ایران اجتماعی

۹

سال شانزدهم - شماره ۴۴۱۹ | دوشنبه ۵ بهمن ماه ۱۳۸۸ | ۹ صفر ۱۴۳۱ | ۲۵ ژانویه ۲۰۱۰

تأثیر چای سیاه بر چربی خون و دیابت

در پایان یک روز کاری، نوشیدن یک فنجان چای خیلی می چسبد. این نوشیدنی گرم به علت این که آرامش‌بخش است و خستگی را از تن بیرون می کند، طرفداران زیادی داشته، دارای خواص درمانی بوده، از بسیاری بیماری‌ها پیشگیری می کند و برای سلامتی مفید است. چای یک نوشیدنی قدیمی و پس از آب، دومین نوشیدنی رایج در سراسر دنیا است و در کل سه نوع چای وجود دارد که عبارتند از چای سبز، چای سیاه و چای اوولانگ.

۱۹

گزارش «ایران» از نتایج آخرین تحقیقات درمان با سلول‌های شوآن در کشور

بهبود کیفیت زندگی بیماران ضایعه نخاعی با سلول‌های شوآن

صفحه ۱۹

بزودی در تمامی مراکز معاینه فنی تهران به منظور کنترل آلودگی صوتی

صدای خودروها آزمایش می‌شود

با مجهز کردن کلیه مراکز معاینه فنی در تهران به دستگاه سنجش صوتی خودروها علاوه بر معاینه فنی خودروها از نظر آلودگی صوتی نیز پایش می‌شوند. در این تست موتور و اگزوز خودرو در شرایط ایستا و ساکن آزمایش می‌شود و شدت صوت خروجی از اگزوز و موتور اندازه‌گیری می‌شود.

۱۰

چرت کوتاه، بدهی خواب شما را نمی‌پردازد

۱۹

پیشنهادهایی برای بهبود ترافیک

حیاط خلوت خیابان‌های شلوغ کجاست

۱۰

دزدان خودرو را ناکام کنید

۲۰

مؤسسه فرهنگی، مطبوعاتی ایران

ایران

اشتراک ویژه تهران

مؤسسه فرهنگی مطبوعاتی ایران با همکاری شرکت پست جمهوری اسلامی ایران برای تمامی نشریات در حال انتشار خود مشترک می‌پذیرد.

علاقه‌مندان به اشتراک و دریافت روزانه هریک از نشریات مؤسسه ایران شامل: روزنامه ایران، روزنامه ایران ورزشی، روزنامه ایران دیلی (انگلیسی زبان)، روزنامه الوفاق (عربی زبان)، روزنامه ایران سپید (ویژه نابینایان) و ماهنامه ایران آذین می‌توانند پرسشنامه زیر را تکمیل و بر اساس جدول مندرج در آن هزینه اشتراک خود را به حساب جاری سیبا ۰۱۰۱۱۰۱۲۴۲۰۰۹ بانک ملی شعبه کسری کد ۱۸۵ به نام «مؤسسه شهرستان‌های ایران» پرداخت کرده و اصل رسید را به همراه پرسشنامه تکمیل شده با پست سفارشی به نشانی: تهران، خیابان سلیمان خاطر، نرسیده به مطهری، نبش کوچه گلزار، شماره ۹۸ اداره مشترکین ارسال نمایند.

نام: نام‌خانوادگی: تاریخ تولد: / /

نام شرکت یا مؤسسه:

نشانی:

کد پستی الزامی است: تلفن تماس: تعداد و نام نشریه موردتقاضا:

نوع درخواست: اشتراک جدید: تمدید اشتراک:

هزینه اشتراک نشریه مورد تقاضا	۳ ماهه (ریال)	۶ ماهه (ریال)	یکساله (ریال)
ایران	۷۵/۰۰۰	۱۵۰/۰۰۰	۳۰۰/۰۰۰
ایران‌ورزشی	۱۵۰/۰۰۰	۳۰۰/۰۰۰	۶۰۰/۰۰۰
ایران‌دیلی	۱۵۰/۰۰۰	۳۰۰/۰۰۰	۶۰۰/۰۰۰
الوفاق	۱۵۰/۰۰۰	۳۰۰/۰۰۰	۶۰۰/۰۰۰
ایران‌سپید	۹۷/۵۰۰	۱۹۵/۰۰۰	۳۹۰/۰۰۰
ایران‌آذین	۶۹/۰۰۰	۱۳۸/۰۰۰	۲۷۵/۰۰۰

مشترک شماره: شروع اشتراک: پایان اشتراک:

شماره مدرک: تاریخ پرداخت:

