جام جم
۱۲ سبک زندگی
LIFE STYLE
دوشنبه ۲۹ مرداد ۱۴۰۳ شماره ۶۸۳۸

ذخیره‌کردن خاطرات توسط مغز

حافظه یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های مغز است. این قابلیت در ساده‌ترین حالت، حافظ جان ماست زیرا با یادآوری، ما را از انجام برخی کارهای آسیب‌رسان حفظ می‌کند. این عملکرد مغز همین‌طور هویت و داستان زندگی ما را در خود ذخیره دارد. یک مطالعه جدید نشان داده است که مغز مانند یک سیستم رایانه‌ای از سه مجموعه نورون مختلف برای ذخیره یک خاطره استفاده می‌کند. این یافته می‌تواند روزی به کاهش خاطرات دردناک در افرادی که آسیب دیده‌اند کمک کند. از طرفی تحقیقات نشان می‌دهد که فرآیند به‌خاطر سپردن هرچیز در درازمدت هزینه‌ای در بر دارد، به‌ویژه در التهاب به مغز و آسیب‌زدن به DNA سلول‌های عصبی، زیرا خاطرات در این سلول‌ها ترکیب و ذخیره می‌شوند. خاطرات انسان در نواحی متعددی از مغز نگهداری شده که مهم‌ترین آنها هیپوکامپ است؛ ناحیه‌ای دوگانه که در اعماق مغز قرار دارد. این ناحیه نقش مهمی در شکل‌گیری مقدماتی حافظه و انتقال حافظه کوتاه‌مدت به حافظه بلندمدت ایفا می‌کند. هنگامی که شما جهت عدم‌فراموشی، اطلاعاتی را در ذهن خود تکرار می‌کنید یا این‌که صرفا تلاش می‌کنید تا خاطره مذکور فراموش نشود، ناحیه هیپوکامپ به تقویت مدارهای مغزی موردبحث می‌پردازد. علاوه‌بر تمامی ویژگی‌های مغز و نواحی موجود در آن، شکل‌گیری نورون‌های جدید نیز می‌تواند نقش مهمی در ذخیره‌سازی خاطرات ایفا کند، این امر مختص کودکان نیست و در بزرگسالان هم مشاهده شده است.

تشخص خیالی در فضای مجازی

نوجوانان به وسیله فضای مجازی برای خود تشخصی ایجاد می‌کنند و با افزایش تعداد دنبال‌کنندگان توهم خودبزرگ‌پنداری در آنها ایجاد می‌شود

زهرا حامدی
گروه جامعه

در دنیای امروز، عواملی که بر هویت افراد تأثیر می‌گذارند تنها به خانواده، مدرسه، دوستان و حتی محیط زندگی فرد محدود نمی‌شوند، بلکه تکنولوژی، فناوری دیجیتال و فضای مجازی با شکل‌دهی به ارتباطات فرد می‌توانند بر هویت افراد و هویت آنها اثربخش باشند، به‌طوری‌که به گفته محمدمهدی لبیبی، جامعه‌شناس و استاد دانشگاه، نوجوانان به وسیله فناوری و فضای مجازی برای خود تشخص ایجاد کنند و با افزایش تعداد دنبال‌کنندگان یک توهم خودبزرگ‌پنداری درون آنها شکل گیرد.

طبق آماری که از سوی مرکز افکارسنجی دانشجویان ایران (ایسپا) منتشر شد، در حال حاضر بیش از ۸۰ درصد جوانان ایرانی ۱۵ تا ۲۴ سال از شبکه اینترنت استفاده می‌کنند. این در حالی است که میانگین مصرف اینترنت در میان جوانان سایر کشورهای دنیا، ۶۷ درصد است. باتوجه به این‌که نوجوانی یکی از مهم‌ترین برهه‌های زندگی هر انسانی است و در این دوره اساسی‌ترین تغییرات زندگی اتفاق می‌افتند و فرد آماده ورود به دنیای بزرگسالی می‌شود، پرداختن به این موضوع از اهمیت خاصی برخوردار است.

برای بررسی این موضوع باید نگاهی به وضعیت استفاده از اینترنت در سایر کشورها بیندازیم.

