خبر

مدیرکل دفتر ازدواج وزارت ورزش و جوانان:

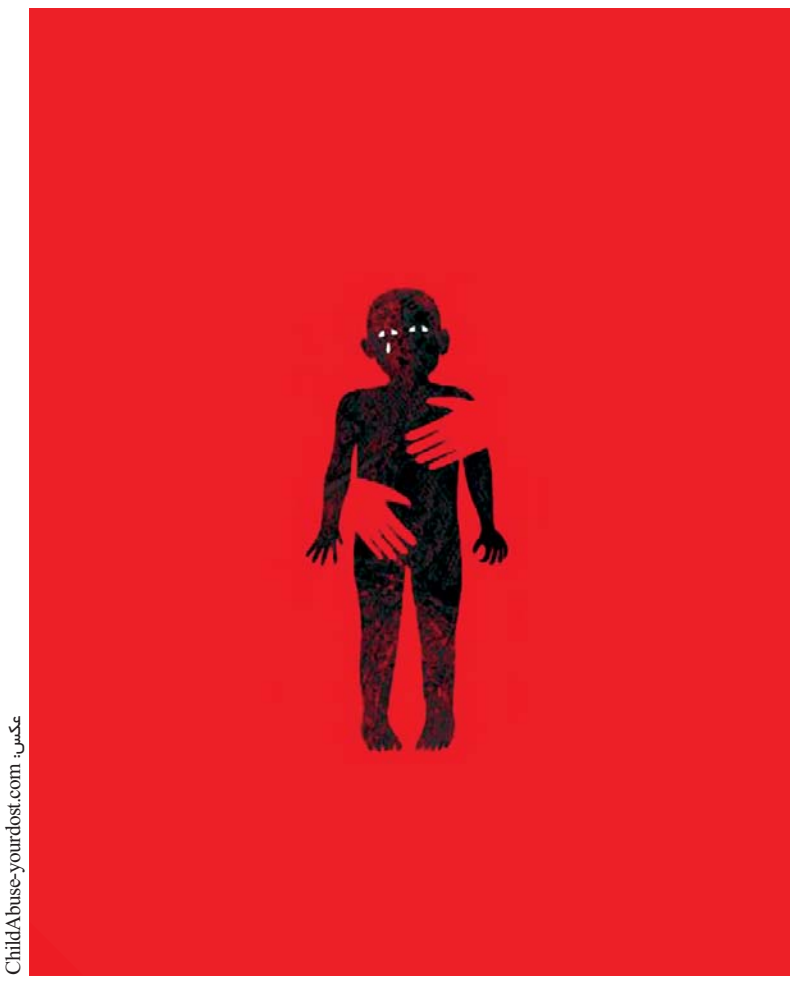
جمعیت آماده ازدواج بیش از جمعیت کشورهای حاشیه‌نشین

