خبرها از عالم علم

محققان هشدار می دهند؛

مراقب این ماده خطرناک در آب آشامیدنی باشید

یـک مطالعه جدید هشـدار می دهد که قرار گرفتـن طولانی مدت در معرض حتی سطوح پایین آرسنیک در آب آشامیدنی می تواند خطر ابتلا به بیماری قلبی را در فرد افزایش دهد.

به گـزارش مهر به نقل از مدیسـن نت، محققان گـزارش دادند حتی افرادی که در معرض سـطوح آرسـنیک کمتر از ۱۰ میکروگرم در لیتر قرار داشتند، با افزایش خطر ابتلاء به بیماری قلبی روبرو بودند.

«تیفانی سـانچز»، محقق ارشد از دانشـگاه کلمبیا در نیویورک، گفت: «نتایج ما جدید هسـتند و بحث جدیدی را در مورد سیاسـت‌های جاری و استانداردهای نظارتی تشویق می‌کنند».

سانچز در بیانیه خبری دانشگاه افزود: «با این حال، تحقیقات بیشتری برای درک خطرات مرتبط با سطوح آرسنیک در آب آشامیدنی مورد نیاز است.»

انجمن قلب آمریکا و مؤسسـات بهداشـتی توافق دارند که شواهد قابل توجهی وجود دارد که نشـان می‌دهد قرار گرفتن در معرض آرسنیک خطر ابتلاء به مشکلات قلبی را افزایش می‌دهد.

محققان توضیح دادند که آژانس حفاظت از محیط زیست ایالات متحده حداکثر میزان آلاینده آرسنیک در آب آشامیدنی را از ۵۰ میکروگرم در لیتر به ۱۰ میکروگرم در لیتر در سـال ۲۰۰۶ کاهش داد، اما نگرانی‌ها مبنی بر ناسالم بودن هر سطحی از قرار گرفتن در معرض آن همچنان وجود دارد.

محققان خاطرنشـان کردند که آرسـنیک به طـور طبیعی در آب‌های زیرزمینی وجود دارد.

برای این مطالعه، محققان داده‌های سلامتی مربوط به مقایسه موارد بیماری قلبی با قرار گرفتن در معرض آرسنیک در آب آشامیدنی را پیگیری کردند.

به گفته محققان، نزدیک به نیمی (۴۸درصد) از شرکت کنندگان در معرض میانگین غلظت آرسنیک کمتر از ۱ میکروگرم در لیتر قرار گرفته بودند.

افـرادی که در معرض میانگین ۱ تا ۵ میکروگرم در لیتر آرسـنیک در آب آشـامیدنی قرار داشـتند، ۵ تا ۶ درصد افزایش خطـر ابتلاء به بیماری قلبی داشتند.

به گفته محققان، خطر بیماری قلبی در بین افرادی که در محدوده ۵ تا ۱۰ میکروگرم در لیتر قرار داشتند به ۲۰ درصد افزایش یافت.

نتایج نشـان می‌دهد که این خطر برای افرادی که در معرض سطوحی بالاتر از ۱۰ میکروگرم در لیتر قرار داشتند، به ۴۲ درصد افزایش یافت.

یافته تحقیقاتی؛

میانسالان این توصیه را جدی بگیرند

تحقیقـات جدید نشـان می دهد اگـر در دهه ۴۰ یا ۵۰ خود هسـتید و در خوابیدن و ماندن در خواب مشـکل دارید، این نشـانه خوبی برای سـلامت مغز با افزایش سن نیست.

بـه گزارش مهر به نقل از مدیسـن نت، «کلمنسـه کاوایز»، سرپرست تیم تحقیق از دانشـگاه کالیفرنیا، می‌گوید: «مطالعه ما، که از اسکن مغز برای تعیین سن مغز شرکت کنندگان استفاده کرد، نشان می‌دهد که بدخوابی با تقریباً سه سال پیری بیشـتر مغز در اوایل دوران میانسالی مرتبط است.»

