

و لداع هک یدن وادخ ایآ دشاب هدن شخب دوج و دناوت یمن ؟ دشاب هت شاد

- دشاب هت شاد دوج و دناوت یمن دئاب هدن شخب و لداع هک یدن وادخ
- قلطم و لماک نیب یقطنم مزالت مدع ۱-
- یشزرا دنچ قطنم رصانع زاش شخب و لدع ۲-
- تلادع رد رتماراپ کی اهنت ، قاقحتسا ۳-
- لماک هدن شخب و قلطم لداع ادخ

هدن شخب و لداع هک یدن وادخ هت شاد دوج و دناوت یم ن دشاب دشاب

دوج و دناوت یم ن دشاب هدن شخب و لداع هک یدن وادخ ارگت بٹم نایادخ یب یقطنم هلدا زا رگید یکی
تسا دشاب هت شاد

و دنه ناشن ضقانت ، تمایق زور رد ادخ ندوب هدن شخب و ندوب لداع نیب دنه اوخ یم هک اهنآ م نادیمن
لداع مه ادخ دنیوگ یم ی تقو و هک دندیم هفن هزادنا نیبا تناید خیرات لوط رد ناسنا اهدرای لیم دنیوگ ب
ارچ تسه رتکیدزن هار ی تقو بوخ!؟ دندرک رود ار هار ارچ ، تسا لاجم و ضقانت نیبا هدن شخب مهو تسا
یاههژاو زا یکی مینادیم همه!؟ دنتفر یقطنم یاربک و یرغص پاتوچیپ و یملع تانایب لابند
ضقانت رد منهج و ادخ یگدن شخب اساسا دنیوگ ب دوب بوخ ، تسا منهج ترخآ و تمایق کفنیال
!!تسا رت حضاو و رت حار یضقانت هکنیا ، تسا

: منکیم یسررب ار اهنآ لال دتسا تارقف ضعب بیترت هب

دناوت یم ن دشاب هدن شخب و لداع هک یدن وادخ ارگت بٹم نایادخ یب یقطنم هلدا زا رگید یکی
تسا دشاب هت شاد دوج و

و دنه ناشن ضقانت ، تمایق زور رد ادخ ندوب هدن شخب و ندوب لداع نیب دنه اوخ یم هک اهنآ م نادیمن
لداع مه ادخ دنیوگ یم ی تقو و هک دندیم هفن هزادنا نیبا تناید خیرات لوط رد ناسنا اهدرای لیم دنیوگ ب
ارچ تسه رتکیدزن هار ی تقو بوخ!؟ دندرک رود ار هار ارچ ، تسا لاجم و ضقانت نیبا هدن شخب مهو تسا
یاههژاو زا یکی مینادیم همه!؟ دنتفر یقطنم یاربک و یرغص پاتوچیپ و یملع تانایب لابند
ضقانت رد منهج و ادخ یگدن شخب اساسا دنیوگ ب دوب بوخ ، تسا منهج ترخآ و تمایق کفنیال
!!تسا رت حضاو و رت حار یضقانت هکنیا ، تسا

: منکیم یسررب ار اهنآ لال دتسا تارقف ضعب بیترت هب

هم دقم:

راتشون رد هدش حرطم یاهه نیزگ زا یکی رب تسا رصتخم یحرش راتشون نیبا
رتکد هت شون "یهلایا یه گژی و یراگ زاسان ناهرب نوماریپ یجنسرطن کی"
زا لبق یبیرغ یاینیجری و هاگشناد هفسلف هتشر روسفورپ گنرد مرودوئت
؟تسیچ ضقانت مانرف اب یراتشون دوشیم هیصوت راتشون نیبا ندناوخ
دوش کرد الماک ضقانت لصا و دوش هعلاطم