● **ایسنا:** مدیرکل دفتر برنامه‌ریزی ازدواج و تعالی خانواده وزارت ورزش و جوانان گفت: جمعیت آماده ازدواج ایران از کل جمعیت برخی کشورهای حاشیه‌نشین خلیج‌فارس بیشتر است. ناصر صبحی‌قراملکی در اولین نشست سراسری مدیران مراکز خدمات روان‌شناسی و مشاوره سازمان ملی جوانان سابق که امروز در وزارت ورزش و جوانان برگزار شد، افزود: در کشور دوهزارو ۷۰۰ محله حاشیه‌نشین داریم که در این محلات آسیب‌های اجتماعی زیاد است و ۱۱ تا ۱۵ میلیون نفر در این محلات زندگی می‌کنند. به‌عنوان نمونه در تهران سه میلیون حاشیه‌نشین داریم و حتی جمعیت حاشیه‌نشینی در اطراف تهران بیش از جمعیت برخی کشورهای اروپایی مانند آلبانی است. وی با اشاره به اینکه ۳،۵ میلیون بی‌کار در کشور زندگی می‌کنند که بیشتر آنها جوان و حاشیه‌نشین هستند، ادامه داد: ۲،۵ میلیون زن سرپرست خانوار در کشور داریم که بیشتر آنها به علت طلاق سرپرست خانوار شده‌اند، همچنین در کشور ۱،۵ میلیون معتاد زندگی می‌کنند. صبحی با اشاره به وضعیت ازدواج و طلاق در کشور گفت: از سال ۹۰ به بعد نمودار ازدواج در کشور روند کاهشی داشته است. به‌عنوان نمونه ازدواج نسبت به سال گذشته ۶،۵ درصد کاهش یافته، این در حالی است که طلاق به طور متوسط ۳۶ درصد افزایش داشته است. درواقع نسبت افزایشی طلاق ۵،۳ درصد است. مدیر کل دفتر برنامه‌ریزی ازدواج و تعالی خانواده وزارت ورزش و جوانان با بیان اینکه بیشترین میزان وقوع طلاق در سال اول تشکیل زندگی مشترک است، گفت: این وضعیت نشان‌دهنده آن است که زوج‌ها با اهداف تشکیل خانواده، ملاک‌های انتخاب همسر و چالش‌های پیش‌رو آشنایی ندارند. در این شرایط راهی جز آموزش و توانمندسازی جوانان نداریم. مدیر کل دفتر برنامه‌ریزی ازدواج و تعالی خانواده وزارت ورزش و جوانان در ادامه گفت: جمعیت آماده ازدواج ایران از کل جمعیت برخی کشورهای حاشیه‌نشین خلیج‌فارس بیشتر است. بنابراین طرح ملی آموزش‌های پیش از ازدواج را در دستور کار قرار دادیم و تلاش کردیم از طریق ستاد ملی ساماندهی امور جوانان همه دستگاه‌ها را در این آموزش‌ها دخیل کنیم. صبحی افزود: صاحبان برخی از مراکز روان‌شناسی و مشاوره، روان‌شناس و مشاور نیستند. بنابراین لازم است آنها افرادی را از میان روان‌شناسان و مشاوران به‌عنوان مسئول فنی معرفی کنند و با این کار کماکان به ارائه خدمات خود ادامه دهند. وی با اشاره به قانون تسهیل ازدواج جوانان گفت: این قانون در سال ۸۴ به تصویب مجلس رسید ولی تاکنون عملیاتی نشده است. با توجه به گذشت ۱۰ سال از تصویب این قانون ما می‌توانیم پیشنهادها لازم را برای اعمال تغییرات در آن بدهیم. ماده هشت قانون تسهیل ازدواج جوانان درباره ضرورت آموزش‌های پیش از ازدواج نیز باید موردتوجه قرار گیرد. در ادامه این نشست، دکتر مرتضوی کیاسری، رئیس انجمن مشاوره ایرانیان اظهار کرد: با توجه به آنکه قانون عطف به ماسبق نمی‌شود و مراکز مشاوره و روان‌شناسی تشکیل شده است، ما فقط با تمدید مجوز موافقت می‌کنیم و اگر استفاده از کارشناس فنی در جهت ارتقای کیفیت مراکز مشاوره باشد، می‌پذیریم. از آغاز فعالیت برخی از مراکز مشاوره حدود ۱۰ سال می‌گذرد و در این شرایط از آنان خواسته می‌شود که مدارک خود را ارائه دهند و تنها در حوزه ازدواج فعالیت کنند. این وضعیت پذیرفتنی نیست.