تیـم تحقیـق بـر روی ۵۸۹ نفـر متمرکـز شـد کـه در ابتـدای مطالعه میانگین سـنی آنها حدود ۴۰ سال بود. همه در سـن ۴۰ سـالگی و سپس در حدود ۴۵ سالگی پرسشنامه‌هایی را در مورد الگوهای خواب خود پر کردند.

سـوالات شـامل "آیا معمـولاً در بـه خـواب رفتـن مشـکل داریـد؟ " "آیا معمولاً شـب‌ها چندین بار از خواب بیدار می‌شـوید؟ " و "آیا معمولاً خیلی زود از خواب بیدار می‌شوید؟ " بودند.

◆ پاسخ‌های نظرسنجی باعث شـد تا محققـان ۶ ویژگـی خواب ضعیف را ترسیم کنند:

مدت خواب کوتاه
کیفیت بد خواب
مشکل در به خواب رفتن،
مشکل در خواب ماندن
صبح زود بیدار شدن
خواب آلودگی در طول روز

تقریباً در سن ۵۵ سالگی، همه افراد تحت اسکن مغزی قرار گرفتند تا میزان پیری مغزشان سنجیده شود.

تیـم تحقیـق دریافت افـرادی که دارای چهار مورد یا بیشتر از ویژگی‌های خواب ضعیف بودند، مغزهایی داشـتند که به طور متوسـط ۲.۶ سال «بزرگتر» از مغز افـراد دیگر بود کـه هیچیک از این موارد را نداشـتند یـا فقط یکی از ویژگی‌ها را داشتند.

برای افـرادی که دارای دو یا سـه مـورد از ویژگی‌های بد خوابـی بودند، مغزها در سن ۵۵ سالگی به طور متوسط ۱.۶ سـال پیرتـر از افـرادی بـود که هیـچ یـا فقـط یکـی از ویژگی‌هـا را داشتند.

با این حال، این مطالعه تنها ارتباط را نشـان داد و نتوانسـت ثابت کند که خـواب ضعیف به طور مسـتقیم مغز را پیر می‌کند.

به گفته محققـان، تحقیقات آینده باید بر روی یافتـن راه‌های جدید برای بهبـود کیفیـت خواب و بررسـی تأثیر طولانی‌مدت خواب بر سـلامت مغز در افراد جوان متمرکز شود.

مهمترین راه برای در امان ماندن از آلزایمر

یک متخصص پزشـکی ورزشی گفت:ورزش نقش موثـری در پیشـگیری از ابتلا بـه آلزایمـر در دوران سالمندی دارد.

به گزارش بهداشـت نیوز، دکتـر مصطفی اکبری از آلزایمر به عنوان یکـی از اختلالات مغزی در دوران سالمندی نام برد و اظهار کرد: گسترش زندگی ماشینی و عدم اسـتفاده مناسب از مغز باعث شیوع این بیماری در جوامع شده است.

وی افزود:دمانس‌ها(فراموشـی‌ها) انواعـی دارد که حتی ممکن اسـت در سـنین جوانی هم پیش آید، اما آلزایمر یکی از انوع مهم آن است که در سنین پیری به شکل تدریج ایجاد می‌شود.

این متخصص آسـیب‌های ورزشی تصریح کرد:هر میزان که افراد به دوره سالمندی نزدیک می‌شوند، باید آموزش‌هایی را برای مراقبت بهتر از مغز به آنها داد.

وی بـا بیان اینکه افراد مبتلا به آلزایمر در شـروع بیماری حافظه کوتاه مدت خود را از دسـت می‌دهند، عنوان کرد: برای نمونه یک فرد سـالمند ممکن اسـت خاطرات دوران جوانی خود را به یاد داشـته باشـد، اما فرامـوش کند که چند ثانیه پیـش عینک خود را کجا گذاشته است.

اکبری مهمترین راه مقابله با آلزایمر را پیشـگیری از آن دانست و گفت:باتوجه به اینکه این بیماری درمان چندانـی نـدارد، بنابراین باید از آن پیشـگیری کرد و بهترین راه پیشـگیری داشتن یک زندگی سالم شامل تغذیه سالم، خواب مناسـب، کاهش استرس و ورزش منظم است.