نوب یقطنم مزالت مدع - ۱

قلطم و لاما

: دن تفگ ادخ فیعت رد مه البق هک روطنامه

دشاب هتشداد یگژی و رگا ینعی تسرا **لماک** شفیعت ساسا رب ادخ هک مینادیم **دح** هب و اشناد دساب هتشداد یشناد رگا ینعی ، دراد ار **لماک دح** یگژی و نآ رد ار یراک ماجنا تردق رگا ، دنادیم ار **زیچ همه** ینعی ، (تسرا میلع) تسرا **لماک** ار **اهراک همه** ینعی (تسرا ریدق) تسرا **لماک دح** هب و تردق ، دساب هتشداد ور نیمه زا و دراد ار ییابی لاما دساب هتشداد ییابی رگا ، دهد ماجنا دناوتیم و دنادن **قلطم** رداق ای ریدق ار ادخ هک تفای ناوتیم ار یروحم ادخ نید رتمک

هچنآ ینعی لاما نوچ ، دنراد یه ارمه ، ندوب قلطم و ندوب لاما ، تافص زا یرایسب رد هک تسرا حضاو لاما تردق و تسرا دح ندوب ملع نامه صقن ندوب ملع سپ ، درادن دح هچنآ ینعی قلطم و درادن صقن نیمه الثم تسرا یراج دندرگیم رب تاذ هب یعون هب هک ی تافص رد نی و ، تسرا قلطم تردق نامه یگدنیشخب تفص هک نآ ی تاذ ادبم هکلب دساب نندیشخب لمع نآ زا روطنام رگا یگدنیشخب یزرم و دح چیه هندنشخب تاذ هیحان زا شیشخب ینعی ، قلطم مه و لاما تسرا ی تافص مه دساب تسرا هنوگ نی تافص همه اما ، تسرا هندنشخب تاذ نوربب زا دساب نندیشخب لمع رد یلکشم رگا و درادن تسین ندوب قلطم اب مزالم تفص نآ رد ندوب لاما دندرگیم رب راک هب هک ی تافص الثم تسین هندنشخب زا روطنام رگا الثم ، تسین ننتشادن دح و ننتشادن صقن نوب یقطنم همزالم کی نوچ نآ لاما هندنشخب ، درادن ندوب قلطم اب همزالم ندوب لاما اجنیا رد دساب و زا نندیشخب رودص هک تسرا نآ لاما هندنشخب هکلب ، دساب هتشداد یگدنیشخب تیاهن یب و دیشخب ار همه هک تسین و ملاظ کی نندیشخب اما دساب اجیب یریگی تخس و هیحان زا و دساب هتشداد صقن و یگدنیشخب لاما هندنشخب کی ار و هندنشخب و تسین لاما شیشخب کی نادنمدرخ دن مولطم قح ندرک عیاض لاما و یئالقع محرت کی نادنند زیت گنلپ رب محرت دننادیم همه هک هنوگنامه ، دننکیم یقلت تسین

رصانع زاششخب و لدع ۲-

یشزرا دنچ قطنم

ک هتسکش مسج کی و شوگراهچ ثلثم دننام ه دنشخب و لدع یادخ) : دنتفگ هک دیدرک هطحالم ر ه دنشخب و لدع هک دناسریم حضاو روط هب نی و (دشاب هتشاد دوج و دناوتیم ن تسرا هتسکش دناهدروآ باسح هب یشزرا ود قطنم رصانع زاششخب و هتسکش و شوگ راهچ و شوگ هس دننام سرد اب ارنا ناوتیم هکلب تسین ندوبن و ندوب نیب رئاد تواضق کی رد ششخب رما هکن آ لای، یلحت اما و ، یدش دنم هرهب یگدوشخب 20% زا مکح نی رد امش دیوگی میضاقلثم ، درک نی ر ه تلادع لاج یایلع یلو مزادرپیمن آ هب بسانم تقو رد هک تسرا رادرخرب یصاخ تقدد زا لدع موهف، داد مه اوخ حیضوت هک تسرا یدنب هچرد و کیکش تلباژ