آموزش جلوگیری از آزار جنسی به مهدهای کودک می‌رسد

دفاع شخصی در برابر تجاوز

شهرزاد همتی



عکس: ChildAbuse-yourdost.com

بچه‌ها هرکدامشان روی صندلی‌های قرمزشان نشسته‌اند. دخترهای چهار، پنج‌ساله با چشمان گرد و کمی نگران به خانم جوانی نگاه می‌کنند که جلو تخته ایستاده و روپوش سفیدی بر تن و دو عروسک در دست دارد. آنها به زن جوان، خاله سیما می‌گویند. او که فوق‌لیسانس روان‌شناسی کودک دارد، چهارسال است با مهدکودک‌ها همکاری می‌کند. خاله سیما دو عروسک خرس در دست دارد. یک خرس کوچک و یکی بزرگ‌تر. او در حالی که به بچه‌ها نگاه می‌کند، از خرس کوچک دستش می‌پرسد: «پشمک خانم به من بگو ببینم وقتی عمو خرسی اومد خونه شما و تو رفتی روی پاش بشینی تا بهت شکلات بده، به کجای تنت نباید دست بزنه؟» بعد از پرسیدن این سؤال دست‌های خرس کوچک به سمت مناطق ممنوعه بدنش می‌رود. نمایش که تمام می‌شود، خاله سیما از دختر کوچکی که گلاره نام دارد می‌پرسد که او با چه کسانی مجاز است به حمام برود و گلاره می‌گوید: «فقط و فقط مامان‌جون و عزیزجون و اگر اونا نبودن باباجون». این آموزش در عرض ۲۰دقیقه تمام می‌شود و سیما می‌گوید دغدغه آموزش‌دادن بخشی از مسائل جنسی و همچنین دفاع شخصی در برابر آموزش جنسی به کودکان وقتی برایش مهم شده که دخترخاله کوچکش مورد تعرض دوست صمیمی و خانوادگی‌شان قرار گرفته است. سیما می‌گوید: «آن مرد صمیمی‌ترین و نزدیک‌ترین فرد به خانواده کوچک دخترخاله‌ام و همسرش بود؛ کسی که تقریبا همیشه آخر هفته‌ها را با او می‌گذراندند. بعد از یک مدت می‌بینند دختر کوچکشان که فقط شش سال داشت ضعف شدید جسمانی دارد و شب‌ها در خواب هذیان می‌گوید و جیغ می‌زند. یک‌بار هم توی مهدکودک از حال رفته بود و خلاصه بعد از چند جلسه پزشک و مشاوره به مادرش گفته بود من بازی‌هایی که عمو میثم با من می‌کند را دوست ندارم و وقتی جزئیات را گفته بود فهمیده بودند وقتی دوستشان به بهانه پارک دخترک را بیرون می‌برد و یا آنها بچه را پیش او می‌گذارند تا به کارشان برسند، او در نهایت پستی از بچه سوءاستفاده جنسی می‌کند».

سیما می‌گوید بعد از این اتفاق و از هم پاشیدن زندگی دخترخاله‌ام به بهزیستی و آموزش‌وپرورش رفتم و از آنها خواستم به من اجازه بدهند تا درباره این موضوع کار کنم ولی آنها گفتند چنین آموزشی را در چارت‌های تعریف‌شده ندارند. خلاصه من هم محل‌به‌محل به مهدکودک‌ها سر زدم و با مسئولان مهدکودک‌ها صحبت کردم و گفتم می‌خواهم در راه خدا به این بچه‌ها آموزش دهم و حالا با چند مهدکودک در مناطق مختلف شهر قرارداد دارم.

سیما تصریح می‌کند که البته پذیرش چنین آموزشی به خانواده‌ها هم گارد زیادی را ایجاد می‌کند و بسیاری از خانواده‌ها وقتی می‌فهمند چنین آموزشی در مهدکودک فرزندشان وجود دارد، با دادوبیداد بچه را از مهدکودک ما می‌برند. ولی من فکر می‌کنم آن‌قدر باید جلو این نگاه ایستاد تا خانواده‌ها یاد بگیرند به کودکانشان درباره خطرهای مهم آموزش دهند.

