روزنامه صبح ایران
سیراز
یکشنبه> ۲۹ مرداد >۱۴۰۲
سال هفتم
شماره ۱۹۰۴

گوناگون

شناسایی عامل جوان‌ساز موش‌ها که شاید انسان‌ها را هم جوان کند

دانشـــمندان آمریکایی و اســـترالیایی از کشـــف اثر یک پروتئین بر جوان‌سازی مغز موش‌ها خبر داده‌اند که شاید روی انسان‌ها هم موثر باشد.

بـــه گزارش ایســـنا و به‌نقـــل از دیلی میل، دانشـــمندان می‌گویند که ممکن اســـت آنها در یک اکتشـــاف علمی خیره‌کننده، به چگونگی معکوس کردن پیری مغز به مدت چند دهه دست یافته باشند.

دانشمندان «دانشگاه کالیفرنیا، سن‌فرانسیسکو»(UCSF) و «دانشـــگاه کوئینزلنـــد»(Queensland University) دریافتنـــد وقتی پروتئیـــن «PF۴» که به طور طبیعی در خون وجود دارد، به موش‌های مسن‌تر داده می‌شود، آنها معکوس شدن میانســـالی را تجربه می‌کنند و موش‌های جوان در صورت دریافت این پروتئین، باهوش‌تر می‌شوند.

این گروه پژوهشـــی، اثـــرات PH۴ را روی موش‌های دو ساله(معادل یک انسان ۷۰ ساله) بررسی کردند و گفتند که عملکرد شـــناختی موش‌ها به عملکرد شـــناختی یک شخص ۳۰ یا ۴۰ ساله تبدیل شده است.

پروتئین PF۴ که توسط پلاکت‌ها ساخته می‌شود، می‌تواند با آرام کردن سیستم ایمنی و متوقف کردن التهاب عامل پیری در مغز و بـــدن، به بازیابی عملکرد مغز کمک کند.

همچنین، دانشـــمندان دریافتند که انتقـــال دادن خون موش‌های جوان به موش‌های مسن‌تر، ورزش کردن و ژن «کلوتو»(klotho) کـــه در روند پیری نقش دارد، راه‌هایی برای وارد کردن PF۴ بیشتر به بدن هستند.

«ســـائول ویلدا»(Saul Villeda) از «موســـسه تحقیقات پیـــری بـــاکار»(Bakar Aging Research Institute) در دانشـــگاه کالیفرنیا، سن‌فرانسیسکو و پژوهشگر ارشد این پروژه گفت: خون جوان، کلوتو و ورزش کردن می‌تواند به نوعی به مغز شما بگوید که عملکرد خود را بهبود ببخشد. ما با PF۴، درک کردن عوامل مؤثر در این جوان‌ســـازی را آغاز کرده‌ایم.

دکتر «دنا دوبال»(Dena Dubal) استاد نورولوژی دانشگاه کالیفرنیا، سن‌فرانسیسکو که اثرات کلوتو را مطالعه کرده است، بیان کرد: وقتی متوجه شدیم که به طور مستقل و ناگهانی به همان نتیجه رسیده‌ایم، تعجب کردیم.

وی افـــزود: این واقعیت که ســـه مداخلـــه جداگانه روی فاکتورهای پلاکتـــی با یکدیگر همراه شـــده‌اند، اعتبار و تکرارپذیری این مفهوم زیست‌شناســـی را واقعاً برجسته می‌کند؛ زمان پیگیری کـــردن اثر فاکتورهای پلاکتی در سلامت مغز و تقویت شناختی فرا رسیده است.

در هر حال، این پژوهش هنوز مقدماتی است و به آزمایش کردن روی انسان و موش نیاز دارد. از سوی دیگر، مشخص نیســـت که خاموش کردن سیستم ایمنی برای جلوگیری از پیری می‌تواند چه اثراتی بر بدن انســـان داشته باشد. از جمله این اثرات می‌توان به تأثیرگذاری بر توانایی ما برای مبارزه با بیماری اشاره کرد.