کی اہنت ، قاقحت سا -۳

تلادع رد رت ماراپ

چ رہ سک رہ ہک تسین نآ اہنت تلادع و دنکیم افیا شقن فل تخم ی اہرت ماراپ تلادع ققحت رد . دنکیم باجیا طئارش ی ہاگ سکع رب ہکلب ، دوش دروخر ہزادنا نامہ ہب وا اب دراد ار نآ قاقحت سر ، وناق کی ینعی دشاب ی نوناق دناوتیم فی فخت ی ت ح دوش ہداد فی فخت وا ہب ہک تسا نآ تلادع . دنکیم ی نیب شپ ار فی فخت ی طئارش تحت رگید نوناق و دنکیم نیعی ت ار قاقحت سا ییادت ب زن و دراد ششخب گنر ی قوقح رظن زا اعقاو ہکلب تسین قاقحت سا مدع ی انعم ہب زگرہ فی فخت ن ییادت ب نوناق یارجا مدع ی انعم ہب اہنت ہکلب تسین تلادع مدع ی انعم ہب نیا ہک تسا حضاو ہم ، سررب نمض رد ار رتشیب حیضوت و تسا ہدوب رفیک لصا ندرک دن نوناق ددص رد طقف ہک تسر ، مہدیم اہنآ لال دتسا تارقو .

هدن شخب و قلطم لداع ادخ لماک

لماک لداع ، تسرا لماک هدن شخب زین و تسرا لماک لداع ادخ : می‌وگیم هطلاغم هس نیا فشک اب ، تسره مه قلطم لداع لماک لداع ، لدع یگژی و تهج هب لاج نی‌ورد و تسین وا راک رد ملظ یاهرذ ینعی یگنهامه رد و شخب لاج نی‌ورد تسین وا راک رد اجیب یریگ تخس یا هژد ینعی لماک هدن شخب اما ربانب و دوب دهاوخن لماک یگدن شخب دنزب همدص تلادع هب رگا هکیروطب تسرا تلادع اب رایع مامت دص رد دص ار مرج کی مامت ای و ار نی‌مرجم همه هک دوب دهاوخن قلطم هدن شخب لماک هدن شخب نیا لماک دروم کی رد ، دوشیم نی‌یعت دصرد اب لماک یگدن شخب دروم ره بسانت هب اذل و ، دشخبب تسرا رتمک ای رتشیب رگید دروم رد و تسرا 20% لماک یگدن شخب و یگدن شخب

م‌ینکیم یسررب ار لالدتسرا هیقب نونکا

ح‌رش:

فلا تازاجم قح‌تسم ار یو هک دشاب هدش بک‌ترم ار یمرج یصخش دینک صرف هاگآ یو مرج زا یضاق و دریگیم رارق هاگداد رد یضاق لباقم رد یو ی‌تقو .دنک م‌یمانیم **فلا** ار تازاجم نیا هک **دریگیم رطن رد** وا یارب ار ی‌تازاجم ، دوشیم یضاق مکح و دنک تازاجم ار وا تللاج هس هب دوخ مکح رد دناوتیم اهنت یضاق هک ار ی‌تازاجم نازیم ندرک لالدتسرا یارب ، دشاب چراخ تللاج هس نیا زا دناوتیم یضاق م‌ینک صرف ب دنکیم رداص دوخ مکح رد یضاق

یضاق مکح تللاج نیا رد .دنک تازاجم فلا هزادنا هب آقی‌قد ار وا دناوتیم یضاق ۱- تسرا نآ قح‌تسم اعقاو هک دوشیم تازاجم ردق‌نامه صخش ، تسرا **هنا لداع الماک** ، دشاب قالش هبرض 70 تسرا هدش بک‌ترم یو هک یمرج تازاجم رگا ال‌ثم ینعی ربارب ب اب فلا رگا هجیتن رد .دنک قالش هبرض 70 هب موکحم ار وا یضاق ، تسرا **لداع** یضاق ، دشاب

تللاج نیا رد .دنک تازاجم فلا هزادنا زا رتمک ی‌هزادنا هب ار وا دناوتیم یضاق ۲- هدی‌شخب تسرا هت‌شاد ار نآ قاقح‌تسرا صخش هک ی‌تازاجم نازیم زا ی‌تمسق یو دوب نآ رب تلادع اریز **تسرا هدرکن رات‌فر تلادع ساسا رب** یضاق نیا ، تسرا .تسرا هت‌شاد ار نآ قاقح‌تسرا وا هک دنک تازاجم نازیم نامه هب آقی‌قد ار صخش هک آ‌ساسا یضاق رگا تسرا نی‌نچمه .تسرا هدن شخب یضاق کی یضاق نآ لاج نیا رد ، دشاب ب زا رتشیب فلا رگا هجیتن رد .دنک تازاجم هب موکحم ار مرج صخش ، تسرا هدن شخب یضاق

