

**فهرست**

هرمزور و مهم دراوم	5
ی راج راجا	5
ی رارطاضا طیارش رد کمک	13
ترجاهم هرواشم تنیه	14
ل وادتم تلاوس	14
مهم ی اهدنویپ	15
!دیدمآ شوخ ناملاً ه	15
ت:ماقا تیعضو	16
میاهندیاه میحان	18
ناملاً رد ی هورگی گذنز	19
اه ی رادرهش و اهرهش	19
ن گنیشید ی رادرهش	19
ن گنیشید رد اهدانیشیپ	20
ن تتشرگ ی رادرهش	20
ن تترگ رد اهدانیشیپ	21
ن گنید رهش	21
ن گنیدگ رد اهدانیشیپ	22
میاهندیاه رهش	22
میاهندیاه رد اهدانیشیپ	23
ن گنیتشربره رهش	23
ن گنیتشربره رد اهدانیشیپ	24
ن گنیرامره ی رادرهش	24
ن گنیرامره رد اهدانیشیپ	25
ن وریزگینوک ی رادرهش	25
ن وریزگینوک رد اهدانیشیپ	26
ی رادرهش Nattheim	26
میاهندان رد اهدانیشیپ	26
ن گنیزتوتسردین رهش	27
ی رادرهش Sontheim an der Brenz	27
میاهتنوس رد اهدانیشیپ	27
ی رادرهش Steinheim am Albuch	28
میاهنیاتشا رد اهدانیشیپ	28
معجارم زکارم	28
مهم تارادا	28
میاهندیاه میحان هرادا	28
(ن ینکاس تپه هرادا/ن ینکاس هرادا) ی جراخ عاپتا روما هرادا	30
تیعجرم یامنهار	32
راک زکره	35
ی بایراکس نازآ	36
ن ارجاهم ی ارب کمک و هرواشم	37
ترجاهم هرواشم	37
ن اناوچ ترجاهم تامدخ	39
Jugendberufsagentur	40
گریم تروپسوا لایقتسا زکره	40
ی زاسه چراپکیه تیریدم	41
تیشگزابه هرواشم	44
ه نابلطواد و ی میته ماغدا	44
ن اگندهاپ و ی گندهاپ	45
هداوناخ یاضعا ی ارب ی لمللا ن یب تیامد و ی گداوناخ ی گندهاپ	45

کمک هر یاد	45
وی‌گندهانی ت ساوخر د BAMF	47
ماگنهرید ناگدنک تشگزاب و اپورا هیداجنا نارجاهم	49
نایوجهانپ یاری ت خادری تراک	49
ت خادری تراک دروم رد یلک تااعلاطا	49
ت سیچ اقیقد ت خادری تراک	50
ت سیچ ت خادری تراک ی بازم	50
دندکی م ت فایرد ت خادری تراک ی مسک ه چ	51
دندکی م تراک ه نوگچ ت خادری تراک	51
درداد دوجو ت خادری تراک ی اری ی نیلانا ماگرد ای ن شیکلیا ایا	52
م مذک دیرخ نیلانا ت خادری تراک ای م ناوتی م ایا	52
م مذک دیرخ اجک زا ت خادری تراک ای	53
م مذک تشادری لوی ت خادری تراک ای م ناوتی م ایا	53
م ریگب کمک م خادری تراک دروم رد م ناوتی م اجک زا	54
نابز	54
نابز	54
ندیمهف رد کمک	54
ی ناملاً ی ریگدای	55
نابز حطاس	55
نابز یاه هرود زاعاً	55
نابز نیلانا یاه هرود	55
میلوا نابز ش یارگ ی اری ی ناملاً یاه هرود	56
میحان هرادا نابز یاه هرود	57
ماغدا یاه هرود	58
لغش ی اری ی ناملاً	59
نابز راکندم	60
نامجرتم و نامجرتم	61
ت ملاس	61
لارنژ	61
کشری هب معجارم	62
رامیبه ی کینور تکلا هدنوری (ePA)	64
ی رامیبه همیبه	66
اه ه ناخوراد و اهوراد	66
هرواشتم زکارم و اه ناتسرامیبه	67
نویسانیسکاو	68
ی رادراپ	69
م بهاندیاه میحان ی اری ی تیقارم ی نابینشپ زکرم	70
نابینعا زا تیامد و نابینعا کرت هرواشتم	71
سکء و مملک اب نم ندب Zanzu	72
ناتسپ زا تیقارم ن شیکلیا	72
هداوناخ	73
هداوناخ ی بازم	73
کدوک لمکم و کدوک منیزه کمک	74
اه هداوناخ ماگداعیم	75
ناکدوک زا تظفاحه و ناکدوک ش یاسا	76
ی گناخ ت نوشتخ منیمز رد کمک	76
نامیاز و ی رادراپ	77
تیلولعم ی اراد دارفا	78
م بهاندیاه مقطنم رد دارفا و اه هداوناخ ی اری ه جدوب	79
هارمه نودب ن لاسدرخ	80
هداوناخ ندمآ مه رود و هداوناخ قاحلا	81

تلايحه و هسردم ،كدوك دههه	83
اه هچر زا تهقارم	83
مياهندياه هچاز رد هسردم	84
هسردم	84
هسردم عوضوم هرابرد ه نابز دچ ي حيضوت ي اهو ويديو	87
يا هفرد س رادم	88
يريدگدا ي ككمك و ي سرد ككمك	91
ككمك و هرواشتم	92
تكراشتم و ي شزوما هتسب (BUT)	94
ن لاسگرزب شزوما زكارم و اه ه ناخاباتك	96
ي شزوما ياه ه مانرب	98
راك و هاگشناد رد ليصحه ،يا هفرد شزوما	100
ي مومع تااعلاطا	100
ي مومع تااعلاطا	100
تسا بسايم نم ي ارب هفرد مادك	100
اه تساوخرد	101
كرادم ديپانه	103
يا هفرد شزوما	105
شزوما	105
هاگشناد رد ليصحه	108
ي نژد ي اهت ي حلاص و ي جراخ هنياعم	110
ي لاء شزوما	111
لغش و راک	112
راك دادرارف	112
ن اصصختم ترچاهم	112
Job-Turbo	114
م مراد زاين راک زوجم ه ا يا	114
نابوچهان ي ارب تااعلاطا	116
هدش ديپانه ن ارچاهم و ناگراوا ي ارب تااعلاطا	117
ت غارف تا قوا و مرمزور ل ناسم	120
مرمزور ل ناسم	120
مزيو ياه تيلاعف	120
ي باي تهج / ي باجياج	120
رادياپ كرحه	122
وردوخ ي رادك كارتشا و ي كارتشا ي اهوردوخ زا هداغتسا ي اهت صرف	122
ي گذنار ه مانپهاوگ	123
ي مومع ل يقن و لمد	123
ي نلاوط ت فاسم ل يقن و لمد	126
گریم تروو-ن داپ طيباب	128
ناملآ طيباب	129
D-Ticket YouthBW	130
ه مانرب bwegt	131
ن تفر هار	133
ن كسم	133
ت نرتنيا و ن فلت ، اهادرارف	135
ت يلوئسم هميب	137
دنامسپ كيكفته	137
ديرخ	139
*اه سنجانيه و *اه سنجارته ، ن ايارگ سنج و د ، ارگسنجه ن ادرم ، ارگسنجه ن انز (LSBTI) ن اشابرگد	141
ت سبز طيحم	141

---

لوپ	142
ت غارف قو	143
داز آی شزرو یاهت پلاعف	143
ی مومء یاه هفاک	144
ناناوج یاه هناد	144
اه نمجنا	146
مقطنم رد راذگوتشگ تاناکما	147
مپاهندیاه رهش رد راذگوتشگ تاناکما	150

## موارد مهم و روزمره

### اخبار جاری

مه ۲۰۲۶

عمومی خود را از ساعت ۵ بعد از ظهر در ساختمان شهرداری هایدنهايم (Hintere Gasse 60) برگزار خواهد کرد.  
در ۸ مه، شورای مشورتی مهاجرت ناحیه هایدنهايم دومین جلسه مشاوره

فوریه 2026

[جایابی / جهت یابی](#) محتوای جدیدی در صفحه وجود دارد

دسامبر ۲۰۲۵

ساعات کاری دفتر ناحیه:

دفتر ناحیه در تاریخ‌های زیر تعطیل خواهد بود:

- ۲۴ دسامبر ۲۰۲۵
- ۲۵ دسامبر ۲۰۲۵
- ۲۶ دسامبر ۲۰۲۵
- ۳۱ دسامبر ۲۰۲۵
- ۱ ژانویه ۲۰۲۶
- ۲ ژانویه ۲۰۲۶
- ۵ ژانویه ۲۰۲۶
- ۶ ژانویه ۲۰۲۶

ژوئیه ۲۰۲۵

در Integreat موجود است. [داخت اکنون](#) اطلاعات مربوط به کارت پر

آوریل 2025

" آنلاین است. [کمک هزینه کودک و مکمل کودک](#) صفحه جدید "

مارس 2025

: بخش خدمات پناهجویان در این تاریخ بسته است! **مهم**

- چهارشنبه 26 مارس 2025
- چهارشنبه 2 آوریل 2025
- چهارشنبه 9 آوریل 2025
- چهارشنبه 16 آوریل 2025
- چهارشنبه 23 آوریل 2025

## ژانویه 2025

جایجایی اداره مهاجرت شهر هایدنهایم (Ausländerbehörde Stadt Heidenheim) مهاجرت شهر هایدنهایم به ساختمان مجاور در 9 Grabenstraße (ساختمان LBBW سابق) نقل مکان کرده است. اداره

## ژانویه 2025

(آنلاین است [پیرونده الکترونیکی بیمار](#) ePA) صفحه

## دسامبر 2024

ساعات کار دفتر شهرستان در طول کریسمس و سال نو

دوشنبه، 23 دسامبر 2024  
سه شنبه، 24 دسامبر تا جمعه، 27 دسامبر 2024 بسته شد  
دوشنبه باز، 30 دسامبر 2024  
سه شنبه 31 دسامبر تا 01 ژانویه 2025 بسته شد

## سپتامبر 2024 سایت هیئت مشاوره مهاجرت

است. منطقه هایدنهایم امکان پذیر ارسال برخی از درخواست ها به صورت آنلاین به اداره مهاجرت زبان های آلمانی، انگلیسی، اسپانیایی، فرانسوی، روسی، صربی، ترکی و اوکراینی امکان پذیر است. درخواست آنلاین به

## جولای 2024

مشاوره مهاجرت منطقه اقدام کنید. اطلاعات دقیق را می توانید در وب سایت هیئت مشاوره مهاجرت هایدنهایم بیابید. شما تا 7 جولای فرصت دارید به عنوان یکی از اعضای متخصص هیئت

## ژوئن 2024

هیئت مشاوره مهاجرت در جشنواره بین المللی خیابان 28 و 29 ژوئن (در هایدنهایم شرکت خواهد کرد. لطفاً به غرفه ما بیایید!

## می 2024

در هیئت مشورتی مهاجرت ناحیه هایدنهایم از 1 می تا 7 ژوئیه امکان پذیر است. می توانید فرم درخواست را در هیئت مشاوره مهاجرت درخواست به عنوان یک عضو متخصص در هیئت مشاوره مهاجرت درخواست برای عضویت دریافت برنامه های شما هستیم! صندوق پستی هیئت مشاوره مهاجرت بیابید. می توانید آن را پر کرده و به وب سایت ارسال کنید. ما مشتاقانه منتظر

## آوریل 2024

مرکز خوش آمد گویی شرق وورتمبرگ  
گایدیتز (دانشجویان بین المللی و متخصصان بین المللی) و آقای شران (متخصصان و شرکت های بین المللی) هستند. تیم مرکز استقبال دوباره به طور کامل پر شده است. کارمندان جدید خانم

## مارس 2024

ساعات کاری جدید برای مرکز کار هایدنهایم  
کار پیدا کنید. وب سایت مرکز این مرکز کار از اول مارس ساعات کاری جدیدی دارد. شما می توانید این موارد را در

## سپتامبر 2023 Jugendplattform HYPE

هایدنهیم از سال تحصیلی جدید وب سایت مخصوص خود را برای جوانان داشته است. در پیشنهادات جذاب و اخبار جالب از زمینه های کار و آموزش جوانان را پیدا خواهند کرد. [www.hype-hdh.de](http://www.hype-hdh.de) منطقه جوانان، والدین، متخصصان و علاقه مندان به جوانان اطلاعات مربوطه،

## سپتامبر 2023

مهم: تغییر ساعت کار مرکز کار از 2 اکتبر:

**دوشنبه تا جمعه 8:00 صبح تا 11:00 صبح**

می توانید نگرانی های خود را روشن کنید. می توانید به صورت آنلاین وقت رزرو کنید: قرار ملاقات - آژانس کار فدرال این پس تنها با یک قرار ملاقات توافقی

از <https://web.arbeitsagentur.de/portal/terminvertrag/pc/jobcenter/anliederwahl?ds...>

بیشتر را می توانید در اینجا بیابید:

اطلاعات <https://www.jobcenter-heidenheim.de/aktuelles/neue-offnungszeiten-ab-02-oktober...>

## جولای 2023

مهم: تغییر ساعت کار اداره مهاجرت منطقه هایدنهیم

ساعات کاری جدید مقامات مهاجرت و اخذ تابعیت:

دوشنبه 8:00 صبح تا 11:30 صبح (فقط با تعیین وقت قبلی)؛ 2:00 بعد از ظهر تا 4:00 بعد از ظهر

سه شنبه 8:00 صبح تا 11:30 صبح (فقط با تعیین وقت قبلی)

چهارشنبه تعطیل شد

پنجشنبه 8:00 صبح تا 11:30 صبح (فقط با تعیین وقت قبلی)؛ 2:00 بعد از ظهر تا 5:30 بعد از ظهر

جمعه 8:00 صبح تا 11:30 صبح

دهی را می توان به صورت آنلاین از طریق

تلفن <https://termine.landkreis-heidenheim.de/public/sites/3/appointments/index.html?...> نوبت

تعیین کرد. [073213212226](tel:073213212226) یا با شماره

دوشنبه بعدازظهر، پنجشنبه بعدازظهر و صبح جمعه نیازی به وقت قبلی نیست.

## ژانویه 2023

تمام اتوبوس ها و قطارها در Brenzbahn در منطقه Heidenheim دوباره می توانند بدون ماسک استفاده شوند.

از 31 ژانویه،

در سطح فدرال، الزام ماسک در حمل و نقل مسافری در مسافت های طولانی تا 2 فوریه 2023 لغو می شود.

## اکتبر 2022

Die Seite [Pflegerstützpunkt Landkreis Heidenheim](#) ist online.

## ژوئن 2022

Auf Integreat ist nun die [Kartenfunktion](#) verfügbar!

## آوریل 2022

Integreat ist nun auf [Ukrainisch](#) verfügbar!

## فوریه 2022

Ab Mittwoch, 23. Februar 2022 ist der **Zugang** zu allen Dienststellen des **Landratsamtes ohne ein 3G-Nachweis** möglich.

## نوامبر 2021

Neue Integreat Funktion **TüNews verfügbar!**

Unter der **Rubrik Neuigkeiten** finden Sie **täglich überregionale Informationen** und **Nachrichten** zu Themen wie Alltag, Sprache, Arbeit, Wohnen und mehr.

## نوامبر 2021

Die **Corona-Hotline 0711 410 11160** des Ministeriums für Soziales, Gesundheit und Integration seit dem 5. November auf **Arabisch, Englisch, Russisch und Türkisch** erreichbar.

Die **Hotline** können Sie **montags bis freitags von 9 bis 17 Uhr** anrufen. Die Corona-Hotline informiert bei Fragen rund um das Thema Coronavirus. Das sind zum Beispiel Fragen zur Testpflicht, Quarantäne, zum Impfen oder zur Einreise nach Baden-Württemberg.

Die **Hotline** ist auf **Deutsch** erreichbar unter der Nummer **0711 904 39555**.

Für **gehörlose Menschen** steht die Hotline ebenfalls von Montag bis Freitag von 9 bis 17 Uhr als **Video-Chat** zur Verfügung.

## دسامبر 2021

[Berufenavi.de](https://berufenavi.de) ist eine Seite, die bei der Beruflichen Orientierung hilft. Neben kurzen Informationen gibt es viele Links, die bei der Suche nach dem passenden Beruf unterstützen.

## سپتامبر 2021

Integreat ist jetzt auf **Bulgarisch** und **Französisch** verfügbar.

## سپتامبر 2021

Das **Kreisimpfzentrum (KIZ) schließt** am **30. September 2021**.

Bis zum 30. September können Sie sich noch im KIZ Freitag bis Mittwoch (08.00 bis 18.00 Uhr) und donnerstags (08.00 bis 20.30 Uhr) ohne Voranmeldung impfen lassen.

Ab Oktober wenden Sie sich für Impfungen an die Hausärztinnen und Hausärzte, niedergelassen Ärzte und Betriebsärzte. Das gilt auch für die Zweitimpfungen.

**Wichtig:** Beachten Sie die Einhaltung des Mindestabstands zwischen Erst- und Zweitimpfung. Der Impftermin muss mindestens zwei Wochen vor der fälligen Impfung mit der Arztpraxis vereinbart wird.

Sollten Sie keine Hausarztpraxis haben, können sie auf der [Internetseite der Kassenärztlichen Vereinigung BW](#) über die Corona-Karte Baden-Württemberg den Standort der nächstgelegenen Corona- Schwerpunktpraxis finden.

**Bestehende (Zweit-) Impftermine im Kreisimpfzentrum nach dem 30. September sind ungültig**, auch wenn Sie eine E-Mailerinnerungen bekommen.

## 2021 آوریل

[قرارداد کار](#) صفحه جدید:

2021 آوریل

Information zu Ramadan:

Die aktuelle 7-Tage-Inzidenz im Landkreis Heidenheim liegt über 200.

Daher gilt zum Fastenbrechen:

- Ein Haushalt darf sich mit einer weiteren Person treffen, die nicht zum eigenen Haushalt gehört. Kinder unter 14 Jahre werden nicht mitgezählt.
- Rituelles Gebet: wird das Gebet von einer islamischen Gemeinschaft veranstaltet, ist das eine religiöse Veranstaltung. Entsprechende Hygienemaßnahmen müssen vom Veranstalter getroffen und gewährleistet werden.

### 2021 فوریه

[بیمه بیماری](#) و [وضعیت اقامت](#) صفحه جدید:

فوریه 2021

[واکسیناسیون در برابر ویروس کرونا](#) صفحه جدید:

ژانویه 2021

این ویدئو برنامه Integreat را به زبان اشاره توضیح می دهد:

<https://www.youtube.com/watch?v=OOiwgL9k0rA>

### 2020 آوریل

از 27 آوریل 2020 شما باید به هنگام ورود به تمام مغازه ها و اتوبوس ها و قطارها ماسک محافظ داشته باشید. داشتن اجباری ماسک

Mehrsprachige Informationen zur Maskenpflicht:

[Deutsch](#), [Englisch](#), [Arabisch](#), [Farsi](#), [Französisch](#)

### مارس 2019

[کرده](#) برای آسان کردن آغاز زندگی برای مستاجران جدید و جلوگیری از بروز مشکلات در همان ابتدا، اتحادیه BBU یک و [سومالیایی](#)، [تنگرینیایی](#)، [فارسی](#)، [اردو](#) و نیز به [انگلیسی](#)، [عربی](#) است. آن همچنین به زبانهای [دستورالعمل مسکن را تهیه](#) موجود است. [روسی](#)

[تسرهف نامز یاه زاعا هرود](#) یاه [یگچراپکیه](#) به زور! دش

8102 ریماسد

یاری لاس مود سردم نیلانا! دنتسه به تسویپه مانر [ی مداکای](#) یاه [کچوک](#) [ی مداکای](#) و [ناکوک روتکه](#) ار مطحلام می. دینک  
مانر [ی مداکای دیدج مدنیا](#)

8102 ریمتکا

[تسرهف نامز یاه زاعا هرود](#) یاه [یگچراپکیه](#) به زور! دش

8102 ریماتپس

[مادک](#) "ت یاسل غشبت سانم نم" [ت سا](#) نیلانا! ت سا

8102 میئوز

[نامز تسرهف یاه زاعا هرود](#) یاه [یگچراپکیه](#) به زور! دش

8102 نیئوز

suahdlobeem رازگری می. دوشه هربرد ت لالوس، دوخ افلا به سردم ن لاسگرزیه میهندهایه معجارم. دینک  
دینک نیاه هرود معمه اه زات عاس 00:90 از 21 رد قاتا رتویپماک B رد (miehnedieH 91 ni 22598) eßartsnebarG  
سردم ن لاسگرزیه میهندهایه (SHV) یاری ت کرش رد هرود یاه [یگچراپکیه](#) امشک یکمک ناگیار ار هئارا می

8102 نیئوز

هداد می. دوشن نیات یاسبو به نابز یاه [نی ناملآ](#) [ی سیلگنا](#) [ی برء](#) [ی سراف](#) [یوتشپ](#) [مسنارف](#) و [ی کرت](#) رد سرتسد. ت سا  
ی گذنز رد ناملآ به 7 نابز هئارا می. دینک تاعلاطای [ی عماج](#) هربرد [ی تاعوضوم](#) دننام، [قوقه](#)، [ش زوما](#) راک و [ی گذنز](#) مرمزور  
ت یاس [بانتک](#) [ی تسد](#) " [ناملآ](#) [ی تاعلاطای](#) ار هربرد

8102 نیئوز

[مساجد هروايشم نامجرتم بباطواد](#) رد زور مېنش رد ،مېاهندياه رد لاج رضاح رازگرې مې! دوش

**نټوژ 8102**

تيا سېو [هومانرې](#) ديدج [ياهې شزرو](#) "دوجوم" نېلانآ! ت سا

**نټوژ 8102**

هې پايلاموس مسنارف (... هې تروص ناگيار زا اجنيا دولناد :دينك [055=p?/ed.nehcneum-eflihsqnilthceulf//:ptth](#) «هې ناملا طوبرم هې شخب كمك هې ناگراوا چينوم اري م ديناوته هې 61 نابز زا) ملمج هې سيلگنا هې برع هې سراف هې رد یرتفد» اري یريگداي

**م 8102**

تيا سېو [تيريدمديدج](#) [هې گجرايكي](#) نېلانآ! ت سا

**م 8102**

( اې نفلته 0-76906 ) 12370 هې هرادا هې حان مېاهندياه علاطا .ديهد تاعلاطا رتشيپ اري م ديناوته ادپيا [اجنيراد](#) .دينك ديهلوخ هې تروص هې بباطواد اري م ارجاهم مجرته ،دينك زا قيرط ليميا [\(ed.miehnedieh-sierkdnal@tmanerhe\)](#) نامجرتم هې بباطواد ت سا هې دنليام اري م ارجاهم مجرته .دينك رگا هې ناملا وكي نابز رگيد تبخص م دينك و م هې حان مېاهندياه اري م داجيا [هورگ](#) رد [نامجرتم](#) هې وجتسج

**م 8102**

تيا سېو [هروايشمديدج](#) و [كمك رد هنيمز دايته](#) نېلانآ! ت سا

**م 8102**

[تسرهف نامز ياه زاغآ هرو د ياه هې گجرايكي](#) هې زور! دش

**س رام 8102**

ام كي تيا سېو ديدج اري م [تساوخرده رابرد ياه راک](#) هې فاضا هدرک! م يا

**س رام 8102**

مليف هې حيرشته دنچ هې نابز رد عوضوم هسر دم

**س رام 8102**

اړا كمه ناي م نيدلاو و ،هسر دم فيلاكت هې گناخ و هچنآ هې هرابرد نابز ديا هې نآ هې جوت دينك دروم هې حضوت هداد م :دنوش رد اجنيا 51 ،مليف شخب ياه فلتخم عوضوم هسر دم اري م حيرشته م .دينك زا ملمج علونا ،س رادم

مليف هې نابز [هې ناملا ياه](#) ،[هې سيلگنا ي برع](#) ،[هې سرافو](#) رد سرتسد .دنتسه

،ديرخ هداد رارق و ممپه تيلوئسم هې حضوت هداد م .دنوش مليف هې س يونريز ياه هې برع هې سيلگنا و هې ناملا :دنراد ناگدنك 01 مليف اري م هنيمز لئاسم هرمزور ناگدنهانپ هې هدرک .ت سا رد ناي م تاعوضوم ،فلتخم تاعوضوم ،هناخ زكرم هې يامنهار فرصم

**س رام 8102**

[8DchLiPiwL=v?hctaw/moc.ebutuoy.www//:sptthl&...yVOgeAiWXlhobs47wTvBf0OJNlq\\_LP=tsi](#)

اړي لاس مود ،هسر دم نېلانآ! دنتسه هې تسويپ هومانرې [هې مداكآ ياه كچوك ي مداكآ و ناكدوك روتكه](#) اري م ماحلام م .دينك هومانرې ياه ديدج هې مداكآ هديآ

**هې روف 8102**

**هې روف 8102**

لمحه شزومآ شپي زا زاغآ شزومآ وكي هې نومز رد لوط شزومآ دوجو .دراد هې نومز هې اري م ديناوته رد [اجنيراد ادپي](#) .دينك KHI [مكچد لمحه شزومآ](#) هې هدرک ت سا هې رد تروص زايه م ناوته هې هېنا هې جارم .درک هې نومز اري م تساوخرد مكد ت سا گروپم تروو و هې نومز اري م تساوخرد م

## هبروف 8102

ار رد : نابز ( بی ناملاً ، بی سیلگنا ، بی برع ، بی سرافی سور و ی کرت ) 6 زا داینب ، نامز لئربک ی دوخ ی بایزرا ناگیار دنج ه نابز “  
هاگیبا دیدج هبرجت ، یراک هزوح نم یراک نکم م دزاس 8 و روصم

م ناوت اب هلافتسا زا یاهدک هریخذ یزاس هریخذ درک و هب نیا بیترت ل غش یاه فلنخم ار اب ماصافی نامز ناحتما . درک  
منیمز ره مالدک زا هزوح یاه ، یراک هاجنا و لیوخت . داد نیا راک م دنلوت هب ناوئع تهج ی هد نیتسخن دیقم . دشاب ج یاتن ار  
دوخ ی بایزرا ار م ناوت رد دنج مقیقد و هب ناوئع هجیتن ه صلاح یا زا شخب یاه فلنخم هطوبرم رد

## هبوناز 8102

نامزت سرف یاه زاغاً هرود یاه ی گچراپکی هب زور ! دش

## هبوناز 8102

**دوش !** باتک روصم هبرض هبی حور **01 نابز رد سرئسد ت سا** ، زا ملمج بی ناملاً هب بی سیلگنا ی برع بی سرافو  
ی حور کمک دنگ اتی نعم هبرضی حور ار برتهب کرد نیا . دنگک باتک ی من دنلوت و رارق تسین هک ن بزیگیاچ نامرد  
**تاملاک و ربواصت ه داس** عوضوم هبرضی حور ار جیرشته م . دنگ فده زا نیا باتک ن آت سا هک هب ناگدوک راجد هبرض  
باتک روصم هبرضی حور اب

## هبوناز 8102

ی صوصخ دننام ی هدیه اب اهداد رارق هب ت روص ناگیار زا نایلطواد هرواشم ت فایرد . دنگک مانی سیبوزی رورض . تسین  
ی من دنلوت رد تا عاس هرواشم هرابرد هبتاکم اب تارادا و یاهدانه ، بی مسر و زین هرابرد تا عوضوم صاخ هزوح ی گذنز  
ناتسود ی یوجهانپ م یاهدیا ماصفلا هب ت روص ی گتفه رد زکرم ی گچراپکی م یاهدیا ه رازگره (HZI) م . دوش ناگدنهانپ  
**مساج هرواشم ی مومع** هریاد

**هبنشجنپ زا 00:51 تا 00:71**

ی ناشن قیققد تاسلاج هرواشم ی مومع ت رابع ت سا :زا

زکرم ی گچراپکی م یاهدیا ه (HZI)

نامتخاس ، C قاتا 300C

renegneiG eBarts 941

22598 miehnedieH

## هبوناز 8102

مطحلام ، دینک

ی شزوما ت ساوخرد دیتسرف م مهم . ت سا یور ssaporuE **ی من دنلوت تاکن ی مهم ار یرب ت ساوخرد بوخ**  
نابز اب هوموزرک ، **داجیا درک** . نیا عوضوم ی تقو م دیهلوخ یربکی تی عقوم ، ی لغشکی ه رود ی زوما راک ابکی ه رود  
اه و شناد یاه دوخ ار ناشن . دنهد نیا هاگیباپکی **ناگیار** ناکما ار م هارفی م دنگ هک ناوت ابکی رانزا ، ن بلاناً ه مانر دنگ ی  
ssaporuE **هاگیباپکی ن بلاناً دنج ه نابز** (ش یی) زا 02 (! نابز ت سا هک هب ن ارجاهم کمکی م دنگک تیلعاف

## ریماسد 7102

ت سا هک اراد اهورانس و ی تانیرمت یرب ، طایترا منیجنگ ، تغلا هراتخاس و ثحب یرب یدارفا رد حطاس 1B هب لای . ت سا  
**کی** " زوری ناملاً رد هزوح " **تیقارم** کی ی زا ی ریدگدای ناگیار

## ریماسد 7102

**OBAV** بتسا یم دناوت رد هسردم suinegorP مان یسیون .دندک هب ی دوز رد اجنآ کی سلاک دیدج زاغآ دهلوخ .دندک  
یسک هک رد یوجتسج ی تیعیوم رد [سپلاکک](#) ی

### ریماون 7102

جیص ریخه ناملاً ناکما ناجیا ،طایترا لایته ،رطانت خاننش ریگیدکی و یارجا یقیسوم هب تروص کیرتشم ار م هارف یم .دندک  
یقیسوم و یاهارجا دوخ هب اجنیا یم .دنیآ نیا ویدار هب نابز یاه ،ناملاً ،یسیلگنا یبرء و یسرافش خپی یم .دوش  
**جیص ریخه ناملاً** ی بویدار ی ناگدنهانی ار بتسا هک اب شناد ،یگنهره ،قبلاء تلایامه

### ریماون 7102

ی ماگنه هک منیزگ یاه ی بناج دیدج هلاصافله رد نشیکلیا لایق دهاشتم ،دنتسین یور تشگزاب» «تامیظنه کیلاک .دینک  
بسانم ار وجتسج .دینک زا **یوجتسج** یبرط **مفرشیپ** یم **هودحمدیناوت** (هلاصاف) تیعیوم **اراه قیبطه** .دیهد  
یاه یریگدای ار رد ی کیبزه دوخ وجتسج .دینک **سروبرد هرود یاه یزومآراک KHI** یم دیناوت هرود یاه یزومآراک  
noisrev. iewz euen bAppA-sartxE trofos nednif eiS ni red رد **سروپ تیعیوم یاه KHI** یریگدای یم دیناوت تیعیوم

### ریماون 7102

ار لصاح یم .دندک نیا ،همانره هب نابز یاه ،یسیلگنا ،یباینایسا ،یناتسهل ،یدنله مسنارف و یبایلاتیا رد سرتسد .بتسا  
**Lpeed** کی م جرتم نیلانآ ناگیار بتسا هک اب شوه ی عونصم راک یم دندک و زا قیرط آچ پاته بوخ و مژیو یا

### ریمتکا 7102

یاری لاس مود هسردم نیلانآ !دنتسه هب تسویپ همانره **ی مداکای یاه کچوک** **ی مداکاو** و **ناکدوک روتکه** ار ملاحظام یم .دینک  
همانره یاه **ی مداکای دیدج دنیآ**

### ریمتکا 7102

**هرودی نعیر ناملاً هب یایلدص ناملاً** دوجو .دراد نیا هرود ل ماش دحاو یریگدای یزومآدوس و شناد نابز هفرح یا .بتسا  
کی همانره دیدج نیلانآ

### ریمتکا 7102

دنج ه نابز دیدج **ی تابعیاش** " **هرایرد** " **ناملاً** قلعتم هب تلود ،لاردف تا علاطا طلاء و تابعیاش نایچقاچاق ار حیحصه یم .دندک  
هاگیاپ

### ریمتکا 7102

و نیلانآ ناملاً ار رد حطس 1A یاری نایدتم هار یزادنا هدرک .بتسا نیا هاگیاپ یریگدای ار یم دیناوت **اجنبارد** .دینیپ  
هاگیاپ یریگدای هسردم ن لاسگرز ،(SHV) کی هرود ناگیار

### ریمتکا 7102

یاری نانز مچر راد هئارا یم دندک نامز) یاه :هرود هس معجم-هبنش .(8:03-11:54 روشور ار یم دیناوت **اجنبارد** .دینیپ  
هسردم ن لاسگرز مپاهندیاه زا 12 ریماون کی هرود یگچراپکی ار یاری ناسک هک یبقلا نیتهلا ار دای یم ،دنریگ

### ریمتکا 7102

،مان یم دیناوت یاری 5 مقید هب تروص ناگیار زا ممجرت یاه یریوصت/ی توص رد منیمز تیعضو یاه چنرغ هلافتسا .دینک  
**ooborO legnA** کی هاگیاپ دیدج ممجرت یاری رایسب زا نابز اه .بتسا سپ زا تبه

### توا 7102

ه نامیمص هب مپاهندیاه شوخ !دیدمآ

## کمک رد طیارش یرارطاضا

هرامش یاهنفتا نودب دک زاممه طوطخنفلت تباث و نلیابوم

سپلی:



[011](tel:011)

[211](tel:211)

ش تآ بی نایشه تامدخ ، ثداود کشزپ : یرارطاضا

[042911670](tel:042911670)

زکرم لرتنگ : تیمومسم

هرامش تامدخ یرارطاضا : یکشزپ



[711611](tel:711611)

هرامش یاهنفتا یرارطاضا نفلت ، هارمه اب میس تراک یرابته نودب رابته زین راکیم ! دختک

تاعلاطا مهم ماگنه سامته یرارطاضا ( [211](tel:211) ):

- هچیسک سامته میم ؟ دریگ
- اجکی قافتا هاتفا ؟ ت سا
- هچی قافتا هاتفا ؟ ت سا
- دنجی مخز دوجو ؟ دراد ایآ اهنآ ک دوک دنتسه ای ؟ لاسگزر
- هچ عونت تیمو دصم ای یرامیه دوجو ؟ دراد

ار به نایاپ، دیرینه نامز که ممه تا علاطا ی رورض لقتنم، دیش تا مدخ ی رارطضا ای، سیلپ مملاکم ار به نایاپ، دناسریم  
مشیمه ش مارآ دوخ ار طلفح دینک و ج ضا و تبخص دینک از طرفه طوریم روظنم امش ار رتهه، دمهفیه مملاکم

هدافتسا زا کردم ی یاسانش، دوخ تا دینک که وجهانیه دیتسه و منیزه یاه ه طوریم زا فرط هرادا میخان لیقتی م، دوش  
رطخ) ی ناچ یدج رد چراخ زا تا عاس ی راک (ی کشزی م دیناوت [ی هاوگن و دین نامرد](#) به نانسرامیه، دیور، رد، اجنا دیاب اب  
امش طقف رد تا لاج ی رارطضا

## تئییه هرواشتم ترچاهم

ترچاهم ی ار به مقطنم میانه دیا ه زا لاس 1202 دوجو، دراد تا سایر تئییه ی تروشم بر، دهغه رتییه، اتلوی بریدم مقطنم، تا سا  
تئییه ی تروشم

## فیاطو

فیاطو تئییه: ی تروشم

کمک و تظافحه به ی روط که ممه مدرم دیناوت به ی روط ه نلاداع اب مه ی گذر: دینک

- تیلیم یاه، فلتخم
- گنهر فاه و
- نایدا
- دوییه دنور ماغدا رد رهش ای ی رادرهش
- داجیا طابتران یی دارفا اب و نودی مقباس ترچاهم
- مدرم ار تحیصن و تیامح دینک
- رد دروم لئاسم طوریم به ماغدا رد معماج تحب دینک و اهنآ ار به ناگرا یاه مهم ی فرعم دینک
- ی تصرف ی ار به نایب تارظان و تاداهنشیه

## بیکرت

تئییه ی تروشم ترچاهم لکشم زا

- بریدم، مقطنم
- راهچ وضع ی اروش ی لوسلو
- ریسفا ماغدا مقطنم میانه دیا ه و یاهرهش گرزب میخان negneiG و miehnedieH،
- ی صخش که مدنیامز اهرهش و ی رادرهش یاه مقطنم و
- 21 دنورهش اب ه برجه که زا روشک ی رگید هدمآ، دنا

تا علاطا رتشییه رد دروم تا سلاح تئییه ی تروشم ار م [رد دیناوت اجنیا](#)، دیا ی

## تا علاطا رتشییه

[ه مانسا سا تئییه ی تروشم](#) ار م ناوت [محفصر د ی ایضا مقطنم میانه دیا ه](#)، تا فای

## تا لاس ل وادتم

رد اجنیا یاهدنوییه میقتسم به تا عوضوم مهم ار دیهاوخ: تا فای

- [ی‌گدنز ندرک](#)
- [هرواشتم ترچاهم](#)
- [تامدخ ترچاهم ناناوچ](#)
- [ه‌رود ماغدا](#)
- [ی‌ناملاآ ی‌ار ی‌ل‌جم راک](#)
- [نامجرتم و نامجرتم](#)
- [ت‌ی‌فلرم زا ک‌دوک](#)
- [ه‌سردم](#)
- [س‌ر‌ادم ه‌فر ج‌ی‌ا](#)
- [ه‌ج‌ی‌نامز ی‌م‌م‌ن‌ل‌وت راک‌م‌نک ؟](#)
- [بش‌زوما](#)
- [ت‌یم‌سر ه‌ب ن‌خ‌ن‌ش ه‌مان‌یه‌لو‌گ‌ا‌ه](#)
- [ه‌مان‌ر ی‌ا‌ه ی‌د‌ر‌یراک](#)
- **ی‌ا‌ه‌د‌ن‌وی‌پ م‌ه‌م**

مدیرگ ی‌ا زا ن‌ب‌ر‌تم‌ه‌م و ی‌م‌وم‌ع ن‌ب‌ر‌ت ی‌ا‌ه‌د‌ن‌وی‌پ ط‌وب‌رم ه‌ب ع‌وض‌وم ترچاهم و ی‌گ‌چ‌را‌پ‌ک‌ی‌ا ار ی‌م ،دینیب رد اجنیا

- [ediuGeegufeR](#) (ت‌اع‌ل‌اط‌ا) ی‌م‌وم‌ع ی‌ار ی‌؛ ن‌ا‌گ‌را‌و‌آ د‌ن‌چ (ه‌ن‌اب‌ز
- [nemmoknA](#) (ی‌ام‌ن‌ه‌ار) م‌ت‌ف‌ه ی‌ا‌ه ت‌س‌خ‌ن رد ؛ ن‌ا‌م‌لاآ د‌ن‌چ (ه‌ن‌اب‌ز
- [sweN rof seegufeR](#) ر‌ا‌ب‌خ‌ا) ؛ ن‌ا‌گ‌را‌و‌آ د‌ن‌چ (ه‌ن‌اب‌ز
- [ی‌ت‌اع‌ی‌اش ه‌را‌ب‌رد ن‌ا‌م‌لاآ ت‌ب‌اس‌بو](#)) د‌ن‌چ ه‌ن‌اب‌ز ه‌ک ت‌اع‌ل‌اط‌ا ط‌ل‌اع ن‌ا‌ی‌چ‌ق‌ا‌چ‌ا‌ق ار ح‌ل‌اص‌ا ی‌م (د‌ن‌ک
- [ه‌را‌د‌ا ل‌ار‌د‌ف ترچاهم و ن‌ا‌گ‌را‌و‌آ](#)) FMAB (ت‌ب‌اس‌بو) د‌ن‌چ (ه‌ن‌اب‌ز
- [ن‌ون‌اق‌ی‌ س‌اس‌ا ن‌ا‌م‌لاآ ر‌وش‌ور‌ب](#)) ی‌ار ی‌؛ د‌ول‌ن‌اد د‌ن‌چ (ه‌ن‌اب‌ز
- [ن‌ون‌اق‌ی‌ س‌اس‌ا م‌ل‌ی‌ف](#)) ن‌ا‌م‌لاآ ی‌ار ی‌؛ د‌ول‌ن‌اد د‌ن‌چ (ه‌ن‌اب‌ز
- [ی‌ی‌ام‌ن‌ه‌ار SOI](#) و ی‌ت‌اع‌ل‌اط‌ا) [دی‌ور‌د‌ن‌ا](#) رد م‌ن‌یم‌ز ،ل‌ک‌لا د‌ل‌وم ر‌د‌خ‌م و ر‌ب‌اس د‌ل‌وم ن‌ا‌ی‌ت‌ع‌ا ؛ ر‌و‌آ د‌ن‌چ (ه‌ن‌اب‌ز
- [ن‌ف ی‌ر‌و‌آ ه‌ناس‌ر ی‌گ‌چ‌را‌پ‌ک‌ی‌ا](#) ن‌ف) ی‌ر‌و‌آ ه‌ناس‌ر ی‌ار ی‌ی‌و‌ج‌ه‌ان‌ب و (ی‌گ‌چ‌را‌پ‌ک‌ی‌ا
- [ب‌ان‌ک‌ی‌ت‌س‌د ن‌ا‌م‌لاآ](#) ی‌ت‌اع‌ل‌اط‌ا) ه‌را‌ب‌رد ی‌گ‌دن‌ز رد ن‌ا‌م‌لاآ ه‌ب 7 (ن‌اب‌ز

## ه‌ب ن‌ا‌م‌لاآ ش‌و‌خ !د‌ید‌م‌آ

انتمطم امشش‌س‌ر ی‌ا‌ه ی‌د‌ای‌ز ه‌را‌ب‌رد ی‌گ‌دن‌ز رد ن‌ا‌م‌لاآ و م‌ی‌ح‌ان م‌ب‌ا‌ه‌ن‌د‌ی‌ا‌ه ،د‌یر‌اد

ف‌د‌ه ن‌یا ن‌ب‌ش‌یک‌ی‌ل‌پ‌ا ن‌آ ت‌س‌ا ه‌ک ه‌ب امشش‌ک‌م‌ک د‌ن‌ک‌ا ت‌ر د‌ ه‌ز‌و‌ج ی‌ا‌ه ف‌ل‌ت‌خ‌م رد ی‌گ‌دن‌ز م‌ر‌م‌ز‌ور ن‌ا‌ت ه‌ار د‌و‌خ ار اد‌ی‌پ ،د‌ین‌ک

رد اجنیا **ه‌ز‌ان‌م‌ش‌یم‌ه ی‌ا‌ه** ه‌مان‌ر ا‌ه **ت‌اس‌ل‌ا‌ج‌و** ش‌ی‌ام‌ن ه‌داد ی‌م ،د‌ن‌وش ن‌ی‌ار‌ن‌اب‌ه ه‌ب ت‌ر‌وص ب‌ت‌رم ه‌ب ن‌آ ی‌ه‌ا‌گ‌ن !د‌یز‌اد‌ن‌ی‌ب

ت‌س‌ر‌د رد ی‌لا‌ب ،ن‌ب‌ش‌یک‌ی‌ل‌پ‌ا رد ر‌ان‌ک د‌روم م‌ت‌س‌د " ،"ا‌ه د‌روم **ا‌ه‌ر‌ی‌خ**" " ار ی‌م ،د‌ینیب

ب‌ب‌ل‌اط‌م ه‌ب ت‌ر‌وص ل‌ب‌اق م‌ه‌ف ش‌ی‌ام‌ن ه‌داد ی‌م د‌ن‌وش ا‌ت ر‌اک امشش‌ت‌ح‌ار ب‌ر‌ت ،د‌وش

ب‌ل‌غ‌ا رد ت‌ا‌ح‌ف‌ص ه‌نا‌گ‌ل‌د‌ج‌ک‌ن‌ی‌ل ی‌ا‌ه ار ز‌ی‌ن ی‌م د‌ینیب ه‌ک ا‌ب ا‌ه‌ن‌آ ی‌م د‌ی‌ن‌ل‌وت ت‌اع‌ل‌اط‌ا ی‌ر‌ت‌ش‌ی‌ب ه‌ب ت‌س‌د ،د‌ی‌ر‌و‌آ

ریزنیا کنیل اھ یطخ مدیشک مدش ت سا و ھ بی ناسا یم دیناوت ی وراھنآ ھ برض ،دینزہ

فدھ زا نشیکلیپا نآ ت سا ھ کہ ھ ناونع امنھار لمع دنگ و یم ن دنلوت ھ رواشمن یزگیاج و تیامد ی صخش ! دوش

## ت یعضو :ت ماقا

ت یعضو و نیا ھ لسم ھ ک ایا ت یدودحم ی اھ ت یلعف ی لغش دیا ھ دروم ھ جوت رارق دنریگا ای ،ریخ تاعلاطا ھ نارا یم .دنگ  
رھ درف ھ ک یم دھاوخ رد ناملآ ی گدھانپ ت فایرد ،دنگ ی اراد تراک " ی یاسانش یم رد ی یاسانش تراک .دشاب دروم

## : کردم فلتخم دوجو 5 دنراد

### 1. ھ اوگ دورو

نامز نیہ ماہ ی سیون ھ ن اونع وجھانپ و ھ نارا ت ساوخرد یم سر ی گدھانپ رد ھ رادا ل اردف ترچاھم و ناگراوا (FMAB) دوش ھ کہ ھ لایند ی گدھانپ ،دوہ ت تحت ی سربر عوس ھ نیشیپ دشاب اما زونھ ت ساوخرد ی گدھانپ ھ دادن .دشاب برتعم ی ارب  
ش یپ : ھ نیمز ی ھ اوگ دورو ی ھ اوگ) ت پت ماہ ھ ن اونع (وجھانپ ی ماگنھ ی ارب ک ی درف ی جراخ رداص یم  
ت یعضو وجھانپ



### 2. زوجم ت ماقا ت قوم

دوش ناکم ت یلکش ھ ماگداد ی رادا دوجو .دراد ات نامز مہمصتہ ی ریگ ماگداد ی رادا ت ماقا زاجم ی قلت یم دوش [IGS] و ناگدھانپ (FMAB) رد دروم ت ساوخرد ی گدھانپ مہمصتہ ی ریگ یم .دنگ ھ چنانچ ت ساوخرد ی گدھانپ نو دہ لیلاد در ھ ت ساوخرد ی گدھانپ ات نامز مہمصتہ ی ریگ رد دروم ت ساوخرد ی گدھانپ رداص یم .دوش ھ رادا ل اردف ترچاھم  
ش یپ : ھ نیمز ت ھ ج ی ارجا دنور ی گدیسر  
ت یعضو ی ضاقتم ی گدھانپ

یارب نایضاقتم ی گدھانپ ل ماش ی تادھعت رد دروم ،ل اغتشا لحم ت نوکس و رد ت روص موزل ت یدودحم ی ناکم یم .دشاب تراک ی یاسانش

- ھ ک زوجم راک ی رورض ،دشاب یم ناوت نیا زوجم ار ھ رادازا علینا ت ساوخرد ھ جراخ دومن نایامر فراک) ای (ناندکراک رد ی ت روص
- داھن لوئسم ادیب ندرک یس ناژ آراک راک
- لوئسم ھ نارا ی ھ ھ رادا : یم علامتجا روما ی علامتجا



### 3. های هاوگ یشیامزآ

ت ماقا ،ت قوم هک بلاغا رد ت روص هئارا ت ساوخرد هب هرادا ت رجاهم یاری رودص ای دیدمه هزاجا ت ماقا ناجیا یم .دوش  
ش ییپ :هنیمز های هاوگ دوجو ق  
ت یعضو ناگندهانپ دییات همدش



### 4. زوجم ت ماقا

ش ییپ :هنیمز م بممصت یریگ ت یتهم رد دروم ت ساوخرد های گندهانپ  
ت یعضو ناگندهانپ دییات همدش

همدش رد نوناق ت ماقا اطعا یم .دوش هب لیلا د ه نانتسودرشب ع لونا ی فلتخم زا هزاجا ت ماقا یاری ناگندهانپ دوجو .دراد  
زوجم ،ت ماقا هزاجا ت ماقا دودحم زا رطنه ی نامز یم دشاب نیا زوجم ای فلدھا رکذ

- ناکما کی ق > ت ماقا دودحمان ار رد همدنیآ م هارف یم دنک زوجم ( رارقتسا
- ی سرتسد دودحمان هب رازاب راک
- ت یلوئسم ادیپ ن درک راک و ای ت امدخی عامتجا [زکرم ی نایراک](#)



### 5. مکد لمحت قیلعت) ت قوم (جارخا

ش ییپ :هنیمز م بممصت ی فتم رد دروم ت ساوخرد های گندهانپ  
ت یعضو دارفا ی اراد مکد لمحت

یم .دشاب نیا مکد ت قوم ی نامز هداد یم دوش هک جارخا هب لیلا د ،ی نوناق ،ی عقاو ی ناسنا و ی صخش ریغ نکم .ت سا  
مکد لمحت رد عقاو قیلعت ت قوم جارخا

- یاه نیعم زا قیرط نینلوق هرادا دشرا میحان یا یاری لمحت برتکادح هب تدم 3 هام نکم ت سا ف قوت» («جارخا
- ت ابرقم یمومع لمحت یاری هورگ
- لاوصا کی زوجم راک مزلا ،ت سا نآ آر یم ناوت [هرادازا روما علینا](#) ت ساوخرد [ی جارخا](#) درک امر فراک) ای (دنم راک
- دانه لوئسم ادیپ ن درک [سیناژ آراک راک](#)
- لوئسم هئارا ی یاه [هرادا](#) :ی عامتجا [روما ی عامتجا](#)



## میخان میهنیایه



میخان میهنیایه رد تلاباقرش لاردف گریمتروو-ندابعقاو مدش.تسا

اب 000.331، منکسیکی زا نیرتکچوک میخان یاه گریمتروو-ندابعقاو.تسا

11 رهش و یرادرهش هب میخان میهنیایه قلعته: دراد



میهنیایه، نگینگ، نگینتشربره ردین، نگینستوتشا

،نگیشید، نتشرگ، نگیرامره، نوربزیگنوک، میهاتان میهتنوز نآ رد، ستنریه میهنیایهشا مآ.خوبلا

## تاناکما تاقوات غارف رد همه میخان اریم دیناوت اجنبارد دینیبه

### ی گدنز ی هورگ رد ناملاً

#### نوناق ی ساسا

ره درف تظافحم یم. دندک نیا قوقد رد هدام یاه 1 ات 91 زا نوناق ی ساسا تسرهف) قوقد (ی ساسا نییعت مدش. دنا ره هدام رد درومک ی نوناق. ت سا نیا نیناوق هویش ی گدنز ی عمج ار رد ناملاً نیعم یم. دندک قوقد ی ساسا زا دازآ هک همه مدرم دیبا، اهنا ار تیاعر. دندک نیرتمهم نوناق رد، ناملاً نوناق ی ساسا. ت سا نیا، نوناق ل ماش 641 هدام. ت سا رد ره، رویشک ی نیناوق دوجو دراد

\* ی یرع ی بنیج، یوسنارف، ی سیلگنا، ی یایلترا، ی سراف، ی نانتسه، ی سور، ی یرص، ی یایناپسا، ی کرت و متیلا هب ی ناملاً نابز ④ رد اجنبارد نوناق ی ساسا ار هب 11 نابز یم: دنیبا

هئارا مدش ی ناملاً: هب ی رد، ی یرع، ی سیلگنا، یوسنارف، بوتش، بودرا ④ نیا ه لسم هک تلود ی نوناق ناملاً ه نوگچ لمع یم، دندک رد نیا ملیف صخشم یم دوش

#### فیرعت ی لاک قوقد ریشب

یلم ای، ی عامتجا ی اراد، یاه تیعضو ل هات ای «هریغ هدام) 2 زا تایلاک قوقد ریشب ل لم دحتم خروم (8491.21.01 نودیر ه نوگ، توافقت هب روط لائم رب ساسا (...)» گنر، تسوی، تیسنج، نابز، نید ماگدید ی ساید ای، هریغ ماگتساوخ ندوب زا آناه رادروخری. ت سا نیا قوقد ظفا ن اش و تلزیم ره کی زا دارفا هدوب و همه دارفا هب روط ی ولسم و دنتسه هک هشیمه و ی ار ه همه ناسنا یاه یور نیمز. د نیرتمهم قوقد ریشب ی قوقد دنتسه هک ره درف هب لیلاد ناسنا قوقد، ریشب قوقد یمهم

03 ق دوجو. د نراد نیرتمهم اهنا د نترابع: زا

- همه دارفا ی اراد ش زرا ناسکی. دنتسه
- ره صخشم یم دناوت مدیقه دوخ ار متشاد. دشاب
- ره صخش ق د رادروخری زا ش مارآ و تینما ار. دراد

#### قوقد ناکدوک

دش و ابقاعتم طسوت 691 رویشک تیمسر. ت فای نویسنلونک قوقد ناکدوک ل لم، دحتم اعومجم ی اراد 45 هدام. ت سا رد نویسنلونک قوقد ناکدوک دیق مدش. دنا نیا نویسنلونک رد لاس 9891 طسوت عمجم یم مومع نامزاس ل لم بیوصت ناکدوک هب تظافحم هژیو و ن یاربانیه هب قوقد هژیو زاین. د نراد قوقد ی ازجم، ناکدوک

④ 01 قوقد مهم ناکدوک ار رد اجنبارد تاحیضوت حضاوی ی یرع/ی ناملاً: دنیبا، ی سراف/ی ناملاً و

## اهرهش و اهی رادرهش

ی رادرهش ن گنیشید

ی رادرهش ن گنیشید

16598 ن گنیشید  
ت کرام ز تلاپ 9



[01872370](tel:01872370)



[ed.negnihcsid@ofni](mailto:ed.negnihcsid@ofni)



[ed.negnihcsid.www//:ptth](http://ed.negnihcsid.www//:ptth)

## تاعاس : راک

تاعاس : یرادا

نیمینچمه : نیمینشچنپ 00:41 - 00:81

نعمچ 00:8 جیص ات 00:1 دعبر زا برهظ

میشود ات : نیمینشچنپ 00:8 جیص ات 00:21 دعبر زا برهظ

یاریت بونی هدر رد رتفود غایتا لفظا [18-0 / 72370](http://18-0/72370) هرامشاپ ت قو . دیریگ

## اهداهنشپ رد ن گنیشید

- 
- 
- 

[تیریدم یزاسه چرایکد](#)

[هناختاک و زکرم شزومآ ن لاسدگزر](#)

[تشدگ رادگو رد معلاق ن باتشیز تاک](#)

تامولعم طوریم هب ت شادهب رد ن گنیشید ار دیناوتی م رد شخب ت شادهب [ت شادهب](#) : دیناپ

س رادم رد ن گنیشید ار دیناوتی م رد س ردا [س رادم](#) : دیناپ

دیناوتی م زکارم ه نازور رد ن گنیشید ار رد س ردا [س ردا](#) : دیناپ [ه نازور](#)

اهه اگشا ب رد ن گنیشید ار دیناوتی م [اهه اگشا ب](#) : دیناپ

ی رادرهش ن نتشرگ

ی رادرهش ن نتشرگ

[ed.nettetsreg.www//:sptth](http://ed.nettetsreg.www//:sptth)

[@](mailto:ed.nettetsreg@suhtar)

[04832370](tel:04832370)

ن نتسرگ 74598

## تا عاس راك

معجم 03:80 ی لا 00:21  
مبشجنپ 03:80 ات 00:21 و 00:41 ات 00:61  
مبشراهچ 03:80 ات 00:21 و 00:41 ات 00:81  
س: مبش 03:80 ی لا 00:21  
مبشود 03:80 ات 00:21 و 00:41 ات 00:61

## اهداهنشپ رد نترگ

- 
- 
- 
- 

[تیریدم یزاسه چرایکی](#)

[هناختاک و زکرم ش نومآ ن لاسگزی](#)

[نابلوجزکرم](#)

[نتشدگی اهنیزگ هزوم ن آهار](#)

