خبرها از عالم علم

تشریح وضعیت شیوع اوتیسم در ایران و جهان

دبیر علمی هجدهمین کنگره ملی گفتار درمانی، ضمن تشریح وضعیت شیوع اوتیسم در ایران و جهان گفت: باید در انتخاب مداخلات درمانی، اثر بخشی آن متناسب با مستندات علمی سنجیده شود.

به گزارش مهر، محی الدین تیموری سنگانی، در افتتاحیه هجدهمین کنگره ملی گفتار درمانی که در هتل المپیک تهران برگزار شد، افزود: این کنگره با هدف ارتقای سطح علمی و افزایش دانش همکاران حوزه گفتاردرمانی برگزار می‌شود. این کنگره با محوریت روش‌های مبتنی بر شواهد در اختلالات گفتار و بلع، مداخلات زودهنگام برای اختلالات عصب رشدی در کودکان، آگاهی بخشی به جامعه و اختلالات گفتار و زبان در حال برگزاری است.

وی در پاسخ به سوالی درباره میزان شیوع اختلالات گفتاری در کودکان، گفت: یکی از اختلالات گفتاری، اختلال در تلفظ است که شیوع آن از ۵ تا ۱۲ درصد است. شیوع لکنت زبان در کودکان نیز بین ۷ تا ۱۰ درصد است. اختلالات اوتیسم نیز یکی دیگر از اختلالات است که با توجه به تغییر سبک زندگی با آن مواجه هستیم. اختلالات طیف اوتیسم در کشورهای پیشرفته افزایش یافته و به ازای هر ۵۰ کودک یک کودک با اختلال اوتیسم شناخته می‌شود.دبیر علمی کنگره ملی گفتاردرمانی ایران ادامه داد: حوزه فعالیت گفتاردرمانی از بدو تولد است و در نوزادانی که نارس هستند، روی فعالیت‌های تغذیه‌ای و دهانی کار می‌شود.از حدود یک سالگی نیز انتظار داریم بچه‌ها گفتن اولین کلمات را شروع کنند و شاخص‌هایی برای سنجش وضعیت گفتاری کودکان وجود دارد از جمله اینکه کودکان در یک سالگی بتوانند مفاهیم ساده و پرکاربرد دور و اطراف خود را درک و از کلماتی مانند مامان و بابا استفاده کنند. اگر کودکی درک و توجهی به اطراف خود نداشت باید والدین به آن توجه و جهت تشخیص اختلال به گفتاردرمان مراجعه کنند. به طور طبیعی در ۱۸ ماهگی از کودکان انتظار می‌رود بتوانند ۵۰ تا ۱۰۰ کلمه را بگویند و عبارات دو کلمه‌ای را به کار ببرند. در سه سالگی گفته‌های سه کلمه‌ای از کودک انتظار می‌رود و اگر کودک اسباب‌بازی‌ها و افراد اطراف خود را به خوبی درک نکند و تک کلمه‌ای صحبت کند باید اقدامات مداخله‌ای انجام شود.

وی در پاسخ به این سوال که اگر اختلالات گفتاری درمان نشود چه مشکلاتی برای کودک پیش می‌آورد، تصریح کرد: بچه‌هایی که اختلالات تلفظی درمان نشده دارند بعداً در سنین مدرسه دچار مشکل می‌شوند. بسیاری از افراد مشکلات تلفظی دارند و در ارتباط با هم‌سن و سالان خود در مهدکودک یا مدرسه دچار مشکل خواهند شد اما خانواده آن را جدی نمی‌گیرد.وی با اشاره به اینکه استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی و تلفن همراه، می‌تواند باعث شود تغییراتی در سبک ارتباط کودکان پیدا شود و افراد را مستعد مبتلا به اختلالات گفتاری و اوتیسم کند، ادامه داد: در ایران مطالعه منسجمی درباره میزان شیوع اوتیسم نبوده و در ایران برخی مطالعات نشان داده از هر ۱۰۰ کودک یک کودک مبتلا به اوتیسم است. علت‌های مختلفی عامل افزایش اوتیسم در جوامع است از جمله اینکه تشخیص‌های این اختلال بیشتر و دقیق‌تر شده است.

تغذیه مناسب راهکاری مؤثر برای کاهش اثرات آلودگی هوا

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با اشاره به خطرات آلودگی هوا بر سلامت، بر اهمیت تقویت سیستم ایمنی بدن از طریق تغذیه مناسب تأکید و مصرف امگا ۳، ویتامین‌های A، C و E، سبزیجات خانواده کلم و کنترل وزن را به‌عنوان مهم‌ترین راهکارها برای کاهش آسیب‌های ناشی از آلودگی هوا معرفی کرد.

