استراحة

صبرًا آل يسلم

ببالغ الآسى والحزن تلقينا نبأ وفاة الوالد
أحمد يسلم بن آل يسلم بن جحيف المرزقي العولقي
وبهذا المُصاب الجلل، نتقدم بأحر التعازي والمواساة إلى أسرة الفقيد وأولاده
وأهله، وشيخ (جباه) الشيخ سالم بن ناصر بن حيدره المرزقي
وكافة آل يسلم بن جحيف والمرزقي والعوالق عامة
سائلين المولى عز وجل أن يتغمد الفقيد بواسع رحمته، ورضوانه، وأن يُسكنه فسيح جناته
إنا لله وإنا إليه راجعون

المعزون: الصحافي علاء عادل حنش، واخوانه (إبراهيم، وعبد الرحمن)، وكافة أبناء قبيلة الضنابر في ردفان

إياك وربط الحساب البنكي بتطبيقات الدفع!

بينما يقوم الملايين من الأشخاص حول العالم بتخزين كروت الائتمان والخصم الخاصة بهم على هواتفهم الذكية للتخلص من الحاجة إلى حمل الكثير من البطاقات البلاستيكية في جيوبهم ومحافظهم، أطلق الخبراء تحذيراً.

آبل وسامسونغ

فقد حذر مقطع فيديو على منصة «تيك توك» من أنه لا ينبغي للمستخدمين ربط حساباتهم المصرفية بتطبيقات الدفع الرقمية مثل محفظة سامسونغ أو آبل باي.

وحث دين وأليكسيس، وهما مؤثران مشهوران على تيك توك يقدمان المشورة المالية بشأن الحسابات المالية، المستخدمين على أن يقتصر الربط على بطاقات الائتمان الخاصة بهم فقط، وعدم تسجيل بيانات بطاقات الخصم على الإطلاق لأنه إذا حدثت سرقة للهاتف الذكي، فسيمكن للسارق عندئذ الوصول إلى المعلومات المخزنة وتحويل مبالغ مالية من الحساب البنكي إلى نفسه ولآخرين، مما يؤدي في نهاية المطاف إلى استنزاف الحساب المصرفي، وفقًا لما نشرته «ديلي ميل» البريطانية.

معلومات قيمة

وفي الوقت نفسه، حذرت شركة Verizon على موقعها من أن «فقدان الهاتف الذكي غالبًا ما يعادل في العصر الحديث فقدان محفظة النقود وبطاقات الهوية والكروت البنكية».

وتابع البيان، قائلًا إن «الهواتف الذكية تتضمن بطاقات الائتمان ومعلومات الاتصال والتقويمات والصور الشخصية وحسابات الوسائط الاجتماعية، من بين البيانات الشخصية الأخرى، أي أنه إذا انتهى الأمر بالهاتف في الأيدي الخطأ، فربما يتم نشر أو استغلال عدد كبير من المعلومات القيمة».

كذلك نصح دين وأليكسيس متابعيهما بإزالة حساباتهم المصرفية، على وجه التحديد كروت الخصم، من أي من أنظمة الدفع على أجهزة الهاتف بما يشمل أي تطبيقات للشراء والتسوق الإلكتروني.

اسوأ من التدخين...فقدان هذا العنصر الغذائي يقصر عمرك !

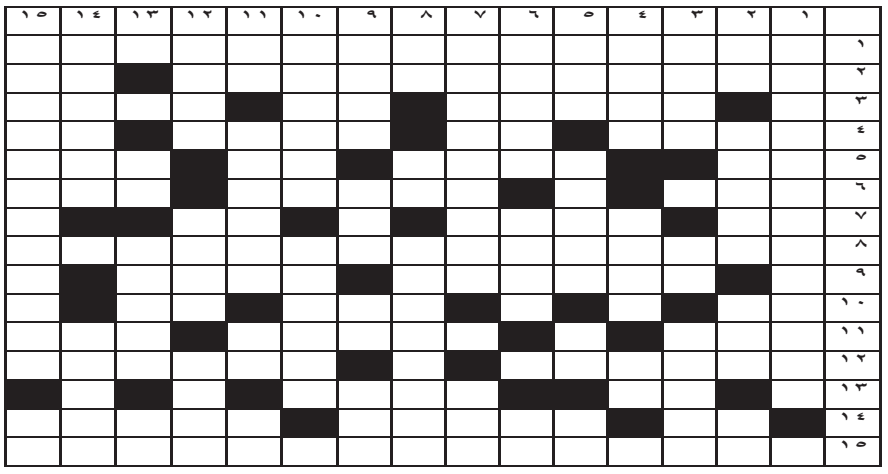
يتأثر متوسط العمر المتوقع بعدد من العوامل المختلفة، مثل الوراثة والمرض والإصابات الخارجة عن سيطرتنا والنظام الغذائي وعدد مرات ممارسة الرياضة.

