خبرها از عالم علم

وزیر بهداشت:

آلودگی هوا تهدیدی جدی برای سلامت عمومی و مرگ خاموش کودکان است

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در پیامی به مناسبت فرارسیدن چهارم مهرماه، «روز جهانی بهداشت محیط»، آلودگی هوا را تهدیدی جدی برای سلامت عمومی و مرگ خاموش کودکان خواند.

به گزارش ایسنا، دکتر محمدرضا ظفرقندی، وزیر بهداشت، درمان و پیام آموزش پزشکی در این پیام، بر اهمیت محیط زیست سالم در ارتقای سلامت عمومی و ضرورت مقابله با آلودگی هوا تأکید کرد.

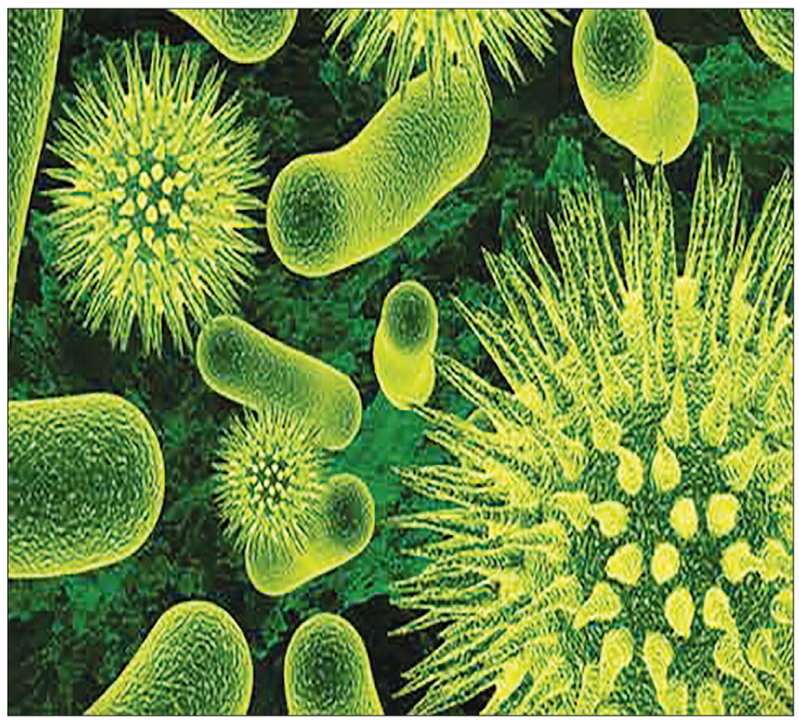
وزیر بهداشت در این پیام اظهار داشت:چهارم مهرماه که در تقویم مناسبت‌های جهانی سلامت، «روز جهانی بهداشت محیط» نامیده شده‌است، فرصت ارزشمندی است برای یادآوری و تأکید مجدد بر اهمیت و نقش بنیادین محیط زیست سالم در ارتقاء سلامت جامعه و اظهار قدردانی از همه کسانی که در این زمینه تلاش می‌کنند.

ظفرقندی در ادامه با اشاره به شعار سال جاری فدراسیون بین‌المللی بهداشت محیط با عنوان «هوای پاک، مردم سالم» افزود: این شعار با هدف جلب توجه جهانیان و نهادهای تأثیرگذار به مسئله حساس و شرایط بحرانی آلودگی هوا و آثار آن بر سلامت عمومی انتخاب شده‌است؛ موضوعی که در رویکرد دولت چهاردهم به نظام سلامت کشور به شکل ویژه مورد توجه قرار گرفته است.وزیر بهداشت با بیان اینکه آلودگی هوا یکی از مهم‌ترین چالش‌های جهانی حوزه سلامت است، تصریح کرد: بر اساس مطالعات انجام‌شده و آمارهای رسمی، آلودگی هوا هر سال باعث مرگ بیش از ۷۰۰ هزار کودک زیر ۵ سال در جهان می‌شود. در سال ۲۰۲۴، بیش از ۱۵ درصد از کل مرگ‌ومیر کودکان زیر ۵ سال به آلودگی هوا نسبت داده شده است. در ایران نیز به‌طور میانگین، از هر ۱۰۰ هزار کودک زیر ۵ سال، حدود ۸ مورد مرگ ناشی از عفونت‌های دستگاه تنفسی تحتانی منتسب به آلودگی هوا گزارش شده است.

