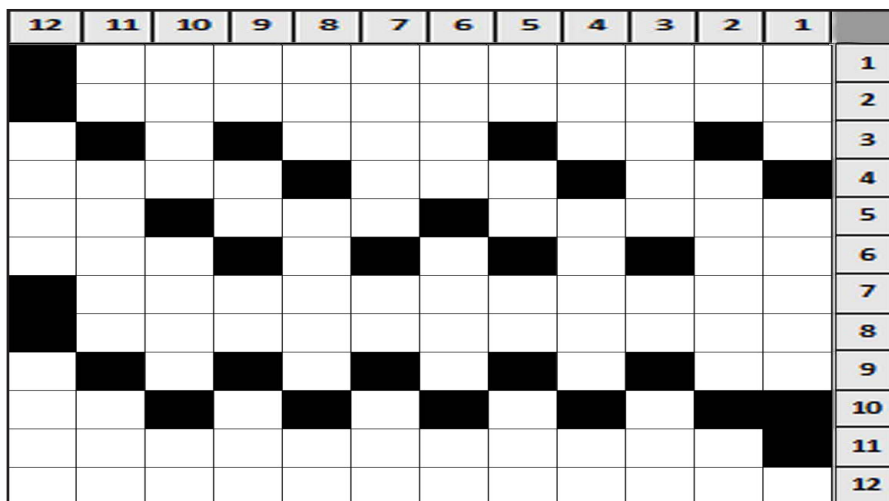
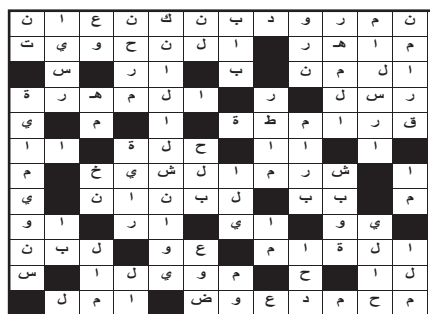


الكلمات المتقاطعة



- سبيل الله (م) - للمسافة.
- محافظة يمنية - للتفسير
- حرف نصب (م) - ٢٤ ساعة (م).
- عاصمة الضباب - مهنة
- نبيلة (م) - نصف كلمة
عادل.
- الشمس مبعثرة - حرف
- نفي - محافظة سورية.
- راية - استاذة في الجامعة
(م) - حرف عطف.
- بحر - احسان - للتفسير -
جود.
- حضارة قديمة في الشام
- من ألعاب التسلية (م) -
حاجز.
- عملة - تعطي لاهل
القتيل - فكرة.
- في العروق - محافظة
جنوبية.

- أفياً:
- وزير سابق ومحافظ سابق
- لمحافظة عدن الجنوبية.
- ولي العهد السعودي.
- حرف جر (م) - استمر.
- حرفان مكرران - ملكنا
(م) - مؤذن الرسول (ص).
- البيت مبعثرة - صداق
العروسة - ارشد (م).
- جمع - كسر.
- لاعب اماراتي وطني سابق
القرن الماضي.
- لاعب سعودي وطني
سابق القرن الماضي.
- جواب.
- احسان (م).
- قيادي مؤتمري للجنة
العامة (م).
- رئيس جزائري راحل.



حل العدد الماضي

عموديا

- لا يعرف الكتاب (م) - من
الخمسة الصلوات.
- حرفان مكرران - الحبر -
حرف انجليزي.
- اسم قديم لجنوب الجزيرة
العربية - حرف نفي (م) -
جو.
- أبو البشرية - نجاهد في

استراحة

علماء يكشفون عن وجود كنز ضخم داخل نفايات الفحم السام



كشف علماء عن وجود كنز ضخم من المعادن النادرة اللازمة لتوليد الطاقة النظيفة، مخبأة داخل نفايات الفحم السام بالولايات المتحدة. وتوجد ملايين الأطنان من رماد الفحم المتبقية من حرق أقذر أنواع الوقود الأحفوري على كوكب الأرض في البرك ومكبات النفايات، وهي قادرة على التسرب إلى المجاري المائية وتلويث

التربة، ولكن هذه النفايات السامة قد تكون كنزا للعناصر الأرضية النادرة اللازمة لدفع العالم نحو الطاقة النظيفة، وفق ما ذكرت شبكة «سي إن إن». وقام العلماء بتحليل رماد الفحم من محطات الطاقة في جميع أنحاء الولايات المتحدة ووجدوا أنه قد يحتوي على ما يصل إلى 11 مليون طن من المعادن النادرة، وهو ما يقرب من 8 أضعاف الكمية التي تمتلكها الولايات المتحدة من الاحتياطي المحلي والتي تقدر قيمتها بنحو 8.4 مليار دولار، وفقا لبحث حديث أجرته جامعة تكساس في أوستن.

وقالت بريدجيت سكانلون، مؤلفة الدراسة وأستاذة الأبحاث في كلية جاكسون للعلوم الجيولوجية بجامعة تكساس، إن رماد الفحم يوفر مصدرا محتملا ضخما للعناصر الأرضية النادرة المحلية دون الحاجة إلى تعدين جديد.

شاهد ما سيحدث عن تناول هذا العصير يوميا !



أعلنت مؤسسة القلب البريطانية (BHF) أن عصير الشمندر يساعد على خفض ضغط الدم وتحسين صحة القلب.

وحول الموضوع قالت فيكتوريا تايلور، كبيرة خبراء التغذية في المؤسسة: «شرب 250 ملل من عصير الشمندر أو (البنجر) يوميا يمكن أن يخفض ضغط الدم ويحسن صحة القلب والأوعية الدموية، لذا يجب الحرص على تناوله بانتظام».

وأضافت: «فوائد الشمندر تكمن في النترات الموجودة فيه، وهذه المواد تساعد على تحسين صحة القلب، وبالنسبة للأشخاص الذين لا يحبون هذا النوع من الخضار، ينصحهم الخبراء بإدراج الملفوف والسبانخ والكرفس والموز والفاصوليا في نظامهم الغذائي، فهذه المأكولات تحتوي على العناصر الدقيقة المفيدة لصحة القلب أيضا».

السودوكو

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

حل العدد الماضي

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