

خبرها از عالم علم

کارشناس تغذیه هشدار داد:

خطرات چاقی دوران مدرسه در بزرگسالی

چاقی دوران مدرسه با پیامدهای بلندمدت سلامت از جمله افزایش خطر بیماری‌های قلبی عروقی و آترواسکلروز همراه است. به گزارش مهر، لیلا فرزاد کارشناس مسئول گروه بهبود تغذیه معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی ایران، با اشاره به اهمیت تغذیه در ارتقای سطح سلامت و پیشگیری از بیماری‌های مزمن، گفت: امروزه مشکل اضافه وزن و چاقی به صورت یک معضل جهانی مطرح می‌شود و رژیم‌های غذایی ناسالم و سبک زندگی بی تحرک، از علل اصلی بروز آن است، به طوری که از سال ۱۹۸۰ تا به حال چاقی به دو برابر رسیده است. وی افزود: شیوع اضافه وزن و چاقی در سال ۱۹۷۴ در کودکان ۲ تا ۱۹ سال ۵.۱ درصد و در سال ۲۰۱۰ به ۱۶ درصد رسیده و به ازای هر ۱۰ کودک یک نفر مبتلا به اضافه وزن و چاقی در جهان است. فرزاد ادامه داد: در کشور ما نیز توقف روند چاقی و دیابت، از اهداف راهبردی در سند ملی تغذیه و امنیت غذایی و سند ملی بیماری‌های غیر واگیر تا سال ۱۴۰۴ در نظر گرفته شده است. بر اساس نتایج پیمایش ملی «کاسپین ۵» در سال ۱۳۹۴، حدود ۲۰ درصد دانش آموزان ۷ تا ۱۸ سال دچار اضافه وزن و چاقی هستند و چاقی شکمی در ۲۱ درصد این گروه سنی وجود دارد. وی افزود: خطر ابتلا به چربی خون بالا، پرفشاری خون، مقاومت به انسولین و دیابت نوع ۲ نیز در نوجوانان چاق بیشتر است و چاقی دوران مدرسه با پیامدهای بلند مدت سلامت از جمله افزایش خطر بیماری‌های قلبی عروقی و آترواسکلروز در سنین بالاتر مرتبط است. همچنین در مردانی که در نوجوانی دچار اضافه وزن بوده اند، خطر سرطان کولورکتال و نفرس و در زنانی که در نوجوانی دچار اضافه وزن بوده اند، خطر آرتروز بیشتر است.

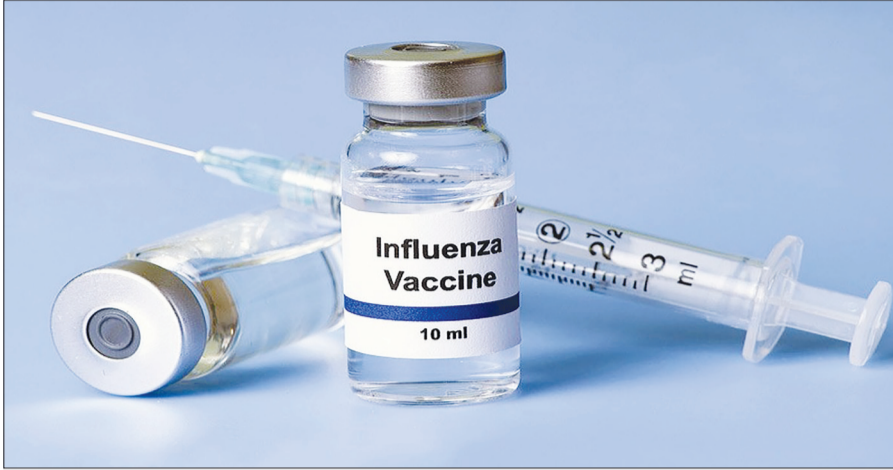
رئیس سازمان اورژانس استان تهران عنوان کرد:

اورژانس تهران هفته گذشته ۱۷ هزار ماموریت انجام داد

رئیس سازمان اورژانس استان تهران، از ثبت ۱۷ هزار و ۵۲۹ ماموریت اورژانس در هفته گذشته خبر داد. به گزارش مهر، محمداسماعیل توکلی گفت: در هفته گذشته (۱۷ الی ۲۳ شهریور ۱۴۰۳) مجموع ۱۷۵۲۹ ماموریت مرکز ارتباطات ۱۱۵ اورژانس استان تهران (دیسپچ) ثبت شد که در پی این ماموریت‌ها ۵۰۳۲ مورد به مراکز درمانی انتقال یافتند و ۱۲۴۹۷ مورد نیز در محل از خدمات اورژانس استفاده کردند. وی افزود: در این مدت ۵۱۸۰۵ تماس با مرکز دیسپچ اورژانس استان تهران برقرار شد که از این تعداد متأسفانه ۲۵۱۲ تماس مزاحم (معادل ۴/۸ درصد کل تماس‌ها) با این مرکز بوده است. توکلی گفت: مجموع ماموریت‌های ثبت شده طی هفته گذشته، ۲۷۲۵ مورد حوادث ترافیکی (۱۵/۵ درصد از کل ماموریت‌ها) و ۱۴۸۰۴ مورد (۸۴/۵ درصد از کل ماموریت‌ها) حوادث غیر ترافیکی بوده است. رئیس سازمان اورژانس استان تهران افزود: اورژانس هوایی ۱۱ سورتی پرواز داشته است که در پی آن ۱۱ مصدوم به مراکز درمانی انتقال یافته اند.

مدیرکل دارو و مواد تحت کنترل سازمان غذا و دارو خبر داد:

توزیع واکسن آنفلوانزا در سراسر کشور



مدیرکل دارو و مواد تحت کنترل واکسن آنفلوانزا در سراسر کشور خبر داد. سازمان غذا و دارو، از تامین و توزیع واکسن آنفلوانزا در سراسر کشور خبر داد. صادقان گفت: زمستان طلایی تزریق

واکسن آنفلوانزا از نیمه شهریور آغاز و تزریق آن بیشتر به سالمندان، زنان باردار و افرادی که دچار نقص ایمنی هستند، توصیه می‌شود. وی افزود: تاکنون یک محموله واکسن آنفلوانزای مصرفی، تحویل معاونت بهداشتی شده است که به صورت رایگان به گروه هدف تزریق می‌شود. همچنین محموله‌های بعدی نیز به مرور تحویل داده خواهد شد. صادقان تصریح کرد: واکسن آنفلوانزای مورد نیاز کشور از دو مسیر تولید داخل و واردات تامین می‌شود که با توجه به برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته بیش از یک میلیون و ۸۰۰ هزار عدد واکسن وارداتی از نوع چهار ظرفیتی (هلندی و فرانسوی) تامین شده که اولین محموله از این واکسن هفته دوم شهریور توزیع شده است.

خوراکی‌های مفید برای تقویت بدن در فصل پاییز



میوه‌ها و سبزیجات پاییزی دارای خواص تغذیه‌ای زیادی هستند که می‌توانند به تقویت سیستم ایمنی بدن ما کمک کنند. به گزارش ایسنا، در روزهای آبی و با نزدیک شدن به اول مهر که هوا رو به خنکی می‌رود، توجه به مواد غذایی مفید و سالم در فصل پاییز اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. برنامه‌ریزی تغذیه‌ای برای فصل پاییز متفاوت‌تر از سایر فصل‌هاست چراکه معمولاً پاییز با انرژی‌های فصلی همراه است و سرماخوردگی‌های مقطعی را در پی دارد. در عین حال انتخاب مواد غذایی متناسب با فصل، روشی برای بهبود عملکرد سیستم ایمنی بدن به منظور مقابله با بیماری‌هاست. به علاوه این انتخاب برای محیط زیست نیز مزایایی از جمله کاهش سطح انتشار کربن به همراه دارد. متخصصان تغذیه تأکید دارند که در این فصل، سیب و انار از میوه‌های بسیار مفید برای حفظ سلامتی سیب سرشار از مواد مغذی و ضروری از جمله

از جمله مواد خوردنی مفید دیگر برای این فصل بادنجان یا بادمجان است. بادمجان نیز یک ماده غذایی کم‌کالری است. این ماده خوراکی، منبع خوبی از فیبر و مملو از بتاکاروتن، ویتامین‌ها و مواد معدنی به ویژه بتاسیم و ویتامین ب ۶ و ویتامین C و منگنز است. البته از آنجا که بادمجان در برخی افراد حساسیت غذایی ایجاد می‌کند، قبل از مصرف باید مطمئن شوید که به این ماده غذایی آلرژی ندارید. به گزارش دویچه‌وله، ترفرنگی هم از خوراکی‌های مفید در این فصل است. این سبزی سرشار از مواد مغذی بوده و کالری بسیار پایینی دارد. ترفرنگی سرشار از آنتی‌اکسیدان‌ها و ترکیبات گوگردی از جمله کامفرول و آلیسین است که با همکارهای قلبی و انواع خاصی از سرطان‌ها محافظت می‌کند. کدو تنبل هم حاوی بتاکاروتن، بتاسیم، ویتامین C و منگنز است. بتاکاروتن پیش‌ساز ویتامین A است که برای سلامت چشم مهم است. بتاکاروتن یک پروتئین بسیار با اهمیت برای بدن انسان است که کمبود آن باعث ابتلا به انواع سرطان‌ها مانند سرطان روده و ریه می‌شود.