دیناوتی م زکارم ه نازور ار رد نترسگ رد س ردآ ریز ادیپ [زکارم](#): دینک [ه نازور](#)

س رادم رد نترسگ ار دیناوتی م رد س ردآ ریز [س رادم](#): دیناپ

زکارم ی اهنیتقارم ی تشاهد رد نترسگ ار دیناوتی م رد س ردآ ریز [ی اهنیتقارم](#): دیناپ [ی تشاهد](#)

تاسیسأت ی شزرو رد نترسگ ار دیناوتی م رد [تاسیسأت](#): شخب [ی شزرو](#). دیناپ

دیناوتی م اهاگشا ار رد نترسگ رد [اهماگشا](#): شخب ادیپ. دینک

**رهش ن گنید**

**رهش ن گنید**

[ed.negneig.www//:sptth](http://ed.negneig.www//:sptth) 

[@](mailto:ed.negneig@gnutlawrevtdats)

[025922370](tel:025922370) 

73598 negneiG

.rtstkraM 11

**تا عاس راك** 

معجم 00:90 ی لا 00:31

مبشجنپ 00:90 ی لا 00:81

مبشراهچ 03:70 ی لا 00:31

س: مبش 00:90 ی لا 00:31

مبشود 00:90 ی لا 00:31

**تیریدم ی رهش**

**مبش: اه زا 1 ل پروآ ات 13 ربکا زا. بتسا**

مبش 00:01 حبص ات 00:1 دعب زا رهظ

معجم 00:01 حبص ات 00:1 دعب زا رهظ

مبشجنپ 00:01 - 03:21 و 03:31 - 03:51

مبشرههچ 00:01 حبص - 03:21 و 03:31 دعب زا رهظ  
هس :مبش 00:01 - 03:21 و 03:31 - 03:51  
مبشود 00:01 حبص - 03:21 دعب زا رهظ و 03:31 دعب زا رهظ  
**تاعلاطا یرگشدرگ**

[5723=di?php.niam/secruoser/eroc/seludom/ysaec/ed.negneig.www//:ptth](https://www.ptth.niam/secruoser/eroc/seludom/ysaec/ed.negneig)

تراک nrocinU یارب نانکاس مک دمآرد فیفختاه و یایازم یدایز ار هئارا یم :دهد  
**مشقن خاشکت رهش :نگنیگ**

## اهداهنشیه رد ننگنیگ

- 
- 
- 
- 
- 
- 

[تیریدم یزاسه چرایکی](#)

[هرواشم ترجاهم](#)

[هناختاک و زکرم شنزومآ ن لاسگزر](#)

[نیلوچزکرم](#)

[یاهت یلاعفی شنزرو دارآ](#)

[یاهت صرف دیدزاب](#)

سرادم رد ننگنیگ ار دیناوتی م رد اجنیا [سرادم](#) :دییای

دیناوتی م زکارم ه نازور ار رد ننگنیگ رد اجنیا [زکارم](#) :دییای [ه نازور](#)

تامدخی تشادهب و یتبقارم رد ننگنیگ ار دیناوتی م رد اجنیا [ت شادهب](#) :دییای و [تبقارم](#)


اههگشا؛ رد ننگنیگ ار دیناوتی م رد اجنیا [اههگشا؛](#) :دییای

## رهش میاهندیاه

## رهش میاهندیاه

[ed.miehnedieh.www](http://ed.miehnedieh.www) 

[@ed.miehnedieh@suhtar](mailto:ed.miehnedieh@suhtar)

[072312370](tel:072312370) 

22598 میاهندیاه

.rtsnebarG 51

## تاعاس :راک

معمچ 03:80 یلا 03:21

مبشجنپ 03:80 یلا 00:81

مبشرههچ 03:80 یلا 03:61

هس :مبش 03:80 یلا 03:61

مبشود 03:80 یلا 03:61

**ی:رادرهش**

تاعاس راک رتشیب ار یم [رد دیناوت اجنیا](#) ادیب دینک

تراکی ناینتش یارب نانکاس مک دمآرد فیفختاه و یایازم یدایز ار هئارا یم .دهد

**تراکی ناینتش رهش :میاهندیاه**

## اهداهنشیپ رد مپاهندیاه

رد اجزیا ییاهداهنشیپ رد مپاهندیاه دیهاوخ: نت فای

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

[تیریدم یزاسه چرایکی](#)

[هر وایشم ترچاهم](#)

[تامدخ ترچاهم ناناوج](#)

[هناختاتک و زکرم ش زومآ ن لاسدگزر](#)

[زکلم ناناوج](#)

[یاهنایکم ییامهدرگاههداوناخ](#)

[ییشزروت تاسیسأت زاپور](#)

[یاهه فاک زاپور](#)

[ودرای اهت صرف](#)

[تاسیسأت ییشزروت مپاهندیاه ار دیناوتی م رد سردآ ریز تاسیسأت: دیبایب ییشزروت](#)

دیناوتی م اهاگشا: ار رد مپاهندیاه رد سردآ ریز ادیب [اهماگشا](#): دینک

دیناوتی م زکلم ه نازور ار رد مپاهندیاه رد سردآ ریز ادیب [زکلم](#): دینک [ه نازور](#)

دیناوتی م سرادم مپاهندیاه ار رد [سرادمش خب](#): دیبایب

**رهش ن گنیتشربره**

**رهش ن گنیتشربره**

ن گنیتشربره 24598

نابایخگ نلا 85



[055942370](tel:055942370)



[ed.negnithcerbreh@ofni](mailto:ed.negnithcerbreh@ofni)



[ed.negnithcerbreh.www/:sptth](http://ed.negnithcerbreh.www/:sptth)

## تاعاس :راک

مهعمج 03:80 یلا 00:21  
مهبنشجنپ 03:70 ات 00:21 و 00:41 ات 00:61  
مهبنشراهچ 03:80 یلا 00:81  
مهس :مهبنش ا ب نییعت تقوی لبق  
مهبنشود 03:80 ات 00:21 و 00:41 ات 00:61

تراکی ناینتشیپ یارپ ناکاس م ک دمآرد فیفختا ه و یایلزم ی دایز ار هئارا می م .دهد  
زوجم ی ناغیلته :negnithcerbreH

## اهداهنشپ رد ن گنیتشربره

- 
- 
- 
- 
- 

[تیریدم ی زاسه چرایکر](#)

[هناختاک و زکرم ش زومآ ن لاسگزر](#)

[نابلوجزکرم](#)

[ی بامهدر گل حم هداوناخر تزولاک](#)

[یاهمنیز گتشدگ و راذگ](#)

اههاگشا؛ رد ن گنیتشربره ار دیناوتی م [اههاگشا](#):رد .دیباپ

زکارم ه نازور رد ن گنیتشربره ار دیناوتی م رد سرد آ ریز [زکارم](#):دیباپ ه نازور

س رادم رد ن گنیتشربره ار دیناوتی م رد [س رادمش](#)خ؛ .دیباپ

## ی رادرهش ن گنیرامره

## ی رادرهش ن گنیرامره

ن گنیرامره 86598

لراک ه سارنسا 21



[0745922370](tel:0745922370)



[ed.negniramreh@ofni](mailto:ed.negniramreh@ofni)



[ed.negniramreh.www//:ptth](http://ed.negniramreh.www//:ptth)

## تاعاس راک

معمج 03:80 یلا 00:21  
مبشجنپ 03:80 - 00:21 و 00:41 - 03:61  
مبشراہچ 03:80 - 00:21 و 00:41 - 00:81  
س: مبش 03:80 یلا 00:21  
مبشود 03:80 - 00:21 و 00:41 - 03:61

## اھناھنشپ رد ن گنیرامره

- 
- 
- 

[تیریدم یزاسه چرایکی](#)

[ہناختاک و زکرم شزوما ن لاسگزب](#)

[تشدگ رادگو گروینسوگ](#)

اھناگشاہ رد ن گنیرامره ار دیناوتی م رد [اھناگشاہ](#): شخب . دیبایہ

عوضوم تشادہہ رد ن گنیرامره ار دیناوتی م رد [تشدہہ](#): شخب . دیبایہ

کدوکھم رد ن گنیرامره ار دیناوتی م رد [کدوکھم](#): شخب ادیی . دینک

سرادم رد ن گنیرامره ار دیناوتی م رد [سرادمشخب](#) . دیبایہ

تاسیسأتی شزرو رد ن گنیرامره ار دیناوتی م رد [تاسیسأت](#): شخب ی شزرو . دیبایہ

## ی رادرہش نوربزگینوک

## ی رادرہش نوربزگینوک

[ed.nnorbsgineok.www://sptth](http://ed.nnorbsgineok.www://sptth) 

[@ed.nnorbsgineok@suahtar](mailto:ed.nnorbsgineok@suahtar)

0526982370 

15598 nnorbsginök

eßartstrawreH 2

## تاعاس راک

معمج 03:80 یلا 00:21  
مبشجنپ 03:80 - 00:21 و 00:41 - 03:61  
مبشراہچ 03:80 - 00:21 و 00:41 - 03:71  
س: مبش 03:80 یلا 00:21  
مبشود 03:80 یلا 00:21  
**رلات رہش ہب روط یاک**

معمج 00:8 حبص ات 00:21 دعب زا رھظ

مبشجنپ 03:7 حبص ات 00:21 دعب زا رھظ و 03:41 دعب زا رھظ

مبشراہچ 00:8 حبص ات 00:21 دعب زا رھظ و 03:41 دعب زا رھظ

س: مبش 00:8 حبص ات 00:21 دعب زا رھظ

مبشود 00:8 حبص ات 00:21 دعب زا رھظ

**مرادا :عابتا**

## اهداهنشیپ رد نوریسگینوک

- 
- 
- 
- 

[تیریدم یزاسه چرایک](#)

[هناختاک و زکرم شزوما ن لاسگزر](#)

[نیانلوچزکرم](#)

[یشدرگی اهاهنیزگ](#)

تاسیساتی شزور رد نوریسگینوک ار دیناوتی م رد [تاسیسات](#): [شخبری شزور](#) .دیپایه

اههاگشا: رد نوریسگینوک ار دیناوتی م رد [اههاگشا](#): [شخبری](#) .دیپایه

تامدخی تشاهدی و یتبقارم رد نوریسگینوک ار دیناوتی م [تاشاهدی](#): [رد و یتبقارم](#) .دیپایه

زکارم ه نازور رد نوریسگینوک ار دیناوتی م رد س رد آ [ربریز زکارم](#): [دیپایه ه نازور](#)


س رادم رد نوریسگینوک ار دیناوتی م رد [س رادم](#): [شخبری](#) .دیپایه

**ی رادرهش miehttaN**

**ی رادرهش miehttaN**

[/ed.miehttan.www//:sptth](http://ed.miehttan.www//:sptth) 

[@ed.miehttan@ofni](mailto:ed.miehttan@ofni)

[0487912370](tel:0487912370) 

46598 miehttaN

رمیاهنیلف ه سار تسا ۲

**تاعاس راک**

معمج 00:80 ی لا 00:21

مبشجنپ 00:80 ی لا 00:21

مبشراهچ 00:80 ی لا 00:21 و 00:41 ی لا 00:81

ه س: مبش 00:80 ی لا 00:21

مبششود 00:80 ی لا 00:21

**اهداهنشیپ رد میاهتان**

- 
- 
- 

[تیریدم یزاسه چرایک](#)

[هناختاک و زکرم شزوما ن لاسگزر](#)

[یاههنیزگ](#): [تشدگ هزوم ناجرم و خیراتی لحم و دابرنیتشمار](#)

رگا ل یام ه س سامت ا ن اتسود» هاگهانپ «میاهتان» دیتسه افطلا ا م ناخ رندور ( [0610](tel:0610) ) [155 80 33](tel:1558033)  سامت .دیریگ

ن اتسودی گدنهانی: میاهتان

اههاگشا: رد [اههاگشا](#): میاهتان

ه سردم رد [ه سردم](#): میاهتان

زکرم هانزور رد زکرم: مپاهتان هانزور

ت ماس رد ت ماس: مپاهتان

رهش ن گنیز توتسر دین

رهش ن گنیز توتسر دین

[@](mailto:ed.negniztotsredein@ofni)

[020152370](tel:020152370)

86198 negniztotsredein  
ml eltdätS 62



[ed.negniztotsredein.www](http://ed.negniztotsredein.www)

تاعاس راک

معمج 03:80 ی لا 00:31  
مپنشنپ 03:80 ات 00:21 و 00:41 ات 00:81  
مپنشرهچ 03:80 ی لا 00:21 و 00:41 ی لا 00:61  
هس: مپنش 03:80 - 00:21 و 00:41 - 00:61  
مپنشود 03:80 ات 00:21 و 00:41 ات 00:61

یرادرهش miehtnoS na red znerB

یرادرهش miehtnoS

[/ed.znerb-miehtnos.www//:ptth](http://ed.znerb-miehtnos.www//:ptth)

[@](mailto:ed.znerb-red-na-miehtnos@ofni)

[07152370](tel:07152370)

76598 miehtnoS na red znerB  
نابایخ رزرنه 52

تاعاس راک

معمج 03:80 ی لا 00:21  
مپنشنپ 03:80 ی لا 00:21  
مپنشرهچ 03:80 ی لا 00:21 و 00:41 ی لا 00:81  
هس: مپنش 03:80 ی لا 00:21  
مپنشود 03:80 ی لا 00:21 و 00:41 ی لا 00:61

اهداهنشپ رد مپهتنوس

[تیریدم یزاسهچرایکی](#)

[هناخباتک و زکرم ش زومآ ن لاسگزر](#)

## تیشگ یاسیلاک سربولاگ

دیناوتی م زکارم ه نازور ار رد میهنتوس رد سردا ریز ادیپ زکارم: دینک ه نازور

س رادم رد میهنتوس ار دیناوتی م رد سردا ریز س رادم: دینایپ

**یرادرهش miehniets ma hcubIA**

**یرادرهش miehniets ma hcubIA**

[www://sptth@miehniets.mocstrats.eti](http://www.miehniets.mocstrats.eti@sptth)

[@ofni.miehniets.ed](mailto:ed.miehniets@ofni)

0606992370

55598 میهنیاتشا

eßartspuah 42

## تاعاس : راک

00:21 یلا 00:80 م عمج

00:81 یلا 00:41 و 00:21 یلا 00:80 مینشچپ

00:21 یلا 00:80 مینشراچ

00:61 یلا 00:41 و 00:21 یلا 00:80 مینش

00:21 یلا 00:80 مینشود

## اهداهنشپ رد میهنیاتشا

تیریدم یزاسه چرایکی

هناختاک و زکرم ش زومآ ن لاسگزر

تیشگ ه زوم ه ناهد ی دروخر

تاعلاطا ه رابرد

س رادم

اهک دوکهم و

اهماگشا

رد میهنیاتشا ار دیناوتی م رد اجنیا یرادرهش: دینایپ میهنیاتشا

## زکارم ه عجارم

## تارادا مهم

## هرادا میحان میهندیاه

یددعتم دوجو . دراد یرا ، لائتم رتفد یایازم ، نایوجهانپ رتفد تبث ل یاسو ، میلقن رتفد مافر نانلوج و هرادا . تشادهب  
رد رتفد مقطنم ، تارادا رتفد و زکارم ه روانشم

دیناوتی م ی تسرهف زا هامت تامدخ هدشه ئارا ارت یاسب ورد رتفد مقطنم . دینایپ

۸۱۵۹۸ م. بایه‌ندیاه  
۶۳ سارلش‌شان‌سلاف  
[هرادا نایسره‌ش م. بایه‌ندیاه](#)



[012312370](tel:012312370)



[ed.miehnedieh-sierkdnal@tsop](mailto:ed.miehnedieh-sierkdnal@tsop)

## هرادا یایازم نایوجهانپ

یاهت‌یلوئسم نآ: ل‌ماش یایازم، نایوجهانپ رودص یاهن‌یوک، بی‌نامرد ی‌گدیسر هب [یاهت‌سلوخرد TUB](#) و هریغ. ت‌سا  
رد لوپ دنور ی‌گدنهانپ، ماش لوپ دوخ ار [هرادازا یایازم نایوجهانپ](#) ت‌فایرد دیهلوخ. درک

[521212312370](tel:521212312370)

۸۱۵۹۸ م. بایه‌ندیاه  
۶۳ سارلش‌شان‌سلاف  
ن‌امتخاس A، مقیط، ف‌کمھ قاتا A 300



[ed.miehnedieh-sierkdnal@negnutsielrebreweblysa](mailto:ed.miehnedieh-sierkdnal@negnutsielrebreweblysa)

## هرادا هافر ی‌عامتجا

[هرادا هافر ی‌عامتجا](#) لوئسم ه‌آارا ی‌اهکمک ی‌عامتجا. ت‌سا ف‌باطو نآ دنتراپء: زا

- تینما ه‌ی‌پ رد نارود ی‌ریپ و رد ت‌روص ش‌هاک ی‌یانلوت ی‌یازدم‌آرد
- ی‌اهکمک ی‌تیقارم
- ه‌نیزهکمک ی‌گدنز
- ه‌نیزهکمک ماغدا ی‌ارر د‌ارفا ی‌اراد ت‌یلولعم
- کمک رد ه‌ی‌لر ت‌لاکشم ی‌عامتجا ص‌اخ
- ی‌اهکمک ی‌تشادهب
- کمک رد ریاس اهت‌یعقوم

یاهت‌یلوئسم ریثد هافر ی‌عامتجا ن‌ینچمه ل‌ماش ه‌آارا ه‌رواشم و ت‌یامد. دوشی‌م

## هرادا ناناوج و ه‌داناخ

میلاخوشوخ که از نیدلاو (لیبق) ای دعب ز، دلوت هچ اندزرف لاسدرخ و هچ لاسدگرزب متشاد (دنتشاب تیماد). مینک رد ره هزوح، بتیلونسم داجیا طیارش یگذر تبثم و یاهت صرف ربارب یارب ناکدوک و ناناجون. تسام نینچمه ناناجون و اهه دلوناخ ای فبط یاهرتسگ زا تامدخ کمک. دنکی م یاهکمک ه نارینگشپ هژیوه مهم. دنتسه فده هرادا ناناج و هدلوناخ هب، ناکدوک

## هرادا روما عابتا ی جراخ هرادا/ نینکاس تبثم (نینکاس)

sinbualrE زاین. دیراد یارب مکنیا کی ناونع تماقا تساوخرد، دینک دیاب هب هرادا روما عابتا ی جراخ معجارم. دینک، یابورا زوجم تماقا مژاد، (sinbualresgnussalredeiN) زوجم تماقا ی نلاوط تدم (tlahtnefuareuaD muz) ی جراخ رد ناملا یگذر، دینک هب زوجم، انزیو) تماقا زلوج تماقا، (gnugilliwebstlahtnefuA) تراکی بآ هیباختا یارب نآ هک دیناوتب هب ناونع معیت

## ی باهراک هک ی م دیناوت رد هرادا ترجاهم ماجنا: دیهد

- دیدمت تابثا دورو
- رودص و دیدمت هزاجا تماقا
- تساوخرد زوجم راک
- یهلوگ تبثم، مان تبثم مان و تبثم جورخ لحم تماقا
- هزاجا تماقا تیفاعم و رفس

## تارادا روما عابتا ی جراخ

ی یاسانش دیدمت تراک، ی یاسانش زوجم، راک قاحلا، هدلوناخ تساوخرد یاه، لاقتنا طیارش لحم، تنوکس و. مریغ هزوح یاه: نیفاظو تساوخرد تراک

افطلا هب بتیلونسم یاه هطوبرم هجوت: دینک

## هرادا روما عابتا ی جراخ میهن دیا ه

لونسم) هیجان یرهش، میهن دیا ه، میهن دیا ه لگرم، ننتشا نزواهندگوا و (ن خوکسورگ

22598 miehnedieH  
قیباس (WBBL) نامتخاس 9 eßartsnebarG  
**tdatS miehnedieH**



[023372312370](tel:023372312370)



[ed.miehnedieh@nesewrednealsua](mailto:ed.miehnedieh@nesewrednealsua)

معمر زات عاس ۰۳:۸۰ ی لا ۰۰:۲۱ هجبرهظ  
وزات عاس ۰۰:۲۰ ی لا ۰۰:۴۰ هجبر زادعب رهظ  
مینشجنپ زات عاس ۰۳:۸۰ ی لا ۰۰:۲۱ هجبرهظ  
هس مینش زات عاس ۰۳:۸۰ ی لا ۰۰:۲۱ هجبرهظ

زا مینشودت عاس ۰۳:۸۰ ی لا ۰۰:۲۱ مچر رهظ  
تاقوا: یراک

اجنرا [gnuhcubnimret/ecivresregreub/gnutlawrev-dnu-suahtar/ed.miehnedieh.www//sptth](http://gnuhcubnimret/ecivresregreub/gnutlawrev-dnu-suahtar/ed.miehnedieh.www//sptth): دیبایر  
تاعلاطا قیقد مرت رد دروم ورزرت بون ار می م دیناوت رد  
می سرتسد طقف ابر نیبعتت قو می لبق

### هرادا روما عابتا می جراخ رهش ن گنیگ

لوئسم) یر بر، ن گنیگ، گریگرو، ن هو، ن گنیم، ن بروه و (ن زواهنز کاس

**suahtaR negneiG**

73598 negneiG na red znerB  
eßartstkraM 11



[033225922370](tel:033225922370)



[ed.negneig@edreohebrednealsua](mailto:ed.negneig@edreohebrednealsua)

معمج 00:01 از 00:21  
میشخپ 00:01 از 00:81 - 00:21 00:41  
میشراهچ 00:01 از 00:21  
مس: میشد 00:01 از 00:21  
میشود 00:01 از 00:21  
تاقوا: یراک

### هراد روما عابتا می جراخ میحان میهن دیا

لوئسم) همه یراد رهش یاه (رگید

81598 miehnedieH  
.rtsnesleF 63  
**هرادا میحان میهن دیا**



[012312370](tel:012312370)



[ed.miehnedieh-sierkdnal@edreohebrednealsua](mailto:ed.miehnedieh-sierkdnal@edreohebrednealsua)

رابطه تقابلی ماه آری می نایوت و بر تروصن بلانآ رد سرردآ بریز ماچنا داد ایاب هرامش [622212312370](https://www.landkreis-heidenheim.de/622212312370) نفلت:


نعمج 00:80 یلا 03:11

مینشجنپ 00:80 یلا 03:11 طقف) اب نیبعت تقو (یلبق و 00:41 یلا 03:71

مینشراچ لبطعت

هس: مینش 00:80 یلا 03:11 حبص طقف) اب نیبعت تقو (یلبق

مینشود 00:8 حبص از 03:11 حبص طقف) اب نیبعت تقو (یلبق و 00:41 از 00:61

تاعاس راک 

## یامنهار تیجرم

تاعوضوم فلتخم ،دنتسه رد نیا محفص نیرتمهم هب تاملقم بیترت فورج ایفلا رکذ مدش :دنا  
تاملقم یدایز رد ناملاً دوجو ،دراد اهنأ لوئسم

## هرادا یایازم نایوجهانپ

دنتراپع :زا یایازم ،یوجهانپ رودص یهلوگ ،نامرد یگدیسر هب تساوخرد یاه TUB و ،هریغ  
نیا فیاطو هب ناوئع لائتم

رد لوط رجیسورپ هیگننهانپ لوی دوخ ار زا هرادا یایازم نایوجهانپ ت فایرد دیهاوخ ،درک

رد سرردآجنبا اه و تاعلاطا ار دیهاوخت فای

## تاملقم ترجاهم

یاهزوجم ،راک قبالا ،هداوناخت ساوخرد یاه عزیزت ،دنجم تامازلا تماقا و ،هریغ

فیاطو تساوخرد تراک هی یاسانش دیدمت تراک هی یاسانش

رد سرردآجنبا اه و تاعلاطا ار دیهاوخت فای

## سناژا راک لاردف

فیاطو هی باپراک ،هرواشم بت یحلاص یایازم یراکیب و ،هریغ

22598 میهنندیا ه رد زنری

[eßartsteuqcuoIP\\_03](mailto:eßartsteuqcuoIP_03@landkreis-heidenheim.de)

[سناژا یبایراک لاردف میهنندیا](https://www.landkreis-heidenheim.de/s-naz-a-y-bayrak-lardf-meyhendia)



[00555540080](https://www.landkreis-heidenheim.de/00555540080)



[www.ed.rutnegastiebra.de](http://www.ed.rutnegastiebra.de) (یسیلگنا) (ی ناملاً)

[ed.rutnegastiebra@miehnedieh](mailto:ed.rutnegastiebra@miehnedieh.de)

ایاب رارق یلبق

مینشود از معمج زات عاس 00:8 یلا 00:11 حبص



## مرادا لاردف ترجاهم و ناگندهانپ (FMAB)

مرادا لاردف ترجاهم و ناگندهانپ [ی گدیسر لوئسم](#) [هرت ساوخر دی گندهانپت سامش](#) .

قودنص ی تسپ 34309 گریزروز

[مرادا لاردف ترجاهم و ناگندهانپ \(FMAB\)](#)

## مرادا تپژ ما نینکاس

[اھر لاتریز ار ادیپ](#) .دینک

## مرادا تایلام

منیمز ی اھ :تیلوئسم رودص تراک ی تایلام همانراھظا ی تایلام [تایلام](#) تا علاطا و .هریغ

81598 میاھندیھ

eßartsneiraM 51

[مرادا تایلام میاھندیھ](#)



[08312370](tel:08312370)

معمر 00:8 حبص ات 00:21 دعب زا رهظ

مینشجنپ 00:8 ی لا 00:21 و 00:31 ی لا 03:51

مینشراھچ 00:8 ی لا 00:21 و 00:31 ی لا 03:51

ھس مینش 00:8 حبص ات 00:21 دعب زا رهظ و .00:31

مینشود 00:8 حبص ات 00:21 دعب زا رهظ و .00:31



زاین ؟دیراد ی م دیناوت ابروایشمک ی تایلام این مجزلک یکمک ی تایلام سامت .دیریگن یا هئیزھت اداهنشیپ دراد .  
یاربایآ همانراھظا ی تایلام دوخ هب کمک

## مرادا تشاھب

(eßartsnesleF رد) [tmastardnaL miehnedieH](#) ادیپ دینک

## زكرم راك

BGS II [یا یازم یاضاقت](#) ) [ی راكیر 2](#) ، [لیصحت و ت كراشم](#) ( ، ی بایراک لیصحت و .ت كراشم  
فیباطو دنترابع :زا ی یازم قیط

81598 میاھندیھ

.rtS-ssueH-rodohT 1

## [retnechoj\\_miehndieH](#)



[054312370](tel:054312370)

میشجوی 00:41 - 03:71  
میشجوی ات معمج زا تا عاس 00:8 ی لا 00:11 ج بص



نینهجه ی یاه رارق ج راخ زا تا عاس یراک دوجو . دراد

### یرگلوسنک اه / ی گدنیا من ی اه ی ج راخ

ناوئع لائمه ی م دیناوت زا قیرط یرگلوسنک اه ل صا ک رادم ار زا رویشک دوخت فایرد ، دینک

رد اجنیا ی م تسیرل دیناوت یرگلوسنک ی اه ناملاً ار ادیپ دینک

### رتفد میحان میاهندیاه (eßartsnesleF)

دوجو ، دراد م ناوئع ، لائمه نامزاس تیژ مان ، ووردوخ هرادا مافر ناوچ ای هرادا ، تشادهب  
یرایسب زا ع جارم ، فلتخم رتافد و زکارم هر ویشم رد رتفد مقطنم

رد اجنیا کی یامن ی لاک زا [تامدخمیلک](#) هئارا مدش طسوت رتفد مقطنم ار دیهاوخ ، دید

81598 میاهندیاه

.rtsnesleF 63

[رتفد میحان میاهندیاه](#)



[012312370](tel:012312370)

### یاه رلات رهش

تاماقم ی فلتخم م ( ناوئع لائمه هرادا تیژ ل اوچا ای هرادا تیژ (ناذکاس ار دیهاوخ ، تشادهب  
م ناوئع کی ، مدعاق ره یرادرهش رلات رهش دوخ ار ، دراد رد رلات رهش زین

[اهرشیریز و یرادرهش اه](#) ادیپ دینک

### یرتلاک اه

هرادا سیلپ دوخ ، دختسه افطال) هجوت متشاد دیشاب هک ممه رتافد مشیمه ل نسری (!دختسین  
رتکا اهرهش و یرادرهش اه یراد

02598 میاهندیاه

ناباخ رمیاتیانشا 41

هاگتسیا سیلپ میاهندیاه

02598 م.باهندياه  
ما س وناژ 8  
**ماگتسيا س.پل.م.باهتياشا**

24598 ن.گنيتشربره  
eßartsrrafP 4  
**ماگتسيا س.پل.ن.گنيتشربره**

73598 negneiG na red znerB  
س.ارتسگاوش 61  
**ن.گنيد**

76598 miehtnoS na red znerB  
ن.ابايخ رز نره 52  
**miehtnoS**

55598 miehniets ma hcubIA  
eßartstsof 2  
**م.باهنياتشا**

74598 ن.تتسرگ  
eßartsmlehliW 03  
**ن.تتسرگ**

46598 miehttaN  
remiehseren eßartS 52  
**miehttaN**

## هرادا مافر ي عامتجا

ن.تفای) **eßartsnesleF** (رد) **tmastardnal miehnedieh**

## هرادا تبت ل اوچا

**اهر لاتی ریز** ار ادیه دینک

ن.پنجه **یامنه ارک ی رادا ی ابر بهش م.باهندياه** دوجو. دراد

## زكرم راک

- ه.ب.تیمسر ن.تخانش مانیهاوگا ه  
- عاجرا ه. هرواشم ی لغش ای  
- ت.کرش رد هرود نابز  
ه.ب.لونه لائمن یا ناکما از م.ه.لرفی م.دنگ  
زكرم راک سلامت.ت.سالمش دوسی لام می. دهد ن.پنجه رد ت.روص زاین ت.یعقوم ی لغش و ت.ی.حلاص ه.نارا می. دهد.  
رگا راکیه دیتسه ای ه.ب.کمک زاین، دیراد

- ه.ب.لطواد ت.لاکو ه.ماز دروم زاین.ت.سا ه.مانتلاکو دیا ه.ب.روط ل.ما.کر.ه.دش و ط.سوت.ره.ود.ف.رط.اضما.دوش  
ن.اندم.راک.زكرم.راک.زاجم.ه.ب.لاقتنا.چیه.ه.نوگی.ت.اعلاطا.رد.دروم.نابرتشم.دنتسین.ه.ب.ن.اونع.ک.ه.ارمه
- دیراد ه.یور) ی.گدنهانپ.ه.ب.روط.ی.نوناق.در.ه.دش،(ت.سا.س.ناژ.آ.راک.لوئسم.ت.لاوس.رد.دروم.ی.اقترا.ل.غش.ت.سا  
رگا.زوجم.ت.ماقا.دیراد.ه.یور) ی.گدنهانپ.زونه.ه.مادا (دراد.ای.زوجم.ل.محت)

## ل جارم دعبر زا کي ميمصت تبثم

هک امش دجاو طيارش ی گندهانې متخانسه هدش ديا اي زا تيامد ی گندهانې رادرورخه هدش .ديا نيا ل جارم ی دعبر :دنتسه  
امشک ي ميمصت تبثم زا FMAB ت فايرد هدرک .ديا دنور ی گندهانې تبثم هب نايانې هديسر .ت سا نيا نادب ت سانعم

### 1. رهاط ی صخش

- امش ديا ي رد تا عاس ي راک هب هاگراک هعجارم .ديک
- رد اجنآ هب ن اونء ي رتنشم تبثم مان ديهاوخ .درک
- لغش امش تبثم دهاوخ .دش
- ود رارق تا قلام متفرگ هدش :ت سا کي رارق هرواشم اب شخب ايازم وکي رارق تا قلام اب س ناژآ ی بايراک
- امش هب ن اونء ي ايوچ راک تبثم مان هدرک .ديا


### 2. شخب درکلمء

- **ههه** : ياره هرواشم زاینه هب کي ت قو تا قلام .ديراد چيه هرواشم ن ودب ت قو ی لبق دوجو !درادن
- ايازم اب رارق (تا قلام اب ی ششم لوئسم ت ساوخرد ی م .دوش

### 3. تامدخ ی بايراک

- **ههه** : ياره هرواشم زاینه هب کي ت قو تا قلام .ديراد هرواشم ن ودب ت قو ی لبق دوجو درادن
- امش ديا ي هعته هرود ماغدا اي دييات ت کرش رد هرود ماغدا ار هب هارمه متشاد .ديشابه
- لفظا اهنيا ار اب دوخ ديرواپير  
- ی باسانش ک رادم ی ليصت رد چراخ زا رویشک ...  
- ع جرم ، مادختسا  
- ، تلایصت  
- ديدزاب زا هسر دم  
- ی کرادم رد ش دروم ديراد
- رد دروم تراهم ی اه صاخ دوخ هب ن اونء ، لائم تراهم ی اه ی تراهم اي (ی نايز هب ام .دييوگب
- لبق زا رارق ، تا قلام هب نيا رکف ديک هک مادک هزوح ی اه ي راک دروم هقلاء امش .دنتسه

### سامت

054312370 

81598 miehnedieH

.rtS-ssueH-rodoehT 1

[retneboj\\_miehnedieH](mailto:retneboj_miehnedieH)

اب هداقتسا [هناماسزا تبونی هد نيلانآ](mailto:retneboj_miehnedieH) ی م ناوت کي رارق تا قلام ی نفلت اي تا قلام ی صخش ورزر .درک

مينشجنې 00:41 - 03:71

مينشود ات هعمرچ 00:8 ی لا 00:11 حبص



زا قيرط نفلت رد سرتسد ت سا [0 543 12370](tel:054312370) مينشود ات هعمرچ زا ت عاس 00:80 ات 00:81 رد سرتسد .ت سا  
زکرم راک

### س ناژآ ی بايراک

- لغش رد ناملاً هب کمک زاین، دیراد زاین هب یاسانش کاردم دوخ ای درلوم هباشم، دیراد سن نازآ راکا اب امش سلامت. دراد سن نازآ یبایراک لوئسم مامت روما طوبرم هب راک. تسا رگا هب لایند لغش، دیتسه یارب باختنا
- هرواشم رد دروم ش زومآ یاه هفرح یا رتشیب و هرواشم امر فراک تامدخ (امرفراک سلامت امش دهلوخ. دوب، (چارخا سن نازآ راک یارب ی تلاوس رد دروم لیاقتنا زا سردم هب لحم راک هرواشم)، (ی لغش رارق نداد لغش رگا دنور ی گندهانپ امش نانچمه همادا دراد هزاجا) (ت ماقا ای رگا اب امش ارادم ی م دوش لمحت)
  - یبایراک ایازم ت فایرد ی م؟ دینک سن پس زکرم یبایراک ب طلخم امش یارب هرواشم و رارق ن تفرگ رد رازا، راک. تسا ایآ امش متخانمش هدش دیا و زا زکرم
- رگا هب لایند راک، دیتسه ی م دیلوت ت اداهنشپ [ار بورد ت یاس سن نازآ یبایراک](#) و جنسج. دینک

## ب طلخم:

منیمز یاه: تیلوئسم یبایراک، هرواشم بت یحلاصه یبازم ی راکیب و. مریغ سن نازآ م ادختسا ل اردف

سن نازآ یبایراک ل اردف، (ی ناملاً) (ی سیلگنا) [ed.rutnegastiebra@miehnedieh](mailto:ed.rutnegastiebra@miehnedieh)  
00555540080

22598 م یاهندیاه رد زنر،  
eßartsteuqcuoIP 03  
سن نازآ یبایراک ل اردف م یاهندیاه

[ت بونی هد ن یلانآ](#)

ایا، رارق ی لبق  
مینشود ات م عمج زا ت عاس 00:8 ی لا 00:11 حبص

## هرواشم و کمک یارب نارچاهم

### هرواشم ترچاهم

ایآ هب یامنهاری درف و یلمع رد منیمز گنهرف و ی سارکوروب ناملاً زاین؟ دیراد

هرواشم تامدخ ی ترچاهم رد [OWA م یاهندیاه](#) هئارا دهدی م

### هرواشم ناگیارت یامحو

یارب نارچاهم مه. لاسگزره

تامدخ هرواشم ی ترچاهم رد OWA م یاهندیاه هئارا دهدی م

هرواشم و ت یامد ناگیار

یارب مه نارچاهم لاسگزره ۷۲ ه لاس و. رتلا،

نیا هب نارچاهم دیدج کمک دنکی م ات رد م عمج دیدج دوخ رقتسم دنوش

دیدج

طیحم ی گنهرف انشآ:

و روطه؛ ناور رد ی گدنز مرمزور ماغدا .دنوش

### هرواشتم رد یاهنیمز ریز هئارا :دوشی م

- دراوم ی صخش
- لئاسم ی قوق
- نکسم
- یاهه رود ماغدا
- یاهدنور ه ب تیمسر ن تخانش
- دانسا و کرادم
- یاهه رود ه سردم/نابز
- ش زومآ ل غش
- یزابه چغاب
- لئاسم ی تملاس
- یاهت یلاعف مرمزور و تاقوا ت غارف

### تااعلا سرامت و تااعاس یراک رد :میاهندیاه

۸۱۵۹۸ میاهندیاه  
۰۹ ه سار ت شاس لای  
ترافف لوورتیا برآ میاهندیاه دنابر فس یارک .ی.وی

[@ed.miehnedieh-owa@noitargim](mailto:ed.miehnedieh-owa@noitargim)  
[42638912370](tel:42638912370) یا [74638912370](tel:74638912370)

ایا ی ن بیعت تقو ی لبق  
:اهمیشخ ن پت عاس ۰۰:۲ ره ط زادعب ات ۰۰:۴ ره ط زادعب  
تااعاس هرواشتم :یروض

### تااعلا سرامت و تااعاس یراک رد ن گنیگ

73598 ن گنیگ  
ناباخ خاب نیتسایس-ناهو ۸۲  
ترافف لوورتیا برآ (OWA) ن گنیگ

[@ed.miehnedieh-owa@noitargim](mailto:ed.miehnedieh-owa@noitargim)  
[055598852510](tel:055598852510)

ایا ی ن بیعت تقو ی لبق  
:همیشسه س ۰۰:۹ حبص - ۰۰:۱ دعب زا رهط  
تااعاس هرواشتم یروض

رد کوبیسرف EBM

### **noebM - هرواشتم ترچاهم ن یلانا**

ت یاسب و دیدج ه ب یاهنابز ریز رد سرتسد ت سا  
مرفتا ی تااعلا «نوئما» تااعلا یاهدتسگ ار رد تااعوضوم فلنخم رد رایتخا ن ارچاهم رارق .دهدی م

- بی ناملاً
- بی سیلگنا
- ی سور و
- بی برء

تیلباق تچ زینء دوجو . دراد امش دیناوتی ما ب ار وانشم تچ . دینک ن ار وانشم هب یاهن ابز فلنخم تبخص . دینک م نینچمه

## تامدخ ترجاهم ناناوج

(DMJ) نمنجنا هافر ن ارگراک رد میاهندیاه زا ماغدا بقوم ن ارجاهم ن اوج نیب 21 ات 72 لاس تیلماح می . دینک  
[تامدخ ترجاهم ناناوج](#)

رد سرادم و یاهدنیآرفی شزومآ دروم تیلماح رارق دنیرگا ات تفرشیپ . دینک ادعب می دیناوت رد رازا ب راکت باقر . دینک  
ن ارجاهم ن اوج دیاب

- ه فرد

- ش زومآ و

- ه سردم

فده ی لصا دویهب DMJ ت صرف اه رد

تیلماح ماغدا ی درفا ی رد تاداهنشپ ، هی هورگا ب ت لاکشم ماغدا و ت هچ ، ی ریگ ناگیاری ناپیتشپ ت فاپرد می . دینک  
رد بوچراچ

هب . ناناوج اب مقباس ترجاهم ت صرف یاه ی دایز ی ار بیایتسد هب فادها دوخ هئارا می دهد DMJ

## تاداهنشپ

- عاچرا هب تاداهنشپ ریگید رد مکبش ی لحم
- هب تیمسر ن تخانش ک رادم ی لیصحت و ی هاگشناد و ک رادم ه فرد یا بسک هدش رد روشک ادیم
- ه سردم ، ش زومآ لیصحت ای لغش
- هرود یاه ش زومآ مولدم هرود) یاه ی روانف ، تا علاطا گنیچوک (ی دربراک
- ی ناپیتشپ نابز و کمک هب فیلاکت
- هرود یاه ی ناملاً
- ه مانر ، اه و ت ساوخر د اه
- ی نارگن یاه ی صخش و ت یعقوم یاه ی نارح
- هر وانشم ی عامتجا - ی شزومآ
- ه مانر ، ی زیر ی ناپیتشپ ماغدا ه یور) ت پیردم (مدنورپ

## ی ار بی نیدلاو

- ن یاربانء طیارش ی بوچراچ ار هک تحت نآ س رادم و ل غاشم ه فرد یا ناکدوک ماچنا می ، دوش دویهب می . دیشخ

- رد تروصل لکشتم ک رد بلطم همجرت می دینک و

- نیدلاو ار اب دارفا سامت رد سامت رارق می دهد

- رد دروم مامت لئاسم ی شزومآ ای ی تیبرت هر وانشم هئارا می دهد

DMJ

ی راکمه اب نیدلاو ی کب زا ن برتمهم فباطو DMJ . ت سا

## ب طاحم

هینشچنپ 00:41 - 00:61

☎ [13638912370](tel:13638912370) ، [35097864710](tel:35097864710)

81598 میهن‌دیه

eßartsIaT 09

[trhafIhowretiebrA miehnedieH tcirtsID noitaicossA Ve htuoY noitargiM ecivres](#)  
(DMJ)

رد DMJ [سیرپف کوو](#)

## rutnegasfurebdneguJ

ناناوج ات 52 لاسا اب ،تلاکشم ی تلاؤس رد دروم ی گدنز ه فرح ی ای یایازم نادنورهش رد اجنیا تیمد ی م .دنوش  
سناژآ لاغتشا ناناوج میهن‌دیه ه ژورپ ی زا زکرم ،ی بایراک سناژآ ی بایراک و هرادا مقطنم .تسا

ام مشیمه ی ار ،امش و یاهی نارگن امش شوگ زا ،میراد - طقف !دیپایب

81598 miehnedieH

eßartshcirdeirF 2

rutnegasfurebdneguJ miehnedieH



ed.hdh-abj.www

[12370 77747 0](tel:12370777470)

تاعاس :

معمد 00:80 ی لا 03:11

میشجپ 00:8 جیص از 03:5 دعب زا رهظ

میشود ات :میشراهچ 00:8 جیص از 00:4 دعب زا رهظ

## زکرم لابقتسا گریمتروئتسوا

ایآ هزات دراو ناملاً هدش ؟دیا ایآ رد دروم ی گدنز و راک رد ناملاً ی لوس ؟دیراد

[لابقتسا grebmettrüwtsO](#) تاعلاطا ار هب تروص ناگیار رد رایتخا امش رارق ی م .دهد اهنیا تاعوضوم :دنتسه  
[زکرم](#)

- هب تیمسر ن تخانش کرامد ی لیصحت و ه فرح ی ای جراخ
- ،راک یوجتسج راک و ،تساوخرد
- ش زومآ و ،لیصحت
- یریگنای ،ی ناملاً
- ق و دورو و ،ت مافا
- ماظن ،ت ملاس
- ت یقارم زا ،کدوک
- ،کرحت
- ع ماوج ،ی بهدم
- ،ه سردم
- ت کرش یاه ،همیب
- هاگشا ،اه و تیلعف یاه تاقوا ،ت غارف
- ی گدنز ندرک

... ویلیخ، رتشیب

- یایناپسا
- یوسنارف و
- یسیلگنا
- یناملا

زکرم لایقتسا هب نیا نابز اه تبخصم :دذک

تبیون یاه هرواشم :

اریم ناوت محفصر دیلصا .تفای رارق تا قلام ییاه رد ،نلا ،نگنلولا ،نگنیگ میاهندیاه و شیبوش دنومگ دوجو .دراد هرواشم ناگیاریم .دشا ، نامز قیقد

هرواشم نیلانا سب زا هرواشم ماجنا دهلوخ .دش

بطلخم :

[17170 729 35 42](tel:171707293542) 📞

تکرش یاه کچوک و طسوتم (SEMS)  
نفتسا لنهوک  
تیریدم زکرم لایقتسا گریمتروتسوا



[@ed.grebmettreuwtso@elnhok](mailto:ed.grebmettreuwtso@elnhok)

پیاکسا WO retneCemocleW

[6710 747 478 21](tel:671074747821)

[@ed.grebmettreuwtso@rednela.enaj](mailto:ed.grebmettreuwtso@rednela.enaj)

[6710 747 478 21](tel:671074747821) 📞

[17170 729 35 13](tel:171707293513) 📞

ناصختم نیب یللملا - تکرش/SEMS اه  
enaj rednelA

[@ed.nelaa-sh@ztiduag.hgiloS](mailto:ed.nelaa-sh@ztiduag.hgiloS)

[22510 406 93 92](tel:225104069392) 📞

[6370 751 716 50](tel:637075171650) 📞

نایوجشناد نیب یللملا - هفرد یاه نیب یللملا  
ل > زتیدوگ

**تیریدم هچراپکی یزاس**

فیاطو امش دتترایع :زا

ناریدم دارفاماغدا **سامت ناگندهاپ رد لحم تماقا یدعب** .دنتسه هرواشم یم دناوت رد لحم هئارا .دوش

- تیامدی عامتجا زا قیرط هئارا تا علاطا ای دارفا سامت
- ناجیا کی حرط ماغدا کرتشم
- تیامدی یامنهارد یبایتسد هب فادها حرط ماغدا
- رجنم هب هاگشاپ ،اه تصرف یاه هناپطاواد و تصرف یاه ماغدا یلحم

ی م دینک مممصت ی م دریدگ هک هچ ی سسک لوئسم .ت سامش رد ت روص ،موزا افلا ا ب دارفا سامت ب سامت ا دیریدگ  
ی ناکم هک رد ن آ ی گذر

## لوئسم سامت رد مقطنم میهندها

ی شزومآ ی عامتجا هرادا مقطنم میهندها لوئسم ناگندها ب رد لحم ت مافا کرتشم !ت سا  
:هجو ت ی نابیتش ب

### ی ارب رهش میهندها

رارق تاقلام ا ب ی گنهامه

تاعاس :ی رادا

[042277212370](tel:042277212370)

[@](mailto:ed.miehnedieh@noitargetni)

81598 میهندها

eßartsrengaW 3

رهش میهندها

### ی ارب رهش :میهندها eßartsdlefsträH

[2169405512370](tel:2169405512370)

[0169405512370](tel:0169405512370)

[@](mailto:ed.grebmettreuw-tso-satirac@volivarp)

02598 میهندها

eßartsdlefsträH 91

س ائیراک گ ریم تروئسوا

### ی ارب رهش :نگینتشربره

[108155942370](tel:108155942370)

[008155942370](tel:008155942370)

[@](mailto:ed.miehnedieh-ave@tnemeganamsnoitargetni)

24598 ن گینتشربره

ن ابا یخگ زلا 85

رلا ت رهش ن گینتشربره

ave miehnedieH HbmGg

رد نامز ی اه :رگید رارق ا ب ی گنهامه

مبش راهچ 00:41 - 00:81

ه س :مبش 00:80 ی لا 00:21

مبش شود 00:80 ی لا 00:21 و 00:41 ی لا 00:61

تاعاس :ی رادا

### ی ارب رهش ،negneiG ی رادرهش ،negnihcsiD ی رادرهش :negniramreH

[@ed.negneig@noitargetni](mailto:ed.negneig@noitargetni)

[949865922370](tel:949865922370)

[849865922370](tel:849865922370)

73598 negneiG na red znerB

ناپایخت کرام 42

مآغدا tknupfferT

تیریدم هچراپکی یزاس negneiG

رهش نگنید



[ed.negneig-noitargetni-tknupffert.www//:sptth](http://ed.negneig-noitargetni-tknupffert.www//:sptth)

معمج 00:9 حبص ات 00:1 دعب زا رهظ

مبشجنپ 00:21 ی لا 00:81

مبشراهچ 03:7 حبص ی لا 00:31

هس مبش 00:9 حبص ات 00:31 و 00:41

مبشود 00:9 حبص ات 00:1 دعب زا رهظ

تاعاس: یرادا

## یارب یرادرهش یاه miehttaN nnorbsginök و miehniets:

[@ed.miehnedieh-sierkdnal@noitargetni](mailto:ed.miehnedieh-sierkdnal@noitargetni)

[891212312370](tel:891212312370)

eßartsnesleF 63

رتقد میحان میاهندیاه

مبشراهچ. 00:1 ات 00:4 دعب زا رهظ miehttaN

میاهنیاتشا هس مبش 00:31 ات 00:4 دعب زا رهظ

مبشود. زا 00:31 ات 00:4 دعب زا رهظ nnorbsginök

تاعاس هرواشم رد نمجنا: اها

رد نامز یاه: برگید رارق ابی گنهلمه

## یارب یرادرهش: نتتسرگ

نتتسرگ 74598

eßartsmliehlIW 13

قاتا 3 مقبط) (فکمه

رلات رهش نتتسرگ

تیریدم هچراپکی یزاس

یرادرهش نتتسرگ

سکوف 903 48 32370

[634217990610](tel:634217990610)

[1634832370](tel:1634832370)

[@ed.nettetsreg@bokaj.needia](mailto:ed.nettetsreg@bokaj.needia)

تاعاس: یرادا مبشود ات معمج زا تاعاس 03:8 ی لا 00:21 و اب نییعت ت قوی لیق

## یاری رهش negniztotsredeiN و یرادرهش miehtnoS: na red znerB

سکوف 6320152370

[9220152370](tel:9220152370)

[@ed.negniztotsredein@dimhcs.analtews](mailto:ed.negniztotsredein@dimhcs.analtews)

86198 negniztotsredeiN

قاتا 3U مقبط) فکمه

ml eltdätS 62

تیریدم یرهش ن گنیز توئسر دین

مبشجنپ 00:9 حبص ات 00:5 دعبر زا رهط

مبشود 00:9 حبص ات 00:21 دعبر زا رهط

تاعاس: یرادا

سکوف 74 71 52370

[527152370](tel:527152370)

[@ed.znerb-miehtnos@dimhcs.s](mailto:ed.znerb-miehtnos@dimhcs.s)

76598 miehtnoS na red znerB

قاتا 701 مقبط) 1)

نابایخ رز نر 52

تیریدم چرپکی یراس

یرادرهش miehtnoS na red znerB

معمج 00:9 حبص ات 00:21 دعبر زا رهط

مبشراهچ 00:9 حبص ات 00:5 دعبر زا رهط

مس: مبش 00:9 حبص ات 00:21 دعبر زا رهط

تاعاس: یرادا

## هرواشم تشگزابه

هرواشم نو دپ نابای. تسای نعبر دعبر زا هرواشم میمصت می دیریک هکی م دیهاوخ ه نابلطواد رویشک ار کرت دینک ای. ریخ

یزکرمت تشگزابه (BRZ) هباش هیصوت می دنک هکی نوگچ جورخ ه نابلطواد ه رویشک دوخ می دناوت رتوم. دشابه

تامدخ هرواشم

ایا یرا برفس تشگره زاینه هیکمکی لام؟ دیراد

ایا می دیهاوخ لبق زا میمصت یریک FMAB رد دروم تساوخردی گدنهانپ امش ه رویشک دوخ؟ دیرگزابه

81598 میهندها

eßartsnesleF 63

رتفد مقطنم میهندها



- لاتروپ دنچ تشگزابه نابز [زا ناملا](#).