دانشمندان در بررسی PF۴ دریافتند که تزریق کردن این پروتئین به حیوانات مسن‌تر می‌تواند با آرام کردن سیستم ایمنی بدن و مغز، بخشـــی از عملکرد مغز آنها را بازیابی کند؛ این حیوانات در وظایف مربوط به حافظه و یادگیری، عملکرد بهتری داشتند.

ویلدا گفت: PF۴ در واقع باعث می‌شود که سیستم ایمنی، جوان‌تر به نظر برســـد و التهاب کمتر مغز، انعطاف‌پذیری بیشـــتر آن و در نهایت شناخت بیشـــتر را به همراه دارد. ما موش‌های ۲۲ ماهه را که معادل یک انســـان ۷۰ ساله هستند، بررسی می‌کنیم و PF۴ آنها را به سطح عملکردی در اواخر ۳۰ سالگی یا اوایل ۴۰ سالگی برمی‌گرداند.

در پژوهش دوم، دانشـــمندان دریافتنـــد که بدن پس از تزریق کلوتو، PF۴ بیشتری تولید می‌کند. پروتئین PF۴، تأثیر شگرفی را بر بخشی از مغز داشت که مسئول ساختن خاطرات اســـت و میزان تشکیل شدن ارتباطات جدید را افزایش داد. این آزمایش در بررســـی‌های رفتاری، تقویت مغـــزی حیوانات پیر و جوان را به همراه داشـــت. به گفته دکتر دوبال، این بدان معناست که حتی در مغزهای جوان هم جایی برای بهبود عملکرد شناختی وجود دارد.

در پژوهشی که روی ورزش کردن انجام شد، دانشمندان دریافتند که پلاکت‌هـــا PF۴ را به دنبال فعالیت بدنی در جریان خون آزاد می‌کنند.

«تارا واکر»(Tara Walker) اســـتاد علوم اعصاب دانشگاه کوئینزلند و پژوهشگر ارشد این پروژه گفت: برای بسیاری از افراد دارای معضلات ســـلامتی و مشـــکلات حرکتی یا در ســـنین بالا، ورزش کردن امکان‌پذیر نیست؛ بنابراین مداخلـــه دارویـــی، یک حوزه مهم پژوهشـــی به شـــمار می‌رود. اکنون می‌توانیـــم پلاکت‌ها را برای تقویت کردن نوروژنسیس، شـــناخت و مقابله با زوال شناختی ناشی از افزایش سن هدف قرار دهیم.

سه مقاله این پژوهش‌ها، در مجلات «Nature»، «Nature Aging» و «Nature Communications» بـــه چـــاپ رسیدند.

فناوری جدید ناسا برای تحقق رؤیای خودروهای پرنده

شرکت «Applied eVTOL Concepts» از طرح جدید خود برای خودروهای پرنده خبر داده اســـت که می‌تواند گامی به سوی تحقق یافتن رویای استفاده گسترده از آنها باشد.

به گزارش ایســـنا و به‌نقل از اســـپیس، خودروهای پرنده در نهایت قرار اســـت در افق‌ها ظاهر شـــوند. هر کسی که فیلم «بلید رانر»(Blade Runner) یا انیمیشن «جتسون‌ها»(The Jetsons) را دیده باشـــد، می‌داند که نمی‌توان آینده را بدون خودروهای پرنده تصور کرد. این وســـایل نقلیه شخصی پرنده همیشـــه یک گام جلوتر از زمان حال هستند. اکنون، یکی از شـــرکت‌ها می‌گوید که کلید واقعی ســـاختن این خودروهای پرنده فوق‌العاده را در دســـت دارد که سیســـتم محرکه تأیید شده آن متعلق به ناساست.

این شرکت موسوم به «Applied eVTOL Concepts» اخیراً طرح خود را برای یک وســـیله نقلیه صعـــود و فرود عمودی موســـوم به «Epiphany Transporter» ارائه کرد که به گفته شرکت، می‌تواند به حداکثر ســـرعت ۲۵۸ کیلومتر در ساعت برسد اما کمتر از ۵۵ دسیبل سر و صدا را در ارتفاع ۱۵ متری تولید کند.