تذکر: ۱- ارسال نشریه برای درخواست‌هایی که تا دهم و بیستم هر ماه به امور مشترکین برسد به ترتیب از شانزدهم آن ماه و اول ماه بعد آغاز می‌شود.
۲- هزینه اعلام شده بابت یک نسخه و یک نوع نشریه است.
۳- لطفاً رسیدهای پرداختی پستی را تا پایان مدت اشتراک نزد خود نگهدارید.
۴- درصورت تغییر نشانی، امور مشترکین را مطلع نمایید.
۵- تلفن‌های امور مشترکین مؤسسه ایران ۶-۸۸۳۲۹۰۰۲ (۱۶-۸)، تلفکس: ۸۸۳۲۹۰۰۲
۶- برای تمدید اشتراک فقط کافی است بر روی فیش بانکی کد اشتراک خود را نوشته و با شماره ۸۸۳۲۹۰۰۲ فاکس و یا به نشانی فوق ارسال نمایید.
۷- نوشتن کدپستی دقیق الزامی است در صورت دادن اطلاعات نادرست و ناقص عواقب آن به‌عهده مشترک می‌باشد.
۸- مشترکین محترم می‌بایست شروع اشتراک و پایان اشتراک و همچنین کد اشتراک خود را به یاد داشته تا پیگیری امور مربوط به آنها آسان گردد.
۹- در صورت عدم دریافت نشریه در اولین روز اشتراک مراتب را به اداره مشترکین اطلاع دهید در صورت عدم اطلاع به منزله دریافت تلقی می‌شود.
۱۰- مشترکین محترم در صورت تمایل به تمدید مجدد می‌بایست ۱۰ روز قبل از اتمام تاریخ اشتراک فیش بانکی را به همراه کد اشتراک به اداره مشترکین فاکس و یا به نشانی فوق پست نمایند. در صورت عدم تمدید در فاصله تعیین شده به منزله انصراف از اشتراک درنظر گرفته می‌شود.
۱۱- مشترکین محترم می‌توانند همزمان با تکمیل فرم اشتراک به عضویت باشگاه خوانندگان روزنامه ایران درآیند و از مزایای آن استفاده کنند.
در صورت تمایل موافقت خود را اعلام فرمایید.

موافقم ☐ موافق نیستم ☐

اداره امور مشترکین

یک جدول با دو شرح

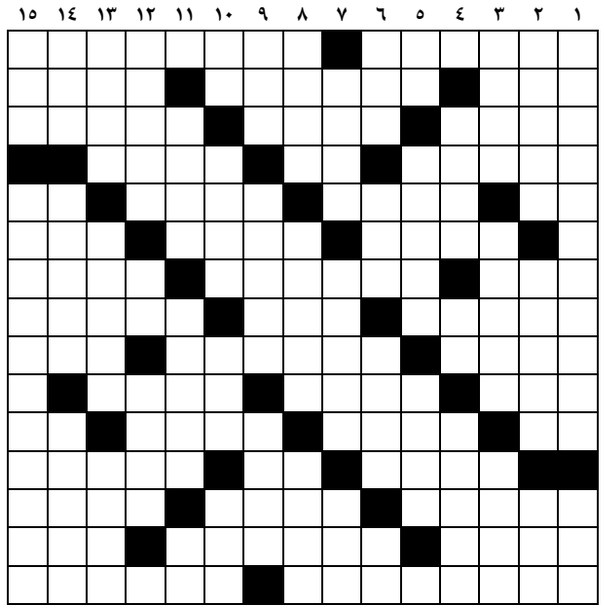
۴۴۱۹

جدول روزنامه ایران دارای دو «شرح عادی و ویژه» است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرحها را با مداد حل کرده و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

جدول عادی

افقی:
۱- اساس کار - از آثار شهاب‌الدین سهروردی
۲- کرانه آسمان - حرکتی در جودو - ماده‌خوشبو
۳- گل دارویی - فرود آمدن - اسپانیای عرب
۴- ترس - سودای ناله - رنگ زغال
۵- خرس فلکی - پسر یعقوب - فراخ - نوعی رنگ‌مو
۶- کم خونی - واحد حافظه رایانه - پسوند جست‌وجو
۷- عضو فعال - داستان غیرواقعی - مخلوط آب و آرد
۸- کیسه چرمی - فارسی روزگار ما - نمایان
۹- ممکن است - از علایم نگارشی - فقط یک آه!
۱۰- سوره انجیر - خنده‌دار - سوار
۱۱- گیاه نیشکر - تأثیرپذیر، زودرنج - ترسناک - سنگ آسیاب
۱۲- روش، شیوه کار یا رفتار - تکیه دادن - ماه چهارم سال میلادی
۱۳- نامی مردانه - متاع، جنس - ثروتمند
۱۴- گدا - سریع‌ترین هواپیمای جهان که دماغه‌ای کج دارد - داغ و نشان
۱۵- مبتکر فن مناظره در ادب فارسی - تصویرسازی تشدید مغناطیسی