- رد بو تياس هرادا لاردف ترجاهم و ناگدنهانپ (FMAB) و

تاعلاطا رتشیب رد دروم تشگزابه: نابلطواد

## ماعدای میت و نابلطواد

صخش سلامت یرا میت ترجاهم رد مقطنم: میهندها

محفصی ایصا

[@ed.miehnedieH-sierkdnaL@neleY.Y](mailto:ed.miehnedieH-sierkdnaL@neleY.Y)

821212312370

رسفا ماغدا

نیمسای نای

هک هب امشک مک مهینک اتک ی تیعیقوم ه نابلطواد بسانم ار ادیب دینک @[ed.miehnedieH-sierkdnaL@tmanerhe](mailto:ed.miehnedieH-sierkdnaL@tmanerhe) ناینتش رد ی گذنز ،هرمزور تیلاعف یاه تاقوا ،تعارف سیردت ی صوصخ ای مجرت .دشاپام لاجشوخ میهلوخ دش رکو ی م؟ دینک ایآ هب لایندک ی شلاچ دیدج ؟ دیتسه زاینه هب بلطواد رد ی رایسب زا نیمز اه دوجو .دراد نیا ی م دنلوت ایآ ناتوخ هب بلطواد ندش

## ی گندهانی و ناگندهانی

### ی گندهانی ی گداوناخ و تیامد نیب ی لمللا ی ارب یاضعا هداوناخ

### ی گندهانی ی گداوناخ و تیامد نیب ی لمللا ی ارب یاضعا هداوناخ

متفریذ ،دوش اهنآ نامه تیعضو ی تیامد ،ی گندهانی تیعضو ی گندهانی ی ریاست یامد (اه ار ت فایرد دنهلوخ .درک یاضعا هداوناخ ی دارفا هک تیامد ت فایرد هدرک دنا زین ی م دنلوت ت ساوخرد ی گندهانی .دندهد رگا ت ساوخرد

یاضعا هداوناخ ریز دجاو طیارش ی گندهانی ی گداوناخ :دنتسه

- نارسمه ای یاکرش ی گذنز تیئ ه دش
- نادنزرف درجم ریز 81 لاس
- نیدلاو رد ی تروص هک تناضد دنزرف ریغص و درجم ار رب هدهع دنراد
- ریاست نلاسدگرزب هک زا کی کدوک ریغص و درجم تیقلرم ی م دندک
- رهاوخ و رداری ریز 81 لاس رد تروص درجم ندوب

اب صخش ی اراد قح تیامد ای ملاصلا ب س ی زا دورو هئارا .دوش انمض تیعضو ی تیامد صخش ی اصا دیابن وغل .دوش ی گندهانی ت فایرد ،دندک ج اودزا دیاب لایق رد روشک ادیم دوجو متشاد .دشاپ ت ساوخرد ی گندهانی دیاب لایق ای نامزمه ی ارب هکنیا نارسمه دنلوت

هک ی ارب نیدلاو دوجو ،دراد لامعا ی م .دوش رد تروص در ،ت ساوخرد اهنآ ی م دنلوت عوضوم ار هب هاگداد .دنریب ی م .دوش نیدلاو ی م دنلوت لیلاد دوخ ار ی ارب ی گندهانی ی ارب ناشدنزرف هئارا .دندک رگا نیا راک ار ،دندک نامه ی لیلاد ترچاهم دیاب دلوت ار هب هرادا لاردف ش رازگ .دندهد س پست ساوخرد ی گندهانی هب روط راکدوخ ی ارب دازون لاسرا ی ارب ماهجان نیا ،راک نیدلاو رگا) ل قلد ی کی زا نیدلاو زونه رد هسوری ی گندهانی (دشاپ ای تاماقم ت ساوخرد ی گندهانی نیدلاو رد ناملاآ هب ایند ،دیایب تحت طیارش ی صاخ ی م دنلوت شور ی گندهانی دوخ ار ت فایرد .دندک رگا ی کدوک س ی زا

### دلوتم :ناملاآ

زین لامعا ی م :دوش رگا کدوک زونه لاسدرخ ،ت ساسا ی م نلوت وا ار زا نیدلاو دوخ ادج درک و هب ی پاهنت جارخا .درک ی ارب تظافحم زا ،کدوک دراوم ریز

تاعلاطا رتشیب ار دیناوتی م امیقتسم ت یاسب ورد (FMAB) [FMAB\\_ylimaF\\_noitacifinuer](mailto:FMAB_ylimaF_noitacifinuer) .دیباپ

## هریاد کمک

ایآ رد ی وجتسج ی هارمه ای کمک هرابرد ل ناسم ،هرمزور لاثم

رد نیمز دیرخ

- رد منیمز فیلاکت هسردم هچر اه
- رد منیمز یریدگدای ی ناملاً
- رد منیمز معجارم هب تارادا وکشزید
- رد منیمز تاقوا تعارف
- رد منیمز سامت اب نمجنا اه

دیتسه؟

رد نیا تروضی م دیناوت اب لامک لیم اب دارفا ریز سامت .دیریکه

تسا هک رد هرید ایاه کمک ای هرید ایاه ناتسود ی گندهانپ درگ مه هدمآ دنا ات هب ناگراوآ و نارجاهم دیدج کمک .دنتک  
روظنم زا دارفالهنآ ل اعف باطواد

## سامت :اه

مباهندیاه:

@

[ed.xmg@hdh-lysa-ofni](mailto:ed.xmg@hdh-lysa-ofni)

@

[ed.bew@suisirahcakinom](mailto:ed.bew@suisirahcakinom) @ [862314576710](tel:862314576710) ☎;  
[ed.oohay@plehini](mailto:ed.oohay@plehini)

ن گنیگ:

☎

[ed.negneig@reluhcs.sakuL](mailto:ed.negneig@reluhcs.sakuL)

@

[949865922370](tel:949865922370) ;

ن نتشرگ:

@

[ed.nettetsreg-lysa-sierksednuerf@tkatnok](mailto:ed.nettetsreg-lysa-sierksednuerf@tkatnok)

ن گنیرامره

@

[ed.xmg@negniramreh.lysa-sierksednuerf](mailto:ed.xmg@negniramreh.lysa-sierksednuerf)

نوربزگینوک

☎

[93022982370](tel:93022982370) ; @ [ed.nhdh-es@ekrohcssteiw](mailto:ed.nhdh-es@ekrohcssteiw)

میانان

@

[ed.bew@rendeor](mailto:ed.bew@rendeor)

ردین: نگینستوتشا

☎

[03712952370](tel:03712952370) ; @ [ed.xmg@namdraeht](mailto:ed.xmg@namdraeht)

میانانیشا

☎

[642142511510](tel:642142511510) ; @ [ed.xmg@lheobteit.isor](mailto:ed.xmg@lheobteit.isor)

تساوخردی گندهانی و FMAB

[دنور ی گندهانی](#)

ی سربر دهلوخ. دش س پس رد دروم مکنیا ایآ امش هزاجا ت ماقا رد ناملاً ار دیراد ای، ریخ میمصت یریک دهلوخ. دش ناملاً م، دیبیا دیاب ی گندهانی تساوخرد. دیهدب تساوخرد هرادا سوت لاردف ترجاهم و ناگندهانی (FMAB) رگا هب ناوئع مدنهانپ هب

دنور ی گندهانی هب روط ه صلاح رد اجزیا ه صلاح ه دش. ت سا

[موجن ماچنا هسوری ی گندهانی رد ناملاً](#) (نیمجمه) دنج (هنا بز دنور و هسوری ی گندهانی دیهاوخ. ت فای رد ب و ت یاس تاعلاط FMAB قیقد یرت رد دروم

1. ت ساوخردی گندهانی نیلوا) (هبحاصم

دیهاوخ. درک امش هزاجا ت ماقا دوخ ار [هرادازا ترجاهم لوئسم](#) ت فایرد دیهاوخ. درک ی نعیک ی تراکی یاسانش زیس رد اجزآ ماگت ماقارد ت قوم ی گذنز

• ترتیب هب س پیس کی مقطنم ای میخان، یرهش هب ناوذه، لائمه هب مقطنم میلهندیاه بوضمه دیهاوخ. دش رد رتشیب، درلوم امشت ساوخردی گندهانی دوخ ار رد اجنآ لاسرا می. دینکی هاگی تخ دورو AMÜB ای هگری. بی بایرسم یاری، لائمه زکارم شیریدی میلوا رد، ن گنولوا ههورس لراک و گریلدیاه دوجو. دراد **هسانشت قوم دوخ ار رد اجنیا ت فایرد دیهاوخ**. درک هب نیای می دنیوگ کردم سپ زا دورو هب، ناملا رد زکرمکی شیریدی میلوا تبه مهان دیهاوخ. درک رگا زونه ت ساوخردی گندهانی لاسرا هدرک، دیا افطلا اب ت سریرس لوئسم دوخ سامت. دیریگ

## 2. مساج میخاصم (مود)

• دیال لیلاد رارف دوخ ار هب ناملا حیصوه. دیهد س پیس FMAB رد دروم ت ساوخردی گندهانی امشت میمصت دهاوخ. ت فرگ رد نیای مساج امشت همان ار **هراده ب ایازم نایوجهان**. دیریگ رد اجنآ هب دییات ت فایرد دیهاوخ درک هک منیزه یاه راطق ش شوپ هداد می. دوش افطلا نیای ار لاسرا، دیرک کی تاقلام رارف رد زکرم شیریدی میلوا هک لوئسم ت سامشت زا قیرط ت سپ ت فایرد دیهاوخ. درک سپ زا مکنیا ت ساوخردی گندهانی دوخ می گندهانی هداد. دنا هب نیمه لیلاد ت سا هک می هاگ تاقوا روبجم می دیوش یاری کی رارق تاقلام رتشیب برظتم. دینامی افطلا کرد دینک هک دارفا ی دایز رد ل اح رضاح ت ساوخردی

## 3. میمصت

• درک هوجن میمصت یریگ رد دروم ت ساوخردی گندهانی امشت ار نایب می. دینک منیزگی یاه می فلتخم دوجو دراد: (باختنا) می تدم سپ زا **میمصت، عامتسا** دوخ ار زا قیرط ت سپ ت فایرد دیهاوخ

- **ن اکما ن تسویب هب هدلوناخ** - س پیس لامتخا کی. دنوسپ - هزاجا ت ماقا 3 هلاس **ت یعضوی گندهانی:**
- قاحلا هدلوناخ رد ل اح رضاح لاوصا ناکما ریڈی. ت سینه - س پیس لامتخا کی. دنوسپ - هزاجا ت ماقا 1 هلاس **ت طلفدی عرف:**
- قاحلا هدلوناخ ناکما ریڈی. ت سینه - س پیس لامتخا کی. دنوسپ - هزاجا ت ماقا 1 هلاس **ت یعونمم جارخا:**
- لامتخا لمحت. ت قوم - مالزلا هب ج ورخ زا؛ جارخا/رویشک **در ن درک:**

افطلا ای میمصت دوخ رد عرسا ت قوه هب هرادا ترجاهم مطوبرم و عجرمی قوقد نایوجهان معجارم! دینک

## ایازم و ناکسا رد لوط هسوری می گندهانی

لهذا رد لحم تماقا هئارا مدش طسوت رتفد مقطنم مپاهندپاه ناکسا هداد یم .دنوش  
← **رد لوط** هسورپی گدنهانپ دوخ زا هرادا میحانه مپاهندپاه لویت فایرد دیهاوخ .درک

ادیپ ،دیبرکنه به لحم تماقا رد رهش ای رادرهش مقطنم لقتنم دیهاوخ .دش هب نیا هاگتماقا یریگیپ (UA) یم .دنیوگ  
امش **نامتراپآدپا دوخ ار ادپ دینک** . رگا فرط 3 هام سپه زات فایرد میمصت دوخ نکسم  
← **سپه زا میمصت** ،تبثم لوی دوخ ار زا زکرم راکت فایرد دیهاوخ .درک

## تشگزاب ه نابلاطواد

ه نابلاطواد به روشک دوخ **تامدخ**؟ دیدرگزاب **هرواشم تشگزاب** هرادا مقطنم امش ار علمط و ینابیتشپ دهلوخ .درک  
ایآ دیهاوخی رد لوط دنور پی گدنهانپ دوخ ای سپه زا در ،ندش

یم ناوت **بورده تپاس هرادا لاردف ترجهم و ناگدنهانپ** و لاتروپ **دنج تشگزاب ه نابلاطواد** ،ت فای  
تا علاطا رتشیب رد دروم تشگزاب ه نابلاطواد ار

## نارجهم هیداحتا اپورا و تشگزاب ناگدنک ماگنهرد

### نارجهم هیداحتا اپورا

**تیث هان نینکاس لوئسم** تیث هان ،دینک یارب نیا راک هب تراکی یاسانش ریتعم ای تروپسای ریتعم روشک ادیم زاین .دیراد  
سپس دیبا **هرادا**  
،دیتسه هب روط یلاک یم دیناوت هب روط ی نوناق دراو ناملا ،دیوش ی گدنز و راک دینک نوناق) ی دازآ تکر / هیداحتا .(اپورا  
**دنور هشرگا کی زا یاه روشک وضع هیداحتا اپورا**

هب دای متشاد دیشاب هک رگا) راک یم (دینک رد 5 لاس لوا رد ناملا زا یایلم ی علامتجا رادروخره .دیتسین

### تدوع ناگدنک ماگنهرد

مقطنم (مپاهندپاه بوضم دیهاوخ .دش رگا یم دیناوت نکسم ی صوصخ ادپ ،دینک طسوت مقطنم ناکسا هداد یم .دیوش  
رد اجنآ طسوت هرادا لاردف یرادا رد دندلیرف هب کی مقطنم هب) ناونع لائم  
سپه زا **ه مانمکنیا شریذپ** دوخ ار رد روشک ادیم ت فایرد ،دیدرک هزاجا دورو هب ناملا ار .دیراد

تا علاطا رتشیب ار یم **رد ناوت اجنیا** ت فای

## تراکت خادری یارب نایوجهانپ

### تا علاطا یلاک رد دروم تراکت خادری



یم. دینک رگا نانچمه ه، لوپ دقن زاین، دیراد یم دینلوت ات 05 وروپ رد مامت شادره. دینک تراک چیه منیزه یا هرادن، اذغ ساپلا ای طیلایه رفسد زان آ هداغتسا. دینک امشدرگید لوپ دقن ت فاپرد یم، دینک اما امیقتسم اب تراک دوخت خادره، هیکمک دنرادن یا تراک ار زان تلایا ت فاپرد یم. دینک ره هام ی لوپ یور ن آ دوجو دراد هک یم دینلوت ی اریه ی پاهنیزچ دینام تراک ت خادره ی اریه نایوجهانیه دینام تراک ی کتاب لیمع یم. دینک ی دارفا هک زان ی اهروشک رگید ه، ناملاً یم دنیآ و زاین

### تراک ت خادره اقیقد؟ تسیچ



هرادا مقطنم لوپ یور ن آ یراذگرا، یم. دوش یم دینلوت زان تراک ی اریه دیرخ و ت خادره منیزه یاه مهم هداغتسا. دینک تراک ت خادره ی تراک ت سا هک ره مام طسوت

ن یا تراک دینام ریاس تراک یاه ی دقن ازیو راک یم دینک و ناسکیه ه برظن یم. دسیر

### یا یازم تراک ت خادره؟ تسیچ



- نودب زاین هب باسد ی کتاب: نی ناملاً تراک نودب باسد رد کتاب ای سپ زاندا راک یم. دینک
- ت خادره: نعیرس نودب نامز راپطنای نلاوط ی اریه ت فاپرد. ایازم

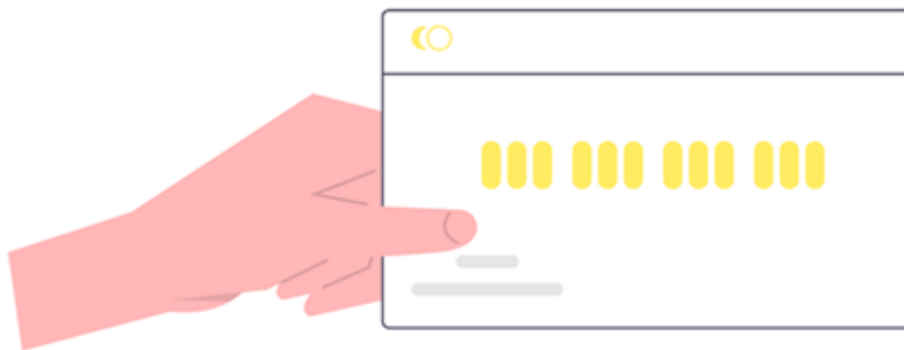
- **فماطعنا:** یریدپه یزاینه به روضح یروضح رد خیرات خادریه .تسین
- **ی حارط:** یشخ تراک یشخ به برطنه یم ،دسر نودب چیه یگزبول باق .یصیخشته
- **ت خادریه نودب:** دقنه دیرخ رد هاگشورف یاه هدرخ یشورف ار یم ناوته به روط میقتسم اب تراک ت خادریه .درک
- **ت شادریه هجو:** دقنه هجو دقنه ار یم ناوته رد قوندص رد هاگشورف یاه ت کرش هدنک ت شادریه .درک
- **تینما:** رد ت روص دوقم نددش اب ،ت قرس رابتعا ار یم ناوته دودسم درک و به تراک ن بزرگیاج لقتنم .درک

### هچ یمسک تراک ت خادریه ت فایرد یم ؟دنک



یدلرفا هک یایازم یمیمکت نایوجهانپه ار ت فایرد ،دنک یم تراک ت خادریه زین ت فایرد .دنک یم ناکدوک و نانلوچوت تراک دوخ ار ت فایرد یم .دنک ره لاسگزره رد کی هدلوناخ تراک دوخ ار ت فایرد یم .دنک

### تراک ت خادریه هنوگچ راک یم ؟دنک



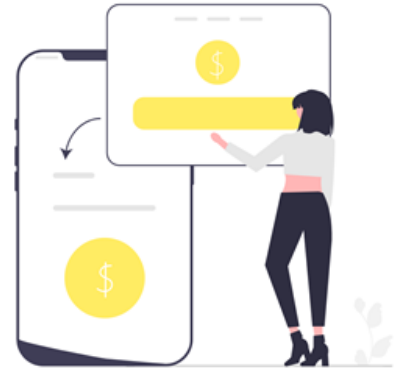
یم دیناوت یم لویه ار هک یور تراک ت سا چرخ یاره .دینک هدافتسا زا تراک یزاینه به باسد یم کنا به دوخ .دیرادن لقیقد به هزادنا یم لویه هک رارق ت سا ت فایرد ،دینک یور تراک یرادگرا به یم .دوش ن یاربان به امش طقف

ره هام هرادا مقطنم به روط راکدوخ لویه یدیدج به تراک هفاضا یم .دنک اب تراک یم دیناوت یاره یمسک لویه لاسرا .دینک **نیا تراک طقف رد ناملا راک یم** .دنک امش یم دیناوت اهنآ ار رد یاهروشک برگید هدافتسا .دینک

**نپه رد نییاپ تمست سار تشپه مرجنپه یم تینما کچوک یور همان رارق .دراد**  
**نپه ار هارمه اب تراک رد همان یا رهم و موم هدش ت فایرد دیهاوخ .درک**

**رایسبه :مهم رگا تراک دوخ ار مگ دیرک اعبرسه به هرادا علاطا !دیهد**  
 تاعلاطا طوبرم به تراک ت خادریه دیدج ار دیناوت یم زا هرادا یایازم نایوجهانپه ت فایرد .دینک نینچمه یم دیناوت یاره دودسم ندرک تراک اب هرامش 611 611 سامته .دیریگه رگا تراک ار مگ ،دیرک دیا به اروف نآ ار دودسم .دینک نیا ار یم ناوته **همان براد** [ت نرتنبارد](#) ماچنا .داد

## ایا ن شیکلایا ای ماگرد ی نیلانآ ی ارب تراکت خادری دوجو ؟ دراد



لاتروپ نیلانآ اری م دیناوت رد اجنیا لدری . دینک  
نیبا همانری رد هاگشور فل گوگی ای اری ی شوگی یاه (دیوردنا و پا روتسا ی اری) ی شوگی یاه (لریا دوجوم .تسا

ره ود همانری اری م ناوت نیدنچرد نابز هداقتسا . درک

یاهراک ریز اری م ناوت رد اجنیا ماچنا : داد

- ش یامن تیدودحم یلعف . تراک
- دینیب لایق ی اری هچ یلوی چرخ همدش .تسا
- رد تروص مگ ندش ، تراک نآ ار دودسم ای فر دادسنا . دینک
- کی نیب دیدج میطنت . دینک

تپه مان طقف : نار

💡 **لایق زا هداقتسا زا همانری باه تپه مان ی مازلا .تسا**

- کی دک هژیو اب 8 . ددع
- هرامش تراک دنبا اب 91 . هرامش

ناگندهانپ نیبا تااعلاطا ار هارمه اب تراک دوخ رد کی ت کاپ رد متسب ت فایرد ی م . دینک

## ایا ای م م ناوت اب تراکت خادری نیلانآ دیرخ ؟ مینک



یاهدیرخ نیلانآ لاومعم اب تراکت خادری ریذپن اکما .تسا

ی اری لاقتنا هجو و ت شادری ، میقتسم هئارا کریم مزلا .تسا دیناوتی م نیبا کریم ار رد لاتروپ نیلانآ ی رادگرا . دینک  
نایوجهانپ ی سرری و دییات ، دوشی م س پس ی نلاعا ت فایرد دیهاوخ درک هک ت سلوخر د امش ی سرری و دییات همدش .تسا

لاقتنا هجو و تشادری میقتسم زا باسد رد لاتروی نیلانآ دراو مدش و طسوت هرادا یایزم

## اب تراکت خادری زا اجک دیرخ؟ مژک



تراکت خادری رد بشیپ زا 3.1 نویلم مطقه شریذپ ازبو متفریذپ یم .دوش

زا نیا تراکت یم ناوت رد یمامت ماگشورف ییاه هک نامز ASIV ار شیامن یم بدنه دیرخ :درک



## ایآ م ناوتی م اب تراکت خادری لوپ تشادری؟ مژک



ل قلدغ غلیم دیرخ دروم زاین ، ناوتی م لوپ دقن ار هب تروص ناگیار رد لحم قو دندص تشادری نیا. درک دنج ه نومز :ت سا رد نیا ، اها ماگشورف رد تروص ندیسر هب

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

یدلآ یبونج  
رلوم  
ید ما  
صلاخ  
نمسار  
IdiL  
dnalfuaK

eweR

...

هولاء بره بن یا لویو ار ناوتی م رد ره هاگتسد زادربدوخ ا؛ دزمراک 56.0 وروپت شادری .درک

📍 **رد ،عومجم ره رهن دنوتی م هناهم ۰۵ وروپ هجو دقن ت شادری .دنگ**

**زا اجک م ناوتی م رد دروم تراک م خادری کمک ؟ مریگ**



امش دیناوتی م تلاوس ل وادتم ار ه؛ هارمه بش سری و یا هخ ساپ دیفم ناوارف رد دروم تراک ،ت خادری [لدیباجنیا](#) .دینگ

[030 062783661](tel:030062783661) 📞

## نابز

## نابز

کمک می . دنگ نینچمه رگا دیهاوخه راک ،دینگ کی ه رودی شزوما ایکی ه رودی لیصحه ار ،دینارنگه نابز ی لیخ مهم .ت سا مهم ت سا ه کی ناملاً دای .دیریگه رگا ی ناملاً تبخص ،دینگ ن یا برما ردی گذنز هر مزور و رد ساهت ا؛ دارفا رگیه ه؛ امش رگا رد ناملاً ی گذنز می ،دینگ

همه ناکدوک و نانالوج بریز 81 لاس [جهورد](#) ،[کدوک هسردم هسردما به فرحی](#) ی ناملاً دای می .دنیگ

## کمک رد ندیمهف

ی اره امش تبخص دهلوخ **کمک دوی یاه ندیمهف** ه؛ ت روص ناگیار دوجو دراد ه کی م دیناوتی زا اهنا هداقتسا :دینگ رگا امش زونه ی ناملاً می من ،دیناد ندیمهف نارگید

• [بازک تاحلاصا](#) : [ناگراوا](#) دنج **هناز هژاوناگیار همان** ی اره تاعوضوم .فلتخم

امش نینچمه می دیناوتی **نشیکلپازا یاه ناگیار** ی اره همجرتی ندرک هداقتسا :دینگ

- همجرتی لگوگ [دیوردنا](#) (←) و [SOI](#)
- [دیدج متفرشیپ](#) و ی لاء ی اره همجرتی [نومنز روطین یلانا](#) و [ناگیار](#) .دشاییم ن یا 92 ب نابز دوجوم ت سا [Lpeed](#)
- [کیه همانری](#)
- [مجرتی ی توص \(دیوردنا\)](#)
- [مجرتی ی توص ایوگ \(SOI\)](#)

رگا دیبا ه؛ یک شزی معجارم ،دینگ رد اجنیا می [یولیات دیناوتی روصه و کمک یاه همجرتی](#) ار .دینیپ

نیلانینچمه هزاو هماز روصم ی م دنلوت کمک دینک

## یریگدای ی ناملا

### حطس نابز

نابز دوجو .دراد رد هرود یاه نابز و ،یگچراپکی حوطس نابز رب ساسا بوچراچ عجرم کرتشم اپورا هب راک ی م :دنور حوطس فلنخم

- حطس نابز :A هداقتسا ی یادتبا زا نابز
  - حطس نابز :B راکب ندره لقتسم نابز ی رورض) ی اربکی هرود ی شزومآ ای (راک
  - حطس نابز :C راکب ندره ه نارهام نابز ی رورض) ی اربکی هرود ی لیصحه ای لغش یاه (صخشم
- بلاغاً قیقد رت مه مقبط ی دنیب ی م :دنوش

- نایدتیم 1A:
- ش ناد 2A: هبا ی ا
- هداقتسا متفرشیپ زا نابز 1B:
- هداقتسا لقتسم زا نابز 2B:
- هداقتسا ی صصخته زا نابز 1C:
- ش ناد نابز هباشم نابز ی ردام 2C:

### زاغآ هرود یاه نابز

[sigbeW](#) یو ادیپ .دیپامز زا نیا قیبرط س ردآ ای لحم ی گدنز نات ار هتشیوه هدرک سروک ش بوخ ار باختنا .دینک هلمت سروک یاه ی راج ار دینلوتیم زا [tensruK](#) قیبرط

### هرود یاه نیلانا نابز

ی ارب هرود نابز ی م ناوت هب ی بوخ هداقتسا .درک نیا تاداهنشپ نیچمه ی م دنلوت رد لوط هرود نابز دیقم .دشاب هب تروص (ناگیار دای .دیبریگ ی ارب یریگدای عیرسی ناملا زا تاداهنشپ هداقتسا .دینک هب نیا بیترت زا نامز راطتنا ی م دینلوت نابز ی ناملا ار ی شوگرد دنمشوه ای رتویپماک دوخ نیچمه)

- ناملا .تسا نیا تانیرمه ار رد حوطس 1A ات 1B+ هئارا ی م .دهد امش دیا ب تیژ مان .دینک لاتروی ناگیار .تسا نیا لاتروی قلعتم هب ن مجنا ش زومآ ن لاسگرزب  
**ن م ی م هراوخ ی ناملا دای مریگ**
- ی م دینلوت ،دینلوت ،دنیسیونب ای باسح ماجنا .دندهد ی ارب ی ارجا نیا سیورس دیا ب دینلوت نابز ی ناملا ار کرد .دینک فده نیا لاتروی ن مجنا) ش زومآ ن لاسگرزب (ناملا ی دلفا ت سا هک  
**ن م هراوخ ی ناملا دای مریگ**
- **لاتروی یریگدای SHV** هرود یاه نیلانا ناگیار ی ناملا ار هئارا ی م .دهد حوطس :نابز 1A ، 2A و 2B .  
همانرب ناگیار .تسا زا لگوگ ی لب و پا روتسا دولناد .دینک  
ای نیا همانرب ی م دینلوت ناگزاو ی لغش دوخ ار دای .دیبریگ ی ناگزاو ی ارب هفرح یاه فلنخم دوجو .دراد  
**همانرب senUL**

- نیا هرود نیلانا نابز ل ماش ل وژام ی یاه رد منیمز دلووس و تراهم یاه ی نابز طیترم ا ب لغش .ت سا  
**هرود نابز یاه ی زا مجیود هلو**
- ای ه ب ناوئع ل مکم هرود . نابز نیا ه مانر ه ب ناوئع کی ب ل تکی سرد ی ار ب هرود یاه ماغدا حییا ه مدش .ت سا  
کی ه مانر ی زوم آدوس ناگیار ی ار ی زوم آدوخ  
**ولرس CBA**
- کی ه مانر ی ناگیار ی ار ی یر یگدای نابز ی ار ب تراهم یاه هیلوا . نابز  
**ی بانشا ا ب نابز ی ناملا**
- نیا ه مانر ی اراد کی هرود زوم آدوخ ی ار ب متفه یاه لو رد ناملا حطس 1A ه ب لای م دشاب  
**همانر دورو**
- ل وژام اه و همانر یاه نیلانا ی ار ب نابز نازوم آ ا ب و نود ب ش ناد هیلوا  
**ی ناملا ه ب ناوئع کی نابز ی جراد - rüFaD**
- م 1A " :دهد "reniarthcstued" ب لاطم ی نیرمه رد دروم ناگزاو و اهراتخاس ی ار ب نایدتیم ی ار ب حطس 1A  
**مسیسوم ه توگ** همانر یاه ب لاج ی فلنخم ار ی ار ی یر یگدای نابز ی ناملا ه ارا
- همانر ی ار ی یر یگدای تاغلا ش وگیزاب نود ب ش ناد ی لبق ه ب نابز یاه ی ناملا ی سیلگنا یوسنارف و ریاس نابز اه  
**رهش " تا ملاک**
- ه مانر نیلانا ی ار ب یر یگدای تاغلا  
**زاف 6**
- نومز آ نیلانا نابز TESno ی ار ب ناگدنهان ب  
**نومز آ نیبعت حطس نابز**
- داهنشپ هدرتسگ ی ار ی یر یگدای نابز ی ناملا نیا ب و تیاس ی ار ب ش ناد نازوم آ و ناملمع ی جارط مدش .ت سا  
**بانک ی ناملا ن م**
- و ریاس ب دروم .رگید م دیناوت زا تیاس ه ب نابز یاه ی سیلگنا ی برع ی سراف ی سور و ی کرت دیدزاب .دینک  
ناوئع :لائم تیقارم زا ، اندنملاس مزاول ، کی نور تکلا ش ورف ، ی صصخت ، ی ناغاب تییریدم نیشام و ، ناخراک ی راجز  
ی ار ی گدنز ه فرح یا هرمزور دوخ ار دیهاوخ .ت فای امش م دیناوت نی ه فرح یاه فلنخم ی کی ار باختنا .دینک ه ب  
رد نیا محفص ی تسرهف زا مهم نیرت ناگزاو  
**ناگزاو ی ار ب لغش**
- دنتسه هک ه امش کم م حنک ناگزاو و تارابع و تلامج ی لومعم دروم ه دافتسا رد تعنص ه طوبرم ار .دیزوما ی  
، ریانس ب هدرخ .ی شورف متفه دجاو ی شزوم آ ی ار ب ره متشر ه فرح یا دوجو .دراد اهنآ یوا ح ملیف اه و ی قیاطو  
دوخ نیرمه .دینک منیمز یاه ه فرح یا ریز رد سرتسد :ت سا ، ی یاریذ ی سدنهم ، ناخراک زیمت ندرک ، نامتخاس  
ا ب نیا هرود ناگیار ی م دیناوت نابز ی ناملا ار ی ار ب لغش  
**ی ناملا رد لحم راک - 1B**
- محفص **بانک " ی ناملا ن م** " کی یامز ی لک زا روتسد نابز ی ناملا ار ه ارا م .دهد
- رد محفص **namreG - nrael - oKuKarpS** " تاحیضوت ه داس و ل باق مهف رمارگ ی ناملا ار دیهاوخ .ت فای
- یاه ناگیار ا ب نیرمه یاه روتسد نابز ار ه ارا م .دهد اهنآ ی ار ب همه حوطس زا 1A ات 1C رد سرتسد .دنتسه  
ت یاس **ollah hcstued reba** " ت پی رکسا

[/nenrel-hcstued/ed.kehtaidem-snoitargetni.www//:ptth](http://www.ptth.net/enrel-hcstued/ed.kehtaidem-snoitargetni)

تا علاطا رتشیب ار م ناوت رد اجنیا :ت فای

## هرود یاه ی ناملا ی ار ب ش یارگ نابز هیلوا

یاه هرود نابز ی ناملا ی ار ب ش یارگ هیلوا (ک) یاه هرود ش یارگ هیلوا زین مدیمان (دوشی م ه ارا دهنم م

- ش ناد هیلوا ی ناملا و
- ی تا علاطا رد دروم ی گدنز رد ناملا
- ل وژام یاه هرود ی تا عوضوم :دنتام  
کی هرود 003 سرد 54 مقیود ی لوط م .دشک

اوتحمی کمکی یاری عورش رد طیحمی گدنز دیدجی م دندک و نتفای هار دوخ ار ردی گدنز هرمرزور ناسا آرتی م دندک

- ت شادهی و تبقارم یاه ،یکشزی
- راک
- دهم کدوک / هسردم
- ت ماقا
- تهج یریگ رد لحم / کیفارنه / کرحته

هک دای میریگی ره هچ برتعیرس هار دوخ ار ردی گدنز هرمرزور ادیی .مینک مامت لوژام اه زین ره لاقتنا ریدانم زکرمته .دندراد زکرمته ره تاطایترای هافش .ت سا هدیا نیا ت سا

رد تروص دوجو ناکم یاه ناگیار رد ،هرود هرود یاه تاملدقم میلوا یاری نایوجهانی اب مینشچ زادنا صخشمان ندنام رد رویشک رد رطانه متفرگ هدش .ت سا

- نایوجهانی متخانش ،هدش
  - لمحه درک و
  - ی نایوجهانی هک مینشچ زادنا یبوخ یاری ت ماقا دندراد
- هرود یاه تاملدقم میلوا ناگیار .ت سا

اه ق باوس رایسی تی توافتم .دندراد دارفا یی دلووس می دندلوت هب نامه هزادنا نایهاگشناد رد نیا هرود اه تکرش .دندک هرود تاملدقم میلوا هک ی هرود ماغدا ی سرتسد ادیی ،دیدرکی می دندلوت هب نیا هرود چیئوس .دینک دارفا رضاح رد هرود هک لومشم لیصحه ی رابجا ای روضح رد هسردم هفرح یا دنتسه رد رطانه متفرگ هدش .ت سا رگا رد نیح تکرش رد اب نیا ،لاد هرود یاه هیجوته میلوا یاری دارفا تکرش .دندک

نابز هرود ناملاً .ت سا چیه می مجرتم رد هرود روضح .درادن

مینشجنپ 00:41-00:81 و 00:90-00:21

مینشراچ 00:21 ی لا 00:90

هس :مینش 00:21 ی لا 00:90

مینشود 00:21 ی لا 00:90

هرواشم و تیث مان هرود یاه :نابز

[@ed.miehnedieh-shv@ofni](mailto:ed.miehnedieh-shv@ofni)

[224472312370](tel:224472312370)

22598 میاهندیاه

ما ن بارگلدو 5

[یوچا سا میاهندیاه](#)

افطلا اب زکرم ش زوما ن لاسگزره میاهندیاه سامته دیریگی

## هرود یاه نابز هرادا میحان

و یراتشون م ک ای نودب تراهم (ahpIA-FEB) ی بیکرته زا هرود ،نابزش بارگ هفرح یا و لاقتنا شناد هرمرزور .ت سا لاسی شزوما یاری ناگندهانی لاسگزره اب تراهم یاه ی نابز

هورگ :فده

- یی :داوس هک ندنلوخ و نتشون دلبه تسین ای
- :ناگندهانی هک ی ایفلا نیتلا ار می دنداد

- ناگندهانی نیبه 02 ات 53 لاس اتمء) اب میشچ زادن صخشمان ی ارب (ت مافا  
ه دودحم

- 53 متفه س یردت اب عومجم 089 ت عاس س یردت
- ی زومآراک بش بیه زا 5 متفه

حطاس نابز 2A ل باقی بایتسد .ت سا

ه تارا [miehnedieh@ofni](mailto:miehnedieh@ofni): ه دنده .SHV

## هرود یاه ماغدا

## هرود یاه ماغدا

ه دندهانی ،دیتسه هرواشم و ی نایتشبی ی شزومآ-ی عامتجا رد هاگراوخ [ت یریدمای لوئسم ماغدا](#) ه اب امش کمک ده اوخ .درک  
رگا ی لایوس [تامدخ](#) ،دیراد [هرواشم ترچاهم تامدخو ترچاهم ناناوچ](#) ل احوشوخ دنهاوخ دش هک ه اب امش کمک .دندک رگا  
ار .دیزومایه هرود ه علوانا ی فلتخم .د نراد هاگشزومآ یاه نابز ه اب امش کمک ی م دندک هرود بسانم دوخ ار ادیی .دینک  
رد هرود یاه ماغدا FMAB ی م دیناوت نابز ی ناملا

ت اعلاطا طوبرم ه ه هرود یاه ماغدا ار ی م دیناوت رد ب و [FMAB](#) ت یاس .دیبا یه

## ه چ ی ناسک ی م دیناوت رد هرود ماغدا ت کرش ؟دندک

- تدوع ناگندک دمآرید و دارفا هزات دراوا ب ت یعضو ت مافا م ناد
- ی جراخ ی یاه هک تدم ت سا ه رد ناملا ی گدنز ی م دندک
- ن لدنورهش هیداحتا اپورا و ی ناملا آ ه ه مژیو ه ه ماغدا زاینه د نراد
- نایوجهانی
- دارفا اراد زوجم ت مافا قباطم § a06 دند 2 ملامج 3 GhtnefuA
- دارفا اراد زوجم ت مافا قبط دند 5 بشخه 42 ای 52 نوناق ت مافا
- تاپنرچ رنشیب [بشخبرد 44 نوناق ت مافا](#) میظنته مدش .ت سا

دارفا اراد زوجم ت مافا قبط دند 401 ج نوناق ت مافا ق (>) ت صرف ی ارب .(ت مافا

[میصترگا تبئم](#) و هزاجا ت مافا ت فایرد هدرک [دیبا](#) ،دیبا رد کی ه هرود ماغدا ت کرش !دینک

ی م دیناوت مرف یاه ت ساوخرد شریذی رد هرود ماغدا [زاا اجنیا](#) ت فایرد .دینک

ی م [زاجیناوت اجنیا](#) علطم دیوش هک هرود ی دعب ماغدا ه چ ی نامز عورش ی م .دوش

## هاگشزومآ یاه نابز

4 هاگشزومآ نابز رد نیا مقطنم دوجو :دراد

[@ed.miehnedieh-owa@ofni](mailto:ed.miehnedieh-owa@ofni)

119-1639/12370 📞

73598 negneiG

نابایخ ناهوی نیتسایس خا ب 82

OWA negneig

[@ed.enilno-t@tlewnehcarpseuen](mailto:ed.enilno-t@tlewnehcarpseuen)

05794312370

81598 میهن‌دیاھ

سار تسلاگلا 31

[یازند نابز دیدج](#)

[@ed.murtnez-bbs@ofni](mailto:ed.murtnez-bbs@ofni)

2084412370

81598 میهن‌دیاھ

eßartsmllehliW 61

[بکرم شزومآ نابز اھ و ه فرح یا - BBS](#)

مبشچنپ 00:41-00:81 و 00:90-00:21

مبشراھچ 00:21 یلا 00:90

هس :مبش 00:21 یلا 00:90

مبششود 00:21 یلا 00:90

هرواشتم و تبث ما، رد هرود یاھ :ماغدا

[@ed.miehnedieh-shv@ofni](mailto:ed.miehnedieh-shv@ofni)

224472312370

22598 میهن‌دیاھ

ما ن بارگلاو 5

[یوچا سرا میهن‌دیاھ](#)

## عاوناهرود

- **هرود ماغدا** : هرود ماغدا می مومعل ماش 006 دحاوی شزومآ (EU) نابز و 001 EU ش یارگ .تسا
- نیتلا ار ه بی بوخ دلب ،دیتسین ن یا هرود ار ،دینارذگب امش 009 دحاو نابز و 001 دحاو ش یارگ ت فایرد دیھاوخ .درک  
**هرود ماغدا اب داوس** : رگا می من دیناوت اب ره می طخ دیناوخ و دیسیون اب طخ
- دیناوت ه ب نابز یردام دوخ دیناوخ و دیسیون اما طخ نیتلا ار ه بی بوخ دلب ،دیتسین می دیناوت ن یا هرود ار ،دینارذگب  
**هرود شزومآ نابز :مود رگا می**

## می ناملاً یارب لغش

ت بوقت نابز طوبرم ه ب لغش

[هجوته](#) .[دینکت کرش ندرک ن کمه تسا](#) :

درف یارب ت یقوفوم رد کی ی لغش .تسا رگا می دیھاوخ رد هاگشناد لیصحت ،دینک ه بی یامنهار یاھ عوضوم لیصحت  
ار ات حطس **C** ،**1C** 2 ش پی می .درین یا هرود یارب کی [یشزومآ هرود ه فرح یا](#) مهمه تسا و ای یارب رداق ن تخاس  
می دیناوت رد هرود **ت بوقت نابز یارب لغش** ت کرش .دینک ن یا هرود 004 دحاوی سرد ار ل ماش می دوش و امش  
امش رگا هرود می گچراپکی ار اب حطس 1B ه ب نایاپ مدناسر ،دیشاب

- می لاموس ، و ای مرتبرا ،دیشاب کی رد هرود می گچراپکی ت کرش ندرک دیشاب ای/و ل قلدح حطس 1B متشاد .دیشاب  
رگا ی اراد زوجم تماقات قوم دیشاب و لھا ،هیروس

- زوجمت مافا متشاد ديشاب وکيه هرود ي گچراپکيه ار هب ناياب مدناسر ديشاب ايو ل قلدح حطسد 1B ار متشاد .ديشاب فرصرطنا زا ،هاگداز برگا امشک ي

### دحاو يريگداي هژيو :1B ريز

ي سرد ي ناملا و 001 دحاو ي سرد ي ليمکته ي لري ي گدامآ ي لري ناحتما هئارا ي م .دنگ فده نيا هرود ي ناسک ،دنتسه نيا دحاو يريگداي هژيو امش ار ات حطسد 2A اي 1B شپ ي م .درب نيا دحاو ،يريگداي 003 دحاو

هک هرود ي گچراپکيه ار اب دوجو رارکته طقف اب 2A اي ريز 2A هب ناياب مدناسر دنا

- ي ناسک هک قح تکرش ردک ي هرود ي گچراپکيه ار دنراد اي
  - ي ناسک هک رد هاگداز ناش هب هسرمد ي ا متفرن دنا اي مدنيگداي «دنگ ،دنتسه
- زا رواشم دوخ رد س ناژا راک اي زکرم راک .ديسر ي نوکاته اهته دادعت ي کدنا زا س رادم نابز نيا هرود هضر عار ي م :دنگ

- [@ed.murtnez-bbs@ofni](mailto:ed.murtnez-bbs@ofni)  
[2084412370](tel:2084412370)  
81598 miehnedieH  
eßartsmlehlIW 61  
murtnezsgnudlibsfureB & nehcarpS - BBS مياهندياه

[@ed.enilno-t@tlewnehcarpseuen](mailto:ed.enilno-t@tlewnehcarpseuen)  
[05794312370](tel:05794312370)  
81598 miehnedieH  
eßartslagIO 31  
[ueN\\_tlewnehcarpS](mailto:ueN_tlewnehcarpS)

[@ed.aad@nelaa.ofni](mailto:ed.aad@nelaa.ofni)  
[00609416370](tel:00609416370)  
43437 nelaA  
remIU eßartS 621  
[AAD](mailto:AAD) ردين لاآ

- [@ed.mlu-augnilni@ofni](mailto:ed.mlu-augnilni@ofni)  
[04608931370](tel:04608931370)  
37098 mlU  
eßartsfohnhaB 71  
[augnilni](mailto:augnilni) رد م لوا

### راکدم نابز

### راکدم نابز ديوش

نانکراک ترچاهم و راک ه نابلاطواد هرادا ميحان مياهندياه مان ي سيوز دينک ([ed.miehnedieh-sierkdnal@tmanerhe](mailto:ed.miehnedieh-sierkdnal@tmanerhe))  
برگا امش هب نيدنچ نابز تبخص ي م دينک و ي م ديهلوخ رد منيمز همجرت هب تروص نابلاطواد راک ،دينک رد شخب

### هباغتسا زا مطساو ياه نابز

رد یوجتسج) تاسلاج، هناخ بئش یاه، بنیدلاو تارادا، بی مسر هب یانتتسا تاعجارم (ای کشزیک مکیم، دینک ناراکدم نابز رد همجرتمیمز و نیشون، همانریه ندرکت ساوخردها ی هارمهو ناراکدم، نابز لیصده □ درک دنتسینی مجرتم و یمن دنناوت، نیزگیاج نامجرتم، دنوش

نابز: **ناه**

بی ناملاً، ی درک، بی برع، بی سراف، سیلگنا و مسنارف

## نامجرتم و نامجرتم

دانسا ی مسر دننام

- همانیهلوگ اه
- ج اودزا ای
- همانسانش اه

نیا مجرته اه یمن دنناوت رایسب، نارگ، دیشاب، بن یارباز، زا لبق ی سرریه دینک هک ایآ مجرته دییات، مدش مزلات سا ای، ریخ طقف رد ناملاً طسوت نامجرتم ی ارادی هلوگی تلود ل باق مجرته، ت سا

رد **فلگیان** یا **هداد** ی تسرهف زا نارسغم ی ارادی هلوگی تلود ار دیهاوخ، ت فای

کی مجرتم ادیی: دینک

- باختنا ت لایا ل اردف (گریمتروو-ن داب)
- هاگداد مقطنم یا ن گنولوا ار باختنا دینک
- نابز دروم برظ، دوخ ار باختنا دینک

## ت ملاس

### ل ار نژ

### کشزیه هدوناخ

رد ت روص زاینه هب منیاعم، صاخ کشزیه هدوناخ امش ار ایکی **عاجرا** « **کشزیدنز، ص صختم** ای ناتسرامیی یمن، دتسرف رد ناملاً **کشزیمه هدوناخ**، دیراد ره س کشزیه هدوناخ معجارم یمن، دینک

**رگا هب کشزیه ی مومع معجارم دینک**

- امش هب تدش رامیی دیتسه ای درد، دیراد
- لایق هب لیلاد ی رامیی دوخ هب کشزیه ای ناتسرامیی معجارم هدرک، دیا افطلا ش رلزگ کشزیه ار اب دوخ هارمه متشاد، دیشاب (ت باید) دیراد رگا و راد فرصم دینکی م ای دنیهتسه و راد ار، دیراد ن آ ار هب ت قو کشزیه دوخ هارمه متشاد، دیشاب رگا ایآ امش کی ی رامیی ن مزم لاثم)
- امش رادرا دیتسه

ت بقارم یاه ی تشادهب زا قیرط ی ایازم نیوجهانپ

رد لا ح ماچنا ،دنتسه زا قیرط هرادا یایازم نایوجهانی رد هرادا ،مقطنم تبقارم یاه ی تشادهب ت فایرد یم .دینک  
ی نایوجهانی هک رد هسوری گدنهانی

## امش ق دیراد

- تبقارم یاه میلوا ی کشزی یاری یرامیی یاه داخ و .درد
- تبقارم یاه ی کشزی رد نارود یرادراپ
- نویسانیسکاو
- تانیاعم ه ناریگشیپ

ه ب ضحم هزاجان تشاد تماقا ، دیار رد ت کرشکی ممیب تملاس تبه مان !دینک

## تبقارم یاه ی تشادهب زا قیرط ت کرش ممیب تملاس

مکنیا زا قیرط ت کرش ممیب تملاس ممیب یم ،دیوش زا یایازم رادروخر دیتسه هک ممه دارفا یراد ممیب ی نوناق .دنتسه  
ممیب ی نامرد تراکدوخ ممیب ت فایرد دیهاوخ .درک اهنیا ار رد رارق تا قلام ایک شزی دوخ هارمه تشاد .دیشاپ ه ب ضحم  
امش یم هئارا دیناوت مدنه ممیب ی نامرد دوخ ار ناتدوخ باختنا دینک . زا ت کرش

تبقارم یاه میلوا ی کشزی هئارا هدش طسوت ت کرش ممیب تملاس ل ماش دراوم ریز ت سا :

- تامدخ یریکشیپ و بشهاک یرامیی اه
- دیلوف رد نارود یرادراپ
- تامدخ ص یخشته یرامیی اه
- تامدخ یاری نامرد یرامیی اه

ز الفطلا مکیش تبقارم و تشادهب مقطنم میاهندیاه زین ندید !دینک

## میتسیس تملاس رد ناملا

میتسیس تبقارم یاه ی تشادهب رد ناملا ه ب 04 نابز حیضوت هداد هدش .ت سا

## یاهویدیو دنچ ه نابز رد دروم ی تملاس

نابز یاه ی ناملا ،یسیلگنا ،یوسنارف ،ی ناروسی برع و وتشیپ دیلوت هدرک ت سا . امش یم دیناوت اهنآ ردار اجنیا ادیپ .دینک  
بیلص خرس ناملا 8 ملیف تملاس ه ب

تاعوضوم ریز بش شوپ هداد هدش :ت سا

- [مباطن تملاس ام](#)
- [یرادراپ و نامیاز](#)
- [تظافحم رد ربار ت نونف اه](#)
- [تملاس ناور](#)
- [مجر یاه م لاس](#)
- [نادند یاه م لاس](#)
- [یریکشیپ زا ناطرس](#)
- [تبقارم یاه ی تشادهب یاری نایوجهانی هزات دراو](#)

هعجارم ه ب ک شزی

## ناکشزپ ی گناخ و ناکشزپ ص صختم

رگا رامیب، دیتسه ه بک شزپ ی گناخ ای ک شزپ ص صختم نات معجارم. دینک ناندوخ ی م دیناوت اهنآ ار باختنا. دینک تا عاس راک ار دوخ ناکشزپ ی گناخ نییعت ی م. دینک ن یاربانز رگا ه بک مک ناکشزپ ی گناخ زاین، دیراد **ت قوکی** ی. دیریک ناکشزپ ی گناخ رد یاهزور، مینشود هس، مینش، مینشراچ مینشچنپ و معج زاب. دیتسه ی رامیب اه. ت سا اهنآ نینچمه هرابرد یاهوراد ی رورض و مکنیا کی میناعم ی صصخت مزلا ت سا ای، نه مینصت ی م. دیریک ک شزپ ی گناخ امش تانناعم مهم ار ماجنا ی م دهد و نیتسخن درف سامت امش رد ماگنه امش رد تروص زاین امش **عاجرا** ی م دهد ه بک شزپ کی ص صختم ه کی م دیناوت تانناعم ی صصخت ار ماجنا. دهد ک شزپ ی گناخ

## ناکشزپ ناکدوک

یارب ت م لاس ره کدوک مهم. ت سا تانناعم ه ناریگشیپ **تانناعم** "U" م دیمانی م دنوش و ات ی دودخ ی رایجا. دیتسه ناکدوک لاومعم طسوت ناکشزپ ناکدوک میناعم ی م. دنوش تانناعم ه ناریگشیپ و نویسانیسکا و طسوت ک شزپ، ناکدوک

## نیصصخت ی اهرامیب ناز و نامیاز

ی یاسانش. دینک ه ب نیا میناعم راک ه ناریگشیپ هتفگ ی م. دوش رد اجنا ی م دیناوت رد دروم عوضوم ی ریگشیپ ت حب. دینک مهم ت سا ه ک ناز ه تروص بترم طسوت کی ص صختم ناز و نامیاز میناعم. دنوش امش ی م دیناوت اهرامیب ار ه ب ع قوم

## ناکشزپ نادند

رگا نادند درد، دیراد ه بک ی ک شزپ نادناد معجارم. دینک

## ب طم ی رارطضا ی ک شزپ نادند

**هتفه** ه بک شزپ زاین هتشداد دیشاب **ی رارطضا** ی لو **دشاپ** ی م دیناوت اب تامدخ ی کمکی ک شزپ میناندیا ه سامت: دیریک رگا امش رد **رصع ماگنه**، **ب ش ماگنه** ای رخآرد

[711611](tel:711611)

تا عاس: راک

معج اه زات عاس 00.80 ات ت عاس 00.80 زور. دعب  
معج زات عاس 00.61 ات مینشود ت عاس 00.80  
مینشچنپ زات عاس 00.81 ات معج ت عاس 00.80  
مینشراچ زات عاس 00.31 ات مینشچنپ ت عاس 00.80  
هس مینش زات عاس 00.81 ات مینشراچ ت عاس 00.80  
مینشود زات عاس 00.81 ات هس مینش ت عاس 00.80

## ه یصوت ی یاه هرابرد نامرد ی ک شزپ زا قیرط تامدخ نیوجهانپ

ی **ه لوگ** کی **نامرد** ی اهر ی نامرد ی ک شزپ ت فایرد ی م. دینک ی اهر **ه سره** **مام** امش کی ی ه لوگ نامرد دیدج مزلا: دیراد امش **ه رادازا تامدخ نیوجهانپ** رد ه رادا، میحان

هس همام: نتسخن، میوناژ، میروف سرام

هس همام: مود، بل پروا، می م ن نوژ

هس ههام :موس ،هینوژ ،توا ریمانیس

هس ههام :مراهچ ،رینکا ،ریمالون ،ریماسد

**دوش رگا کی باسد کی کتاب ،دیراد کی م دیناوت کی هاوگ نامرد ار زا هرادا تامدخ نایوجهانپ لیوحت ،دیریگه  
تخادری کمک یاه نایوجهانپ رد کی ههام کی هاوگ کی راج نامرد رد نآ کی صقنم کی م دوش رداص کی م  
وضع هدلوناخ کی کی هاوگ کی صاصتخا رداص کی م کی هاوگ.دوش نامرد کی ربه هس مام ،دعبه هب روط لومعم رد ماگنه  
کی ربه هس ،مام کی طقف کی هاوگ نامرد کی ربه هس ربه رداص کی م ،دوش کی ربه هس**

دوخ ،دیهدب ای کی هاوگ معجارم ،کی رامیب هب کی شزی کی ربه امش ناگیار .تسا ای نیا ،لحا تیدودحم کی یاه دوجو .دراد  
کی هاوگ نامرد ار کی شزی هب کی گناخ

## لرتنک معجارم اه و هخسن اه

دیناوت هب کی شزی صصتخم معجارم .دینک هخسن پنجمه یاه اهوراد دیا ب زا یوس هرادا تامدخ نایوجهانپ لرتنک .دنوش  
هب کی شزی صصتخم دیا ب زا [هرادی یوس تامدخ نایوجهانپ](#) و شزی زا ت قو ررقم لرتنک .دوش طقف سب زا بت قفاوم کی م  
معجارم کی

## ت قو یاه کی شزی ناندند

رداص کی م .دینک کی هاوگ کی شزی ناندند ار امش ای بت قوه نارا کی شزی ناندند رد هرادا تامدخ نایوجهانپ ت فایرد کی م .دینک  
تلاکشم داخ ن کمه بتسا نامرد .دنوش کی ربه کی ت قو [هرادی کی شزی ناندند](#) [تامدخ نایوجهانپ](#) کی هاوگ کی کی شزی ناندند  
رد دروم ناکی شزی ناندند زین طقف

## میصوت کی یاه هر اپرد نامرد کی شزی زا قیرط همیب نامرد

دینک هک مزلا دشایز نیا بتخادری کی صخش طسوت دوخ دارفا ماجنا .دوش رد نیا منیمز زا همیب نامرد دوخ .دیسریه  
کی کمک لاثم) ،(اهژادنا ب کی شزی زا منیزه اه ار ناتدوخ دیا ب .دیزادریه کی دارفا هک دمآرد کی نیبیا ،دیزاد کی م دیناوت بت ساوخرد  
ناگیار .تسا [نیزه کی خرب تانیاعم ]ناریگشیپ صخشتم ار ناتدوخ دیا ب .دیزادریه کی ربه نامرد اه لاثم) (کی پارتویزف و مزاول  
رگا هب کی شزی معجارم کی م تراک ،دینک همیب نامرد دوخ ار هئارا .دینک ای نیا ،تراک رتشیب منیاعم اه کی ربه امش

بتخادری دنهاوخ .دش رگا مزلا بتسا کی ناندند ریمعت ای نینزگیاج ،دوش کی شزی زا منیزه ار دوخ امش دیا ب بتخادری .دینک  
منیزه یاه کی شزی ناندند زا یوس همیب نامرد

کی غلبم هنازور ناتسرامیب هب هزادنا 01 وروپ بت فایرد کی م دوش دارفا) ای دمآرد م کی م دیناوت زا نآ فاعم .(دنوش  
یاه نامرد رد ناتسرامیب زین زا یوس همیب نامرد بتخادری کی م .دنوش ای نیا لجا کی ربه زور یرتسب رد ،ناتسرامیب  
منیزه

## مدنوری کی کنورتکلا رامیب (APE)

دینام هچنآ کی شزی هر اپرد بت ملامش متفایرد ،تسا کی یاهوراد هک فرصم دینکی م ای کی یاهش یامزآ هک ماجنا .دیهداد  
مدنوری مانی کی کنورتکلا رامیب (APE) رد ناملاً کی فرعم .دش نیا مدنوری مامت یاه هداد مهم بت ملامس ار مریخذ ،دینکی م  
51 رد هیوناژ ،۵۲۰۲ کی مدنوری رامیب لاتیجید دیدج هب

کی نامرد کی راجا ،دراد روطه ب راکدوخ نیا APE ار بت فایرد .دینکی م رگا لیا م هب بت فایرد نآ ،دیتسیه دیناوتی م فارصنا .دیهد  
ره کی یرف هک همیب

.دششایز ای نیا ،لحا طقف دارفا راجم هزاجا مدهلشم اه هداد ار .دیزاد نیا برما نیمصت دینکی م هک اه هداد نیا کی قاپ .دیننام  
ناکی شزی و نارامیب دیناوتی م زا قیرط APE هب یاه هداد بت ملامس هب بت عرس و هب کی تخار کی سرتسد متشاد

**هونگچ دارفا تحت ششوی همیب دیناوتی م زا ناجیا APE کی راددوخ ؟دینک کی اهتلمه نیا راک ؟تسیچ**

ار فذح .دینک فده نیا ت سا هک ناکشزی و نارامیه دیناوتی ی اریه دویبه ،ت ملاس رتعبرس و رترنؤم ایه رگیدکی یراکمه .دینک رگا ادعبه میمصت دیتفرگ هک رگید دیهاوخی من زا APE هداغتسا ،دینک دیناوتی م ن آ

زا APE ،دیتسه دیاب ت کرش ممیه ی نامرد دوخ ار علطم .دینک رد ریغ نیا ،ت روص APE ه روط راکدوخ داجیا ده اوخ .دش رگا ل یام ه به فارصنا

## تایئزج مهم هرابرد . APE ه چی تاکن ار دیاب رد رطنه متشاد ؟دیشاب

### تایوتحه : APE

- دنوشی م نیا نادب ت سانعم ،هک ی اریه ،لائم اهمتفای ای یاهص یخشته ه دشت یثط سوت ک شزی ه به APE لقتنم .دنوشی م زا یاهت یزیوی کشزی ،امش ردی ت روص هک ه به ت روص لاتیجید رد سرتسد ،دیشاب ه به روط راکدوخ رد APE ه دناجنگ مامت تا علاطا مهم
- دننام م ثلاء ی تایچ ی اریه ،لائم دقای ن زو (دوخ ای ک رادم ی کشزی رتی مبدق ار ناتدوخ رد APE ی راڈگرا .دینک امش نینچمه دیناوتی م ی تا علاطا
- ی باهوراد ت سا هک فرصم .دینکی م نیا ت سرهف رد لوط لاس ۶۲۰۲ ا بکی حرط ی یوراد صخشم لیمکت ده اوخ .دش زا ۵۱ یوناژ ،۵۲۰۲ APE ل ماشی ت سرهف لاتیجید زا
- ی اریه امش زیوجت ،دناهدش مکلر فده ن آ حیضوت نیا ت سا هک ه نوگچ و رد ه چی ی نامز دیاب اهوراد ار فرصم .دینک حرط ی یوراد ه نه اهنت نانشنه ددهی م هک ه چی ی باهوراد