خبر پزشکی

مدیر عامل سازمان انتقال خون مطرح کرد:

امکان اهدای خون از ۱۸ تا ۶۵ سالگی

مدیر عامل سازمان انتقال خون گفت: اهداکنندگان خون از ۱۸ تا ۶۵ سالگی می‌توانند نسبت به اهدای خون اقدام کنند و اهداکنندگان خون مستمر می‌توانند جان هزاران نفر را نجات دهند. به گزارش ایسنا، دکتر مصطفی جمالی در همایش «پنجاهمین سالگرد تأسیس سازمان انتقال خون» که برگزار شد، اظهار کرد: اهداکنندگان خون از ۱۸ تا ۶۵ سالگی می‌توانند نسبت به اهدای خون اقدام کنند و اهداکنندگان خون مستمر می‌توانند جان هزاران نفر را نجات دهند. اگر هر اهداکننده در هر سال چهار نوبت خون اهدا کند، با توجه به اینکه هر خون به ۳ محصول تبدیل می‌شود، در هر سال جان ۱۲ نفر را نجات می‌دهند. وی با بیان اینکه سازمان انتقال خون با مجموعه‌های مختلف تفاهنامه همکاری منعقد کرده، افزود: به طور مثال، سازمان انتقال خون با بسیج به منظور افزایش جامعه آماري جوانان و زنان اهداکننده خون تفاهنامه همکاری منعقد کرده است.

مدیرعامل سازمان انتقال خون با بیان اینکه اهداکنندگان خون، سرداران گمنام نظام سلامت هستند، گفت: پزشکان سازمان انتقال خون، سربازان گمنام نظام هستند. متوسط دریافتی هر پزشک اهدای خون حدود ۲۰ میلیون تومان است. وی ادامه داد: تنها پزشکان بلکه تمام پرسنل این سازمان با دریافت کم نسبت به انجام امور خود اقدام می‌کنند؛ چرا که در یک سازمان مقدس مشغول به کار هستند. سازمان انتقال خون طی ۳ سال اخیر با وجود تمام سختی‌ها و محدودیت‌ها به دستاوردهای فراوانی دست یافته است.

جمالی با بیان اینکه تلاش کردیم که روش‌های نوین کشورهای پیشرفته را در سازمان انتقال خون به کار گیریم، افزود: به همت همکاران و مردم توانستیم با وجود تمام سختی‌ها مانند تحریم‌ها و کمبود اعتبارات به دستاوردهایی نایل آیم و نواقص را برطرف کنیم. سازمان انتقال خون ایران به عنوان سازمان انتقال خون برتر منطقه نائل آمده است. وی با بیان اینکه سازمان انتقال خون در زمان حیات خود با وقایع مختلفی روبرو شده، گفت: به طور مثال تدوین اساسنامه سازمان در سال ۶۹، اهدای خون صد درصد داوطلبانه و انجام تست‌هایی مانند هپاتیت را باید جزو نقاط عطف سازمان انتقال خون برشمرد.

جمالی با بیان اینکه پیش از این اگرچه اهدای خون ۱۰۰ درصد داوطلبانه داشتیم اما گاهی با کمبود خون مواجه بودیم، گفت: میزان ذخایر خون در گذشته معادل ۴ روز بود اما میزان ذخایر خونی اکنون به ۸ روز رسیده است. او تنها میزان ذخایر خونی افزایش یافته بلکه تمام نیازها پاسخ داده می‌شود.

مدیرعامل سازمان انتقال خون با بیان اینکه پاسخگوی ۱۰۰ درصدی تامین نیازهای بیمارستانی به خون و فرآورده‌های خونی هستیم، افزود: به طور مثال توانستیم در حادثه تروریستی گرمان، خون مورد نیاز برای تمام مجروحان حادثه را تامین کنیم.

جمالی با بیان اینکه تزریق خون پیش‌بیمارستانی را به صورت پایلوت اجرا کرده‌ایم، تصریح کرد: این موضوع با همکاری سازمان هلال‌احمر قابل انجام است. اگر آمبولاس‌ها یا بالگردهای امداد و نجات به خون مجهز باشند و تزریق خون در محل حادثه انجام شود، می‌توان از میزان تلفات و مرگ‌ومیر جلوگیری کرد.

