خبر

ابتلای بیش از یک میلیارد نفر به اختلالات روانی

ایسنا: طبق داده‌هایی که به‌تازگی از سوی سازمان جهانی بهداشت (WHO) منتشر شده است، بیش از یک میلیارد نفر در جهان با اختلالات روانی زندگی می‌کنند؛ با بیماری‌هایی مانند اضطراب و افسردگی که هزینه‌های سنگین انسانی و اقتصادی به بار آورده است. درحالی‌که بسیاری از کشورها سیاست‌ها و برنامه‌های سلامت روان خود را تقویت کرده‌اند، هنوز سرمایه‌گذاری و اقدامات بیشتری در سطح جهانی برای افزایش خدمات جهت محافظت و ارتقای سلامت روان مردم مورد نیاز است. بیماری‌های روانی مانند اضطراب و افسردگی در همه کشورها و جوامع بسیار شایع هستند و افراد را در هر سن و سطح درآمدی تحت تأثیر قرار می‌دهند. این بیماری‌ها دومین دلیل بزرگ ناتوانی طولانی‌مدت هستند که به از دست دادن زندگی سالم منجر می‌شوند.

یادداشت

به وزیر محترم علوم، تحقیقات و فناوری

ادامه از صفحه اول

تحول و نوآوری در کشور ما اغلب از دانشگاه شروع می‌شد و همه چشم به دانشگاه داشتند، اما گمان برده می‌شود امروز چنین نیست. به مدیران فرهنگی بگویید دانشگاه متعلق به همه دانشجویان است و باید برنامه‌های متنوع برای همه داشته باشند، نه چون گذشته بودجه فرهنگی برای برنامه‌های خاص و برای عده‌ای خاص صرف شود. انفعال دانشجویان به دلیل سیاست‌ها و برنامه‌ها را با فضایی آرام اشتباه نگیریم. گاهی اجرای یک برنامه کوچک علمی نیاز به طی‌کردن بوروکراسی عجیب و غریب دارد. در برخی دانشگاه‌ها حتی اجازه داده نمی‌شود استادان معروف دانشگاه‌های دیگر برای نشست دعوت شوند. هنوز اجرای موسیقی و تئاتر در برخی دانشگاه‌ها تابو است و گاهی حتی امکان تمرین هم برای این گروه‌ها وجود ندارد. در برخی دانشگاه‌ها در دوره قبل اجازه تأسیس و راه‌اندازی یک کافه‌کتاب هم نمی‌دادند و کافه‌های قبلی را گاهی به بهانه خنده‌های دانشجویان تعطیل کردند. نگذارید چنین اتفاقاتی تکرار شود. دانشجویان را صغیر ندانیم؛ آنها ذی‌شعورند، هرچند گاهی نیاز به تلنگر دارند. کنترل‌های بیش از حد که گاهی حریم خصوصی دانشجو را هم نقض می‌کند، منجر به آنومی می‌شود، احساس تنهایی و فردگرایی خودخواهانه را بیشتر می‌کند.

نمود و بیان خود یکی از ویژگی‌های اصلی عصر ماست. انسان‌ها و بیشتر از همه نوجوانان و جوانان دوست دارند خود را بیان کنند. به دنبال فضایی هستند برای تجلی و بروز استعدادها و توانایی‌ها. آیا دانشگاه می‌تواند به تجلی و بیان خود دانشجویان کمک کند یا با سازوکارهای مختلف از بیان خود جلوگیری می‌کند؟ چیزها تا به نمایش درنیایند و بروز نیابند، گویی نیستند. این نسل بیش از همه دوست دارد خود را بیان کند. فضایی فراهم آوریم برای بیان خود براساس چارچوب‌های قانونی.