### قوچد نی سرتسد

- زا قیرط ن شیکلیا APE ای ایه سامت ایه تامدخی ناتسداد (namsdubmo) ه دنده نارا ممیه ی نامرد دوخ ماجنا .دیده ناکشزی ای اهناتسرامیه زاجم ه به ی سرتسد ه به APE امش .دیتسه رگا ل یام ه به داجیا ریغت ،دیتسه دیناوتی م نیا راک ار امش دیناوتی م صخشم دینک هک م ادک
- نکسا ،دوشی م ه به APE امش ی اریه تدم ۰۹ زور ی سرتسد ت قوم ه داد ،دوشی م رگم مکنیا امش ضارنعا .دینک ی ماگنه هک ت راک ت ملاس امش رد بطم ک شزی ای اهناتسرامیه

### هداغتسا و نی سرتسد

- ددهی م هک دیناوتی م ن آ ار ت روصه به ناگیار زا پا روتسا ی اریه (SOI) ای ل گوگی لپ روتسا ی اریه (دبوردنا دولناد .دینک یور ی شوگ دنمشوه دوخ تیریدم .دینک ره ه دنده نارا ممیه ی نامرد ی نوناق ن شیکلیا APE صوصخم ه به دوخ ار ه نارا امش دیناوتی م APE دوخ ار زا قیرط کی ن شیکلیا هژیو
- رگا ی شوگ دنمشوه ،دیرادن دیناوتی م ی اریه ی سرتسد ه به APE دوخ زا اهناتسرامیه و اهناتسرامیه و اهناتسرامیه

### تاریقم نی نوناق

- دش نیا ق طانم ،ل ماش ه به ناوئع ،لائم گ رویماه و ی یاهشخیز زا ن لافتسوجن یاردرون .ت سا زا ۹۲ ل پروآ ۵۲۰۲ APE مزلم ه به هداغتسا زا APE ی اریه ،مومع ی اریه نیلوا را به رچیرات ۵۱ یوناژ ۵۲۰۲ رد ق طانم ی صاخ ی زلدناه ار رد رسارس ناملا هضرع ه دش .ت سا ه به ناوئع ،لائم زا ۱ رینکا ،۵۲۰۲ یاهبطم ،ناکشزی اهناتسرامیه و اهناتسرامیه و اهناتسرامیه ه به ناوئع کی ل صا دناهدش APE ه به چیردت
- ی نامرد ی صوصخ زین دیناوتی م زا APE هداغتسا .دینک ناکما نیا راک ه به ت کرش ممیه ی نامرد ی صوصخ ی گتسب .دراد دارفا ی اراد ممیه

### تایازم

- اهناتسرامیه و ریاس زکارم ی نامرد ار لیسته .دینکی م نیا ه به امش دید ی رتهب زا یاهداد ناتملاسه ددهی م APE طایترا . نیی ،ناکشزی
- هولاء ریه ،نیا APE ی نیما و ت قد اهوراد ار دویبه .دیشخی م

### اهش لاج

- دندوشی من اینها، لاج دیناوتی م زا هدنده نارا ممیی نامرد دوخ دیسریپه که ایآ دیناوتی م یزاسی لاتیجید ار ماجنا دندهد همه، دانسا دننام یاهش رازگی کشزی یذغاک، میمدق هب روط راکدوخ ی لاتیجید
- نکمم ت سا رد ادتبا ت لاکشم ی نف دوجو متشاد، دیشاب اریز ی خری زا ناکشزی دیاب راز قاهره بطم دوخ ار قیبطه دندهد
- عوضوم، برگید دوین تا علاطا ه نابزدنچ، ت سا هب نیا ی نعم هک ی یاهم جرت هب یاهن ایز برگید دوجو، دراد

ی تشادهب، ت سا فده نآ دویبه ی اهت بقارم ی کشزی، ت سا نیا نینچمه ی ایاپ ی اریه تا قیقت مه ارف دنگی م APE ی ماگ، مهم رد تهج یزاسی لاتیجید رد شخب ی اهت بقارم

## ایآ دیلیام تا علاطا ی رتشیب بسک؟ دینک تا علاطا رتشیب ار دیناوتی م رد اجنیا: دیلیام

 [تا علاطا زکرم هرواشم هدنک فصرصم رد دروم مدنور یکینورتکلا رامیپ \(APE\)](#)

 [تالوس و اهخ ساپ هرابرد مدنور یکینورتکلا رامیپ \(APE\) زا VBK](#)

## ممیپ ی رامیپ

برگید زینت بقارم یاه مهلوا ار ت فایرد ی م دینک تا علاطا) طوبرم هب نآ ار ی م دیناوتی م ممیپ ت م لاس دوخ ت فایرد، (دینک رد ت روصکی ی رامیپ، داح رد ی رایسب زا بطم اه و نانسرامیپ یاه ی اهروشک رد اجنیا کی ت تراک ممیپ ت فایرد ی م دینک و هب نیا بیترت زا تامدخ ی ت فایرد همه نینکاس ناملاً رادروخر، دیهلوخ، دش ی رایجا، ت سا ی نعیه هب ضحم مکنیا کی ن اوزع ت ماقا ت فایرد، دببرک دیاب، رد کی قودنص نامرد ی داء مان ی سیون، دینک رد ناملاً ن تشاد ممیپ

(هدلوناخ دوخ دازآ، دیتسه برگا هب کشزی صصخم جایتخا متشاد، دیشاب کشزی هدلوناخ امش ار هب ی و عا جرای م، ددهد امش رد باختنا کشزی ی مومع کشزی)

رد اهنانسرامیپ ای طسوت ن یصصخم ی مسر تحت نامرد رارق، دببرک ت تراک ممیپ دوخ ار هارمه دوخ متشاد، دیشاب هب برطخ متشاد دیشاب برگا دیهلوخی م طسوت، ناکشزی

## ت تراک ممیپ

اپورا و نینچمه ی رایسب زا ی اهروشکی ی اپورا و ی تخ ی خری زا ی اهروشک ریغ ی اپورا هب ی بوخ تحت ممیپ رارق ی م، دببرک تامدخ ی کشزی هدافتسا، دینک ت تراک ممیپ ت م لاس اپورا (CIHE) رد ت تشب نآ، ت سا اب نآ امش رد همه ی اهروشک هب داحتا اب ت تراک ممیپ صوصخم ممیپ ت م لاس، دوخ ی م دیناوتی م رسارس ناملاً زا

هب ج راخ زا هب داحتا، اپورا هب صوتی م مینک زا ممیپ ت م لاس ی تر فاسم هب ن اوزع ی لمکم ی اریه ی ایازم رتشیب هدافتسا، دینک ی اریه رفس

رد [ت یاسیون](#) یا ی م دیناوتی م هب ناملاً و ی سیلگنا هرابرد لوصا متسیس ت م لاس ناملاً ع لطم، دیوش

ج ی صوتی م داد ی م دوش هک ممیپ نامرد ی نوناق و ی صوصخ ی اریه هب ی ناسک ت سا و هب هب ی یاهزیچ دیاب هجوت برک و، هریغ [اجنیا](#) همه تا علاطا مهم ار هرابرد عوضوم ممیپ نامرد هب 04 نابز ادیپ ی م، دینک ی اریه هورگ یاه فده فلتخم

یاه ی نامرد دندراد ات دیناوتی م هب کشزی مع جرم، دینک ی م دیناوتی م یاهلوگ ار [ه رادازا مافر ی عامتجا](#) ت فایرد، دینک ناگدنهانی و نایوجهانی هک زونه ممیپ هدشن دنا زاین هب همانیهلوگ

## اهوراد و هناخوراد اه

دیشاب زا کشزی دوخ **مخسک** ی ت فایرد ی م، دینک نیا مخسن ار هب کی هناخوراد ی م دیهد و اب نآ و راد ت فایرد ی م، دینک برگا و راد زاین متشاد

**تامدخی اریه ی رارطضا** زا، دنتسه ادیپ، دینک هناخوراد یاه ی رارطضا **ار ت برتیار** زین ی م دیناوتی م ادیپ، دینک هب ت روص ی رارطضا هب و راد زاین متشاد، دیشاب ی م دیناوتی م ره هناخوراد ی یولیات ار هک مان و ی نالشن هناخوراد ی یاه ار هک هب، مینش، مینشراچ، مینشجنی معج و مینش زا، دنتسه تا عاس راک ره هناخوراد ت و افتم، ت سا برگا ج راخ زا تا عاس ی راک

## مناخورد اه رد ياهزور ،ميشود هس

يضعب زا اهوراد دننام يتهآ كيتويپ ،ماه مخسنه مزلا .دنراد ينعبي يمن دينلوت نيا اهوراد ار نودب مخسنه يراديرخ .دينك رگا مخسنه يا متشادن ديشاب وكي وراذ مزلا متشاد ،ديشاب دياب منيزه نآ ار هب مناخورد .ديزاديرپ

## ميصوت يياه هرابرد نامرد يکشزپ زا قيرط تامدخ نايوجهانپ

رپ ساسا نوناق BGS V "16 ار هك هرادازا تامدخ نايوجهانپ ره هس هام رابكيهت فايرد ي م دينك هب مناخورد هئارا .دينك نينچمه ايك ،مخسنه همه اهوراد ناگيار .دنتسين نياربانپ زا كشنزپ دوخ ديسرپ و **يهاوگ** تپفاعم زا ت خادري


## ميصوت يياه هرابرد نامرد يکشزپ زا قيرط هميب نامرد

.تسينه منيزه يياهوراد ار هك هب مخسنه زاينه دنرادن ياره) لائمه تيرش ،(يبط ناتدوخ دياب ديزاديرپ مخسنه) زيساي .(يآ دياب غليم لقلاد 5 وروپ ار هب **مهسن اونء دوخ** .ديزاديرپ ت خادري نيا مهس ياره ناكوك و نانلوج ات 81 لاس يرابجا منيزه اهوراد مخسنه) (زمرقات ي دودخ زا فرط قودنص نامرد ت خادري ي م .دوش امش

## ناتسراميب اه و زكارم هرواشم

### ناتسراميب اه رد مياهندياه

رد ،مياهندياه **يارباش تلاكشم ناح يتملاس** ي م دينلوت هب شريذپ يارباضا ناتسراميب مياهندياه معجارم :دينك جراخ زا تااعاس يراككشنزپ يگناخ دوخ و بطم يارباضا

: [03312370](tel:03312370) 

81598 miehnedieH


eßartsuahßolhcs 001

[كينيلاك مياهندياه](#)

(.تراگتوتشا رگا كشنزپ يگناخ نات امش ار هب يكي زا نيا ناتسراميب اه يفرعم ،دنگ رد نيا تروص ي نانشن نآ ار .ديسرپ رد ي كيدزن مياهندياه ناتسراميب ياه يركيد ياره تلاكشم صاخ دوجو دراد لائمه) رد ملوا و

## زكارم هرواشم

و تاخصشم امش اب يراذزار ل ماك هداغتسا ي م .دنگ ياره ناكوك و **لونسوم** ،نانلوج **ييوگخسا** ،رد هسردم دوجو .دراد ريز هب كمك زاينه متشاد ،ديشاب ي م دينلوت هب زكارم **رواشم** يفرعم ه دش معجارم .دينك همه زكارم هرواشم زا تااعلاطا رگا رد هزوح ياه

: [012312370](tel:012312370) 


81598 miehnedieH

eßartsnesleF 63

برتفد تملاس رد هرادا ميحان مياهندياه

[هرواشم SDIA /VIH](#)

[هرواشم دانتعا](#)

: [12495312370](tel:12495312370) 

81598 miehnedieH

eßartsfohnhaB 33

نمجنا مافر ي علمتجا مياهندياه

**ی سانشناور و میرضی حور**

24451291370

: 638221370

77098 mlU

erennl eßartsllaW 6

زکرم نامرد ناینابرق ،مجنکش ملوا

**کمک ناور ی اریبنا مرد ناکدوک مدنهایز راجد میرضی حور ناگندهایز غلابان هارمهونود**

: ed.mlu-satirac@lfp @

: 061243041370

77098 mlU

essagsnnamelepS 6

: 0809516370

03437 nelaA

redlefnedieW eßartS 21

**زکرم هرواشم ی ناھ ی سانشناور**

معمج 01 حبص ات 21 دعب زا رهظ و 41 ات 81 دعب زا رهظ

مینشود ات مینشجنپ 01 حبص ات 21 دعب زا رهظ و 41 ات 02 دعب زا رهظ

تاعاس :ئی بوگخساپ

: 524200178220

**یار ناگراوآ noFeleeS**

**نویسانیسکاو**

ه ی رامیی رجنم ،دوشی لو نیا قافتا دیابن .دنتقیب بلغا دوخ ندب زا مدھے سوریو ،اه یرتکاب اه ای چراق اه ی مری .دیآ  
ام ره زور اب سوریو ،اه یرتکاب اه ای چراق اه رد سلامت .میتسه ن یا سلامت نکم مت سا

زا ی رامیی یاه ،ئی نوفع درفی م دنلوت دوخ ار مینیسکاو ،دندک ی اری لائتم رد برابری ،انزاولفناً ملباً ،نویروا ناغرم ای یک خرس  
ی اری متظافحم رد برابری ی رایسب

از نکم مت سا یور عایشا ای رد اذغ زین .دنشای امش نکم مت سا زا قیرط تاناویح لائتم ،دیوش لائتم زا قیرط مذک .اه  
ی رامیی نوفع :ئی نعیر دارفا ی م دنلوت ی رامیی ار ه دارفا رگید لقتتم .دندک ی خرید بورکیم یاه ی رامیی

ی اری امش ب سائتم .مت سا ی ضعب نسکاو اه دیاب سپ زا نامز ی صخشتم رارکت ،دنوش ات متظافحم نسکاو زا نیب .دورن  
ن برتھب راک ن آت سا هک اب کشز ی گناخ دوخ تروشم دینک هک مادک نویسانیسکاو

**تاعلاطا رتشیب ار ی م دیناوت ت نرتنبارد ،دیباپ**

**یاه نویسانیسکاو مسسوم تریار خوک ار م یوقترد نویسانیسکاو و هب 02 نابز مت فایرد ی م ،دینک  
ه ی صوت**

**مت شادھب**

بوخ کمکی م دندک هک رامیی ن تسمش .دیوشن ت سدا ه هب تروص ب ترم مت شادھب دننام زیمت ت لالوت مهم .مت سا  
کی مت شادھب

**رد ت باسبو زکرم لاردف ش زومآ یاه ،مت ملاس ی م ه ی صوت دیناوت یاه ی شادھب ار ،دینیب**

## selsaeM noitcetorP tcA

[ereh](#). laugnilitluM noitamrofni nac eb dnuof  
[siht](#). [egap](#) slaireta no eht selsaeM noitcetorP tcA rof stnerap dna snaidraug nac eb dnuof Mno

### یرادراپ

دینیب

#### تااعلاطا رتشیب ار هراربرد عوضوم یرادراپ و نامیاز یم دیناوت اجنبا رد

رد ناملاآ تحت تطافحکمک مژیو رارق یم. دینریگ امش قح دماغتسا زا تامدخت بقارم یمکشزی و زین هرولشم ار. دیراد ناردام هدنیآ

ایمبیر یراکبیا (II) GLA II ار زا زکرم راکت فایرد یم، دینک یم دیناوت یرا دیرخ مزاولا کمکهچ یم لامت فایرد. دینک یم نانز هک تامدخ یموجهانپ

#### تبقارم یمکشزی و امام

نانز و نامیاز دروم منباعم رارق. دینریگ صصختم نانز و، نامیاز تاابعوم هتاریگشیب مزلا ار ماجنا یم. دهد رگا رادراپ، دینتسه کشزیب یم گناخ دوخ معجارم دینک و صصختمطاسوت

دینک و تااعلاطا یمهم ار هراربرد تیعضو یمتلاسا امش و کدوک نات. دراد همانرذگ یردام ار منشیمه اب دوخ متشاد. دیشاب امش زا صصختم نانز و نامیاز همانرذگ یم میردام: دینریگ نیا همانرذگ امش ار هب ناوع ردام هدنیآ یم فرعم یم

صصختم نانز و، نامیاز امش ار هب یمتاسرامیب یم فرعم یم دینک هک رد اهنآ کدوک نات ار هب ایند. دیرواپ

زا نامیاز کی یمام سبب زا نامیاز ادیب. دینک یمتسرهف زا یمام سبب زا نامیاز رد میاهندیاه ار یم دیناوت. دینیب اجنبا رد زا، نامیاز یمصخشت سا ابش ناد رد هزوح یمکشزی هک رد منیمز تلاکشم ردام و دازون کمک یم. دینک مهمت سا هک کشیب یرا بقارم سبب زا، نامیاز ره نز یمامک یم سبب زا نامیاز زایه. دراد یمام سبب

#### هرولشم یرادراپ

دینک اهنآ رد یموگخساپ هب لئاسم و تلاکشم رد رانک امش دینتسه و هراربرد کمک یم یمام هب امش تااعلاطا یم. دیند زکرم هرولشم و یرادراپ هیربخ OWA هب امش رد لوط یرادراپ و زین سبب زا دلوت دازون کمک یم

هرولشم تلاکشم یرادراپ رب ساسا نوناق 912 BGtS رد منیمز نایاپ نداد هب یرادراپ ای طقس نینج زین وگخساپ. دینتسه رگا یم دیهاوخ اب یمکی زا ناراکمه هرولشم یرادراپ وگتفگ، دینک یمتقو. دینریگ هرولشم یرادراپ OWA هب ناوع هرولشم هنامرحم و ناگیار. سا

#### هرولشم یرادراپ OWA

eßartsgreB 8

81598 miehnedieH

نفا: [3051212370](tel:3051212370)

#### زکرم هیربخ میاهندیاه

زکرم کیلوتاک هرولشم یرادراپ

eßartS-lettiB-truK 8

81598 miehnedieH

ن.فان: [06095312370](tel:06095312370)**مان یسیون یاه ی رورض**

لوئسم و تیریدم هاگتماقا ل یوخت. دیهد برگا تامدخ GLA II ار ت فاپرد ی م، دینک هر ابرد ی رادرا به **ب زکرم** علاط اراک. دیهد ره هچ رتدوز ی هاوگ ی رادرا به **ار ادا به تامدخ نایوجهان** و زین ه ب نایبرم ی عامتجا

لوئسم امش و تیریدم هاگتماقا ناته ناشن. دیهد ت فاپرد مدنک تامدخ GLA II ن یا ی هاوگ ار ه ب زکرم راک ه نارا ی م. دینک ار ه نارا. دینک ن یا ی هاوگ دلوت ار ه ب ه رادا تامدخ، ناگدنهانپ ه رادا روما عاها ی چراخ لوئسم و زین ه ب نایبرم ی عامتجا کرادم ی یاسانش دوخ و دینس، ج اودزا زا ه رادا تیئ **ه مانسانشک** ی ت فاپرد ی م. دینک برگا ج اودزا ه برک، دیا ه مانسانش دوخ س ی زا، نامیاز امش زا ناته سرامیپ ی **هاوگی دلوت** ت فاپرد ی م. دینک ا ب ن یا ی هاوگ و زین

**کمک ی لام**

**تامدخ نایوجهان** ی ت فاپرد. دینک ت فاپرد ناگدنک GLA II ی م دنناوت تامدخ ه طوبرم ار زا زکرم راک ت فاپرد. دینک امش ی م دنناوت ی ارب کاشوی ی رادرا به و ل یاسو، هچ کمک یاه ی لیمکته ار زا **راداق** برط

ی ارب ن یا روطنم هشیمه ه نارا **ت ساوخرکی** ه ب ه رادا تامدخ ناگدنهانپ و ای زکرم راک ی رورض. ت سا

**زکرم ی نایبتشپ ی تبقارم ی ارب ه یحان م یاهندیاه****زکرم ی نایبتشپ تبقارم؟ تسیچ**

تبقارم ی یاج ت سا ه ک دیناوتی م کمک و تاعلاط ت فاپرد. دینک دارفا دنناوتی م ی ارب ه رویشم ه ب اجنآ معجارم. دینک زکرم ی نایبتشپ

- ی دارفا ه ک ه ب تبقارم زاین دنراد
- دارفا، رامیپ
- دارفا ی اراد تیلولعم
- دارفا دنمالس و
- هداوناخ ای. نایشناسود

**هچ ی ناسک کمک ت فاپرد؟ دینکی م**

ی تشلهپ و ی رانسری، دینتسه دنناوتی م ه ب زکرم ی نایبتشپ تبقارم معجارم ه برک و ه رویشم. دینریگ مهم تسیچ هچ هامت ی دارفا ه ک رد هقطنم م یاهندیاه ی اراد ممیپ ی نوناق ی اهت تبقارم

- ی رامیپ ای
- زاین ه ب تبقارم
- لهنا. دنراد

دارفا بریگرد رد دروم عوضوم تبقارم علطم. دنوشی م هیصوت ن یا: ت سا

- ه نافرطی ب
- بعماج

- هدشی زاسی صخش و
- ناگیار

## هچی کمک رد سرتسد ؟تسا

- تا علاطا رد دروم یا یلزم همیی یا هتبقارم .یراتسری
- تا علاطا هرابرد ریاس یا هکمک .ی لام
- هرواشم رد دروم تبقارم رد ه ناخ ای رد ه ناخ .اندنملاس
- کمک رد لیمکت یا همرف .تسلوخر
- یهدنامزاس تامدخ .ی تیماد
- تا علاطا رد دروم اهماه مانن لاکو و یا هه مانن یصو .مدنز
- تسرهف تامدخ یا هلاکشیا سآ یار ای نا بقارم .ی گداوناخ
- تا علاطا هرابرد لیاسو ،ی کمک یا هم تسیس سامت ی رارطضا ی گناخ و تامدخ اذغ رد .لزنم
- هرواشم رد [ل اوز دروم ولقء](#) تبقارم .ی نیکست

ای تروصه ی روضه رد زکرم هرواشم رد سرتسد .تسا رد تروص ،موزا هرواشم دنلوتی م رد لزنم زین ه نارا .دوش هرواشم نینچمه دنلوتی م بشیپ زا زاین ه ب تبقارم ه نارا .دوش نیا تامدخ زا قیرط ن فلان

تا علاطا رتشیپ هرابرد زکرم ی ناپیتشیپ تبقارم ار دینلوتی م [ت یاسب ورد](#) .دیباپ

تامدخ ی تیماد ار ناوتی م [امنه ار رد](#) .ت فای

[@](mailto:ed.miehnedieh-sierkdnal@tknupzteutsegelfp)

ل تسیرک لبرک [12370 123 4242](tel:123701234242)

[12370 123 3742](tel:123701233742) kinoreV renkcurB

مقبط موس

نابایخ رمیاهتیا نش ۲۱



## هرواشم کتر دایتعا و تیماد زا دایتعا

- دایتعا کیه تسا
- بپسا ی سازش و
- یرابجا

یا هدایتعا ریغ طبرتم اب دلوم رد رطن متفرگی م .دنوشن یا ی م ،دنلوت ی ار ،لائم دایتعا ه ب ی زا ب ای دایتعا ه ب ه نایار .دشاپ یگتسباو ه ب کی ه دام اهینا ی م دنلوت ی ار ،لائم لکلا ای دلوم ردخم .دنشاپ یا هراتفر ،صاخ

ن یا عوضوم ناسآ .تسین ایآ رد دروم دایتعا ی لوس ؟دیراد ایآ ه ب کمک زاین ؟دیراد سبسا اب دارفا سامت سامت :دبریگ لقتنا زا فرصم "ی داء" کی ه دام ه ب دایتعا کانرطخ .تسا ی هاگ تا قوا صیخشته

## هرواشم کتر دایتعا

- مینشود 00:51 - 03:71 و مینشچن 00:01 ج ب ص ا ز 03:11 ج ب ص  
[@ed.euw-kle@miehnedieheinokaid-bsp](mailto:ed.euw-kle@miehnedieheinokaid-bsp)  
 053188412370  
 81598 م. باهندياه  
 eßartsfohnhaB 33  
[sehcsinokaiD kreW miehnedieH](mailto:sehcsinokaiD kreW miehnedieH)
- 25423312370  
 22598 م. باهندياه  
 eßartsuahßolhcs 001  
**کينيلک، يک شزپناور ناوري نامرد و ناوري ندي**

**هورگ ياه يرابوخ** يفلتخم رد هقطنم م. باهندياه دوجو. دراد تا داهنشپي لومعم ناگيار. دنتسه

## تااعلاطا :رتشيب

تااعلاطا يفلتخم رد دروم داپتعا رد اجنيا ت فاي م :دوش

- **ياهويديو يحيضوت يار ناگندهان** ، رشان هرادا يتلايا نيسه يار ل ناسم داپتعا (SLH)
- **ياه تراک تااعلاطا و اهيگا** ، رشان لقتسم !دينام برتفد يريگشپي زا داپتعا نيلر
- **تاويز و ياهروشور** يريگشپي زا ، داپتعا :رشان رهش گريزرون
- تاراشتنا و بلالطم ي صصخت **درومرد يريگشپي** :رشان هرادا ت شادهب يتلود گريم تروون داب

## ندب نم اب هملک و سکع uznaZ



## ندب نم اب هملک و سکع UZNAZ

يتياسبو. ت سا هرابرد يتلاسا uznaZ

**ندب همانر ي زير هداوناخ و يرادراب بت نوفا ل ناسم ي سنج طباور و تا ساسحا قوقد و نوناق**  
 نيا يتياسبو رد 31 نابز ي برعدننام) **يسيلگنا ي سراف** ( ي تااعلاطا ار رد هنيمز ياه ريز هتارا ي م ش ناد: دندک

ن يا تااعلاطا ن کم ت سا زا فرط ناربراک مدنلوخ مدش و ا ي ه ن اونء هنيزگ ريگيد يار و مدنلوخ. دنوش

## نشيكيلپا تبقارم زا ناتسپ

نشيكيلپا رد لاج رضاح ه بتفه نابز رد س برتسد :ت سا ي برع ي ناملا ي سيلگنا ي سراف ي وسنارف ي ياپناپسا و ي کرت  
 ناطرس ، ناتسپ صبخشه ماگندهوز و کيس ي گدنز م لاس ار ي نتم بر مء و ه بت لو هس ل باق مهف ج يضوت. دهدي م ن يا  
 لاتبا زا قيرط کيس ي گدنز م لاس ل باق بانتجا. دنتسه نشيكيلپا تبقارم زا ناتسپ همه دراوم مهم طوبرم ه بتاعوضوم  
 هچ ن يا يرامير برتدوز صبخشه هداد ، دوش بلاغا س ناس مجلاعم ه ن امه نازيم برتلا ي. ت سا هولاء ر ي ن يا 52 درصد دراوم  
 دوخ ه ناطرس ناتسپ لاتيم. دوش م اهنت رد ناملا دودح 000,07 ن ز رد لاس ه ناطرس ناتسپ لاتيم. دنوش م ره  
 ناطرس ناتسپ ع ياش ن برت عوز ناطرس رد رسارس نا هچ. ت سا رد اپورا زا ره تشه ن زک ي رفن رد لوط ي گدنز

## نشيكيلپا تبقارم زا ناتسپ

- اېکي مېوقته ښخړچ سمل و منياغم ناتسپ ډوخ ار ږوآدای ځنکي م
- اېکي ښمنهار روصم سمل و منياغم ډوخ ار ماگ هې ماگ حیضوټ ډهډی م
- رد دروم ل مالوټ ږطخ و م نلاء علاطا ښناسر ډرک و ښاهه یصوټ ښصخشم ښارېکي کبسي ښگدنز م لاس ه نارا ځنکي م
- هې ت لالوټ طوبرم هې تانیاغم صیخشته ماگنهدوز ښکشزې رد ناملاآ ځساپ ډهډی م
- ماغدا رد معماچ اې ت اډهنشپيېک مک هک نانز ځنلوتی م رد طابتر اې ت لالوټ هې اهن آ معجارم ،ځنک ل صتم ځنکي م
- زا ق ږط کنیلا هې زکلرم سامت ډدعتم ځننام زکلرم ،ناتسپ ناگدنیا م
- ښاهن اتساد زا نانز لاتیم هک بجوم ت یوقته مېحور ،ډنوشی م تیاور .ځنکي م

تسا و ښارې زارد تدم ښحارط ډدش .تسا تاعلاطا رتشیپ هې تفه نابز ار رد اجنبا [ppa.eractsaerb.www](http://ppa.eractsaerb.www) :ډیپای م لپا و ل گوگ ل باق ښږگراپ .تسا ښشیکلیا نوډې تېټ ښاه ډداد ښصخش ل باق ډدافتسا .تسا ښیا ښشیکلیا نوډې ت اغیلته ښیا ښشیکلیا هې تروص ناگیار رد ښاه ماگشورف ښشیکلیا

## هډاوناخ

### ښایارم هډاوناخ

### ښصخرم ښیدلاو

ناتنادرزرف ښنایتشپ ښی م .ځنک ن اځنم راک ات ښیموس زور دلوت ن ازونی م ځنلوت زا ق ډ ښصخرم ښیدلاو ډدافتسا .ځنک رد ناملاآ تلود زا امش رد ښرورې

،ډینک اما ښیا رما ښملزلا .تسین تیعقوم ښلغش امش رس ښشیاچ ښقاب ډهلوخ ځننام و امر فراک ق ډ چارخا امش ار .ډراند ار هې امش ښی م ډد هک زا ځنلوت ډوخ تېقارم .ډینک امش ښی م ځنلوت رد لوط ښصخرم ښیدلاو رد متفه ات 03 ت عاس راک ښصخرم ښیدلاو ښیا ناکما

نارنام و نارډې ښی م ځنلوت ښصخرم ښیدلاو ار هې ښی پهنه اې اې مه .ځننارځگې

،ډیهد ډعب زا ښصخرم ،ښیدلاو ښامر فراک امش لاومعم ډیاب ښلغش مه زارټ اې تیعقوم ښلغش ښلیق هې امش ډهنشپيې .ډد امش ډیاب ل قلد ټفه متفه لېق زا عورث ښصخرم ،ښیدلاو ت ساوخرډ ښصخرم ښیدلاو ار هې ښامر فراک ډوخ ل یوچټ

### ککم ښنیزه ښیدلاو

ښی م .ډنرېگ زا اجنآ هک اهنآ ښی م ځنلوت راک ،ځنک اې ښی م ځنلوت مامټ ت قو راک ،ځنک ککم ښنیزه ښیدلاو ت فایرد ښی م .ځنک ،ښیدلاو ښی م عونت یا م ډ تلود ښارې ښیدلاو تسا هک ښارې 41 مام لوا ښگدنز ،ناتنادرزرف ډوخ تېقارم زا وا ار ږ هډه ککم ښنیزه

ښیدلاو هک لېق زا دلوت ل غاش ډوډن ډنا زین ککم ښنیزه ښیدلاو ار ت فایرد ښی م .ځنک

ښیدلاو هک ادچ زا رگېډکې ښگدنز ښی م ځنک زین ښی م ځنلوت زا ککم ښنیزه ښیدلاو ډدافتسا .ځنک

زا ښیا ککم ښنیزه ښگنسيې .ډراد غلیم نآ ډوډ وډ موس ډمآرد لېق زا دلوت تسا - ل قلد 003 و رټکلاد 0081 .وروې نازیم ککم ښنیزه ښیدلاو هې نازیم ډمآرد رډې اې رنام لېق زا ډدافتسا

ار هې کارتشا ډنراځگې و بېسک ډمآرد اهنآ ف قوټم ،ډوش اهنآ رټکلاد ښارې 41 مام ککم ښنیزه ښیدلاو ت فایرد ښی م .ځنک ککم ښنیزه ښیدلاو ښی م ځنلوت هې تروص ه نایهام و ښارې ډوزاود مام ه مادا اډیې .ځنک رگا رنام و رډې ککم ښنیزه ښیدلاو

رگا هزاجا ت نوکس اې هزاجا ت ماقا رد ناملاآ ار متشاد ،ډیشاب ښی م ځنلوت ککم ښنیزه ښیدلاو ار ت ساوخرډ .ډینک

ت ساوخرډ ککم ښنیزه ښیدلاو knaB-L ار ښی م ځنلوت رد اجنبا .ډینک اډیې

تا علاطا قیقد رته به نایز، ناملاً، سیلگنا کی کرت و ی سور ار رد اجنیا [دییاییم](#)

یرادراب نینچمه ی تا علاطا هر ابرد ی صخرم، نیدلاو کیمک منیزه نیدلاو و یایلزم ناکدوک رد رایتخا امش رارقیم .دهد  
زکارم هرواشم

**ایآ رد دروم یایلزم هدلوناخ به هرواشم زاین؟ دیراد**

## کیمک منیزه کدوک و لیمکه کدوک

[یایلزم هدلوناخ سن نازآ راک](#) زال ارفد امش اب کیمک منیزه، دنزرف لیمکه دنزرف و ریاس کیمک یاه ی لام تیامح ی م .دندک  
کیمک منیزه کدوک رد ناملاً ی لوی ت سا هک زا فرط تلود و ی شخب، زا تمارغ کیمک منیزه هدلوناخ، ت سا هرادا

اما یرب نیمات مهمت یاهزاین هدلوناخ ی فاک، ت سینه ای طقف ی فاک، ت سینه ی م دیناوت کیمک منیزه دنزرف ت فایرد .دینک  
رگا دمآرد امش یرب نیمات منیزه یاه ی گذر امش ی فاک، بدشا

اب نیا، لاج نیا ی گتسبه، ت یعضو هدلوناخ امش .دراد نیا ل ماش لیمکه ی روف 52 و روب رد هام یرب ره کدوک .ت سا  
552 و روب رد هام دهلوخ .دوب زا 1 هیوناز، 5202 کیمک منیزه کدوک ات 792 و روب رد هام یرب ره کدوک دهلوخ .دوب  
رد لاس 5202 کیمک منیزه کدوک یرب ره کدوک

امش ی م دیناوت امیقتسم [ت روصه](#) ت روص [نیلانآ](#) نیلانآ یرب کیمک منیزه کدوک و کیمک منیزه کدوک ت ساوخرد! دیهد

### امش ی م دیناوت یرب کیمک منیزه دنزرف رد ی ت روص هک ...

- تحت) طیارش ی صاخ ی م دیناوت یرب ناکدوک لاسگزره زین ت ساوخرد کیمک منیزه کدوک دینک و ت فایرد .(دینک  
دنزرف امش رتمک زا 81 لاس ن س دراد
- و وا رد هناخ امش ی گذر ی م دندک نیا) رما رد دروم اندزرف، بیتان، موناه ای اندزرف هدلوناخ زین قیدص ی م (دندک و  
امش به، روط مظنم زا دنزرف دوخ ت یقارم ی م دینک
- س یئوس .ت سا دیناوتی م رد [یایلزمه حفص کدوک یرب دیر فال خاد ای ج راخ زا روشک](#) تا علاطا یرتشیب بسک .دینک  
لحم ت ماقا امش رد، ناملاً ی کی برگید زا یاهروشک هیداحتا، اپورا، ژورن، نتخیل، نیا تشا دنلسیا ای

ت خادری کیمک منیزه دنزرف به، دمآرد امش ی گتسبه! دراد

### امش ی م دیناوت کیمک منیزه دنزرف ت فایرد دینک رگا ...

- رد هناخ امش ی گذر ی م، دندک ریز 52 لاس ن س دراد و ج اودزا هدرک ای رد کی ت کرانشم ی ندیم ت یژ مدش، ت سا  
دنزرف امش
- امش کیمک منیزه دنزرف ای) یایلزم (هباشتم ار یرب دنزرف دوخ ت فایرد ی م، دینک
- دمآرد ص لاخان هدلوناخ امش ل قلدح 009 و روب (ن یجوز) ای 006 و روب نیدلاو) (درجم .ت سا
- منیزه دنزرف و لامتحا کیمک منیزه ن کسم ت فایرد، دینکی م لوی ی فاک یرب تیامح زا هدلوناخ دوخ دیهلوخ .ت شاد  
رگا هولاء رب، ن ت دمآرد کیمک

ی صخش دوخ [ردار رازیا ی یوئدیو ی لامع](#) دراو ["estoL-ZiK"](#) دینک و دجاو طیارش ندوب دوخ ار ن بیعت! دینک  
رگا دیهلوخی م به ت عرس دیناد، هک ایآ دجاو طیارش ت فایرد کیمک منیزه دنزرف دینتسه ای، ریخ به ی گداس تا علاطا  
**هنگز**

[سن نازآ راک ل ارفد](#) زا قیرط کیمک منیزه، دنزرف کیمک منیزه دنزرف و ریاس یاه کیمک، ی لام ی باهت بامح ار هئارا .دهدی م  
کیمک منیزه دنزرف رد ناملاً کی ت خادری ی تلود و ی شخب، زا متسیس یایلزم هدلوناخ [رتفد](#) .ت سا [یایلزم هدلوناخ](#)

اما یرب ش شو ی لک یاهزاین نانه دلوناخ ی فاک ت سینه ای طقف ی فاک، ت سا دیناوتی م کیمک منیزه دنزرف ت فایرد .دینک  
رگا دمآرد امش یرب یاه منیزه ی گذر ن ت دوخ ی فاک، ت سا

نآ به طیارش هدلوناخ امش ی گتسبه .دراد نیا ل ماش کی کیمک منیزه ی روف ۵۲ ی یوروب یرب ره دنزرف رد هام .دوشی م  
هک زا لو هیوناز ۵۲۰۲ ارجلام زلا مدش، ت سا ات فقس ۷۹۲ و روب رد هام یرب ره دنزرف .ت سا اب نیا، لاج غلیم قیقد

کممک منیزه دنزرف رد لاس ۶۲۰۲ ه؛ یازا ره دنزرف هناهام ۹۵۲ ورویه دهلوخ .دوبکمک منیزه دنزرف

امش دیناوتی متساوخرد دوخ یاربکمک منیزه دنزرف و یایازم دنزرف ار امیقتسم [تروصه بنیلانآ](#) لاسرا !دینک

### امش دیناوتی م یارب ت فایرد کممک منیزه دنزرف مادقا دینک ...رگا

- طیارش صاخ دیناوتی م یارب نادنزرف لاسگزره زینت ساوخرد کممک منیزه دنزرف دیهد و نآ ارت فایرد ،(دینک دنزرف امش ریز ۸۱ لاس نس دراد تحت)
- یگدنز دینکی م (یا) عوضوم رد دروم ،مدنلوخدنزرف هونای یاهمدنلوخدنزرف تحت ی تسریرس زین قدص (دینکی م و امش ایترم زانادننزرف تیقارم دینکی م و و ارد هناخ امش
- رتشیه ار رد کممکه حص منیزه دنزرف یارب ی دلفا هک رد چراخ زا روشک ارب زا چراخ زا روشک یگدنز ،دینکی م .دیباپ ،نامالآ یکی رگید زا یاهروشک و صء هیداحتا ،اپورا ،ژورن ،نیا تشان تخیل دنلسیا ایس یئوس .متسا دیناوتی متاعلاطا لحم متماقا امش رد

تخادریکمک منیزه دنزرف ه؛ دمآرد امش یگتسب !دراد

### امش دیناوتی م یایازم دنزرف ت فایرد دینک ...رگا

- دنزرف امش رد هناخ امش یگدنز ،دینکی م ریز ۵۲ لاس نس دراد و لهاتم ای رد کی مطباری ندیم تیژ هدش ،تسین
- امش یارب نادننزرف کممک منیزه دنزرف ای) کممک منیزه (هباشم ت فایرد ،دینکی م
- دمآرد صلاخان هدلوناخ امش دیابل قلد ۰۰۹ ورویه (اهجوز) ای ۰۰۶ ورویه نیدلاو) (درجم .دشاب
- یایازم دنزرف و لامتخا کممک منیزه نکسم ت فایرد ،دینک لوی یفاک یارب تیامح زاناته دلوناخ دیهلوخ .ت شاد رگا هولاء ربه ،ناتدمآرد

ی صخش دوخ ار [رانیارد یوبیدیو یلامعت "estol-ZiK"](#) دراو دینک و دجاو طیارش ندوب دوخ ار نییعت !دینک دیهلوخی م هبت عرس هجوتم دیوش هک ایآ دجاو طیارش ت فایرد کممک منیزه دنزرف دینسه ای :ریخت سیفاک تاعلاطا **امتنه رگا**

### هاگداعیم هدلوناخ اه

رد اجنیا ی م دیناوت هاگداعیم اه و ،زکارم ی نارنخس ،اه هرود اه و همانره رگید ار هک یارب لک هدلوناخ هئارا ی م دنوش .دینیه

[@ed.miehnedieh-gnudlibneilimaf@ofni](mailto:ed.miehnedieh-gnudlibneilimaf@ofni)

0663912370

22598 miehnedieH

eßartS-hcsöL-tsuguA 52

[زکرم شن زومآ هدلوناخ - نمجنا هناخ هدلوناخ م یاهندیاه](#)

[@ed.hdh-dnubztuhcsrednik@ofni](mailto:ed.hdh-dnubztuhcsrednik@ofni)

0553212370

22598 miehnedieH

eßartS-hcoK-treboR 82

[نمجنا تظافد زا ناکدوک ،نامالآ میخان م یاهندیاه](#)

[@ed.enilno-t@retsolk-tnkupffert](mailto:ed.enilno-t@retsolk-tnkupffert)

66618942370

24598 negnithcerbreH

eßartsregrubslesE 8

ماگدابعم معمول ن گنیشیر بره

[@ed.miehnedieh@suahregreub](mailto:ed.miehnedieh@suahregreub)

260172312370

22598 miehnedieH  
eretniH essaG 06

هناخ دنورهش م باهیندیا ه

460172312370

22598 miehnedieH  
15.rtsremöR

ffertliettdatS“ eldäLs‘, ffertliettdatS tdatstsO -

360172312370

81598 miehnedieH  
ma renilreB ztalP 11

ffertliettdatS regnaZ greB

[@ed.miehnedieh-hgm@ofni](mailto:ed.miehnedieh-hgm@ofni)

065585512370

22598 miehnedieH na red znerB  
eßartS-hcsöL-tsuguA 1/62

sevitargetnl suaH red tiehdnuseG

**ش یاسا ناکدوک و تطفاحم زا ناکدوک**

امش رد ضرعم ت نویسخ ی گناخ رارق دنراد این یا برما قباقتا هدافتا ،تسا رد اجنیا کمک و هرواشم ت فایرد ی م :دینک  
رگا ناکدوک

- ی ارب کمک یروف و برطخ دیدته ،هدننک هرامش ی رارطضا سیلپ ار باختنا :دینک :ن فلت 011
- ،ناکدوک ی م دیناوت تامدخ ه بی عامتجا (DSA) ی مومع رد هرادا میحان معجارم دینک [012312370](tel:012312370):ن فلت. (ناگیار)  
رد ه نیمز درلوم دیدته هدننک ش یاسا
- و ت نویسخ رد هرادا میحان معجارم دینک ناگیار) و رد تروص لبامته ه تروص .(سانشان [695212312370](tel:695212312370):ن فلت  
رد تروص عوس ن ت بسنه ه ی رات فرده ،یسنج امش ی م دیناوت زکرمه بی صصخت یربگشیر
- ه مانر ی اه رگبد هرواشم ه ه ملیسو ن مجنا تطفاحم زا ناکدوک م باهیندیا ه زین هئارا ی م .دوش

[/ed.gnir-ressiew//:ptth](http://ed.gnir-ressiew//:ptth)

[ed.remmuknegegremmun.www//:ptth](http://ed.remmuknegegremmun.www//:ptth)

تاعلاطا رتشیب ار ی م دیناوت رد اجنیا ادیب :دینک

**کمک رد ه نیمز ت نویسخ ی گناخ**

رد ضرعم ت نویسخ ی گناخ ی ارب دوخ و تطفاحم اتاند نررف و کمک زاین ،دیراد ی م دیناوت تامادقا بریز ار ماجنا :دیدد  
رگا امش ه لیلاد ندوب

- ی ارب کمک یروف و برطخ دیدته ،هدننک هرامش ی رارطضا سیلپ ار باختنا :دینک **011** :
  - کمک زا قیرط سیلپ ا هرامش **011** :
- سپ زا ت عاس 00.71 رد ی اه زور مبنشکی و لیطعت و رد نایاپ متعه**

و سپړه زما هانې سپوږنې نفلتې: [9904212370](#)

رد ياه زور مېنښکې و لېږتېدلې لېږتېدلې سر ته رسېدلې. د سا شريږدې رد هانې ناز و ناکوکو زما تاعاس 00.8-00.71  
 و ريښکې تار کوربه، ناز و ناکوکو رد طيارشې رارطضا. د سا هانې ناز و ناکوکو هې تر ووص هانېشې زور و زېږ  
**هانې ناز و ناکوکو نوکايډ** د تظافحه وکې ن کسم ن ما ت قوم ار هارا يم. د نکل فده، آن کمک عيرس

- نازې ما جانا يم. دوش ناگتسباو و دارفا سانشراک زېږېم د نفلوټو زما نيا هانېرې د هانفتسا. د نکل: [61061100080](#)
- عطاق ووصې لاسانته هرواشم يم هرواشم. دده هې تر ووص، سانشان لېږتېدلې، دامتعا هنادازآ و اې کمک نېمجرتنه هې نېدنچ ه **بې کمک** ناز لومشم ممه درلوم ت نوښخې نعيې ت نوښخې، هې گناخ ت نوښخې، هې سنچ ج اودزا، هې رايجا تراجه، ناسنا **نفلتې**
- هرواشم ت فايرد يم. د نکل زکرم هرواشم هيلوا رې سا سا تاعلاطا طوبرم هې، بې باقه اې امش سامتې يم. د نکل رگا امشې نابرق ت نوښخې گناخ، د نکل هې حان مې پانديا
- امش رد منيمز ل ناسمې گدنز و ل ناسم قوقحې عامتجا **زکرمرد هرواشمې نوکايډ** هرواشم و کمک ت فايرد يم. د نکل
- **و ت نوښخې** هرادا هې حان مې جارم د نکل ناگيار) و رد تر ووص لېږتېدلې هې تر ووص. (سانشان): [695212312370](#)
- رد تر ووص عوس ن ط ت بسنه هې رات فردي، هې سنچ امشې م د نفلوټو **زکرمه بې صصختې یريگشې**
- **ي گدنز ت امدخې نوکايډې مومع ن مجنای عامتجا ت ظافحه زما ناکوکو** هرامشم پانديا رد رې رې رې **مقاحې تحاراز جيفس** زکارم هرواشم **زکرم: یرگېد هرواشم**
- ماگشورف ياه رې هېش مې پانديا هې ناکوکو نانشې م دنده هک اهنآ رد اجنآ ت ظافحه مې دنوش و هې اهنآ کمکې يم. دوش بسچرې ياه **"lesniton"** رد

## يرادراې و نامياز

رد تر ووص یرادراې و نامياز، هې تآ تاناکما ي دايژ ي اړې ت فايرد هرواشم و ت پامح دوجو. دراد

هې نيا محفص زېږ ماگن **یرادراې: د نکل**

## رد لوط یرادراې شپېو زما نامياز

- مکنيا هجوتم ديدش رادراې د نکل هېلپام هک هې هليسو کې امام ت بقرام، ديوش دياې اړوې اړې، دوخ **امامکې ادبيې**. د نکل هې ضحم
- هارا يم، دنوش هک بېلغا رد کې نانسرامبيې اې شخې بېناچ، نامياز رد کې بطمې يامام اې رد رانزگر **باجنيا** يم. دنوش يم. دنده هرود ياه ي گدامآ نامياز زا متفه 52 یرادراې ميصوټې م دوش (ام) 6 ات 7 (یرادراې و لاومعم **اهامامطسوټ** ي گدامآ، نامياز اړې رادراې ناز سلاکې ياه هارا يم دوش هک ناز اړې اړې **نامياز** هدامآ هدرک و هې اهنآ تاعلاطا رد هرود ياه
- د سا هې نيا روظنم نانسرامبيې نېنچمه **بېش ت اسلاج ياه تاعلاطا** اړ هارمه اې ياهروټ قاتا نامياز رانزگرې يم. د نکل، نامياز امش دياې لايق رد نانسرامبيې اصخش ماني سپوږنې، د نکل هک بېلغا نيا راک زا متفه 43 یرادراې (ام) (8 نکل م ي اړې
- ياه ي لام و هرواشم: ناگيار ت ساوخرد کمک» ياه نايږ «ل اړدرف زا **OWA** قيرط **زکارماې هيرخ هرواشم یرادراې** کمک
- **رد اجنيا** يم د نفلوټو ماگشورف ياه ساپل و بېاسا ي زاې نازرا اړ ادبيې. د نکل

## پ سپړه زما نامياز

- يم د نفلوټو 6-8 متفه سپړه زما نامياز زاغآ. د نکل مميې نامرد امشې شخې زا منيزه ياه سلاک اړ ت خادريې يم! د نکل ياه دوجو دراد هک ناندازون اړې م د نفلوټو اړې دوخ. د نکل **اهامام** بېلغا سلاک ياه سپړه زما نامياز هارا يم. د نکل امش دنوش شپېو زما مکنآ برف د نفلوټو ي زاسنډې اړې زاغآ، د نکل مهم ت سا ياهرد نامياز فرطرې. دنوش نېنچمه سلاک **نامياز** فده نآ ت سا هک فک نکل ت بوقټه هديش و تلاص، ن سا اهاې و م حر هک رې يور نآ رارق د نراد نېرمت هداد **رد سلاک سپړه زما**
- ي اړې دارفا رادراې و نېدلوا (هدينآ) اې ناکوکو رد ياه لاس ت سبخ، هې گدنز **شخېرد کمک ياه لېلوا هرادا هې حان**، تاعلاطا هرواشم و ش زومآ

دوجوم، ت. سا

- نینچمه هب همانره، یاه دوجوم **ماگدا لیمرد** **یاه هداوناخ** هجوت، دینک
- و زین یاهرا دید دازآ ایر، نیدلاو دوجو، دراد تا علاطا رتشیب ار هرابرد همانره اه رد لحم یم دیناوت رد ادیپاجنیا، دینک، لاس همانره، یاه ایر، نیدلاو ایراد، ناکدوک رد تیعضو یاه صاخ لاثم، نیدلاو اهنتا ایر، نیدلاو اب مقباس (ترجاهم همانره، یاه دیاز رد میخان میهنده یاه ایر، نیدلاو هئارا یم، دنوش همانره، یاه ایر، نیدلاو ایراد ناکدوک ریزکی [زا همانریق برط، یتلایا ekrätS](#)

## دارفا ایراد تیلولعم

زاکمک ار، دراد چیه س که دیاین لیلدی، نلواتان شا مورحم، دوشن نیا، رما رد ناملاً تروصب، ی نوناق عضو مدش، ت. سا یمسکه که زا رطنا، یمسج، ینهد و ای، ی حور ایراد تیلولعم ت. سا و ای، نیا عون تیلولعم وا ار دیدهت یم، دینک ق > هداغتسا ریغ لولعم، ی گدنز، دینک اهنآ یم دنهاوخ کرحتم دینشا؛ و دیناوت، زا مدهع، ی گدنز هرمرزور دوخ نو دیکمکی نورپیه، دینآر، دارفا لولعم یم دنهاوخ ت. سرد دینام دارفا

یم دیناوت کی، یامنهار هژیو دارفا لولعم ار، دیپایه، نیا امنهار **نایزه** **هاس مدش** زین دوجوم، ت. سا [رد اجنیا](#)

## تراکی یاسانش دارفا لولعم دیدش

لولعم ناسآ ندرکی گدنز هرمرزور امش، ت. سا ایر، لاثم امش یم دیناوت اب نآ هب تروص ناگبار راوس راطق، دیوش رد نایم درلوم، برگید دارفا لولعم یم دیناوت کی تراکی یاسانش تیلولعم ار ت. ساوخرد، دینک فده زا تراکی یاسانش

**میخان** ت. فایرد، درک نیا، رتافد هجرد تیلولعم ار، ی سربر، هدرک و رد تروص ناکما تراکی یاسانش ار رداص یم، دینک ت. ساوخرد یاه طوبرم هب تراکی یاسانش تیلولعم ار یم ناوت، زا رتافد **هرادان** نیما

یم یاسانش تیلولعم و کمک رد هنیمز ت. ساوخرد تراکی یاسانش یم دیناوت **اجنیا رد (ی ناملاً)**، دینیب، تا علاطا رتشیب ار هرابرد تراکی

## ش ناد انزوما ایراد زاین هژیو ایر، تیامح، ی شزوما

ش ناد انزوما ایراد تیلولعم هب روط لومعم **هسردمه** **بی مومع** یم، دنور

ایر، ناکدوک و نانلوج لولعم و دینما زاین تیامح هژیو **زکارم**، ی شزوما **ژویو** **شزوما** **س رادم** (هژیو دوجو، دراد

رد، اجنآ ش ناد انزوما تحت تیبقارم دیدش رارق یم دینرگ و فده نیا س رادم نیما، یاه زاین، ی شزوما اهنآ، ت. سا

زکارم هژیو، ی شزوما ریز رد میخان میهنده یاه دوجو دینراد تا عوضوم) ی لصا رد: (زیتناری

## ناتسبدا ه

- **غایه سردم روترآ نامترا ه میهنده یاه** (نایز)
- **غایه سردم alliV tnbretnuK** ایر، ن لولعم یمسج
- **غایه سردم ایر، ن لولعم یم یانیر و ناکدوک انبیا، رد هسردم هتایش ی زور aglO-niqinöK**
- **غایه سردم کمکی یاه ی گدنز** ی نلوات، ینهد و (ی تکر)

**زکارم ی شزوومآ و هرواشم هژیو میحان**

- [هسردم روترا نامتراھ](#) نابز) و تبقارم ی ناتسرامیب (ی نلاوط
- [هسردم سهویروتسیر](#) دشز) ی نهذ و (ی تکرز
- **زکارم هژیو ی شزوومآ رگید**
- [هسردم لراکرگنیتود](#) هسردم) هژیو هفرح ی ا و هسردم هژیو ی صصخت هفرح (ی ا
- [هسردم سهویر فوتسیرک](#) (ی ریگدای)
- [هسردم هنایش saglO-niginök](#) ی زور (دینیب)
- [تاعلاطا رتشیب](#) ار می دیناوت رد . [دیبا ییاجنبا](#)

**زکارم هرواشم**

میاهندیاه [لویسمک](#) [دارفا ی اراد تیلولعم](#) دوجو . دراد وا هب دارفا لولعم و یاضعا هدلوناخ شا هرواشم می دهد .  
رد هرادا میحان

**زکارم هرواشم :رگید**

- **میشراهچ** 00:41 00:61 -  
هس میش و :میشجنی 00:9 00:51 -  
81598 miehnedieH  
eßartsgreB 25  
[زکارم تاحیضوت و هرواشم هربرد تپامد زا ماغدا رد میحان میاهندیاه](#)
- **میشراهچ** زا ات 03:61 03:51  
میشراهچ زا ات 00:11 00:90  
81598 miehnedieH  
neretniH essaG 22  
[زکارم هرواشم هناخ فوهندیل](#)
- 22598 miehnedieH  
eßartsdlaW 5  
[زکارم هرواشم میاهندیاه](#)

**هجدوب یارب هدلوناخ اه و دارفا رد مقطنم میاهندیاه**

**همانرذگی گداوناخ تلایا گریمتروو-ن داب**

رت [ردار اجنبا](#) . دیبا یی همانرذگی گداوناخ ی تلایا ار می نلوت [هرادرد رهش اب](#) [یرادرهش لحم ت نوکس امش](#) ت ساوخرد . درک  
دیدزاب . دینک امش می دیناوت تاعلاطا قیقود  
- ن ازرا رت  
- ناگیار ای  
نبا هب امش ناکما می دهد زا دصاقم فلنتم رد گریمتروو-ن داب دیدزاب دینک  
رد گریمتروو-ن داب همانرذگی گداوناخ ی تلایا دوجو . دراد