به گزارش ایسنا، آلودگی هوا یکی از پیامدهای ناگوار زندگی مدرن است که تأثیرات مخربی بر سلامت انسان‌ها دارد. تنفس آلاینده‌ها نه‌تنها ریه‌ها بلکه قلب، مغز و سایر اندام‌های بدن را تحت تأثیر قرار داده و منجر به بروز بیماری‌های متعدد از جمله سرطان، بیماری‌های قلبی و حتی اختلالات روانی می‌شود. بر اساس آمار، سالانه بیش از ۴ میلیون نفر در اثر قرار گرفتن در معرض آلودگی هوا جان خود را از دست می‌دهند. در این میان، تغذیه مناسب می‌تواند به‌عنوان سپری در برابر این آسیب‌ها عمل کند. دکتر احمد اسماعیل‌زاده، مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، در این رابطه توصیه‌هایی را ارائه کرده است.

◆ خطرات آلودگی هوا بر سلامت

دکتر احمد اسماعیل‌زاده،با اشاره به اثرات مخرب آلودگی هوا اظهار کرد: آلودگی هوا، ترکیبی از موادی مانند دی‌اکسید گوگرد، اکسیدهای نیتروژن و ذرات

معلق است که می‌توانند باعث بروز بیماری‌های تنفسی، قلبی و حتی اختلالات روانی همچون استرس و افسردگی شوند. این آلاینده‌ها از طریق تحریک التهاب و کاهش آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی بدن، خطر ابتلا به بیماری‌هایی از جمله سرطان، به‌ویژه سرطان ریه را افزایش می‌دهند.وی افزود:ریزش ریزگردها به سطح ریه‌ها و کاهش آنتی‌اکسیدان‌های مایع پوششی ریه باعث تخریب سلول‌های مختلف بدن شده و استرس اکسیداتیو را افزایش می‌دهد. ازاین‌رو، تقویت سیستم ایمنی از طریق تغذیه مناسب برای مقابله با این آسیب‌ها ضروری است.

◆ توصیه‌های تغذیه‌ای در روزهای آلوده

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت در ادامه خاطرنشان کرد: دریافت برخی مواد غذایی و مواد مغذی که التهاب را کاهش می‌دهند، می‌تواند اثرات مخرب ناشی از آلودگی هوا را کاهش دهد. در این راستا، رعایت برخی توصیه‌ها اهمیت ویژه‌ای دارد.

◆ مصرف مواد غذایی حاوی امگا ۳

وی در خصوص تأثیر امگا ۳ گفت: مطالعات نشان داده‌اند که مصرف بیشتر امگا ۳ از منابعی مانند روغن ماهی، گردو و خرفه می‌تواند با افزایش فعالیت آنتی‌اکسیدان‌های درون‌زا، استرس اکسیداتیو ناشی از آلودگی هوا را تعدیل کند. با توجه به فرهنگ پایین مصرف ماهی در کشور، استفاده از مکمل امگا ۳ نیز گزینه‌ای مناسب است.

◆ افزایش مصرف ویتامین C

اسماعیل‌زاده با تأکید بر اهمیت ویتامین C در سلامتی، افزود: این ویتامین، یک آنتی‌اکسیدان قوی است که در کاهش التهاب و مقابله با رادیکال‌های آزاد نقش بسزایی دارد. مصرف میوه‌هایی همچون پرتقال، لیموترش، انار، نارنگی و سبزیجاتی مانند اسفناج و فلفل دلمه‌ای به‌ویژه در روزهای آلوده توصیه می‌شود.

◆ تأثیر مواد غذایی حاوی ویتامین E

وی خاطرنشان کرد:ویتامین E که در روغن‌های خوراکی مانند روغن کانولا و همچنین مغزهایی مانند بادام و تخمه آفتابگردان وجود دارد، با کاهش فاکتورهای التهابی به محافظت از بدن در برابر اثرات آلودگی هوا کمک می‌کند.