به نظر می‌رســـد این راز مربوط به رانشـــگرهایی اســـت که در امتداد کناره‌ها و عقب Epiphany Transporter قرار گرفته‌اند. پژوهشـــگران «مرکز تحقیقات ایمز» ناسا در سال ۲۰۰۲ دریافتند که این رانشگرها

مقـــدار قابل‌توجهی نیروی رانش تولید می‌کننـــد که نیروی مورد نیاز موتورهای جت و بالگردها را تامین می‌کنند.

طراحی رانشـــگرها، مزیت محافظت از تیغه‌های چرخان درون آنها نیز به همراه دارد که نیـــروی رانش را ایجاد می‌کنند. «راب بولاگا»(Rob Bulaga) مهندس پروژه Epiphany Transporter در شرکت Applied eVTOL Concepts، یکی از نویســـندگان مقاله اصلی بود. این طرح طی دو دهه از زمانـــی که اولین بار در مرکـــز تحقیقـــات ایمز آزمایش شـــد، اصلاح شده و «مایکل موشیر»(Michael Moshier) مؤســـس مفاهیم کاربردی وسیله نقلیه برخاست و فرود عمود معتقد اســـت که آنهـــا از زمان اثبات اولیه طرح مفهومی در تونل باد ناســـا، این فناوری را به طور قابل‌توجهی توسعه داده‌اند.

موشـــیر که مدیرعامل و طراح اصلی این شـــرکت اســـت، در بیانیه‌ای گفت: ما دلایل زیادی داریم که به توانایی رانشگرهای اختصاصی و اثبات‌شـــده و طراحی وسیله نقلیه پیشرفته خود به همان صورتی که انتظار می رود، باور داشته باشیم.

این وســـیله نقلیه برای جا دادن به دو مســـافر و چمدان آنها طراحی شده است. شرکت ســـازنده می‌گوید که Epiphany Transporter به اندازه یک تســـلا مدل S است و می‌تواند در گاراژ معمولی خودروی شما جا بگیرد.

تنها به این دلیل که رانشگر در یک تونل باد موفق بود، به این معنی نیســـت که ما در حال حاضر خودروهای پرنده خواهیم داشـــت. بســـیاری از شـــرکت‌ها در طول ســـال‌ها آمده‌اند و رفته‌اند و مطمئناً تعدادی از مهندســـان ناسا نیز در ترکیب آنها حضور داشته‌اند. با وجود این، کار کردن براســـاس یک طرح اثبات‌شـــده به‌عنـــوان مفهوم پایه، همیشه یک عمل مهندســـی درست است؛ بنابراین، شاید در نهایت به واقعیت بپیوندد.

چوروس سیب‌زمینی

چوروس ســـیب‌زمینی یکـــی از پیش‌غذاهـــای خوش‌مزه بین‌المللی اســـت که با دســـتورهای متنوعی تهیه می‌شود. اگر پیش‌غذاهایی مثل ســـیب‌زمینی تنوری و ســـیب‌زمینی سرخ‌شده را می‌پســـندید، مطمئنـــاً از طعـــم این پیش‌غـــذای خوش‌مزه نیز لذت خواهید برد. البته چوروس ســـیب‌زمینی بـــه دلیل اینکه یک پیش‌غذای ســـوخاری به همراه سس پنیر است، از آن به‌عنوان یک غذای کامل نیز می‌توانید اســـتفاده کنید، چون دارای کالری بالایی است. برای مشاهده این آموزش آشپزی در ادامه با ما همراه باشید:

مواد لازم

سیب‌زمینی: ۳۳ عدد متوسط
تخم مرغ: ۳ عدد
پنیر پارمزان: ۱۰۰ گرم
آرد برنج: ۱ لیوان
نمک: ۱ قاشق چای‌خوری
مواد لازم سس پنیر
خامه ترش: ۲۰۰ میلی لیتر
پنیر خامه‌ای: ۱ قاشق غذاخوری
نمک: یک‌دوم قاشق چای‌خوری
پنیر موزارلا: ۲۰۰ گرم

طرز تهیه

مرحله اول

برای تهیه چوروس سیب‌زمینی مجلسی ابتدا سیب‌زمینی‌ها را تمیز می‌شـــوییم و داخل یک قابلمه مناسب قرار می‌دهیم، سپس تا یک بند انگشـــت ســـطح روی آنها آب می‌ریزیـــم و روی حرارت ملایم می‌گذاریم تا آب‌پز شوند.