مدام از مهارت‌آموزی دانشجویان گفته می‌شود، اما به اشتباه فکر کردیم مهارت یعنی مهارت‌های فنی‌وحرفه‌ای و رفتیم سراغ سازمان فنی‌وحرفه‌ای برای برگزاری دوره. اگر دانشجویان می‌خواستند مهارت‌های فنی یاد بگیرند و کارگر ماهر شوند، دانشگاه نمی‌آمدند. مهارت فقط آن نیست که در سازمان فنی‌وحرفه‌ای آموزش داده می‌شود؛ مهارت‌های آکادمیک و مهارت‌های نرم (اجتماعی و انسانی) مهم‌تر است. سازمان فنی‌وحرفه‌ای خود نیازمند مهارت‌آموزی است. باور کنید در برخی دانشکده‌ها تابلو مهارت‌آموزی یا مشاوره شغلی و کارآفرینی نصب شده، اما اصلا چنین چیزی وجود خارجی ندارد. در برخی دانشگاه‌ها مراکز رشد به جای اینکه محلی باشد برای رشد دانشجو، تبدیل شده به ویترین و محل نمایش دانشگاه در زمان‌های خاص، آن‌هم با دعوت از شرکت‌های بیرونی. مراکز رشد هرچند در دانشگاه‌ها مستقرند، اما از دانشگاه فک شده‌اند؛ لازم است در دانشگاه حک شوند. گاهی تصور می‌شود این مراکز فضایی هستند برای دفتر کار تقریبا رایگان شرکت‌های بیرونی، بدون ارائه خدمات به دانشجویان. اغلب دانشگاه‌ها تقریبا هیچ ارتباط منسجمی با فارغ‌التحصیلان خود ندارند و با آنها به‌مثابه غریبه رفتار می‌کنند؛ به نحوی که امکان ورود آنها به دانشگاه دشوار است. گاهی در حد برگزاری یک جشن در برخی دانشگاه‌ها این تعامل وجود دارد؛ درحالی‌که می‌توان از توان و پتانسیل فارغ‌التحصیلان برای دانشجویان جدید استفاده کرد و آنها را با هم لینک کرد.

کمتر از دو هفته دیگر به بازگشایی دانشگاه‌ها مانده است. چه سیاست و برنامه‌هایی برای ایجاد محیطی پر شور و شوق توأم با احترام و منزلت در دانشگاه‌ها طراحی شده است؟ کاری کنیم نسل جدیدی که با انواع چالش‌ها در دوران نوجوانی روبه‌رو بوده، در دانشگاه احترام و منزلت یابد و لبخند به لب به آینده امیدوار باشد.

مکاتب اقتصادی و نقش آن در سیاست‌گذاری

مسعود نیلی: اقتصاد علم داده است، نه میدان نزاع ایدئولوژیک

نشست اخیر شاخه جوانان حزب ندای ایرانیان با حضور دکتر مسعود نیلی، استاد اقتصاد دانشگاه صنعتی شریف، به موضوع «مکاتب اقتصادی و نقش آن در سیاست‌گذاری» اختصاص داشت. او با نگاهی انتقادی به فضای فکری کشور تأکید کرد که علم اقتصاد در ذات خود «مکتب‌محور» نیست و تصمیمات اقتصادی دولت‌ها بیش از آنکه محصول ایدئولوژی باشند، نتیجه جبر شرایط هستند. نیلی در این سخنرانی کوشید سوءبرداشت‌ها درباره مکاتب اقتصادی را کنار بزند و جایگاه واقعی علم اقتصاد در سیاست‌گذاری را روشن کند.

سوءبرداشت از مکاتب اقتصادی

نیلی سخنانش را با توضیح درباره برداشت رایج در ایران آغاز کرد: «در فضای عمومی کشور، اقتصاددانان معمولا به سه گروه تقسیم می‌شوند؛ لیبرال‌ها یا نئولیبرال‌ها، نهادگرایان و طرفداران اقتصاد اسلامی. این تقسیم‌بندی، بیشتر ساخته و پرداخته فضای سیاسی و رسانه‌ای است تا نتیجه فعالیت علمی». به گفته او، این تصور که در دانشگاه‌های بزرگ دنیا مانند هاروارد، ام‌آی‌تی یا برکلی استادان اقتصاد براساس تعلقات مکتبی دسته‌بندی می‌شوند، نادرست است. «آنچه تدریس می‌شود، علم اقتصاد مبتنی بر داده و روش علمی است؛ نه برچسب‌هایی چون لیبرال یا نهادگرا».

