

گوناگون

اشباه خانم‌های ایرانی در نگهداری میوه و سبزیجات

در بعضی مواقع به دلیل خرید زیاد میوه و سبزیجات دچار مشکل برای نگهداری از آنها می‌شویم، اما همیشه استفاده از میوه‌های خوش‌رنگ و سبزیجات تازه لذت‌بخش‌تر است. به گزارش نماگ، اتفاق بسیار بدی است که یک بیخجل پر داشته باشید و بسیاری از خوراکی‌ها را داخل فریزر قرار دهید اما بعد از چند روز ببینید که همه آنها پلاسیده و خراب شده‌اند. در این قسمت به شما آموزش می‌دهیم که چگونه مواد گیاهی، میوه‌ها، سبزیجات و غیره را مدت زمان طولانی‌تر تازه نگه دارید.

پياز را کنار سبزی‌زمنی قرار ندهید

پياز و سبزی‌زمنی ترکیب بسیار خوش‌مزه‌ای هستند، اما نباید کنار یکدیگر نگهداری شوند؛ در غیر این صورت پياز باعث می‌شود که سبزی‌زمنی‌ها زودتر خراب شوند. بهتر است که سبزی‌زمنی را مانند اسکواش در هوای باز و خنک و کمی تاریک نگه دارید تا تازه‌تر باقی بماند.

همچنین می‌توانید داخل کیسه پلاستیکی بگذارید اما باید کمی هوا به آنها برسند. اگر می‌خواهید یک همسایه خوب برای پياز پیدا کنید، آن چیزی نیست جز سیب؛ این دو ماده می‌توانند بدون اینکه عامل خراب شدن یکدیگر باشند، به خوبی در کنار هم دوام بیاورند؛ فقط بهتر است آنها را در فضایی قرار دهید که تهویه خوبی دارد.

خیار را تنها نگهداری کنید

بسیاری از میوه‌ها مانند گوجه‌فرنگی، سیب و طالبی گاز اتیلن تولید می‌کنند؛ این گاز ماده‌ای است که باعث رسیدن میوه می‌شود و ممکن است سرعت تخریب و فساد را افزایش دهد. خیار معمولاً به گاز اتیلن حساسیت زیادی دارد؛ بنابراین باید محل جداگانه خودش را داشته باشد، در غیر این صورت خیلی سریع خراب می‌شود. پس اگر می‌خواهید خیار را داخل بیخجل بگذارید، آن را دور از میوه‌های دیگر گذاشته و فقط چند روز داخل بیخجل نگه دارید.

اسکواش و کدو تنبل را کنار سیب و گلابی قرار ندهید

اسکواش و کدوتنبل باید جداگانه خودشان را داشته باشند و گلابی هم همین‌طور؛ نباید آنها را کنار هم بگذارید؛ در غیر این صورت اسکواش رنگ زرد پیدا می‌کند و خراب خواهد شد. اسکواش و کدو تنبل باید در دمای بین ۱۰ الی ۱۳ درجه سلیسیوس نگهداری شوند؛ این دما دمای خنکی است اما به سراسری داخل بیخجل نمی‌رسد. کدو تنبل ها و اسکواش‌های بزرگ معمولاً تا ۶ ماه هم دوام می‌آورند، به شرطی که انواع کوچک آنها را خریداری کنید.

ریشه سبزیجات را داخل کیسه بگذارید

سبزیجات ریشه‌دار مانند هویج، چغندر و پیاز مواد مغذی زیادی داخل خودشان دارند و ریشه آنها بخش مهمی است؛ زیرا مواد مغذی خاک را به خودش جذب می‌کند.

برای اینکه ارزش غذایی آنها پایین نرود، می‌توانید آنها را داخل یک محیط خنک، تاریک و کمی مرطوب قرار دهید یا اینکه آنها را داخل یک کیسه پلاستیکی بگذارید، اما اگر بدون هیچ کیسه پلاستیکی داخل بیخجل بگذارید، زودتر پوسیده می‌شوند.