وی با بیان اینکه ورزش می‌تواند در پیشـگیری از شیوع این بیماری موثر باشد، عنوان کرد:ورزش همانطور که باعث افزایش گردش خون در کل بدن می‌شـود، به افزایش گردش خون در مغز، افزایش نورون‌های مغز و بالا بردن سـطح نشاط فرد کمک می‌کند و در نتیجه باعث می‌شود تا فرد دیرتر دچار فراموشی شود.

ایـن عضـو هیات علمی دانشـکده علوم ورزشـی دانشگاه رازی کرمانشاه در ادامه در خصوص ورزش‌هایی که به پیشـگیری از ابتلا افراد به آلزایمر کمک می‌کند نیز گفت: افراد سالمند باید متناسب با سن خود برخی ورزش‌هـا مانند پیـاده روی در طبیعـت، کوهنوردی، شـنا و طبیعت گردی، بویژه به صـورت گروهی را در برنامه‌های روزانه خود قرار دهند.

خبر پزشکی

مصرف این روغن خطر سکته قلبی را کاهش می‌دهد

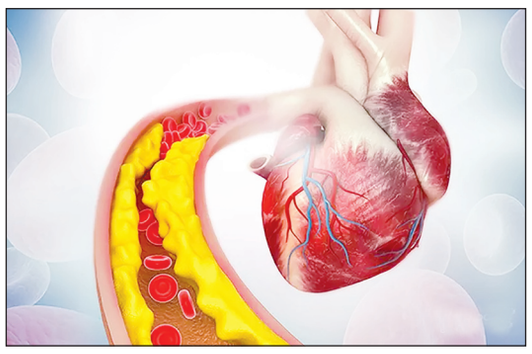
مصرف روغن کنجد می‌تواند خطر بروز سـکته‌های قلبی را کاهش دهد و فشار خون را تنظیم کند.

به گزارش فارس، پرفشـاری خون و سـکته‌های قلبی و مغزی عواملی اسـت که این روزها بیش از پیش در بین سنین مختلف حتی سنین پایین شایع است.

مصرف روغن کنجد می‌تواند خطر بروز سـکته‌های قلبی را کاهش دهد و فشـار خون را تنظیم کند. همچنین این روغن غنی از کلسیم و آهن بوده و برای تقویت استخوان‌ها مفید است.

در طب سنتی روغن کنجد برای بهبود آرتروز، کاهش کلسترول بد خون و لطافت و شادابی پوست نیز توصیه شده است.

آیا می‌توان جلوی انسداد رگ‌های قلبی را گرفت؟



به گزارش خبرآنلاین، دکتر محمد حسین نجفی، متخصص قلب و فوق تخصص آنژیوپلاسـتی با تاکیـد بر اینکه ورزش کردن ، پیـاده‌روی روزانه، اسـتفاده از مواد غذایی پر فیبـر و نیز مصرف غذاهـای کم‌کالری می‌تواند روند گرفتگی عروق قلبی را به تاخیر بیندازد، می‌گوید: اسـتفاده از سیگار و مشروبات الکلی، مصرف زیاد فست فودها و بیماری‌هایی مثل دیابت کنترل نشـده و فشـار خون بالا و چربی بالای کنترل نشده روند گرفتگی رگ‌های قلبی را تسریع می‌کند.

