عينك .. عينك

الفرق بين الصورتين واضح لنا..
فما الاختلافات الخمسة بنظرك وبأسرع وقت؟

الكلمات المتقاطعة

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

أفقياً:
1 ـ مؤرخ ورحلة، 2 ـ للنفي ـ للجزم ـ فرح، 3 ـ بقاء ابدي ـ جبل متفجر، 4 ـ خدع (معكوسة) ـ للنفي ـ جماعة من الناس، 5 ـ غيث ـ للاستفهام، 6 ـ ممثلة مصرية، 7 ـ حب متشابهان ـ من الشجر، 8 ـ حيوان قارض ـ مثيل ـ مس، 9 ـ يبكي بشدة ـ علم مؤنث، 10 ـ يختبره ـ للنصب (معكوسة).

عمودياً:
1 ـ أحد المستحيلات، 2 ـ رث ـ يقارب، 3 ـ طين ـ ظلم (معكوسة)، 4 ـ مدينة ـ متشابهان ـ غير مقيد، 5 ـ شذ (معكوسة) ـ بريق، 6 ـ عكس حق ـ ارشده، 7 ـ دفن وأخفى ـ سر الحياة، 8 ـ تقطن ـ يهرب، 9 ـ رحمه ـ من الفاكهة، 10 ـ دقة الجرس (معكوسة) ـ تدفق.

كلمة السر

ح	ة	ا	غ	ر	ا	ج	ن	ا	ا
م	ه	ح	ن	ص	ح	ف	ي	خ	ل
ا	ز	ص	ا	ي	س	ك	ن	ب	ر
م	ن	ن	م	ق	م	م	ل	ر	م
ة	ت	ة	ص	ة	م	ع	ن	ة	ض
ة	ا	ا	ه	ر	و	ض	ة	ف	ا
ي	ع	ل	ج	ط	س	خ	م	ا	ن
ن	د	م	ا	ئ	م	ض	س	ر	ي
ا	و	ت	ت	ا	ا	ر	ر	ز	ق
ف	ت	ح	ح	ر	ح	ة	ة	ل	ل
ل	س	د	ي	خ	ة	ق	د	ا	ب
ا	م	ا	ل	ا	ح	ب	ا	ب	ه

من الصفات الحميدة من 5 أحرف

الأحباب
الفانية
حمامة
مستودعات
نزهة
المتحد
أحصنة
الرمضاني
غنام
نجار
خبر
صحفي
يسكن
خرائط
يحتاجه
قلبه
الزرافة
قمم
روضة
نعمة
سماحة
مسرة
خضرة

غرائب الاختراعات والاكتشافات

ما الأورانيوم؟

الأورانيوم معدن تميز بخصائص عجيبة، لقد زود الانسان بالمفتاح الذي كشف له أسرار الطاقة الذرية الهائلة، وقد استخدمت اشعاعات الراديوم الطبيعية لتعطي نتائج مدهشة في حقول الطب والزراعة والصناعة والبيولوجيا.

ان قطعة من معدن الاورانيوم تبدو شديدة الشبه بقطعة من الفضة او الفولاذ، لكنها ثقيلة جدا بالنسبة الى حجمها، فقطعة اورانيوم بحجم قدم مكعبة أو (27 سم3) تزن حوالي نصف طن! فالأورانيوم اثقل العناصر التي عرفها الانسان في الطبيعة على الاطلاق.

للاورانيوم ميزتان غير عاديتان: الاولى هي الاشعاع الذري، وهذا يعني ان ذرة الاورانيوم تنشطر او تنقسم ببطء وتطلق الطاقة بشكل اشعاع، فبعض ذرات الاورانيوم قابلة للانشطار، اي انها يمكن ان تفجر وتنشطر الى شطرين، مطلقة اثناء انشطارها قدرا كبيرا من الطاقة، وقابلية الاورانيوم للانشطار هي في اساس معامل الطاقة الذرية والاسلحة الذرية.

من حيث التفاعلات الكيماوية، الاورانيوم معدن شديد الفعالية، فتعريض قطعة من الاورانيوم للهواء يجعلها في الحال تكون غطاء مسودا، هذا الغطاء هو مركب من الاورانيوم واوكسجين الهواء، كما ان الاورانيوم يكون مركبات عديدة مع عدد كبير من العناصر.

اغنى المناطق بفلزات الاورانيوم هي الكونغو (كنشاسا) وكندا والولايات المتحدة وروسيا.

الاورانيوم منتشر بمقادير صغيرة، لكنه لا يوجد في الطبيعة، بحالة صافية، واستخراج الاورانيوم من فلزاته عملية طويلة ومعقدة، المعامل تعالج مئات الاطنان من الفلزات في اليوم، لكن لا ينتج من الطن الواحد اكثر من عدد قليل من الكيلو غرامات.

تؤخذ الفلزات وتطحن ثم تفرش، بعد ذلك تعالج بأنواع مختلفة من المواد الكيماوية لاستخراج الشوائب، ثم يؤخذ المعدن ويعرض لعمليات تصفية وتكرير متعددة الى ان يتم الحصول على مادة لماعة شبيهة بالصلصال تسمى «الكعكة الصفراء»، هذا الشكل النقي من الاورانيوم ينبغي ان يتعرض لمزيد من التكرير، لأن نسبة قليلة من الاورانيوم الطبيعي قابلة للانشطار.

ان نصف كيلوغرام من الاورانيوم يحتوي قدرا من الطاقة يعادل ما يحويه المليون ونصف المليون من كيلو غرامات الفحم الحجري.

