

عينك .. عينك

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



الكلمات المتقاطعة

الحل أسفل الصفحة

أفقياً:

- 1 - منطقة زراعية كويتية - من الأوقات،
- 2- بيوت - في الصحراء،
- 3- متشابهان - للنفثي
- أغبر (معكوسة)، 4
- متشابهان - حاذر - حرفا هجاء، 5 - لمسسه (معكوسة)، 6 - يقابل - رأى بطرف العين، 7 - للنفثي - مناسبة سعيدة (معكوسة)، 8 - ممثلة مصرية راحلة، 9 - ممثل سوري راحل، 10 - متشابهة - حيوان أليف.

عمودياً:

- 1 - منطقة كويتية، 2 - القيود (معكوسة) - نوى الأمر، 3 - للندبة - اكتمل (معكوسة) - عشق، 4 - راحة اليد (معكوسة) - حواضر (معكوسة)، 5 - دقات الجرس - رن، 6 - قوام - الجواب (معكوسة)، 7 - علم مؤنث - كبح، 8 - ثبت - القديم، 9 - شتائم (معكوسة) - محيط بالأمر، 10 - ممثلة مصرية شابة - مثيل.

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

كلمة السر

كلمة السر: نوع من الزهور من 4 أحرف

ل	د	ع	ل	ا	ن	د	ي	ع	ا
ن	ر	ا	ص	ت	ن	ا	ل	ا	ل
س	ر	س	م	ل	ح	ن	ل	ا	و
ي	ح	ن	ش	ش	ر	ض	و	ر	ر
م	ا	ا	ب	ا	ر	و	و	ر	و
ز	ق	ر	ح	ب	ر	ق	ط	ف	د
هـ	ف	ل	س	ج	ل	ي	ل	ع	س
ر	ر	ط	ع	ة	ق	د	ح	و	و
ع	س	ل	ح	ا	ب	ص	ا	ل	س
د	هـ	ش	ن	ي	م	س	ا	ي	ن
ر	ب	ي	ع	ا	ش	ر	ا	ر	ف
ا	م	ط	ا	ر	ر	ا	ج	ش	ا

للمراسلة

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

تسالي

رقم الهاتف: 22272830

تسالي

رقم الهاتف: 22272830

اعرف شخصيتك



بحر المعرفة

هل هناك بديل لعقار الريتاين الذي يوصف للأطفال الذين يعانون من مرض التشنج وفرط الحركة؟

يعاني واحد من بين كل 10 اولاد من هذا المرض، ولذلك يمكن القول انه من الامراض الشائعة، ومن الحكمة محاولة ايجاد بديل للعقاقير، فقد اظهرت احدى الدراسات ان معالجة مرض التشنج وفرط الحركة عن طريق التغذية تفوق فاعلية الريتاين بثمانية عشرة مرة.

فهناك اربعة اشياء يجب وضعها في الاعتبار، اولاً يجب اعطاء الطفل الفيتامينات والمعادن الصحيحة عن طريق المكملات الغذائية متعددة الفيتامينات، ثانياً يجب الحفاظ على توازن معدلات السكر في الدم وذلك عن طريق ابعاد الطفل عن الاغذية والمشروبات السكرية، كما يجب التأكد من تناول الطفل ثلاث وجبات متكاملة في اليوم تساعد على منحه كمية كافية من البروتين (مثل الزبادي والسمك والدجاج)، ثالثاً بما ان الحساسية من بعض انواع الطعام (مثل القمح ومنتجات الالبان والبيض) قد تؤدي الى مرض التشنج وفرط الحركة، فمن الافضل ابعادها عن النظام الغذائي الخاص بالطفل لمدة اسبوع وملاحظة الفرق، كما يجب ابعاد اي اضافات غذائية (وخصوصاً E102 الطرطرازين وE165 جلوتامات احادي الصوديوم).

وأخيراً وليس آخراً يجب اعطاء الطفل مكملات غذائية يومية يحتوي على زيت السمك، فقد اثبتت الابحاث العلمية ان المكمل الغذائي الذي يحتوي على 1000 ملليغرام من دهون الاوميغا 3 EPA والذي سيحتاج الطفل ثلاث كبسولات منه يوميا يساعد في علاج الاطفال المصابين بهذا المرض، لكن يفضل اعطاء الاطفال زيوت الاسماك الخالية من PCBs (مادة كيميائية سامة).

(من كتاب: 500 سؤال وجواب عن الصحة لابارتريك هولفورد.)