اختلافات علمی، نه صف‌آرایی ایدئولوژیک

او تأکید کرد که هسته علم اقتصاد بر سه بخش استوار است: اقتصاد خرد، اقتصاد کلان و اقتصادسنجی. در اقتصاد خرد و اقتصادسنجی اساسا چیزی به نام «مکتب» وجود ندارد؛ همه چیز بر پایه مدل‌های علمی و داده‌هاست. تنها در اقتصاد کلان است که می‌توان از رویکردهای متفاوت سخن گفت. در این حوزه، کینزی‌ها بر نقش فعال دولت در سیاست‌های پولی و مالی تأکید دارند، درحالی‌که کلاسیک‌ها بر خودتنظیمی بازارها باور دارند. اما نیلی توضیح داد: «این تفاوت‌ها بیشتر ناشی از فرضیات متفاوت علمی است تا صف‌آرایی ایدئولوژیک. همه اقتصاددان‌ها در یک چارچوب مشترک علمی بحث می‌کنند».

جبر شرایط؛ چرا سیاست‌ها شبیه هم می‌شوند؟

بخش مهمی از سخنان نیلی به تجربه ایران اختصاص داشت. او گفت: «وقتی به سیاست‌های اقتصادی دولت‌های مختلف نگاه می‌کنیم، با وجود تفاوت‌های سیاسی و فرهنگی، شباهت زیادی میان تصمیمات آنان می‌بینیم. این شباهت‌ها محصول غلبه یک مکتب خاص نیست، بلکه نتیجه جبر شرایط است». او نمونه‌هایی روشن آورد: دولت احمدی‌نژاد در آغاز با افزایش قیمت انرژی مخالف بود و آن را ضد عدالت می‌دانست، اما در دوره خود بیشترین افزایش قیمت حامل‌های انرژی را اجرا کرد. دولت‌های بعدی هم با وجود شعارهای انتخاباتی، ناچار شدند سیاست‌های مشابهی مثل حذف ارز ترجیحی را در دستور کار قرار دهند. به گفته نیلی، وقتی هزینه یارانه نان یا مصرف بنزین غیرقابل تأمین می‌شود، هیچ دولتی توان ادامه وضع موجود را ندارد. «سیاست‌مدار ناگزیر است تصمیم بگیرد، حتی اگر برخلاف شعارهای اولیه‌اش باشد».

روش علمی؛ حلقه مفقوده اقتصاد ایران

نیلی در بخش دیگری از سخنانش از بی‌اعتنایی به روش علمی در اقتصاد ایران انتقاد کرد. او گفت: «وقتی جهش نرخ ارز به یک کانال تلگرامی نسبت داده می‌شود، یعنی خرافه جایگزین علم اقتصاد شده است». او یادآور شد که در علم اقتصاد، مدل‌های دقیق برای توضیح نرخ ارز، تورم یا بی‌کاری وجود دارد؛ مدل‌هایی که براساس داده و آزمون علمی شکل گرفته‌اند. اما در ایران، به جای این تحلیل‌ها، ساده‌سازی‌های پوپولیستی رواج یافته است.

نقش واقعی دولت

نیلی سپس به بحث نقش دولت در اقتصاد پرداخت و آن را در سه سطح تعریف کرد: ● عرضه کالاهای عمومی مانند امنیت، آموزش و بهداشت. ● تنظیم‌گری بی‌طرفانه برای حل تعارض منافع میان تولیدکنندگان و مصرف‌کنندگان. ● ثبات‌بخشی به اقتصاد کلان از طریق کنترل تورم.

او با انتقاد از وضعیت موجود گفت: «در ایران نقش‌ها جابه‌جا شده‌اند؛ دولت در جاهایی که نباید دخالت می‌کند، مثل قیمت‌گذاری جزئی و در جاهایی که باید فعال باشد، مثل کنترل تورم، غایب است».