تمشک‌ها را با سرکه بشویید

خوردن تمشک‌ها بسیار لذت‌بخش و راحت است، اما مشکل اینجاست که خیلی سریع یک می‌زند؛ باید یاد بگیرید روش صحیح مراقبت از آنها را به کار بگیرید تا زمانی که قصد خوردنشان را ندارید، بهتر است آنها را نشویید. همچنین می‌توانید کمی سرکه را روی آن بریزید تا طول عمر بیشتری داشته باشند؛ به این صورت که یک فنجان سرکه را با سه فنجان آب گرم کنید و تمشک‌ها را داخلش قرار دهید و بعد از چند دقیقه بیرون بیاورید.

بعد از اینکه آنها را بیرون آوردید، باید اطمینان حاصل کنید که به طور کامل خشک شدند؛ زیرا تمشک با رطوبت میانه خوبی ندارد؛ می‌توانید آنها را روی دستمال کاغذی یا پارچه مخصوص میوه‌ها قرار دهید تا خشک شوند.

سیب‌ها را کنار پرتقال قرار ندهید

سیب‌ها نباید کنار پرتقال‌ها قرار بگیرند؛ میوه‌ها از خودشان گاز تولید می‌کنند و گاز اتیلن باعث خراب شدن سریع‌تر بعضی از میوه‌ها می‌شود. سیب را داخل بیخجل قرار ندهید؛ پرتقال را هم داخل بیخجل، اما به دور از سیب بگذارید. در غیر این صورت هر دو سریع خراب می‌شوند؛ از طرفی پرتقال را نباید داخل کیسه پلاستیکی قرار دهید، در غیر این صورت زود کپک می‌زند.

موز را از بقیه میوه‌ها جدا کنید

موز میوه بسیار خوش‌مزه‌ای است، اما خیلی سریع می‌رسد و تمزید می‌شود؛ راه حل اینجاست که موزهای رسیده را بیرون از بیخجل و موزهای سفت را داخل بیخجل بگذارید تا زودتر برسند.

آووکادو را کنار موز نگذارید

آووکادو میوه نسبتاً گرمی است و بسیار مهم است که از آن به درستی مراقبت کنید؛ اگر آووکادو شما در حال رسیدن است آنها را کنار موز قرار ندهید، زیرا گاز آزادشده از موز باعث زودتر رسیدن آووکادو می‌شود. اگر می‌خواهید طول عمر آووکادو را افزایش دهید، آن را داخل بیخجل بگذارید؛ زیرا باعث می‌شود که فرآیند رسیدن آووکادو کندتر شود.

گوجه‌فرنگی‌ها را داخل بیخجل قرار ندهید

اگر می‌خواهید گوجه‌فرنگی شما تازه باقی بماند، بهتر است آنها را داخل بیخجل نگذارید؛ گوجه‌فرنگی در داخل بیخجل ارزش غذایی خودش را از دست می‌دهد؛ پس آن را در دمای اتاق قرار دهید تا طعم خودش را حفظ کند.

سبزیجات و گیاهان معطر چگونه؟

اگر می‌خواهید مقداری ادویه‌های گیاهی به غذا اضافه کنید و طعم آن را بهبود ببخشید، باید بدانید که چگونه آنها را تازه نگه دارید. می‌توانید ادویه‌ها را استفاده کنید، بلکه خود گیاه را خریداری کنید.

برگ این گیاهان را تازه نگه داشته و به طور کامل خشک کنید و سپس آنها را داخل یک ظرف شیشه‌ای یا فنجان بریزید و کمی آب داخلش بریزید و داخل فریزر بگذارید.

مثلاً گیاهانی مثل ریحان در دمای اتاق بهتر نگهداری می‌شوند؛ حتی می‌توانید آنها را داخل یک شیشه آب هم قرار دهید.

بعد از اینکه رنگ آب عوض شود، آب آن را کنار گذاشته و از این سبزیجات تازه استفاده کنید؛ معمولاً تا دو هفته حالت تازه‌گی خودشان را با این روش حفظ می‌کنند.