طیارش نیا رد .دنک تازاجم فلا زا رتشیب ی‌هزادنا هب ار وا دناوتیم یضاق ۳-

تلاح نی .تسا هدرک رداص هناملاظ رابنیا و هناداع ریغ یمکح مهزاب یضاق
یناهنپ" ناهرب دننام ییاهناهرب رد اما ،تسین ام رظن دروم ناهرب نی رد لمتح
رگا هجیتن رد .دوشیم هداقتسا ادخ دوجو مدع تابثا یارب عوضوم نی زا "یهلا
تسا ملاظ یضاق ،دشاب ب زارتمک فلا

درک میظنت یضاق تواضق دروم رد ار ریز لودج ناوتیم نی ربان ب

تسا لداع اقلطم یضاق ب = فلا

تسا هدنشخب اقلطم یضاق ب > فلا

تسا ملاظ اقلطم یضاق ب < فلا

رد هک اجنآ زا و دنتسه ازجم الماک رگیدکی زا تلاح هس نی هک تسا راکشآ
رگیدکی اب یفیک و یمک طاحل زا اما دنراد تدحو رگیدکی اب لومحم و عوضوم
اب یراکشآ ضقانت رد دنوش هداقتسا هیضق ود رد هک یتروصرد دنراد فالتخا
ای ادخ مینکیم تبحص ادخ تواضق دروم رد یتقو ینعی .تشاد دنهاوخ رگیدکی
رد ار تفص نی و ره دنناوتیم دنواخ .دشاب هدنشخب دیاب ای دشاب لداع دیاب
دشاب هتشاد دحاو نآ

دنتفگ:

دنتفگ **فلا** تازاجم **قحتسم** ار یو هک دشاب هدش بکترم ار **یمرج یصخش** دینک ضرف
قاقحتسا نازیم ۳- مرج تیفیک و تیمک ۲- مرج تایصوصخ ۱- دنکیم افیا شقن زیچ دنچ اجنیا رد
مکح یارجا ۶- مکح رودص ۵- رفیک تیفیک و تیمک ۴- رفیک

و طرش نارازه رگا اما دریگب رظن رد ار نیمرجم طئارش و تالاح دایز تمحز اب دنناوتیم نوناق دنچ ره
هک دنکیم دروخرب صاخ یطئارش رد ینیمرجم اب لمع رد یضاق دوش هتفرگ رظن رد مه هرصبت
دشاب مه **ملط** ، ینوناق قاقحتسا قبط مکح یارجا اساسا تسا نکمم و تسا تکاس نآ زا نوناق
لاثم رد لیصا **ینازیم** هچ ، تسا صاخ رفیک قاقحتسا اب مرج هطبار نیببت رگید مهم بلطم
یاج هب دوشیم ای؟ دوش هدز دیاب هنایزات عون هچ اب ای؟ تسا هدرک نییعت ار هبرض 70 ددع ، روکذم
هب هبرض 23 ای آ هدش رداص مرجم هس زا کرتشم روط هب مرج نیمه رگا؟ درک نادنز یتدم ار وا هنایزات
هب برض 24 ای مینزب کی ره

ار یتازاجم ،دوشیم هاگآ یو مرج زا یضاق و دریگیم رارق هاگداد رد یضاق لباقم رد یو یتقو: **دنتفگ**
رظن رد هک ار فلا نی تسین نکمم ای .میمانیم فلا ار تازاجم نی هک **دریگیم رظن** رد وا یارب
یعنام هچ سپ دراد یگتسب یضاق رظن هب 70 ددع رگا ینعی؟ دشاب فیفخت زا سپ امئاد **دریگیم**
نیاب و دریگب رظن رد ار وا فیفخت دنک نییعت ار 70 ددع دوخ نهذ رد هکنیا زا لباق یضاق هک دراد
یضاق لاج نیع رد و تسا ربارب ب اب فلا امئاد نی ربان ب و ؟دنک نییعت ار هبرض 70 طاحل
تسه مه هدنشخب