نهادگرایی اصیل و ایران

در پاسخ به پرسشی درباره نهادگرایی، نیلی تأکید کرد که معنای واقعی نهادگرایی را باید در آثار اقتصاددانانی چون داگلاس نورث، آمارتیا سن و رونالد کوز جست‌وجو کرد.

او افزود: «آموزه‌های این اندیشمندان می‌تواند برای ایران بسیار آموزنده باشد. اما در ایران، نهادگرایی به اشتباه معادل مخالفت با تغییر قیمت‌ها معرفی شده است».

آینده اقتصاد در عصر دیجیتال

نیلی در پایان به تحولات جهانی اشاره کرد و گفت: «انقلاب دیجیتال و ورود داده‌های عظیم و هوش مصنوعی، حوزه اقتصادسنجی را دگرگون خواهد کرد. احتمالا طی سال‌های آینده آموزش و پژوهش اقتصاد با تغییراتی اساسی مواجه می‌شود».

نیلی در جمع‌بندی سخنان خود گفت: «اقتصاد مثل پزشکی است؛ نسخه براساس نوع بیماری نوشته می‌شود، نه براساس مکتب». به باور او، مشکل ایران نه تسلط یک مکتب خاص، بلکه فقدان روش علمی در سیاست‌گذاری و اجرای پرخطای تصمیمات است.

ارزیابی نهایی اقتصاد ایران در شانگهای

امیررضا اعطاسی

اجلاس‌های سازمان همکاری شانگهای (SCO) همواره زمینه‌ای برای نمایش قدرت سیاسی و تأکید بر نظم نوین جهانی بوده‌اند. اما برای کشوری مانند ایران که تحت شدیدترین تحریم‌های مالی قرار دارد، عضویت در این سازمان یک هدف دیپلماتیک صرف نیست، بلکه یک آزمون حیاتی برای کارآمدی اقتصادی است. اهداف ایران از ورود به این باشگاه مشخص و کاملا عمل‌گرایانه بود: اول، ایجاد یک کانال مالی جایگزین برای دورزدن سلطه دلار و تحریم‌های بانکی؛ و دوم، جذب سرمایه برای تکمیل پروژه‌های زیرساختی استراتژیک. پس از چند سال عضویت، اکنون زمان آن رسیده که یک صورت‌حساب صریح تهیه شود: آیا ایران به این اهداف دست یافته است؟

هدف اول: معمای حذف دلار و واقعیت سخت مالی

شعار محوری و جذاب حذف دلار و استفاده از ارزهای ملی، همواره در کانون بیانیه‌های اقتصادی SCO قرار داشته است. ایران نیز به‌درستی این ابتکار را به‌عنوان راه نجاتی برای سیستم بانکی منزوی خود تلقی می‌کرد. اما بررسی دقیق مکانیسم‌های موجود، یک واقعیت تلخ را آشکار می‌کند. در عمل، «نقشه راه تسویه با ارزهای ملی» برای ایران بیشتر یک بیانیه سیاسی باقی مانده تا یک ابزار کارآمد اقتصادی.

هدف دوم: کالبدشکافی پروژه‌های زیرساختی معلق

مهم‌ترین ویترین اقتصادی ایران در سازمان، کریدور شمال-جنوب بوده است. انتظار می‌رفت که چتر سیاسی سازمان، قفل تأمین مالی این پروژه‌ها را باز کند. جدول زیر، واقعیت را نشان می‌دهد.

نقد عملکرد چین: شریک استراتژیک یا سرمایه‌گذار محتاط؟

بزرگ‌ترین تناقض در استراتژی اقتصادی ایران، نبود حمایت عملی چین از پروژه‌های زیرساختی ایران است. با وجود سند همکاری ۲۵ساله که نویدبخش سرمایه‌گذاری‌های عظیم بود، بانک‌های دولتی و شرکت‌های چینی در عمل از ورود به پروژه‌های بزرگ ایرانی امتناع کرده‌اند. این امتناع، ریشه در یک محاسبه‌گری سرد و عمل‌گرایانه دارد:

۱. حاکمیت منطق تجاری بر سیاست: بانک‌های چینی، حتی دولتی، در نهایت نهادهایی تجاری هستند و ریسک بالای سرمایه‌گذاری در محیط تحریمی ایران، هر پروژه بزرگی را از دیدگاه مالی فاقد توجیه می‌کند.