آمار اتصال کودکان و نوجوانان به اینترنت

براساس آمار مؤسسه سلامت رفتار و خدمات مبارزه با اعتیاد «Webroot»، کودکان بین هشت تا ۱۸ سال آمریکایی، به‌طور متوسط، ۴۴/۵ ساعت در هفته را در حال استفاده از ابزار دیجیتال متصل به اینترنت هستند و این امر سبب نگرانی بسیاری از والدین شده است. این در حالی است که براساس بررسی‌های میدانی صورت گرفته، حدود ۲۳ درصد نوجوانان (۳۱ درصد پسران و ۱۳ درصد دختران)، احساس می‌کنند که دچار اعتیاد به فضای مجازی شده‌اند. همچنین براساس آماری دیگر از وبگاه «The Recovery Village»، متعلق به تاریخ ۳ ژوئن ۲۰۲۲، کودکان بین هشت تا ۱۰ سال به‌طور متوسط هشت ساعت در روز را از انواع ابزار الکترونیکی استفاده می‌کنند که عمده این زمان به شکلی فزاینده، به وب‌گردی در اینترنت اختصاص دارد. کودکان ۱۰ تا ۱۸ ساله نیز به‌طور متوسط بیش از ۱۱ ساعت در روز از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند. تأثیر این مدت زمان استفاده از اینترنت روی مغز و هویت در حال رشد کودکان و نوجوانان اثرات مخرب شدیدی دارد.

وضعیت مالکیت تلفن همراه هوشمند در میان نوجوانان

بررسی وضعیت مالکیت تلفن هوشمند در میان سنین هشت تا ۱۸ سال بین سال‌های ۲۰۱۹ و ۲۰۲۱ نشان می‌دهد که در سال ۲۰۲۱، ۹۷ درصد نوجوانان در ۱۷ سالگی دارای تلفن همراه هستند. در کشور ما نیز در تحقیقی که از ۸۰۰۰ نفر انجام شد مشخص کرد که ۹۷ درصد نوجوانان (۱۵ تا ۱۷ سال) در مراکز استان‌ها صاحب گوشی همراه هستند و نکته جالب در این تحقیق آن بود که نتیجه این مطالعات، به نتایج بسیاری دیگر از کشورها در این زمینه شباهت دارد! این مسأله نشان‌دهنده آن است که گسترش فضای مجازی و پایین آمدن سن استفاده از آن در عصر حاضر یک امر جهانی است که با تغییر در نگرش و ذائقه نسل جدید در حال تغییر در بسیاری از ساختارهای فرهنگی و اجتماعی جوامع است.

کاتالیزور اینترنتی!

در عصر کنونی که تکنولوژی حرف اول را می‌زند، نمی‌توان استفاده از ابزارهای مختلف دیجیتال و نقش آنها در بخش‌های مختلف جامعه را انکار کرد. روزانه هزاران محتوای تصویری، ویدئویی، متنی و صوتی در شبکه‌های اجتماعی با رویکردهای مختلف ساخته و منتشر می‌شوند که به مخاطبان خود جهت می‌دهند. لبیبی، جامعه‌شناس در گفت‌وگو با جام‌جم درخصوص روند تأثیرگذاری فضای مجازی بر جامعه به‌ویژه نوجوانان می‌گوید: «امروزه شبکه‌های مجازی مانند یک کاتالیزور عمل می‌کنند، یعنی سرعت تغییرات را بالا می‌برند نه این‌که خودشان به تنهایی عامل تغییر باشند. هرچند که در گذشته نیز این اتفاق رقم می‌خورده و این تفاوت‌ها بین نسل‌های مختلف بوده اما علت این‌که این مسأله اکنون حساس شده، این است که این روزها فضای مجازی سرعت تغییر را زیاد کرده است و تغییری که قبلا طی دو دهه رقم می‌خورد اکنون طی یک‌سال رقم می‌خورد!» از آنجا که نوجوانی دوره بازگشت به درون و تفکر درباره کیستی و چیستی خود است و کمتر نوجوانی را می‌توان پیدا کرد که در بازه سنی ۱۲ تا ۱۸ سالگی درگیر کشف هویت خود نباشد، امروزه سهم قابل توجه نوجوانان از عضویت در شبکه‌های مجازی سبب شده تا بخشی از هویت این افراد در همین فضا شکل گیرد. به عقیده لبیبی، ظهور شبکه‌های اجتماعی و کمرنگ شدن ارتباطات واقعی و مواجهه افراد با تعداد قابل توجهی از دنبال‌کنندگان سبب شد تا دوستان واقعی جای خود را به دوستان مجازی بدهند و این مسأله یک تخیل و توهم را در افراد ایجاد کرد که دنبال‌کنندگان را دوستان خود تلقی کنند. ازدیاد دنبال‌کنندگان مجازی سبب شکل‌گیری ذهنیت غلط خودبزرگ‌بینی در نوجوانان می‌شود. به‌عبارت دیگر نوجوانان می‌خواهند از این طریق برای خود تشخصی دست و پا کنند؛ البته این شامل همه افراد نمی‌شود بلکه بیشتر برای نوجوانان است، چون فرد از نظر عاطفی در خانواده تامین نمی‌شود لذا سعی می‌کند در محیط‌های دیگر با جلب توجه این خلأ را پر کند. البته آنچه باید به آن توجه شود این است که این دوران گذراست و تا ۶-۵ سال دیگر افراد به رغم وجود فضای مجازی وارد یک فضای عقلانی می‌شوند و دیگر تعداد دنبال‌کنندگان و مسائلی از این دست برای کسی اهمیتی ندارد.