عندما تنشطر ذرات الاورانيوم مكونة ما يسمى بالتفاعل المتسلسل، تولد مقادير هائلة من الحرارة في المفاعل الذري، هذه الحرارة يمكن ان تدير محركا يسير مولدا كهربائيا جبارا.

من كتاب: غرائب الاختراعات والاكتشافات

سؤال وجواب

هل يجب تجنب البيض بسبب احتوائه على نسبة عالية من الكوليسترول؟

● ليس هناك أي أساس من الصحة لما يقال عن رفع البيض نسبة الكوليسترول في الدم. فعلى الرغم من أن البيض يحتوي بالفعل على الكوليسترول، فإنه يعتبر في نفس الوقت من المصادر الممتازة للبروتين والڤيتامينات والمعادن والدهون غير المشبعة، خاصة إذا تم علف الدجاج بالبذور. فكل خمسة جرامات من الدهون الموجودة بالبيضة يكون نصفها غير مشبع بالدهون (مثل زيت الزيتون)، وبهذا يقلل البيض من خطر الإصابة بأمراض القلب. كما يعتبر صفار البيض من أغنى مصادر الكولين الذي يساعد الجسم على الاستفادة من الدهون ـ ومنها الكوليسترول.

تكمن المشكلة في أنه عند قلي البيض يتم تدمير هذه المواد الغذائية المفيدة والدهون الصحية.

هذا بالاضافة الى أن سلامة البيضة ترتبط بسلامة الدجاجة التي وضعتها. ولذلك يفضل تناول البيض الذي تم وضعه بواسطة الدجاج الذي يتغذى على البذور والحبوب، بدلا من الدجاج الذي تتم تربيته في المزارع ويتم تغذيته على مواد غير صحية. ويمكن الآن شراء البيض الذي ترتفع فيه دهون الأوميجا ـ 3. فهذا النوع من البيض يمكن أن يستفيد منه الناس الذين يعانون من ارتفاع في نسبة الكوليسترول. وينصح بعدم تناول ما يزيد على سبع بيضات في الأسبوع، وعدم قليها، عندما يكون هناك ارتفاع في نسبة الكوليسترول في الدم.

من كتاب: 500 سؤال وجواب عن الصحة والتغذية المثالية ـ باتريك هولفورد

اعرف شخصيتك

حل كلمة السر

الصدق

حل اعرف الشخصية

سلاف فواخرجي

للمراسلة

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

كيف تلعب؟ Sudoku

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

المستوى المتوسط

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

المستوى المتقدم

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

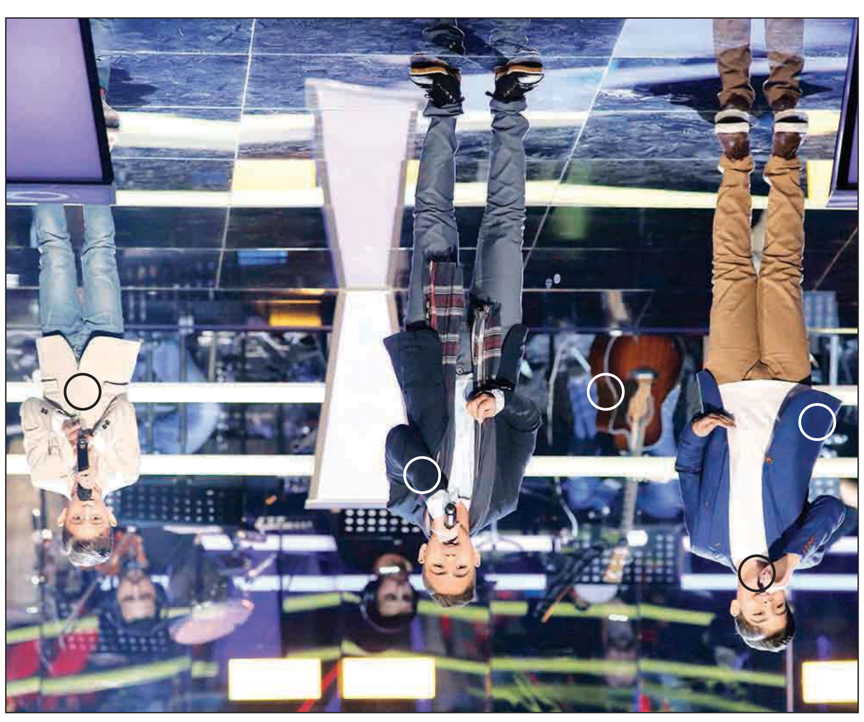
الحل

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

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

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

حل عينك .. عينك



حل الكلمات المتقاطعة

أفقياً:
1 ـ ابن بطوطة، 2 ـ لا ـ لم ـ مسرة، 3 ـ خلود ـ بركان، 4 ـ حيل (معكوسة) ـ لا ـ نفر، 5 ـ مطر ـ هل، 6 ـ ليلى علوي، 7 ـ ود ـ ا ا ـ حور، 8 ـ فأر ـ ند ـ لمس، 9 ـ ينوح ـ لمياء، 10ـ يجربه ـ لن (معكوسة).

عمودياً:
1 ـ الخل الوفي، 2 ـ بالي ـ يداني، 3 ـ وحول ـ جور (معكوسة)، 4 ـ بلد ـ ا ا ـ حر، 5 ـ مط ـ (معكوسة) ـ لمعان، 6 ـ باطل ـ دله، 7 ـ طمر ـ روح، 8 ـ تسكن ـ يولي، 9 ـ رأفة ـ رمان، 10 ـ الرنة (معكوسة) ـ سال.