Thusday - 24 Dec 2019 - No: 1076

# إعداد: ريم ومروى الدويلة

حـــذر المعهـــد الاتحادي الألمـــاني لتقييم لتحضرات العناية المخاطر، مــن احتواء مســ والتجميل على مواد ضارة بالصحة. ومن بين هذه المـواد الضـارة البارابين

والبارافين، وهي مواد تستخدم كحافظة في منتجات العناية والتجميل، مثل الشامبو وجلّ الاستحمام وأحمر الشفاه والكريمات.

وأوضح المعهد الألماني أن مادة البارابين قد تتسبب في حدوث خلل بالنظام الهرموني بالجسم، في حين تحوم شبهات حول مادة البارافين بأنَّها مادة مسرطنة، حسبماً نقلت وكالة الأنباء الألمانية.

وتظهر هذه المواد في مس تحضرات العناية والتجميل تحت اســم «ميثيل بارابين» أو «إيثيل بارابين» أو «بارافينوم ليكويدوم» أو «زيت معدني».

علاج متلازمة القولون العصبي يمكـن أن يشــمل تغيــير النظام الغذائي، والحد مـن التوتر، وتناول الأدوية، كما يمكن لبعض المشروبات العشبية أن تساعد أيضًا في تخفيف الأعراض، في هذا المقال نخَّبرك أهم 4 مشروبات لعلاج القولون العصبي

العصبي يمكن أن يشمل تغيير النظام الغذائي، والحد مـن التوتر، وتناول الأدوية، كما يمكن لبعض المشروبات العشبية أن تساعد أيضًا في تخفيف الأعراض، في هذا المقال نخّبرك أهم

حالة تؤثر على الجهاز الهضّ وتشمل أعراضه: ألم البطن، والانتفاخ، والإمساك، والإسهال. هناك العديد من أنواع المشروبات

- -3 الزنجبيل -4 الشمر

إعلانات فقدان

■ يعلن المواطن/ سعد مسلم محروس عن فقدان وثيقه أرض تحمل رقم / ١٢٨٠ في منطقه بن غونه صادرة من محافظة المهرة، ويرجى ممن يجدها تسليمها لأقرب مركز شرطة.

■ يعلن المواطن/ محمد علي عمر باراسى عن فقدان جواز سفر يحمل

رقم / ٧٠٢٨١٥٤ صادر من محافظة المهرة، ويرجى ممن يجده تسليمه لأقرب مركز شرطة.

■ يعلن المواطن/ أحمد عبدالله باكريت عن فقدان وثيقة أرض تحمل رقم/ ٧٩٣ والواقعة في منطقة بن حجله صادرة من محافظة المهرة، ويرجى ممن يجدها تسليمها لأقرب مركز شرطة .

■ يعلن المواطن/ عبدالعزيز صالح محمد الجوفي عن فقدان سجل تجاري يحمل رقم: ١٣٥٦ صادر من محافظة المهرة، ويرجى ممن يجده تسليمه لأقرب مركز شرطة.

■ يعلن المواطن على ناصر سعد هداس عن فقدانه ختم دائري بأسم الشيخ علي ناصر سعد هداس شيخ قبائل الخضيرة من بير سالم حتى قعوه وفقد في 20 / 9/ 9/ 2019م، ويرجى ممن يعثر عليه تسليمه الأقرب مركز شرطة.

■ يعلن المواطن /عبدالعزيز صالح محمد الجوفي عن فقدان بطاقه شخصيه تحمل رقم / ١٤٠١٠٠٣٠٥٣٤ صادره من محافظه مأرب، يرجى ممن يجدها تسليمها لأقرب مركز شرطه.

## معهد ألماني يحذر من مواد مسرطنة في مستحضرات التج



ولتجنب هذه المخاطر، ينبغي اختيار منتجات العناية والتجميل الخالية من هذه المواد الضارة.

وفوائدهم والقولون العصبي هو

وعلاج متلازمة القولون 4 مشروبات لعلاج القولون العصبى

العشبية التى قد تكون مفيدة لتخفيف أعـراضً القولون العصبي، وإليك أهم 4 مشروبات لعلاج القولون العصبي والتي تشمل: -1 النعناع

- -2 الكركم
- -4 البابونج أو الكاموميل

الابتدائية للمحاكمة مالم سيتم محاكمته غيابياً.