مرحله دوم

حالا سیب‌زمینی‌ها را در آبکش قرار می‌دهیم تا خنک شوند، سپس پوســـت روی آنها را گرفته و در کاســـه‌ای قـــرار می‌دهیم. در ادامه ســـیب‌زمینی‌ها را با گوشـــت‌کوب به طور کامل له می‌کنیم و کنار می‌گذاریم.

مرحله سوم

در این مرحله تخم‌مرغ‌ها را یکی‌یکی می‌شـــکنیم و در صورت سالم بودن به ســـیب‌زمینی اضافه می‌کنیـــم و آرد برنج و پنیر پارمیزان رنده‌شده را نیز به مواد می‌افزاییم؛ کاملاً مواد را زیر و رو می‌کنیم تا مایه یکدستی داشته باشیم.

مرحله چهارم

ســـپس کف یک ســـینی مناســـب را چرب می‌کنیم و یا درون آن کاغذ روغنی قـــرار می‌دهیم. در ادامه مایـــه چوروس را داخل یک قیف یک‌بار مصرف می‌ریزیم و ماســـوره شیرینی بامیه را روی قیف قرار می‌دهیم.

مرحله پنجم

در ایـــن مرحله مایه چـــوروس را به اندازه ۳ تا ۵ ســـانتی‌متر روی سینی قیف می‌زنیم، سپس سینی را به مدت ۳۰ دقیقه تا یک ســـاعت داخـــل فریزر قرار می‌دهیـــم تا مواد قیف‌زده نیمه‌فریز شـــده و حالت ظاهری خود را حفظ کنند.

مرحله ششم

پس از گذشـــت زمـــان اســـتراحت مایه، فر را روشـــن می‌کنیـــم و روی ۱۸۰ درجـــه سانتی‌گراد قرار می‌دهیم تا گرم شود. سینی را از فریـــزر بیـــرون می‌آوریم و کـــره را آب می‌کنیـــم؛ با قلم داخـــل آن می‌زنیم و روی چوروس‌ها می‌کشیم.