او ادامه داد: شواهد علمی به روشنی نشان می‌دهند که آلودگی هوا مهم‌ترین خطر محیطی برای سلامت انسان است. آلاینده‌های هوا موجب بروز بیماری‌های متعددی از جمله بیماری‌های قلبی ـ عروقی، تنفسی، انواع سرطان‌ها و حتی مرگ می‌شوند و هزینه‌های سنگینی در حوزه‌های سلامت، اقتصاد و رفاه اجتماعی بر کشور تحمیل می‌کنند.

وزیر بهداشت در ادامه راهکارهایی را برای مقابله با این بحران برشمرد و گفت: اتخاذ سیاست‌ها و برنامه‌های پیشگیرانه برای کاهش آلاینده‌ها، ترویج و حمایت از روش‌های پایدار تولید انرژی پاک، ارتقای آگاهی عمومی، مطالبه‌گری مردمی، جلب حمایت مسئولان و افزایش تلاش متولیان سلامت از جمله اقدامات اساسی و ضروری در مواجهه با این مسئله هستند.

نکاتی درباره یک بیماری باکتریایی



سیاه سرفه یک بیماری باکتریایی عفونی است.این بیماری با علائمی شبیه سرماخوردگی شروع می‌شود و به دنبال آن سرفه‌ای به همراه دارد که به تدریج بدتر می‌شود.

به گزارش ایسنا، سرفه ناشی از این بیماری شدید و مداوم است و وقتی بیمار پس از سرفه نفس عمیق می‌کشد، صدای خاصی ایجاد می‌کند.

در حالی که افراد در هر سنی می‌توانند به این بیماری مبتلا شوند، نوزادان به‌ویژه مستعد ابتلا به موارد شدید آن هستند. عوارضی مانند ذات‌الریه یا آنسفالوپاتی یا بیماری مغز می‌تواند رخ دهد و در موارد نادر می‌تواند کشنده باشد.

این بیماری بسیار مسری است بنابراین خانواده‌هایی که نوزاد دارند باید به‌ویژه هوشیار باشند.

به گزارش ان اچ کی، در طول همه‌گیری کووید-۱۹، اقدامات ضد عفونی به طور کامل اجرا شد و به مهار شیوع بیماری‌های عفونی از جمله سیاه سرفه، کمک کرد، در نتیجه تعداد افرادی که کاملاً در برابر سیاه سرفه مصون شده‌اند، کاهش یافته است.

به گفته متخصصان، این احتمال وجود دارد که بسیاری از افراد به این بیماری مبتلا شده باشند، زیرا سیستم ایمنی بدن آن‌ها ضعیف و منجر به افزایش ناگهانی عفونت‌ها شده است.

روند افزایشی شیوع چاقی در بین کودکان

به گفته یک فوق تخصص گوارش کودکان، روند شیوع چاقی در بین کودکان افزایشی است.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان؛ پژمان روحانی، فوق تخصص گوارش کودکان و دبیر علمی اولین کنگره علمی تغذیه بالینی کودکان در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان گفت: اکنون حدود ۱۰ تا ۱۵ درصد کودکان در جهان دچار چاقی و اضافه‌وزن هستند.

همچنین توجه به تغذیه بیماران بدحال، بیماران بستری در بخش‌های مراقبت ویژه و کودکان مبتلا به بیماری‌های قلبی، عفونی و گوارشی یکی از برنامه‌های وزارت بهداشت است.

وی افزود: اکنون یکی از برنامه‌های ما آموزش کارشناسان تغذیه است تا بتوانند وضعیت تغذیه‌ای کودک را دقیق ارزیابی کنند، آسیب‌ها را بشناسند و از عوارض پس از بیماری در پی بستری جلوگیری کنند.

روحانی بیان کرد:دستورالعمل‌های تغذیه‌ای کارشناسان تغذیه از بدو تولد تا پایان ۱۷ سالگی برای همه کودکان بستری اعمال می‌شود چون هر بیمار رژیم خاص خودش را دارد.

وی ادامه داد:در سطح مراکز بهداشت، بعد از ویزیت اولیه، کودکان از طریق نظام ارجاع به متخصص معرفی می‌شوند. همچنین چاقی کودکان از جمله چالش های شایع است.

روحانی تصریح کرد:شیوع چاقی در بین کودکان ایران در مقایسه با دنیا روند رو به افزایشی دارد و حدود ۱۵ درصد از کودکان مبتلا به چاقی هستند.