یادداشت

معصومه صبور روح | کارشناس مشاوره

چگونه حامی نوجوانان باشیم

نوجوان ممکن است با مشکلات درسی، کمبود تمرکز و دقت، اختلاف و ناسازگاری با اعضای خانواده، تمایل به رفتارهای پرخاشگرانه و... مواجه باشد. در اثر بلوغ جسمی و ذهنی، تغییرات جسمی، جنسی، رفتاری، شخصیتی و... در نوجوان ایجاد می‌شود که زمینه‌ساز چالش‌های فراوانی در نوجوان است. اهداف، باورها، معیارهای زندگی، معیارهای انتخاب دوستان، نحوه ارتباط با محیط اطراف و... در این دوره تغییر می‌کند. این تغییرات می‌تواند اثرات مثبت یا منفی در آینده فرد ایجاد کند؛ بنابراین در این دوره مهم است که به فرزند نوجوان خود توجه بیشتر و نظارت دقیق‌تری داشته باشید و او را در انتخاب تصمیمات بهتر و صحیح کمک کنید. کمک به نوجوانان برای شناسایی و شفاف‌سازی ارزش‌ها و باورهای درست، استدلال و تحلیل منطقی از اهمیت زیادی برخوردار است. با آموزش مهارت‌های ارتباطی موثر به نوجوان بیاموزید چطور تعارضات و مشکلات خود را با دیگران حل کند و او را تشویق کنید که نسبت به دیگران همدلی و شفقت بیشتری داشته باشد. به نوجوان کمک کنید تا درک کند قدرت انتخاب دارد و تصمیم‌هایش دارای عواقبی است که باید آنها را بپذیرد. نوجوانان بسیاری از مسائل را می‌فهمند، زیرا به بزرگسالی در حرکتند؛ بنابراین باید حساب‌شده و محتاط با آنها رفتار شود تا بتوان مشکلات و مسائل آنها را حل کرد. ذهن نوجوانان به طرز قابل ملاحظه‌ای رشد می‌کند، لذا بلوغ فکری وی به‌علاوه تغییرات هورمونی دوره نوجوانی، بر تصمیم‌گیری و رفتارهای او تأثیرگذار خواهد بود. هر فرد در عبور از نوجوانی دچار مهم‌ترین تغییرات زندگی خود می‌شود. به‌علت شرایط متفاوت محیطی، برخی نوجوانان این مرحله را در کمال آرامش و به دور از هر چالشی سپری خواهند کرد و عده دیگر از این دوران به‌سختی عبور می‌کنند. با افزایش اطلاعات خود در مورد مسائل مربوط به دوره نوجوانی، کمک کنید که نوجوانان این دوره را با آرامش بیشتری طی کنند.