رئیس انجمن پیشگیری و درمان چاقی ایران:

دو برابر شدن مشکل چاقی در دو سال گذشته

رئیس انجمن پیشگیری و درمان چاقی ایران از ضرورت برنامه ریزی مدون برای ۲۴ میلیون چاق خبر داد زیرا به گفته وی چاقی، سومین علت مرگ، در ایران است.به گزارش آفرینش به نقل از روابط عمومی، فریدون عزیزی در مراسم افتتاحیه نهمین کنگره ملی پیشگیری و درمان چاقی ایران که در مرکز همایش های بین المللی دانشگاه شهید بهشتی برگزار شد با اشاره به اهمیت موضوع چاقی اظهار کرد: مساله چاقی به عنوان یک همه گیری در تمام کشورها محسوب می شود و به طور کلی وزن بشر در جهان در حال افزایش است.

وی افزود:در کشور ایران که در حال پیشرفت است موضوع چاقی بیشتر از کشورهای دیگر روبه رشد است زیرا فعالیت های بدنی کمتر شده و مواد غذایی زیادی در اختیار افراد قرار گرفته است.

عزیزی با بیان اینکه درصد چاقی اکنون نسبت به ۳۰ سال گذشته ۲.۵ برابر شده است ادامه داد: اکنون بین ۵۰ تا ۵۵ درصد افراد اضافه وزن دارند.

وی با اشاره به افزایش چاقی در کودکان و نوجوانان گفت:بین ۲۰ تا ۲۵ درصد کودکان و نوجوانان چاق هستند که باید با برنامه ریزی مناسب این موارد را پیگیری کرد.

رئیس نهمین کنگره پیشگیری و درمان چاقی گفت:فرد چاق به نوعی توسط دیگران دیده می شود از طرفی این امر، مشکلات روانی و اجتماعی را ایجاد می کند و عوارض متابولیکی را نیز به همراه دارد.

عزیزی بیان کرد:در کشور ما چاقی به عنوان سومین علت مرگ به نظر می رسد و سیگار کشیدن رتبه چهارم را دارد.

عزیزی بیشترین استان ها را از نظر درصد چاقی استان های آذربایجان شرقی، آذربایجان غربی، استان های شمالی و تهران و کمترین استان ها از نظر درصد چاقی، استان های جنوب شرق کشور دانست.

وی ادامه داد:اکنون در ایران، با ۱۶ میلیون اضافه وزن و ۸ میلیون چاق روبرو هستیم که در مجموع باید برای ۲۴ میلیون چاق و اضافه وزن برنامه ریزی مدونی داشته باشیم.

عزیزی با تاکید براینکه داروها عامل مهمی برای کاهش وزن نیستند بیان کرد:داشتن رژیم غذایی مناسب بهترین و موثرترین روش برای داشتن یک وزن مناسب و دچار نشدن به چاقی است.

خبر پزشکی

ترفندی برای تغییر حال و هوای ذهنی

روانشناسان معتقدند منفی‌نگر یا مثبت‌اندیش بودن ویژگی‌هایی تغییرناپذیر و ثابت نیستند و با ترفندی ساده می‌توان حال‌وهوای ذهنی را تغییر داد.به گزارش ایسنا، دکتر «ریک هانسون»، متخصص اعصاب و روان در این رابطه ترفندی موسوم به تثبیت کردن یا نصب را معرفی کرده است.

دکتر هانسون توضیح می‌دهد که فرایند یادگیری دو مرحله دارد شامل ۱) فعال‌سازی و ۲) نصب. در مرحله فعال‌سازی، ما تجربه‌ای را چه خوب و چه بد، از سر می‌گذرانیم. سپس وارد مرحله تثبیت کردن می‌شویم؛ جایی که خاطره آن تجربه را در مغزمان ذخیره می‌کنیم.

هانسون ادامه می‌دهد: بدون این تثبیت (یعنی مرحله انتقال تجربه از حافظه کوتاه‌مدت به ذخیره بلندمدت) تجربیات مفید مانند احساس مراقبت شدن، لحظاتی خوشایندند اما در واقع پایدار نیستند وهیچ یادگیری، رشد یا تغییری به سمت بهتر شدن صورت نمی‌گیرد. این در حالی است که تجربیات منفی به لطف تکامل، به شکل خودکار نصب می‌شوند. بنابراین اگر می‌خواهید تجربیات مثبت را تثبیت کنید، باید روی آنها کار کنید.