الماک یضاق مکح تلاح نی رد .دنتفگ تازاجم فلا هزادنا هب اقیقده ار وا دنناوتیم یضاق 1- :دنتفگ
قباستالاکشا زا رظن عطق .تسا نآ قحتسم اعقاو هک دوشیم تازاجم ردقنامه صخش ،تسا **هنالداع**
هک مداد حیضوت نوچ تسا لداع الماک یضاق ب و فلا تاواسم تروص رد تفگ ناوتیم میوگیم ،
زایمان هک مکح یارجا هلحرم دراوم ضعب رد یتح ، تسا تلادع هلأسم رد رتماراپ کی اهنت قاقحتسا
هدرک مکح هک ار ب دنکیم راداو ار لداع یضاق هک دراد یتایصوصخ دیمان ج ار نآ ناوتیم و دندربن نآ
نی لالدتسا ترابع تیقعقاو سپ ، تسا هدش عقاو یرگید قح اب ضراعت رد الثم نوچ دنکن ارجا
لدع فالخ اسب هچ هک تسا **هنارادم نوناق** الماک یضاق مکح ب و فلا تاواسم تروص رد هک دوشیم

دشاب.

اریز **تسا هدرکن راتفر تلادع اساسا رب** یضاق نیا دشاب فلا زا رتمک تازاجم رگا دن تفگ رد. تساهت شاد ارنا قاقحتسا وا هک دنک تازاجم نازیم نامه هب اقیقد ار صخش هک دوب نآ رب تلادع یانعم هب اچنی رد ار **تلادع** هک مینیبیم حوضو هب تساهدنشخب یضاق کی یضاق نآ لاج نیاهلحرم رد، قاقحتسا زا دعبلحارم رد دناوتیم مداد حیضوت هچنآ قبط هکنآ لاج ودناهتفرگ **نوناق اساسا رب یصوص رد یضاق و**، دشاب هت شاد یرگید یاضتقا تلادع زین ارجا هلحرم ای مکح **تسا ملظ لدع لباقم نوچ دنزب وا هب هبرض 70 زا شیب هک تساهدرکن راتفر تلادع ششخب و فیفخت هن**.

دوشیم نینچ دن تفگ هک ی تللاح هس نآ عقاو سپ

دشاب **ملاط** تساهنکم اما تساه **رادم نوناق اقلطم** هکلب. **تسا لدعا اقلطم** یضاق ب = فلا

هدنشخب مه و دشاب لدعا مه دناوتیم هکلب. **تساهدنشخب اقلطم** یضاق ب > فلا

هز هبرض 75 الثم رگا هکلب تسین **ملاط قلطم** روط هب. **تساهملاط اقلطم** یضاق ب < فلا حیضوت و، تساهت شاد قاقحتسا هک هبرض 70 رد هن **تساهدوب ملاط هبرض 5 رد اهنت** تساهب یشرزا ود قطنم رصانع زا ار ملظ و لدع هک تساهنی رب ینتیم نتفگ نخس نینچنی هک مداد دنهدروآ باسح

دنتسه **انجم الماک** رگیدکی زا تللاح هس نیاهک تساهراکشآ: **دنتفگ** هچنآ نیاهربانب رد یلصا روح و تساهنینچ **یقووق** لئاسم بلاغ هکلب **دناهدینت رگیدمه رد الماک** هک میدید رداک کی رد موهفم ود نیاهساسا و دبلطیم اریقیقد یاهتخب هک تساهتلادع و قح موهفم ود اهنا زکرمتم اچ و مرج اهنت رب ار رطن دوشیم و دهدیم ینعم دایز روما زا لکشتم متسیس و دنم ماطن. نآ فالخ ای تلادع هب دومن مکح و درک

راذگاو ریصب نیرطان هب ار اهنا ههشب هب خساپ و یریگ هجیتن نیاهب عجار تواضق نونکا: منکیم