وی ادامه داد:برخلاف گذشته، امروز بیشتر با مشکل اضافه‌وزن در کودکان مواجه هستیم. اکنون آمار دقیق و جامعی از وضعیت سوءتغذیه کودکان بستری در کشور نداریم، اما در صدد تهیه آن هستیم.

خبر پزشکی

هر روز پیاده روی کنیم عوارض زندگی مدرن از بین می رود؟

نشستن‌های طولانی‌مدت می‌تواند زمینه‌ساز بیماری‌های قلبی، دیابت، فشار خون بالا و حتی چاقی شود. خبر خوب این است که پیاده‌روی منظم می‌تواند بخش زیادی از این خطرات را کاهش دهد. متخصصان می‌گویند اگر پیاده‌روی تنها فعالیتی است که می‌توانید انجام دهید، همین هم برای حفظ سلامتی کافی است—به شرطی که با یک رژیم غذایی سالم همراه باشد.

به نقل از verywellhealth، پزشکان معتقدند پیاده‌روی، حتی به‌عنوان تنها فعالیت بدنی، می‌تواند برای بسیاری افراد سالم و مفید باشد؛ چرا که به تجهیزات خاص، مهارت یا محیط ویژه‌ای نیاز ندارد. با این حال، برای جوان‌ترها یا افرادی که توانایی بیشتری دارند، ترکیب پیاده‌روی با ورزش‌های قدرتی یا هوازی مثل دوچرخه ثابت یا تمرینات مقاومتی می‌تواند کیفیت زندگی را بالاتر ببرد.سازمان جهانی بهداشت (WHO) همچنین توصیه می‌کند بزرگسالان حداقل دو روز در هفته تمرینات تقویت عضلات انجام دهند و سالمندان فعالیت‌هایی را در برنامه خود بگنجانند که بر تعادل و قدرت تمرکز دارد.

فواید پیاده‌روی روزانه

پیاده‌روی کوتاه روزانه می‌تواند:
متابولیسم بدن را بهبود دهد
به استحکام استخوان‌ها کمک کند
علائم افسردگی و اضطراب را کاهش دهد

سطح استرس را پایین بیاورد

متخصصان تأکید می‌کنند که این فواید مشابه بسیاری دیگر از انواع فعالیت بدنی است و می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی–عروقی، برخی سرطان‌ها و دیابت را کاهش دهد.

چه مدت باید پیاده‌روی کنیم؟

براساس «راهنمای فعالیت بدنی برای آمریکایی‌ها»، بزرگسالان باید هفته‌ای دست‌کم ۱۵۰ دقیقه فعالیت بدنی با شدت متوسط داشته باشند؛ یعنی حدود ۳۰ دقیقه در روز، پنج روز در هفته.

تغذیه هم به همان اندازه مهم است

هیچ‌کس نمی‌تواند تنها با پیاده‌روی اثرات یک رژیم غذایی ناسالم را خنثی کند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد کسانی که هم رژیم غذایی باکیفیت دارند و هم فعالیت بدنی منظم انجام می‌دهند، کمترین خطر مرگ زودرس و بیماری‌های قلبی یا سرطان را تجربه می‌کنند.

رژیم غذایی سالم شامل:

دست‌کم ۴.۵ وعده میوه و سبزیجات در روز
۲ وعده ماهی در هفته
محدود کردن گوشت قرمز و فراوری‌شده

چگونه پیاده‌روی را جذاب‌تر و مؤثرتر کنیم؟

مسافت را به‌تدریج افزایش دهید
مسیرهای جدید و پارک‌های متفاوت را امتحان کنید
از وزنه یا جلیقه وزنی استفاده کنید
سرعت خود را بالاتر ببرید یا پیاده‌روی تناوبی داشته باشید
سربالایی و پله را به برنامه بیفزایید
موسیقی یا پادکست گوش دهید
به یک گروه پیاده‌روی بپیوندید