آگهی مناقصه عمومی
با اخذ سپرده
نوبت اول
شرکت پالایش نفت بندرعباس (سهامی عام)
درخواست شماره: RHS-0344311-T32
موضوع آگهی: خرید GASKET
برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت این شرکت www.baorco.ir مراجعه نمایید.
روابط عمومی و امور بین‌الملل

آگهی مناقصه عمومی
با اخذ سپرده
نوبت اول
شرکت پالایش نفت بندرعباس (سهامی عام)
درخواست شماره: RHS-0346401-T34
موضوع آگهی: خرید قطعات یدکی WOMA
برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت این شرکت www.baorco.ir مراجعه نمایید.
روابط عمومی و امور بین‌الملل

آگهی مناقصه عمومی
دعوت به شرکت در مناقصه
انجام خدمات پرکنی ضدیخ (نوبت اول)
نفت پارس تاسیس ۱۳۳۷
شرکت نفت پارس در نظر دارد انجام خدمات پرکنی ضدیخ تولیدی (در بسته‌بندی پلاستیکی و فلزی) خود را از طریق مناقصه عمومی به‌شرکت‌های واجد شرایط واگذار نماید.
لذا از کلیه متقاضیان محترم دعوت می‌شود از تاریخ درج آگهی تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۶/۱۱ نسبت به دریافت، تکمیل اسناد مناقصه و تحویل پاکت پیشنهاد قیمت به دبیرخانه کمیسیون معاملات این شرکت به نشانی کیلومتر ۲۲ جاده مخصوص تهران-کرج پالایشگاه نفت پارس اقدام نمایند.
• دریافت اسناد مناقصه از طریق وبگاه شرکت نفت پارس به آدرس: http://www.parsoilco/fa/tender.html امکان‌پذیر می‌باشد.
• واگذاری مشروط بر حصول شرایط قانونی، بر مبنای اسناد انجام خواهد شد.
• به پیشنهادهای فاقد امضاء/مهر، مشروط، مبهم، سپرده و پیشنهادهایی که بعد از مدت مقرر در اسناد مناقصه واصل شود، ترتیب اثر داده نخواهد شد.
• این آگهی صرفا به منزله دعوت به مناقصه می‌باشد و بدیهی است شرکت نفت پارس در رد یا قبول یک و یا کلیه پیشنهادها مختار است.

آگهی تمدید مناقصه مرحله سوم
دعوت به شرکت در مناقصه تامین سطل ۲۰ لیتری پلاستیکی مقطع کرد (تزریقی) و استوانه‌ای (اکسترودی) نوبت دوم
نفت پارس تاسیس ۱۳۳۷
با توجه به نیاز شرکت نفت پارس به چلیک ۲۰ لیتری پلاستیکی (سطل مقطع گرد تزریقی و استوانه‌ای اکسترودی) از کلیه متقاضیان واجد شرایط دعوت می‌شود از تاریخ درج آگهی تا پایان وقت اداری روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۱۰ نسبت به دریافت، تکمیل اسناد مناقصه و تحویل پاکت پیشنهاد قیمت به دبیرخانه کمیسیون معاملات این شرکت به نشانی کیلومتر ۲۲ جاده مخصوص تهران-کرج، پالایشگاه شرکت نفت پارس، اقدام نمایند.
دریافت اسناد مناقصه از طریق وبگاه شرکت نفت پارس به آدرس http://www.parsoil.com/fa/tender.html امکان‌پذیر می‌باشد.
• واگذاری مشروط بر حصول شرایط قانونی بر مبنای اسناد انجام خواهد شد.
• به پیشنهادهای فاقد امضاء، مهر، مشروط، مبهم، فاقد تضمین سپرده شرکت در مناقصه و پیشنهادهایی که بعد از مدت مقرر در اسناد مناقصه واصل شود، ترتیب اثر داده نخواهد شد.
• این آگهی صرفا به منزله دعوت به مناقصه می‌باشد و بدیهی است شرکت نفت پارس در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادها مختار است.