پاسخ جدول شماره ۱۷۹۸

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| ۱۵ | ۱۴ | ۱۳ | ۱۲ | ۱۱ | ۱۰ | ۹ | ۸ | ۷ | ۶ | ۵ | ۴ | ۳ | ۲ | ۱ |
| 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 | ۴۱ | ۴۲ | ۴۳ | ۴۴ | ۴۵ |
| ۴۶ | ۴۷ | ۴۸ | ۴۹ | ۵۰ | ۵۱ | ۵۲ | ۵۳ | ۵۴ | ۵۵ | ۵۶ | ۵۷ | ۵۸ | ۵۹ | ۶۰ |
| ۶۱ | ۶۲ | ۶۳ | ۶۴ | ۶۵ | ۶۶ | ۶۷ | ۶۸ | ۶۹ | ۷۰ | ۷۱ | ۷۲ | ۷۳ | ۷۴ | ۷۵ |
| ۷۶ | ۷۷ | ۷۸ | ۷۹ | ۸۰ | ۸۱ | ۸۲ | ۸۳ | ۸۴ | ۸۵ | ۸۶ | ۸۷ | ۸۸ | ۸۹ | ۹۰ |
| ۹۱ | ۹۲ | ۹۳ | ۹۴ | ۹۵ | ۹۶ | ۹۷ | ۹۸ | ۹۹ | ۱۰۰ | ۱۰۱ | ۱۰۲ | ۱۰۳ | ۱۰۴ | ۱۰۵ |

تولید ژل‌های تست نوار مغزی در کشور



اظهار کرد: دو محصول دانش‌بنیان در حوزه تجهیزات پزشکی با نام‌های EEG Gel و Teson از جمله محصولات تولیدی این مجموعه است؛

یکی از شرکت‌های دانش‌بنیان با تولید ژل‌های مورد استفاده در تست نوار مغزی و خمیر جسیب‌اننده الکترودها به پوست توانست ۲۰ درصد از نیاز بازار داخلی را مرتفع کند.

به گزارش ایستنا به‌تفصل از مرکز ارتباطات و اطلاع‌رسانی معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دانش‌بنیان ریاست جمهوری، سعید بحرینی، مدیرعامل این شرکت دانش‌بنیان گفت: این شرکت در سال ۱۳۸۰ با هدف طراحی، ساخت و ارائه دستگاه‌های تشخیصی با کاربرد در حوزه‌های نورولوژی، سایکوپاتولوژی، نوروساینس و طب فیزیکی و توانبخشی تأسیس شد و در سال ۱۳۹۵ با شروع تحقیقات در زمینه ساخت انواع ژل‌های مورد نیاز جهت انجام تست‌های EEG, NCV, SCV, EP, PSG, Neurofeedback... در عرصه تولید این محصولات گام نهاد.

وی با بیان اینکه در حال حاضر این شرکت تنها شرکت دانش‌بنیان تولیدکننده این نوع ژل‌ها با مجوز از اداره کل تجهیزات پزشکی است،

کیاب کوپیده یکی از غذاهای بسیار معروف و سنتی ایرانی است که به‌عنوان یک غذای مجلسی هم شناخته می‌شود. تاریخچه کیاب کوپیده به دوران قاجار برمی‌گردد و به همین دلیل این غذا یکی از غذاهای قدیمی ایرانی محسوب می‌شود. کیاب کوپیده دارای محبوبیت بسیار زیادی در میان ایرانیان است و به همین دلیل در خیلی از مجالس شادی و عزا از آن برای پذیرایی استفاده می‌شود؛ به دلیل همین محبوبیت کیاب کوپیده با دست‌ورهای متنوعی مانند کیاب کوپیده تابه‌ای، کیاب کوپیده با گوشت مرغ، کیاب کوپیده با سویا و ... تهیه می‌شود که می‌تواند تمام سلاطین و ذائقه‌ها را در بر گیرد، برای مشاهده آموزش کامل و مرحله به مرحله کیاب کوپیده در طرز تهیه کیاب کوپیده در ادامه با ما همراه باشید:

* مواد لازم برای ۴ نفر

گوشت مخلوط: ۸۰۰ گرم
پیاز آب گرفته: ۲۰۰ گرم
دنبه تازه گوسفندی: ۱۰۰ گرم
نمک: ۱ قاشق چای‌خوری
پکنینگ‌پودر (اختیاری): ۱ قاشق چای‌خوری
فلفل‌سیاه: به اندازه دلخواه
زعفران دم‌کرده: ۴ قاشق غذاخوری
کره: ۵۰ گرم

* طرز تهیه

■ مرحله اول

برای تهیه کیاب کوپیده رستورانی ابتدا ۴۰۰ گرم گوشت راسته گوسفندی را به همراه ۴۰۰ گرم گوشت قله‌گه گوساله و دنبه گوسفندی داخل چرخ گوشت می‌بریزیم و دو مرتبه چرخ می‌کنیم تا کاملاً با هم ترکیب شده و یک‌دست شوند.