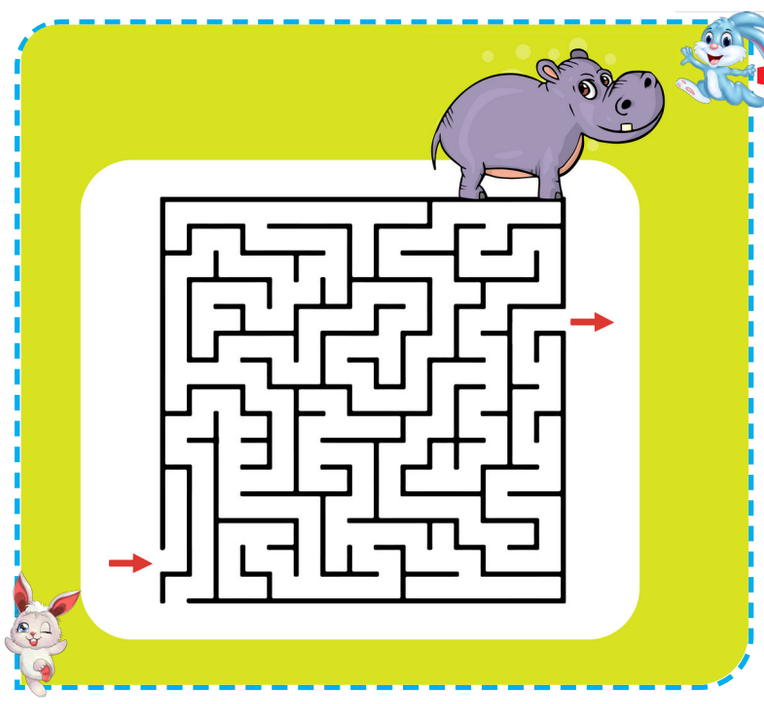
مرحله هفتم

حالا ســـینی را داخل فر قـــرار می‌دهیم تا به مدت ۲۰ دقیقه بپزند. برای تهیه سس خامه ترش، پنیر خامه‌ای را داخل قابلمه‌ای می‌ریزیم و روی حـــرارت ملایم می‌گذاریم و کمی هم می‌زنیم تا داغ شـــود و بعد پنیر موزارلا را به آن اضافه می‌کنیم.

مرحله هشتم

سپس آرام هم می‌زنیم تا پنیرها آب شود و سس به غلظت مطلوب برســـد و در آخر کمی نمک به ســـس اضافه می‌کنیم و قابلمه را از روی حرارت برمی‌داریم و سس را در ظرف مورد نظرمان می‌ریزیم؛ حـــالا چوروس‌ها را در بشـــقابی می‌چینیم و همراه با ســـس میل می‌کنیم.

رنگ‌آمیزی کنید



جدول شماره ۱۷۸۲

افقی

۱- سه روز بعد؛ کشور افریقایی با مرکزیت شهر لواندا ۲- ماه امتحانات؛ استانی در شرق استان تهران ۳- پوز؛ واحد والیبال؛ بزرگواری‌ها؛ مخفف هوش ۴- حلیم خوراکی؛ وسط؛ از تک‌سلولی‌ها ۵- پیاژه، روان‌شـــناس سوییســـی آن را تفکر کودک می‌دانست؛ سقف دهان؛ خوب؛ چه بسیار ۶- سنت‌ها؛ آهنگساز آلمانی که در وین کار می‌کرد؛ تیم فوتبال ایتالیایی ۷- از مراکز آموزشی؛ شـــهری در تبت ۸- صدای بهانه‌جو؛ شاه شاهان؛ پروانه کسب؛ تصدیق ژرمن‌ها ۹- مهیا؛ شبیه هم ۱۰- آهنگ؛ درســـت جلوه‌دادن کار یا سخن؛ حرفه و پیشه ۱۱- شهر آلمان؛ دم؛ بالاآمدن آب دریا؛ یار قوری ۱۲- نگارنده؛ گنده و زمخت؛ وسیله نقاشی ساختمان ۱۳- فیس و افاده؛ از میوه‌ها؛ ابریشم پســـت؛ ویتامین انعقاد خون ۱۴- پنهان‌کردن؛ عاشق و واله ۱۵- دکوراسیون؛ فیلمی‌از رخشان بنی‌اعتماد

عمودی

۱- ستبرشـــدن پوست دست بر اثر کار زیاد؛ از رشـــته‌های اسکی ۲- بزرگان؛ از صاحبان مشـــاغل که با کلید ســـروکار دارد ۳- صوت رنج؛ شـــوهرخواهر؛ گرمی‌بازار؛ پیش‌شماره ۴- خوراکی از اســـفناج؛ نقدکننده؛ ســـوگ ۵- ســـربها؛ علت‌ها؛ طاهر ساختمان ۶- اهلی؛ مننژیـــت؛ طرف چای‌خوری ۷- غیرمتمدن؛ همزمان؛ آرامـــش‌دادن ۸- ام‌الخبایث؛ ضمیر جمع؛ فریاد تحقیر جمعیت؛ حرفی ســـوار بر خودش ۹- قســـمتی از فیلم؛ کاســـه ســـر؛ نمایش متنوع ۱۰- به‌طور ودیعه؛ اســـتفاده‌ها؛ زبان به چیزی مالیدن ۱۱- لوس؛ فارســـی حق‌الزحمه؛ ملحد ۱۲- ســـومین حرف یونانی؛معادل فارســـی فریزر؛ نقصان ۱۳- خودروی جمعی؛ شـــالوده؛ پزشک؛ علامت جمع فارسی ۱۴- از امراض عصبی؛ مرغابی ۱۵- ســـلاح آتشـــین مانند توپ و تفنگ؛ ملیت ارنست همینگوی نویسنده برف‌های کلیمانجارو