آگهی مزایده ۱۴۰۳/۳۴۴۲/ اقلام کتبی مرکز فروش کوثر
مرکز فروش کوثر در نظر دارد اقلام زیر را از طریق مزایده کتبی به فروش برساند.
نوع اقلام: انواع ورق فولادی (ابعاد مختلف، حدود ۱۰۰۰ تن)، بلوک‌های فولادی (حدود ۲۰۰۰ تن)
آدرس محل بازدید: مازندران، نکا، جنب نیروگاه شهید سلیمی، شرکت صنعتی دریایی ایران (صدرا)، تلفن تماس: ۰۹۲۱۰۹۵۴۳۱۵
شناور صدرا دنا (جرثقیل بارج)، شناور آزاد ۲۵۲ (جک آپ بارج)، شناور سهند ۸۵ (یدک کش و خدماتی)
آدرس محل بازدید: بوشهر، جاده شیف، جزیره صدرا، شرکت صدرا، تلفن تماس: ۰۹۱۱۸۹۶۸۰۵۰ و ۰۹۹۲۸۶۳۹۵۷۲
جک آپ بارج ساحل ۱۲۱
آدرس محل بازدید: ماهشهر، بندر امام خمینی (ره)، تلفن تماس: ۰۹۱۸۳۴۳۲۶۲۹ (جهت بازدید یک روز قبل با شماره فوق هماهنگ گردد.)
الف) شرایط مزایده:
۱- اهلیت قانونی خریدار (همراه داشتن اصل و کپی کارت ملی الزامی می‌باشد.)
۲- متقاضیان مزایده می‌بایست در ایام بازدید نسبت به دریافت پاکت شرکت در مزایده اقدام نموده و سپرده مورد نظر را به صورت فیش واریزی به حساب مرکز فروش کوثر یا ضمانت‌نامه بانکی شرکت در مزایده به عنوان سپرده بپردازند.
۳- متقاضی می‌بایست پاکت پیشنهاد قیمت را تا ساعت ۱۶ روز شنبه ۱۰ شهریور ماه به قسمت مربوطه تحویل نماید.
۴- در صورت انصراف خریدار، سپرده به نفع فروشنده ضبط خواهد شد.
۵- خریدار مکلف است علاوه بر قیمت خرید، ۲٪ بابت هزینه‌های جانبی مزایده و ۱۰٪ بابت مالیات بر ارزش افزوده به فروشنده پرداخت نماید.
۶- فروشنده در رد یا قبول پیشنهادها مختار می‌باشد.
۷- کلیه هزینه‌های پس از فروش به عهده خریدار می‌باشد.
ب) زمان و مکان:
زمان بازدید و دریافت پاکت مزایده: روزهای دوشنبه، سه‌شنبه و چهارشنبه ۵ و ۶ و ۷ شهریور ماه ۱۴۰۳ صبح از ساعت ۸ الی ۱۲ و عصر ۱۴ الی ۱۶
آخرین مهلت ارائه پیشنهادات: تا ساعت ۱۶ روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۱۰ می‌باشد.
زمان بازگشایی پاکت‌ها: روز یکشنبه ۱۴۰۳/۰۶/۱۱
آدرس محل دریافت و تحویل پاکت‌های مزایده: تهران، کیلومتر ۸ جاده مخصوص کرج، شهرک استقلال، بلوار دکتر عبیدی، جنب درمانگاه شهید صنیع‌خانی، مرکز فروش کوثر، تلفن تماس: ۴۴۵۴۹۱۲۵-۰۲۱
ساعت پاسخگویی صبح از ساعت ۸ الی ۱۲ و عصر ۱۴ الی ۱۶ مدیریت مزایده: ۷-۴۴۵۴۹۱۱۶-۰۲۱

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۷۹۳

جدول عادی

افقی: ۱) مجموعه بناهای ساسانی در نزدیکی شهر تکاب ـ متواضع ۲) افسانه‌گو ـ پرنده‌ای وحشی ـ دارای اسم مشترک ۳) بدن ـ سازی بادی ـ باریک و کشیده ـ رنگ نشده! ۴) شانه به سر ـ گناهکار ـ دردناک ۵) مهم‌ترین قسمت گزاره جمله ـ تازه‌کار ـ حفره ۶) سخنان ناراست ـ دارای اختلال ـ شیرینی سوغات کرمانشاه ۷) شکرگزار ـ ماهی استخوانی خلیج فارس ـ بوی خوش ۸) بله انگلیسی ـ حساب و شمار ـ مشهور ـ همسر مرد ۹) فنی در کشتی ـ موتور جست‌وجوگر اینترنتی ـ پایه ۱۰) فهرست غذای رستوران ـ ماده اصلی ـ آلبومی با آواز شهرام ناظری ۱۱) پایان ـ زین و برگ اسب ـ ذریه ۱۲) پسر مازندرانی ـ کندفهم ـ شور ۱۳) کله ـ معروف‌ترین پل خط راه‌آهن شمال کشور ـ واحدی برای اندازه‌گیری مساحت زمین ـ سودای ناله ۱۴) یغما ـ چاق و فربه ـ جریان مستقیم برق ۱۵) فلزی شکننده ـ به صورتی عجیب و غیرمعمول.