برای این کار، باید تجربیات مثبت را تقویت کنید و هنگام رخ دادنشان، به درستی از آنها لذت ببرید.یعنی ابتدا لحظه‌ای مکث کنید و به چیز خوبی که در آن تجربه وجود دارد، خواه طعم لذیذ یک غذا، خواه احساس آرامش هنگام پیاده‌روی در یک روز زیبا یا حتی شادی از خندیدن با یک دوست، بیشتر توجه کنید.دکتر هانسون پیشنهاد می‌دهد پنج تا ۱۰ ثانیه یا حتی بیشتر وقت بگذارید و در حس خوب آن تجربه بمانید. او تاکید می‌کند هرچه این نورون‌ها بیشتر و با شدت بیشتری با هم فعال شوند، این قدرت درونی بیشتر در مغزتان شکل خواهد گرفت.

وقتی این کار را انجام می‌دهید، فقط در آن لحظه نیست که از جنبه‌های مثبت بیشتر بهره‌برداری می‌کنید. با تمرین، در واقع به مغزتان یاد می‌دهید که در آینده هم به جنبه‌های مثبت بیشتر توجه کند.

به گزارش نیویورک‌پست، در واقع شما واکنش عاطفی خود به آن تجربه مثبت را تقویت می‌کنید. آنچه با گذشت زمان، می‌تواند تمایل به منفی‌نگری را متعادل و در واقع مغز را آماده کند تا در آینده تجربیات خوب بیشتری را جذب و حفظ کند.برای درک اینکه چرا این روش موثر است، ابتدا مهم است که بدانیم انسان، اصولا به منفی‌نگری تمایل دارد؛ به این معنی که بیشتر احتمال دارد به مسائل منفی توجه کنند و آنها را از مسائل مثبت مهم‌تر در نظر بگیرد.

این موضوع برای تمام افرادی که این تجربه را دارند که به یک نکته انتقادی و منفی در نقدی مثبت در محیط زندگی یا کار چسبیده‌اند یا اینکه نتوانسته‌اند ذهنشان را از تکرار یک لحظه شرم‌آور (با وجود تعاملات بی‌شمار و غیرشرم‌آور بعدی) بازدارند، قابل درک و طبیعی به نظر می‌رسد.

از منظر تکاملی، تمرکز بر نکات منفی امری منطقی به نظر می‌رسد زیرا همان روشی است که انسان برای اجتناب از خطرها آموخته است. اما در دنیای مدرن، این وضعیت اغلب به معنای واکنش‌های افراطی به ناراحتی‌های کوچک است که در نهایت می‌تواند به بدبینی دائمی و احساس ناخوشایندیِ عمومی منجر شود.

آگهی قانون تعیین تکلیف اراضی وساختمانهای فاقد سند رسمی شهرستان پلدختر – سری (۲۷) جمعی

نظر به دستور مواد ۱ و ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی، املاک متقاضیانی که در هیات موضوع ماده یک قانون مذکور مستقر در واحد ثبتی شهرستان پلدختر مورد رسیدگی و تصرفات مالکانه و بلا معارض آنان محرز و رای لازم صادر گردیده جهت اطلاع عموم به شرح ذیل در دو نوبت آگهی می‌گردد. در صورتی که هرکس نسبت به صدور سند مالکیت بنام متقاضیان اعتراض داشته باشد می تواند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را کتباً به اداره ثبت اسناد واملاک محل تسلیم وپس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا به مراجع محترم قضایی تقدیم وگواهی تقدیم دادخواست را به اداره ثبت محل تحویل نماید، در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه نکند اداره ثبت مبادرت به صدور سند مالکیت می‌نماید و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست.

۱ – تقاضای «داربلوط محمدی» فرزند «علی محمد» نسبت به «ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی» بمساحت «۲۰۰۰» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۱۴۹» فرعی از «۸» اصلی واقع در بخش «۸» خروجی از مالکیت مالک اولیه «دوشنبه خیری {سهم الارث محمد باقر خیری} مع الواسطه»

۲– تقاضای «محمد مرادی» فرزند «مراد» نسبت به «ششدانگ عرصه واعیان یکباب مغازه» بمساحت «۲۹/۲۱» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۲۸» فرعی از «۱۴» اصلی واقع در بخش «۸» خروجی از مالکیت مالک اولیه «نعمت اله سلاح ورزی مع الواسطه»

۳– تقاضای «هادی مظفری» فرزند «سالار» نسبت به «ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی آبی» بمساحت «۱۴۸۴۰» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۹۵۸» فرعی از «۱۳» اصلی واقع در بخش «۸» خروجی از مالکیت مالک اولیه « سالار مظفری مع الواسطه»