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱									■						
۲		■						■							
۳			■				■						■		
۴						■					■				
۵					■			■				■			
۶				■						■					
۷		■							■						■
۸			■					■					■		
۹	■						■							■	
۱۰						■						■			
۱۱				■				■			■				
۱۲					■					■					
۱۳			■						■				■		
۱۴		■												■	
۱۵							■								

پاسخ جدول شماره ۱۷۸۱

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

فال امروز

فروردین

امـــروز فردی قصد آزار و اذیت شـــما را دارد، اجازه ندهید این فرد به نیت شوم خودش برسد. پولی که انتظارش را نداشتید به دست شما می‌رســـد؛ به صلاح شماست که تمامی این پول را خرج نکنید. مهمانی بزرگی ترتیب داده‌اید و دوســـتان و آشنایان را دعوت کرده‌اید، تا جایی که می‌توانید شـــرایط راحتی و خوشی مهمان‌هـــا را فراهم کنید و تمام ســـعی خود را بـــه کار گیرید تا مهمانی خاطره‌انگیزی را در ذهن مهمان‌ها ماندگار نمایید.

اردیبهشت

فکرهای ناراحت‌کننده‌ای امروز به ذهن شما خطور می‌کند؛ به صلاح شما نیست که بگذارید این افکار ناراحت‌کننده روز شـــما را خراب کنـــد. در نتیجه جلوی هرگونه فکر منفی را بگیرید و روز را با آرامش‌خاطر به پایان برســـانید. در محل کار یا منزل با مشـــکلی روبه‌رو می‌شـــوید، اما اجازه ندهید این مشکل شما را ناراحت کند؛ اجازه ندهید ناراحتی‌های امروز، مشکلات بیشتری برای شما ایجاد کند.

خرداد

وقت خود را با انجام کارهای بیهوده تلف می‌کنید؛ ادامه این روحیه چیـــزی به غیر از اتلاف عمر برای شما به دنبال ندارد. از امروز زندگی را جدی بگیرید و به یاد داشته باشـــید که وقت طلاست. به اعضای خانواده ثابت کنید که بیشتر از همیشه به فکر آنها هستید و در اولین فرصت دمی در کنار اهل منزل بنشینید و گل بگویید و گل بشنوید. دور افرادی که شما را درک نمی‌کنند خط بکشید.

تیـــر

امروز بیشتر از همیشه مواظب گفتار خود باشید، چراکه احتمال زیادی وجود دارد سخن ناشایستی بـــه یکی از اعضای خانواده بگوییـــد و او را دلخور کنید. تنهایی و خلوت را به حضور در میان جمع و مهمانی‌های خانوادگی ترجیح می‌دهید، امروز بخت با شما یار است، چراکه فرصتی برای تنهایی پیدا می‌کنید و شرایطی دست می‌دهد تا حسابی استراحت کنید. اتفاق فرخنده‌ای در زندگی شما رخ می‌دهد.

مـــرداد

بیماری مزمنـــی که دارید امـــروز رو به بهبودی خواهد گذاشـــت؛ در آینده ســـلامت خود را جدی بگیرید و اجازه ندهید ســـهل‌انگاری در آینده شما را دوباره راهی بستر بیماری کند. گرفتاری مالی که حسابی شما را نگران کرده امروز حل خواهد شد؛ به خودتان قول بدهید از امروز با پس‌انداز و صرفه‌جویی بـــه گونه‌ای زندگی کنید تـــا در آینده هرگز روی مشکلات مالی را نبینید.