**هجدوب رد ناتسرهش اه می درذگ**

رد اجنبا یاهدنویب یاهزوجم هجدوب ار اندیب دیهاوخ . درک  
اب سپا ی ناپیتشپ نانکاس اب دمآرد نیبا ی یایلم ریاسب . دنراد

- [سرای نایتشیر رهش میاهندیاه](#)
- **مباهندیاه**
- [میشقز خامشکتر رهش نگنیگ](#)
- **ن گنیج**
- [زوجم هجدوب رهش ن گنیشیر بره](#)
- **ن گنیشیر بره**

## تاداهنشپ یر، نیدلاو رد مقطنم میاهندیاه

- می تاداهنشپ یر، تاداهنشپ یر، نیدلاو رد مقطنم میاهندیاه زا قیرط همانر، می تلود htgnertS دوجو، دراد
- می نیدلاو هک رد لاس لوا می گذنز دوخ دنزرف دنراد
- رد طیارش، صاخ اهنیا یر، لائم ل ماش نیدلاو، درجم نیدلاو اب مقباس ترچاهم ای تاسلاچ دازآ یر، نیدلاو، بتسا نیدلاو اب نادنزرف
- تا علاطا رتشیپ رد دروم تاداهنشپ یر لحم ار می ناوت **هفصر رد ایصا مقطنم میاهندیاه**، بتفای

## چ یورت ش زوما

- **متسب می شزوما و تکرشم ار می ریدیلوت اجنیا**، دیبایر
- **یاهت صرفیدیلوت می لام** رتشیپ ار رد **تلاصحت** تا **حفص** می **لیمکت رد گریمتروو-ن دیا** **علاطما**، دیبایر
- یر، نیمات می لام می یوجشناد یر، لیصحت رد متشر یاه مولء، می عیبط می سدنهم و، **ناصتقا** **باینر** هر ابرد **snaH htioV** **ت یامد زا: gnutfitS-htioV-snaH**

## ن لاسدرخ نودب هارمه

**مافر ناناوج** بتفارم و می هارمه می، دنوش اهنآ نینچمه یاهولوچوک" می چراخ نودب، "هارمه AMU هدیماز می، دنوش ناگدهانپ می لاسدرخ هک نودب هارمه دراو ناملاً مدش دنا **هراداطسوت**

**ح رطک** **ت یامد می شزوما** ن بودت هدش، بتسا  
 - حطس غولب ناوجوز  
 - متسب هب نس و  
 - رگا روطنیا، متسین

- **قباجلایا** **هدلوناخ** ناکما ریزب؟ بتسا  
 - ای میقی نوناق درف ناوج رد؟ ناملاً  
 - ایآ یاضعا هدلوناخ دوجو؟ دراد  
 - ناوج دنچ لاس؟ دراد  
 - ادتبا دراوم ریزی سرری می: دوش

- رد هدلوناخ یاهت سریرس  
 - **یاهورگرد می نوکسم** صاخ هک طسوت یاهن امزاس متخانمش مدش هرادا دنوش می دننام (FPS satiraC، ave)، ای اه تحت تراظن دنتسه AMU

سامت درف ناوج وا هب ناوئع لائم رد ل جارم می گندهانپ و دز تاملقم واری گندیامز می دنک و زا و ت یامد می، دنک  
 - لوئسم  
 - می نوناق  
 - می صخش و

نایهگن ت سا  
هولاء بره بن یا ه بره AMU میفکی صاصتخا هداد می دوش

فباطو میق دنترایع :زا

- هزاجا تماقا
- تساوخر دیار ت امدقا ی هافر .ناناوج
- تیقارم و تیپرت .شخب
- هغدغش زوما و شروپ
- ت لاکو رد بنیناوق تراجهم و هبور یاه .ی گندهانپ
- تیقارم یاه .ی تشادهب
- لامعا و یارجا .ی واعد
- معسوت هسردم و هاگدید یاه هفرح .ی ا
- چ پورته یگچراپکی

عوضوم تیمومیق ار می ناو ته **رد تسریرس** روشور **امش مدنیاامش "تسا (ی ناملا)"** تفای می دوش  
تاعلاما رتشیب رد دروم

یاهویدیو تهج ی یای دنچ ه نابز یار ت نلااسدرخ نو دب **ردهارمه اجنبا اجنبا** دوجوم .تسا

تاعلاما قیقد رد دروم نیا عوضوم ار می ناو ته امیقتسم **بورد تاسا FMAB** .تفای

## نلااسدرخ رد دحاو هداوناخ

دراو رویشک مدش و دنا لامتخا دوجو :دراد  
- ایاما ریاس ایاضعا هداوناخ ، هب ناوع لائهم ایومع ای ، همع ای ریسپ ومع ای رهلوخ و ردلر برتگرزب  
- ی ناسک هک هچرگا نو دب نایشیدلاو ، دنتسه  
یاره دارفا ریز 81 ، لاس

- ای تیمومیق دنواشیوخ تیلوئسم ل ماک ریغص ار بره مدهع می .دریگن یا راک زا فرطن بدلاو ماجنا می دوش  
یکی زا ناگتسبغ لای ایاضاقتی تسریرس ار هب ماگداد هداوناخ هئارا می :دنگ
- طسوتن بدلاو هب و ا لقتنم دوش و نینچمه می دناو ته زا تامادقا بسانم و نلاوئسم تسد ناراکردنا ی شان .دوش  
دنواشیوخ می دناو ته زا ق تیپرت هلافتسا .دنگن یا برما می دناو ته هب روط ریغ می مسر

مدنهانپ ریغص نو دب هارمه رانفر می دوش و طسوت هرادا مافر ناناوج تحت تیقارم رارق می دریگ هب) لای هعجارم .(دینک  
ود ، تروص ریغص می دناو ته دنو اشنیوخ .دنلمه اب نیا ، للاحرگا ریغص ای اندنواشیوخ و اعانتما ، دنگ اب و هب ناوع کی  
رد ره

نینچمه **اجنبا: بلاج هداوناخ و اجنبا هداوناخ**

## قاجلا هداوناخ و رود مه ندما هداوناخ

یگدنز می من دینک و ای ایاضعا هداوناخ نا ته زونه رد چراخ ، دنتسه متسب هب تیعضو تماقا تاناکما یفلتخم دوجو .دراد  
رگا امش و ایاضعا هداوناخ رد کی ناکم

قاجلا هداوناخ

کے زوجہ متافا، دیراد ایضاً ہر دیکے ہڈاوناخ، نیدلاو) ہچہ باہ (رسمہ یم دیناوتہ تحتہ یتیارشہ ہب امشہ قحلم، دنوشہ رگا رد ناملاً یم گدنز یم دینک و

رضاح نیا رما اہنتہ رگا FMAB امشہ ار ہب ناوئہ ہراوآ دیناوتہ ہدرک دیشاہ نکمہ متسا تا علاطا) رتشیہ ار [اجنبارد ادیہ](#)، دینک رد لہا

امشہ ہک رارق متسا ہب ناملاً رفس، دینک دیاہ رد ترافس ناملاً رد روشک ہطوبرم یرب متافا دوخ ازبوت ساوخر د، دینک کہ یم علاطا ار ہب عقوم ہٹارا [تلمہ دینک ہس بہام ل ماش ناگراوآ غلابان نوید ہارمہ](#)، [تسیر](#) نینچمہ ایضاً ہڈاوناخ یرب نیا روظنم امشہ دیاہ رد ضربہ 3 ہام سہ زات فایرد مہمصتہ FMAB

حیضوتہ ہداد یم دوشہ دنج) ، (ہناہز رد اجنآ امشہ نینچمہ یم دیناوتہ امیقنسم کہ یم علاطا ار ہٹارا، دینک ← دنور قیقد قاحلا، ہڈاوناخ ماحرم ہب ماحرم ہب امشہ [اجنبارد](#)

رتشیہ ار ہرابرد قاحلا، ہڈاوناخ نینچمہ یم دیناوتہ [ہرادازا عابتا یم جراح لوئسم](#) امشہ مت فایرد، دینک تا علاطا

## رود مہ ندماً ہڈاوناخ

یرب) لائم میحان، (مہاہندیہ امشہ دیاہ رد اجنآ ہب روط لومعم ل قادح از ناپاہ دنیارف یم گدناہنہ دوخت نوکسہ متشاد، دیشاہ رگا ہب ناوئہ وجہانہ ہب ناملاً یم، دیناوتہ کہ یم میحان صخشتم ناملاً یرب امشہ نیبعتہ یم دوشہ

دیناوتہ لحم دوخ ار ضوع، دینک یرب لائم رگا ناگنسم ہجرد کہ ہچہ) ، باہ رسمہ ای (نیدلاو رد میحان یرگید نکاس، دینتسہ یلوت تحتہ طیارشہ، صخشتم یم

عیزوتہ ہرابود ار ہب ہرادا عابتا یم جراح لوئسم امشہ ہٹارا، دینک رگا متساوخر د متفریڈہ، دوشہ یم دیناوتہ لقتنم، دیشوہ یرب نیا روظنم دیاہ کہ یم متساوخر د

متفرگ دیا و طیارشہ لحم مت نوکسہ ار مت فایرد یم، دینک دیاہ رد مقطنم صخشتم ہدش کہ یم ناخ یرب دوخ وجتسج، دینک رگا لایق کہ یم زوجہ متافا

لقتنم، دیشوہ دیاہ لیلد نآ ار ہب ہرادا روما عابتا یم جراح ملاءا، دینک رد لہا، رضاح لاقننا طقف ہب لیلد راک نکمہ متسا رگا یم دیہاوخ رد نور د میحان مہاہندیہ یلو ہب کہ یم مقطنم رگید

زا ناملاً لقتنم، دیشوہ نیا رما دیاہ زا یوسہ ہرادا عابتا یم جراح میحان یا ہک یم دیہاوخ ہب نآ لقتنم، دیشوہ ہب دیناوتہ، دسرب رگا یم دیہاوخ ہب کہ یم میحان رگید

## تامدخ وجتسج

رد یوجتسج ناگنسمہ رد رسارسہ ایند کم کہ یم دینک و رد ہمہ لائسم طوبرم ہب رود مہ ندماً ہڈاوناخ ہرواشتم یم، ہدد تامدخ، وجتسج ہب دارفا

زا رگیدمہ ادج ہدش دنا و رد یاہرویشک فلتمخ ہدنکارہ ہدش دنا و متسود دنراد ہرابود رد کہ یم روشک مہاہ یم گدنز، دینک یم یاجباج و، ترچاہم زا لحم ناشناگنسمہ ریخ، دنرادنہ تامدخ وجتسج ہب دارفا کم کہ یم دینک ہک ہب تروص متساوخان، وجتسج کہ یم زکرم ہعجارم یرب دارفا متسا ہک ہب لیلد گنج و یرگید یہا، ہناحلسم ہعجاف باہ، جارجا، یم گراوآ تامدخ

تامدخ وجتسج ار یم دیناوتہ رد اجنبا ادیہ: دینک

[تامدخ وجتسج رد بیلاص خرس ناملاً](#)

## دهم کدوک هسردم و تلايصحه

### تبقارم زا هچب اه

### دهم کدوک (اتیک)

ار زینیم، دندریذ، هپیرک ناتسدکدوک و تروه عاونا یفلتخم زا زکارم تبقارم هنازور یارب هورگ یاه ینس فلتخم، دنتسه تبقارم یم دوش و یرایسب زا یاهزیچ مهم ار داییم، دیریگی خرید زا نیا زکارم نینچمه ناکدوک ریزکی لاس نترفه، هسردم زا 1 ات 21، یگلاس دنزرف امش یم دنلوت هبکی دهم کدوک، دورب رد اجنآ کدوک امش زا یوس ناتسرپرس، اتیک مان زکرم تبقارم هنازور ناکدوک دهم (کدوک، بتسا شیبب زا

### دهم کدوک

ی ناملاً دای بریگب و یاهزیچ هزات یا فشک، دندک نترفه هبکی دهم، کدوک کی ی گدامآ مهم و بوخ یارب هسردم، بتسا تحت تبقارم رارق یم، دندریگ رد اجنآ هچب امش یم دنلوت ی ناتسود ادیب، دندک رد طابتراب، ناپیرم هچب اه و رگید نیدلاو هچب یاه رتلاب زا 3 لاس ات نس هسردم دهمرد کدوک

نیا نامز هب یاهراک دوخ، دیزادریب یارب لائم نامز یرتشیب دیراد ات رد سلاکی ناملاً تکرش دینک و ادعبکی راک ادیب، دینک زا مکیباجنآ کدوک رد اجنآ هب یبوخ تبقارم یم، دوش امش یم دینلوت رد

### [رد اجنبا](#) تا علاطا، رتشیب ار هرابرد عوضوم دهم کدوک اه ادیب یم دینک دنج). (هنازب

### دهم کدوک اه

کی هانگتماقا هرادا میحان کاس، دیتسه شخب هرواشم و تبقارم ی شزومآ ی عامتجا لوئسم امش هب امش کمکی م، دندک کدوک اه دوجو، درادن اصعب مزلات سا زا نیدنچ دهم کدوک دیسریب و کدوک دوخ ار رد تسرهف راطتنا رارق، دیهد رگا رد هنافساتم منشیه یاجی لاخ رد دهم

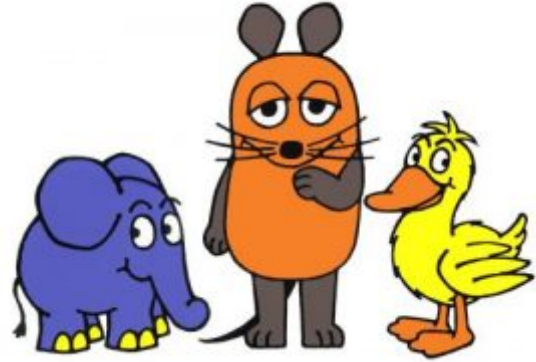
یارب دهم کدوک یاه مقطنم یرهش، میهندها [مازناکما یسیون نیلانآ](#) دوجو، دراد

هصلاح ی زا تا علاطا طوبرم هب دهم کدوک یاه مقطنم یرهش میهندها ار یم دینلوت [اجنبارد](#)، دینیب

### هنیزه یاه دهم کدوک

روضه رد دهم کدوک ناگیار، بتسین

دینک شخب هرواشم ی شزومآ ی عامتجا و تبقارم لوئسم امش رد نیا هنیزه اب لامک لیم هب امش کمکی م، دندک راک کمکت فایرد یم، دینک یارب نیا، روظنم دیاب ی تساوخرد هب کمکشخب یاه ی نامتقا [ناناوج](#) رد [هرادا](#) هتارامیجان، هنیزه یاه دهم کدوک نکم بتسا لبقته، دوش یارب لائم رگا امش زونه راک ادیب هدرکن دیا و زا هرادا میحان اب زا زکرم تحت، یطیارش



یاهزیچ فلتخم رد ،ناملاً هب یاهناز ،یبرع یدرک و یرد مه دوجوم **مخسرت** سا **نبرد ی للملا همانر ی اار شوم**  
**نینچمه** یکی زا نیرتفورعم همانر یاه ی ناملاً ای ی تاحیضوت هرابرد

رد هجرد تسخن ناکدوک ،دنتسه ی لو ن لاسگزره زینه ی م دنلوت اب هداقتسا زا ،ن آ تاکه میلوا ی گذنز رد ناملاً ار .دنزوما ی  
 فده ن یا همانر

## ع اونا تاسسوم تبقارم زا کدوک

رد ه ناخ ،رائسری ه ناخ ه دلوناخ ای ریاس ی اهاضف بسانم ماجنا ی م .دوش تاعلاطا رتشیب ار ی م دنلوت **اجنبارد** .**دیبا**  
 ه نازور زا ،ناکدوک رائسری صصختم هچ ه ب روط ی تعاس ای ی ارب لک زور زا ناکدوک تبقارم ی م .دنگ تبقارم زا ناکدوک  
 تبقارم ه نازور زا کدوک رد هجرد لوا یور تبقارم زا ناکدوک ریز 3 لاس زکرمه .دراد رد تبقارم  
**تبقارم ه نازور زا ناکدوک**

رد هورگ یاه کچوک ه ب دشر و معسوت کدوک کم ی م .دنگ هجوت و تبقارم طسوت ناپقارم رد اجنبا رایسب تیمها .دندراد  
 ه پیرک ی زکرم ی ارب تبقارم زا ناکدوک 1 ات 3 ه لاس .تسا رد ه پیرک ناکدوک صصختم و شزوما ه دید  
**زکرم تبقارم زا نادارو و ناکدوک لاسدرخ (eppirk)**

ی م .دنگ هجم کدوک یاه ی صوصخ و ی مومع دوجو .دندراد هیزه نانتسکدوک ه ب نانتسکدوک و لحم ی گذنز امش ی گتسب .دراد  
 ناکدوک ه ب روط مظنم رد سلاک یاه بشیپ ی نانتسرد رضاح ی م ،دنوش سلاک یاه هک اهنا ار ی ارب دورو ه ب سردم ه دامآ  
 اه ی م دنلوت اب ناکدوک رگید ی زا ،دنگ ی شاقه ،دنشکی ی تسدراک تسرد دنگ و دای .دنریگب رد نبرخاً لاس ،نانتسکدوک  
 نانتسکدوک ی زکرم ی ارب تبقارم زا ناکدوک زا 3 ی گلاس ات ن س سردم .تسا رد نانتسکدوک هچ  
**نانتسکدوک**

ی یادتبا ای برتفد نانالوج دوخ ی م دنلوت دیسریپ هک مادک لدم تبقارم ی ارب نادنزرف سردم (ی یادتبا) یا امش دوجو .دراد  
 رد هاگنه رهظ ایکی ه سردم هامت .زور رد همه لدم اه ناکدوک رد ماجنا فیلاکتی گناخ ی ناییتشیپ ی م .دنوش زا سردم  
 دنگ لدم یاه ی فلتخم ی ارب تبقارم زا ناکدوک دوجو ،دراد دننام زکرم تبقارم دعب زا ،ه سردم تبقارم زا ناکدوک  
 ناکدوک سردم یا ا ن س 6 ات 21 لاس زینه ی م دنلوت زا تامدخ تبقارم دعب زا سردم هداقتسا  
**تروه زکرم) تبقارم دعب زا (سردم ی ارب هچ یاه سردم یا ات 21 لاس**

## ه سردم رد هجان م یاهندیاه

ه سردم



**ای لاس 9** و ایکه ناحتما، ییلهن ناحتما، مومع دیورو تلایصحه یلیمکه ای (rutiba) ه ناپایم، دسر، صخش یرتشیب راطتنا م، دور، فده شپیه زا ره یگدامآ، زیچ یاره لیصحه رد ماگشناد، ت سا 8 ناسریید رد مسایقم ایکه سردم عماج و، یلصا زاشناد نازومآ تیلوئسم

### س رادم کرتشم

کرتشم س رادمه شیمه **مامت قو دنتسه** . تا علاطا یرتشیب ار هرابرد س رادم کرتشم م دیناوت **اجنبارد** ادیه، دینک **همه** لومعم **ی کرادم** هک رد س رادم ش زومآ مومع روکزم رد لایب ذخا م، دنوش لباقی بایتسد، دنتسه س رادم سلاک 1 ات سلاک 01 فرصه رطانه ج طاسی یاراک لیصحه و **مه** هابن شاداعتسا **لیصحه م**، **دنتک** رد اجنبارد ه روط رد س رادم کرتشم شناد نازومآ زا

### ش زومآ هژیو

و دنمزاینه ت یامح هژیو، ی ش زومآ زکارم هژیو ی ش زومآ دوجو، دراد تایئزج طوبرم ه ن آ ار م دیناوت **اجنبارد**، دینیبه یاره ناکدوک و ناناوج لولعم

و زین ملیپد ناسریید ار ت فایرد، دنتک نینچمه یاره لائمه ن تفر **س رادمه به فرح یا** **ناسریید** یا **ناپش** ن کمه، ت سا یلیصحه رتلا، زین لباقی بایتسد، دنتسه یاره، لائمه درف م دیناوت کر دم تلایصحه م طاسوتم (efieR) (erelttiM) اساسا کرادم

دریگ رد رطانه متفرگ هدش، ت سا نیا ملیف اه رد ناسل، **ی سیلگنای** اه، **ی برع ی سرا ف**، و لباقی **ناملا** س رتسد، دشاییم لئمه یراکمه نیدلاو نیب بتاکم، س رادم علونا فیلاکته لزنم ای، ی گناخراک ایو مچنآ دیاب زا رطانه نابز دروم هجوت رارق 51 ملیفی تاحیضوت ار رد دروم بتاکم و ای س رادم رد منیمز یاه فلتخم ادیه، دیامز رد نایم زیچ یاه رگید زین تاحیضوت یویدیه ه نیندچ ناسل رد دروم بتاکم ای، س رادم رد اجنبارد دیناوتیم

### ه صلاح یا زا علونا س رادم میحانه ار م دیناوت رد کنیل یاه ریز: دینیبه

[ن گنیشید](#)

[میاهتاز](#)

[ن گنیرامره](#)

[ن ورین گینوک](#)

[میاهتنوز](#)

[ردین ن گنیتوتوشا](#)

[میاهنیاتشا](#)

[ن تتشرگ](#)

[ن گنیتشریره](#)

[ن گنیک](#)

[میاهندیاه](#)

### سلاک LKV یاه

زومآ ه سلاک، ی داغ ای یراکمه ک بدز نایم تیریدم، ه سردم، ناملعم نیدلاو و شناد زومآ ه طوبرم متفرگ م، دوش هک اهنا دیناوت، ره هچ رتدوز اب، بتیق فوم رد سلاک یاه ی داغ رد تکرش، دنتک میمصت هرابرد نامز ن تفرک ی شناد همه س رادم دوجو، دینراد رد نیا سلاک، اه شناد نازومآ دیاب شپیه زا ره زیچ ناملا ار رتبه دای، دنیگه فده ن آ ت سا، دیا کدوک امش ه، روط لومعم ت سخر رد سلاک یاه فورعم ه سلاک LKV تکرش م، دنتک سلاک یاه LKV رد رگا هزات ه ن ناملا هدمآ

ی ت سرفه زا سلاک یاه ی گدامآ رد میحانه میاهندیاه ار م دیناوت **اجنبارد**، دینیبه

## تاعلاطای مومء

### ءسردم :یراچا

نیدلاو وگخساپ دنهلوخ . دوو نكمم ت ساك ى ممبرج ى دقن رد برظنء مفرگ ، دوش ن وچ ن یا راک فلخء بوسحم ى م . دوش مفیظو دنراد هك تبسن روضحه ب بترم ناكوك رد ءسردم مادقا . دنك رگا ن تفر ه ب ءسردم یراچا ت یاعر ، دوشن نیدلاو

### علاطا نداد ه ب ءسردم هرابرد :یرامیب

سامء دبیرگ و مان و سلاک کدوک دوخ ار . دبیرگ ن بنبجه دبیرگ هك کدوک امش هچ تدم ى من دنلوء ه ب ءسردم . دورب تروض امش روضعمدیا ب ندوب وا ار زا سرد علاطا . دبیرگ ه ب ن یا ، روظنم شیب زا زاغآ س رد اب ه ناخریب ءسردم رگا کدوک امش رامیب ، دنشاب دیا ب ه ب ءسردم . دورب ى لو رد ن یا

### :تلایطءء

مبوقءء تلایطءء لاس ى لیصءء یراچا ار ى م دنلوءء رد . دبیرگ [بنا](#)

### مزاول :ءسردم

دینك لائم) دادم و . (ذغاك افطلا هجوة متشاد دبیرگ هك کدوک امش مزاول ى سرد مزلا ار منشیمه اب دوخ ه ب ءسردم دبیرگ زا فرط ، ءسردم امش ه ب روط لومعم ت سرف ى باهزیچ ار هك کدوک امش رد ءسردم مزلا دراد ت فایرد ى م

### لبقءء منیزه :اھ

ت ساوخرء) Tub) ءارا . دینك زكرم ت بقرم لوئسم ، امش رد ن یا منیزم اب لامك لیم ه ب امش كمك ى م . دنك اب زا فرط زكرم راک لبقءء . دنوش یرب ن یا روظنم دیا ب ه ب ارادا ه طوبرم ت ساوخرنك ى یرب ش زومآ و ت كرانشم طلب سوبوتا اب ش برك ى اھ ، ءسردم منیزه . دنراد ى لو تءء ى طیارش منیزه اھ نكمم ت سا زا فرط ارادا هچاز مزاول ، ءسردم

### ى اھویدو ى حیصوءء ه نابزدنچ هرابرد عوضوم ءسردم

هك ه نوگچ زادنلوئى م نادنزرف ت یامء دینك نیدلاو و نوگچ رددنلوئى م ى گدنز ءسردم ت كرانشم . دنك دندى م ن یا ه ب امش نانشء ه كدهى م س رادم رد ه نوگچ كریم تروو-ن دا ب راک دینكى م . ن بنبجه دبیرگ خوما ت یامء دینك . رد اجنبا ۵۱ ویدو دبیرگ ت فای . ن یا اھویدو ى اھه زوچ فلتم طوبرم ه ب ءسردم ار حیصوءء مهم ت سا نیدلاو هك زا نادنزرف دوخ رد ءسردم

اھویدو ه ب ، ى ناملا ى اھن ابز ، ى سیلگنا ى برء ى سرافو رد س برتسد . دنتسه

- [یراكمه ونیدلاو ءسردم](#)
- [ءسردم ى نف هطسوئء](#)
- [ناتسریب](#)
- [مسیل \(muisanmyG\)](#)
- [اھر ءسردم](#)
- [ى تشبیه لوک ءسردم](#)
- [یرامیب](#)
- [هناچبص](#)
- [رامان](#)
- [مفیظو](#)
- [نابز](#)

- [نیدلاومسلاج](#)
- [مدنیامز نیدلاو](#)
- [ایلوا ایاروش](#)
- [هسردم](#)

هیسیلگنا، هییلالتیا هیبرع و هییلانامور ار دیناوتی م [یامنهار رد نیدلاو دراوهزات مدشریشتم طاسوت](#) داینب نیدلاو .دیبایه اهویدو و تاغلطا هیحیضوت برتشیبه هیاهنابز، هیناملا، هیکر

## سرادم هفرد یا

ادیپی م دندک و نیا ناکما زین دوجو، دراد هک رد اهنآ [هخاش یاه کرادمی مومع ی شزوما](#) اربت فایرد .درک [هسردمه شزوما ی مومع ی من دنور](#)، تاناکما هیفلتخم ار هئارا م .دندک رد اجنآ [رد هنیمر کی ل غش ی گدامآ](#) سرادم هفرد، یا ایرب نانالوج و نانالوج لاسگزره یلاب 51، لاسرگا اهنآ برگید

## سرادم هفرد یا رد میحان: میهندها

- [لیمیا: ed.hcet-dieh@ofni](mailto:ed.hcet-dieh@ofni)  
ن.فان: [069712312370](tel:069712312370)  
81598 miehnedieH  
eßartsyhciC 511.  
[هسردم ینف / میهندها HCET-DIEH](#)
- [لیمیا: ed.miehnedieh-sk@ofni](mailto:ed.miehnedieh-sk@ofni)  
ن.فان: [138712312370](tel:138712312370)  
81598 miehnedieH na red znerB  
eßartslatnekceH 68.  
[هسردم ی ناگزراب میهندها](#)
- [لیمیا: ed.hdh-lvm@ofni](mailto:ed.hdh-lvm@ofni)  
ن.فان: [008712312370](tel:008712312370)  
81598 miehnedieH  
eßartslatnekceH 68.  
[هسردم ایرام نوف ندینا](#)
- [لیمیا: gro.suinegorp@miehnedieh](mailto:gro.suinegorp@miehnedieh)  
ن.فان: [4820212370](tel:4820212370)  
02598 miehnedieH  
eßartS-hcsoB-treboR 2.  
[هسردم سوبینجورب میهندها](#)

ی مومع ی من اتدینور **81 یگلاس** ناکدوک و نانالوج رد ناملا دیبا هبکی هسردم دنورب لیصحت) (ایراچا . نیا همانره اه، دیفمی نامز دنتسه هک امش [تبعقومچیه ی شزوما](#) یرگید دیرادن هبو چیه [هسردم شزوما](#) همانربینچمه [یاه هژیو یا ایرب نارچاهم دیدج دوجو دراد](#)

ی مومع هرادا میحان ت نوکس، دیراد بشخبت بقارم ی شزوما ی عامتجا هرابرد مانیسیونه بامشکم م .دندک برگا رد کی ماگنماقا

## OBAV: راک شپه زا بسک تراهم و نودب ل غش شناد ی ناملا

دای م .دندرگ، فده ندیسر هبت [سلاج طاس 1B ار 2A](#) . [شخبینچمه یاه یلمع](#) رد بت کرش اه دوجو .دراد رد اجنآ نانالوج شپه زا ره [ی ناملا آزیچ](#)

رد سرادم ریز رد میحان، میهندها سلاک یاه OBAV دوجو: دراد

- [ed.hdh-lvm@ofni](mailto:ed.hdh-lvm@ofni): لیما  
نفا: 008712312370  
81598 miehnedieH  
eßartslatnekceH 68  
[سرمد ایرام نوف ندنیا](#)
- [ed.hcet-dieh@ofni](mailto:ed.hcet-dieh@ofni): لیما  
نفا: 069712312370  
81598 miehnedieH  
eßartsyhciC 511  
[سرمد / نیف مپاهندیاه HCET-DIEH](#)
- 

### **RBAV: راک شپ زابسک تراهم و لغش رد لکش لومعم**

زین سیرت می. دوش میخت فایرد [کردمک](#) و [سرمد ایلا](#) زین نکم. تسانیا رما هب زاعا کمکش [زوما](#) می. دنک  
درفو یارب راک هدامآ می. دوش. شخبینچمه یاه یلمء رد تکرش اه دوجو. دراد یلو سرد یاه یرگید  
رد اجنیا زاب نامالأم هتخوما می دوش

رد سرادم ریز رد میخان، مپاهندیاه سلاک یاه RBAV دوجو: دراد

- [ed.hdh-lvm@ofni](mailto:ed.hdh-lvm@ofni): لیما  
نفا: 008712312370  
81598 miehnedieH  
eßartslatnekceH 68  
[سرمد ایرام نوف ندنیا](#)
- [ed.hcet-dieh@ofni](mailto:ed.hcet-dieh@ofni): لیما  
نفا: 069712312370  
81598 miehnedieH  
eßartsyhciC 511  
سرمد نیف / مپاهندیاه HCET-DIEH

### **عوانا سرادم، ریز رد منیمز سرادم هفرد یا دوجو: دنراد**

#### **لاس زاعا راک (JEB) و لاس یگدامآ یلغش: (JVB)**

هبرجت ار هب کردم سرمد ایلا دوخ هفاضا دنک و ایحطس شزوما لداعم کردم سرمد ایلا ار بسک. دنک  
شزوما هفرد یا. دنرادن هانآ یپاهامزود ار رد منیمز یاه فلنخم یلغش ت فایرد می دنک و می دنلاوت ای نیا  
یارب شناد نازوما ای نودب کردم سرمد ایلا دنتسه هک زونه مدیا یا یدج هرابرد لغش ای زونه چیه تیعموم  
نیا همانر، اه

#### **[سرمد هفرد: یا](#)**

یروئت یصصخت رد سرمد هتخوما می دوش و شخب یرگید یلمء رد کی هتاخراک شزوما هدنهد هئارا می. دوش  
شزوما رد اجنیا رد کی متسیس هتاگود ماچنا می. دوش، ینعیک ی شخب شزوما

تااعلاط رتشیب ار رد نیا منیمز می دنلاوت رد شخب شزوما ای رد اجنیا. [جینکادی](#)

#### **[سرمد هفرد یا: یصصخت](#)**

هطاسوتم ت فايرد ، دنك كرادم هصصخت هفرح يا ه روط لومعم رد هزوح ياه ه لغش ريز ميسقت ي دنه يم : دنوش  
يا ايكه كرده هفرح يا ار هئارا يم ، دنك رد نيا راک درف يم دنلوت كرده ه ليصخت رتلااب ار ايكه م لپيد ش زوما  
س رادم هفرح يا هصصخت رد تدم 1 ات 3 لاسك ي ش زوما ه ياپ يا هفرح ، يا ك ي گدام آ ميلوا هفرح

تاعلاطا رتشيپ ار يم دينلوت رد ، [دينيباجنيا](#)

هزوح هذف ي راجت

هزوح ه ناخ ش زوما ي راد ه عامتجا ايه زوح ت بقارم

هزوح ي راجت

### [ه سردم : هصصخت](#)

ه نايم ايه ارب للاقنسا ه لغش هداما يم س رادم ، دنك هصصخت زينه ه هزوح ياه هصصخت ريز ميسقت يم : دنوش  
يم دنك و تراهم ياه بسك هدش رد اهنآ ار ليمكت و قيمه برت يم اهنآ ، دنك درف ار اربكه تيلعف رد تيريدم  
زكارم ش زوما ه ليمكت هفرح يا ، دننسه هنع اهنآ كيه ش زوما هفرح يا و كيه تيلعف ه لغش بسانتم ار ليمكت  
س رادم هصصخت كيه ايه و د ، ه لاس

تاعلاطا رتشيپ ار يم دينلوت رد ، [دينيباجنيا](#)

ه حارط

ه زروانشك

ه مولا ه عامتجا

ه ناصتقا

ه سدنهم

### [چلاك ياه هفرح : هيا](#)

ه ه هاگشناد هصصخت ت ي خلاص) ليصخت رد (هاگشناد چلاك ، ت سا ياه هفرح يا رد هزوح ياه ريز دوجوم : دننسه  
كردم ش زوما هطاسوتم ار ليمكت يم دنك و فده اهنآ كيه تراهم هفرح يا ه ليمكت ايه هئارا كيه ه لوگ دورو  
چلاك ياه هفرح يا ه كيه اته ه لاس لوط يم ، دننك

تاعلاطا رتشيپ ار يم دينلوت رد ، [دينيباجنيا](#)

ه ناخ ي راد

ه تملاس و ت بقارم

ه ش زوما ه عامتجا

ه ناصتقا و تيريدم

ه سدنهم

### [ه سردم ه لاء هفرح : هيا](#)

ه امش ت ي خلاص ليصخت رد هاگشناد ار ه بتسد يم ، دبروآ ه سردم ه لاء هفرح يا رد ه خاش ياه ريز دوجوم : ت سا  
دورو ه هاگشناد ايه ايكه نابز ي چراخ مود اربكه ي ه لوگ ه مومع دورو ه هاگشناد هداما يم نياربان ، دنك  
هطاسوتم ار هتشاد ، ديشاب نيا ه سردم ه روط لومعم و د لاس لوط يم دنك و امش ار اربكه ي ه لوگ هصصخت  
ه لاء هفرح ، يا امش مزلا ت سا كيه ش زوما هفرح يا ار ه نياپ ه دناسر ديشاب و ل قلدح كيه كردم ه سردم  
ه ارب ه سردم

تاعلاطا رتشيپ ار يم دينلوت رد ، [دينيباجنيا](#)

ه سردم ه لاء مولا ه عامتجا

ه سردم ه لاء ناصتقا

ه سردم ه لاء هذف

### [ه ناسر يرد هفرح : هيا](#)

ه ليصخت رد ره چلاك ايه هاگشناد ار ه درف يم نيا ، دهد ناسر يرد ه ه نيمز ياه هصصخت ه طورم ميسقت يم : دوش  
ه لاس نكمم ، ت سا ناسر يرد هفرح يا ه كيه ي ه لوگ ه مومع دورو ه هاگشناد (روتيا) مته يم دوش و ت ي خلاص

ایکے کردم ش زومآ مطسوتم وکے نیگنایم تارمن 0,3 رد سرد یاه، یلصا ن تفره بکی نآتسریید هفرح یا هس

تاعلاطا رتشیب ار یم دیناوت رد .دینیباجنیا  
مولء هیذعت  
هزوج یژولونکتویب  
هزوج مولء یزروانشک  
مولء تملاس و ی عامتجا  
هزوج مولء ی داصتقا  
هزوج ی ذف

## کمک ی سرد و کمک یریگدای

ی پناج یارب کی سرد هسردم چراخ زا سلاک .تسا هنیزه ن یا کمک دیاب بلاغات خادری .دوش  
کمک ی نایبیتشی سرد

دینک و دیسریب ایآ کمک ی سرد ای کمک یریگدای دیفم ت سا ای .ه ن دیاش دوخ هسردم همانری یا رد ن یا هنیزه .دراد  
رد برطخ یم دتقا و ای برگا بر ف یرایسب زا بلطم ی سرد ار هجوتم یم ن ای .دوش **ناراگزومآ** رد هسردم تبخص  
ه ن یا بیترت کمک ی سرد و کمک یریگدای یارب لایم ی نامز دیفم دنتسه هک عیفرته ای غراف ی لیصحتلا

کمک ی سرد ای کمک یریگدای دوجو .دراد یارب ن یا ، روظنم دییات هسردم یارب موزا ن یا رما ت ساوخرد یم .دوش  
رد همانری ش زومآ و ،ت کرانشم اضعب ناکما ت فایرد

ترجاهم و تبلاعف □ نابلطاواد هرادا میحان میهندها ([ed.miehnedieh-sierkdnal@tmanerhe](mailto:ed.miehnedieh-sierkdnal@tmanerhe)) سلامت .دیریگ  
یم دیناوت دوخ ار فرعم ات ،دینک هب **تروص نابلطاواد کمک ی سرد هئارا** ،دینک **افطلا** ای شخه ن انکراک هرادا  
برگا

رد اجنیا زکارم لقتسم کمک ی سرد و کمک یریگدای فرعم یم دنوش ی اراد) : (هنیزه

## میهندها

- [77097212370](tel:77097212370) :ن فانه  
[SUCABA](mailto:SUCABA) زکرم کمک ی سرد هئاگادج ی گناخ
- [939985712370](tel:939985712370) :ن فانه  
22598 miehnedieH  
eßartsnaitsirhC 31  
زکرم ت یامد زا بش ناد نازومآ و نایوجشناد نیتسوگا  
:لیمیا [ed.assorabrab-oidutsnrel@miehnedieh](mailto:ed.assorabrab-oidutsnrel@miehnedieh)
- [699302912370](tel:699302912370) :ن فانه  
81598 miehnedieH  
ztalP-elkeaj-neguE 53  
[ed.enilno-t@miehnedieH-SOL](mailto:ed.enilno-t@miehnedieH-SOL) یوبدوتسا یریگدای اسورایر ای میهندها
- [060694312370](tel:060694312370) :ن فانه  
81598 miehnedieH  
ztalpfohnhaB 11  
[SOL](mailto:SOL) مسسوم ش زومآ ت سرد ی سیوز و ن ف نیشون
- تامولعم haB  
[ed.enilno-t@miehnedieH-SOL](mailto:ed.enilno-t@miehnedieH-SOL) کمک بش ناد نازومآ
- [16184912370](tel:16184912370) :ن فانه  
02598 miehnedieH

remiehtianhcS .rts 9  
زکرم تيامد ی شزوما بش ناد نازوما

### ن گنیگ

- [95413922370](tel:95413922370):ن فئا:  
73598 negneiG  
tkramneßieG 61  
کمک نابز و کمک ی سرد
- [82123922370](tel:82123922370):ن فئا:  
73598 negneiG  
eßartsrotrebO 2  
[هورگ ی تا علاطم ن گنیگ](#)

### ن گنیتش بره

- [13428942370](tel:13428942370):ن فئا:  
24598 negnithcerbreH  
egnaL .rts 44  
زکرم تيامد ی شزوما بش ناد نازوما ی ارب کمک ی سرد

### ن تتشرگ

- [04502932370](tel:04502932370):ن فئا:  
74598 nettetsreG  
mA fohnhaB 2  
relühcSorp

### هرواشم و کمک

### راکدم ی عامتجا هسردم

رد ی رایسب زا هسردم اه ن اراکدم ی عامتجا هسردم دوجو .دراد ن یا هبدارفا امش کمک ی م دنتک رگا امش

- ی تلاکشم رد دروم هسردم ای ای ی سلاکمه اه متشاد .دیشاب
- ی تلاکشم رد هناخ ای نیدلاو ای هداوناخ متشاد .دیشاب
- ل ناسم و ی تلاکشم رد منیمز ی اه رگید ی گذنز متشاد دیشاب ،دایتعا) داوم ،ردخم .(...ی رادراپ

ن اراکدمه ی عامتجا ،هسردم رد هسردم دوخ هعجارم .دینک

### کمک لاغتشا ناناوج

احیپ دنتک هک ناشبارب بسانم .تسا اهنآ رد یوجتسج هرود ی اه ی زومآراک و رد یاضاقت راک هب امش کمک ی م .دنتک  
DIEH HCET ن اراکدم لاغتشا ناناوج دوجو .دراد ن اراکدم لاغتشا ،ناناوج هب ناناوج کمک ی م دنتک اتل لغتشیک ی  
رد سرادم هفرح یا هیجان ایرام نوف ندنیل و

[@ed.hdh-lvm@ofni](mailto:ed.hdh-lvm@ofni)  
[008712312370](tel:008712312370)

81598 miehnedieH  
eßartslatnekceH 68  
[هسردم ایرام نوف ندنیا](#)

[@](mailto:ed.hcet-dieh@ofni)  
[069712312370](tel:069712312370)

81598 miehnedieH  
eßartsyhciC 511  
هسردم ینف میاهندیاه / [DIEH HCET](#)

## ت کرش : دادعتسا

تهج ی هد ی لغش و راذگ زا هسردم هب لغش زا یوست کرش یاه یراکمه هدنک هرواشم و تا علاطا ی م .دنریگ  
رد ت کرش دادعتسا رد DIEH, HCET ازوم آراک اهنا و زین ناملمع هسردم رد منیمز ش زوما ی لغش

نینچمه ی م ناوتت ساوخرد زا .ت شونت کرش دادعتسا ی م ناوتت اب ی گنهامه ی لبق زا مینشود ات عمج هداقتسا .درک  
نیا قاتا هب اهرتویپماک و اهرگیاچ زهجم همدش ؛تسا رد اجنیا

هورگ : فده ش ناد ازوم آ رهش و هیحان میاهندیاه ی لااب 51 .لاس

سهامته

[@](mailto:ed.hcet-dieh@ofni)  
[069712312370](tel:069712312370)

81598 miehnedieH  
eßartsyhciC 511  
[هسردم ینف میاهندیاه / DIEH HCET](#)

## نایبرم هرواشم

وی یاراک و زین دنور لیصحت کمک ی م .دننکی تسرهف زا نایبرم هرواشم رد هیحان میاهندیاه ار ی م دیناوت [اجنیا](#) رد .دینیب  
دوجو دنراد هک امش ی م دیناوت هب اهنا هعجارم .دینکن یا دارفا هب نیدلاو و ش ناد ازوم آ رد منیمز تلاکشم یریگدای  
رد رتشیب هسردم ،اه نایبرم هرواشم

## زکرم هرواشم ی ناور هسردم

ی م دیناوت هب زکرم هرواشم ی سانشناور هسردم هعجارم .دینک رد اجنیا هب ش ناد ازوم آ رد دراوم ریز کمک ی م دننک  
هرا برد لئاسم و ی تلاکشم هک رد اهنا راکدم ی عامتجا هسردم ریگید ی م دیناوت کمک ،دنک امش

- رد دروم تلاکشم طوبرم هب یریگدای ای زکرمته و
- رد تلاکشم دوجوم اب ناملمع ای ی سلاکمه ،اه
- رد دروم سرت زا ناختم ای سرت زا .هسردم
- رد هسردم ای ای ی سلاکمه اه متشاد ،دنشاب تلاکشم یراتفر رد هسردم متشاد ،دنشاب هب نیدلاو کمک ی م .دوش  
هچر اه ی تلاکشم رد یریگدای ای سرت زا هسردم متشاد دنشاب و ای هقلاء یا هب هسردم متشاد ،دنشاب ی تلاکشم  
رد اجنیا نینچمه رگا

سهامته

[@ed.lwb.vk.pg-ass.aa@sbps](mailto:ed.lwb.vk.pg-ass.aa@sbps)

06562516370

13437 nelaA

eßartsgrebneglaG 8

[بزرگم هرواشم ی ناور هسردم](#)

## متسب ی شزومآ و تکرانشم (TuB)

هک هب هسردم یم دنور اما زا قیرط شزومآ چیه یدمآرد هب تسد یمز .دنروآ  
- ی ارب ناناوچ ات 52 بی گلاس  
- ناکدوک ات 81 لاس و  
ناکما ریذپت سا ی ارب  
یم ؟دینک بس پس نکم ت سا دیناوتب زا قیرط متسب" ی شزومآ و "تکرانشم زا دنزرف دوخت یامحی لامت فایرد .دینک  
ایآ ی ایلزم ی علمتجات فایرد

## تامدخ رد کی هاگن

### یاهرفس کی هزور و یاهرفس دنچ هزور هسردم اب هسردم ای کدوکدهم

رد تروصت کرشلک ،هورگن یا منیزه اه ششوی هداد یم :دوش

- منیزه ی اه ،رفس
- منیزه لذغ و
- یدورو

- نودب تازیجهت ی صخش

- نودب لوپ ی بیج و

منیزه ی اه ی عفاو ماجنا همدشت خادری دهلوخ دش

### راهان ی عمج

منیزه راهان ت خادری یم .دوش راهان دیا ب طسوت هسردم ای کدوکدهم هیته .دوش

### لمد و لقعن هسردم

نیرتکیدزن هسردم ی لیخ رود ،دشاب منیزه رفس ل باقت خادریزاه .ت سا ن یا طقف زا کی ملاصاف صخشم ناکما ریذپ .ت سا  
رگا

### ل یاسو هسردم

هب ی اهزاین درادناتسا امش ی گنسیب .دراد غلیم ره لاس ل بدعت یم .دوش خرز ت باژ رد هام توا و هیروف ت خادری یم .دوش  
ش ناد نازومآ ره مروت کی خرز ت باژ ی ارب داوم هسردم ت فایرد یم .دندک خرز ت باژ

### ی ناپیتشپ یریگدای

- ی هاگ تاقوا یم ناوت ی ارب ی ناپیتشپ یریگدای [بیس بر دتای ی صوصخ](#) منیزه .درک اما طقف ی ارب کی نامز .صاخ

- نی‌نابیتشپی‌ی‌شزومآ‌آهنتی‌ردی‌تروصت‌خاخری‌می‌دوش‌ه‌ک‌فاده‌ای‌شزومآ‌رد‌ریغ‌ن‌یا‌تروصل‌باقی‌بایتسد .دشاپن
- هیدییات‌ه‌سردم‌مشیمه‌ی‌رورض .ت‌سا‌هیدییات‌دیاب‌ه‌ارمه‌اب‌ت‌سا‌لوخرد‌لاسرا .دوش

### ت‌کراشم‌رد‌ی‌گدنز‌ی‌عامتجا‌و‌ی‌گنهرف

ی‌اربه‌ناکدوک‌و‌نانالوج‌ریز 81 ،لاس‌رتکلاد 51 وروپ‌رد‌مام‌ی‌اربه‌دراوم‌ریز :ت‌سا

- ق‌ح‌ت‌یوضه‌و‌ق‌ح‌ت‌کراشم‌زا‌ق‌طانم
- ،ش‌زرو
- ،ی‌زابه
- گنهرف‌و
- ت‌رشاعم‌دننام‌)‌هاگشا‌(‌ل‌ابتوف
- س‌یردت‌رد‌"‌ت‌اعوضوم‌"‌،‌یرنه‌ه‌ب‌ناونع‌لائم‌س‌ورد‌ی‌قیسوم
- ی‌اه‌تاقوا‌،‌ت‌غارف‌ه‌ب‌ناونع‌لائم‌ت‌یلعف‌ی‌اه‌تاقوا‌ت‌غارف‌،‌رتائت‌ای‌ت‌یلعف‌ی‌اه‌ی‌شزومآ‌ی‌گنهرف‌ت‌پاده‌مدش
- ت‌کراشم‌رد‌ت‌یلعف

### افطاله‌جوت‌ه‌تشاد :دیشابه

- ن‌یا‌ایازم‌طقف‌ی‌اربه‌ناکدوک‌و‌ی‌نانالوج‌ت‌سا‌ه‌ک‌ی‌ایازم‌ی‌عامتجا‌ت‌فایرد‌ی‌م .دندک
- رد‌هاگشزومآ‌ی‌مومع‌ای‌ه‌فرح‌(‌یا‌ای‌ه‌ب‌عفت‌ت‌کراشم‌)‌ی‌گنهرف‌و‌«‌ی‌عامتجا‌ناکدوک‌و‌نانالوج‌ات‌ن‌س 81 .لاس
- طقف‌ات‌ن‌س 52‌ی‌گلاس‌رد‌)‌تروصل‌لیصت
- ش‌ناد‌ی‌نازومآ‌ه‌ک‌کم‌م‌نیزه‌ی‌شزومآ‌ت‌فایرد‌ی‌م‌دندک‌زا‌ن‌یا‌ایازم‌ی‌نشتسم .دنتسه
- ره‌ک‌دوک‌و‌ی‌ناوج‌ه‌ب‌همان‌به‌ی‌دربراک‌دوخ‌زاین .دراد
- ه‌دش‌و‌اب‌دهلوش‌ب‌سانم‌ت‌باژ .دوش‌لوئسم‌سامت‌امش‌ه‌ب‌امش‌ی‌م‌دیوگ‌ه‌ک‌م‌ادک‌دانسا‌و‌ک‌رادم‌دروم‌زاین .ت‌سا
- ی‌اربه‌میمصت‌یریگ‌رد‌دروم‌مکنیا‌ایآ‌ی‌ایازم‌ت‌فایرد‌دیهلوخ ،دک‌زاین‌امش‌دیاب‌ه‌ب‌حوضو‌ن‌ایه

### دارفا‌سامت‌و‌دنیارف‌ت‌ساوخرد

س‌کف 411 543 12370

[12370 543 0](tel:123705430)

[@ed.eg-retneboj@TuB-3maeT-negnutsieldleG.miehnedieH-retneboj](mailto:ed.eg-retneboj@TuB-3maeT-negnutsieldleG.miehnedieH-retneboj)

eßartS-ssueH-rodoehT ,1 81598 miehnedieH

میت‌ش‌زومآ‌و‌ت‌کراشم

[رکرم‌راک‌م‌باهندیاه](#)

رگا‌ت‌حده‌BGS II‌ی‌ایازم‌ت‌فایرد‌ی‌م‌دینک‌ی‌ایازم‌)‌یراکیه‌II /‌ی‌ایازم‌:(‌ی‌عامتجا

[12370 123 5212](tel:123701235212)

[@ed.miehnedieH-sierkdnal@negnutsielrebweblysa](mailto:ed.miehnedieH-sierkdnal@negnutsielrebweblysa)

81598 م‌باهندیاه

.rtsnesleF 63

ه‌ناخ A‌م‌قبط‌ف‌کمه

ی‌ایازم‌ن‌ایوچهانپ

ن‌یمان‌ی‌عامتجا‌و‌ماغدا

[رتفد‌م‌حان‌م‌باهندیاه](#)

رگا‌ی‌ایازم‌ی‌گندهانپ‌ت‌فایرد‌ی‌م‌:دینک

[12370 123 0](tel:123701230)

81598 م. پاهندیاه

eßartsnesleF 63

ش زومآ و ت کرانشم

نیمانی عامتجا و ماغدا

[رئفد میحان م. پاهندیاه](#)

،ن کسمه ل مکم کممک منیزه ،د ن زرف تینما میلوا قبط IIX ، BGS کممک منیزه یاه ی گدنز قبط IIX : BGS  
رد ت روص ت فایرد کممک منیزه

ه ناخباتک اه و زکارم ش زومآ ن لاسگزره

زکارم ش زومآ ن لاسگزره (SHV) رد میحان م. پاهندیاه

زکارم ش زومآ (SHV) ن لاسگزره همانره یاه یفلتخم ار یاره ،ن اکدوک ناناوج و ن لاسگزره هئارا ی م .دینک

ه روداجنا اه و همانره یاه ی سرد رد منیزه ی یاه دننام ،ن ابز ،ت ملس ،رتویپماک بگنهر فرنه و ی قیسوم دوجو . دراد  
بلاغ رد

زکارم ش زومآ ن لاسگزره رد میحان م. پاهندیاه رد رانک SHV " همانره " ناناوج یاه ی ناگیار مه یاره ن اکدوک ،د نراد  
یاه یفلتخم دراد هکی م دیلوت زا لهئا هدافتسا . دینک یاره بلاغا همانره ،اه ی غلیمدیاه ار دیزادریه . ابیرقت همه  
ره زکارم ش زومآ همانره ن لاسگزره

رد ت یاسبو یاه زکارم ش زومآ ،ن لاسگزره تا علاطا یرتشیب ار هرابرد همانره اه ادیپی م :دینک

• [@ed.miehnedieh-shv@ofni](mailto:ed.miehnedieh-shv@ofni)

[224472312370](tel:224472312370)

22598 miehnedieH

mA nebaredeW 5

[م. پاهندیاه SHV](#)

• [@ed.negneig@shv](mailto:ed.negneig@shv)

[857722370](tel:857722370)

73598 negneiG na red znerB

eßartslatipS 5

[ن گنیگ SHV](#)

• [@ed.retsolk-murtnezrutluk@shv](mailto:ed.retsolk-murtnezrutluk@shv)

[063155942370](tel:063155942370)

24598 negnithcerbreH

regrublesE eßartS 8

[ن گنیشریه SHV](#)

• [@ed.znerb-red-na-miehtnos@shv](mailto:ed.znerb-red-na-miehtnos@shv)

[277152370](tel:277152370)

76598 miehtnoS

reznerB eßartS 52

[م. پاهنتوز SHV](#)

• [@ed.negniztotsredeiN@shv](mailto:ed.negniztotsredeiN@shv)

[7220152370](tel:7220152370)

86198 negniztotsredeiN

gewnremmoP 1/3

ردیدن گنستوتشا SHV

- [@ed.negnihcsid@shv](mailto:ed.negnihcsid@shv)  
01872370  
16598 negnihcsID  
ztaIptkraM 9  
SHV ینگیشید
  - [11745922370](tel:11745922370)  
86598 gniramreH  
eßartslraK 21 )suahtaR(  
SHV ینگیرامره
  - [@ed.nettetsreg@shv](mailto:ed.nettetsreg@shv)  
05291932370  
nettetsreG 74598  
eßartslraK 42  
SHV ینگیرامره
  - [@ed.miehttan@shv](mailto:ed.miehttan@shv)  
62497912370  
46598 miehttaN  
eßartsluhcS a81  
هسردم ن لاسگگزب میاهتاز
- [@ed.nnorbsgineok@eluhcshcohsklov](mailto:ed.nnorbsgineok@eluhcshcohsklov)  
31526982370  
15598 nnorbsginök  
eßartstrawreH 2  
ن ورین گینوک SHV

**هناختاک اه**

ار دیزادریپ . برگا امشد بانک اه و هناسر اه هبار ع قوم ، دینادرگنرید دیا به منیزه یاه ی بناج ی روآناپ ار !دیزادریپ تراکی یاسانشه مزلا دیراد . نیا تراکی یاسانشه ار می دیناوت زا هناختاکت فایرد . دینک بلغا دیاپ ی اره ی غلبمن آ ، دنتسه ی لو اضعب بانک ی یاه هب نابز یاه رگید لائمه سیلگنا دوجو . دراد برگا می دیهلوخ ی زیچ ار هب تناما ک ، دیریگب تناما . یریگب س پس می دیناوت بانک اه و هناسر اه ار ی ار یک به متفه مگن دیراد تلهم ) تناما . ( بلغا اهنآ هب ی ناملاآ رد هناختاک اه امشد می بانک دیناوت ، تلجم ی سد اه و ید ی و ید اه ار هب