آگهی فقدان

سند ششدانگ پلاک ۲ فرعی از ۲۹۱۰- اصلی واقع در بخش ۱۲ سـلماس بنام آقای اسمعیل سندسی فرزند حمدعلی بشماره ملی ۲۸۵۰۰۳۱۸۸۷ کـه در جلد ٦٢ صفحه ٥٢٧ ذیل ثبت ٩٨٨٤ ثبت گردیده است مالک با ارائـه درخواست و استشهاد محلی اعلام نموده است که سند اولیه مفقود گردیده است لذا موضوع طی یک نوبت در یکی از روزنامه هـای کثیـر الا نتشـار آگهی می گردد. چنانچه هر شخص نسبت به ملک مورد آگهی معامله کرده که در بالا ذکر نگردیده است یا مدعی وجـود سـند مالکیـت نـزد خـود می باشد بایستی ظرف ده روز از انتشار آگهی به ثبـت محـل مراجعـه و اعتراض خود را ضمن ارائه سند مالکیت یا سند معامله تسلیم نماید و اگـر ظرف مهلت مقرر اعتراض نرسد و یـا در صـورت اعتـراض اصـل سـند مالکیت یا سند معامله ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیـت المثنـی را برابـر ماده ۱۲۰ آیین نامه قانون ثبت صادر خواهد کرد و در صورت ارائه سـند مالکیت یا سند معامله صورتمجلس مبنی بر وجود آن نـزد معتـرض در دو نسخه تنظیم و یک نسخه آن به متقاضی المثنی تسلیم واصل سند به دهنده آن مسترد می گردد.

۱۸۱٦۱٥۸.م.الـف/۱۱۹۱-ش **یعقوب جوادی اهرنجانی – رئیس اداره ثبت اسناد و املاک سلماس**

آگهی مزایده اموال منقول

آگهی مزایده اموال منقول اسناد ذمه

موضوع: پرونده اجرائی به شماره کلاسه ۹٤۰۰۰۲٤ بر له بانک کشـاورزی شـعبه رضی و بر علیه وراث مرحوم زلفعلی پروانه (به اساسـی مهـدی پروانـه و میـثم پروانه و نازیلا پروانه و لیلا زمانی و وراث مرحوم رضا پروانه حاجی سـیفلو بـه اساسی سیفعلی پروانه و لطفعلی پروانه و صدقعلی پروانه و مینا پروانـه) همگـی ساکنین مشگین شهر – روستای حاجی سیفلو