حقائق x دقائق

الأواني الصينية.. خطر على المخ

اثبتت بعض الدراسات الأميركية أن الأواني الصينية تحمل نسبة عالية من الرصاص في منتجاتها.. وقد ظهر أن الرصاص يترشح من خلال القشرة الخارجية ما يؤدي إلى ارتفاع نسبة الرصاص في الدم وقد ينتج عنه مضاعفات خطيرة في الأجهزة المهمة كالجهاز الرئوي والكلوي والمخ.

الإعجاب من أول نظرة.. حقيقة

في أول دراسة بحثية من نوعها عن حالات التفاعل الاجتماعي الإنساني بين الأفراد، انتهى علماء بريطانيون بجامعة «لندن كوليج» إلى أن النظرات المختلفة بين الأفراد تحفز النشاط في جزء من المخ مرتبط بالاستشارة والإعجاب، وقالوا إن المشذرات تبدأ في الوميض بمنطقة في المخ تسمى «المخطط البطني»، وأنه عندما يحدث اتصال بالعين بيننا وبين شخص جذاب تنشط منطقة الإعجاب بالمخ، وإن لم نستطع النظر في عينيه فإن هذا النشاط يبدأ.

الحب.. يؤدي إلى الجنون

توصلت دراسة علمية إلى أن بعض حالات الحب تشبه بعض الأمراض النفسية والعقلية، بمعنى أن الحب يحدث بالفعل اضطراباً لبعض الأشخاص يشبه في أعراضه بعض أمراض الهوس والوسواس القهري، وأن الحب العنيف ربما يربك العقل فيحصل به إلى درجة من درجات الجنون.

(من كتاب: حقائق x دقائق لـ إبراهيم مرزوق)

كيف تلعب؟

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

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

المستوى المتوسط

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

المستوى المتقدم

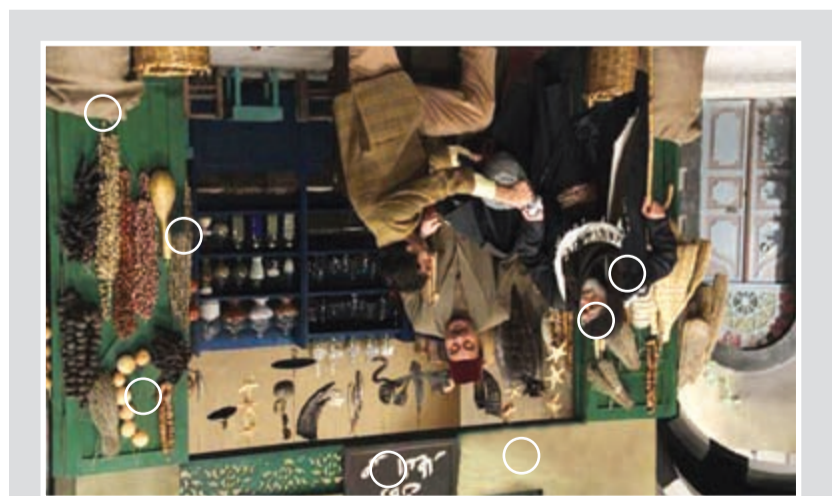
			1	5				
					7			3
					4			
6								
	1							
	3			1	4	9	2	
4	9		3		1			
				2	3	1		
					6	7		
				7				5

الحل

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

أفكار: ٢٠١٥

حل عينك .. عينك



حل الكلمات المتقاطعة

أفقياً: 1- منطقة زراعية كويتية - من الأوقات، 2- بيوت - في الصحراء، 3- متشابهان - للنفثي - أغبر (معكوسة)، 4- متشابهان - حاذر - حرفا هجاء، 5 - لمسسه (معكوسة)، 6 - يقابل - رأى بطرف العين، 7 - للنفثي - مناسبة سعيدة (معكوسة)، 8 - ممثلة مصرية راحلة، 9 - ممثل سوري راحل، 10 - متشابهة - حيوان أليف.

عمودياً: 1 - منطقة كويتية، 2 - القيود (معكوسة) - نوى الأمر، 3 - للندبة - اكتمل (معكوسة) - عشق، 4 - راحة اليد (معكوسة) - حواضر (معكوسة)، 5 - دقات الجرس - رن، 6 - قوام - الجواب (معكوسة)، 7 - علم مؤنث - كبح، 8 - ثبت - القديم، 9 - شتائم (معكوسة) - محيط بالأمر، 10 - ممثلة مصرية شابة - مثيل.