

فال

متولدین فروردین: افراط و تفریط را کنار بگذارید تا زندگی‌تان حالتی متعادل به خود گیرد. اگر قرار باشد یک زمان از این سوی بام و زمانی دیگر از آن سو سقوط کنید، هیچ‌گاه به موفقیت و اوضاعی مطلوب در زندگی یا کارهایتان نخواهید رسید.

متولدین اردیبهشت: یکی از ویژگی‌های شما این است که اغلب اوقات خود را با خاطرات یا حسرت‌های گذشته مشغول می‌کنید. فقط کسانی در گذشته زندگی می‌کنند که نمی‌توانند با اکنون کنار بیایند.

متولدین خرداد: سهم عملکرد و طرز فکر خودتان را نادیده نگیرید. این انتخاب و رفتار شماست که اثر بیشتری در تصمیم‌گیری‌هایتان دارد نه بخت و شانس و اقبال. خردمندانه‌تر و واقع‌بینانه‌تر باشید.

متولدین تیر: در حالی که کارهایتان را درست و اصولی و به شکلی مناسب و عالی انجام نمی‌دهید، توقع رسیدن به شرایط ایده‌آل را در زندگی نداشته باشید. اگر می‌خواهید به پیشرفت دست یابید و وضعیتی بهتر را تجربه کنید یادتان باشد که رویکرد به این شیوه شما را زودتر به هدف‌تان خواهد رساند.

متولدین مرداد: این خصوصیت را که فکر می‌کنید فقط خودتان مشکلات و بدشانسی‌های بزرگی دارید یا تنهای آنها هستید از ذهنتان خارج کنید. در سخت‌ترین وضعیت‌ها هم دنیا هیچ‌کس به آخر نمی‌رسد اگر با نگاهی دقیق‌تر به زندگی دیگران شرایطی بغرنج‌تر و بدتر از خود را در آن زندگی‌ها ببینید و به جای آه و افسوس، به گشودن گره‌های پیش روی خود با تدبیر و تفکر روی آورد.

متولدین شهریور: مهر و محبت گاهی در شما موج می‌زند، اما غرور در پاره‌ای مواقع آثار آن را از بین می‌برد و به دیگران فرصت قضاوت‌های نادرست می‌دهد. چرا فکر می‌کنید نظر دیگران سراسر اشتباه است و فقط شماست که بدرستی مسائل را تشخیص می‌دهید؟

متولدین مهر: مدت‌هاست که خستگی را احساس می‌کنید و از وضعیت زندگی یا کارتان می‌نالید. دلیل آن اوضاع کاری شماست. یا بیکاری یا پرکار. شاید هم کارتان را درست انجام نمی‌دهید و نتیجه نادرست انجام دادن کارهاست که شما را به این حالت کشیده است.

متولدین آبان: از پله‌های موفقیت در هر کاری تنها با تکرار این جمله معجزه گر بالا خواهید رفت: می‌توانم بهتر از این که هستم باشم. در هر کاری سعی کنید بهتر از این که هستید عمل کنید تا بزودی آثار شگفت‌انگیز آن را در همه زمینه‌ها ببینید.

متولدین آذر: مدتی است که از مساله‌ای ناراحتید، اما با ناراحتی و اندوه گره هیچ مشکلی باز نخواهد شد. شکوه و شکایت یا غم و غصه هیچ‌گاه نتوانسته مشکلی را حل کند. به جای ناراحتی، به فکر پیدا کردن راه و تدبیری برای خلاصی از مشکلات باشید.

متولدین دی: مدت‌هاست که انبوهی از کارهای عقب افتاده و مسائل بر زمین مانده پشت سر شما حرکت می‌کند و هیچ راهی برای انجام آنها نمی‌یابید. اگر چنین است تنها دلیلش بی‌برنامگی و تبلی است. تعلل نکنید و کارهای امروزتان را به فردا نیندازید.

متولدین بهمن: اگر اعتماد به نفس بیشتری داشته باشید مشکلی را که چندی است ذهنتان را به خود مشغول داشته از میان برخواهید داشت. با مشورت می‌توانید بسیاری از زوایای مبهم این مشکل را برای خود حل کنید.

متولدین اسفند: نقش هدفمندی را نادیده نگیرید. اگر معمولاً به آنچه می‌خواهید نمی‌رسید یا احساس خوب و مفیدی ندارید تنها دلیلش این است که خودتان هم نمی‌دانید چه هدفی دارد و از زندگی‌تان چه می‌خواهید.

آخر هفته کجا بریم؟

ناهار میل دارید؟

علی بوشی زاده

برای این که بدانید پیشنهاد این هفته ما چقدر دلچسب است چشم‌هایتان را ببندید و خودتان را تصویر کنید که صبح زود، آفتاب نرزه از خواب می‌پرد و می‌روید روی تراس هتلی که مشرف است به جنگلی مه گرفته و خوشبو.

