

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

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

المستوى المتوسط

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

المستوى المتقدم

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

الحل

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

أفقياً: 1- بعد المطر - طريق، 2- رستن - من النباتات المتسلقة (معكوسة)، 3- شاعر عباسي - شتم، 4- جنح، 5- فنانة مصرية راحلة، 6- نظم مكتوبة، 7- دفن حيا - نلمحه، 8- اعتل - متشابهان، 9- مرض صدي، 10- نغم - مجهول، يغطي جلود بعض الحيوانات - في البحر.

حل عيناك .. عيناك



حل الكلمات المتقاطعة

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

من كتاب: 1000 مثل من عيون الأمثال

ثبت علميا

التمر واللبن يكفيان الصائم عن كل الأغذية الأخرى:

أثبتت العلم الحديث أن الإفطار النبوي في الصيام على التمر واللبن يمد الجسم بكل احتياجاته من العناصر الغذائية، حيث أن التمر يحتوي على السكريات والأملاح والفيتامينات والبروتينات، أما اللبن فإنه غني بعناصر غذائية مثل البروتينات والدهون والعناصر المعدنية والفيتامينات أيضا. وقد ثبت أن التمر واللبن معا يقومان بإمداد الجسم بشكل سريع بالعناصر الغذائية، حيث أنهما لا يحتاجان إلى عملية هضم معقدة مثل معظم الأغذية الأخرى، فمعظم العناصر الغذائية الموجودة في التمر واللبن لا تحتاج إلى هضم، وبالتالي لا يرهقان الجهاز الهضمي، ويمدنان الدم إمدادا سريعا بالعناصر الغذائية اللازمة للجسم. ومن الثابت علميا أن السكريات في التمر تمتاز بسهولة وصولها في وقت قصير من الجهاز الهضمي إلى الدم، وبالتالي تمد المخ والأعصاب باحتياجاتهما من السكر، وتكون النتيجة تهدئة الأعصاب والتغلب على الصداع الذي يشكو منه الصائم.

كما أن السكريات الموجودة في التمر لا ينتج عنها تكوين غازات في الجهاز الهضمي، لأنها تترك الجهاز الهضمي إلى الدم قبل أن تؤثر عليها الميكروبات الموجودة في الأمعاء، والتي تسبب تكوين الغازات. كما ثبت أيضا أن ما يحتاج إليه الجسم الانساني من الكالسيوم والفوسفور واليوتاسيوم والصوديوم والحديد يتوافر في اللبن والتمر، فعنصر الكالسيوم والفوسفور مهمان لوظائف الأعصاب والمخ والعضلات والعظام والأسنان، وعنصر اليوتاسيوم ضروري في تغذية العضلات، ولاسيما عضلة القلب والأعصاب، فضلا عن العمليات الحيوية، كتوازن الاحماض والقويات في الجسم، ولذا يسبب نقص اليوتاسيوم حدوث اضطرابات في الجهاز الهضمي والعضلات والقلب، وعناصر الحديد تؤدي دورا مهما في وظائف أنسجة الجسم، كما يدخل في تكوين هيموجلوبين الدم، ولذا يساعد التمر في الوقاية من حدوث فقر الدم، أو ما يسمى بـ «الأنيميا»، ولذا فهو يكمل اللبن الذي لا يعد مصدرا غنيا بالحديد.

(من كتاب: 'ثبت علميا - محمد كامل عبدالصمد')

1000 مثل من عيون الأمثال

لما ثبتت نفسك حصين.. بروج جلدك للدياغ'

يحكى ان حصيني وهو صغير الحصني وهو نوع من انواع السباع دخل قرية ظفنه الناس ثعلبيا وكان يثير الرعب في اهل القرية، وما ان رآه حتى اصطادوه وقتلوه وسلخوا جلده وارسلوا الجلد للدياغ ليديغه والمعنى أنك حتى تثبت أنك غير المطلوب يكون الناس حققوا معك مرادهم، ويضرب مثلا لعدم اسعاف الوقت أو الناس لذي الحاجات أو الأعداء.

'حاسدين الفقير على مونة الجمعة'

يعني لم يتركوا احدا في حاله، «قله طلقها - قله ليش تنظيني درب حتى اطلقها، يحكى ان رجلا مزواجا يتزوج النساء ثم ما يلبث ان يطلقهن، فتوعده احداهن بالتأديب، ولما تزوجها اشغلته طوال نهاره وليله، فما ان يصبح حتى تطلب منه قضاء حاجات المنزل، ثم تعد له وعاء من الباجلاء وتطلب منه بيعه في الحارة، وما ان ينتهي حتى تعد له خبزاً للبيع، وهكذا يعذب حاجتهم للمال، ومرة وهو جالس على احد مقاهي بغداد يشكو لصاحبه سوء تصرف زوجته فقال له صاحبه طلقها، فرد عليه انها لا تعطيه وقتا حتى لطلاقها.

'المغني يغني، وكل ياخذ المعنى على هواه'

يضرب لاختلاف مفاهيم الناس.

(من كتاب: 1000 مثل من عيون الأمثال)

عينك .. عينك

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



الكلمات المتقاطعة

أفقياً:

- بعد المطر - طريق،
- رستن - من النباتات المتسلقة (معكوسة)،
- شاعر عباسي - شتم،
- جنح،
- فنانة مصرية راحلة،
- نظم مكتوبة،
- دفن حيا - نلمحه،
- اعتل - متشابهان،
- مرض صدي،
- نغم - مجهول،
- يغطي جلود بعض الحيوانات - في البحر.

عمودياً:

- طوق - كثير الظلال،
- خوف - مستمر،
- الشدة (معكوسة) - الجواب (معكوسة)،
- من الحبوب - مرض صدي - اشجع واغري (معكوسة)،
- تضجرون،
- مداد - أمر عارض،
- للتفسير - متشابهة،
- ارشد - هبة - قاتل،
- اكتشف العمق (معكوسة) - من الشجر،
- لقب مطرب كويتي.

كلمة السر

كلمة السر: ممثلة كويتية من 12 حرفا

ر	د	و	ا	د	ح	ت	ث	ا	ا
ا	س	ا	ا	ت	ق	ا	ر	خ	ط
ح	ه	ل	خ	ر	د	ا	ا	ا	ا
س	ر	م	ا	ل	ي	س	ء	ا	ر
ي	ة	ش	ا	ث	م	ل	د	ج	ق
ة	و	ج	ق	ت	ن	س	ر	ا	ة
ة	ه	ع	ي	ا	ص	م	س	ل	م
ق	م	د	ع	م	ب	ي	ء	ر	ي
ق	م	د	ع	م	ب	ي	ء	ر	ي
ل	م	ي	ا	ا	ط	ا	ل	ا	ق
ط	س	س	ن	ل	و	ع	د	ي	ل
م	ا	ج	ق	ف	ل	ا	ا	ا	ا
ش	ء	ا	ا	ا	ة	ا	ل	ا	ر

للمراسلة

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

2016 © Alanba.com.kw

جميع الحقوق محفوظة

اعرف شخصيتك