۲. اولویت‌بندی استراتژیک پکن: پروژه‌های ترانزیتی ایران، اولویت استراتژیک چین نیستند. پکن تمام تمرکز خود را بر ابتکار کمربند-راه (BRI) معطوف کرده که مسیرهای اصلی آن از آسیای مرکزی و پاکستان عبور می‌کنند.

۳. ریسک تحریم‌های ثانویه: غول‌های بانکی و صنعتی چین به‌شدت با اقتصاد جهانی درهم‌تنیده هستند و حاضر به پذیرش ریسک تحریم‌های ثانویه آمریکا برای منافع ایران نیستند.

بنابراین چین نقش یک شریک سیاسی را برای ایران ایفا می‌کند، اما از پذیرفتن نقش یک سرمایه‌گذار متعهد که ریسک مالی پروژه‌های ایرانی را بپذیرد، سر باز می‌زند. برای درک عمیق‌تر ناکامی ایران، مقایسه وضعیت آن با پاکستان، یکی دیگر از اعضای کلیدی سازمان، بسیار روشنگر است. پاکستان نیز مانند ایران، به سازمان شانگهای به‌عنوان منبعی برای تأمین مالی پروژه‌های زیرساختی، به‌ویژه کریدور اقتصادی چین-پاکستان (CPEC)، می‌نگرد. با این حال، یک تفاوت بنیادین وجود دارد: CPEC یک پروژه چندجانبه شانگهای نیست، بلکه یک پروژه استراتژیک کاملا دوجانبه چینی است که از پوشش سیاسی SCO برای کسب مشروعیت منطقه‌ای استفاده می‌کند. تأمین مالی آن مستقیما از طرف بانک‌های سیاست‌گذاری چین تضمین شده است. در مقابل، پروژه‌های ایران فاقد چنین «حامی» قدرتمندی هستند. این مقایسه نشان می‌دهد که مشکل، فقط تحریم‌های ایران نیست، بلکه ساختار خود سازمان است که یک نهاد تأمین مالی نیست، بلکه تنها زمینه‌ای برای پیشبرد پروژه‌هایی است که از قبل حامی قدرتمند دوجانبه دارند.

نتیجه‌گیری: صورت‌حساب واقعی یک استراتژی ناکام

اکنون با قاطعیت می‌توان به سؤال اصلی پاسخ داد: خیر، ایران تاکنون به اهداف اصلی اقتصادی خود از عضویت در سازمان شانگهای دست نیافته است. پیامدهای این ناکامی، که حتی با حمایت سیاسی نزدیک‌ترین شریک یعنی چین نیز جبران نشده، صورت‌حسابی سنگین برای آینده اقتصادی ایران به همراه دارد:

۱. پیامد مالی: تداوم اتکا به اقتصاد خاکستری. از آنجایی که کانال‌های مالی رسمی در SCO برای ایران باز نشد، این کشور ناچار است برای بقای اقتصادی، همچنان به بازار خاکستری نفت و شبکه‌های غیررسمی و پرریسک مالی برای تأمین درآمدهای خود تکیه کند.

۲. پیامد ژئواکونومیک: از دست دادن رقابت ترانزیتی. درحالی‌که پروژه‌های ایران به دلیل کمبود سرمایه متوقف مانده‌اند، کریدورهای رقیب، به‌ویژه «کریدور میانی» که از طریق جمهوری آذربایجان و ترکیه عبور می‌کند و مورد حمایت غرب و ترکیه است، با سرعت در حال توسعه و جذب بار ترانزیتی هستند.

عضویت در شانگهای برای ایران یک دستاورد سیاسی مهم بوده است. اما در عرصه اقتصاد، این عضویت تاکنون یک چک بی‌محل بوده است. سازمان شانگهای یک صندلی در میز تصمیم‌گیری‌های سیاسی منطقه به ایران داده، اما درب خزانه‌داری.