۴ – تقاضای «بنیاد مسکن انقلاب اسلامی» فرزند « » نسبت به «ششدانگ یک قطعه زمین محصور بابنای احداثی» بمساحت «۷۹۴» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۱» فرعی از «۸» اصلی واقع در بخش «۸» خروجی از مالکیت مالک اولیه «باقرجودکی نژاد مع الواسطه»

۵ – تقاضای «علیرضا نقی زاده» فرزند «شمشیر» نسبت به «ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی» بمساحت «۸۰۱۵/۰۶» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۵۳» فرعی از «۱۶» اصلی واقع در بخش «۸» خروجی از مالکیت مالک اولیه «حاجی نقی زاده مع الواسطه»

۶– تقاضای «سیدکریم شاهرخی نیا» فرزند «سیدیوسف» نسبت به «دو دانگ مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی» بمساحت «۲۵۹۳۷» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۳» فرعی از «۸» اصلی واقع در بخش «۸» خروجی از مالکیت مالک اولیه «نعمت اله سلاح ورزی»

۷ – تقاضای «سیدنظرعلی شاهرخی» فرزند «سیدیوسف» نسبت به «دودانگ مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی» بمساحت «۲۵۹۳۷» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۳» فرعی از «۸» اصلی واقع در بخش «۸» خروجی از مالکیت مالک اولیه «نعمت اله سلاح ورزی مع الواسطه»

۸– تقاضای «سیدعظیم شاهرخی» فرزند «سیدیوسف» نسبت به «دودانگ مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی» بمساحت «۲۵۹۳۷» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۳» فرعی از «۸» اصلی واقع در بخش «۸» خروجی از مالکیت مالک اولیه «نعمت اله سلاح ورزی»

۹ – تقاضای «امیرعلی لطفی» فرزند «محمد» نسبت به «ششدانگ یک قطعه باغ مشجر» بمساحت «۴۸۱۵/۶۳» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۳۵۲» فرعی از «۱۷» اصلی واقع در بخش «۸» خروجی از مالکیت مالک اولیه «جهانشیر لطفی»

۱۰– تقاضای «محمدعلی امرائی» فرزند «معصومعلی» نسبت به «ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی» بمساحت «۸۰۵۰» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۳» فرعی از «۸» اصلی واقع در بخش «۸» خروجی از مالکیت مالک اولیه «دوشنبه خیری مع الواسطه»

تاریخ انتشار نوبت اول: (۱۴۰۳/۱۰/۰۱)
نوبت دوم: (۱۴۰۳/۱۰/۱۵)

۱۸۴۹۱۱۷.م.الف

رییس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان پلدختر – امین عبدی نژاد

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی آگهی نظریه هیات حل اختلاف قانون تعیین تکلیف مستقر در حوزه ثبتی آرادان

۱ – برابر رای شماره ۱۴۰۳۶۰۳۲۹۱۲۶۰۰۳۴۴۴ مورخه ۲۸ / ۰۸ / ۱۴۰۳ صادره از هیئت قانون تعیین تکلیف تصرفات مالکانه و بلامعارض آقای حسین صادقی فرزند فضل اله در ششدانگ یک قطعه زمین محصور با بنای احداثی با کاربری مسکونی بدون سقف به مساحت ۷۱۵،۶۷ متر مربع تحت پلاک ۲۳۹ فرعی از ۸۳ اصلی واقع در قریه پاده اراداان بیع نامه عادی تقسیم نامه موروثی بصورت مع الواسطه از کلئوم میرزایی موضوع پرونده کلاسه ۱۴۰۳۱۲۶۰۰۰۱۳۱محرز گردیده است. مقررات ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی فاقد سند مراتب به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند 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 مبادرت به تقدیم داد خواست به مراجع قضایی نموده و گواهی مربوطه را به اداره تسلیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