القاضي / إبراهيم محمد بن زین رئيس محكمه استئناف محافظة المهرة

السودوك

إعلان قضائي

استئناف محافظه

المهرة المتهم/ مقبل

أبوبكر باعزب بالحضور

إلى محكمــة الغيضــة

تعلن محكمه

### افقيا:

إسلامي متطرف قاتل الرئيس المصري

مخترع القمر الصناعي - جمع دولة. الوالد \_ يسحب \_ مضارب.

نصيبي - القاتم - دوس (مبعثرة). للسؤال - عطفت - للنفي - عصا (م). هدف \_ احترقت \_ حرف عطف.

ماركة سجاير – سقي (م) – أخاف.

ضد عامي - جمع رسول - لور (مبعثرة). مكرران \_ للسؤال \_ البئر.

كاتب أمريكي راحل. لقياس السوائل - جمع روسي - وكيل. .11

فنان كويتي راحل - اسم علم مذكر (م). .17 قبيلة جنوبية \_ أرشد (م). .17

شهيد من جبهة الضالع (جحاف) - جمع .1 £

مهندس فرنسي لقناة السويس \_ حمايات .10

## راسيا:

مفكر وأديب مصري راحل.

فريق مصري شهير (م) – من أجزاء الكمان ٠,٢ (م) - حرف موسيقى.

نهاية - سنم - آذاني (م) - كل. مدينة كردستانية \_ تطلق على الصحافة \_ ٤.

اسم الدلع لكلمة والدي. حقك \_ حرض \_ لقياس شدة الكهرباء (م)

10	1 1	۱۳	17	"	١.	٩	^	٧	٦	٥	ŧ	۲	۲	,	
7	1	٩	Û	ي	ل	3	1	٠	۲	٩	۲	ل	١	٩	,
و	J	و		ل	,	١	3	٠	J	١		Ē.	ل	J	۲
Ċ	و	ن		গ্ৰ	و			Ċ	1	ي	w	ن	ل	1	۲
١	હ	Ĵ		٨	,	١	٦			ঘ	٩		و	۲	ŧ
ل	١	ي	1	4			Ĺ.	ي	2	٢	١	م	٢	١	۰
1		Ĺ.	ل		م	ل	1		E.	١		۲	و	J	,
٠	١	ي	٩		3	١	ق	4		Ċ	3	J	ā	7	٧
١		1	1	ر		ő	ي	J	1	٦	ل	1		ي	٨
હ	b	ي	٦	ŀ	۶				ي	J	.9	ŀ	١	ن	٩
و	٨	و	গ্ৰ		Ċ	١	J	·£	ن	و	٩		ل	1	٠.
٨	1			1		4	1		و			1	Ē.	J	11
و	٨		ő	ل	ي	ل	و	õ	J	ي	ل	Ē.	ل	1	۱۲
١	ي	Ú	Ů	1	٦	7	Ċ	ي	গ্ৰ	3	.9	ن		ي	۱۲
ي	J		ő	ل	,	١	3	٠	J	١		1	J	و	١٤
ç	١		Ţ	ي	٦	ŀ	গ্ৰ	J	1	ő	ع	ئ	1	ŀ	10

جمع داية \_ قذفه \_ فارغ.

(متفرقة).

من آكلات اللحوم.

مكرران - جدا (E).

٠,

۸.

٩.

.11

.17

.17

.1 £

أعظم - كثير باللهجة المصرية - قديم (م).

مرتفع (م) - أكبر الحيوانات التي انقرضت

نصف آزال - بنطلون (م) - لمَّح - أكملت.

استخدمت قديمًا للمراسلة (م) - مكرران.

شاعرة لحجية اشترطت خروج الزيود من

لعودة أهالها إلى منازلهم وتسهيل مواجهة

العثمانيين مع الإنجليز (م) - صبي (م).

حبي \_ اسم أحد القياصرة \_ للسؤال.

عاصمة لوكسمبورج \_ فقر.

عروض بهلوانية \_ طريق \_ عسش

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

3	9	7	8	1	6	2	5	4		
6	5	4	7	3	2	9	1	8		
8	2	1	9	4	5	6	3	7		
4	1	5	2	8	9	3	7	6		
7	8	2	5	6	3	1	4	9		
9	3	6	1	7	4	5	8	2		
5	7	9	4	2	1	8	6	3		
1	6	8	3	9	7	4	2	5		
2	4	3	6	5	8	7	9	1		
حل العدد الماض										