عمودی: ۱) آزمون چندگزینه‌ای ـ حزب موسولینی ـ فرزند زال و رودابه ۲) از نخستین تشکل‌های فراگیر در عکاسی معاصر کشورمان ۳) زمینه ـ کیسه‌کش حمام ـ آبشاری در شهرستان سیاهکل گیلان ـ مجرای خون ۴) خروج ناگهانی و شدید هوا از ریه ـ چند ذره ـ غرامت ۵) دانش ذاتی ـ قابل قبول ـ شعر مفاخره در میدان جنگ ۶) برنده سیمرغ بهترین فیلم در جشنواره ۳۹ فجر ـ باقی گذاشتن ـ جلادهنده کفش ۷) لرزنده ـ تکه کوچک کاغذ ـ چند وکیل ۸) N ـ اشاره ـ سیاهرگ ـ گرداگرد دهان ۹) کامل نشده ـ درختی با چوب سخت ـ زحمتکش ۱۰) صورت اسامی ـ لغو کردن ـ آزاد ۱۱) شعور ـ نیم‌گرم ـ چاه‌کن ۱۲) چوپان ـ نسیم شب ـ نقطه شروع ۱۳) درخت زبان گنجشک ـ رنگی برای قالی ـ لگن ظرفشویی ـ دریا ۱۴) از آثار مشهور ملک‌الشعراء بهار ۱۵) قطره‌های ریز باران ـ پیر و سالخورده ـ چشم چران.

جدول ویژه

افقی: ۱) شاعر فرانسوی قرن نوزدهم که در شعر جدید فرانسه تأثیر فراوانی داشته است ـ فراوان ۲) شبیه ـ لغو کردن ـ خدایی ۳) پروردگار ـ کارگر کشتی ـ گروه سیاسی ـ سطح چیزی ۴) رهگذر ـ پرنده منقرض شده اقیانوس هند ـ میان تهی ۵) عریض ـ سکوی شیرجه ـ معادل فارسی اقیانوس ۶) پول رایج ـ جوانی ـ خالص ۷) فراوان، بسیار ـ یکسوکننده الکترونیکی ـ ابزار ۸) ضربه سر در فوتبال ـ تن‌پوش ـ خویشاوندی ـ یازده ۹) مهریه ـ بوی خوش ـ پنجمین ماه سریانی ۱۰) جرقه آتش ـ بددهن ـ ایده آل ۱۱) دی اکسیدکربن منجمد ـ راه یافتن ـ مقام و رتبه ۱۲) خوابگاه ـ آهن‌ربا ـ شاعر و نویسنده پرتغالی و از بانیان پست مدرنیسم ۱۳) تکرار حرفی ـ گلی زیبا ـ بیماری جذام ـ خراش نامحسوس ۱۴) پنهان شدن ـ از ملزومات خوشنویسی ـ انجمن بین‌المللی حمل‌ونقل هوایی ۱۵) ظلمت ـ جزء اصلی ساختمان پروتئین در بدن.

عمودی: ۱) دستور ـ نوعی نان برشته و نازک ـ شیره چغندر ۲) شاعره معاصر سامانیان که عاشق بکتاش شد ۳) بدن ـ تعجب ـ بعضی ـ حرف فاصله ۴) ضروری ـ وقت خود را به بطالت گذراندن ـ از تیم‌های فوتبال اسپانیایی ۵) همسایه عراق و سوریه ـ ترکیب آبی و قرمز ـ خطاب غیرمودبانه ۶) انبار غله ـ هدیه دادن ـ فیلسوفان ۷) زنجیره‌ای از صداهای جداگانه و پیاپی موسیقی ـ از بخش‌های اوستا ـ سوغات تابستان ۸) اخم و تخم ـ ورزشی رزمی ـ به قتل رساندن ـ خاک سرخ ۹) دارنده ـ بخش خارجی هر چیز ـ بدزبانی ۱۰) تازه به راه افتاده ـ مقر فرماندهی در ارتش ـ مرکز تنظیم گلوکز در بدن ۱۱) تیز و برنده ـ وزیدن باد ـ از ارزهای دیجیتال ۱۲) پاک و منزه ـ ساز و برگ زین اسب ـ شریک ۱۳) ضمیری انگلیسی ـ جنایتکار ـ فلانی ـ E ۱۴) کنایه از موافقت نکردن است ۱۵) مهربان ـ شعری که در وصف بهار سروده شود ـ سلطان.

حل جدول عادی ۶۷۹۲

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

حل جدول ویژه ۶۷۹۲

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