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک اسداباد هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۴۰۳/۲۱۶ مورخه ۱۹/۰۳/۱۴۰۳ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسداباد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای حاجت اله گودرزی محبی زاده فرزند محبلی به شماره شناسنامه ۲ صادره از اسداباد در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۴۵۳/۱۰ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۱۱۹ اصلی واقع در بخش ۶ همدان حوزه ثبت ملک اسداباد اراضی روستای النجه خریداری از مالک رسمی محبلی گودرزی منتظر فرزند قربان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار اول: ۱۴۰۳/۰۶/۱۰
تاریخ انتشار دوم: ۱۴۰۳/۰۶/۲۵
م/الف/۸۸۶-ش- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک اسداباد- محسن حضرتی

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک اسداباد هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۴۰۳/۲۱۶ مورخه ۱۹/۰۳/۱۴۰۳ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسداباد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای حاجت اله گودرزی محبی زاده فرزند محبلی به شماره شناسنامه ۲ صادره از اسداباد در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۴۵۳/۱۰ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۱۱۹ اصلی واقع در بخش ۶ همدان حوزه ثبت ملک اسداباد اراضی روستای النجه خریداری از مالک رسمی محبلی گودرزی منتظر فرزند قربان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار اول: ۱۴۰۳/۰۶/۱۰
تاریخ انتشار دوم: ۱۴۰۳/۰۶/۲۵
م/الف/۸۸۷-ش- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک اسداباد- محسن حضرتی

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک اسداباد هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۴۰۳/۲۱۶ مورخه ۱۹/۰۳/۱۴۰۳ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسداباد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای حاجت اله گودرزی محبی زاده فرزند محبلی به شماره شناسنامه ۲ صادره از اسداباد در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۴۵۳/۱۰ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۱۱۹ اصلی واقع در بخش ۶ همدان حوزه ثبت ملک اسداباد اراضی روستای النجه خریداری از مالک رسمی محبلی گودرزی منتظر فرزند قربان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار اول: ۱۴۰۳/۰۶/۱۰
تاریخ انتشار دوم: ۱۴۰۳/۰۶/۲۵
م/الف/۸۸۸-ش- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک اسداباد- علی یوسفی ایدلو

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک اسداباد هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۴۰۳/۲۱۶ مورخه ۱۹/۰۳/۱۴۰۳ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسداباد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای حاجت اله گودرزی محبی زاده فرزند محبلی به شماره شناسنامه ۲ صادره از اسداباد در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۴۵۳/۱۰ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۱۱۹ اصلی واقع در بخش ۶ همدان حوزه ثبت ملک اسداباد اراضی روستای النجه خریداری از مالک رسمی محبلی گودرزی منتظر فرزند قربان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار اول: ۱۴۰۳/۰۶/۱۰
تاریخ انتشار دوم: ۱۴۰۳/۰۶/۲۵
م/الف/۸۸۹-ش- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک اسداباد- محسن حضرتی

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک اسداباد هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۴۰۳/۲۱۶ مورخه ۱۹/۰۳/۱۴۰۳ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسداباد تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای حاجت اله گودرزی محبی زاده فرزند محبلی به شماره شناسنامه ۲ صادره از اسداباد در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۴۵۳/۱۰ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۱۱۹ اصلی واقع در بخش ۶ همدان حوزه ثبت ملک اسداباد اراضی روستای النجه خریداری از مالک رسمی محبلی گودرزی منتظر فرزند قربان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار اول: ۱۴۰۳/۰۶/۱۰
تاریخ انتشار دوم: ۱۴۰۳/۰۶/۲۵
م/الف/۸۹۰-ش- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک اسداباد- محسن حضرتی

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک دماوند هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۴۰۳/۲۹۳ مورخه ۱۹/۰۳/۱۴۰۳ مورخ ۱۹/۰۳/۲۰۲۸ مورخ ۱۴۰۳/۰۳/۲۸ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای علی کاردوست فرزند علی اکبر بشماره شناسنامه ۱۴۱۱ کلی ۱۹۹۰۰۳۹۳۰۰۳ صادره از تهران در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی با بنای احداثی در آن به مساحت ۸۸۹/۶۹ مترمربع پلاک ۶۰۹۲ فرعی مفروز و مجزی شده از پلاک ۱۶۱۱ فرعی از ۵۶ اصلی واقع در مشاء ازتمانی مالک رسمی و مشاعی متقاضی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار ثبتی اول: ۱۴۰۳/۰۶/۱۰
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۶/۲۵
م/الف/۸۸۱/۲۷۵-ش- رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند- علی یوسفی ایدلو