یریگ هجیتن و هصالخ:

درک لالددتسا ناوتیم هصالخ روطب اذل

تساهقلطم لدعا یضاق کی، دشاب هت شاد دوجو ادخ رگا

تساه**قلطم** هدنشخب یضاق کی، دشاب هت شاد دوجو ادخ رگا

وا هک دنکیم تازاجم **نازیم نامه هب اقیقد** ار مرجم، قلطم **لدعا** یضاق کی تساهنآ **قحتسم**

قحتسم اعقاو وا هچنآ زا **رتمک** ینازیم هب ار مرجم، **قلطم** هدنشخب یضاق کی دنکیم تازاجم اساسا ار وا ای، دنکیم تازاجم تساه

تازاجم **قحتسم** وا هک نازیم نامه هب اقیقد مه ار صخش کی هک تساهلاجم نیاهدرک تازاجم تساهقحتسم اعقاو وا هچنآ زا **رتمک** ار وا مه و، درک تازاجم تساهندش

3 زا هجیتن). قلطم هدنشخب مه دشاب قلطم لدعا مه یضاق کی هک تساهلاجم اذل (5 ات

(6 و 1,2 زا هجیتن). دشاب هت شاد دوجو ادخ هک تساهلاجم نیاهربانب

اهن آه ب خ س ا پ و ی ل ا م ت ح ا ت ا ه ب ش ی خ ر ب :

ت س خ ن ه ه ب ش

و دن ک درو خ ر ب ت ل ا د ع ا ب ا ه ن ا س ن ا ز ا ی خ ر ب ا ب د ن و ا د خ ه ک د و ش ل ا ل د ت س ا ت س ا ن ک م م ی ه ا گ و ل د ا ع ی ه ا گ د ن ا و ت ی م د ن و ا د خ ا ذ ل . ی گ د ن ش خ ب و ت م ح ر ا ب ر گ ی د ی خ ر ب ا ب ل ا و س ر ی ز ا ر د ن و ا د خ ت م ح ر و ت ل ا د ع ن د و ب ق ل ط م ی ا ه ه ب ش ن ی ن چ . د ش ا ب ه د ن ش خ ب ر ا ت ف ر ت ل ا د ع ه ب ن ی م و ک ح م م ا م ت ا ب ه ک ی ت ر و و ر د ی ض ا ق ه ت ش د گ ن ی ا ز ا . د ر ب ی م د ن ت س ه ق ح ت س م ا ه ن آ ه چ ن آ ز ا ر ت ش ی ب ا ی ر ت م ک ا ه ن آ ز ا ی ک ی ه ب ی ت ح و د ن ک ن ا ی ت س ا م ل ا ط ا ی ا م و ز ل ی ض ا ق ن ی ا . د و ب د ه ا و خ ن ل د ا ع ر گ ی د د ه د ت ا ز ا ج م . ت س ا ر ا ر ق ر ب ن ا ن چ م ه ض ق ا ن ت ا ذ ل . ه د ن ش خ ب