اگر گوش کنید صدای بلبل‌های کوهی را که روی شاخه‌های پر برگ درختان پیرسال می‌خوانند می‌شنوید، حتی صدای رود را هم شاید بشنوید که در دل جنگل می‌رود و می‌خواند.

حالا نفس عمیق بکشید تا ریه‌هایتان از بوی جنگل و هوای خنک و مرطوب پر شود. اینجا ناهارخوران گرگان است که اگر قصد نداشته باشید در یکی از مجتمع‌های اقامتی شبانه‌روزی آن اتراق کنید باید جاده‌ای چند کیلومتری را در جنوب گرگان برانید تا یک وعده ناهار را در جنگل بخورید. اهالی گرگان می‌گویند نام این منطقه معادلی فارسی برای واژه پیک‌نیک است چرا که ناهارخوران از سال‌ها پیش تفرجگاه



گرگانی‌ها محسوب می‌شده است و آنها آنقدر همت داشته‌اند که برای خوردن ناهار تا جنگل پیاده‌روی کنند.



جدول شماره ۱۰۲

توصیه بر استفاده نکردن زیاد از حد از این مواد خوراکی هشدار می‌دهند تا سه ساعت پس از صرف این مواد، از مسواک زدن خودداری کنید

- ۱۰- (۵حرفی) پول سویسی
- ۱۱- (۳حرفی) نهنگ
- ۱۲- (۵حرفی) شایع‌ترین دلیل کاهش عمر و بقای کودک در کشورهای در حال توسعه، سوء تغذیه است. سوء تغذیه به ویژه در سال‌های اول عمر، موجب کاهش رشد مغزی و جسمی، کاهش خلاقیت، فراگیری و تضعیف این سیستم بدن می‌شود.
- ۱۳- (۶حرفی) وسیله ای برای بزرگ نمایی
- ۱۴- (۶حرفی) در حالی که ۹۰ درصد دانمارکی‌ها و سوئدی‌ها به راحتی یک لیوان شیر را می‌خورند، نیمی از اسپانیایی‌ها و اغلب چینی‌ها قادر به هضم شیر نیستند چون توانایی هضم این فاکتور در شیر، در میان همه افراد یکسان نیست
- ۱۵- (۵حرفی) نوعی شیرینی محلی شمال ایران
- ۱۶- (۶حرفی) متاسفانه تقریباً یک سوم جمعیت بالغ جهان، یکی از فرآورده‌های این ماده مخدر را به نحوی مصرف می‌کنند
- ۱۷- (۲حرفی) قاب و چارچوب
- ۱۸- (۶حرفی) رییس جمهور مبارز با برده داری در آمریکا
- ۱۹- (۵حرفی) مدت‌هاست کارشناسان به این نتیجه رسیده‌اند که چاقی، افزایش سن، بی‌تحریکی، سابقه خانوادگی و استرس از جمله بزرگ‌ترین عواملی هستند که سبب بروز نوع دوم این بیماری می‌شوند

توضیح: برای حل این جدول که تعدادی از سوالات آن در موضوع خانواده می‌باشد، پاسخ هر سؤال را به صورت حرف به حرف در جفتی که فلش مربوطه نشان می‌دهد وارد کنید (نوشتن پاسخ را از خود خانه فلش‌دار آغاز کنید). ضمناً در ابتدای هر سؤال به شما گفته شده که پاسختان چندحرفی است.

- ۱- (۹حرفی) در حالی که بسیاری از مطالعات نشان می‌دهد که داروهای ضدالتهاب غیراستروئیدی به خصوص این نوع مسکن، ممکن است خطر ابتلا به آلزایمر را کاهش دهد، اما تحقیق بزرگی نشان می‌دهد که این دارو هیچ اثر درمانی در مورد آلزایمر ندارد
- ۲- (۴حرفی) طبق آمار به دست آمده، متاسفانه این مقدار درصد از رستوران‌های کشور ضوابط بهداشتی را رعایت نمی‌کنند
- ۳- (۶حرفی) ملقب به معلم ثانی شد
- ۴- (۶حرفی) پایتخت ازبکستان
- ۵- (۵حرفی) از عرفای معاصر امام جعفر صادق(ع) که تظاهر به دیوانگی می‌کرد
- ۶- (۷حرفی) هر آنچه قابلیت ارتجاعی داشته باشد
- ۷- (۵حرفی) گوی داخل بلبرینگ
- ۸- (۵حرفی) جاسوس
- ۹- (۳حرفی) رییس انجمن دندانپزشکی ایران گفت با توجه به رونق استفاده از مواد خوراکی با این مزه در فصل حاضر، متخصصان ضمن

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰
۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰

م	ر	و	خ	س	ل	آ	م	ث	ق
د	ل	و	ر	ث	س	ل	ک	ا	س
ا	ز	م	ی	ر	ا	م	ن	ی	ت
ی	ک	د	ر	س	ف	ا	ت	پ	ف
ن	ا	ی	ر	ا	ن	ز	ل	و	
پ	ا	د	و	ی	ه	س	ی	س	د