- [miehnedieH.ztaIpt-dnarB-ylliW22598](mailto:miehnedieH.ztaIpt-dnarB-ylliW22598) میاهندیاه 1
- [eßartstkraM.14.73598.negneiG.na.red.znerB](mailto:eßartstkraM.14.73598.negneiG.na.red.znerB) ینگینک
- [eßartstpuaH.5559842.miehnietS.ma.hcubIA](mailto:eßartstpuaH.5559842.miehnietS.ma.hcubIA) خوبلاآ  
میاهندیاه 1  
هناختاک یریگب ینگینتشریره  
regrubslesE eßartS 8  
negnithcerbreH 24598
- [reznerB.eßartS.7659852.miehtnoS.na.red.znerB](mailto:reznerB.eßartS.7659852.miehtnoS.na.red.znerB) زینس بتیر
- [eßartsnetraG.7459852.nettetsreG](mailto:eßartsnetraG.7459852.nettetsreG) ینگینتشرگ
- [eßartsluhcS.4659861.miehttaN](mailto:eßartsluhcS.4659861.miehttaN) میاهتاز

## زکرم هانسر یاه میحانه

و نهمچنا اه ی م دیناوت زانیا ناکما هداقتسا . دینک صاخشا ی قیقح زین ی م دیناوت ا ب غلیم ی مکه اهنآ ار ه ب ت ناما . دینریگ  
هانسرزا یاه ی ر یوصت ی توص و لاتیجید ماگتسدو اه ار ه ب ت ناما . ت فرگ ، س رادم دهم ک دوک ، اه زکارم ی شزومآ  
رد زکرم هانسر یاه میحانه ی م ناوت ی رایسب

یارب هداقتسا همه ، ناملمع و زین ناسردم بملطواد نابز و ناملمع ی تیوقت و زین دارفا دنمقلاء رد س برتسد . ت سا  
ار یارب س برت ی ناملاً ابرجهم هزات دراو ه ب ناوئ ( "kehtaideM-ZaD" ) ع بانم هئارا ی م . دینک kehtaideM-ZaD  
نآ رد زکرم هانسر یاه ن فیهانه ی ر و آ هانسر یارب ی ناملاً ه ب ناوئ نابز مود دوجو دراد ه ک ب لاطم ی نوگانوگ  
هولاء بر

سامت:

[@ed.hdh-murtnezneidem@ofni](mailto:ed.hdh-murtnezneidem@ofni)

256112312370

22598 miehnedieH

ztalP-tdnarB-ylliW 1

[زکرم هانسر یاه میهنده](#)

تا عاس: راک

معمد 00:8 حبص ات 03:21 ب ش

میشچنپ 03:21 دعب زا رهط ات 00:4 دعب زا رهط

مس: میشش 03:21 ی لا 00:61

میششود 00:8 حبص ات 03:21 دعب زا رهط

## همانرب یاه ی شزومآ

ی م داکآ: مدنیآ

ی م . دینک رد س لاکهنا ی یاه رد منیمز یاه فلتخم دوجو: دراد ، نابز ، برنه ، ی قیسوم مولء ، ی عیبط ، ی ضایر ... ن ف  
" ی م داکآ مدنیآ ، " میهنده بلاغا ه ب ت روص ناگیار همانرب ی یاه ار یارب ناکدوک و نانالوج هئارا

- [ی م داکآ نانالوج](#) یارب ناکدوک و نانالوج دنمقلاء همه س رادم رتلااب زا س لاک 5 . ت سا
- روتکه نیا هرود دیاب زا یوس دهم ک دوک ای ناتسبد میصوت رد . دوش اجنرا امش ی م دیناوت نیا هرود اه ار وچتسج . دینک  
[ی م داکآ ناکدوک روتکه](#) یارب ناکدوک دهم ک دوک و ی ناتسبد یارب ت سا روضد رد کی هرود ی م داکآ ناکدوک

سامت:

[ی م داکآ مدنیآ میهنده](#)

ماگراک بش هوژ، رلاا، درز

[@ed.miehnedieh@eimedakastfnukuz](mailto:ed.miehnedieh@eimedakastfnukuz)

013542912370

02598 miehnedieH

tdatsrovnefozlemhcS 4/33

هژورپ: RALKTRATS

سلاک یاه، 8 و 9 و 01 کک مک دنک اتکی ک رد م سردم یاه و کی تی عقوم ش زومآ ه فرح ی ا ا ر ت فایرد . دننک ه ژورپ "RALKTRATS" حصق دراد ه ب ه چ ی یاه

ه ژورپ ل ماش ه روکی ی ی زومآ راک زین . ت سا ن یا ، ه رود منیزه ی ا . درادن تاعلاطا رتشیب ار ی م دنلاوت رد ادیپا جنبا . دننک ی ا ر ی ن یا روظنم کی لوئسم ی یوگخسا پ رد ه سردم تسسه ه ک ک مک ی م دنک اتکی ل غش ب سانم ار ادیپ . دننک ن یا

ه ژورپ "RALKTRATS" رد ن یا س رادم دوجو : دراد

- ه سردم resIE-groeG ن ور بزگینوک
  - م یاه تیا نشا eluhcskcehsriH
  - ن گنیشید eluhcsuagE
  - ن گنیشیر بره eluhcssirbiB
  - ن مچنا ه سردم لانتکه
  - ه سردم ش یردیر ف ت یوف م یاه ندیاه
  - م یاه تیا نشا eluhcsrelliH
  - ه سردم ن تشرگ
  - ه سردم م یاه تنوز
  - ن گنیک eluhcslhüB
- رگا ه ب ن یا ه ژورپ ، دیدنم قلاء زا ه سردم . دیسریپ

## ن اناوج : SHV

ا ب ن یا ل ا ح اضعب منیزه ی یاه زیچ ه ک ی ا ر ی ه رود م زلا دننسه دیاب ت خادری . دوش ن یا درلوم لائتم ن کم ت سا باتک ا ه . دننشا ب و ن اناوج زین ه ئارا ی م . دننک ن یا ه رود ا ه SHV» «ن اناوج ه دیما ن ی م ی رایسب . دنوش زا ن یا ه رود ا ه ناگیار . دننسه eid ز کارم ش زومآ )SHV( ن لاسگرز رد ، میحان ه رود ی یاه ی ا ر ی نا کدوک

ه ب ت یاس یاه ز کارم ش زومآ ن لاسگرز ، هاگن دننک ات دینیب ه چ ه رود ی یاه دوجو . دراد

**یاه ناگیار ی ناملا** ار ی ا ر ی ش ناد ن ا زومآ ی اراد ت لاصا ی ج راخ ه ئارا ی م . دننک طقف منیزه باتک ا ه دیاب ت خادری . دوش ی یامنه ار SHV س لاکم یاه ندیاه

ی ا ر ی ن یا روظنم امیقتسم م یاه ندیاه ب SHV ه جارم . دننک

## ه سردم ی ناتسبات

ی ضایر و ی سیلگنا دای م دنریگ . دعب زا هاگرا کا هرط ی یاه دننام ل لبط ، ی نزی سلاک و ک سام ی یاس دوجو . دراد سلاک ی م یاه دنلاوت 8 ات 6 ه ب ت دم کی متفه ه ب ت روص ناگیار رد سلاک ا ه ت کرش . دننک رد ن یا س لاک ا ه ، ی ناملا هئا رد ه سردم ی ناتسبات ن ارتخد و ن اریسب زاغآ ه دننک

س رادم ک رتشم و س رادم ع ماچ رد میحان م یاه ندیاه ی م دنلاوت ت کرش ت کرش . دننک ه ب ه ارمه راهن ناگیار . ت سا ش ناد ن ا زومآ س رادم ، ی لاصا س رادم ع ماچ ، ی ن ف

ی ا ر ی تاعلاطا رتشیب و ما ، ی سیون م یاه ندیاه ب SHV ه جارم . دننک

## ن اتسریپد ه نايش ت سا گ ریم تروو

دیزادریه (005) ورو؛ رد .(لاسرگا دمآرد یمک، دیراد هب امش کمک یم .دوش رد نیا تروص دیاب غلیم یرتمک ار .دیزادریه دیشاب زین نکم سنلاک.ت سا **اه رد نامز رصء** ای رد نایاپ متفه رازگریه یم .دنوش یاری نیا روظنم دیاب غلیم ار **ن لاسرگریه** .ت سا رد ،اجنیا دارفا یم دنلوت **کردم عطسوت م لیدای ناتسریه** ار .دنریگ نیا ،رما ی تخرگا ل غاش ناتسریه ،ه نایشکی **یاریه سردم**

تاعلاطا ،رتشیب ار یم دنلوت رد اجنیا ادیپ ینک [/ed.grebmettreuwtsomuisanmygdneba.www//:ptth](http://ed.grebmettreuwtsomuisanmygdneba.www//:ptth)

## ش زومآ ه فرد ،یا ل یصحت رد هاگشناد و راک

### تاعلاطا یمومء

### تاعلاطا یمومء

امش نینچمه یم دنلوت

یدایز یاری ن تفاق ل غش دوجو .دراد یم دنلوت یرایسب زا یهگاآ یاه یملدختسا ار **ه مان زور رد اه ت نرتنیاو** .دیپایه هار یاه

- ناتدوخ غلیته دینک ای
- امیقتسم رد ت یاس یروضح

هب لاپند راک

ت یعقوم یاه ش زومآ و ی زومآ راک ار درگ مه یم .دروآ رد اجنیا یرورم عیرس رب رازاب راک رد مقطنم دیهاوخ .ت شاد **دیدج یاری مقطنم قیرش گریتر وو** [lartneCboj](http://lartneCboj) ل غاشم و ل غاشم مقطنم یا و نینچمه

یاری رازاب راک رایسب مهم .ت سا تراهم یاه نابز ی فاضا دننام ی سیلگنا ای یوسنارف تیزم بوسحم یم .دوش کمک یم دنگ ات ل غش ی بسانم ادیپ .دینک سن ناش امش اب ش ناد و ه برجت امش بش یازفا یم **ن تسناد** .دیپایه **نابز ی ناملاآ** **ه رودک ی راک ی زومآ کردما** یه امش

دوخ ه دنارذگ ،دیپایه **ی هاوگن یا اه ار رد ه بناملاآ تیمسر دیسانش** . تاعلاطا ،رتشیب ار یم **رد دنلوت اجنیا** .دیپایه رگا هرود یاه ش زومآ ای ی ل یصحت ار رد روشک

### مادک ه فرد یاری ن م بسانم ؟ت سا

**ی زومآ راک؟ت سا هب امش کمک دنگی م** ات ل یق زا عورش ش زومآ ،یاه فرد یدید ی لاک زا کی ه فرد هب ت سد .دیروآ زا ل یق رد نیا دروم رکف :دینک مادک ه فرد یاری ل امش بلاج ت سا و اب امش و ناتیاه تراهم راگزاس ،یاه فرد لاومعم دمآرد یرتمک بسک .دینکی م نینچمه ی اهت صرف یرتمک یاری ت فرشیب ی لغش دیهاوخ .ت شاد ی زومآ راک هب ل یصحت .دیزادریه نودب ن تشاد ،ه فرد ادیپ ن درک و ظرف ل غش رد ناملاآ تراوشد .ت سا نودب ش زومآ زا یریدگنایکی ،ه فرد ی اهت صرف یاری ی اهش زومآ ی لیمکت زین دوجو .دراد امش نینچمه دنلوتی م سپ زا مامتا هرود رد ،ناملاآ لاومعم یاری لاپند ن درک کی ه فرد **ش زومآ هب ،یاه فرد ی زومآ راک دننام کردما** ،**ی ل یصحت** زاین .دیراد سپ **ه فرد ی لغش ی راک** ت سا **روطه به ک م ئاد** رد **ه زوجکی ی راک** ص خشم ماجنا .دوشی م

### تاعلاطا ،رتشیب

**ت نیل»رد «فور»** [fureB.tenaIP](http://fureB.tenaIP) ،( تاعلاطا عماج و کی مشقته هار یاری باختنا ل غش دیهاوخ .ت فای

- ه مانشناد **ویوز آی لغش**

- **مدیدش زومآ**

**یاهه زوج- ی لغش و ی ل یصحت**

رد اجنیا ی تاعلاطا رد دروم یاهه نیمز ی لغش فل تخم دیهاوخ :ت فای

[odahctaW](#) -

[neppazefureB](#) -

- [vt.efureB](#) سی نازآ ی بایراک

رد اجنیا ی باهویدو ار دیهاوخت فایه ک ل غاشم فلنخم ار حیضوت: دهنم

[SOI](#)

[دیور دنا](#)

ل اغتشا فیط ی اهدرتسگ زا تامدخ ار ی ارب ی دارفا هک هب ل ایند کی ناکم ی ارب ی زومآراک ،دنتسه هئارا .دهنم  
نشیکلیا tleWibuZA زا سی نازآ

یاه عومجم زا یاه ناسر دیفم ن یلانا و ی پاچ ی ارب ی یامنهار ی لغش ار [رد دیناوتی م اجنیا](#) .دیبا ی

## یاهنومزآ ی بایت هج ی لغش

- ن تفای بریسم ی لغش [سبو لآ](#) لایتجید

tseñif :sboj - [یاهنومزآ ناگیار](#)

- [42essemsgnudliB](#) یاهنومزآ ناگیار

- [سی نازآ ی بایراک](#) مادک ل غش ی ارب ن م بسانم ؟ت سا

یاهنومزآ دوجو دراد هک دیناوتی م ی ارب ن تفای ی لغاشم هک ن کم ت سا ی ارب امش ب لاج ،دشاب رد اهن آت کرش :دینک

،هجیت ی یامز ی لاک زا یاه هزود فلنخم ن آ هزود ی لغش .ت سا ن یا دناوتی م هب ن اونع کی ی بایت هج ی لوا دیفم .دشاب

ن یا ی بایز رادوخ ار نوتی م دنچرد [هقیقد](#) لیمکت .درک

:نابز ،ی ناملآ ،ی سیلگنا ،ی برع ،ی سراف ی سور و (ی کرت ی ختمو رب ریوصت ار ۸ رد هزود ی اه فرد هئارا .دهنم

[هیرجت](#)» لاتروی ی اه فرد «ن م ی بایز رادوخ ی ،[ناگیار ه نابز دنچ ۶](#))

رگا لایق ه برجت ی اه فرد :دیراد

## تدعاسم ی لحم

ار زین هعلاطم .دینک رگا نئمطم دیتسین ای ی لاؤس ،دیراد ن یا دارفا سامت دیناوتی م ای لمامک لیم هب امش کمک :دینک  
افطلا تا علاطا دوجوم [ش خیرد ش زومآ](#) «[ل یصحتو](#)

- ه نوگره ل لاؤس ی لوا دیبا ای [ن اراکدم](#) ،ناملعم ی [عامتجا ه سردم ای/و ن اراکدم ی لغش ن اناوچ دوخ](#) سامت .دنیگ
- نازومآش ناد رد سرادم ی مومع و ی اه فرد-ی نف رد تروص ن تشاد

[@miehnedieH-151-52U@rutnegastiebra.ed](#)

[00555540080](#)

22598 م یاهندیاه ۱ .د زنر

هکاپ ه سار تشا ۰۳

ی لغش رد سی نازآ ل اغتشا ناکم ی بوخ ی ارب عورش ت سا افطلا) ه جوت ه تشاد :دیشاب دیبا زا ل بق ت قو :(!دیریگ

[تامدخ هرواشم](#)

- ن لاسگرزب دیبا ای ه دنیامز ل اغتشا ی لحم دوخ [سی نازآ](#) رد [ل اغتشا ای زکرم ی بایراک](#) سامت .دنیگ
- ی بوخ ی ارب بسک دید ی لاک .دنتسه ن یا اه هاگش یامز ی تصرف ی ارب وگتفگ ای اهت کرش و نازومآراک م هار ف .دینکی م  
یاه هاگش یامز ش زومآ هار
- [ی ش زومآ](#) قاتازا بتعنص و تراجت گریمتروت سوا هرواشم) رد دروم ش زومآ رد ل غاشم ،ی تعنص ی نف و (ی راجت  
[هرواشم](#)
- [هرواشم ش زومآ](#) قاتازا فانصا م لوا هرواشم) رد دروم ش زومآ رد ل غاشم (ه نارهام

## ت ساوخر د اه

رگا رد ناملاً می دیهلوخ کی ه رودی شزومآ ار زاغآ دینک ای راک، دینک دیاب کی ه به تروصی یتکت ساوخرد، دینک

و تاراطنات کرش زا کی راکمه جرد می م، دوش رد نآ **نپنجه لحم و یگنوگچزینت ساوخرد** ملاءا می م، دوش می نعین یا تکرش رد یوجتسج کی راکمه دیدج، ت سا رد یهگا، یلغش تاعلاطا طوبرم ه به عون راک ای شزومآ ه طوبرم بلاغا درف ه به کی تکرش ساوخرد می م، دهد نوچ نیا تکرش **تیعقوم کی یلغش** ار ملاءا هدرک، ت سا

روص دیبا و رد لوط مهحاصم زین شسری ییاه، دیسریه هزیگنا و هقلاء دوخ ار یارب شزومآ ای راک ناشن می م، دهد دینک و مچخیرات تکرش ار دیناوخ و هرابرد ت لوصح ای تامدخ تکرش علاطا لصاح، دینک رگا ه به عقوم رد مسلاج یارب **دوخ** مهحاصم **ار هدامآ دینک** و تاعلاطا مهم طوبرم ه به تکرش ار زین عمج یروآ، دینک ه به ت یاسبو معجارم، دینک افطلا نامز ار همانره یزیر دینک و **ه بامتح ع قوم** رد نیا مهحاصم روص، دیبا رد نیرتهه، ت لاج لایق ای تاینزج ه به امش دنمقلاء، دشاب امش بلاغا ه به **مهحاصم کی یلغش** توعده می م دیوش ه که رد نآ ناتدوخ ار اصخش می فرعم می م رگا تکرش

رد اجنیا می م دیناوت تاعلاطا طوبرم ه به یوجتسج تیعقوم **ی شزومآ یاه ی راکو** ار ملاحظام، دینک

کی ت ساوخرد زا هس شخب لیکشته می م: دوش

- دوج، دراد مهم ت سا ه کی یزچ ار ه به یگناس، دیریزین ه مان امش دیبا ای امش و تیعقوم ه طوبرم بسانتم، دشاب راک، دینک ه مان امش دیبا، رد کی مهفص اج، دیریک ه مان دوخ ار اعاضا، دینک رد ت نرتنیا ه نومزاه و کمک یاه ی دایز ماگداز نات ه چ ه برجتی یاه متشاد، دیا هرابرد، تکرش تاعلاطا ادیی دینک و دیسیونه ارچ اقیقرد اجنآ می دیهلوخ دینک و حیضوت دهد ه که ارچ یارب تیعقوم یلغش ه طوبرم بسانتم، دیتسه ناونعه لائمه حیضوت دهد لایق رد رویتک **ه مان: هارمه** رد ه مان یصخش، نات تروصه هاتوک دوخ ار می فرعم
  - ناتدوخ ار ه به موزر نات ه فاضا دینکی لو ی رایسب زا اهتکرش زا ندید س که ی ضاقتم رد ه موزر لایقتسا می م، دینک لیصحه هدرک، دیا، دیسیونه رد اجک ه به هسردم متفر دیا و ه چ کردم یلیصحه ار ت فایرد هدرک، دیا زاین ت سینه س که میطنه می م، دوش رد ه موزر دیسیونه زا ی کاتی که رد مادک تکرش راک هدرک، دیا دیسیونه رد اجک شزومآ هدید دیا ای **ه موزر**، ه موزر ت سرفه عومجم ت ایبرجت امش ت سا و دننام کی لودج گرز
  - یاه، ی زومآ راک شزومآ یاه متفرشی طوبرم ه، راک ای ه مانیهلوگ یاه سلاک یاه ناملاً دوخ ار زین دیا، دیتسرف، کرادم دیبا ه به ناملاً ای سیلگنا، دنشاب رد ریغ نیا تروص دیبا ه مچرت، دنوش ه مانیهلوگ یاه طوبرم ه به ه رود دینک ه)، (!لصا کرادم دنترایع زا یهلوگ غراف یلیصحتلا زا، هسردم کردم یهاگشناد و کرادم یلغش زا، متشذگ **کرادم و ه مانیهلوگ: ه** مهم ت سا ه کی یکه یاه کرادم دوخ ار همیمص
- یاه ی اهتصرفی یلغشی گنوگچ نانتسرف ساوخرد دوجوم، ت سا مچنآ ار ه که رد نآ متشونه دش ت سا ای ت قد، دیناوخ، رد یهگا

- ار رد ل خاد نآ رارق، دهد س پست ساوخرد ار ه به ناشن ه که رد یهگا ت صرفی یلغش ملاءا ه دش ت سا، دیتسرف، **ی یتکت کی ه شویت ساوخرد شوخ رهاط دیرخ و**، ه مان ه موزر و کرادم دوخ
- ، لیمیا، دیتسرف، رد دوخ لیمیا مه که نتم هاتوک ار یارب یصخش ه که ت ساوخرد ار ت فایرد می م دینک، دیسیونه می م، دنوش، ه مان ه موزر و کرادم دوخ ار تروصه کی ل یافی پی د فاهدامآ دینک و نآ ار ه به تروصه ت سوپی **لیمیا** انمص ی رایسب زا ت ساوخرد ه زا قیرط لیمیا هانتسرف
- رد اجنآ دیبا، ه دافتسا زا ناشن لیمیا دوخ ه مان یسیون دینک و س پستی م دیناوت ساوخرد دوخ ار، دیتسرف، **نیلانآ** تکرش یاه، گرز ت یاسبو دوخ ار دنراد ه که ت ساوخرد ار دیبا، زا قیرط نآ، دیتسرف

### کمک رد لحم

راک **زکرمای راک** ( معجارم، دینک **تامدخ نپنجه ترچاهم** **نانلوج هروانشمو** می م **نانلوج** دنناوت ه به امش کمک، دینک رگا شسری یاه هرابرد هئارا ت ساوخرد دیراد و ای کمک مزلا، دیراد افطلا ه به لوئسمی بایراک **دوخ س نازا**)

ریاس **تاکنه دیغم** رد دروم ت ساوخرد ار می دیناوت **fureB** رد **tenalP** ادیی، دینک

ssaporuE

رازیا، نیلانآ کی همانرذگ نابز ای کی ه موزر ناجیا . درک یور نابز ( 02 شیب ) زا کی هاگیاپ نیلانآ دنچ ه نابز ssaporue کمکی م دنک تیلاعف اه و بش ناد یاه دوخ ار ناشن . دنهد نییا هاگیاپ کی ناکما ناگیار ار مهارف ی م دنک هک ناوٲه اب کی تاکٲه . ی مهم ار هرابرد کی یت سلوخرد بوخ مظلالم ی م دینک ssaporue یت سا هک هب نارچاهم

[ed/ue.aporue.pofedec.ssaporue//:ptth](http://ed/ue.aporue.pofedec.ssaporue//:ptth)

### کمک رد نیمز ماچنا : یت ساوخرد

دوخ ار زا gnix ای nidekiL دراو . دینک نینچمه نیشون نتم دوخ رد نومن ای دراو ندرک هداد اه ن کمم . یت سا ی م دیناوت هب تروص ناگیار کی ه موزر و کی ه مان هارمه موزر ار ت سرد . دینک نینچمه ی م دیناوت ی شخ، زا تا علاطا رد اجنیا

[ten.gnubreweb.rotareneg//:sptth](http://ten.gnubreweb.rotareneg//:sptth)

[ed.gnubreweb.rotareneg//:sptth](http://ed.gnubreweb.rotareneg//:sptth)

[/ed.og2fualsnebel.www//:sptth](http://ed.og2fualsnebel.www//:sptth)

### تا علاطا : یت شیب

رد اجنیا تا علاطا و نومن یاه ه مان اه و موزر اه ار ی م دیناوت : دینیب

[ed.og2gnubreweb.www//:sptth](http://ed.og2gnubreweb.www//:sptth)

[ten.nessiwsqgnubreweb.www//:sptth](http://ten.nessiwsqgnubreweb.www//:sptth)

[/nebiehcssgnubreweb/ed.lebibereirrak//:sptth](http://nebiehcssgnubreweb/ed.lebibereirrak//:sptth)

### نیرمه یاه نابز

ی مومع ی ایند راک ار . دینیب، زا قیرط نآ ی باهزیچ ار ی اینده رابرد راک دوبهو بش ناد ی ناملاً دوخ دای ی م : دیریگ دای « مریگب و یت باس مسوم ه توگی ناملاً » ی ار : « وٲه ی م دیناوت نیرمه یاه طوبرم هب یت ساوخرد و لئاسم رد هاگیاپ یریگدای ه سردم ن لاسگزره اب مان ی م » م هاوخی ناملاً

[ed.ldwi.www//:sptth](http://ed.ldwi.www//:sptth)

### نیشیکلپا : یت ساوخرد " یت سانم ی اره هب خاصم " ی لغش

اب نییا نیشیکلپا ی م ناوٲه ی اره هب خاصم یاه ی لغش هدامآ دش و اهنآ ار یریگیی دوجوم . درک SOI ی اره . [دیور دناو](#)

### دییات کرادم

ادیب ، دینک . نینچمه ی اره بش زومآ کی ه فرد ی ای ه روکی لیصحت ی هاگشناد کی هیدیاتی م دیفمدناوت . دشاب ی چراخ ار هب دییات دیناسره . دییات کرادم ی لغش منیزه . دراد ی لو دییات ی م دناوت هب کمکامش دنک هک راک . رگا رد چراخ زا ، روشک کرادم ه سردم ای تراهم یاه ی نف بسک هدرک ، دیا نییا ناکما دوجو دراد هک کرادم نییا رد ناملاً یریسیب لغشزا اه نیناوق ی تواعتم تبسن هب چراخ ، دنراد

### هرواشم : ی مومع

ابتسخن لوئسم ی بوگخساپ دوخ سن ناژآرد راک زکرما ی راک تبص . دینک

[زکرم تامدخ تراهم](#) و [ناناوج زکرم هرواشم](#) رد [تراهم](#) نیمز دییات کرادم هب امش کمکی م . دننک رد میحاز میا هندیا ه

ار هر ابرد دبیات کرادم یلغش ی چراخ ه نارا ی م دنگ ل باق) باختنا ی ناملاً به ی سیلگنا ی . ( [11115181030](mailto:11115181030) :ن فلات  
طخ ی صاصتخا راک» وی گذنز رد ، «ناملاً هرواشمک ی میلوا ی نفلت

رد تراگتوتشا و شیبوش دنومگ **ی ناسانشراک ی ارب هرواشم دبیات دوجو :دراد**

مینشجنپ 03:31 ات 03:51

مینشراهچ 00:09 حبص ات 00:21 دعب زا رهط و 03:1 دعب زا رهط ات 03:3 دعب زا رهط

مینشود 00:01 حبص ات 00:21 دعب زا رهط

تاعاس سامت :نفلت

[71160121170](mailto:71160121170) :ن فلات

لیمیا [ed.tragttuts-owa@gnunnekrena](mailto:ed.tragttuts-owa@gnunnekrena)

28107 tragttutS

eßartsagIO 36

**OWA تراگتوتشا**

مینشود و مینشجنپ 00:21-03:9 و 03:51-03:31

تاعاس سامت :نفلت

[08160121170](mailto:08160121170) :ن فلات

52537 hcsibäwhcS dnümG

ztalpsfohnhaB 8

elletsfualnA ffifP

افطلا هب تروص ی نفلت کی بت قو . دیریگب

**شیبوش دنومگ**

[312258831370](mailto:312258831370) :ن فلات

لیمیا [ed.srd-aivni@gnunnekrena](mailto:ed.srd-aivni@gnunnekrena)

37098 mlU

essagneW 51

[NI AIV ni mlU](mailto:NI AIV ni mlU)

## هرواشم :هژیو

**یاه بتعنص ی ناگزرا بهینه اذغ و تامدخ دایه متفرگ دیا ، قاتاله بتعنص وی ناگزرا (KHI) معجارم .دینک**  
رگا امش رد چراخ زا رویشک کی ردلغش هزود

. ی ارب کرادم، مسلح از نین دیا، ارب دوخ . دیریبه تاعلاطا .رتشیب ار ی م دیناوت: رد **KHI ت سا گریمتروو** ادیپ .دینک  
**میلوا ناگبار** رد **KHI ت سا گریمتروو** رد مپاهندیاه دوجو .دراد ی ارب نیا روظنم امش دیا بت قوکی دیریگب  
ناکما هرواشمکی

**یاه ی تسد ملوا** معجارم .دینک تاعلاطا .رتشیب ار ی م دیناوت رد اجنیا ادیپ **قاتا .دینک تراهم یاه ی تسد .ملوا**  
رگا یلغش ار **منیمزرد تراهم یاه ی تسد** متخوماً ، دیا هب **قاتا تراهم**

رگا ی م دیهلوخ رد هاگشناد لیصحت ،دینک افطلا هب **تاعلاطا طوبرم لیصحت** به جوت .دینک

ناکما ن آ دوجو دراد هک **کمکی ی لام** ت فایرد .دینک تاعلاطا .رتشیب هرابرد نیا بکمک رد **روشورین** یا دوجوم .ت سا  
دنیارف دبیات منیزه .دراد رد تروص ن تشاد دمآرد ،ن پیاپ

## تاعلاطا رد ت نرتنیا

رد ت نرتنیا هس هاگیاپ گرز ی تاعلاطا دوجو دراد هک هرابرد دبیات کرادم ی چراخ تاعلاطا ی م :دنده

و نایوجراک و زیند صاخشا ی صوصخ کمکی م دندک اتکی ک ردم ی جراخ ار رد متسیسی شزومآ ناملاً مقبط ی دندب . دندک ی تا علاطا "nibanA" ار ی بایزراه رابرد ک رادم ی شزومآ ی جراخ هئارا ی م دندک و هب ، تارادا اهامر فراک "دناوتی صخشم دندک هک ایآ اهنآ کی ی هاوگ" "حیایه زاینه دندک ات دناوتی رد لغش دوخ رد ناملاً راک دندک ای . هب رد حیایه" رد ناملاً دارفا ی اراد ک رادم ی لغشی جراخ ی م

زکرم نیلانا بش ناد و راک هئارا ی م ات دندک تراهم ی اهی لغشی جراخ ار دناوتی رتهبی ی بایزراه شزراو ی رادگ . دندک هاگیا" QB " هب قاتا ا ه و ت کرش ا هک ی

## شزومآ ه فرد ی

### شزومآ

ه ب دزمتسد ماش ت خادرپ دوشی م هنیزه کمکی . (ی شزومآ ه ب نیمه لیلد هب شزومآ» نآ «هناگود متفگ . دوشی م یزومآ راک دوخ دیهاوخ . ت خومآ تابرطن ردار ه سردم ی نف دای . دیریگی م نینچمه رد لوط هرود ی شزومآ نیا هرود دناوتی م نیب ۲ ات ۴ لاس لوط . دندکی رد لوط شزومآ ، ی اه فرد ی اه تراهم ی لمع ار رد ت کرش شزومآ ی اه فرد دنتسه . نامز تدم شزومآ ی اه فرد ی گتسب هب ی اه فرد دراد هک ی ارب نآ شزومآ . دینیبی م ی رایسب زا اه فرد رد دندم زاینه ناملاً

رد نیا ناحتما لویق ، دیوش دیناوتی م رد نآ لغش لوغشم هب راک . دیوش چیه تیدوخم ی نس ی ارب شزومآ دوجو . درادن هرود نیا لومعم ۳ لاس لوط . دندکی م رد نیاپ هرود ، شزومآ امش رد ناحتملکی ی یاه ت کرش . دینکی م رگا هرود شزومآ ردقچ لوط تدم؟ دندکی م نامز شزومآ ی اه فرد هب لغش دروم برطن ی گتسب . دراد

نامه هزادنا شزومآ ت قومامتی ی لومعم لوط . دندکی م نامز شزومآ ه نازور ای ی گتفه رد ت کرش شهاک . دبایی م شزومآ نینچمه ت روصه بدناوتی م ت قوه راپ ماچنا . دوش شزومآ ت قوه راپ هب

اری دایز ی ارب امش مهارف . دندکی م امش نینچمه دیناوتی م سب زا مامتا هرود ، شزومآ تلایصحت دوخ ار ه مادا . دیهد ماچنا زیمات بقوم شزومآ ی اهت صرفی اه فرد

ت روص دیناوتی م دیمهفب هک ایآ زا نآ ه فرد نانشوخ دیآی م و نینچمه ی اه تراهم نایز ی ناملاً دوخ ار دوپه . دیشخبی یزومآ راک هار ی بوخ ی یانشآ ی ارب ا ب کی ه فرد . ت سا رد نیا

## تا علاطا :ه نابزدنچ

اهویدیو هب ی اهنابز ریز دوجوم :دنتسه  
کی م ملیف ماتوک شزومآ ی اه فرد ار هب ی اهنابز فلتمخ ی فرعم . دندکی م

- [ی ناملاً](#)
- [ی سیلگنا](#)
- [ی یرع](#)
- [ی سراو و](#)
- [ایزیرگت](#)

امش اهووز جدیدناوتی م و ی اهویدیو ه نابزدنچ ار رد قاتا ت عنص و تراجت . دیبایه

رد ی امنهاراچنیا ن بدلاو ی ارب شزومآ رد ناملاً ار هب ی اهنابز فلتمخ دیهاوخ :ت فای

- [ی سیلگنا](#)

- [بی برع](#)
- [بی سراف](#)
- [بی ویسنار ف](#)
- [بی یای لاتیا](#)
- [بی کرت](#)
- [بی راغاب](#)
- [بی نانوب](#)
- [بی برص/ی ساورک/ی یاینسوب](#)
- [بی یاینامور](#)
- [بی یاینایسا](#)
- [بی لاغتری](#)
- [بی نزارکوا](#)
- [بی سور](#)
- [بی ناتسهل و](#)
- [بی نینچ](#)

هذنیآ «eniem» نم (ن لافتسوح ن یار درونرد ی تا علاطا ار رد دروم متسیس ش زومآ ی اه فرح ناملاآ ه صلاح .دنگم ریژکا ی اه هرود ،ی زومآ راک امش امیقتسم ه بت کرش ت ساوخرد .دیهدی م مچباتکی تا علاطا) ه نابز دنج «WRN» [tfnukuZ](#) رد [ی اهنیمز دروم ی لغش](#) ی فلتخم ه ک دیناوتی م رد اهن آ ش زومآ ی اه فرح دوخ ار لیمکت ،دینک ه تارا .دهدی م ی ار ،س نازآ ل اردف ل اغتشا ی تا علاطا

نابزرفآ راک ار حیضوت .دهدی م ن یا محفص رد س برتسد ت سا رد ش زومآ (رد) ت کرش «gnudlibsA» «ehcilbeirteB [ه مانه ژ او ی ن ف ه نابز دنج](#) ۱۴ حلاطصا طیترم اب ش زومآ

- [بی سیلگنا](#)
- [بی برع](#)
- [بی سور](#)
- [بی ناتسهل](#)
- [بی یای لاتیا](#)
- [بی سور و](#)
- [بی کرت](#)

رد س برتسد .ت سا

## ت ماقا رد لوط هرود ی ش زومآ ی ار ب ناگندهانپ و نایضاقتم ی گندهانپ

ی دارفا ه ک رد ی اه هرود ی ش زومآ حطس ه باب ت کرش ،دنگم م زین دیناوتی م ی ار ب زوجم ش زومآ ت ساوخرد .دندهد [ز ا بریماون ۸۱۰۲](#) نازومآ راک ی راتسری ن اندملاس و ،ی راتسری کمک و نینچمه ی اهوگلا ت ساوخرد زوجم ش زومآ ار دیناوتی م [رد اجنیا](#) .دیبا یی دوشی م ی ار ب ود لاس رگید دینامر نوناق» . («۳+۲ [ه رادازا ترچاهم](#) ه طوبرم دیسرپ اب تا علاطا رتشیب [اجنیا](#) ار .دیبا یی رد ناملاآ .دینامر رگا س ی زا مامتا هرود ی ش زومآ رد ی اه فرح ه ک ی ار ب ن آ ش زومآ دیا ه دید راک ،دینک ه ب امش ه راجا ه داد **ت سا** ، ی ار ب دیناوتی م **زوجم ش زومآ ت ساوخرد** دیهد . ن یا ه ب امش ناکما دهدی م ات ه ب تدم هرود ی ش زومآ دوخ رگا امش ک ی یو جهانپ دیتسه ه ک هرود ی ش زومآ دوخ ار عورش **امادیا ه درک ت ساوخرد ی گندهانپ درامش ه دش**

## ت ی حلاص حطس ی تامدقم ت کرش (QE) - ی اپ ه ب یوس ش زومآ ی اه فرح

تی‌حلاص حطاس ی دورو تکرش (QE) ی داهنشپ زا یوس سنازا لاردف لاغتشا ی ارب

- نیاضاقتم و
- نیایامرفراک

هک رد تروص عورش هرود ی زومآراک رد نامه، هفرح QE دنلوتی م هب نلونء ی شخب زا هرود ی زومآراک بوسحم. دوش تیزم ریگید نیاتسا  
 ی مادختسا نیاتسا هک لومشم قح ممیی نیمأتی عامتجا. دشابی م امش سپ زا مامتا QE ی هلوگت فایرد دیهلوخ. درک دراومی یانئتسا زلاوا تاو زاعآ. دوشی م دزمتسد نیب هدنکت کرش رد QE و تکرش قفاوت. دوشی م QE کی مطبار نیمأتی لام رد نیرتدوز تلاح زلاوا ریثکا ای رد  
 ی شزومآ هدشمه تخانش، دنتسه شزومآ هداد. دوشی م رد نیب، لاج نیایامرفراک دنلوتی م اب نازومآراک مدنیا انشأ. دنوش هک امرفراک زومآراک ار یارب شزومآ ی هفرح مادختسا. دنک هب نازومآراک لوصا هیلوا هفرح هک رب ساسا ل غاشم نیاهمانرب، ماشکی هروود ی زومآراک تدمنلب هب تدم ل قلدح ۶ و ریثکا دح ۲۱ هام. نیاتسا فده نیاتسا  
 رگا ی لاؤس، دیراد افلا [سنازا اب یایراک](#) ی لحم دوخ (tiebrA ruf rutnegA ای (retnecho) سامت. دیریگ

### تاعلاطا: رتشیب


- عورش هرود ی زومآراک نم | سنازا لاردف لاغتشا ی ناملا) - تاعلاطا، نیتم ریواصت و (اهملیف [ed.fureb-tenalp-](#)
- [؟ دنتسه](#) - نیلوا اهمگ اب سنازا rekcedtnE-EFUREB لاردف لاغتشا ی ناملا) - تاعلاطا، نیتم ریواصت و (اهملیف [مادکل غاشم یارب امش بسانم](#)
- [TENEUREB](#) - نیفای تاعلاطا ی لغش قیقود | سنازا لاردف لاغتشا ی ناملا) - نیتم ریواصت و (اهملیف
- [نمیش ماجنا: امهدی می باهرترب زایشپیر زا ۰۰۳ هفرح](#) | ی ناملا) [ahpla-DRA](#) - تاعلاطا، نیتم ریواصت و (اهملیف
- [نیانک یارب نیفایکی، ماگیاج ی زومآراک](#)
- [تسلوخرد یارب کی، ماگیاج ی زومآراک ای لیصحت](#)

### ادیب ندرک یاه هرود ی زومآراک دوجوم

- [سروی ی لغش سنازا راک لاردف](#)
- [سروی ی زومآراک تعنصقاتا و تراحت](#)
- [سروی ی زومآراک قاتا عیانس و یاهرنه ملوا](#)

### هرواشتم و کمک یارب شزومآ

ناکما ت فایرد تیامح و کمک رد لوط هرود ی زومآراک دوجو. دراد

- [ترچاهم تامدخو ترچاهم ناناوچ](#) زین هب نارجاهم رد صوصخ تلاوس طوبرم هب شزومآ ی هفرح کمک. دنکی م [تامدخ هرواشتم](#)
- افلا هجوت متشاد: دیشاب امش دیا، زلا لبق ت قو تا قلام. دیریگ، [ed.khi.grebmettreuwts@imijeko](mailto:ed.khi.grebmettreuwts@imijeko) [39142312370](tel:39142312370)   
 نوگسولوا ی می چکوا  
 ۰۲۵۹۸ م. باهندیا ه  
 eßartS-drahrE-giwduL 1  
[گریمتروت سوا KHI](#)  
 لوئسم ی نابیتشپ KHI گریمتروت سوا هب اهت کرش و نیوچهانپ رد نیمز، اهت سلوخرد شزومآ و راک کمک. دنکی م

و اهی ناملاً کمک دوشی م ازت یعقوم ی شزومآ ی بسنام ادیپ دنگک و رد هئارا ناشیاهت ساوخرد ی ناینتشیپ .دنوشی م  
رد اجنیا هب نارجاهم  
تقباطم ی لاء

[قباتا عیاض ملوا](mailto:ed.rutnegastiebra@52U-151.miehnedieH)

[@](mailto:ed.rutnegastiebra@52U-151.miehnedieH)  
[00555540080](tel:00555540080)

۲۲۵۹۸ مپاهندیاه ا. د. زنر،  
مکاپه سارنشاه ۰۳

هب امش رد باختنا ریسیم ی لغش کمک افطلا. دنکی م هجوت هتشداد :دیشار امش دیار زا لبقوت قو تا قلام .دیریگ  
تامدخ هرواشم ی لغش سن نازآ ی بایراک

[@](mailto:ed.qbb-ewib@nelaa-ofni)  
[31762516370](tel:31762516370)  
[12762516370](tel:12762516370)

ن.آ ۰۳۴۳۷

نابایخ هسارنشاه فاه ۲۲

[QBB.lanoitacoV.gniniarT.HbmGg](mailto:QBB.lanoitacoV.gniniarT.HbmGg)

رد یوجتسد ی اهت صرف ی شزومآ و ی لغش کمک .دنکی م اهئا .ن پنجمه رد هیهت ک رادم ت ساوخرد کمک .دنکی م  
ی تا علاطا و ی تیامد ار رد هنیمز شزومآ و راک هب اهت کرش و نابوچهانپ هئارا دنهدی م . ن پنجمهانآ  
نایامنهار دماشوخ

## تلاکشم رد لوط هرود ی شزومآ

هرود هی شزومآ ی باهکمک هئارا شزومآ. دنهدی م ی تیامد ی ناینتشیپ ی شزومآ دوجو . دراد اب رولشم دوخ تبحص .دینک  
سن نازآ لاغتشا زکرمو ی بایراک زین رد تروص زورب تلاکشم رد لوط

مدش و هبرکف فارصنا زا نآ .تسا ناناوچ طسوت ناسانشراک دشرا اب هبرجت ی اه فرح و ی گذر تیامد .دنوشی م  
همانرب AreV ی داهنشپ ی اریب ره یسک تساهک رد هرود ی زومآ راک دوخ اب لکشم هچاوم  
همانرب AreV

[@](mailto:ed.nnob-ses@arev)  
[04090628220](tel:04090628220)

ن. ۳۱۱۳۵

سارنشاهشوب ۲

[تامدخ سانشراک دشرا \(SES\)](mailto:ed.nnob-ses@arev)

## لیصحت رد هاگشناد

### تا علاطا ی مومع

رد ناملاً متشر یاه ی لیصحت فلتخم ی دایز دوجو . دراد ن پنجمه عاونا ی فلتخم زا هاگشناد اه دوجو :دراد

- هاگشناد اه (ب) ش یارگ (ی لمع)
- هاگشناد اه (ی صصخت) اب) ش یارگ (ی لمع)
- هاگشناد یاه ه ناگود اب) ش یارگ (ی لمع) (دایز)
- هاگشناد یاه ،رنه ملیف و ی قیسوم ی اریب) متشر یاه (ی رنه

دوجو . دراد تیفیک هاگشناد یاه ی صوصخ امانلا رتهب ،تسین ی لو اهئا ب لعا ه برهش یاه ی لایا بت فایرد ی م . دننگ  
هاگشناد یاه ی تلود و ی صوصخ

رد ت نرتنیا ت یاسد یاه دیغم ی دایز دوجو :دراد

- [بطاق یامز هاگشناد](#) (مهه) هتشر یاه ی لیصحت و هاگشناد یاه (ناملاً
- [yduTs ni ynamreG](#) ی تاعلاطا) ی ارب (ناگراوآ
- [س نازآ](#) ، راک تهج ی هد ی لیصحت
- [تامدخ هلدایم کی مداکآ ناملاً](#)

### ش یپ :ناهطرش

- رد [nibanA](#) ت یاسبو هاگیا برد ی تاعلاطا دییات» رد «ناملاً و [تامدخرد هلدایم کی مداکآ ناملاً DAAD](#) ت فایرد .دینک ایآ اب مپلید هسردم هک رد هاگداز دوخ هتفرگ دیا ی م دیناوت رد ناملاً لیصحت دینک ای .ه تاعلاطا رتشیب ار ی م دیناوت [دیهاوخ رد ناملاً لیصحت دینک](#) ، [ی هاوگک ی دورو ه هاگشناد](#) مزلا .دیراد برگا مپلید ی ناملاً ،دیرادن دیا ی سربر دینک هک [رگا ی مامش](#)
- [ی شزومآ هاگشناد](#) دوجو .دراد تاعلاطا رتشیب ار ی م دیناوت زا تامدخ هلدایم کی مداکآ ناملاً [DAAD](#) ت فایرد .دینک ، [HSD FaDtseT](#) ای هاگشناد [hcstued 1C](#) نینچمه .clet ناکما هداغتسا زا کمک [ق و د ن ص ی اه ت نامض هرواشم](#) امش نینچمه دیا بکی ک رد م ی یاسانش دیرب هک ناشن دهد ی بانشآ ی بوخ اب نایز ی ناملاً [حطسب](#) ([1C](#) ) ، دیراد لاثم هئارا ی م دینک هک رد ن آ زین ی م دیناوت ی ناملاً دای .دیریگ ی ارب لاثم هاگشناد [هاگشناد یاه ه ناگود](#) .[میلهن دیا ه](#)
- ی خرب هاگشناد اه نینچمه مهتر ی گدامآ

نیا منیمز .دندراد نینچمه هب تلهم ی یاه هک رد اهنآ ی م دیناوت ی اربکی ه رود ی لیصحت ت ساوخر د هئارا دینک ه جوت !دینک ار ی م دیناوت امیقنسم [ی هاگشناد](#) زا هک ی م دیهاوخ رد ن آ لیصحت دینک .دیریگ ی بلاغا هاگشناد اه همانر ی اه هرواشم رد تاعلاطا

هاگشناد م لوا هب ت روص [ت اسلاچب ترم هرواشم ی تاعلاطا](#) ی ارب ناگراوآ رازگری م .دینک

[ی لغش س نازآ راک](#) هب امش کمکی م دینک اتکی ه رود ی لیصحت ار باختنا .دینک افضلا ه جوت دیا ب:دینک لایق ت قو .دیریگ [هرواشم](#)

[@](mailto:ed.rutnegastiebra@52U-151.miehnedieH)

[00555540080](tel:00555540080)

22598 miehnedieH .a .d znerB

eßartsteuqcuoIP 03

### هیرهش یاه لیصحت ی ارب نایوجشناد نیب ی للملا زا یاهروشک :موس

هیرهش لیصحت .درادن رد اجنآ نینچمه ی م دیناوت تاعلاطا طوبرم هب هیرهش یاه لیصحت ی اربکی ک رد م مود ار .دینیب هب ت خادری هیرهش یاه لیصحت .دندراد نینچمه یسک هک کی ی هاوگی ناملاً دورو هب هاگشناد ،دراد ی زاین هب ت خادری [یاه لیصحت ی ارب نایوجشناد ی جراخ رد گریمتروو-ن دیا](#) .ار .دینیب ن ارجاهم هیداحتا اپورا و رتشیب ناگدنهان ی زاین رد ت یاسبو هاگشناد م لوا ی م دیناوت تاعلاطا ق یقود طوبرم [هیرهش](#) هب

### نیمات :هنیزه

(مهتر) درف ی م دیناوت ش یپ زا 02 ت عاسد راک .دینک امش نینچمه ی م دیناوت ش لات دینک هک کمکی ت قو ت فایرد .دینک یرایسب زا دارفا ی ارب نیمات هنیزه ،لیصحت راک ی م .دینک اب نیا لاجا رد نامز سرد

### نوناق ت یامد زا شزومآ ناملاً = GöfAB

هداغتسا ی م ،دینکی ی م دیناوت GöfAB ت فایرد .دینک کمکی اه اهنه هب کی ه رود ی لیصحت مهامت ت قو قلعت ی م .دیریگ ی صخش امش ی گنسب .دراد ره ی یوجشناد ی م دیناوت GöfAB ت فایرد .دینک برگا [ز لامش](#) [تامدخ نایضاقتی ی گدنهان](#)

نایوجشناد یربکی تدم صخشم هب تروضه ناهام لویت فايرد یم .دندک رادقم لویت فايرد ،امش هب طيارش  
اب GöfAB

تا علاطا رتشیب ار رد اجنبا [ehcarps-ethciel/ed.gofab.www](http://ehcarps-ethciel/ed.gofab.www):دینیب

همانر هب شزومآ هرابرد GöfAB ار هب نابز ،یبرع یم دینلوته رد اجنبا [hcsibara/GöfAB/moc.ebutuoy.www](http://hcsibara/GöfAB/moc.ebutuoy.www):دینیب  
کی

## سرو

صخش تیمها هداد یم .دوشی خرب نامزاس اه مه اب یدادعت یاههاگشناد صخشم ات یدودح یراکمه یم .دندک  
ات یدودح رتشیب هب تکرانشم ،یعامتجا تهج یریگ ،یسایس متشر ،یلیصته هرمن اه ای طيارش یگذر  
ار لماش یم .دوشه صلاح یا زا تا علاطا هطورم ار یم دینلوته رد نیا ت یاس .[ed.sulpneidnedits.www](http://ed.sulpneidnedits.www):دینیب  
یاهسرو ی دایز دوجو دندراد هکی م ناوته اهنآ ار تسلوخرد .درک و نیا هب اهنت یرب مرت لووا هکله مامت هرود لیصته  
،سرو بکی کمکی لام یرب لائم یربکی هرود یلیصته .تسا

هب سیلگنا و یناملا (هداس هرتسگی گرزب زا اهتپامح ار دراد هکی یرایسب زا نایوجشناد ار لماش یم .دوش  
) ، [ed.muidnepitsdnalhcstued.www](http://ed.muidnepitsdnalhcstued.www) ، "muidnepitsdnalhcstueD"

## دوبن یهاوگ دورو هب :هاگشناد

دینک رد اجنآ نایضالقمه یجراخ لیصته هک لیصته رد کی چ لاک ای هاگشناد یصصته ار رد برظ ،دندراد هدامآ یم .دوش  
رد هاگشناد لیصته ،دینک رد ناملا روطنیا .تسین دیاش زا قیرط [چ لاک یلیصته](#) دینلوته هب هاگشناد یسرتسد ادیب  
رگا امش اب ملبید ناتسریب رد رویشک هاگداز دوخ یم دینلوته

## هاگشناد نوریک

رد ،ناملا امش هب کی کرم شریذپ هاگشناد زاین .دیراد ن یاربانه رد لوط ود لاس تسخن لیصته هرابرد نآ رکف .دینک  
[نوریک](#) تسا هک رد اجنآ یرب حییات کرامد دوخ دیا و لاس یریس .دینک اب لاجنبا یرب لاس موس هاگشناد  
**نودبامش شریذپ هاگشناد** زین یم دینلوته لیصته ار زاغآ .دینک کی ناکما یرب عورش [هاگشناد](#) ،لیصته

و لاس موس یلیصته ار رد کی هاگشناد راکمه یریس یم .دندک ی کرامد هک ت فايرد یم دوش حییات هدهش .دنتسه  
نایوجشناد ،نوریک ود لاس تسخن لیصته دوخ ار تروضه ن یلانا هب نابا یم دنتاسر

برظن یم دنیگ و هب نایوجشناد ناکما یم دنده هک رد لاس موس متشر یاه باختنا هدهش ار رد لحم هب نابا .دنتاسر  
یاه شزومآ اب نیرتدیج ن یاه پروا یریگدای کی نوریتکلا بیگرت یم .دندک هاگشناد یاه ،راکمه نیا هرود ن یلانا ار رد  
رارق متفرگ .دنا سپ زا یگنهامه اب هئارا ناگدنک نیا هرود ،اه نوریک هرود یاه دازآ ار متفرگ و اهنآ ار رد همانر  
تسا اهنیا هرود یاه زا یاههاگشناد روهشم ایند دنتام ،دراوراه ،دروفتسا TIM ای لیب دنتسه هک رد سرتسد مومع  
لیصته ن یلانا زا قیرط  $evissaM\ nepO\ enilnO\ sesruoC$  و  $llamS\ etavirP\ enilnO\ sesruoC$  ن کم

## هنیاعم یجراخ و یاهتپ خلاصه ی نرد

### هنیاعم یجراخ

شزومآ رد نیا تکرش فرح .دینکی م رگا رد نیا نومزآ لوبق ،دیوش کی کرم یاه فرح ربتعم ت فايرد دیهلوخ .درک  
امش دینلوته م رد کی **نومزآ یجراخ** تکرش .دینک نیا نادب تسنعم هک امش رد **نومزآ یاهن** لومعم یرب  
- اما **هنوگچه شزومآ یاه فرح** ،دیاهدین  
**هدشن بیعت** راک هدرک دیشاب یرب) کی همانر هب شزومآ ۳ ،هلاس دیا بل قلد > ۵.۴ لاس رد نیا هفرح راک هدرک ،(دیشاب  
- رد کی هفرح **ل قلد** لداعم کی و **مپن هروربارب درادناتسا ی شزومآ**  
رگا امش

تاعلاطا ،رتشيب افضلا [قاتا بي ناگزاي و عيانص گريمتر وت سوا](#) اي (KHI) [قاتا عيانص ي تسد ملوا](#) س امة . دير يگب (KWH) ي ارب

## ياھت ي خلاص ي نژد

. ن يا اھه رود ائدمع ن [لاسا گريز ي ارب ي لاا ۵۲ لاس ي](#) حارط . دناھ دش  
- [ھب ت روص نامزمھ ارب راک اي](#) - [ت قوم امة](#)

ياھت ي خلاص ي نژد ديناوت ي م

ھب امش کمک دھاوخ . درک سپ زا ليمکتھ مامت ي اھل و زام کب ھ فرح ، ي شزوما ديناوت ي م رد ناھت ما ي چراخت کرشد . ديناوت  
دسري م رد ت روص [ھ مانپھاوگ](#) ، ي لويق ي مسر زا KHI ت فايرد دپھاوخ . درک ن يا ھ مانپھاوگ رد ريسم ي لغش ددنيا امش  
کب ت ي خلاص ي نژد [۶ ت ۲ مام لوط](#) . دشک ي م ن يا ھ رود ارب ک ي ي ايزرا تراھم ) ( [ھب نا با پ](#)

[۵ ت ۸ ت ي خلاص ي نژد ميسقئ \(لوزام\)](#) . دوشي م ھل و زام ي اراد [ش خبک ي ي رظن و ش خبک ي ي لمع](#) . ت سا  
ا رب کب ت ي خلاص ، ي نژد ديناوت ي م ت لايصتھ دوخ [ماگار ھب ماگ ھ مادا دپھد](#) . [ھ فرحک ي ي شزوما ھ بر بنعم](#)

ايا ي لاؤس ؟ ديراد افضلا [س ناژآ ي با راک ي لحم دوخ rutnegA ruf \(tiebrA](#) اي (retneboj) س امة . ديريگب

رد دروم ي اھت ي خلاص ي نژد ار ديناوت ي م ھب [ي ناملا ي اھن ايز](#) ، [ي سيلگنا](#) ، [ي برع ي سرا ف ي امي کر تو](#) رد اجنيا . ديبا ي  
[ي ويديوک ي ي حيضوتھ ارب س يونريز ھ نا بز دنج](#)

تاعلاطا ،رتشيب ار ديناوت ي م رد اجنيا [راکترا](#) : ديبا ي [امر فراک](#) - [ت ي خلاص ي نژد](#)