اما حالا ماجرا کمی تغییر کرده است، بعد از اتفاق ناگواری که برای ستایش، کودک افغانستانی شهرستان ورامین، افتاد و بعد از اینکه مورد تجاوز قرار گرفت و کشته شد، مسئولان امر احساس نگرانی کرده‌اند. حالا به گفته مدیرکل امور اجتماعی استانداری تهران، قرار است آموزش‌های پیشگیری از آزار جنسی کودکان در مهدها و پیش‌دبستانی‌ها قانونی و اجباری شود. سیاوش شهریور، مدیرکل امور اجتماعی و فرهنگی استانداری تهران، به «شرق» می‌گوید: «بعد از اتفاق تلخ ورامین و ازبین‌رفتن آن دخترک شش‌ساله، بالاخره این نیاز احساس شد که کودکان ما در زمینه مسائل جنسی مهارت ندارند. قرار است در طرح ما بچه‌ها اطلاع داشته باشند، تا بتوانند به رویین‌تنی و دفاع شخصی برسند و آن را آموزش ببینند». وی افزود: «ما در این طرح تمام هدفی که دنبال می‌کنیم این است که کودکان به بلوغ ذهنی برسند تا خودشان را در اختیار افراد سودجو قرار ندهند و بدانند فرق بازی با آزار جنسی چیست. کودکان باید در این طرح یاد بگیرند بدن آنها شخصی است و هیچ‌کس اجازه ورود به آن را ندارد و اگر رفتار توهین‌آمیزی با آنها انجام شد، خودشان توانایی و مهارت دفاع داشته باشند و خود را در اختیار کسی قرار ندهند». این مقام مسئول در ادامه و در پاسخ به این سؤال که برای اجرائی‌کردن این طرح چه اقداماتی توسط آنها انجام شده، تصریح کرد: «ما از استادان فن برای پیگیری این ماجرا استفاده کردیم و متوجه شدیم یکی از استادان دانشگاه علامه‌طباطبایی کتابی بسیار جامع و کامل در حوزه آزار جنسی دارد و بعد از مطالعه کتاب به این نتیجه رسیدیم که این کتاب مباحث مدرنی دارد و البته خطوط قرمز مدنظر ما نیز در آن رعایت شده است. محتوای این کتاب این ارزش را دارد که روی آن کار شود و مورد استفاده قرار گیرد که به همین منظور تفاهم‌نامه‌ای با این استاد دانشگاه منعقد کردیم که آموزش‌هایی از طریق این کتاب در پیش‌دبستانی‌ها و مهدکودک‌ها به بچه‌ها ارائه شود».

دکتر راضیه میرانی‌نژاد، روان‌شناس کودک و عضو هیأت علمی دانشگاه شهید بهشتی، در گفت‌وگو با «شرق» درباره نحوه آموزش جنسی به کودکان تصریح کرد: «آموزش مسائل جنسی به کودکان آداب و شرایط خاص خود را دارد. کسی باید در این‌باره با کودکان صحبت کند که یا به وی خیلی نزدیک باشد یا متخصص باشد. برای همین در آموزش مسائل جنسی و جلوگیری از خطرهای جنسی به کودکان آنچه که شاید بیش از خود آموزش به کودک مهم است، آموزش به والدین است. آنها باید بدانند که با حفظ حریم‌ها باید با کودکان صحبت و از بی‌پرده‌گویی و پرده‌دری پرهیز شود». وی افزود: «به‌طورکلی آموزش مسائل جنسی به کودکان از سه‌سالگی شروع می‌شود و از زمان شروع آموزش هم آن چیزی که باید خانواده‌ها با دقت به آن نگاه کنند این است که آموزش مسائل جنسی از زمانی کلید می‌خورد که خود کودک درباره‌اش سؤال می‌کند یا در شرایطی که کودک در برابر اندام‌های جنسی‌اش بی‌تفاوت است، یعنی اصراری برای پوشاندن آن ندارد. این لحظات بسیار کلیدی و مهم است». میرانی‌نژاد در ادامه با تأکید براینکه در آموزش مسائل جنسی به کودکان نباید دروغ گفته شود، افزود: «وقتی کودک درباره جایی که از آن آمده سؤال می‌کند، مادر باید بگوید که او در شکمش رشد کرده. هرچه سن کودک بالاتر می‌رود پاسخ‌ها می‌تواند بیشتر بسط پیدا کند. در آموزش به کودک خصوصی‌کردن و شخصی نشان‌دادن اندام‌های جنسی به بچه‌ها مهم است زیرا یاد می‌گیرند از خودشان مراقبت کنند. نکته مهم آن است در این آموزش جنسی نباید کودکان به خاطر اندام جنسی‌شان شرمسار شوند. وی افزود: «نباید حس خجالت از رشدکردن را در کودک بزرگ کرد. کودک باید بفهمد همان‌طورکه کسی اجازه ندارد به زبانش دست بزند و یا انگشتش را در گوش او فرو کند، حق این را هم ندارد که اندام جنسی او را لمس کند. او باید بفهمد تنها کسی که اجازه دارد بدن او را لمس کند، مادر یا پدر است و آن‌هم در مواقع لزوم. ما باید یادمان باشد ایجاد خجالت در کودک باعث می‌شود اگر تعرضی برای وی پیش آمد، او از گفتن آن به خانواده‌اش امتناع ورزد».