■ مرحله دوم

در این مرحله گوشت چرخ‌کرده را داخل یک کاسه مناسب و جدار قرار می‌دهیم. در ادامه در ظرفی جداگانه پیازها را با رنده متوسط رنده می‌کنیم و با فشار دست، آب اضافی‌شان را به طور کامل می‌گیریم، سپس آب پیاز را داخل یک کاسه کوچک می‌ریزیم و کنار می‌گذاریم.

■ مرحله سوم

در این مرحله پیاز آب‌گرفته را به مدت ۱۵ دقیقه درون بیخجل قرار می‌دهیم تا به اصلاح چلوکیابی‌ها شیرین شود، سپس به گوشت چرخ‌کرده اضافه می‌کنیم.

در ادامه پکنینگ‌پودر را به همراه مقداری نمک، فلفل‌سیاه و ۲ قاشق غذاخوری زعفران دم‌کرده به گوشت اضافه می‌کنیم.



طرز تهیه کیاب کوپیده



■ مرحله چهارم

در این مرحله مواد کیاب را باید به خوبی ورز دهیم تا گوشت منسجم شود؛ به طوری که حالت چسبناکی پیدا کند که وقتی مایه کیاب را از داخل کاسه بلند می‌کنید تکه‌تکه نشده و همه گوشت به صورت یک‌دست بلند شود.

■ مرحله پنجم

وزر دادن را ادامه می‌دهیم تا مایه کیاب یک‌دست و کاملاً منسجم شود، سپس یک سلفون روی کاسه می‌کنیم و به مدت ۲ ساعت به مایه کیاب در بیخجل استراحت می‌دهیم.

EEG Gel، ژلی رساناست که با ویسکوزیته خاص، برای ثبت سیگنال‌های بیوالکتری از پوست بیمار استفاده می‌شود؛ در ثبت سیگنال‌های الکترونسفالوگرافی (EEG) با استفاده از Easy Cap معمولاً از این ژل استفاده می‌شود.

بحرینی درباره Teson تولیدشده در این شرکت یادآور شد: این محصول خمیری چسبنده و رسانای الکتریکی است که جهت چسباندن الکترودهای دائم مصرف به پوست بیمار استفاده می‌شود؛ استفاده از این خمیر امپدانس بین پوست و الکترودها را کاهش داده باعث بهبود کیفی سیگنال‌های دریافت شده از بیمار می‌شود.

مدیرعامل این شرکت با بیان اینکه این شرکت قادر است حدود ۲۰ درصد از نیاز بازار کشور را تأمین کند، یادآور شد: این در حالی است که اگر از واردات قاچاق کالاهای مشابه جلوگیری شود، می‌توانیم سهم بسیار بیشتری از نیاز داخلی را تأمین کنیم.

پس از گذشت ۲ ساعت کاسه را از بیخجل خارج می‌کنیم.

■ مرحله ششم

برای سیخ کردن کیاب‌ها ابتدا سیخ‌های پهن مخصوص کیاب کوپیده را با آب پیاز خیس می‌کنیم سپس به اندازه یک پرتقال کوچک از گوشت برمی‌داریم و سیخ را بین گوشت قرار می‌دهیم و آن را روی سیخ پهن می‌کنیم.

■ مرحله هفتم

پس از سیخ کردن کیاب با انگشت روی گوشت نقش می‌اندازیم، این کار علاوه بر اینکه باعث می‌شود کیاب مغزپخت شود به زیبایی ظاهری کیاب نیز کمک می‌کند.

اگر کار سیخ کردن کیاب برایتان مشکل است، می‌توانید از کیاب‌زن دستی هم استفاده کنید.

■ مرحله هشتم

در این مرحله منقل ذغال را با ذغالی یک‌دست و کاملاً روشن آماده می‌کنیم، سپس سیخ‌ها را به آرامی روی منقل می‌چینیم. پس از آنکه کیاب‌ها خودششان را گرفتند، آنها را به صورت متداوم می‌چرخانیم تا به صورت یک‌نواخت بپزند.