به موجب پروانه اجرائی متشکله به شماره کلاسه فوق الذکر باستناد اسناد قرارداد فروش اقساطی و مشارکت مدنی به شماره های ۳٤۳۸ مورخـه ۷۸/٥/۱۱ و ۳٤۳۸ مورخه ۱۳۷۸/۲/٥ و ۳٤۳۸ مورخه ۷۹/۸/۲٤ و ۳٤۳۸ مورخـه ۸۰/۰٦/۲۹ و ۳٤۳۸ مورخه ۷۸/٥/۷ و ۳٤۳۸ مورخه ۷٦/۹/۲۲ و ۳٤۳۸ مورخه ۸۲/٥/۱٥ و در جهـت اجرای عملیات تخلیه و تحویل ملک اموال به جا مانده از وراث مرحـوم لیسـت برداری شده به دلیل عدم تحویل اموال توسط وراث و پس از صدور آگهی اموال به شرح ذیل از طریق مزایده بروش گذاشته خواهد شد. که عبارتند از : ۱- ضبط صوب سامسونگ ۳ دیسک مستعمل غیرقابل استفاده ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال ۲- پیـک نیـک دو دد ۲/۰۰۰/۰۰۰ ریـال ۳- کپسـول گـاز یـک عـدد ۱/٥۰۰/۰۰۰ ریـال ٤- زودپز آلومینیم ۱/۰۰۰/۰۰۰ ریال ٥- اجاق گاز تک شعله زمینـی مسـتعمل و اجاق سه شعله زمینی ۳/۰۰۰/۰۰۰ ریال ٦- یخچال قـدیمی ۱۰ فـوت مسـتعمل ۱۲/۰۰۰/۰۰۰ ریـال ۷- ظـروف آلومینیـوم طشـت و قابلـه ۲/۰۰۰/۰۰۰ ریـال ۸- تلویزیون خـراب ۳ دسـتگاه ۲/٥۰۰/۰۰۰ ریـال ۹- چـرخ خیـاطی مارشـال ٥/۰۰۰/۰۰۰ ریال ۱۰- لاستیک و رینگ کمباین ۸/۰۰۰/۰۰۰ ریال و وسایل فـوق الذکر ، توسط کارشناس رسمی دادگستری در رشته لوازم خانگی و اداری به مبلغ ۳۸/۰۰۰/۰۰۰ ریال ارزیابی و وسایل های فوق از سـاعت ۹ الـی ۱۲ روز شـنبه مورخ ۱٤۰۳/۰۸/۲٦ در واحد اجرای اسناد رسـمی اداره ثبـت اسـناد و امـلاک مشگین شهر واقع در خیابان مطهری – جنب مسجد زینبیـه از طریـق مزایـده بـه فروش می رسد مزایده از مبلغ پایه مزایـده ۳۸/۰۰۰/۰۰۰ شـروع و بـه بـالاترین قیمت پیشنهادی نقدا فروخته می شود. شرکت در مزایده منوط بـه پرداخـت ۱۰ درصد از مبلغ پایه کارشناسی به حساب سپرده ثبت اسناد و املاک مشگین شـهر (بـه شـماره شـبا ar۱٤۰۱۰۰۰۰٤۰۷٥۰۱۳۲۰۷۸۸۰۱۸۳ و شناسـه واریـز ۹۱٤۰۱۳۲۷٥۱۰۸٥۷٥۰٦٦٦٦٦٦٦٦٦٦۱۸۳نزد بانک ملی شـعبه مشـگین شـهر) و حضور خریدار یا نماینده قانونی او در جلسه مزایده است برنده مزایـده مکلـف است مابه التفاوت مبلغ فروش را ظرف مدت پنج روز از تاریخ مزایده به حساب صندوق ثبت تودیع نماید و در صورتی که ظرف مهلت مقرر مانده فروش را بـه حساب سپرده ثبت واریز نکند مبلغ مذکور قابل استرداد نبوده و به حساب خزانه واریز خواهد گردید لازم به ذکر است است پرداخت بدهی های مربوط بـه آب، برق، گاز اعم از حق انشعاب و یا حق اشتراک و مصرف در صورتی کـه مـورد مزایده دارای آنها باشد و نیز بدهی های مالیاتی و عوارض شهرداری و غیـره تـا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن معلوم شده یا نشده باشد به عهده برنـده مزایده است و نیز در صورت وجود مازاد، وجوه پرداختی بابـت هزینـه فـوق از محل مازاد به برنده مزایده مسترد خواهد شد. نیم عشر دولتی و حق مزایده و نقدا و از برنده مزایده وصول می گردد، درآمد حاصل از فـروش امـوال بـه شـماره حساب سپرده ثبت مشگین شهر بنام وارث واریز خواهد گردید.

۱۱۸۹/۰۳-ش **رئیس ادراه ثبت اسناد و املاک شهرستان مشگین شهر – بایرامی**

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره کل ثبت اسناد و املاک استان قزوین
آگهی فقدان سند مالکیت

سند مالکیت ششدانگ یک باب آپارتمان واحد مسکونی قطعه ۱۲ تفکیکی به مساحت ٤٤ / ۷۱ متر مربع تحت پـلاک ۲۱۳۸٥ فرعـی از ۱۹٤۱۱ فرعی از ۳٦ اصلی بخش ٥ قـزوین ذیـل دفتـر امـلاک الکترونیکی ۱۳۹۹۲۰۳۰۹۰٦۸۰۰۳٦۰۰ و به شماره چـاپی ۳۹۸۳۲۲ به نام خانم هانیه دشتی با ولایـت آقـای رسـول دشـتی صـادر و تسلیم گردیده است . حال آقای رسول دشتی به ولایـت از طـرف خانم هانیه دشتی با ارائه دو برگ فرم شهادت شهود و درخواست وارده ٦۸۰۱۹۱٦٦ مورخ ۳۰ / ۰۷ / ۱٤۰۳ مدعی شـده کـه سـند مذکور به علت سهل انگاری مفقود گردیده است و با سند مذکور معامله ای نشده و ثبت دفتـر امـلاک مویـد ایـن ادعـا میباشـد و تقاضای صدور سند مالکیت المثنی را نموده است علیهذا مراتـب به استناد ماده ۱۲۰ آئین نامه اصلاحی قانون ثبت اعلام می دارد تا هرکسی نسبت به ملک مذکور حق و ادعایی دارد یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد از تاریخ انتشار این آگهی تا مدت ده روز میتواند با ارائه مدارک و یا اصل سـند مالکیـت اعتـراض خود را به این اداره تسلیم نماید در غیر اینصورت پس از گذشت مهلت مقرر مطابق مقررات ثبت به صدور سند ملکیـت المثنـی و تسلیم آن به مالک اقـدام مـی گـردد. رونوشـت : سـتاد اجرایـی حضرت امام خمینی (ره) جهت استحضار در اجـرای کـد ۸٤٥ مجموعه بخشنامه های ثبتی