عضو هیأت‌علمی دانشگاه شهید بهشتی در پاسخ به این سؤال که خانواده باید در برابر کودکی که به او تعرض‌شده چه رفتاری داشته باشند، گفت: «دو عکس‌العمل به معنای ازبین‌رفتن روح کودک است. یکی اینکه او را نادیده بگیرید و دیگر اینکه به او حمله کنید. اگر والدین درباره آزار و تعارض جنسی کودک حرفی نزنند، کودک با یک احساس گناه بزرگ می‌شود و عقده‌های جنسی در او پدیدار می‌شود و اگر به او حمله کنند نیز شرایط روحی او تا ابد دستخوش تغییر می‌شود. والدین باید یاد بگیرند در چنین شرایطی با کودکشان صحبت کنند و در داشتن این تجربه تلخ با او سهیم شوند. وقتی کودک همدردی خانواده‌اش را ببیند، اضطراب کشنده از او دور می‌شود. کودکی که به او تعرض می‌شود، به‌خصوص اگر با خشونت همراه باشد، دچار پدیده PTSD یا استرس پس از حادثه می‌شود. یعنی اتفاق بدی برای او پیش‌آمده و تمام‌شده ولی حجم احساس منفی و هیجان در او مانده است. عزت نفس و حرمت نفس در این موضوع به‌شدت در معرض خطر است. کودک با به یادآوری موضوع دچار حمله اضطرابی می‌شود. حتی اگر خودش را کنترل کند حمله اضطرابی تبدیل به اضطراب انتشاری در موضوعات دیگر می‌شود؛ مثلا اینکه از فضای بسته و از صدای بلند می‌ترسد و به اصطلاح دامنه ترس‌هایش افزایش پیدا می‌کند. ضمن آنکه ممکن است افکار وسواسی پیدا کند و با کوچک‌ترین صدا عصبی شود».

وی در پایان خاطرنشان کرد: «اگر خانواده متوجه شوند به کودک چندین بار تعرض شده است، مداخلات روان‌شناسی می‌تواند آنها را از تصمیم‌های غیرعادی بپرهیزاند. کودکانی که آموزش‌های لازم را می‌بینند و اطلاعات و آگاهی بهتری دارند، میزان آسیب‌پذیری‌شان نسبت به کودکانی که هیچ آموزش جنسی‌ای ندیده‌اند و هیچ آشنایی درباره بدن‌شان و آزارهای جنسی ندارند کمتر است. پس همیشه تأکید بر پیشگیری است».

پزشکان عقیده دارند آموزش درباره آزار جنسی کودکان را باید از نام‌بردن اعضای بدن آغاز کرد. یک‌به‌یک همه اعضای بدن را نام ببریم و او هم تکرار کند. بعد با همان خونسردی که درباره بقیه اعضای بدن حرف می‌زنیم، درباره اندام‌های جنسی کودک نیز حرف بزنیم. توجه داشته باشید باید از اسامی درست برای نامیدن اعضای جنسی استفاده کنید. هیچ‌گاه از اسامی غیرواضح، خنده‌دار یا کودکانه و تمسخرآمیز استفاده نکنید. علت این است که کودک باید واژه‌های درست را بداند تا بتواند اتفاقی را که برای او رخ‌داده است درست توصیف کند.