■ مرحله نهم

پس از اینکه پختن کیاب‌ها به پایان رسید، کره را روی بخار آب ذوب می‌کنیم و به همراه زعفران یا یک برس تمیز روی کیاب‌ها می‌مالیم؛ این کار علاوه بر اینکه کیاب‌ها را زیباتر می‌کند، باعث خوش‌مزه‌تر شدن کیاب کوپیده می‌شود.

* تاریخچه کیاب کوپیده

کیاب کوپیده از غذاهای سنتی و بسیار پرطرفدار ایرانی است که در دوره قاجار به فهرست غذاهای ایرانی اضافه شده است؛ طبق نظر جعفر شهری، یکی از تاریخ‌نویسان معتبر و همچنین اعتمادالسلطنه که یکی از رجال معروف دربار قاجار است، پای چلوکیاب در دوره ناصرالدین شاه به ایران باز شده است.

جالب است بدانید این کیاب از قفقاز وارد ایران شده است و دستور قدیمی آن با دستور فعلی متفاوت است؛ یکی از کسانی که در تغییرات کیاب قفقازی به کیاب کوپیده تأثیرگذار بوده است شخص ناصرالدین شاه قاجار بود؛ کوپیده از غذاهای مورد علاقه شاه قاجار بود و به همین دلیل آشپزبان دربار نگاه ویژه‌ای به این غذا داشتند و با تغییراتی که در دستور تهیه آن ایجاد کردند، کیاب کوپیده امروزی متولد شد.

فال امروز

فروردين

فکر به چیزهای منفی را کنار بگذارید و با مثبت‌گرایی، روحیه‌تان را تقویت کنید. به لحاظ مالی روز خوبی را آغاز نکرده‌اید و مجبور می‌شوید خرج غیرمنتظره‌ای را انجام دهید؛ از این اتفاق درس بگیرید و در آینده با پس‌انداز و صرفه‌جویی، اندوخته‌های را برای خرج‌های غیرمنتظره کنار بگذارید. در رفتار خود با اعضای خانواده تجدید نظر کنید و از در محبت و مهربانی با اهل منزل وارد شوید.

از بهشت

مشکلی در محل کار یا منزل ساده‌تر شده شما شما کرده و این وضعیت زمینه ناراحتی شما را فراهم کرده است؛ در نتیجه امروز اصلاً حوصله کسی را ندارید و چندان به کیاب کوپیده کوچک و پیش‌پافته دعوا رواه بندها ندارد؛ در چنین شرایطی بیشتر از همیشه مواظب رفتار خود باشید و روز را به گونه‌ای به پایان برسانید که کسی از شما دلخورد نشود. خبر فرخنده‌ای به دست شما می‌رسد.

خرداد

برای حفظ سلامتی خودتان هم که شده امروز از مشاخره دوری کنید. مطمئن باشید ثروت یادآورده را باد می‌برد و برای افزایش درآمد به فکر راه‌های کارآمد و درست باشید. فکر ناراحت‌کننده‌ای شما را آزار می‌دهد، این ناراحتی را با اعضای خانواده در میان بگذارید و با آنها درد دل کنید. روز را با کارهای زیادی آغاز می‌کنید، تا بعداً نظیر امروز این کارها به پایان می‌رسد و فرصتی برای استراحت و تفریح فراهم می‌شود.

تير

روز بسیار پرکاری در پیش رو دارید، اما غم به دل خود راه ندهید؛ چراکه به‌رغم حجم زیاد کارها، انرژی سرشاری دارید و از انجام کارهای امروز خسته نخواهید شد. در حال انجام قراردادهای تجاری هستید؛ این قرارداد را با خیال راحت انجام دهید. مدتی است که به خودتان نمی‌رسید و حوصله ندارید؛ اجازه ندهید این روحیه بر شما غلبه کند و به فردی بی‌مسئولیت تبدیل شوید.

مرداد

امروز فردی که تجربه‌های بیشتری نسبت به شما دارد، نصیحت‌های مهمی را با شما درمیان می‌گذارد؛ این نصیحت‌ها را با جان و دل گوش کنید و به هر قیمتی که شده به آنها جامله عمل نباشید. انجام بدهی‌های اسرور دریافت می‌کنید، در آینده‌ای نزدیک درهای پیشرفت و موفقیت بیشتر را به روی شما باز می‌کند. اتفاق فرخنده‌ای در زندگی شما می‌افتد.