## ش زوما ي لاء

### ش زوما و ت ي برت ي ليمکتھ

- ف ياطو ي اھ فرح ي صصتھ

- رتزيگنار بيش لاچ اي

[ياھش زوما ي ليمکتھ ي اھ فرح](#) ، ديناوت ي م دوخ ار ي ارب

[ت فرشيب ي لغش](#)

- قاتا عيانص ي تسد

- قاتا ت عنص و تراجتھ اي

- س ناژآ ، لاغتشا

ھرواشم ناگبار زا ق ي رط

يھاگ تاقوا ي اھت صرف نيمآ ي لام رد سر تسد . دنتسھ رد ن يا ، ت روص اھنتھ مزلات سا ي شخب ز ا اھنيزھ ار . ديزادريپ

يارب ماچنا ف ياطو ي اھ فرح ديدج دجاو ط ي لرش . دزاس ي م امش رداق دپھاوخ دوخ ار ارب تاريغتھ رازا راک ق فو . دپھد

سپ زا مامتھ ھ رود ي شزوما اي ت لايصتھ ، دوخ ديناوت ي م ت لايصتھ دوخ ار ھ مادا . دپھد ن يا رما امش ار

امش ن ينجھ ديناوت ي م زا ن يا ق ي رط کب کر دم ي اھ فرح ي نف ب سک . ديناوت

- دوخ ار ارب ت لاوحتھ ي نف ديدج ق فو . دپھد

- اي

[ش زوما ي ليمکتھ](#) ھب امش نا کما دھ ي م

[ت ي خلاص ي اھ فرح](#)

ياھنيزگ ي ايز ي ارب ت يام [ک م ک و ي لام](#) دوجو دراد ي ارب ، لائما ارب تراک ي رابنعا ي شزوما اي . (GöfAB-sgeitsfuA)

رگا دپھاوخي م ي اھه رود ي ليمکتھ ار لايئد ، ديناوت

[ياھت صرف نيمآ ي لام ي ارب ي اھش زوما ي ليمکتھ](#)

رد ش زومآ ت یاسب و ی لیمکت رد «گ ریمتر وو-ن دای» ی تسرهف زا یاهت صرف ش زومآ ی لیمکت و زکارم هرواشم ار .دیبا ی  
دیناوتی م

تا علاطا رنشیپ

س ناژآ- .ل اغتشا

- زکرم ی با راک ای

زا رواشم دوخ رد زکرم ی لغش دیسرپ

هرواشم ناگیار

02598 م یاهندیاه

eßartS-drahrE-giwduL 1

ی ناگز زایقاتا و ت عنص گ ریمتر و ت سوا (KHI)

۳۷۰۹۸ م لوا

ه سار ت شاگ لوا ۲۷

قیاتا ع یانص ی تسد م لوا (KWH)

راک و لغش

داد رارق راک

ترجاهم نا مصخته

نوناق ترجاهم نا مصخته

تار برقم دوجوم ی ارب نا مصخته ی اراد ک رد م ی هاگش ناد ه مادا دهلوخ ت فای و رد ی ضعی درلوم ه داس رت دهلوخ .دش  
، نا مصخته ترجاهم ی دارفا ای ش زومآ یاه ه فرح یا و بریغ کیم داکآ ار ی ارب فادها ی راک ه نا مالآ ناسآ رت ی م .دش  
نوناق ترجاهم

**1. ی ارب ت کرش اه**

- (ی سابس و نینچم ی تاحیضو رد صوصخ ،ل جارم زا ملمج دارفا ت کرش ه دنگ و تدم یاه ه طوبرم .دش ای  
، امر فراک ص صخته و تامقم لوئسم رتقد) ، ترجاهم س ناژآ م ادختسا ،ل اردف زکارم دیبآ ، ک رادم نا گدیامز  
، دنگ دیبا ی قفاوت ن یب ت کرش و ه رادا ترجاهم ت روص .دریگ ن یا ق قفاوت ه مان دیبا ل ماش ت لاکو ه مان اه و ت ادھےت  
ای ن تشاد ه مان ت لاکو زا درف ، ص صخته ک ی ل اور ع برس ی ارب نا مصخته ار رد ه رادا ترجاهم حلاصید رد نامالآ زاغآ  
**ل اور ع برس ی ارب نا مصخته** ی م دناوت
- هولاع رب ، ن یا 57 وروپ ه نیزه ازبو و میلاک ه نیزه ی ارب ریگدی ی پک) یاه ، ی مسر م مجرت (ک رادم ه فاضا ی م .دوش  
**ه نیزه** ل اور ع برس نا مصخته رد ه رادا ع ای تا ی ج راخ 114 وروپ .ت سا
- ع ای تا ی ج راخ ی سر بر ی م ، دنگ زکارم دیبآ ک رادم و س ناژآ م ادختسا ل اردف دیبا رد تلهم ی نیعم م یمصت .د نریگ  
روما ع ای تا ی ج راخ دیبآ س ناژآ م ادختسا ل اردف ار ه بتسد ی م دروآ و تامازلا و طیارش ه طوبرم ار ق باطم نوناق  
**هرواشم ی م ودهد** زا یو رد ل جارم زارحا و دیبآ ک رادم ی ج راخ ی وریز ص صخته ی ناپیتشپ ی م .دنگ ه رادا ه رادا  
**ه رادا روما ع ای تا ی ج راخ ه امر فراک**
- ی م .دریگ رد ن یا خ پرات دیبا ل صا ت قفلوم میلوا ه رمه ای بریاس ک رادم دروم زایز ی ارب ت ساوخرد ازبو ه نارا .دوش  
ک ی رارق ت اقلام ای لوئسم ی سابس رد ج راخ زا روشک ی ارب ت ساوخرد ازبو ی م دوش ه ک رد ی ط ه س متفه ت روص  
هیلوا ار رداص ی م ، دنگ و نآ ار ی ارب لاسرا ه ، ص صخته ی ارب امر فراک ی م .دنتسرف ن یا برما بجوم بیترت ن داد  
رد ت روص ه دروآ رب ندش ، **تامازلا** میلاک ه رادا ه رادا روما ع ای تا ی ج راخ ک ی ه حلاطصا ت قفلوم
- **ل ماک ت ساوخرد ازبو** ه ب ملیسو ی وریز ، ص صخته لاومعم ی ط ه س متفه رد ن یا صوصخ م یمصت ی ریگ ی م .دوش  
س ی زا ه نارا م اجنا

- لاسدرخ و درجہ درف صصختم یم ، دوش متیلا رد یتروص هک طیارش ینوناق یرب ناحتا هدلوناخ هدرولآرب ، ددرگ  
**لاور عیرس ناصصختم** رد تروص هتارا نامزمه ،تساوخرد نینچمه لم ماش رسمه و نادنزرف

## **2. یرب یاهورین صصختم**

- مزلا یربره ود هورگ نیا تسا هک کرادم یرب جراحی اهنآ طسوت ماگتسد جلاصیز رد ناملاً هب تیمسر متخانث .دوش  
صصختم یقلت دنوشی م هک یراد کریم یهاگشناد یرب شزوما یرب فرح بریمع ایل قلدح ود لاس .دشاپ طرش  
**فیرعت یورین :صصختم یدارفا**
- رد ناملاً یرب ناحتا اپورا یضاقتم دوجو دراد ای .ه یرب سربر طیارش راک هب ملیسو AB نودب ریغت یقاب یم .دنام  
:فغخه (AB) فذح مدش .تسا نیا نادب تسانعم هک رگید مزلا تسین یرب سربر دوش هک ایآ یرب ره لغش ،صاخ  
تیمسر متخانث مدش رد ناملاً .دشاب ملحرم هب جلاصا یرب سربر تیولوا طسوت سن ناژآ م ادختسا لاردف هب) تروص  
یم :دوش یورین صصختم دجاو طیارش دیا یراد دادرارق یراک وکی ناهنشیپ یراک صاخ و تیخلاص و کریم هب  
**دورو هب رازاب :راک دورو هب رازاب راک رتاسا**
- یبآ یرب ناحتا اپورا هشیمه لاغتشا بسانتم ایل کرادم هفرح یا هک لومعم هب کریم یهاگشناد زاین ،دراد مزلا .تسا  
زانیا نوناق انتشم دنتسه و رد ره تروص نیا لغش دیا کی لغش دجاو طیارش .دشاب یرب ت فایرد تراک  
و یرب اهنآ شزوما هفرح یا و ریغ کی ماکآ دروم زاین ،تسا هب راک متفرگ .دنوش لغش برهاممین و برهامریغ  
کریم یهاگشناد ،دراد نینچمه یم دنلاوت رد ریاس هفرح یاه بسانم هک زارطن ینف ایل کریم اهنآ طبرتم تسا  
هولاء رب ،نیا یاهورین صصختم یراد شزوما یهاگشناد هب اهنت یم دنلاوت هب یهاهراک لوغشم دنوش هک زاین هب  
بسک هدرک وا ارب ماچنا نآ انلوت یم .دندک نیا نادب انعم تسا هک لاغتشا رد هفرح یاه طبرتم ناکما ریذ .تسا  
**تصرف یاه :یغش کی یورین صصختم یم دنلاوت هب یغش لوغشم دوش هک تیخلاص هک**
- مدش رد ،ناملاً هب نیا ناصصختم ناکما لاغتشا هب مامت هفرح یاه هک دجاو طیارش نآ دنتسه ار یم .دهد  
دروم زاین دیدش دهلوخن .دوب نیا هزاجا تماقا یرب لاغتشا ،بسانم ایل تشاد شزوما یغش هب تیمسر متخانث  
**ایل شزوما هفرح :یا لاغتشا ناصصختم ایل شزوما یرب فرح ایل ریغ ،یهاگشناد رگید دودحم هب لغش**  
**یاهورین صصختم**
- دنتسه زین ناکما ریذ ،تسا اهنآ دنام متشدگی یم دنلاوت یرب نیتفای لغش یرب ریذکادح شش مام هب ناملاً .دنیاپ  
رگیدکی بسانم دنتسه ایل .ریخ نینچمه راک ششامزآ یرب ناصصختم هک یراد شزوما یهاگشناد دروم دیبآ  
رد متفه ناکما ریذ .تسا زانیا قیرط نایامرفراک و ناصصختم یرب جراحی یم دنلاوت هجوتم دنوش هک ایآ یرب  
نابز یاه (یپاپورا دروم زاین .تسا رد لوط تدم تماقا یرب نیتفای ،لغش راک ششامزآ یرب ریذکادح هت عاس  
دروم رطن رادروخر ،دشاب هب انونع کی ،هدعاق نیتشاد شش ناد نابز یرب ناملاً رد جطس 1B بوجراچ) عجرم کرتشم  
متخانث ،دوش تیعضو تشیمع یرب تماقا نیمصت ددرگ و درف زانیا ناد یفاک نابز یرب ناملاً دروم زاین یرب تیلاعف  
مام هزاجا تماقا ت فایرد .دینک طرش مزلا نیا تسا هک کرادم یرب جراحی هب ملیسو ناهن لوئسم رد ناملاً هب تیمسر  
تراهم یاه یغش بسانم ،دنتسه یم دنلاوت یرب نیتفای لغش هب ناملاً .دنیاپ یرب نیا رما دیناوتی مات شش  
**دورو هب ناملاً یرب نیتفای :لغش نینچمه ی ناصصختم هک یراد**
- زانیا مامت ریذکادح تدم زاجم ،تماقا یم ناوت یرب تماقا ،شزوما یلیصحت ایل یراک هزاجا تماقا ت فایرد .دوم  
هب انونع ،لائم هزاجا تماقا 81 همام یرب نیا روظنم یم دنلاوت شش مام ات ریذکادح ود لاس دیدم .دوش سپ  
یم .دوش هب انونع کی ،هدعاق جطس دروم ،زاین ل قلدح شش ناد یفاک نابز یرب ناملاً تسا قباطم) ایل جطس نابز .(2A)  
هدامآ یرب هفرح ،یا لبق زانیا ،زین شش ناد نابز یرب ناملاً تسا هک کی زانیا هرایعم دجاو طیارش ندوب بوسحم  
کریم یرب جراحی درف رد مسیلقم ایل تلایصحت رد ناملاً صخشم .ددرگ شش زاین رگید یرب رودص ازبو یرب ماچنا  
شش طرش نیا رما نیا تسا هک لاور دیبآ کریم زانیا جراحی زا روشک رد ناهن لوئسم رد ناملاً ماچنا دوش و ناصقت  
**یرب زاسهدامآ :یاه فرح ناکما تماقا یرب تامادقا طوبرم هب یرب زاسهدامآ یرب فرح رد ناملاً شرتسگ .دیبام**  
**تماقا یرب**
- ناصصختم یرب جراحی یم دنلاوت اهنت سپ زانیا راج لاس لایق) چن (لاس هزاجا تماقا رد ناملاً ایل فایرد .دندک  
**زوجم تماقا یرب یاهورین صصختم :یرب جراحی**

## **3. یرب شزوما و لیصحت**

- هک هب امش هزاجا دورو هب شزوما یل لاء ار ،دهدی م ریذکادح نس 52 لاس و نیمصت تشیمع لقتسم .دراد  
.دندک نیا رما زاین هب شش ناد یرب ناملاً رد جطس ،2B کریم هسردم یرب ناملاً رد جراحی زا روشک ایل کریم یلیصحت لاغراف  
تسا ساسار ب نیآ همان ،دیدج هقلاء ناندنم هب شزوما زین یم دنلاوت یرب یوجتسج یرب زومآ راک هب ناملاً رفس

یاری ناسک هک هقلاء دنم هب لیصحت ،دنتسه ناکما رفس هب ناملاً و ادیپ ندرک تیعیقوم لیصحت م هارف مدش

### رفس هب ناملاً یاری یوجتسج :یزومآراک

- هفرح یا ،بسانم می م دیناوت یاری گدامآ رد کی هرود نابز ی ناملاً ایکی هرود نابز ی ناملاً لیغش ت کرش .دینک **هرود نابز ی ناملاً** هب روظنم هدامآ ندش یاری :شزومآ اب نشتاد هزاجا تماقا یاری شزومآ
- هفرح یا ای تلیصحت لیصحت لیصحت .ت فریذپ نیا برما اب ریغت رد هزاجا تماقا یاری ه مادا لیغش بسانم هارمه .ت سا AB، کی داهنشیی لیغش هب ناونع کی صصختم ار می ناونت رد لوط تماقا لیصحت ای تماقا طوبرم هب شزومآ ترچاهم یاهورین صصختم نیا منیزگ یاه ریغت ار معسوت می :دهد رد طیارش صاخ و سپ زا ی سربر هب ملیسو دیناوت شزومآ هفرح یا ار عورش ندرک و زوجم تماقا طوبرم هب هاجزا شزومآ یاه هفرح یا ت فایرد .دندک نوناق می دیناوت عون تماقا دوخ ار تی لبق زا هامتاً لیصحت ریغت .دند هب ناونع ،لائم هب یاج ه مادا ،لیصحت می **منیزگ یاه ل داجت یوجتسناد هدرتسگ یاری نایوجتسناد نیپ ردی للملا** :ناملاً نایوجتسناد نیپ ی للملا
- یا رد ،ناملاً دننام غراف نلیصحتلا ،هاگتسناد می دیناوت بر ساسا نوناق دیدج سپ زا ود لاس هزاجا تماقا .دنیگ **تماقا یاری غراف کی نلیصحتلا** متشر ی شزومآ رد :ناملاً غراف نلیصحتلا ی جراح کی متشر ی شزومآ هفرح **زوجم**

تاعلاطا طوبرم هب نیا بلطم و ریاست تاعلاطا لیصحتی ار می دیناوت رد **ynamreG** ت پاسبو **ekaM ti ni** ادیپ .دینک

رد اجنیا زین می دیناوت رد **کی ناجتیا رد عیرس** صوصخ منیزگ یاه رد نانتسرتسد ت کرش !دینک

### obruT-boj

هب ت عرس راک ادیپ .دندک ادتبا نابز ی ناملاً ار دای می .دنیگ اهنآ دیاب هب ت عرس کی لیغش بسانم ادیپ دندک boJ obruT هب .ی دلرفا هک هزات دراو ناملاً مدش دنا کم می دندک ات

فده نیا ت سا هک اهنآ دیناوت هب ت عرس رد کی هفرح راک ادیپ دندک و یاری نیمات منیزه یاه دوخ ی لوی هب ت سد .دنروآ

**سیناژت پاس راک لاردف** .دیبا ی تاعلاطا ترازو روما می علمتجا و راک لاردف **نابزه بی سیلگنا ی نبارکوا** و دوجوم .ت سا تاعلاطا رتشیب رد دروم boJ obruT ار می دیناوت رد بو **ترازوت پاس روما می علمتجا و راک لاردف** و رد بو

3. ن تساخرب

2. عورش راک

1. لغش ادیپ دینک

زا: هس ملحرم لیکشته مدش ت سا boJ obruT

،یدنورهش مفیظو یراکمه و ش یازفا لغش ار دهانشم دیهاوخ .درک اهویدو هب نابز هداس و هب نابز ی نبارکوا .دنتسه **رد ی یاهویدو اجنیا** اب عوضوم کمک منیزه

**دیوش** " ماغدا رازاب راک یاری ناگندهانی ار حیضوت می م دهد .(obrutboj) تاعلاطا هب نابز ی ناملاً و ی نبارکوا .ت سا هگر تاعلاطا **مه** " **نونکا هب لایند راک دیدرگ و مادختسا**

### ایآ هب زوجم راک زاین ؟ مراد

### ناگندهانی و نایضاقت می گندهانی ی اراد تماقا زوجم ای قیلعت ت قوم :جارخا

نونعه ی یوجتهانی دراوهزات هب ،ناملاً یاری بسک هزاجا راک زاین هب زوجم راک .دیراد

### هچ هزاجای نامز راک ؟ دیرادن

ویسی‌اربر مام لووا هزاجا راک دیرادن رد نیا ، تدم رد دنس ی تیوه امش **لاغتشا** ترابع **زاجم** «تسین جرد دهلوخ .دش ایآ هب ناونع وجهانپ هب ناملاً ؟دیاهدمآ رد نیا تروص

## هچ ی نامز هب رازاب راک ی سرتسد ؟دیراد

هرود تیعونم ، راک ود عون ی سرتسد فلتخم هب رازاب راک دوجو دراد رگا) قیلعت قوم جارخا ای تیعونم راک : (دیرادن سبزا یاصقنا

### ۱. زوجم : دودم راک

ت ماقا ای قیلعت قوم جارخا امش رکذ دهلوخ **لاغتشا** : دش اهنت ای دیبأ رتفد تبث عابتا ی جارخا **زاجم** «تسا دیشاب **امش** نینچمه **دیناوتی** م ای قیلعت قوم جارخا یاربر زوجم راک تساوخرد .دیهد رد نیا ، تروص رد زوجم تساوخرد .دیهد نیا رد ی تروص قدص دنکی م هک دنور ی گدنهانپ زونه رد لاج ماجنا دشاب و امش **زوجم** اراد **ت ماقا** نیا نادب تسانعم هک امش دیاب لبق زا عورش راک یاربر زوجم راک زا هرادا ترچاهم

رد نیا تروص هب زوجم زاین راک دهلوخ تشاد

- یاربر ره لغش
- یاربر ش زومآ ی اه فرج
- یاربر ی زومآ راک

امش امومع یاربر یاهش زومآ ی اه سردم ی زاین هب زوجم راک .دیرادن

### ۲. زوجم نو دبراک تیدودم

نیا نادب تسانعم هک

- دیناوتی م ره ی لغش ار دیرینچیه و
- ی زاین هب تساوخرد زوجم راک .دیرادن

جارخا و) نو دب تیعونم (راک دیراد و هب تدم ۸۴ هام هب روط ی نوناق رد ناملاً ت ماقا ، دیامتشاد زین قدص .دنکی م قدص دنکی م هک یاربر امش زوجم ت ماقا رداص مدش .دشاب نینچمه رد ی تروص هک زوجم ت ماقا قوم ای قیلعت قوم نیا رد ی تروص

دنس تیوه امش رکذ مدش **تسا لاغتشا**) هب راک **زاجم** [تسین «tettatseg» thcin) «. tiekgitätsbrewr متشاد ، دیشاب هرادا ترچاهم نکم ت سا هب روط م ئاد هب امش هزاجا راک .دهدن تیعونم راک مشیمه هب ت حارص رد قیلعت رگا قوم جارخا

### تاعلاطا رتشیب

- اراد زوجم ت ماقا ای قیلعت قوم جارخا ، دنتسه نینچمه دیناوتی م یاربر **س نازلکی** ی **بایراک** قوم راک .دندک دیرفا هک
- **یزاسه چراپکی** رد **یاهت ساوخردی** سربر ی **گدنهانپ** زا رطان ی اطعا ت یامد ی **شقی** گدنهانپ .دیرادن **ت ماقا** ، دنتسه ماگنه عورش هب راک ای **ق ح** ، ش زومآ **ت ماقا** ی **ه ناگادج** .دنکی م نت فایرد **یاهش لاند** دیرفا هک **زوجم** اراد
- **یزاسه چراپکی** رد دیدم **ماگنه قیلعت قوم جارخا** ای اطعا زوجم ردت ماقا **رطان متفرگ** .دوشی م یاربر دیرفا **قیلعت** هک **قوم جارخا** ، دیراد **طیارش** یدرف **یاهش لاتو**

### ناگدنهانپ اراد زوجم : ت ماقا

دوچو. درادن امش یزاینه به تساوخرد ی ارب عورش به راک. دیرادن نیا عوضوم رد **تایلم** دروم ی عرف زین قدص. دنکی م  
رگا زوجمامش **تاماقا** متشاد، دیشاب به لک رازاب راک ی سرتسد. دیراد ن یاربان به چیه ی تیودوم

## نادنورهش هیداحتا اپورا و نادنورهش مقطنم ی داصتقا: اپورا

به رازاب راک ناملاً. دنراد نیا برما رد دروم عایتا مقطنم ی داصتقا اپورا (AEE) و یاضعا ناشه داوناخ زین قدص. دنکی م  
نادنورهش هیداحتا اپورا هک) به ن اوند نادنورهش هیداحتا اپورا زین متخانش ی سرتسد (دنوشی م **دودحما**  
ی دازآ ددره رد هیداحتا اپورا. دنراد روخرب ای نیا، لاج اهنآ دیاب ی ارب **زوجمکی تاماقا** مژیو س پیئوس تساوخرد. دنهد  
**س پیئوس** نادنورهش و یاضعا ناشه داوناخ زین زا

تاعلاطا رتشیب ار دیناوتی م رد **هرادبت یاسب و لاردف ترچهم و ناگدهانی**. دیبایر

>> **یامنهار** نینچمه **تاماقم ی مومع ار** دینیبر

## نادنورهش روشک: ثلاث

به **زوجمکی راک** زاینه. دیراد نیا، زوجم هزاجا تاماقا هدیما. دوشی م تاعلاطا رتشیب ار **رد دیناوتی م اجنبا**. دیبایر  
یکی زا ی اهروشک وضع هیداحتا اپورا ای مقطنم ی داصتقا اپورا، دیتسین و لیام به **م ئادت ماقا رد ناملاً**. دیتسه  
رگا امش دنورهش **روشکی ثلاث**. دیتسه ی نعی دنورهش

## تاعلاطا ی ارب نایوجهانی

راک، دیتسه ی م دیناوت ای لامک لیم رد س ناژآ راک ای OWA مان م یاهندیاه ی سیون هدرک و رد اجنآ کمک ت فایرد. دینک  
ره وجراک رد، ناملاً لوئسم وچتسج ندرک راک ی ارب دوخ. بت سا، رگا امش رد لاج ی وچتسج

## هرواشم و ی بایراک ی ارب: ناگراوا



## س ناژآ راک زکرم - ی گچراپکی م یاهندیاه

ed.rutnegastiebra.www (ی ناملاً)، ی سیلگنا (مسنارف)

ed.rutnegastiebra@miehnedieh @

00555540080 ☎

22598 miehnedieH .a .d znerB

eßartsteuqcuoIP 03

>> **تاعلاطا رتشیب**

ed.qbb-ewib@nelaa-ofni @

31762516370 ☎

12762516370 ☎

03437 nelaA

eßartsnefpoH 22

[QBB ehcilfureB gnudliB HbmGg](#)

راک ییامنهردهلوخ دیرکاتهت کرش یاج راک و ایی اجگنودلییسوا ادیی دییامن و ایی چ مسقی تساوخردهتشون. دینک دارفامنهردگه بامشرد هرابگنودلییسوا و

### تبعقوم یاهیلغش ارهت روصنیلانآ وجتسجدینک و علطه: دیوش

• [رازابراک](#) سنناژآ لاردف راک

یلغش سنناژآ راک ار ادیی دولناد. دینک یار، دیوردنا [اجنیا](#) >> [ارکیلاک](#) دولناد [دینک](#) یار، نوقیآ [اجنیا](#) >> [ارکیلاک دینک](#) نشیکلیا رازاب: راکنشیکلیا ناگیار یار، دیوردنا و -نوقیآ رد اجنیا یم دیناوت یاهتصرف

[moc.ynamreg-ni-ti-ekam](#) هاگیانیلانآ یمسر یاهورینه صصختم یجراختسا

[نشیکلیا](#) ییتسرد هدرکدنا هک زاقیرط نآ یوجتسجد تبعقوم یاهیلغش و تبعقوم یاه یزومآ راکنکم. بتسا یاهقاتا یاهتراهم ییتسد

### رگید تاناکما نیلانآ یار، راک و شزومآ

تاعلاطا یار، نایوجهانپ نایوجراک و نایامرفراک

[کی رازاب راک رگید یار، -> ناگراوآ www.reekrow.ed](#)

[مکش یگچراپکی زاقیرط تراهم \(QI\)](#)

[یاهتبعقوم یلغش یار، ناگراوآ](#)

ناسآ ندرک یگچراپکی یار، ناگراوآ (seegufer) رد رازاب راک زاقیرطکی زکرم یاهتبعقوم یلغش. بتسا فده [nac!](#) „ [seegufer](#)

نادنمشناد و نارگشهوژی هراوآ هار یزادنا هدرک بتسا اتهه اهنآ رد یوجتسجد تبعقوم یاهیلغش بسانم کمک. دنک نویسیمک [هژوری](#) اپورا [seeuferR4ecneicS](#) ار یار،

### تاعلاطا یار، ناگراوآ و نارجاهم دییات همدش

#### هرواشتم و یبایراک

یار، ناگراوآ دییات: همدش

یم دیوش و ابامشه ب ناوئعوجراک راتفر یم؛ دوش یار، نیا روظنم دیاب رد اجنآ اصخشکی تساوخردهتارا. دینک سپ زادییات امشه ب زکرم راک میاهندیاه عاجرا هداد



هرواشتم و یبایراک یار،

## نارجهه صاخ و نادنورهشه هیداحتا: اپورا

[81598\\_miehnedieH.a.d\\_znerB](mailto:81598_miehnedieH.a.d_znerB)

[.rtS-ssueH-rodoehT\\_1](mailto:rtS-ssueH-rodoehT_1)

[زکرم راک مبهاندیاه](#)

تاررقم: نی مومع

- امش دیاب هب تروص لقتسم شلاته دینک کی راک ادیپ. دینک
  - امش تحت ممیپ نامرد رارق می. دیریگ
  - کی ه ناخ وجتسج دینک بش پیپ) زا نتسب کی دادرارق، هراجا هرابرد بسانم ندوب هراجا زا زکرم راک. (دیسرپ
  - امش می دیناوت
- 
- BGS II ت فایرد می. دینک نادنورهشه هیداحتا اپورا دیاب ه ولاء بره ن آک به تیعضو» لاغتشا هب «راک زین متشاد. دنتشاب
  - اتی نامز ه کی من دیناوت یاه زاینه ی گدنز دوخ ار نیمات، دینک کمک یاه هیاپ ی ا ار بره ساسا

لیمیا: [ed.qbb-ewib@nelaa-ofni](mailto:ed.qbb-ewib@nelaa-ofni)

ن فلت: [31762516370](tel:31762516370)

ن فلت: [12762516370](tel:12762516370)

03437 nelaA

eßartsnefpoH 22

[QBB ehcilfureB gnudliB HbmGg](#)

راک ییامهر دهلوخ درک ات هب تکرش یاج راک و ای یاج گنودلییسوا ادیپ دیپامز و ای یچ مسقی تسلوخرد متشون. دینک دارف امهر رگ هب امش رد هرابرگ نودلییسوا و

## هرواشتم و ی بایراک

یاری نادنورهشه هیداحتا اپورا و نارجهه صاخ



لیمیا: [ed.rutnegastiebra@miehnedieH](mailto:ed.rutnegastiebra@miehnedieH)

ن فلت: [00555540080](tel:00555540080)

[22598\\_miehnedieH.a.d\\_znerB](mailto:22598_miehnedieH.a.d_znerB)

[eßartsteuqcuolP\\_03](#)

[سنازا راک مبهاندیاه](#)

[» تا علاطا رقتشیر](#)

## زکرم سلامت ناز و لغش

زکرم سلامت ناز و لغش ه ناز و نارتهخ ه تروص ناگیار و ا یرادزار رد منیمز یاه ریز هرواشتم م :دهد

- زاعاً هرابود لغش
- شزومآ یلیمکت و متفرشیپ یلغش
- تهج یهد یلغش
- همانره یزیر یلغش

- م دنوش هک دنلیام ه تروص بلطواد ه ن لونه ی برم راک .دننک تااعلاطا برتشیپ ار م دیناوت رد ادیپاجنیا .دینک دراد ک ی برم ه برامش کم م م دنک ات ا رازا راک رد ناملا انشا .دیوش ن پنجمه ی ارب ن یا روظنم ی ناز وچتسج ،ن گنیک ن گنیشید و ردین ن گنیشوتشا رازگره م .دوش ه مانریک ی یامنه ار زین ی ارب ناز برجاهم و هراوا دوچو هار ی زلانا ن یاتکرش هرواشتم رد ،م یاهندیاه

سلامت:

زکرم سلامت ناز و لغش

لیمیا [ed.miehnedieh-sierkdna@fureb-dnu-uarf](mailto:ed.miehnedieh-sierkdna@fureb-dnu-uarf)

نفا: 855212312370

81598 miehnedieH

eßartsgreB 63

تسا م یاهندیاه-گریمتروو

## طخ ی صامتخا راک و ی گذنز رد ناملا

طخ "ی صامتخا راک و ی گذنز رد" ناملا ه م ناخ یاه امش رد منیمز یاه ریز ه ی ناملا و ی سیلگنا خ ساپ م :دهد

یریگدای ی ناملا

دورو و ت ماقا

دیپات ک رادم یلغش ی چراخ

یوچتسج ، راک راک و لغش

ات منیشخیز ز ات عاب 00:9 از 00:51 اب ن یا هرامش ل باق ی سرتسد [11115181039400](tel:11115181039400) :تسا

>> طخ منیشودی صامتخا

- [SERUE](#) - هاگیاپ ی پاپورا ی یاجبا ی لغش
- رازا راک س نازا ل اردف راک
- 

یلغش س نازا راک ار ادیپ دولناد .دینک ی ارب دیوردنا اجنیا >> [ار کیلاک دولناد دینک](#) ی ارب نوقیا اجنیا >> [ار کیلاک دینک](#) ن شیکلیا رازا : راک ن شیکلیا ناگیار ی ارب دیوردنا و - نوقیا رد اجنیا م دیناوت ی اهتصرف

## ل ناسم هر مزور و تاقوا ت غارف

### ل ناسم هر مزور

### تيلاعف ياه مژبو

(iDfuB) و رد **هژورب لاسي عامتجا مابلطواد** (JSF) نوډب ت قفاوم زكرم تامدخ لاغتشا ي جراخ . دنريگه نايضاقتم ي گندهانپ و دييات ناگدش يم دنناوت ي راک ار **تامدخد مابلطواد لاردف**

کمک دنگ و ي ناملا زيه ناي يم . دنريگ امش نينجه تحت مميه نامرد رارق يم ديريگ وکي تراک مميه ت فايرد يم . دينک 21) ات 42 (ههام رد نيا تدمکي تراهم وکي کردم ت فايرد يم دننگ هکي م دنناوت هب اهنآ رد ه مادا ريسم ي لغش ديياتکي **هرادا روما عامتجا ي جراخ** ي رورض .ت سا دارفا ي اراد iDfuB

03 ت عاس رد متفه رد همانر ي ياه ي گجراپکي ناگراوآ .ت سا تاعلاطا رتشيپ ار زا تيريدم هاگتماقا دوخ ت فايرد . دينک ي ناملا و بسک تراهم . دننسه ،هنيزه 58 ت نسر رد ت عاس ي ار ي رتکلاد 02 ت عاس رد متفه رد تيلاعف ماء معفملا و **معفملا** ي ت کرش **همانر ي ياه ي گجراپکي ناگراوآ** (MIF) زيه هب روط هباشم ناکما ي بوخ ي ار ي يريگدا ي نابز **تيلاعف ماء**

ت قوم يم دنناوت رد ناملا ، دننام ي ار ي هار ي زاندا کي ت کرش تسخن زوجم هرادا روما عامتجا ي جراخ ار زاپن . دراد **هار ي ار ي زاندا ت کرش** نيناوق (**ل قنسم**) ي صخشتم دوجو . دراد ي سکه هک طقف هب ت روص

>> تاعلاطا رتشيپ ار رد نيا ميمز يم دنناوت **اجنبارد اجنياو** ادپي . دينک

### ي باجباچ / ت هج ي باي

### مشقن رهش



**مشقنکي م باهندياه و م حان م باهندياه** ار يم دنناوت ي ار ي لائتم **اجنبارد** ادپي . دينک

ار مشقن . ديپاي رهش **ناگبار** .ت سا . نيا ن شيكيلپا هب ن يلافا ت روص راکي م دنگ وکي تيلباق هار ي باي . دراد ي لوي م دنناوت ن شيكيلپا ناگبار "**EM.SPAM**" ار زيه دولناد . دينک رد نآ يم دنناوت مشقن ي زا م باهندياه

**JerotSyalP** (←ppA-EM.SPAM) رد **JerotSyalP** **گوگ** و رد (**JerotSppA**)

هب لوندع منيزگ ،رگيد يم دنناوت زا مشقن ل گوگ مه هلافتسا . دينک

## سویوتا و راطق

مهمتسا که مشیمه طیلایک ریتمه متشاد. دیشاب، رگا کی طیلای ریتمه متشاد، دیشاب دیا، همیرجی نیکنس. دیزادریپ  
سویوتا، و راطق امشی م دیناوت ه بی بوخ ه بی همه طاقن میحان. دیور، رد نیان منیمز رایسب

لودجکی نامز سویوتا و راطق ار می دیناوت اجنبارد ادیپ. دینک

صخشم. دینک

ت کرد دینک، (زاعآ) ییاج ار که می دیهاوخ دیور، و (حصقم) ی نامز ار که می دیهاوخ ت کرد دینک / یخیرات (ت عاس  
ه بی گداس ییاج ار که زاجنا می دیهاوخ

دوجوم. ت سا

نینجمه ه ت روص نشیکلیا (←sub & ppA-nhaB رد [JerotSyalP](#) گوگ و رد [JerotSppA](#) یا  
لودجکی نامز، ت کرد

## ه خرچود

متیلا زا ه خرچود مه می دیناوت ه دافتسا. دینک

رسارس یاهریمه میحان ه خرچود دوجو دراد که اب ه دافتسا زا اهنآ می دیناوت ه بی رایسب زا طاقن ی سرتسد ادیپ. دینک  
رد

ه خرچود نارلوس نیناوق دیا، کیفارت ار تیاعر. دینک

نینجمه) یار، ه خرچود (نارلوس ار می دیناوت ه بی نابز یاه فلتنم رد نیان تیاس دینیپ. "[ed.ytefasdaornamreg](#)"  
ه صلاح یا زان برتمهم نیناوق کیفارت رد ناملاً

نیناوق مهم کیفارت یار، ه خرچود نارلوس: (باختنا)

- مشیمه زات مست سار طخی گدنار ت کرد دینک
- تشب رس مه و هن رد رانک مه دینار
- دوجو، دراد دیا، امتح رد نامه ریمه یاروسه خرچود دینک مشیمه) رد تمست سار ه داج و رد تهج (ت کرد  
رگا ریمه صوصخم ه خرچود
- طقف هچر یاه ات 11 لاس می دیناوت اب ه خرچود زا هدایپ ور ه دافتسا دینک
- سامت ی نفلات اب نفلات هارمه رلوس رب ه خرچود عونیم ت سا

ات ه خرچود یا م لاس و نیمیا متشاد. دیشاب، رد ریغ نیان ت روص رد ماگنه ی سرزاب طاسوت س یلای دیا، همیرج ت خادری. دینک  
ریمعت و ع قوم ی رادهگن دیرخ ه خرچود ه بی درلوم ریز ه جوت دینک

- غارچ ولج و بقاء
- غارچگ نریش ولج و بقاء
- باتزاب مدنده یاه ملیم یاه له خرچ (ره) خرچ 2 (دء)
- باتزاب مدنده یور اهل ادپ
- گنز
- ود زمرة انجم

یاه نازرا ار می دیناوت ه بی ت روص ت سد مود. دیرخب تاعلاطا، رتشیب ار می دیناوت اجنبارد ادیپ. دینک  
ه خرچود

## کرجت رادیاپ

### کرجت رادیاپ: نیغی

و ادص و راشتتا یاهزاگ یاهناخاگ ارشهاک دهی م و یگدنز ام ار رد ق طانم ی باتسور و اهرهش دوپه. دشخی م  
ت کرج میذکی م هک یارب ام دیغم دشاب و ریثا ام رب طیح م تسیز ار ه ل قلدح. دناسر، لمح و ل قن، رادیاپ برس  
ام ه ی اهنوگ

### یاهوار ی دایز یارب رفس رادیاپ دوجو: دراد

- یوره دایپ ای: ی رلوسه خرچود ره ود م لاس، دنتسه دود زوزگا رضم دیلوت دنتکی م و نینچمه ادصی، دنتسه
- راطق هدافتسا: دینک اهنآ بلاغا رد یاهرهش گرزب و کچوک ددرت دنتکی م و رفس نودب نیشام ار رتناسا، دنتکی م  
زا سوپوتا و
- کارتشا وردوخ یهار یارب ی بوجه فرص رد یاهنیزه ی لای، دیرخ، ممی، تایللم ی رادهگن و گنیکراپ، ت سا  
ن یا نادب تسانعم هک داعت یاهوردوخ یرتمک رد اهداج دوجو. دراد ممه ه ی وردوخ ی صخش دوخ زاین، دترادن  
gnirahsraC: ن یا نادب تسانعم هک نیدنچ رفن زا کی وردوخ هدافتسا، دنتکی م اما رد یاهن نامز، فلنخم
- یاهوردوخ ی قرب، هاگنه ی گدنزار یاهزاگ ی جورخ ریشتنم دنتکی م و ن یاربان یارب طیح م تسیز رتهب، دنتسه  
یاهوردوخ: نی قرب

ممه م هارف: دینک راگناسا، طیح م، تسیز نورقم ه، ه فرص نودب، بعام ن میا و بسانم یارب هدافتسا، همرزور  
گریمتروون-داب دهلوخی م لمح و ل قن رادیاپ ار یارب

میلقن، ی کارتشا ن یا ه ام ناکما دهی م ات نمض تظافحم زا طیح م، تسیز عیرس و ت حار ه، حصقم دوخ، میسر،  
ن یا رد دروم یریدف اطعنا و بیکرت یاهنیزگ رفس، ت سا ه، هدایپ ه چ اب، ه خرچود ه چ اب راطق ای اب ملیسو

ن یاربان یارب لمح و ل قن رادیاپ ه ن اهنت ه ی انعم تظافد زا طیح م، تسیز مکاب ه ی انعم یرفس ن میا و ت حار، ت سا

### یاهت صرف هدافتسا زا یاهوردوخ ی کارتشا و یراذگ کارتشا وردوخ

#### رفس اب م ه

ه ل لحم راک دوخ، دنورمی ن یا راک ث عاب ی بوجه فرص رد، هنیزه شهاک کیفارت و تظافد زا طیح م تسیز، دوشی م  
و ه فرصه بنورقم، ت سا نیدنچ رفن اب م ه رد کی نیشام رفس، دنتکی م اهنآ حصقم ی ناسکی دتراد ای اب م ه  
هدافتسا کرتشم زا وردوخ و یراذگ کارتشا ملیسو، میلقن یهار ی لاء یارب رفس ریذف اطعنا

#### یایازم هدافتسا زا گنیلوپراک

- نارفاسم اهنیزه ار ه کارتشا، دترادگی م یارب، لائم یارب ن یزب ای گنیکراپ ممه لو یرتمک، دترادری م  
ی بوجه فرص رد: هنیزه ممه
- اب م ه رفس، دنتکی م یاهنیشام یرتمک رد اهداج، دنتسه کیفارت یرتمک دوجو دراد و اوهرتکاپ، دوشی م  
کیفارت: یرتمک ی تقو دارفا یرتشیب
- یرتشیب ی دارفا هک اب م ه رفس، دنتکی م ه ی ت حار رس تبحص ار زا، دنتکی م و اب دارفا دیدج انشأ، دوشی م  
تاطابترای عامتجا

### هنوگچ م ناوتی م کی ت صرف یراذگ کارتشا وردوخ ادیپ؟ م نک

گریمتروون-داب دوجو **رد**، دراد **ایزیا** دیناوتی م یایسب زا تاداهنشیب یراذگ کارتشا وردوخ ار رد کی هاگن ادیپ، دینک  
دراد ی خرب زا یاهن مجنا لمح و ل قن و اهرهش زین نیدنچ یاهم رفتلی ار ه تارا، دندهی م کی ت یاسب و یارب لکت لایا  
اهت یاسب و یاهن بشکیلپا ی دایز یارب ن یا راک دوجو

## همانیهاوگی گدننار

دینکی یخ رد ق طانم، هیاتسور یاهمنیزگی یرگید دننام یاهسوبوتا یاتساوخرد ای هداغتسا زا یرفسمه دوجو. دراد و دما دوجو. دراد هب صوصخ رد، اهرهش دیناوتی م زا، هخرچود سوبوتا و راطق ای gnirahsraC تادمخ هداغتسا رد، گریمتروو-ناب یاهشور یفلتخم یارب تفر

هک اموزا دیاین نیشام ناتدوخ. دنشاب یرایسب زا یاهمنیزگی لمخ و لقعن ار ناوتی م هب روط رثوم اب مه بیکره. درک و اهراطق هب تردن تکرخ دینکی م ای رگا زاین هب رفسی نلاوط، دیراد ملیسو هیلقن دیغم. بتسا متکن مهم نیاتسا نیشام و همانیهاوگی گدننار زونه مه دنناوتی م رایسب دیغم. دنشاب رگا اهاسوبوتا

## لمخ و لقعن ی مومع

هب نیایا: نگیم لمخ و لقعن ی مومع  
یرایسب زا اهرهش ی اراد، سوبوتا ورتم و اومارته. دنتسه

لائم یارب، راک، هسردم نترف هب رتکد ای. دیرخ  
لمخ و لقعن ی مومع هار یبوخ یارب نترف زا کی ناکم هب ناکم رگید. بتسا

لهنآ هب برتت حار ندرکی گدنز هرمرور کمک. دینکی م لاماکن و دیر زاین هب نیشام. یصخش  
دوز ات برخواو ب شاما) نه هب روط، (مولدم اهاسوبوتا و اهراطق ره زور دارفا یایز ار رد نیایا مقطنم اجباج. دینکی م  
زاجبص

## مادک لیاسو هیلقن وزج لمخ و لقعن ی مومع؟ دنتسه

- اهاسوبوتا
- اومارته یاهسوبوتا (ی نابایخ)
- اهورتم
- اهراطق nhaB-S
- اهراطق یامقطنم یارب، یاهت فاسم مانوک رد ق طانم (فارطا)

## زا اجک م ناوتی م طیلاب هیته؟ مینک

اهطیلاب طاسوته نانکراک، سوبوتا راطق ای بوکسی سربر. دنوشی م  
رگا طیلاب یریتعم متشادن دیشاب و ی سربر، دیوش دیا ه میرج. دیزادریه  
رگا زالیاسو هیلقن ی مومع هداغتسا، دینکی م هب طیلاب زاین. دیراد

## طیلاب اهاریم ناوته یرادیرخ: درک

- رد یاههاگنسد شورف، طیلاب
- زاق برطت نرتنیا ایکی نیشکیلیا لائم) tgewb نیشکیلیا (
- رد یاههاگشورف یاهت کرش لمخ و لقعن
- یترفاسم هچبود. ناب، زکارم یترفاسم هچبود ناب هب جیرده هب زکارم tgewb یربرفاسم شرتسگ. دنباپی م  
رد زکرم
- یخ امیقنم اب هدننار رد. سوبوتا

## ناکدوک رد لیاسو لمخ و لقعن ی مومع

ناگدنراد یاهطیلاب رادنامز دنناوتی م رد یاهنامز یصخش م ناکدوک ار هب تروص ناگیار هارمه دوخ. دنریه  
ناگیار رفس. دینکی م یاهطیلاب رادفیخته یارب ناکدوک نیی ۶ ات ۴۱ لاس لماش) منیزه (طیلاب رد سرتسد. بتسا

ناکدوک ریز ۶ لاس لومعم

## اهگس رد ل یاسو لمد و ل قن ی مومع

د نراد یاهگس ،س یل یاهگس ،امنهار یاهگس ی کمک و یاهگس کچوک رد دیس لمد دیناوتی م ناگیار رفس .دینک  
اهگس نینچمه ی اری سوبوتا و راطق ه طیلاب صوصخم ه دوخ زاین

## لمد و ل قن اب ه خرچود

رد یاهزور ،مبندش مینشکی و تلایطعت ،ی مسراهه خرچود ار ناوتی م رد مامت لوط زور ه تروص ناگیار راوس .درک  
مبندش ات ،معجم اهه خرچود ار ناوتی م لبق زا تا عاس ۶ حیص و دعب زا تا عاس ۹ حیص ه تروص ناگیار راوس .درک  
لمد ه خرچود رد ل یاسو لمد و ل قن ی مومع رد گریمتروو-ن داب ناگیار .ت سا زا

## رد سوبوتا و راطق ه نوگچ راتفر ؟منک

- لبق زا راوس :ندش طیلاب دوخ ار ی رادیرخ و حیأت .دینک
- ی اری ،اندنملاس نانز رادراپ و دارفا ی اراد ،تیلولعم ی لندص ی لاخ .دیرانگب
- لفظا ناتیاهه لایز ار هارمه دوخ .دیرب لفظا چیه ی اه لایز ار تشپ ناترس اهر .دینک
- رگا رد ل اچ شوگ ن داد ه ی قیسوم ای ی اشامت ملیف ،دیتسه لفظا زا نوفده ه داقتسا .دینک
- ای سامت ی نفلت رارقر .دینک نیا راکت عاب دوشی م یاضف ی رینپاد ی اری همه رد سوبوتا ای راطق مه ارف .دوش  
لفظا ای ا دص لوقعم تبخص دینک
- ماگنه :جورخ ه بع قوم همک «تسیا» ار رانشف دیهد ای ه بتمس رد .دیورب

## زا اجک م ناوتی م تا علاطا بسک ؟منک

سوبوتا ن م ه چی نامز ت کرد ؟دینکی م اجک دیا سوبوتا ضوع ؟منک ه ه چی طیلاب زاین ؟م راد  
رگا ای سوبوتا ای راطق رفس ،دینکی م رتهب ت سا :دیناد

## لودج ی نامز و مکیش اهریسم

لودج ی نامز رد یاهه اگتسیا سوبوتا بصر مدش .ت سا رد اجنآ دراوم ریز ار دیهلوخ :دید

- ی تقو سوبوتا ای راطق ت کرد ،دینکی م
- ی یاج ه ک و ا ف قو تم دوشی م
- مکنیا دنچ ت قو رایکی ی گدنار .دینکی م

رد اجنآ دیناوتی م اهف قوت و تلاصتا نیب طوطاخ فلنخم ار مدهاشم .دینک  
ی رایسب زا یاهت کرش لمد و ل قن مشقن مکیش ریسم ه ارا .دندم

## اهن شیکلیا و ت نرتنیا

رد اهه مانر درلوم ریز ار دیهلوخ :ت فای  
ی اهن شیکلیا ی کیفارت د نراد ه ک دیناوتی م ه تروص ناگیار زا اهنآ ه داقتسا دینک ی اری ،لائم tgewb ن شیکلیا .  
ی رایسب زا اهرش

- ی اهن نامز ت کرد و ،تاطا ترا
- تا علاطا طوبرم ه ،ها ریخ ات
- ی یاهه بصوت ی اری ن یرتهب ،طاطا ترا
- دیرخ طیلاب و .اهتمیق

نیاه مانرب بلبغا تا علاطا ار هب تروصگ نردلاب بش یامز . دندهم ، بن یاربانب لاماک زوره . دنتسه

نیاه بامش ناکما ددهم میخ نودب ت نرتنیا ، بل یابوم هب تا علاطا یور نفلت هارمه دوخ ی سرتسد متشاد . دیشاب  
یرایسب زا یاه هاگتسیا راطق ، گرزب یافی او ناگیار هئارا . دندهم  
**متکن**

### تا علاطا رد هاگتسیا راطق ای رد راطق دوجوم ، ت سا

یرایسب زا اهر راطق و اهلومارت ملاءا دنهلوخ ، درک  
یاه هاگتسیا راطق اراد یاهرگشیامز ی کینورتکلا دنتسه هک نامز ت کر اهر راطق ار ناشن . دندهم

- نیمه ن لا اجره هک ، می تسه
- مادک هاگتسیا ی دعب ؟ دی آم
- نیاه بامش علاطا بلبغا هب نابز ی سیلگنا زین ریشتم . دنوشم  
رگا دیناوتی م رد ی هاگتسیا هدایب دیوش ات هب ، هاگدورف هاگتشیامز ی راجت ای ریاس یاه ناکم مهم ه مادا . ددهد

### noissimsfohnhaB (noissimsfohnhaB)

ت بیرومام هار ن هآ امیقتسم رد هاگتسیا راطق هب مدرم کمک . دتکم ناگیار و نودب زاین هب تیژ . مان

### یارب ، لائم زا دراوم ریز ی نابتشپ ؛ دتکم

- هئارا تا علاطا و ی نابتشپ رد نیمز ، تا طا ب ترا
- هاگنه رلوس ندش هب ، راطق
- هاگنه لمخ ، اندمچ
- ادیب ندرک ریسم . ت سرد

هب لاپند یوگول ت بیرومام هار ن هآ . دیدرگب اجنآ کمک ادیب دیهلوخ . درک  
رد یرایسب زا یاه هاگتسیا گرزب ، بن هآ هار یاهت بیرومام ن هآ هار دوجو . دراد

رد اجنیا دیناوتی م تا علاطا یرتشیب ار هب یاه نابز فلتمخ ادیب . دینک

### ریاس تامدخ رد هاگتسیا راطق

یاه هاگتسیا گرزب راطق بلبغا ی زیچ بش یب زا لمخ و لقع هئارا . دندهم اهنا بن پنجمه دراوم ریز ار هئارا : دندهم

- اهت کرامریوس یارب دیرخ ، نه نازور
- یارب ت حارتسا هاتوک هب کنسا ، اهراب اهی یلوانا ای اه فاک هعجارم ، دینک
- ییاهه زایغم یارب دیرخ ، ساپل ملجم ای مزاول ، رفس
- اهه ناخورد و یاهس بیورس . ی تشادهب

هب نیاه بیترت دیناوتی م زا نامز راطقنا هب یبوخ هدافتسا دینک ای هب ت عرس ی راک ار ماجنا . ددهد

راگیس ندیشک رد یاه هاگتسیا راطق زاجم . ت سیز رد ی خرب ، دراوم کی مقطنم صوصخم راگیس ندیشک دوجو . دراد

### یخار رد سوبوتا و راطق و رد هاگتسیا سوبوتا

یرایسب زا اهر راطق و اهسوبوتا اراد دراوم ریز : دنتسه

- یافی او ناگیار) ای دورو هب ، (متسیس
- یاهمتسیس هیوهت عویطم یارب یریگولاج زا مرگ ندش بش یب زا دح رد ناتسبات و یامرگ عویطم رد ، ناتسمز

- زیر قبری ایر ژرانش نفلته هارمه ایپا، پات
- یاضفی فاک ایر، مکسلاکی لندص، رادخرچ هخرچود ای. ناندچ

### یرایسب زا اهاگتسیا ایراد دراوم ریز: دنتسه

- یاههگتسیا سوبوتا ای یاههگتسیا راطتنا ایر بتظافحم رد ربارب نارابا، داب
- یباهتکمیز ایر. بت حارتسا

### تامدخ لکم لمد و لقعن ی مومء

یرایسب زا یاهنمجانا لمد و لقعن یاههگزگ یرتشیب ایر بفس ریذف اطعنا هئارا: دندهم

- یاههخرچود یاه یارک ای یاهرتوکسا، یقرب
- **کارتشا وردوخ** (راجا) وردوخ نودب تکلام (نآ
- اھسوبوتا و یاهوردوخ ی مومء انب هب. اضاقت

### لمد و لقعن ت فاسم ی نلاوط

رگا دیهاوخی م ت فاسم ی نلاوط ار ی ط، دینک دیناوتی م زا تامدخ هار nhab رود nehstueD هدافتسا. دینک

### نیا اهراطق ی شخب زا تامدخ ت فاسم ی نلاوط: دنتسه

- راطق ریسالعیرس نیه یرهش (ECI): (ی لیخ، بعیرس ای یاهف قوت. کم
- CI: (یرهشنیه)، بعیرس رد یاههگتسیا یرتشیب ف قوت. دینکی م
- CE (رووی): (یتیس یاهرهش ناملاآ ار هب یاهروشک رگید دننام، س پیئوسش یرتا ای مسنارف لستم. دینکی م

ت فاسم ی نلاوط امش ار هب بت عرس و هب ی تخار هب یاهرهش، گرزب ی تخارتارف زا یاهزرم ی تلایا و، یلم. دینری م ی اهراطق

### زا اجک م ناوتی م طیلب میهت؟ مینک

رد، گریمتروو-ن داب زکارم ی ترفاسم nhab ehstueD هب چ پردت هب زکارم stgewb یریر فاسم لیدیت. دنوشی م رد یاههگتسیا راطق ای رد زکارم ی ترفاسم nhab ehstueD یاهه جا) ی شورف طیلب رد (اههگتسیا میهت. دینک ار ناوتی م هب تروص ن یلانآ [www.nhab.ed](http://www.nhab.ed) رد ای رد نشیکلیا «r» BD otagivaN، «رد یاههگتسد ی شورف طیلب طیلب ی اهراطق هار رود

هتسب هب، داهنشپ اھطیلب طقف ایر کی راطق صاخ و کی ریسم صاخ ریتعم. دنتسه

ایر دیرخ طیلب هب تروص ن یلانآ ای ای "rotagivaN" "BD" هب دراوم ریز زاین: دیراد

- کی بلسدی کناب ای ی هدب میقتسم، APES
- کی بلسد laPyaP elppA yaP، ای oyovnoB
- کی تراک ی رابتعا ای کی تراک. بت خادری

نینچمه دیناوتی م هب تروص ی دقت رد مشیگ طیلب بت خادری. دینک

nhab رد nehstueD زاین. دیراد دیناوتی م نآ ار هب تروص ناگیار رد همانرب ای [www.nhab.ed](http://www.nhab.ed) رد داجیا. دینک ایر بت خادری، ن یلانآ لومعم هب کی بلسدی یربراک

### اب BDrotagivaN هچ ی اهراک ناوتی م ماجنا؟ داد

دیرخې و رفس دوخ ار یزیره مانرې .دینک همه اهن یا ار دیناوتی م یور نفلت هارمه ای ه نایار ی صخش دوخ مهاجنا .دیده  
 ا ه دلفتسا زا ،ن آ دیناوتی م ه بی تخار ی اهریسم راطق ار وختسج ،دینک طیله  
 nehctued ، BD ،nhaB نشیکلیا ،ت سا

هطقه عورش و حصقه دوخ ار دراو .دینک ه مانرې ،اه راطق ت لاصتا و ی اهن امز ب سانم ار ه ب امش نانشه .دهدی م  
**یوختسج :ت لاصتا**

امش دیناوتی م امیقتسم رد ه مانرې طیله دیرخې - CE ی اری ، ECI ، CI ، ی اهراطق ی امقطنم ا طیله .ناملاً  
**دیرخ :طیله**

ه بی گداس طیله ار رد ه مانرې هاگنه ی سرزای نانشه .دیده  
 ی اهراطق ی اری دیرخ ه دش امش رد نشیکلیا دوجوم .ت سا ی زاینه ه ب پاچ طیله ی ذغاک .ت سینه  
**اه طیله ار هریخ د :دینک**

ه ک ایآ راطق رست قو ،دسری م ایآ وکس رییغه ه درک ت سا ای ،ریخ ای مکنیا رد قچ ت صرف دیراد راطق ضوع .دینک  
 دیناوتی م دینیه  
**ت اعلاطا اهریخات و :اهریسم**

دیناوتی م زا لبق ی لدنص ورزر دینک ای ادعب ن آ ار ورزر .دینک  
**ورزر :ی لدنص**

**ت انکما ی هافر ل خاد :راطق**

- رتشیب ی اهراطق نیب یرهش ی اراد ی او ،ی اف زیره قهر و ه یوهت عویطم .دنتسه
- ت لوت و لومعم کی ناروتسر ای ن گاو ی روخاذغ مه رد ل خاد راطق دوجو .دراد
- ی اهن اکم ل باق سرتسد ی اری دارفا ی اراد تیلولعم دوجو .دراد
- ی اهن اکم صوصخم اهداوناخ دوجو .دراد ورزر ی لدنص رد تا عاس جوا ی غولاش اهراطق هیصوت .دوشی م

سپس ی لدنص ی اراد کی ه حفص ش یامن ی کی نور تکلا دهلوخ دوب ه ک ت رایع ورزر " ه دش ار نانشه .دهدی م  
 ی لدنص دوجو .درادن دیناوتی م ورزر ی لدنص ار ه ناگادج مهاجنا دیده ،ن یلانا) زا قیرط نشیکلیا ای رد ه نشیگ .(طیله  
 اما بلغا هدی ا بوخت سا - ه ب صوصخ رد ی اهرفس ی نلاوط ای رد تا عاس جوا یکیفارته اریز ی نیمصت ی اری ن تفرگ  
 مزلات سینه ی لدنص ورزر ،دینک

زا لبق ی سررې دینک ه ک ایآ رد ی راطق ه ک دیهلوخی م ا ب ن آ رفس ،دینک ی اچ کراپ ه خرچود دوجو دراد ای .ریخ  
 رد ی خرب زا ی اهراطق نیب یرهش دیناوتی م ه خرچود دوخ ار دیربې - اما طقف ا طیله و ورزر .ه خرچود

**nehctued nhaB ecivresstätliboM**

سپس ت کرش ،ن ه آهار ی اری ،ل ائم دراوم ریز ار ی هدنامزاس :دینکی م  
 ه ب ecivresstätliboM ،دنیوگی م  
 رگا ،nhaB ،nehctued رفس ،دینکی م دیناوتی م زا لبق ی اری ت فایرد کمک مانت بئ .دینک

1. کمک رد رلوس ندش ه ب امیپلوه
2. کمک رد ن بچ ل بقه و ت لاقنتا
3. کمک ی اری ن وریرې ندماً

امش دیا ب لبق زا ،رفس و رد ت لاج ل آهدیا دنج زور ،ل بق ecivresstätliboM ی اری مانت بئ .دینک

طبار ی صخش امش رد ecivresstätliboM زکرم ) ZSM )

☎ :نفلت +94 (0) 8882125603

## تاعاس: یراک

میش مینشکی و تلایطعة میسر، یرسارس ۸ جیص ات ۸ بش  
میشود ات، معمج ۶ جیص ات ۰۱، بش

## طیلب گریمتروو-ن داب

### رفس ریذیفاطعنا نوذی زاینه هب کارتشا - )tekciT-grebmétrüW-nedaB tekciT-grebmétrüW-nedaB

اب طیلب، گریمتروو-ن داب دیناوتی م رد لوطکی زور، ل ماک هب داععة دودحمان رد یرسارس مقطنم رفس. دینک  
نیا بتسا هک گریمتروو-ن داب قطنم لحم و لقعن دایز دراد هک ره مادک اه طیلب و یاهت میق صاخ دوخ ار. دنراد  
رگا زا کی مقطنم هب مقطنم رگید رفس، دینکی م لومعم هب نینچ طیلب زاینه. دیراد لیلانیا رما  
اب طیلب، گریمتروو-ن داب کی طیلب یرب لک رفس اب هداقتسا زا لحم و لقعن لحم و یاه مقطنم یفاک بتسا

## طیلب گریمتروو-ن داب؟ تسیچ

- رد لاحت فر و تشگره، دیشاب زا یاهریسم یفارجنا هداقتسا دینک اب یاهت حارتسا یرتی زلوط متشاد. دیشاب  
اب نیا، طیلب دیناوتی م رد یرسارس گریمتروو-ن داب رفس دینک و راطق ضوع، دینکی یخ رگا مادم
- میش مینشکی و تلایطعة میسر زا میش بش ریتعم. بتسا دیناوتی م ات ت عاس ۳ دادما زور دعب رفس. دینک  
طیلب یرب کی زور ریتعم. بتسا اب نیا، لاحت زا میشود ات، معمج طقف زا ت عاس ۹ جیص ریتعم. بتسا رد یاهزور  
نیا
- طیلب گریمتروو-ن داب کی کارتشا، تسین امش طقف ی نامز هک هب نآ زاینه دیراد طیلب، دیرخی م
- بتسا هب ناوئے، لائم رد مامت یاه راطق کیس، یرهش اومارته و سوبوتا و رد یاه راطق BR ER، ERI، و XEM.  
نیا طیلب یرب لک رفس رد لحم و لقعن لحم و یاه مقطنم ریتعم
- یرب یاه راطق ت فاسم ی زلوط دننام CI CE، ECI، ای یاهس یورس ی صوصخ niarTxilf دننام ریتعم. تسین  
نیا طیلب
- یاههورگ رتکاد ۵ هرفن طیلب میهته. دینک هچره داععة دارفا رتشیب، دیشاب طیلب یرب ره رفن رتن ازرا. دوشی م  
نینچمه دیناوتی م یرب
- رتکاد ۳ کدوک نیب ۶ لاس و ریز ۵۱ لاس دیناوتی م ناگیار رفس. دینک
- نا کدوک ریز ۶ لاس زاینه هب طیلب، دنرادن
- tekciT-grebmétrüW-nedaB یرب نانلوچ ریز ۷۲ لاس دوجو. دراد نیا طیلب ی مکت رتن ازرا. بتسا  
gnuoY نینچمه

## طیلب گریمتروو-ن داب ار زا اجک م ناوتی م میهته؟ مژک

- رد یاههاگتسد شورف طیلب رد یاههاگتسیا. راطق
- نیا بزکارم ی ترفاسم هچبود نیا رد گریمتروو-ن داب هب چیردته هب زکارم یرب فاسم tgewb لیدته. دوشی م  
رد زکارم ی ترفاسم هچبود
- رد زکارم نایرنتشم یاهن مجنا لحم و لقعن
- هب تروص نیلانآ [www.nhab.ed](http://www.nhab.ed) رد ای رد نیشکیلیا «rotagivaN BD»
- رد یاهن شکیلیا شورف طیلب یاهن مجنا لحم و لقعن ای tgewb-ppa رد .