یادداشت

مصلای امام خمینی پروژه‌ای که پایان ندارد

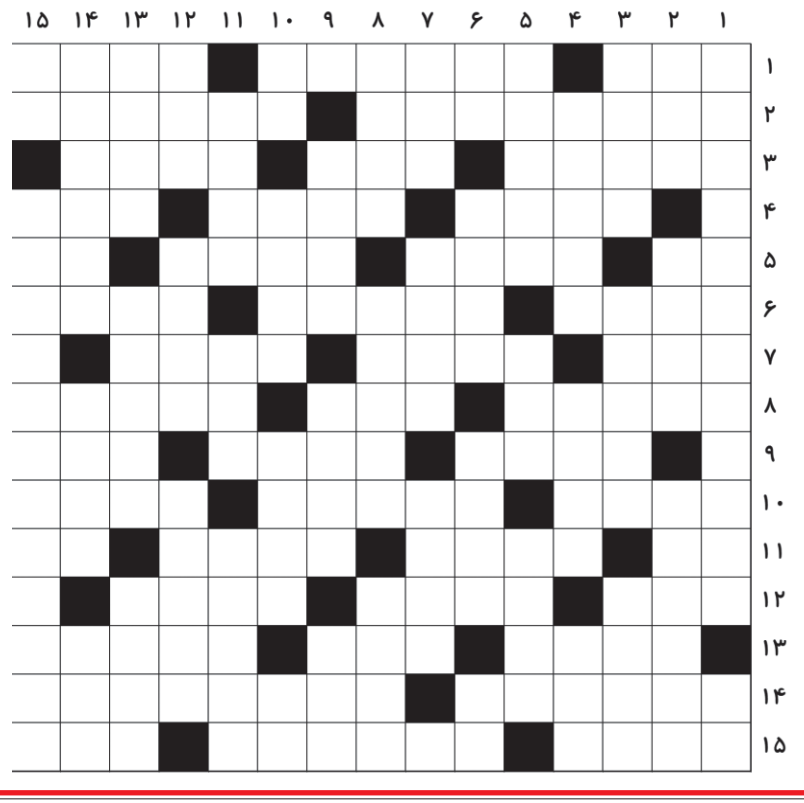
محمدمهدی تندگویان

سال‌هاست در عبور از تعدادی از اصلی‌ترین معابر شهر تهران، چشم‌هایمان به دیدن پس‌زمینه‌ای از ساختمان ناتمام مصلای امام خمینی (ره) عادت کرده است. گنبد و گلدسته‌های بتونی نیمه‌کاره مصلای امام خمینی (ره) مانند تابلویی ثابت، چنان در نظرمان کهنه شده‌اند که شاید روزی از دیدن بنای تکمیل آن دچار چندگانگی ذهنی و تعجب شویم.