ارزیابی وضعیت واقعی قطعات کلیدی ریلی مرتبط با کریدورهای بین‌المللی (بخش ایران)

قطعه استراتژیک	طول (کیلومتر) / مشخصات فنی	شکاف مالی (میلیارد یورو)	تأمین مالی محقق شده (منبع)	تعهدات کلیدی از اجلاس‌های ۲۳- ۲۴	برآورد هزینه (میلیارد یورو)	تحلیل وضعیت و مانع اصلی
راه آهن رشت–آستارا	۱۶۲ کیلومتر (بسیار پیچیده از نظر فنی)	۱.۶	صفر (وام هنوز عملیاتی و تزریق نشده)	توافقنامه وام دولتی روسیه (اعلام شده در آستانه ۲۴)	۱.۶ ~	مانع: ریسک تحریم ثانویه و عدم تمایل بانک‌های روسی به درگیر شدن در پروژه‌ای که بازگشت سرمایه آن به دلیل تحریم‌های ایران نامشخص است.
راه آهن چابهار–زاهدان	۶۲۸ کیلومتر	۱.۸ ~	۰.۳ (منابع داخلی ایران – ناکافی)	تأکید لفظی هند بر اهمیت پروژه در اجلاس ۲۳	۲.۱ ~	مانع: فاینانس هند به دلیل ترس از تحریم‌های آمریکا به طور کامل معلق است. پروژه با سرعت بسیار کند و با بودجه دولتی قطره‌چکانی پیش می‌رود.
برقی‌سازی تهران–تبریز	۶۰۰ کیلومتر ~ (ارتقاء خط موجود)	۱.۲	فاینانس از چین (امضا شده اما اجرایی نشده)	مذاکرات با طرف چینی در حاشیه اکثر اجلاس‌ها	۱.۲ ~	مانع: عدم صدور ضمانت‌نامه‌های دولتی معتبر از سوی ایران که مورد پذیرش بانک‌های چینی باشد؛ اولویت پایین‌تر نسبت به پروژه‌های جدید.

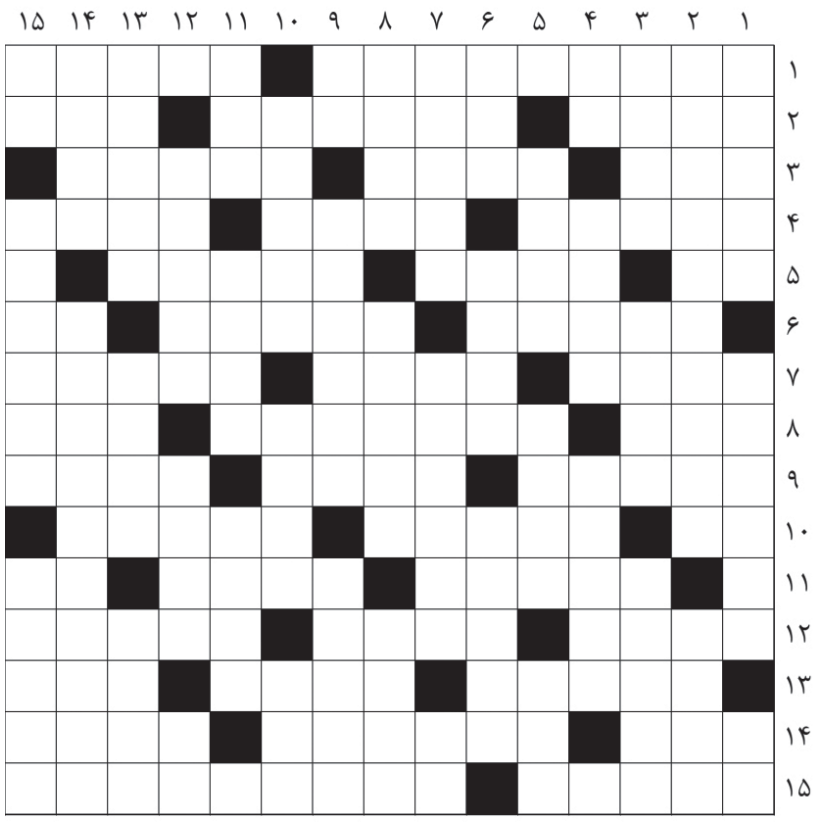
جدول ۵۱۳۹ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- فیلم درام تاریخی حماسی به کارگردانی ریدلی اسکات و بازی اورلاندو بلوم- پرنده مهاجر ۲- ظرف شیشه‌ای برای نگهداری مایعات- ماده‌ای که از سوزاندن شکر به دست می‌آید- مأنوس ۳- شرط دوستی- وضعیت- نیم‌تنه زمستانی ۴- شهری در استان فارس- تاریک- نوبت انجام وظیفه ۵- پهلوان- نان را به تنور می‌زند- خراب ۶- تکیه‌دادن- داروغه- قیمت بازاری ۷- شب‌زنده‌داری- محوکردن- ترساندن عمدی ۸- برادر پدر- شهری در استان ایلام- دوستی ۹- جمع مکسر جسم- باز را خنثی می‌کند- همراه ۱۰- دوستی- قلاب سنگ- معروف‌ترین تراژدی یونان ۱۱- سهل‌انگاری- نامشخص- تکرار یک حرف ۱۲- مجموعه قوانین چنگیزخان- نهایت آرزو- پیشامد ۱۳- گوشه‌ای در آواز ابوعطا- خمیده- پاسخ مثبت ۱۴- ناسزاگویی- همسایه مجارستان و اسلوونی- تلاش و کوشش ۱۵- کلمه تحسین- گیاهی از تیره نعناییان.

