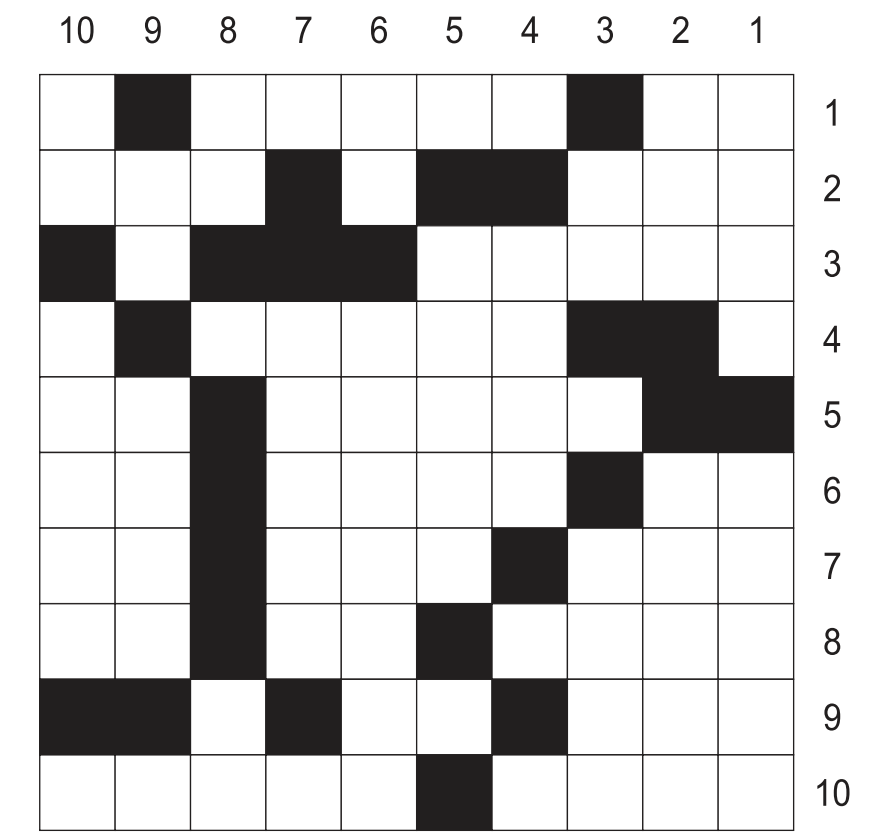
عينك .. عينك

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

الكلمات المتقاطعة



أفقياً:

1 ـ مجهول ـ البهجة، 2 ـ أقتل بالسم ـ عكس حر، 3 ـ يقر، 4 ـ طيور مغردة، 5 ـ وهمه ـ ضجر، 6 ـ مهرب ـ أعلي (معكوسة) ـ للنفي، 7 ـ هيام ـ غزال (معكوسة) ـ والدة، 8 ـ يخيف ـ أحد الوالدين ـ للجر، 9 ـ لرفع الماء من الجب ـ رجّ، 10 ـ عكس صاخب ـ لغلي القهوة (معكوسة).

عمودياً:

1 ـ جامل ـ عكس قريبة، 2 ـ عكس يسير (معكوسة) ـ العقل (معكوسة)، 3 ـ اكتمل (معكوسة) ـ جلوس، 4 ـ أحد الفصول، 5 ـ أكلة شعبية، 6 ـ هرب ـ اللعب والتدريب، 7 ـ حيوانات، 8 ـ ود ـ جواب، 9 ـ حنّ وعطف ـ معاتب، 10 ـ جواب ـ السلام والأمان.

كلمة السر

ا	ا	ا	ا	ا	ا	ا	ا	ب	ل
ا	ل	ل	ل	ل	ل	ل	ل	ح	ا
ل	م	ا	ع	ا	س	ف	ل	ر	ل
ا	ر	س	خ	ا	خ	م	ر	ة	ر
و	ا	ت	ر	م	ت	ا	و	هـ	ا
ل	و	ق	ص	ر	ي	و	ا	ز	س
ا	غ	ا	ا	ي	ا	ا	ن	ن	ي
د	ة	م	د	ة	ر	ت	ي	ل	ة
ن	ق	ة	ر	ع	ي	د	ة	ا	ي
ع	ر	ر	ة	م	ن	ا	و	ر	ة
م	ب	م	و	ا	ل	و	ر	ق	ك
ة	ا	ل	ي	ف	ة	ر	و	ع	ة

منطقة كويتية من 7 أحرف

الأولاد	الاختيار	أليفة	برق	النزهة
نعمة	الفروانية	العامرية	الورق	الاستقامة
المراوغة	عيد	صادرة	السماوات	روعة
الاخر	الراسية	بحر	مناورة	