مصلای امام خمینی (ره) سال‌های بسیاری است که همچنان با چندین غول عظیم کمبود بودجه و نارسایی مدیریتی و بلاتکلیفی‌های متعدد دست‌به‌گریبان است. این پروژه عمرانی که بیش از ربع قرن از تاریخ آغازش می‌گذرد، همچنان با هیبتی ناتمام سرنوشت مبهمش را نظاره‌گر است. همان‌گونه که در تمام این سال‌ها شاهد اتفاقات و حواشی‌های آن بوده است؛ فرسوده شده و از فراموش‌شدن اهداف اولیه شکل‌گیری‌اش رنج می‌برد. سخن از پروژه مصلای امام خمینی (ره) با انگیزه‌های بسیار، مملو از شور و هیجان در سال‌های اولیه دهه ۶۰ آغاز شد. در دورانی که مصلا تنها مفهوم نمازگاه و محل نمازگزاری داشت. در آن روزها حتی طرح‌های بین‌المللی ارسال شده از اقصی‌نقاط جهان، نتوانست رضایت متولیان را جلب کند و درخور این مکان مقدس شود. سخت‌گیری و ریزبینی در مقام طرح آن‌قدر شدت داشت که درنهایت گزیده‌ای از ویژگی‌های نیکوی طرح‌های برتر از سوی پرویز مؤیدعهد در یک طرح جمع‌آوری و از سوی جمیع استادان و مسئولان تأیید شد. آن زمان هنوز کسی از پیچ‌وخم نامتناهی اجرا خبر نداشت. سخن تنها از ساخت مجموعه‌ای بود که محل برگزاری یکی از بزرگ‌ترین فریضه‌های اسلام باشد و شأن جامعه اسلامی را به جهان نشان دهد. سخن از ساخت نمازگاهی بود که یادآور سادگی نمازخانه‌های صدر اسلام و باعث تجلی ارزش‌های والای اسلامی باشد. این‌گونه بود که شهروندان تهرانی و هم‌وطنان ایرانی با چشمی مشتاق و دلی امیدوار به آغاز پروژه چشم دوخته و انتظار روز افتتاح را کشیدند. انتظاری که این روزها در پس سؤال‌های بسیار و بسیار گم شده است. البته مردم با گذشت سال‌ها سؤالاتشان را فراموش نخواهند کرد. آنها هنوز هم آگاه‌اند که برگزاری نمازهای جمعه در گرما و سرما و شرایطی گاه بسیار دشوار حقشان نیست. هنوز هم در دلشان تکرار می‌کنند چگونه می‌شود که محل صلات، حال محل برگزاری نمایشگاه‌های متفرقه شده است و در عوض دانشگاه محل برگزاری نماز! اعتراضات مکرر آنها و حتی همسویی مراجعان به نمایشگاه‌ها با کلام حقشان، نشان از درخواست‌های نومیدانه مردم برای احیای عملکرد راستین این مجموعه دارد. مردم به خاطر می‌سپارند مسئولان امر بارها و بارها اتمام پروژه را منوط به اختصاص بودجه‌های مازاد دانسته‌اند. بودجه‌هایی که هم اختصاصشان مبهم بوده و هم به‌ثمررساندن وعده‌شان. مگر نه آنکه در سال ۱۳۹۰ اعلام شد در صورت تخصیص بیش از ۸۰۰ میلیارد تومان، پروژه در سال ۱۳۹۵ به بهره‌برداری خواهد رسید. اکنون درحالی‌که نیمه نخست سال ۱۳۹۵ در گذار است، همچنان صدای آشنای کمبود بودجه برای وعده‌های سده ۱۴۰۰ به گوش می‌رسد.

ادامه در صفحه ۱۷

جدول ۲۵۸۸ ■ طراح: بیژن گورانی



افقی:

۱- انبرک جراحی- از ابزارهای شبکه جهانی اینترنت- پسران عرب ۲- از جامه‌ای معتبر تنیس جهان- فرآورده‌های شیری ۳- آسمانی- انحلال معامله- راه‌یافتن به داخل چیزی ۴- بها- امانتداران- وسیله بازی ۵- پوستین- پهلوان تورانی شاهنامه- شهری در برزیل- موجب اذیت و آزار دیگران ۶- واحد اندازه‌گیری شدت جریان الکتریکی- برافروخته- تازه زایمان کرده ۷- مجلس اعیان- علوفه‌فروش- لاستیک داخلی تایر خودرو ۸- عنکبوت- درخت انگور- شهری در استان بوشهر ۹- سرپوشیده- پنج گنج نظامی- شهری در آلمان ۱۰ - مایه دردسر- گذراندن و صرف‌کردن- بادبان کشتی ۱۱- صد مترمربع- سوره هشتادوششم قرآن- پیمان اقتصادی کشورهای آمریکای شمالی و مرکزی- برهنه ۱۲- از مهم‌ترین منابع انرژی- گستردگی- گریزان ۱۳- معادل فارسی ویلچر- تندر- رمان مشهور دافنه دوموریه ۱۴- بندری در جنوب شرقی چین- طولانی ۱۵- پیشرفتگی وسیع آب در خشکی- نازک نارنجی- به تنهایی.

