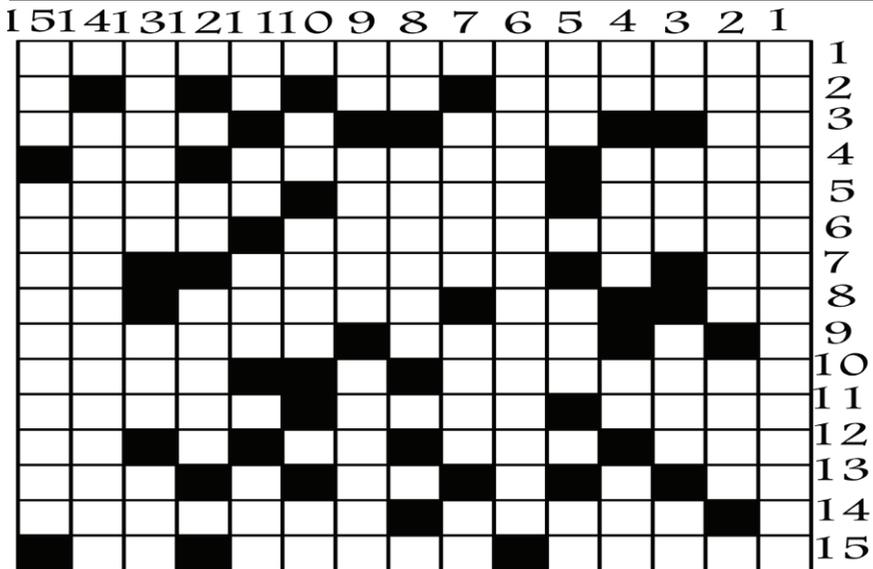
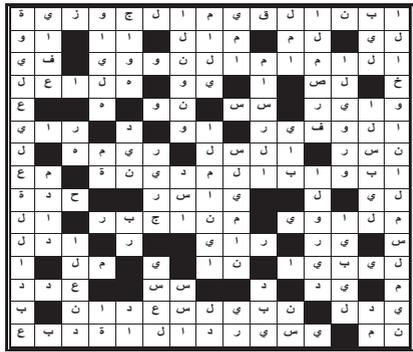


الكلمات المتقاطعة



- فكرة -
١. مدرب وطني عدني كرة قدم راحل .
 ٢. عضو سابق في الحوار الوطني وعضو في الهيئة الوطنية.
 ٣. حرف نفي - في العروق - للاستفهام.
 ٤. اسم علم مؤنث - في العروق - إحدى زوجات إبراهيم عليه السلام .
 ٥. نوع من المخدرات - ممثلة مصرية - حرف نصب (م).
 ٦. دولة عربية - دولة عربية .
 ٧. قامة (م) - الأنبياء (م) - شهر ميلادي.
 ٨. ثلث كلمة عيد - عكس ميت (م) - شهر ميلادي (م) - نصف عرمة .
 ٩. رجعت - شعوب - مكرران.
 ١٠. بلد أوروبي اقتصادي (م) - منصف.
 ١١. مديرية في م/أبين - عملة - المشط مبعثرة.
 ١٢. فاتورة - حرف أبجدي - سقي - للمسافة.
 ١٣. أحد الوالدين - حرف عطف - جاهل.
 ١٤. بلد آسيوي (م) - معلق رياضي كرة قدم شارك في خليجي عشرين عدن (م).
 ١٥. مديرية في ساحل حضرموت - ممثلة مصرية الاسم الأول - ربط الحبل (م).



افقيا

رأسيا

١. عضوة في الحوار الوطني وفي الهيئة الوطنية.
٢. ممثلة مصرية - منطقة في م/ إب - .
٣. بحر (م) - رأي مبعثرة - اسم علم مؤنث - مثل.
٤. حرفان مكرران - شليل مبعثرة - للمسافة

استراحة

حكة الظهر المستمرة تدل على مشاكل عديدة في جسمك

وأوضح ارسيا جافين، طبيب الأمراض الجلدية في الأكاديمية الإسبانية للأمراض الجلدية والتناسلية، أن حكة الظهر أحيانا تكون ناتجة عن تضرر العمود الفقري، ويحدث ذلك بسبب قلة النشاط البدني



الأمناء/ العالم:
"الحكة" شيء شائع وطبيعي، لكن استمرارها قد يكون علامة على الإصابة بمرض ما أو حدوث شيء غير جيد في الجلد، وعندما تكون الحكة في الظهر، فإن الأمر يكون صعبا. وقالت الطبيبة ماريا كوبييلو، عضو الجمعية