عمودی:
۱- کنایه از عجیب و غریب بودن - شهری در استان فارس
۲- گرمی و روشنایی و نور خورشید - پدر شعر عرفانی - واحد شمارش اسب
۳- آن مقدار از غذا که یک بار در دهان گذاشته شود - پدر فریدون - برومند، رستگار
۴- سمت راست - اسم آذری - گرداگرد، اطراف
۵- راندن بی‌ادبانه - از سرداران نامی افراسیاب - بی‌رونق
۶- آگاه باش - شمشیر - آرزوها - مخفف که او
۷- بیهوده، مبالغه - رنگین کمان - ناخن خشک
۸- شهری در استان کرمانشاه - سبکی در معماری غرب - رنگ قرمز قالیچه
۹- ابزار فال بینی - عطر شیرینی - پر، سرشار
۱۰- خط کش مهندسی - محصول چتر - بله نجار! - عقاید
۱۱- فرمان توقف - پیشکش‌ها - خون
۱۲- سبزی خوشبو - انس گرفتن - بنفش پررنگ
۱۳- مخفف اندوه - نادر - شهری در استان کرمان
۱۴- صندلی راحتی - سوره تعاون و همکاری - بیخ سوسن
۱۵- پیراستن به شیوه باغبان - دیوان محاسبات کشور مستقیماً زیر نظر مجلس... است



جدول ویژه

افقی:
۱- باعث حزن و اندوه - بنای زیبا و باشکوه
۲- ماتم - عضو سفره نوروزی! - سرچشمه
۳- چاره‌اندیشی - کلمه‌ای برای تأکید - شبه‌جزیره‌ای در غرب اروپا
۴- غرامت - پافشاری در مخالفت و عناد - دادنی با وعید
۵- چین‌های ریز و درهم موی سر - شهری در شمال کشورمان - نیرنگ - حرف جر به معنی از
۶- شعله آتش - پرنده سعادت - فهرست غذا
۷- اینک - شوره‌زار - پیشرفت کردن
۸- پس رفتن - زبان کشیدن - اسپانیای عرب
۹- زین و برگ اسب - روز ۲۸ از ماه شمسی - پسر عرب
۱۰- چارچوب عکس - نسج - باقلای مصری
۱۱- موضوع - دشمن موش - از ماه‌های سریانی - طریق کوتاه
۱۲- اثر سوختگی بر پوست - سماق - شهری در استان کرمان
۱۳- جنگجو - حرف حساب ندارد - روحانی زردشتی
۱۴- قسمت ملودیک اپرا - دارایی کسی - کلمه تصدیق
۱۵- یکی از دسته‌بندی‌های مورد استفاده در تحلیل جوامع بشری است - یک قسمت از یک سریال

عمودی:
۱- کتابی از نیکلا دومال براش - مرجع
۲- یکی از شخصیت‌های شاهنامه - ثلاثه مصر - امر به رفتن
۳- ورزش خشن - عنوان‌ها - لاستیک ماشین
۴- فالگیر - بندگی، بردگی - جای ماشین
۵- بس - مثل و مانند - آشکار شدن
۶- زینت - ملامت - شهری در استان سیستان و بلوچستان - علامت نفی
۷- چیزی که سر را بر آن می گذارند و می‌خوابند - کسی که به تنگ آمده - نوعی موسیقی
۸- ساز و برگ جنگ - شکست دشمن - نام کوچک پاستور
۹- زردچوبه - سروده غرورآفرین - جرعه
۱۰- از اصوات عاطفی حاکی از درد - میل خانم باردار - آینده - مصیبت
۱۱- برتر و بالاتر - پی بردن و دریافتن - یکی از گونه‌های زیزفون که در جنگل‌های شمال می‌روید
۱۲- پیچ و تاب پیدا کرده - ماهی کنسروی - پماد قدیمی
۱۳- میوه‌ای درخدمت ترشی - پدر ضحاک - امر به نواختن
۱۴- پخش کردن خبر - دگرگون شده - برابر، مقابل
۱۵- خطاب بی‌ادبانه - اثری از شروود آندرسن

حل جدول عادی شماره ۴۴۱۸

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

حل جدول ویژه شماره ۴۴۱۸

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

جدول اعداد سودوکو در صفحه ۲۰