شهریور

مهمانـــی ترتیب داده‌اید و دوســـت و آشـــنا را دعوت کرده‌اید، پذیرایی از مهمان‌ها ممکن اســـت خستگی شما را به دنبال داشته باشد، اما اجازه ندهید خستگی به شما غلبه کند و هر کاری که از دســـتتان بر می‌آید را برای خوشی و رضایت مهمان‌ها انجام دهید. احتمال دارد که میان شما و یکی از دوستان قدیمیتان مشـــاجره‌ای ایجاد شود. اجازه ندهید این مشاجره میان شما و این دوست فاصله بیندازد.

مـــهر

اطرافیان امروز به کمک شما می‌آیند و از بودن در کنار آنها روحیه خواهید گرفت. به لحاظ مالی اوضاع مناسبی ندارید و مدتی است که درآمد چندانی روانه حساب‌های بانکی شـــما نشـــده؛ غم به دل خود راه ندهید، این شـــرایط در آینده‌ای نزدیک تغییر می‌کند و اوضاع مالیتان بهبود می‌یابد؛ به صلاح شماست که قســـمتی از این درآمد را برای روز مبادا کنار بگذارید. دستی به سر و روی منزل خود بکشید.

آبـــان

قصد انجام کار مهمی را دارید، اما از اعتماد به نفس لازم برای اجرای این کار برخوردار نیستید و از انجام این کار مهم هراس دارید. امروز برنامه‌های خود را از این کار مهم با بزرگان فامیل درمیان بگذارید و مطمئن باشید که اعضای خانواده شما را در رســـیدن به اهدافتان تنها نمی‌گذارند. امروز شرایطی مهیا می‌شود تا حسابی هنرنمایی کنید و مهارت‌های خود را به رخ اطرافیان بکشید؛ از این فرصت نهایت استفاده را ببرید.

آذر

روز خوبی را آغاز نکرده‌اید و احساس کسالت و بیماری دارید، اما غم به دل خود راه ندهید، چرا که این احساس گذراســـت و در ادامه روز احساس بهتری پیدا خواهید کرد. سایه همای ســـعادت روی ســـر شـــما می‌افتد و از جایی که انتظارش را ندارید، پولی روانه حســـاب‌های بانکی شـــما می‌شود؛ به صلاح شماست که تمامی این پول را خرج نکنید و قسمتی از آن را برای روزهای گرفتاری کنار بگذارید.

دی

کاری کـــه مشـــغول انجـــام آن هســـتید به بار می‌نشـــیند؛ از این شرایط درس بگیرید و در آینده با انجام کارهای حساب‌شده و سودمند، دامنه موفقیت‌های خود را گسترش دهید. از اطرافیان دوری گرفته‌اید و مانند سابق با دوست و آشـــنا هم‌صحبت نمی‌شوید؛ اجازه ندهید این روحیه شما را به فرد منزوی تبدیل کند. با شـــرکت در مهمانی‌ها و دورهمی‌های خودمانی، دوستان بیشتری پیدا کنید.

بهمـــن

نگرانی‌های زیادی دارید و قادر نیستید ذهن خود را به انجام کارهای روزانه متمرکز کنید؛ بهتر است امروز بیش از حد به خودتان سخت نگیرید و با کاهش فشارهای کاری زمینه آرامش بیشتر خود را فراهم کنید. روحیه صرفه‌جویی دارید و همیشـــه به پس‌انداز فکر می‌کنیـــد، این روحیه امروز به کمک شـــما می‌آید و به کمک اندوخته‌ای که قبلاً کنار گذاشته بودید، مشکل مالیتان را از سر راه بر می‌دارید.

اسفنـــد

با هزینـــه‌ای غیرمنتظره روبه‌رو می‌شـــوید؛ برای رفع این هزینه از پس‌انداز خود کمک بگیرید. این شرایط را به خاطر داشته باشید و اگر نمی‌خواهید گرفتار مشکلات مالی شوید در آینده بیشتر به فکر پس‌انداز و صرفه‌جویی باشید. دوســـتان و آشنایان امروز حسابی هوای شما را دارند؛ این شرایط را بـــه فال نیک بگیرید و لحظه‌های شـــادی را در کنار اطرافیان تجربه کنید.