م و د ه ه ب ش

، د ر ا د ی م ن ا و ر ی گ د ن ش خ ب ی س ک د ر و م ر د ل ی ل د ی ب د ن و ا د خ د و ش ه ت ف گ ت س ا ن ک م م ا ل ت م د ی ش ا ب ه د ا د م ا ج ن ا ا ر ی ص ا خ ر ا ک ه ک د ی و ش ی م ه د ی ش خ ب ی ت ر و و ر د ا ه ن ت ا م ش ی ا ه ه ا ر D ن و ا د خ ه ک ت س ا ی ن ع م ن ی ا ه ب D ن و ا د خ ی گ د ن ش خ ب ا ذ ل . د ی ش ا ب ه د ر ک ه ب و ت R د . ت س ی ن ض ق ا ن ت R د ا د خ ت ل a د ع ا ب ن ی ا و ت S ا ه د a د ر a ر ق ن د ش ه د و ش خ B ی ا ر B ا ر ی ا ه ش و R D ن و a د خ ه ک ی ت R و و R د T ش a د ه ج و T د ی a B ه ه B ش N ی a ه B خ S a P ا ز ی M ز a D ن a و T B ا ه ش و R N آ ه B N د Z گ N چ a B ی M ر ج M و ، D ش a B ه D a د R a R Q N د ش ه د ی ش X B ه ک L B T S a ه D a D N ا ش N D و X Z a ی گ D N ش X B ا ج N ی a R D D N و a D X ، D ه a K B D و X T a Z a J M R D 3 ه R a M ش D R o M R D T L a D E Z a ه ک ی ف ی ر ع T S a S a R B ا ر ی Z . T S a ه D a D N ا ش N T L a D E N ی ی ع T L B Q Z a ه ک ی R گ ی D R a ک R ه ا ی ه B و T a B ه ک ی ص خ ش ، D ش ه D R o A ن ا ه R B ه V a L X N و چ و . T S a ی R T M K T a Z a J M Q ح T S M D ه a K B D و X M R J N ا Z ی M Z a D N a و T B D ش a B ه D ش A S a S a ی ی a D X N ی N چ D N ک ی M T a B ث a ا R ی R گ ی D B Z K N ی ض ی Q N Z a ک ی R ه T ح V م N . D ش a B ه D N ش X B D N a و T ی M N

م و س ه ه ب ش

ا م ا D ش X B B T S a N ک M م ا R ه L L a Q ح D N و a D X ه ک D N ک L a L D T S a R o a B a D X T S a N ک M م Q ح D R o M R D و T S a ه D N ش X B ه L L a Q ح D R o M R D D N و a D X ا ذ L . D ش X B ی M N ا R S a N L a Q ح ح R ط M N ا ه R B N ی a R D A S a S a T o a V a C D R o M ه ک T S a N آ X S a P . T S a L D a C S a N L a D و ج و ی ض ا ق ک ی ا ه N T و D و ش ی M R D a V M ک ح ک ی V خ ش R ه D R o M R D ه ک ا ج N آ Z a ، T S ی N ه R a ش a N آ ه B R a T ش و N N ی a R D ه ک ی D N B ه T S D N ا م ه آ ق ی Q D Q و Q ح ی M a M T D R o M R D D R a D ا R ی R گ ی D Q ح R ه ا ی ه L L a Q ح D N و a D X R گ a ا ذ L ، D N ک ی M Q D V Q L ط M R o T B a M o Z L D ش ه D a D N ا ش N ش ی ا ش X B D و X Z a ه ک L B ، T S a ه د ی Z R o N T L a D E M ه Z a B D ش X B B D ش ه T F گ ه ک R o T N ا م ه ه T ش D گ N ی a Z a و . D ش a B Q L ط M L D a C D N a و T S a ا ذ L ، T S a ه D N ش X B . T S ی N L D a C R گ ی D D ش X B B ا R ا ه T a Z a J M Z a ی T M S Q ی ی a D X R گ a ع و و و M N د ش R T N ش و R ی a R B . D R a D D و ج و ض C a N T ی گ D N ش X B و T L a D E N ی B M ه Z a B Q ح D ح a و 100 T S a ه D ش B ک T R M ه ک ی M ئ a R J ل ی L D ه B F L a V خ ش D ی N ک ض R F ی ض a Q ک ی T S و T ه N ی N چ و ا R ه L L a Q ح D ح a و 50 و T S a ه D R ک ع ی ا V ا R S a N L a D ح a و 100 ا ه N T و D R D گ B D و X Q ح Z a D N و a D X R گ a L a C . D و ش T a Z a J M D ح a و 150 د ی a B L D a C ه D R ک ی گ D N ش X B و ه D R B L a و S R ی Z a R T L a D E M ه Z a B D N ک T a Z a J M ا R V خ ش ه B ی ک M ک Z گ R ه ه N ی M Z N ی a R D ه L L a Q ح و S a N L a Q ح ه B Q و Q ح ک ی ک F T ا ذ L . T S a N ی a R T N D R o M ه ک T S a Q و Q ح ی M a M T D R o M R D ی L ک T o a V a C ا R ی Z ، D N ک ی M N R o a B a D X . T S a N ا ه R B