عمودی:

۱- کنایه از آنکه اندامی بسیار لاغر و باریک دارد- مغز سر ۲- نصف- خواهش- گودال طبیعی پر شده از برف ۳- از هفت‌سین نوروزی- شهری در ایتالیا- زبان آذری ۴- دستگاه تولیدکننده بخار- چیرگی- صلیب ۵- طعام عروسی- بداخلاق- OK ۶- ما نگوییم... و میل به ناحق نکنیم- ژرف اندیشی- سوار بر اسب- صدای زنبور ۷- نوعی ماهی خوراکی دریای خزر- قلعه بالای کوه- فرو رفته ۸- خبرگزاری ایتالیا- فخر فروشی- چندتا بودن ۹- خم کوچک- قوس- صومعه ۱۰- تپه کوچک- خویشاوندی- خروج ناگهانی و شدید هوا از ریه- رنج بی‌پایان! ۱۱- در بیان علت به کار می‌رود- تنها- چپاول ۱۲- الفت- بیش- سیاه زخم ۱۳- خانه‌های عرب- برکه- شادمانی و نشاط ۱۴- بیماری- میوه خون‌ساز- شیرینی سوغات کرمانشاه ۱۵- اسب تبریزی- بانوی شاعر ایرانی با مناظره‌های بی‌نظیر در شعر.

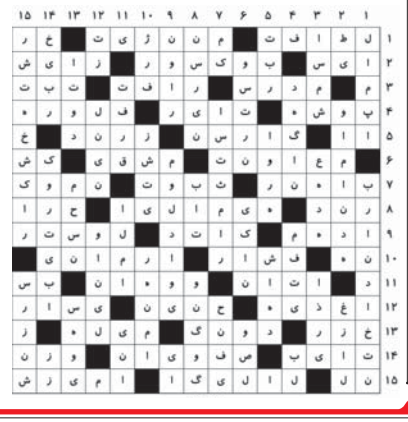
حل سودوکو سخت

۴	۱	۹	۵	۶	۷	۳	۲	۸
۷	۲	۶	۱	۳	۸	۵	۴	۹
۸	۳	۵	۲	۴	۹	۶	۷	۱
۵	۸	۳	۹	۷	۱	۲	۶	۴
۹	۴	۲	۶	۸	۵	۷	۱	۳
۶	۷	۱	۳	۲	۴	۹	۸	۵
۱	۵	۷	۸	۹	۲	۴	۳	۶
۲	۶	۸	۴	۵	۳	۱	۹	۷
۳	۹	۴	۷	۱	۶	۸	۵	۲

حل سودوکو ۱۵۸۴

۴	۷	۹	۲	۱	۸	۳	۶	۵
۵	۳	۸	۹	۷	۶	۲	۱	۴
۱	۶	۲	۳	۴	۵	۷	۹	۸
۳	۲	۴	۱	۶	۹	۵	۸	۷
۶	۱	۵	۷	۸	۴	۹	۲	۳
۸	۹	۷	۵	۲	۳	۱	۴	۶
۷	۵	۶	۴	۹	۲	۸	۳	۱
۲	۸	۱	۶	۳	۷	۴	۵	۹
۹	۴	۳	۸	۵	۱	۶	۷	۲

جدول ۲۵۸۷



سودوکو ۱۵۸۵

قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.

۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

۸				۷	۹			۴
			۴	۵		۷		۳
				۳		۹	۶	
		۸	۳	۱	۶			
	۶		۷		۵			
		۷		۸		۱		
۳					۲		۴	۸
۱			۵			۶		
	۴							۲

سودوکو ۱۵۸۵

سودوکو

سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

		۹		۵	۲	۳		۸
۷		۳			۱	۹	۲	
		۵	۳	۷				۶
		۱				۸		۷
۴	۵		۹		۷		۳	
۹					۸	۵		۱
	۳	۴		۲	۵	۷	۶	
	۹	۷	۱		۴			۳
۸	۶				۳			