منبع:سلامت نیوز

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۹۶۳۱مورخ ۱۴۰۴/۰۴/۰۱ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای حمیدرضارجبی فرزند حسینعلی بشماره شناسنامه ٦٦٤١ صادره از تهران بشماره ملی ۰۰٦٦٩٤٦٥٧٣ خانم درششدانگ یک قطعه زمین با بنای احداثی به مساحت ۳۸۹/۳۰ مترمربع در پلاک ۲۹٦۹- فرعی مفروزو مجزی شده از پلاک ۸۷- فرعی از ۷۵- اصلی واقع در کیلان خریداری مع الواسطه از مالک رسمی ربیع اباتوفیق محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشارنوبت اول: ۱٤۰٤/۰۷/۰۵
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱٤۰٤/۰۷/۲۰
م/الف ۹۲۹/٤۹٤/۲-ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۳۹۲۷ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۳۰ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سید جواد حسینی دوست فرزند سید کمال بشماره شناسنامه ۱ صادره ازفیروزکوه به شماره ملی ٦٥٩٩٩٣٢٢٩٠درششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۰۸٤/٦۳ مترمربع در پلاک ۲٦فرعی مفروزی پلاک فرعی از ۷۳اصلی واقع در صنم خریداری ازمالک رسمی آقای سید عبداله مشهدی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشارنوبت اول: ۱٤۰٤/۰۷/۰۵
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱٤۰٤/۰۷/۲۰
م/الف ۹۳۲/٤۹٦-ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱٤۰٤٦۰۳۰۱۰۵۸۰۰٤۳۲٤ مورخ ۱٤۰٤/۰۳/۰۳ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم کبری تقی زاده شیویاری فرزند محمد بشماره شناسنامه ۳۲۹صادره ازتهران به شماره ملی ۰۰۵۷٦۷۳۵۸٦درششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۳۹۰/۹۰ مترمربع در پلاک ۵۰۰فرعی مفروزی پلاک٦۸ فرعی از ۷۷ اصلی واقع در ساران از محل مالکیت شخص متقاضی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشارنوبت اول: ۱٤۰٤/۰۷/۰۵
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱٤۰٤/۰۷/۲۰
م/الف ۹۲۸/٤۹٤/۱-ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱٤۰٤٦۰۳۰۱۰۵۸۰۰۳۹۲٤ مورخ ۱٤۰٤/۰۲/۳۰ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سید جواد حسینی دوست فرزند سید کمال بشماره شناسنامه ۱صادره ازفیروزکوه به شماره ملی ٦٥٩٩٩٣٢٢٩٠درششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۰۰۰۰ مترمربع در پلاک ۲۵فرعی مفروزی پلاک فرعی از ۷۳ اصلی واقع در صنم مع الواسطه خریداری ازمالک رسمی آقای سید عبداله مشهدی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشارنوبت اول: ۱٤۰٤/۰۷/۰۵
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱٤۰٤/۰۷/۲۰
م/الف ۹۳۳/٤۹۷-ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

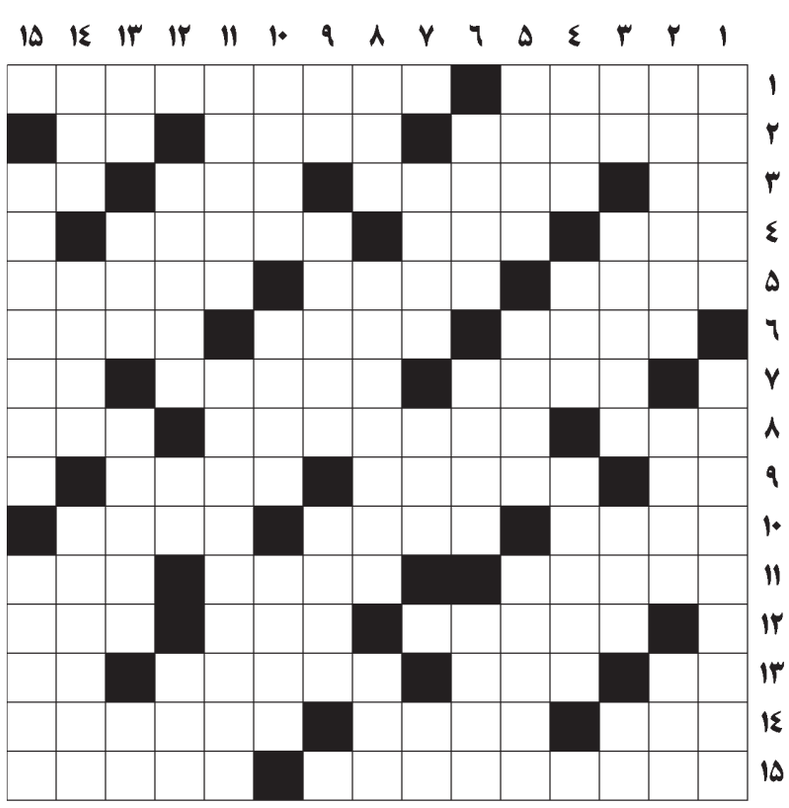
برابر رای شماره ۱٤۰٤٦۰۳۰۱۰۵۸۰۰۸۵۲۵ مورخ ۱٤۰٤/۰۳/۲۲ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمد عسگری فرزند رضا بشماره شناسنامه ۵۳صادره ازنطنز به شماره ملی ۱۲۳۹۵۳۱۸۱۸درششدانگ یک قطعه زمین مشجر و محصور به مساحت ۸۳۷/۵۲ مترمربع در پلاک ٦۱٦۷فرعی مفروزی پلاک٤۷۸٦ فرعی از ۵٦اصلی واقع در مشاء از محل مالکیت شخص متقاضی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشارنوبت اول: ۱٤۰٤/۰۷/۰۵
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱٤۰٤/۰۷/۲۰
م/الف ۹۲٦/٤۹۳-ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱٤۰٤٦۰۳۰۱۰۵۸۰۰۳۹۲۹ مورخ ۱٤۰٤/۰۲/۳۰ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سید جواد حسینی دوست فرزند سیدکمال بشماره شناسنامه ۱صادره ازدماوند به شماره ملی ٦٥٩٩٩٣٢٢٩٠ نسبت به ٤۳۳٦ سهم مشاع از ٥٤۲۰/۰۸ سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ٥٤۲۰/۰۸ مترمربع در پلاک ٦٦۷فرعی مفروزی پلاک۲۹۹ فرعی از ۷۰اصلی واقع در کلاک خریداری از مالک رسمی آقای سید عبداله مشهدی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشارنوبت اول: ۱٤۰٤/۰۷/۰۵
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱٤۰٤/۰۷/۲۰
م/الف ۹۳٤/٤۹۸/۱-ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