سؤال وجواب

لماذا تتفوق الكتب الورقية في التعلم العميق؟

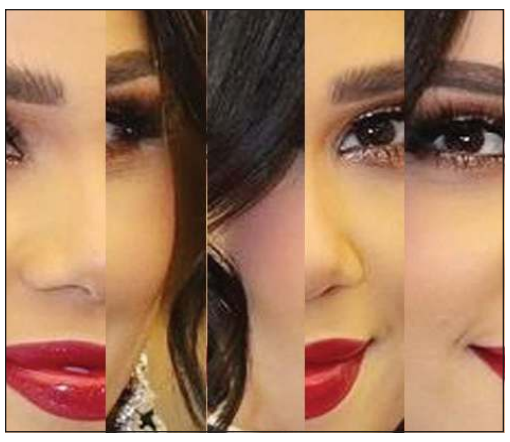
على الرغم من الارتفاع الملحوظ في أسعار الكتب الورقية، فإن تكلفتها تستحق العناء عندما يتعلق الأمر بالتعلم العميق واستيعاب المعلومات المعقدة. إذ يشير خبراء الأعصاب إلى أن الفارق لا يرتبط بسحر خاص للمنتج الورقي، بل بكيفية معالجة الدماغ للمعلومات في بيئة تقل فيها المشتتات الرقمية. ورغم عدم وجود فروق شاسعة عند قراءة النصوص البسيطة، فإن الكفة تميل بوضوح لصالح الورق في المواد العلمية والفلسفية المعقدة.

وقد أثبتت الدراسات أن الدماغ يعمل بكفاءة أكبر عند القراءة من الورق، حيث يبذل القراء جهدا أقل في البداية للاستيعاب، ويسجلون سرعة أكبر في الإجابة عن الأسئلة الصعبة مقارنة بمستخدمي الأجهزة اللوحية، الذين تظهر عليهم علامات الإرهاق العصبي والبطء في الاستجابة. ويعود هذا التفوق إلى الإشارات اللمسية والمكانية الثابتة للكتاب التقليدي، مثل سمك الأوراق وموقع المقطع، ما يشكل خريطة ذهنية لا واعية تساعد على تذكر مكان الأفكار، بينما تفتقر الشاشات الرقمية إلى هذه الميزة بسبب التحرك المستمر للنصوص.

إلى جانب ذلك، يوفر الكتاب الورقي بيئة غامرة تعزل القارئ وتمنحه تركيزا متواصلا. في المقابل، تفتح الأجهزة الرقمية بابا واسعا للتشتت بسبب سهولة الانتقال بين القراءة وتصفح منصات التواصل أو الرد على الرسائل، مما يقطع حبل الأفكار ويجهد الدماغ لإعادة بناء تسلسل الفكرة. وفي المحصلة، يتسع الفارق لصالح الكتاب التقليدي في المواد التعليمية والتحليلية، شريطة توافر بيئة هادئة تحد من المشتتات وتدعم التركيز.

المصدر: aif.ru

اعرف شخصيتك



معلومات طبية

بروتينات الطماطم والزيتون تفتح آفاقاً واعدة لتثبيط الأورام السرطانية

كشفت دراسة حديثة نشرتها مجلة «Food & Function» أن ثمار الطماطم والزيتون تحتوي على مركبات بروتينية وببتيدات نشطة تسهم في محاربة الخلايا السرطانية. وبينما ركزت الأبحاث السابقة على مضادات الأكسدة والدهون النباتية، وجه العلماء في هذه الدراسة اهتمامهم نحو استكشاف التأثيرات العلاجية لجزيئات البروتين الدقيقة في هذين المكونين.

وأظهرت التجارب المخبرية على الأسماك أن مستخلصات بروتينية معينة من الطماطم قادرة على منع تشكل الأوعية الدموية الجديدة التي تحتاج إليها الأورام لتنمو وتتغذى. وفي الوقت نفسه، أثبتت الاختبارات على خلايا ورمية بشرية أن ثمار الزيتون تحتوي على ببتيد نشط بيولوجيا يعرف باسم «LLPSY» يقاوم نمو الخلايا الخبيثة. ومع ذلك، يشير الباحثون إلى الحاجة إلى مزيد من الدراسات للتأكد من احتفاظ هذه المركبات بخصائصها بعد الهضم، وقدرتها على الوصول إلى الأورام داخل الجسم.

وفي سياق متصل، أكدت دراسات موازية أن الاستهلاك المنتظم لزيت الزيتون البكر الممتاز يعزز الكفاءة الإدراكية وصحة الدماغ مع التقدم في السن. كما أظهرت أبحاث أخرى أن تناوله يوميا يحسن بشكل ملحوظ صحة الأوعية الدموية، لا سيما لدى الأشخاص الذين يعانون من ارتفاع مستويات الكوليسترول.

المصدر: Nutrients Journal on MDPI

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

المستوى المتوسط

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

المستوى المتقدم

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

الحل

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

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

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

حل عينك .. عينك

حل اعرف الشخصية

[illegible]

حل كلمة السر

[illegible]

حل الكلمات المتقاطعة

[illegible]