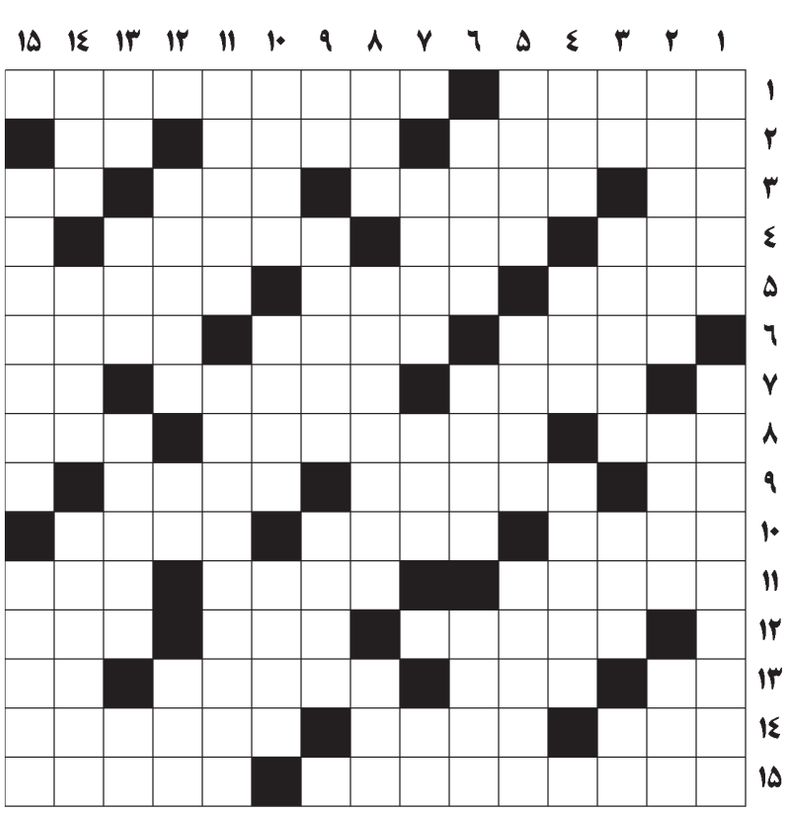
تاریخ انتشار نوبت اول:۰۱ / ۱۰ / ۱۴۰۳
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۵ / ۱۰ / ۱۴۰۳

۱۸۴۷۵۲۴/۱۴۱۱-ش

محمد جواد قنبری نیکدل رئیس ثبت اسناد و املاک

جدول

۷۶۳۸



افقی

۱-نان پاره گدایی - داستانی از نویسنده سپیددندان ۲-یکی پس از دیگری - رودی در اروپا - عقل خالص۳-واحد سطح - قمار باز خاکستر نشین - سود ناشایست- بیماری ۴-واحد پول سرزمین چکمه‌یی - ضربه ناگهانی - گوشواره ۵-زمین خشک و بایر - نام آرایش- تو در تو ۶-نوعی پسوند است- جاوید و ماندگار - عطا کردن و بخشیدن ۷-از آلات موسیقی قدیم - گل درخت میوه‌دار - گرداگرد دهان ۸-پایه و اساس- از جزایر بزرگ اندونزی - جوان است۹-طایفه کم حرف- زد و بند کردن - فیلم نما ۱۰-نظیر و مانند - ایالتی در اسپانیا - خاک نرم ۱۱-بزرگی و شکوه - لکنت و زبان گرفتگی - به‌کار نیامدنی ۱۲-تربیت آموخته - عضو پرواز - همان نفقه است۱۳-مرگ غصه‌دار - دیوار کوتاه - آتش آلو - گل بتونه ۱۴-سرباز زدن - از هم رمیدن - طبیعیدان مشهور فرانسوی ۱۵-شهری در انگلستان با منسوجات کتانی و ابریشمی معروف- جنباندن و تکان دادن

عمودی

۱-سرشار است- از محلات قدیم و معروف مرکز تهران ۲-پادشاه میسنا که در اساطیر یونانی بخاطر انتقامجویی از برادرش مشهور است- از هفت قلم آرایش قدیم - نوعی بالاپوش۳-حرف نفی عربی - گزارش و خبرچینی - پیچش مو - اسب آذری ۴-نی میان تهی - پیچش مو - پرفروغ است۵-گفتار و سخن - ته نشین شونده - عنکبوت۶-پیراهن کار - نگهبان در - یک ششم ملک۷-گروه کارگرانی که مشغول یک کار باشند - محلی در مکه - نفس بلند ۸-خیزش آب- لیاقت ندارد - نماز بموقع ۹-دودمان - برچسب کالا - پایتخت همسایه شرقی ۱۰-مردم آزار - قلعه و حصار - حاصل سوختگی ۱۱-فرزند ادم - خاطری آسوده دارد ۱۲-مرد وارسته - مظهر روشنایی - از حروف استثنا ۱۳-گل بتونه - گردو غبار - دستاوردها - کمترین وقت۱۴-همیشه برقرار است- علم و دانش ذاتی - پرفتوت است و سخاوتمند ۱۵-بالارو برقی - ایوان کوچک جلوی عمارت

حل جدول شماره قبل

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