جدول

شماره جدول ۷۸۰۹



افقی

۱-مایحتاج - از آثار معروف شیخ عطار نیشابوری ۲-سعدی نامه - رهاسازی - آخرین رمق ۳-بیماری - سرانجام کار - نوعی پارچه نخی نازک- حرارت بالای بدن ۴-سازنده عمارت- هلاک- عنوانی برای زرشک۵-قاصد سلیمان - وسیله ساز - آماده و مهیا کردن ۶-قبول خواهش- وزن و آهنگ- مزدور ۷-مجبور است- جانشینی - هنوز ادب نشده ۸-بنده مقربدرگاه خداوند - اشرف مخلوقات ند اگر بد نشوند - جای خالی از هوا ۹-درون دهان - فیلم و داستان دنباله‌دار - پیش ها ۱۰-دوستداری - شبکور - آغاز کردن ۱۱-نوشته اولی - یک ششم ملک- بدون معطلی ۱۲-اطمینان بخشیدن - امر به رفتن - قدر و اندازه ۱۳-گاهی با خشک او نیز می‌سوزد - دام صیاد دریاها - حتما بیمار است که چنین شده - خوب و نیکو ۱۴-به‌کار نیامدنی - میوه ترشی - امتزاع آب با جسمی ۱۵-منظومه‌یی از فخرالدین اسعد گرگانی - هراس و بیم

عمودی

۱-سروصدای موکب بزرگان بود - اختراع استیونسن ۲-کشوری در قاره سیاه - بر تن کردنی - عقیده ۳-کافیست- ساکنان یک محله را گویند - کویر سوزان - کافیست۴-پایتخت باستانی اروپا - کدو در گویش تازی - اولاد پیامبرند ۵-تکیه کلام درویش- اصل و نسب- بدون پستی و بلندی ۶-پشیمان است- محل گذر است- عنوان دیگر حنا ۷-نام پدر عمار - خوک وحشی - شهر خرما ۸-واحدی در برق - از کوههای بلند خراسان - آفرین ۹-کمترین وقت- پدر فریدون - نوعی جامه نیکو ۱۰-مبدا تاریخ اسلامی - زبردست- تارمی ۱۱-گزارش و خبرچینی - از آثار آنوره دوبالزاک۱۲-اولاد پیامبرند - نوعی از کاغذ - هلاک۱۳-کمترین وقت- از درختان جنگلی - پسته شادمان - راه میانبر ۱۴-حیران شطرنجی - واحد پول عربستان - ویرانی ۱۵-نابکار است- سلول

حل جدول شماره قبل

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