شهریور

زحمتهایی که در گذشته کشیده‌اید امروز به بار می‌نشیند. مدتی است که به فکر خرید کالای گران‌قیمتی افتاده‌اید و می‌خواهید با خرید طلا یا کالاهای antik با شیک، تجربه‌ای از خریدی لذت‌بخش را به خودتان هدیه بدهید؛ امروز بهترین زمان برای خرید است و مطمئن باشید از کالایی که امروز خریداری می‌کنید رضای خودشود خواهید شد. تغییر خوشایندی در زندگی شما ایجاد می‌شود.

سهر

با ورزش سلامت جسم و روح خود را تضمین کنید. عجله را کنار بگذارید و قبل از عقد قراردادهای مهم، جوانب کار را دوباره بررسی نمایید. روحیه سخاوتمندی دارید، اما اجازه ندهید اطرافیان از این روحیه شما سواستفاده کنند. تلاش‌های زیادی انجام داده‌اید و انسان سخت‌کوشی هستید، اما به‌رغم تلاش‌ها دست‌آورد چندانی ندارید؛ اجازه ندهید این شرایط زمینه افسردگی شما را فراهم کند.

آبان

دستانتان را روی زانوی خود بگذارید و فکری برای افزایش درآمد برده‌اید، یکی از دوستان یا اعضای خانواده که سن زیادی دارد در بستر بیماری افتاده و امروز حساسی ناخوش‌احوال است؛ اما نگرانی نیست تا نگران سلامت آن فرد باشید؛ چراکه وضعیت سلامتی او رو به بهبود خواهد گذاشت و در چند روز آینده از بستر بیماری بلند می‌شود. موفقیت چشمگیری در محل‌کار یا زندگی انتظار شما را می‌کشد.

آذر

به مهمانی دعوت هستید و در این مهمانی بیشتر از چیزی که فکرش را بکنید به شما خوش خواهد گذشت. یکی از آشنایان پیشنهادی برای موفقیت و پیشرفت با شما درمیان می‌گذارد؛ این پیشنهاد را گوش کنید و مطمئن باشید انجام پیشنهادی این فرد زمینه موفقیت‌های بیشتر شما را فراهم خواهد کرد. بیشتر از همیشه مواظب رفتارتان باشید؛ ممکن است کار ناشایستی انجام دهید و اطرافیان را آزرده‌خاطر کنید.

دی

با کار و تلاش بیش از حد، سلامتتان را به خطر نیندازید. قرار است تا به همراه دوستان و رفقای قدیمی دور هم جمع شوید و لحظه‌های خوبی را تجربه کنید؛ این اتفاق را غنیمت بدانید و به دوستان خود ثابت کنید که بودن در کنار آنها مایه خوشی و نشاط شما را فراهم می‌کند. کارهای امروز آن‌گونه که انتظار دارید پیش نمی‌رود و این وضعیت زمینه ناراحتی شما را فراهم می‌کند، اما بیش از حد سخت‌گیر نباشید.

بهمن

امروز حادثه‌ای وجود نازنینتان را تهدید می‌کند، در نتیجه بیشتر از همیشه مواظب سلامتی خود باشید و روز را به گونه‌ای به پایان برسانید که سلامت شما به خطر نیفتد. روز را با نگرانی و اضطراب آغاز کرده‌اید و لحظه‌های آرام و قرار ندریده به خاطر داشته باشید که این وضعیت برای سلامتی شما اصلاً مفید نیست و با صحت یا فردی که او را به عنوان سنگ‌صبور خود قبول دارید، بار غم‌ها و نگرانی‌ها را کنار بگذارید.

اَسفند

انسان خندرویی هستید؛ از این روحیه برای روزیاری با مشکلات کمک بگیرید. موفقیت مالی متنازلی دارید و به‌رغم اینکه گاهی اوقات اندوخته‌های شما لبریز می‌شود، مواقعی نیز وجود دارد که پول کم می‌آورد؛ اجازه ندهید این شرایط دامنه بپسدا کند. فکر ناراحت‌کننده‌ای شما را آزار می‌دهد؛ این ناراحتی را با فردی که سنگ‌صبور شماست، مطرح کنید و بار غم‌هایتان را زمین بگذارید.