جدول

۷۵۷۱

افقی

۱- پیشوا - گناه بدگمانی - زمزمه کننده
۲- روانشناس معروف اروپایی که کتاب رویا از اوست- نوعی بستنی - دوسنگ آسیا ۳- پاراسته آید - از اشکال - باری دهنده ۴- بی حرکت- هنوز ادب نشده - گرز آهنین ۵- لانجیل چهار گانه - بزرگی و شکوه - صفت رویاه ۶- علم آموختن به کسی - خجل و شرمند - مرکز فرماندهی ۷- بی بهره از زندگی خوش- مهماندار - امر به امدن ۸- نوعی عمارت- عدد قمری - شهری در استان مازندران - پرفروش است ۹- دستسگاه گرمابخش- از دیده رود - مدرسه عالی ۱۱- نزادی در اروپا - از شهرهای استان فارس- پرهیزگار است ۱۲- از امارات متحده عربی - بخیه - لقی در هند - لوله خونی بدن ۱۳- گوسفند جنگی - انزجار - انجام وظیفه ۱۴- بیله و آزاد - گوشزد کردن - سوک و عزا ۱۵- بنایی دیدنی در شهر شیراز - استخوان سرانگشت

حل جدول شماره قبیل

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
ت	و	ا	س	ک	د	خ	ا	م	ن	ش	ی	س	د	ش
س	د	ش	ی	س	ا	ک	د	خ	ا	م	ن	ش	ی	س
ا	ز	د	ل	ا	ی	ل	ک	ا	د	ا	ب	ا	ب	ا
ا	د	ا	ر	ک	ل	ن	خ	ر	د	ا	د	ا	د	ا
ل	ن	ت	ر	م	و	س	س	ه	د	ا	ی	ت	ا	ت
ک	ی	ا	ت	س	ر	ا	ب	ا	ب	ا	د	ا	د	ا
ب	ل	م	ا	ز	خ	ر	و	ا	ر	ب	ر	ب	ر	ب
ی	د	ا	ن	ک	و	ت	ی	ن	ف	س	ا	س	ا	س
س	ک	ی	ب	س	ا	ر	ح	ر	ج	ر	ک	ا	س	ا
ا	ت	ا	ت	ا	ر	ن	د	ش	س	ب	ا	ر	ر	ر
و	ن	س	ا	ن	ا	ب	ن	ا	ب	ت	خ	ی	ر	ر
چ	د	ا	ر	ع	ز	ا	ی	ش	م	ا	س	م	ا	س
ه	ل	ب	ا	ک	ر	ا	ز	و	ن	ا	خ	ا	ی	ا
ا	ب	ر	م	ی	س	ر	ز	ی	ت	و	ن	ی	ا	ی
ر	ن	ک	ی	ن	ک	ا	ن	ا	ر	ا	د	ت	ا	ت

- عمودی
- ۱- اتفاق و سازگاری - دارای شباهت و شباهتگی - سلام ادبی ۲- گره تازی بلندپایه - مرد سبک و بی وقار ۳- پرند ویرانه نشین - کند زبان - رهبر سرخ جامگان ۴- مهتر قوم - ضمیر چند نفره - جهان پهلوان ایران - حرف گزینش ۵- خیزه کوتاه - استان و شهری ایرانی - سنگ شکاری ۶- صدای گریه در گلو افتاده ۷- دها و زیرکی - دودار از بلند می شود ۷- دانه عطر آگین - نظیر ندارد - بخشیدن مال و بی چیز شدن ۸- حرف و سسه حرف- درختی است تنومند با عمری طولانی - رودی در آلمان ۹- کتب آسمانی - طلاکوبی شده - مفعول بی واسطه ۱۰- همیشه برقرار است- سین با طراوت- حمام و گرمابه ۱۱- سد کردن - وقار و سنگینی - ویران کننده ۱۲- نوعی خط کش- محلی برای داد و ستد - آسیب و آفت- برجا بلش ۱۳- خدا نکند - شیرینی شامخی - هشتمین حرف الفبای یونانی ۱۴- زیر آوازه - یکی از نامه‌های مکه - فرمانده بدن ۱۵- شش ضلعی - وسط دو نفر را گرفتن و آن‌ها را صلح دادن