۱۸۱٦۲۹۷.م.الف/۱۱۹۳-ش **رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه ۲ قزوین – صمد قدیم آبادی**

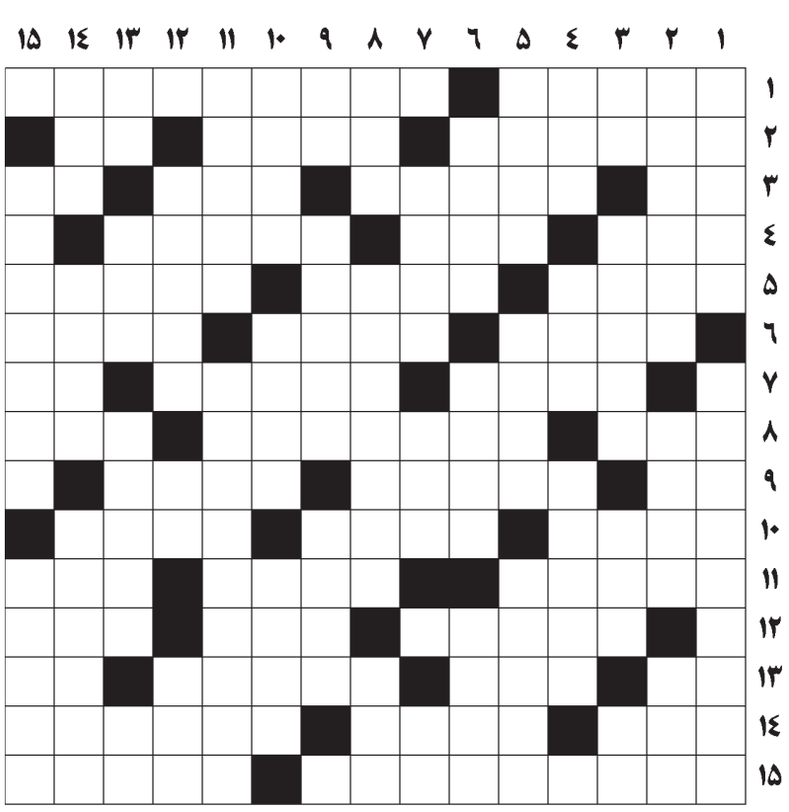
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور
اداره کل ثبت اسناد و املاک استان قزوین
آگهی فقدان سند مالکیت