والتحرك الخاطئ أو الجلوس بشكل غير مريح. وأكد أن الحكة قد تحدث أيضا نتيجة لحدوث اضطرابات في الجهاز العصبي كالتوتر والقلق والاكتئاب والوسواس القهري، بجانب التفاعلات الجانبية الخاصة ببعض الأدوية ومرض السكري. وأشار إلى أن الأسباب الأخرى لحكة الظهر أو أي منطقة بالجسم، فقر الدم ونقص الحديد وحدوث مشاكل في الغدة الدرقية والكبد والكلية والأورام، وفقا لموقع "كوديت بلوس" الإسباني الذي يقدم

الإسبانية لأطباء الجلدية، إن حكة الظهر المستمرة أو المتكررة لها أسباب عديدة، منها جفاف الجلد والحساسية والحساسية من الحيوانات الأليفة وارتداء الملابس غير المناسبة. وأضافت أن من الأسباب أيضا، تهيج الجلد نتيجة الصابون أو المواد الكيميائية الموجودة في مساحيق التنظيف، أو الإصابة بمرض جلدي، مثل الجرب أو الصدفية أو الأكزيما، إضافة إلى التعرض للذغات والحشرات والحرق والندبات.

الكشف عن تأثير مدمر لظاهرة علمية على كوكب الأرض



أصدرت وكالة ناسا سلسلة من صور الأقمار الصناعية الصادمة، التي يبدو أنها تكشف التأثير المدمر لتغير المناخ وكيف يغير كوكبنا. وتظهر سلسلة الصور المأخوذة من الفضاء، التي يطلق عليها "صور التغيير"، تغييرات من مزيج من تغير المناخ والتحضر والفيضانات والحرائق. ويشمل ذلك انكماش الأنهار الجليدية في نيوزيلندا، والثلوج في الصحراء الكبرى، وذوبان الجليد في كندا، والحد من السفر في ووهان في الصين بسبب قيود فيروس كورونا.

وتظهر مجموعة من الصور أن نهر "أوك" الجليدي في آيسلندا ذاب تماما، واشتعلت حرائق الغابات في الأرجنتين وفيضانات موسمية في باكستان. والتقطت نصف الصور قبل وقوع الحدث - في بعض الحالات قبل أربعة عقود - ونصفها يظهر الموقع نفسه بعد وقوع حادث كبير. وتظهر صور الجليد البحري في القطب الشمالي التي التقطت بين عامي ١٩٨٤ و ٢٠٢٠، التغيير الملحوظ في امتداد المنطقة المتجمدة، حيث تظهر مقدار الذوبان في ٣٦ عاما. وقال مدير NSIDC، مارك سيريز: "يتقلص الجليد في الصيف، لكنه يصبح أرق أيضا".

وحدث الانخفاض القياسي للجليد البحري في القطب الشمالي في عام ٢٠١٢ - وهو أدنى مستوى منذ أن بدأت سجلات الأقمار الصناعية في عام ١٩٧٩ - ولكن الحد الأدنى لعام ٢٠١٣ أكبر، واستمر في الاتجاه الهبوطي طويل الأجل لنحو ١٢٪ من الجليد البحري كل عقد منذ أواخر السبعينيات. وقال جوي كوميسو، عالم ناسا: "بالمعدل الذي نلاحظه، من المحتمل جدا أن يختفي الجليد البحري الصيفي في القطب الشمالي تماما خلال هذا القرن". وبينما كان الجليد يتقلص في القطب الشمالي، سجلت وكالة ناسا صوراً لتساقط ثلوج نادرة على حافة الصحراء الكبرى في ديسمبر ٢٠١٦. والتقطت ناسا أيضا صوراً للأحداث البشرية - تظهر انخفاضا كبيرا في مستويات حركة المرور في ووهان في أوائل عام ٢٠٢٠ - في بداية جائحة فيروس كورونا. وشوركت الصور كعرض تفاعلي على موقع وكالة ناسا. وهناك صور من مواقع في جميع أنحاء العالم، في نقاط زمنية مختلفة ومقسمة إلى فئات مختلفة تغطي الجليد والتأثير البشري والمياه والمدن.

السودوكو

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

حل العدد الماضي

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

إعلان فقدان

■ يعلن المواطن/ محمود علي مثنى احمد من أبناء مديرية حالمين بلنج، عن فقدان وثائق شخصية في العاصمة وهي: بطاقة عائلية وبطاقة شخصية وسجل تجاري ورخصة السيارة والملكية جميع الوثائق باسمه.. فعلى من يعثر على هذه المفقودات تسليمهم إلى أقرب مركز شرطة أو الاتصال على الرقم: (٧٧١٤٩٥١٧٦) وله جزيل الشكر والتقدير.