفاء يوسف)

عينك .. عينك

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



الكلمات المتقاطعة

أفقياً:

- صاحب كتاب الأغاني، 2- أنثى الأسد - الورع (معكوسة)، 3- في الوجه (معكوسة) - مفزع، 4- شرطي - تحية، 5- نقاش عقيم (معكوسة) - نجمع (معكوسة)، 6- قط - مستطبع - من الحبوب، 7- يجيبون - جهد، 8- للتعليم - حجر قاس، 9- متشابهة - نصف داس، 10- أحد المحيطات.

عمودياً:

- واضع كتاب النحو، 2- من مشتقات الحليب متشابهة، 3- في المقدمة - علامة موسيقية، 4- اصمت - جرس، 5- ساحة - من الطيور، 6- شاهده (معكوسة) - من الأقارب - مرتفع، 7- اوازن - ثياب، 8- ندرس - قاتل، 9- خاصتي (معكوسة) - قبل المطر، 10- ممثل سوري.

كلمة السر

كلمة السر: من الأحجار الكريمة من 5 أحرف

ر	ا	ج	ح	ا	ي	ب	هـ	ذ	ا
ا	ل	ث	م	ي	ن	ا	ت	خ	ل
ا	ا	ل	ف	ي	ر	و	ز	ل	م
خ	ا	ت	ا	م	ل	د	ر	ا	ر
ق	ا	ر	ع	ل	ق	ي	ق	خ	ج
ف	ا	د	و	د	ا	ن	ة	ا	ا
ح	و	ق	و	س	ا	م	ا	ل	ن
ت	س	ع	ا	ت	ر	هـ	ر	ا	م
ت	م	ر	و	ة	و	ر	ث	ض	ف
س	ا	ح	ن	ت	ا	ج	ب	ي	د
ا	ل	ب	ا	ر	ر	ا	ر	ر	ح
ك	ر	ي	م	ف	ل	ف	ل	ل	ا

للمراسلة

للتواصل معنا عبر هذه الصفحة أرسلوا تعليقاتكم على البريد الإلكتروني archive@alanba.com.kw فاكس 22272830

تلفون: ٢٢٢٧٢٨٣٠

البريد الإلكتروني: archive@alanba.com.kw

اعرف شخصيتك