سند مالکیت ۸۰٦۷ / ۱٤۲۲ سهم از ٥۷۰۲۰ سـهم ششـدانگ یـک قطعه زمین قطعه ٥٦ تفکیکی بمساحت ٥۷۰۲۰ متـر مربـع تحـت پلاک ۳۱٤ فرعی از ۲٦۱ فرعی از ۳٦ – اصـلی بخـش ٥ قـزوین ذیل شماره دفتـر الکترونیکـی ۱٤۰۲۲۰۳۰۹۰٦۸۰۱۲٦۹۸ بشـماره چاپی ٤٦۳۸۰۳ سری ه / ۱٤۰۱ به نام مسکن کارکنـان شـهرداری قزوین صادر و تسلیم گردیده است حال آقای محمد تقـی صـالح پور بعنوان نماینده این تعاونی با ارائه دو برگ فرم شهادت شـهود به شماره ٦۸۰۰۸۷٤۰ مورخ ۰۹ / ۰٤/ ۱٤۰۳ مدعی شده که سـند مذکور به علت سهل انگـاری مفقـود گردیـده اسـت و تقاضـای صدور سند مالکیت المثنی خود را نموده که مراتب به استناد ماده ۱۲۰ آئین نامه اصلاحی قانون ثبت اعلام میگـردد تـا هـرکس بـه نحوی از هر انحاء نسبت به ملک مذکور حـق و ادعـایی دارد یـا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد از تاریخ انتشار ایـن آگهی تا مدت ده روز میتواند با ارائـه مـدارک و یـا اصـل سـند مالکیت اعتـراض خـود را بـه ایـن اداره تسـلیم نمایـد در غیـر اینصورت پس از گذشت مهلت مقـرر مطـابق مقـررات ثبـت بـه صدور سند ملکیت المثنی و تسلیم آن به مالک اقـدام مـی گـردد. رونوشت : ستاد اجرایی حضرت امام خمینی (ره) جهت استحضار در اجرای کد ۸٤٥ مجموعه بخشنامه های ثبتی

۱۸۱٥٤۷۳.م.الف/۱۱۹٤-ش **رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه ۲ قزوین – صمد قدیم آبادی**

جدول

۷٦۰۳



افقی

۱-صبحانه نخورده - عنـوان بردگان جنگنده روم قدیم که برای تفریح اشـراف بـا حیوانات می جنگیدند ۲-شمشـیر بازی - قلعه و حصار - دوش و شـانه ۳-ظرف شیشه‌ای سرکه - پست فطرتی - اقبال - مادر زن ۴-زینتگر - آثار نویسـنده - مرده ریگ۵-یکی از جهات- نمونه کوچک سـاختمان - گدایان سمج ۶-سـوک و عزا - تیز و قاطع - ویران اسـت۷-نگهبان در - مطمئـن و امیـدوار - تفاله کنجـد ۸-چوب بلند - طبقه بندی - دفعه و مرتبه ۹-صورت شـطرنجی - زیردست استاد بنا - حجام و خونگیر ۱۰-پایتخت بام دنیا - فرق سـر - خراب و ویران ۱۱-عنکبوت- اسـتخوان سرانگشـت- از درختان جنگلی ۱۲-عنکبوت- ترس خودرو - ضایع و باطل ۱۳-مظهر روشـنایی - کار آشفته - نام دایه حضرت رسـول - حرف نداری ۱۴-به‌کار نیامدنی - روشهای نیکو - قرار ندارد ۱۵-از بیماریهای چشم که عینک لازمش می افتد - مقدار کمی از چیزی برای نشان دادن به کسی

عمودی

۱-بـی بهـره از زندگی خوش- نویسـنده امریکایـی کتاب شـاهزاده و گدا ۲-گل و گیـاه خوشـبو اسـت و عنوانی برای ریحـان - دود عربـی - از پرندگان قوی پنجه ۳-حدس و گمان - گاری و گردونه - طریقه و مذهب- ناپسـند اسـت ۴-شکننده - از آن بترس که سر چنین دارد - از روی ناچاری ۵-زمان حال - حیله‌گر و فریبار - مرغ مردارخوار ۶-سوک و عزا - شهر عرب- تربیت آموختن ۷-خراب و ویران - نجیب است و تیز رفتار - امر به آمدن ۸-آسمون جل معروف- استان مرزی - نامی برای گیاه خرزهره ۹-آب روسـتایی - افسر ده و دردمد - پایتخت همسایه شـرقی ۱۰-حاجت و نیاز - با نقش نشیند - نادرست و دغلباز ۱۱-سلول - کمان رستم ۱۲-از بیماریهای چشم - مفت و رایگان - مهیج و شورانگیز ۱۳-تفاله کنجد - تیره است- ساحل دریا - رخساره ۱۴-صورت درد - آب انگلیسی - شراع کشتی ۱۵-خدا نکند در زندگی قسمت کسی چنین باشد - مجازات نقدی

حل جدول شماره قبل

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