ويوضح خبراء الصحة أن التدخين يعتبر أحد أسوأ العادات الصحية، فهو ليس السبب الرئيسي لسرطان الرئة في جميع أنحاء العالم فحسب، بل يمكن أن يزيد أيضا من خطر الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية.

لكن العلماء كشفوا أن نقص أوميغا 3 في النظام الغذائي يمكن أن يقصّر عمرك أكثر من التدخين.

ووجدوا أن التدخين خفض متوسط العمر المتوقع 4 سنوات، في حين أن المستويات المنخفضة من الأحماض الدهنية، الموجودة بشكل رئيسي في الأسماك الزيتية مثل السلمون، يمكن أن تحد من متوسط العمر بمقدار 5 سنوات.

الكلمات المتقاطعة

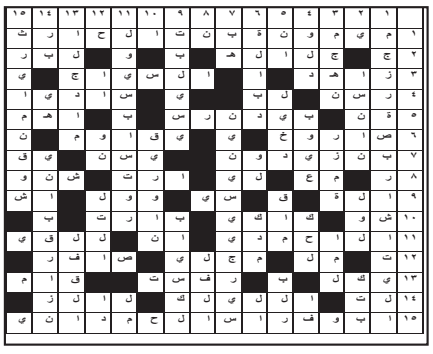


أفقياً:

١- جرى وراء الرزق – الصورة لشهيد كان قائد المحور الشرقي للغيضة استشهد بتفجير طائرته الهيلوكوبتر.
٢- يصب السطح – هلع (مبعثرة) – تجاري بالإنجليزية.
٣- محافظ عدن استشهد بعد تحرير عدن بعملية انتحارية وإرهابية قام بها تنظيم القاعدة – تعز (مبعثرة).
٤- مبهج ومضحك – دولة آسيوية – استمر.
٥- مضجر (م) – من الأسماك.
٦- أطول أنهر أفريقيا (نكرة)– عبيد (م).
٧- مشى – محامية عدنية شاركت في الدفاع عن الخلايا الإرهابية في الثمانينيات بعدن.
٨- من الورود – راكدة.
٩- تفويض تجاري – حرف نفي ونصب (م).
١٠- الاسم الأول لفنان وممثل لبناني.
١١- وثيقة وقعت عليها القوى اليمنية في ١٩٩٤ ولكن نقضها نظام صنعاء.
١٢- قنوط – قام بتمويل إعادة بناء سد مأرب.
١٣- خزان تصريف الماء بالإنجليزية – عضو النظر (م).
١٤- حرف مكرر – أوجاع (م) – في العين.
١٥- مخرج سينمائي سوري أخرج فلم الرسالة وقد استشهد في عملية انتحارية لمتطرفين إسلاميين – مكرران.

رأسياً:

١- عالم نفس نمساوي في القرن السادس عشر.
٢- سار ليلاً – ضد شرب (م) – ترتب.
٣- يغلق – مرض رئوي (م) – ليالي.
٤- هرب – باقة زهور – ندور.
٥- من أدوات النجار – العزعزية (مفرقة).
٦- زوجة – لقب إمبراطور إيران (م).
٧- يقذف – حرف موسيقي.
٨- نساوي – حب – من الأقارب (م).
٩- داعم – جمع بوق.
١٠- سخر منك – حرف نفي ونصب – للنفي.
١١- شركة طيران جنوبية – من الكتب السماوية – دعم ومعاونة.
١٢- مكرران – بعث مكتوبًا – قرأ.
١٣- من شعراء الهجاء في العصر الأموي – بيت الدجاج – استدارت (م).
١٤- من أسماء الآلهة القديمة – منع – حرف نصب – حرف عطف (م).
١٥- رائد الفن التشكيلي في اليمن وهو من أصل حضرمي (م) – صافي (م).



حل العدد الماضي

السودوكو

	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 الماضي