عمودی:

۱- پذیرفته‌شدن- واحد اقتصادی که برای تأمین منافع همه اعضا تشکیل می‌شود- حس بویایی ۲- از نوازندگان برجسته و فقید تار در موسیقی ایرانی- قاطر ۳- عقیده و مسلک- زرتشتی- سهل‌انگاری‌کردن ۴- شهر آستان حضرت عبدالعظیم(ع)- بلندقامت- لگام ۵- آهنگر- دیکته- شهری در مازندران ۶- گریستن- ریسمان محکم- حداد ۷- از ادوات ورزش بدن‌سازی- دخالت‌کردن در کاری- تعجب زنانه ۸- سرسری- ریش صورت- به یکدیگر ساییده شده ۹- خمیدگی کاغذ- شخصیت مذهبی- میانگین ۱۰- حقیقت و ذات چیزی- قاعده‌ها و اصل‌های پذیرفته‌شده- کامیون ارتشی ۱۱- برنج پخته- رهاشدن- بسیار بخشنده ۱۲- پاورقی- دیرینگی- ضمیر دوم شخص مفرد ۱۳- مکنده- بشقاب بزرگ لبه‌دار- محروم و بی‌نصیب ۱۴- جهان پهلوان کشتی ایران- کارآگاه مشهور داستان‌های ریموند چندلر ۱۵- پوستین- معادل فارسی قفل- از عناصر طراحی معماری.

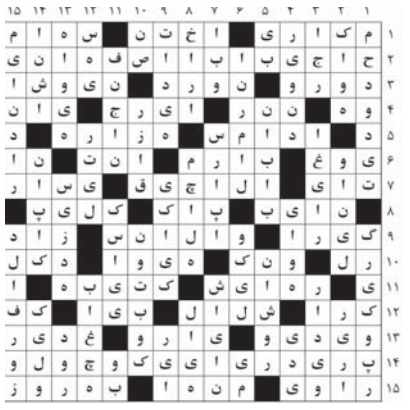


حل سودوکو ۴۱۳۴

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

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

حل جدول ۵۱۳۸



سودوکو سخت ۴۱۳۵

زمان پیشنهادی: ۴۰ دقیقه

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.

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

سودوکو ساده ۴۱۳۵

زمان پیشنهادی: ۲۰ دقیقه

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.

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