## لمد و لقعن اب :هخرچود

مبندش مبنشکي و تلايطعة ،ممسر ناوتی م ا هخرچود ار رد مامته لوط زور هب تروص ناگیار هب ل خاد راطق .دره ، ۹ حبص لامعا .دوشی م یاری نامز نیب نیا ،ناهنامز هب طیلبه ناگلدج یاری هخرچود دوخ زاین .دیراد رد یاهزور یاهراطق یلمح و یلمقطنم رد گریمتروو-ن داب ناگیار .تسا نیا عوضوم لبق زا تعاس ۶ حبص و دعب زا تعاس زا مبنشود ات ،معمد لمد هخرچود ابیرقت رد مامته

هخرچود اب دوخ ،دیریبه یاری یاهریسم ریاس یاهت لایا ناملاً و سیئوس هب طیلبه ناگلدج زاین دیهلوخ .تشداد نیا طیلبه رد یاهریسم بختتم رد یاهت لایا یاسمه ناملاً و سیئوس زین ریتمع .تسا رگا دیهلوخی م

## طیلبه ناملاً

### tekciidnalhcstueD (یرفس ناسآ و نازرا - )tekciidnalhcstueD

nhaB-U، اهلومارته و یاهراطق یلمقطنم دننام) ER, BR XEM, ERI، و (هریغ رد رسارس ناملاً هدافتسا .دینک یرایسه زا یاهطیلبه ناهام رتن ازرا .تسا اب نیا طیلبه دیناوتی م زا مامته ،اهس و بوتنا یاهراطق nhaB-S، یاهراطق منیزه طیلبه ناملاً tekciidnalhcstueD) (ynamreG ناهام ۳۶ و رویب تسا زا) هیوناژ .(۲۰۲۲ طیلبه ناملاً زا

### مهم تسا :دینادب

- یاری یاهراطق تفاسم ی نلاوط دننام CI CE، ECI، ای یاهس یورسی صوصخ niarTxilf دننام ریتمع .تسین نیا طیلبه
- نیا ی کارتشا تسا هک ره مام هب روط راکدوخ دیدمه .دوشی م
- تشادرب میقتسم APES تفایرد ،دینک اما رد نیا تروص ی شخب زا کارتشا دهلوخه دوب هب) نییاپ معجارم .(دینک هب کی باسج ی کتاب اب تشادرب میقتسم APES زاین .دیراد نینچمه دیناوتی م طیلبه ار نوذب باسج ی کتاب اب یاری کارتشا
- منیزه طیلبه ناهام زا باسج ی کتاب امش رسک .دوشی م
- باسج یربراک دیراد اب طیلبه ار زا قیرط نشیکلیا شرافس ،دیاهداد دیناوتی م نآ ار هب تروص نیلانآ وغل .دینک ،دیرادن دیاب نآ ار ات م هدم وغل .دینک دیناوتی م کارتشا ار اب تک زا قیرط لیمیا ای همان وغل .دینک نینچمه رگا رگا رگید هب طیلبه زاین
- طیلبه طقف هب تروص ی لاتیجید دوجوم .تسا یور تراک راده شارته این فلتا دنمشوه مریخذ .دوشی م
- رگا کارتشا هیته دینک اب طیلبه ار هب تروص اجکی یرادیرخ ،دینک دیناوتی م ماصافلا زا طیلبه هدافتسا .دینک

### طیلبه ار زا اجک م ناوتی م ؟ مرخب

- تروصه نیلانآ رد اهت یاسب و و زا قیرط یاهن نشیکلیا یاهن مجنا لمد و .لقن
- هب تروص نیلانآ [www.nhab.ed](http://www.nhab.ed) رد ای رد نشیکلیا «rotagivaN BD» .
- هب تروص نیلانآ یرادیرخ ،درک اما طقف رد ی تروص هک متسیس تخادرب هئارا ،مدنهد یاهت راک لزیو ار .دیریپه اب ی هدب میقتسم APES زاین .دیراد طیلبه tekciidnalhcstueD ار ناوتی م اب هدافتسا زا تراک تخادرب زین یاری دیرخ طیلبه ی لصف ،نیلانآ هب کی باسج ی کتاب
- دینک اب نیا ،لاح طیلبه ناملاً ار هب ناوئع کارتشا تفایرد دیهلوخه .درک دیاب ره مام نآ ار هرابود یرادیرخ .دینک رد یاهرهش گرزب رارق .دنراد رد اجنآ دیناوتی م طیلبه ناملاً ار اب لویه ،دقن تراک ی دقن ای تراک ی رابتعا تخادرب هب چیردت هب زکارم stgewb یربرفاسم لیدیه .دنوشی م نیا زکارم لومعم رد یاهه اگتسیا ی لاصا راطق کی زکرم ی ترفاسم nhaB ehcstueD یرادیرخ .دینک رد ،گریمتروو-ن داب زکارم ی ترفاسم nhaB ehcstueD رگا نیا دروم قیدص ،دنکی م دیناوتی م طیلبه ناملاً ار زا
- صخش یرگید یرادیرخ .درک رد ی تروص هک مام امش ماگنه دیرخ دراو مدش ،دشاب دیناوتی م زا نآ هدافتسا .دینک نینچمه ناوتی م طیلبه ار هب تروص نیلانآ اب هدافتسا زا باسج

- دینک رتهب ت سا امیقنسم ا برتفد هرادا لمح و لقعن سامت دیریگب ات دینیبب ایآ ن یا ناکما دوجو دراد ای .ریخ طیلب ناملا (ttäkdnihcstued) ار زا یاهمشیگ شورف طیلب هرادا لمح و لقعن ی مومع ی لحم یرادیرخ رد یرایسب زا ، دراوم امش دیناوتی م

### ه چ ی ناسک دیناوتی م زا طیلب هداغتسا ؟ دینک

ی صخش هک شمان یور طیلب ت سا دیناوتی م زا ن آ هداغتسا . دینک ناکدوک ریز ۶ لاس دیناوتی م ناگیار رفس . دینک لباق لباقتنا هب دارفا رگید . بتسین طقف ره یسک هک رد ناملا ی گدنز دینکی م ای هب ن یا روشک رفس دینکی م دیناوتی م tekciT-D ار یرادیرخ . دینک

### ایآ ی یاهفیفخت مه دوجو ؟ دراد

ی اره ناناوج رد ، گریمتروو-ن داب ، طیلب WBdneguJ رادفیفخت tekciT-D دوجو . دراد

### ی ایازم : ی فاضا

، بق طانم ناگدنراد tekciT-D رادفیفخت فا یرد ، دینکی م هب ن اونع لائم ی اره دیدزاب زا زکارم . ی حیرفت رد ی خر

### tekciT-D WBhtuoY

### طیلب ی اره ناناوج

### WBdneguJ طیلب tekciT-D (طیلب WBdneguJ tekciT-D) تسیچ

طیلب WBdneguJ tekciT-D کی کارتشا نورقم هب ه فرص ی اره ناناوج رد گریمتروو-ن داب . ت سا

ی اره لائم ب سانم : ت سا

- ، نایوجشناد
- ، نازوم آراک
- ، نایوجشناد
- ی دارفا هک تامدخ ه نابلطاواد ماچنا . دندهی م

### طیلب D صوصخم ناناوج ه چ ی تامدخ هئارا ؟ ددهی م

- ی اره ی اهراطق ت فلسم ی نلاوط دینام CI CE ، ECI ، ای ی اهراس یورس ی صوصخ niarTxilF دینام ریتعم . بتسین ی اهراطق ، nhaB-U اهاومارته و ی اهراطق ی امقطنم دینام (ER ، ERI ، BR XEM) ، و (هریغ ، دوشی م ن یا طیلب و ی امقطنم رد رسارس گریمتروو-ن داب و ناملا هداغتسا . دینک ن یا ل ماشه هامت ، اهراس بوت ا ی اهراطق ، nhaB-S : راجتعا . ن یا طیلب هب ناناوج ه زاجا ددهی م ات زا هامت ل یاسو لمح و لقعن ی مومع ی لحم
- **ه نلااس** . ت سا مزبزه ن آ ۰۴۵ و روی رد لاس زا [ ۲۰۲۲ ] . ت سا ن یا غلیم لداعم ۵۴ و روی رد هام ، دوشی م : **تحمیق** طیلب WBdneguJ tekciT-D **کارتشاک** ی
- ی هاگ تاقوا دیناوتی م طیلب ار برتدوز وغل . دینک ن یا عوضوم طاسوت نامزاس لمح و لقعن میمصت یریک . دوشی م کارتشا دوخ ار رد لوط لاس لوا وغل . دینک س ی زا ، ن آ دیناوتی م ه ناهام ن آ ار وغل . دینک رگا لقعن ناکم ، دینک : **وغل** امش دیناوتی م

### ه چ ی ناسک دیناوتی م زا tekciT-D WBdneguJ هداغتسا ؟ دینک

ناناوج tekciT-D Wbdnegul یار، همه ی ناناوج ستسا هک رد گریمتروو-ن دای ی گذنز دننکی م اما راک :دننکی م؛ طیلب

- ن تفر هب هسردم ات) ن س ۱۲، (ی گلاس
- لیصحت ات) ن س ۷۲، (ی گلاس
- ندنارذگک ی هرود ی زومآ راک ات) ن س ۷۲، (ی گلاس
- ای تامدخ ه نابلطواد ماجنا دیهد ات) ن س ۷۲، (ی گلاس

ه بک ی صخش صاخ .تسا مان وا یور نآ پاچ هدش ستسا و نآ صخش زاجم هب نداد نآ هب صخش یرگید .تسین طیلب مشیمه قلعتم

### زا اجک مناوتی م طیلب tekciT-D Wbdnegul ار ی رادیرخ ؟مذک

- تروص بنیلانآ رد یاهت یاسبو یاهن مجنا لمح و لبقن رد .گریمتروو-ن دای
- رد ،لحم رد ترافد تامدخ نابیرتشم یاهن مجنا لمح و لبقن
- هب تروص بنیلانآ [www.nhab.ed](http://www.nhab.ed) رد ای رد ن شیکلیا «rotagivaN BD» .
- نای زکارم ی ترفاسم هچبود نای رد گریمتروو-ن دای هب چپردت هب زکارم tgewb یریرفاسم لیدیت .دنوشی م رد یاه هاگتسیا راطق ای رد زکارم ی ترفاسم هچبود
- نینچمه دیناوتی م طیلب ار زا قیرط تسب و اب هداغتسا زا مرف ،ش رافس ش رافس .دیهد

#### مهم

- اب تیلباق تشادری میقتسم زا باسح APES زاین .دیراد منیزه طیلب ه ناهام زا باسح ی کنای امش ریسک .دنوشی م یار ک ارتشا ه بک ی باسح ی کنای
- هب روط راکدوخ و هب روط دودحمان دیدمت ،دنوشی م اما رنکاد ات نایا ی هرود ی شزومآ ای ات ن س ۷۲، ی گلاس ک ارتشا
- طیلب ای یور تراک رانه شارته ای یور نفلت دنمشوه رداص .دنوشی م

### یایازم طیلب ناناوج tekciT-D

- لاس نیا تمیق هب هژیو یار ی ناناوج هک اپترم زا ل یاسو لمح و لبقن ی مومع هداغتسا ،دننکی م باذج .تسا تمیق ن ورقم هب ؛ه فرص طقف ۰۴۵ وروی رد
- و رسارس ناملاً : نیا طیلب یار مامت ل یاسو لمح و لبقن ی مومع ی لحم و یامقطنم رد تلایا ریتعم .تسا ریتعم رد گریمتروو-ن دای
- هداغتسا :ناسآ ی زاین هب دیرخ موادم طیلب ،تسین اما مشیمه ک ی طیلب ریتعم رد سرتسد متشاد .دیشاب

#### ه مانری tgewb

.دینک همه نیا اهراک ار دیناوتی م اب نفلت هارمه دوخ ماجنا .دیهد نودب زاین هب دیرخ طیلب زا لبقن زا هاگتسد ای .مدنار ، دیناوتی م هب ی تخار رد رسارس گریمتروو-ن دای رفس دینک و منیزه افس و بوت و اهراطق ار تخادر ؛ **tgewb-ppA**

### لودج ی نامز و لاصتا رد نامز ی عقاو

**tgewb** ، دیناوتی م هب ی تخار ریسم ی طاقترا هب دصقم دوخ ار و جتسج هدرک و رفس دوخ ار ی زیره مانری .دینک اب هداغتسا ن شیکلیا پارا

- دیناوتی م اروف دینیبه هک ایآ سوبوتا ای راطق امش هب عقوم تکرح ،دینکی م ریخآ دراد ای وغل مدش .تسا  
**نیا همانره یاهداد گنربلاب ارش یامز :دهدی م**
- طوبرم هب تشگ و ،راذگ رد ناترایتخا رارق .دهدی م نیا نشیکلیا هب یاهن ابز ی ناملآ و یسیلگنا دوجوم .تسا  
نیا نشیکلیا تا علاطا ی زوره به ار رد لوط ،ناتریسم دننام ،تالاتخا تاریمعت ی اهداچ ای ی تدر تاکز  
،مدنز ی اهاگنسیا یکدیز تا علاطا ،ریسم ی اهوردوخ ی کارتشا و ی اهاضفگ نیکراپ ه خرچود ار دیهلوخ .تفای  
**مشقن :مدنز رد مشقن**
- **دیرخ :طیلیا دیناوتی م طیلیا دوخ ار ی ارب رفس هب روط نامزمه اب هدافتسا زا همانره ی رادیرخ .دینک**

## WBöCiC هب ی تخار طیلیا دیرخ

دوخ - کچ نیا .دینکی م سپس نشیکلیا هب روط راکدوخ نیرتن ازرا تمیق ار ی ارب رفس امش هب ساحم .دینکی م  
مدش .تسا WBöCiC اب ، هاگنه راوس ندش هب امپلوه و هاگنه هدایب ندش - اهنته ابکی ه راشا تشگنا یوری شوگ  
WBöCiC رد نشیکلیا tgewb مدناجگ

## WBöCiC هنوگچ راک ؟دینکی م

1. ار یور نفلته هارمه دوخ دولناد ،دینکی م کی باسح ی ربراک ناجیا دینکی م و WBöCiC درکلمه ار میطنه .دینکی م  
امش نشیکلیا tgweb
2. لبق زا راوس ،ندش ی ارب تبته ،مان محفص ی شوگ دوخ ار سمل .دینک
3. هاگنه ،جورخ ی ارب ،ی سربره هرابود تشگنا دوخ ار .دیشک
4. نیا همانره هب روط راکدوخ نیرتن ازرا تمیق ار ی ارب رفس امش هب ساحم .دینکی م

هگره همیرج یوری شوگ امش ش یامز .دهدی م رگا ی ارب ی سربره هگره همیرج فقوم ،دیدش نیا هگره ار نایش .دیده  
رد لوط ،رفس همانره کی  
هب روط راکدوخ صیخشته دهدی م هک هچ ی نامز رفس دوخ ار هب نیاپ دیناسری م و امش ار زا رفس ج راخ .دینکی م  
نیا همانره هب روط راکدوخ صیخشته دهدی م هک هچ ی نامز راطق ای سوبوتا دوخ ار ضوع .دینکی م نینچمه

دیناوتی م نیمه ن لای گدنزار دینک و .دیوربه لاماک .ریذف اطعنا  
امش ی زاینه هب کارتشا ای چیه ش ناد ی لبق رد دروم طیلیا ای اهت میق .دیرادز

### مهم:

بتیلباق هب کی باسح ی کناب اب بتیلباق تخادر میقتسم ،APES کی تراک ی رابتعا ایکی تراک تخادر ی زاینه .دیراد  
ی ارب هدافتسا زا نیا

## ی ایزم همانره :tgewb

- **حضاو و :رستخم** لودج ی نامز ار اروف دهانشم ،دینک ی زاینه هب یوجتسج ی نلاوط .تسین
- **تخار** هب WBöCiC فطلا نودب زاینه هب ن تسناد راتخاس ،ه یارک طیلیا .دیرخ
- **لباق :میطنه** هریدخ دراوم ،هلوخاد ی زاسی صخش تامیطنه

ی اهراطق ،nhaB-U اهلومارت و ی اهراطق ی املقطنم هب) ن اونع ،لایم ER ،ER ،ERI ،و (هریغ .دوشی م  
رد نیا ی یاهن مجنا هک زا firatwb تمسیس هدافتسا ،دینکی م ریتعم .تسا نیا ل ماش ،هاسوبوتا ی اهراطق ،nhaB-S  
رد مامت ل یاسو لمح و لبق ی مومع ی لحم و ی املقطنم رد ،گریمتروو-ن دا، رد مامت یاهن مجنا لمح و لبق و  
نیا نشیکلیا

## امش دیناوتی م نشیکلیا tgewb ار زا اجنیا دولناد :دینک

[ه پ روتسا دیور](#)

## ہار ن تفر

### رفس اب یاپ ہدایہ - ہداس م لاس و بسانم یاری گدنز ہرمزور

زا رہ راہچ، رفس یکی ہدایہ ماجنا، دوشی م نیا نائشہ دھنی م ہک یورہدایہ ربحقچ یاری گدنز ہرمزور مہم۔ نتسا رد، گریمتروو-ن دایہ ایبرقتہ یورہدایہ ہداس۔ نتسا چہہ یامیزہ درادن و امش ار بسانتم ہگن۔ درادی م مدرم ہب ہاگنسیا سوبوتا، دنوری م دیرخ دنکی م ای اہچہ ار ہب ہسردم، دنری م یورہدایہ یسبخ زا ی گدنز ہرمزور۔ نتسا

### ارچ یورہدایہ بوختسا

- ہداس و ہنیزہم ک۔ نتسا
- چہہ طیلہ ای یروانف مزلا۔ نتسین
- یورہدایہ متسیس شدرگ، نوخ تلاضع و لباعتہ ار تیوقتہ۔ دنکی م
- ہب امش کمک دنکی م ات بسانتہ مادنا دوخ ار طفلہ دینک و دنلوتی م سرتسا ار بشہاک، دھد
- ہاتوک مہ دیغم دنتسہ و ہب طفلہ للاقنتسا کمک، دنکی م لائم۔ نتفر ہب کشنہ ای دیرخ زا۔ نت کرامریوس
- یتح یاهیورہدایہ

### ی تاکن یاری یورہدایہ نمیا

- رگا ورہدایہ دوجو، دراد ہشیمہ زا ن آ رویع، دینک
- ہاگنہ رویع زا، نابایخ ہب، اہنیشام و اہہ خرچود ہجوتہ ہژیو متشاد، دیشاہ
- ہشیمہ یاری رویع زا نابایخ زا طخ رباع ہدایہ ای غارچ ییامنہار ہدافتسا، دینک
- رد یکیرات یاسہا بلگنر، نشور ای ہدنبا ترا، دیشویہ ات رتشیہ مدید، دیوش
- ع قوم ہار، نتفر ہب تیشوگ ہاگن، ن کنہ رایشوہ، شاہ

### ی اہریمہ رتہہ - نمیا و نت حار

#### یاری :لائم

یاریسہ زا اہرہش و اہناتسہش رد لاج دویہہ اہریمہ یاری دارفا دنتسہ ہک یورہدایہ، دنکی م

- یاہتکمین رتشیہ یاری نت حارتسا رد نیہ، ہار
- یاہورہدایہ رتضیرع و ع نلوم، رتمک
- یاہہاگرڈگ، ن ما ہب ن اونع، لائم یاہہاگرڈگ رباع ہدایہ ای یاہ غارچ، ییامنہار
- یاہولبات امنہار یاری کمک ہب، امش رد نتفای، ریمس
- ورتہ ناداز آت فر و دمآ، دنک نیا رما ہب ہژیو یاری، ناکدوک نادنم لاس و دارفا اراد تیلولعم راپسہ مہم، نتسا رطن، یکفارتہ اهوردوخ طقف زاجم ہب ی گدننار متسہآ، دنتسہ نیا رما ہب دارفا ہزاجا دھنی م ات ای لایخ رت حار رد قی طانم ہدشمارآ زا

نیلانآ ہئارا، دھنی م اہن آن ہنچمہ ییہمشقن یاری دارفا اراد، تیلولعم دننام ناربراک، رچلیو ہئارا، دھنی م راپسہ زا اہرہش و اہناتسہش ییہمشقن یورہدایہ ار ہب تروص

### نکسم

کینکسم بسانم ار یارب امش ت خادری دهلوخ .درک هب نیا روظنم افطلا طیار شه بلحم تنوکس دوخت قد .دینک تنوکس .دینکی ماگنه هک هیدییان نات ارت فایرد ،دینرک دیاب یارب دوخ ه ناخکی ی صخش و جتسج زکرم .دینک راک منیزه ر ساسا ،نوناق امش اتی نامز هک دنیرف ی گندهانپ نات رد نایرج ،ت سا دیاب رد هاگتماقلاکی ی مومء

یم دیناوت زا نایبرم ی عامتجا دوخ رد هاگتماقا ،ی مومء نیلطاودزا و زکرمزا هرواشم ترچاهم کمکت فایرد .دینک رد ماگنه یوجتسج ،نکسم

### یارب لائتم رد ی نانشن یاه بریز یم دیناوت ه ناخ ی یاه ار و جتسج :دینک

- [aivonoV](#)
- [42tuocSneilibomml](#)
- [neilibomml tleW](#)
- [remiehnedieH](#) و [gnutieZ](#) ره مینش رد [remiehnedieH](#) مانزور / ره مینش راهچ رد [neueN ehcoW](#)
- [uabsierK](#) [negneiG](#) [eßartsgruB](#) 7359803

### تأحیضوت فورج ی راستخا مهم رد ی هگاآ یاه :ه ناخ

GEفکمه = ،مامح-ه ناخ زیشآ-قاتا = BKZ. ، قاتا iz = نامتراپآ ، کرتشم = GW. ، نامتراپآ = ppA. ، نکسم ghW = ممیز ، ملیم = lbmliet = ه ناخ زیشآ تنیباک ؛راد = KBE. ت حاسم ؛ه ناخ IfnhoW = مقیط ؛لوا GO. 1 ، = مقیط . = atuaK مقیثو = منیزه ،ش یامرگ KH = منیزه یاه ،ی بناج KN = ه راجا ،ه ناها م. MM. = ؛ل ماش . lkni

کی م جرتم .دیریپس پ زا ،مسلاج و رگا ه ناخ بسانم صیخشته هداد ،دش دیاب اعیرس هب داهنشپی مدهد ه ناخ ملاءا .دینک یا ادیپ دینرک هکی م ناوت نآ ار رد رطانه ،ت فرگ اعیرس دیاب مسلاجکی ی سرریه ار گنهامه .دینک رد ت روص زاین دیاب ی ماگنه هک ه ناخ

ار .دهد دیاب صخشتم دوش هک ت حاسم ه ناخ و غلبم ه راجا ردقچ ت سا و ه راجا زا هچ منیزه ی یاه لیکشته مدش .ت سا هب امش ه راجا ،دهد دیاب هب ه صلاح امش یا زا منیزه یاه ه راجا و منیزه ی یاه ،ی بناج و ای دادرارقکی ه راجا رگا رجوم دهلوخ ه ناخ ار

### نمهم زونه امش یم دیناوت دادرارق ه راجا ار عاضما !دینک

ت سا ای .ه ن لامتجا دیاب ک رادم یرگید ار یارب زکرم راک ای رجوم مه لرف .دینک نیا راک ار ره هچ رتدوز دیاب ماجنا .دیهد .دینک سپس ه ناخ زا روبزم یوس زکرم راک ی سرریه یم . .دوش زکرم راک میمصت یم دریگ هک ایآ ه ناخ بسانم سپ زا نآ دیاب نیا دادرارق ار [زکرمه راک](#) ه تارا

عایشا دوخ ار ی سررب .دینک رگا میثانا یرتشیب مزلا ،دیراد دیاہ زا لبق **تساوخرکی میثانا** ار ہب زکرم راکہ ہٹارا .دینک ،دھد یم دیناوتہ دادرارق ہراجا ار عاضما ہدرک و ہابسا یشک .دینک بش پپ زا ہابسا ،یشک **ناکملک ی لمد و لبق** رگا زکرم ،راکہ ناخ ار ہب سانم صیخشتہ

### اغلا ہجوتہ متشاد دیشاب ہک ریغتہ ی ناشنہ دوخ ار ہب زکارم ریز علاطا :دیھد

- زکرم راک
  - ہرادا تپٹن ہینکاسہ ناخ ی اہ دیدج
  - ہرادا روما عابتا ی چراخہ ناخ ی اہ دیدج
  - کناہ
  - قو دندص نامرد
  - رگا ہجہ :دیراد ہسردم و ہجم کدوک
- یم دوشک **یتساوخر د ریغتہ ی ناشنہ** ار رد ہرادا تسیپ میظنتہ ،دینک اتہ ہمانہ امشہ ہب ی ناشنہ ناتدیدج ہداتسرف .دوش ہیسوتہ

### لمعلا روتسد نکسم

نارجاتسم دیدج و یریکولاج زا زورہ تلاکشم رد نامہ ،ادتبا ہیداحتا UBB **لمعلا روتسدیک ینکسم ار ہیئہ ہدرک** .تسا یارہ ناسآ ہدرک زاغآ ی گذنز یارہ

نآ ینچمہ ہب ،**ی یرع** ی اہناہن **ی سیلگنا** و **زین و دراہ** ،**ی سراف** ،**ی ہاینرگتہ ی ہایلاموسد** دوجوم **ی سور** و .تسا

،«نکسم بش یامرگ» و ،«ہیوہتہ عفد» «ہلابز و راتفر» «ی ہورگہ ہب تروص لباق کرد اب نتم و ہرہوالتہ جیضوتہ یم .دھد نیا لمعلا روتسد زا ہلمج ہرابرد تا عوضوم ہدافتسا» ت سرد زا

### ہنیزہ ہمانرہ ی اہ ی یویدار

ہب دنتسہ نیمہ ،لہیلاد ہمہ مدرم تباہ اہنآ لوپت خادری یم نیا .دینک ،لوپ غلبم ہمانرہ ی اہ ی یویدار ہدیمانہ یم .دوش ی نویزیولتہ و یتنرتنیا زا یوس DRA و FDZ و ویدار ناملاً بش خپ یم اہنآ .دوش لقتسم زا تارہثاتہ ی داصتقا و ی سابس رد ناملاً ہمانرہ ی اہ لقتسم ،ی یویدار

**ی تا علاطا** ریز ینچمہ) ،**ی سیلگناہ** ،**ی سنارف** ،**ی یرع** و ی کرتہ (ی سور و رد ت یاسبو ہنیزہ ہمانرہ ی اہ ی یویدار ادیپ .دینک رد ہامتسا و دیاہ ہب بش خب تامدخ DRA و FDZ و ویدار ناملاً ت خادری .دوش تا علاطا رتشیب ار یم دیناوتہ **ہگر برد** ت خادری .دوش ی لو یارہ رہ ،ہناخ طقفکی صخش دیاہ غلبم ہمانرہ ی اہ ی یویدار ار ہنیزہ .دزادریپ نآ 63,81 وروبہ نتم نوناق ہب نیا حرش :تسا یارہ رہ ہناخ رد ،ناملاً دیاہکی غلبم ہمانرہ ی اہ ی یویدار

### ایآ نتم زینہ دیاہ ت خادری ؟مہنک

ہٹارا .دوش **روشورہ** رادومن ریز ینچمہ) ،**ی سیلگناہ** ،**ی یرع** ،**ی سنارف** ہچنآ ار ہک دیاہ ہاجنا دیھد ناشنہ یم .دھد نیا یوجہانہ ی ریاس تامدخ ی عامتجا ارت فایرد یم .دینک **تفاعم یارہ زا ہنیزہ ہمانرہ ی اہ** ی یویدار دیاہکی ت ساوخر د یخرہ دارفا یم دیناوتہ زا ت خادری فاعم .دوش یارہ ،لائم رگا امش تامدخ طوبرم ہب نوناق تامدخ

### ہاداداررق نفلتہ و ت نرتنیا

ی زیدج ار ہک یمہ دیمہف ای یمہ دیناوتہ ،دیناوتہ عاضما ،دینک

هه نیا بپتیره منیزه ی باه ی اریه امش داجیا یم . دوش ی ماگنه هک کی دادرار قه عاضما ، دوش خسفه ن آ رایسه ب تخسه .ت سا امش یم دیناوت اب یاضما دوخ کی دادرار قه ه مانقفاوته ار .دینبیه  
 همیشه یاهدانهشیه فلتخم ار اب برگیه کی مسیاقم دینک و اب رارصا ی یاضما .دینرز

## اهدادرار قه رد ناملا (ی مومع)

**دینک** منیزه لک زا هه زیچ لیکشته مدش ؟ت سا ایآ رد رانک تخادریه ،ه رایکیه منیزه ی باه ه ناهام ی برگیه زینه دوجو ؟دراد نیرمه ،دینک دیاه هه تروص ی هلفش ای یبتک کی دادرار قه **امتد** .دینبیه **رد دروم تاپوتحم کی دادرار قه تقد** دوجو .دراد برگا ی اریه لائمه یم دیهاوخ زا کی ی شوگ دنمشوه ه دافتسا ،دینک کی ه ناخ ه راجا دینک ای رد هاگشا ی یزاسندیه **رد ی دازآ ناملا دادرار قه**

ار هه ی تسرد ه دیمهف ،دیا چیه ی دادرار قه ار .دینبیه رد ریغ نیا تروص ن کمه ت سا دوخ ار رد ضیرعم همیرج رارق .دیهد **نایا ی نداد** خسفه یم .دنوش برگا نئمطم دیتسینه ه کی م دیناوته منیزه ی باه ی راجا ار دیزادریه ای همه زیچ اهدادرار قه مانزلا روا دنتسه و دیاه تیا عر .دنوش لهنا طقف **رد تلهم بوجراچ**

**ملیف ی باه ی حیرشته هه ی هانابز ،ی سیلگنا ،برگیه ،ی برع ،ودرا بوتشیه ،ی رد**

## نفلته هارمه

یم .دوش برگا دیهاوخه هک دادرار قه هه تروص راکدوخ دیدمه ،دوش دیاه هه تروص یبتک وغل .دینک هه تلهم ه جوت .دینک **تبا نه** ار اب کی لقلادح نامز ی راجا دادرار قه .دینبیه برگا امش وغل ،دینک نیا دادرار قه هه تروص راکدوخ دیدمه (آ امش نیا ناکما ار دیراد ههک **دادرار قه** ی

یا ی اریه امش دوجو ،درادن نوچ ناندوخ یم دیناوته میمصته دیریگه هه کی نامز ی اریه نفلته هارمه ناته رابتعا مزلا .دیراد فباطعنا یریدیه یرتشیه هئارا یم ،دینک نوچ نامز ی صخشتم ی اریه ی راجا دادرار قه رد ن آ دوجو .درادن چیه منیزه ه ناهام ( امش نیا ناکما ار دیراد ههک **زادادرار قه ی رابتعا** ی اریه نفلته هارمه ناته ه دافتسا .دینک نیا ،دادرار قه

زا کی برقن کمه دیریگه ات کی دادرار قه بوخه ار وختسج هدرک و عاضما .دینک

## مش سریه: مههم ی اریه نتسه دادرار قه 01

- غلبه ی اریه دادرار قه ردهقچ ؟ت سا ایآ نیا غلبه سه زا کی تدم صخشتم ش یازفا یم ؟دبای
- ایآ ش درگی لام لقلادح ه ناهام منیزه) ی باه لقلادح (ه ناهام دوجو ؟دراد
- تدم دادرار قه ردهقچ ت سا لائمه) 21 ای 42 ؟(هام
- دادرار قه هه تروص راکدوخ دیدمه یم .دوش برگا مه لوخن دادرار قه ار دیدمه ،هه کی هه ی نامز دیاه ن آ ار خسفه ؟هه کی برگا دادرار قه ار خسفه ،هه کی
- منیزه ی باه ،ببصه ضیوعه ای لافریغ ندرک ردهقچ ؟ت سا
- سه زا هه ه لاصافی نامز (01/01) (1/06 ،ه مساحم یم ؟دوش
- منیزه کی هه مقیود هملاکم مکبش) /ی چراخ مکبش ردهقچ(دوخ ؟ت سا
- منیزه کی ی شوگ نفلته هارمه اب دادرار قه و منیزه ی شوگ نوید؛ دادرار قه ردهقچ ؟ت سا
- منیزه ت نرتنیا ردهقچ ؟ت سا
- منیزه سهامت اب چراخ زا رویشک ردهقچ ؟ت سا

## ت نرتنیا

رد **چیه ناملا قه ی نوناق** ی اریه ی سرتسه هه ت نرتنیا ار .دیرادن ن یاربانیه لومعم رد هاگتماقا اه ت نرتنیا دوجو .درادن نایوجهانیه

## تاعلاطا رتشیب

تاعلاطا رتشیب ار یم دیناوت اجنبارد .دینیب

اهداداراق ،دیراد دیابن رطنتم ،دینامه مکلر اعیرس دیاب کمک .دیریگه لاثم زا کمکی شزوما یم عامتجا رد هاگتماقا .نات  
رگا یم تلاکشم هرابرد

رگا یم تلاکشم اهداداراق ،دیراد زکرم فرصم ،ناگدنک کی روائشم یم اراد منیزه ار [میاهندیاه](#) رد [ملوا](#) و هئارا یم .دندک

کی تیلپاق یوجتسج لاکو ار یم دیناوت اجنبارد .دینیب

### یم تاکم هرابرد فرصم ناگدنک یم ار ناگدنهانپ

،دیرخ اهداداراق و ممیب تیلوئسم حیضوت هداد یم .دنوش ملیف اھس یونریز یم باھه یم برع یم سیلگنا و یم ناملاً :دندراد  
ناگدنک 01 ملیف ار رد منیمز لئاسم مرمزور ناگدنهانپ مبهت هدرک .تسا رد نا یم تاعوضوم ،فلتخم تاعوضوم ،هناخ  
زکرم یم یامنهار فرصم

[8DchLiPiwL=v?hctaw/moc.ebutuoy.www//:sptthl&...yVOgeAiWXlhobs47wTvBf0OJNjg\\_LP=tsi](http://8DchLiPiwL=v?hctaw/moc.ebutuoy.www//:sptthl&...yVOgeAiWXlhobs47wTvBf0OJNjg_LP=tsi)

## ممیب تیلوئسم

یم ،دوش لاثم یم نامز هک امش ت عاب کی هئداح یم گدنزار یم دیوش ای هچر امش ای کی پوت مشیش یم ار .دندکش یم  
تراسخ ار .دیزادریب یم نیا عوضوم ل ماش یم اھت تراسخ ،یم صخش تراسخ ر لوما و تراسخ یم لام رد هزوح یم صخش  
رگا ه یم صخش رد ناملاً نودب جمع تراسخ دراو ،دینک ر ساسا ،نوناق دیاب یم یزگیاج

دیناوت اصخش مېمصت دیریگه هک ایآ ل بامت دیراد دادرارق یم ممیب ار دقنم .دینک ام ادیکا نآ ار ه یم امش یم صوت یم .ممیب  
ممیب تیلوئسم یم صوصخ دقنم دینک هک نیا تراسخ ار یم ،ناتاندزرف/هدلوناخ و امش ت خادری .دندک امش یم  
رد ناملاً دیناوتی مکی دادرارق

هریاد کمک امش یم دناوت ه یم امش رد یوجتسج کی ممیب تیلوئسم یم صوصخ کمک .دندک

کی [برع](#) :تسیل ،[سراف](#) ،[سیلگنا](#) ،[سور](#) یم ناملاً

## کیکفت دنامسپ

عقد .دنوش تکرش تیریدم دنامسپ مقطنم لوئسم نیا راک .تسا نیا تکرش ه یم روآعمج و عقد اهلایز .دزادریم  
رد یم گدنز مرمزور هلابز دیلوت .دوشی م اهلایز دیاب کیکفت و س پس

### تکرش تیریدم دنامسپ میخان میاهندیاه

[@ed.hdh-llafba@ofni](mailto:ed.hdh-llafba@ofni)

[ed.hdh-llafba.www](http://ed.hdh-llafba.www)

12370 0-5059

چلاپن تیاش ۵، ۲۲۵۹۸ میاهندیاه

نیا دنامسپ یم روآعمج :دوشی م

- ن تراک ی امهوق - ن یا ل طس هلابز کیناگرا ت سا
- ن تراک هایس - ن یا ل طس هلابز هدنامیقاب ت سا
- ی آ - ن یا ل طس صوصخم ذغاک .ت سا ا ن یا ، ل ا ح ی ا هذغاک ی تا عیاض زین طسو ت اهن مجنا ی رو آعمج .دنوشی م ن تراک
- مسیک درز - ن یا ی ارب تا عیاض ی دنهتسب ت سا

### مادک هلابز رد مادک ل طس ؟ دنوشی م

- دوک ی هناد هایس ی ارب ی ا ههلابز ی یادغ و ، ی هایگ لامتسد ی ذغاک ه ناخریشآ و ن تراک غرممخت و مریغ .ت سا یش لرتدوک ی ارب ی ا ههدنامسپ ی آ .ت سا

- ی سا بل بوچ ی ا هذغاک ی لیوف رکیتسا) و ، (سکء باروچ ، ی روت ذغاک ، ی نغور ک اوسم و ی ا همغیت حلاصا .ت سا هدنامیقاب ی ارب ی دراوم دننام هت ، راگیس ، کاخ ی ا همسیک ، ی قریوراچ ، ک شوی راوی ت تشادهی و ، نویمات ، م خزبسچ ن تراک ، غرممخت ی ارب ن تراک . لائتم هلابز ن دوک هایس ی ارب ی ا ههلابز هدنامیقاب .ت سا

- ا هخیرات رد م یوقت ی رو آعمج هک رد نایاپ لاس ممه ن آ ار رد ق و دنص ی تسپ دوخت فایرد ، دننکی م رکذ هدش .ت سا امش نینچمه دیناوتی م ی ا هذغاک دئاز دوخ ار رد ی ا هخیرات صخشم رد رانک لودج نایاپخ رارق .دیهد ن یا رد ل طس ذغاک رارق . دنریگ ه ب ن اونء : لائتم ا هه مانزور و ، تاغیلته ، ا هب اتک ا هه مان و ، ا هت کاپ ی اهن تراک . ی دنهتسب طقف اوقم و ذغاک دیا ب ی اتدوک ی آ ی ارب ی ا ههلابز ی ذغاک .ت سا

- ی کیتسلاپ ، س پیچ ی ا ه ی ربط ی کیتسلاپ ن ودب ، هد ریس ی ا ه ی دنهتسب ، ک پارتت ی ا ه ی طوق ی یلا و . مومینمو لآ داوم ی دنهتسب دیا ب رد مسیک درز رارق . دنریگ ه ب ن اونء : لائتم ی ا ه ی دنهتسب مسیک درز ی ارب ی دنهتسب و کیتسلاپ ک بس .ت سا

### اههلابز هچ ی نامز ی رو آعمج ؟ دنوشی م



- اههلابز هچ ی نامز ی رو آعمج دنهلوخ . دش امش نینچمه دیناوتی م م یوقت ی رو آعمج ی صخش دوخ ار رد اجنیا داچرا . دینک رد نایاپ ، لاس ممه لودج ی دنن نامز ی رو آعمج ار زا ق ی ربط تسپ ت فایرد . دننکی م رد ن یا لودج رکذ هدش ت سا هک

**نهمه** : افطلا ی ا ههلابز دوخ ار ات ت عاس ۶ حبص زور ، ی رو آعمج رد رانک لودج رانک نایاپخ رارق . دیهد

### امش دیا ب ی ا ههلابز ریز ار ناتدوخ ع فود : دینک

- امش دیا ب مشیش ار رب س اسانگ نر ادج . دینک س پس مشیش ار رد مطفحم ی رو آعمج ب سانم رارق . دیهد ملافا ریز رد ی ا هه مطفحم ی رو آعمج مشیش رارق : دنریگ ی ا ه ی ربط ، ی امشیش ی ا هه مشیش ، ا برم ی ا ه ی طوق . ی یلا ب لائتم امش دیناوتی م مشیش ار زا مینشود ات مینش نیب ت عاس ۸ حبص و ۷ رصع ع فود . دینک فو رط ی امشیش دیا ب رد نزاخم ی رو آعمج رود متخیر . دنوش

مشیش نهک

-  مینشود زانت عاس ۰۰:۸ جیص ات ۰۰:۲۱ رهظ و مینشجی زانت عاس ۰۰:۱ دعب زار هظ ات ۰۰:۵ دعب زار هظ زانت عاس یراک هب حرش ریز: نت سا 22598. م. پاهندیاه  
eßartsztirpeoZ 001 

سردآ

متخیر، دنوشن یا دنامسپ دیاب هب مطلقه یروآعمج یاهدنامسپ کانرطخ رد زکرم عفد هلابز ننتشلگرم هدره، دنوش داوم رضه یاربه یتملاسه امش و طیحه تسیز رضه، نت سا، بن یاربان، داوم رضه دیاب، رد یاهه لایز همدنامی قاب رود دنامسپ یوا

دنامسپ یوا داوم رضه

کی زکرم ت فایزابه؟ تسیچ

**زکرم ت فایزابه؟ تسیچ**

ار رد نآ لبوخته، دادن یا درلوم لماش مزاولی قره، یک چوک، مشیش، بوج، یکیتسلا، زلف و تاغیاض یزلف، نت سا، نیا ی ناگم ت سا هک ن اوتی م دلوم ل باق ت فایزابه

دنتسه هک ن اوتی م زا آهن آ هرابود هلافتسا، درک هب نیمه لیلاد بوخ ت سا نیا اهه لایز ار هب زکرم ت فایزابه، دیریه داوم ل باق، ت فایزابه یاهه لایز

**زکرم عفد هلابز؟ تسیچ**

عفد دنامسپ اجنیا کیلک [/netiez-etrodnats/gnugrostne-dnu-rhufba/ed.hdh-llafba.www//:sptth](https://netiez-etrodnats/gnugrostne-dnu-rhufba/ed.hdh-llafba.www//:sptth): دینک نت سا امش دیناوتی م یاهدنامسپ هژیو ار هب اجنآ، دیریه یاربه: لائمه یاهدنامسپ هجابه ای یاهدنامسپ، میچد یاربه زکرم کی زکرم عفد، دنامسپ ی ناگم رایسه گرز، یاربه یاهدنامسپ

تاغلطا یرتشیب رد دروم هوجن کی کفته اهه لایز رد اجنیا [/nessiwlafba/ed.hdh-llafba.www//:sptth](https://nessiwlafba/ed.hdh-llafba.www//:sptth): دینایه امش دیناوتی م

ی تاغلطا هب یاهه نایز رگید رد اجنیا دوجوم [/sdaolnwod/snu-rebeu/ed.hdh-llafba.www//:sptth](https://sdaolnwod/snu-rebeu/ed.hdh-llafba.www//:sptth): نت سا یاهه گره

**دیرخ**

**اجنیا ی تاکه ار هرابرد ی باهاج هک رد آهنآ ی م دیناوت داوم ی یادغ و کاشوپ نازرا، دیرخه ادیه ی م، دینک رد**

**ی تاکه هرابرد: دیرخ**

- دلوم ی یادغ نازرا رد ت مسق نییاه مسفق رارق، دندراد
- داوم ی کاروخ و مزاولی تشادهب ار ی م دیناوت هب تمیق نازرا رد یاهت کرامیوس فیفخته راد ادیه، دینک
- ، دینک ی نعبی ملاقا دیرخ دیاب، رد مسیک اه هب هناخ لمح، دنوش رد بن برتهب، تلاح نیا مسیک اه ار زا ل باق اب دوخ، دیریه زا خرچ یاه دیرخ طقف رد لخاد ت کرامیوس اه هلافتسا
- سابل یاه نازرا ت مسد مود ار زا هاگشورف یاه ت مسد مود ای رد هاگشورف یاه سابل ت فایرد، دینک

**هاگشورف یاه سابل ت مسد: مود**

مبشرهچ 00.31 - 00.61

هس: مبنش 00.9 - 00.21



[12370 3853 72](tel:12370385372)

22598 miehnedieH

eßartsuahßolhcS 89

**ماگشورف سابل م باهندياه**

**ماگشورف هس هلونوك**

سابل ياه ت سسد مود ، ناكوك بابساي زا ب و بانك ، اهل ياسو دازون و مكسلاك هچر

مبنش 00:01 حبص ات 00:31 دعب زا رهظ

هس مبنش ات معمچ 00:01 حبص ات 00:4 دعب زا رهظ



22598 miehnedieH

eßartS-hcsöL-tsuguA 61

**زكرم مزاول ت سسد مود ن گنيتشربره**

[42370 666189](tel:42370666189) :

24598 negnithcerbreH

.rtsregrubslesE 8



هس مبنش ات: مبنشچنپ 00:2 دعب زا رهظ ات 00:5 دعب زا رهظ

مبنشود ات: معمچ 00:9 حبص ات 00:21 دعب زا رهظ



[ed.retsolk-tnupffert@ofni](mailto:ed.retsolk-tnupffert@ofni)

**ماگشورف سابل KRD ن گنگ**

مبنش 03:90 يلا 00:21

مبشرهچ ات: معمچ 00:2 دعب زا رهظ ات 00:5 دعب زا رهظ

هس مبنش ات: معمچ 03:90 يلا 00:31



[@](mailto:ed.miehnedieh-krd@kceulgredielk)

[22370 0366659](tel:223700366659)

73598 negneiG

eßartstkraM 93

**رازاب مزاول ت سسد مود**

رد اجنيا ي م دينلوت ، ميثاا هخرچود ، اهل تازيهجت كينورتكلا و هريغ ار اديپ .دينك

**رازاب، مزاولتسد مود OWA**سکاف: [27592912370](tel:02592912370)[07392912370](tel:07392912370) 📞

02598 miehnedieH

rekcäneburgmiel 1

**nedalhcsuaT ffertliettdatS regnaz greB**

ره مینشجنپ دعب زا رهظ زا ت عاس 03:41 ات 00:71

ره مینشود دعب زا رهظ زا ت عاس 03:41 ات 00:71



نادیم نیلر 11

مساج مقطنم رگنز گری

هژوری شخبیه و «ریگه» به نادنورهش نیا تصرف اری م دهد هک یاهزیچ هداقتسا مدشن ار هیده دند ایا دوخ. دنریه

**، ارگسنجه ود سنچ ، نایارگ سنچارت \*اه و سنجانیه \*اه ناشابرگد (ITBSL)  
نانز ، ارگسنجه نادر**

سنجانیه هک به نآ اه به راصتخا ITBSL (ناشابرگد) یم ، دنیوگ رد ناملاً زا قوقح برابر دنتامه ریاس دارفا ، دنرادروخره  
یسنچ توافتم قدص یم : دندک نانز ، ارگسنجه نادر ، ارگسنجه ود سنچ نایارگ و نینچمه دارفا یسنچارت و  
رانک ریگنکی یگدنز یم دندک و زا قوقح برابر ، دنرادروخره نیمه هلاسم رد دروم دارفا اراد شابرگی سنچ ای تیوه  
، فلنخمه ای تیسنچ یاه ، فلنخمه مشیر و هاگتساخ توافتم و هاگدید یاه یسایس فلنخمه به تروص تملاسم زیما رد  
رد ناملاً دارفا ورپه نایدا

ار ریغته ، دنده نانز رد ناملاً قوقح دنراد قشاع نانز ریگید دنوش و اب نآ اه جاودزا دندک و نادر مه به نیمه ، تروص  
اریخا هژاو تیسنچ موس ("srevid") زینه دوجو ، دراد دارفا یسنچارت یم دندلوت رد ناملاً هژاو تیسنچ و ماه دوخ  
هولاءریه ود سنچ "رکده" و "ثنوم" رد ناملاً

ناگندهانی شابرگد "ناملاً dnalhcstueD seegufer reeuQ) تاعلاطا سامته نآ اه و نینچمه : تاعلاطا ریاس  
یعامتجا و تاعلاطا طوبرم به یرایسه زا نامزاس یاه ناشابرگد رد ناملاً مرهپ دند ، دیوش رد هژوری DVSL ای ناوند  
مدنهانی و ناز ، ارگسنجه ندر ، ارگسنجه ود سنچ ، ارگیسنچارت ای سنجانیه ، دیتسه یم دینلوت زا ، ناییتشپ طباور  
زا دارفا شابرگد به نیا لیلد به ناملاً مدنهانی مدش دنا هک نآ اه رد ناشنطو تحت بیقعه ، دنوبه رد ی تروص هک امش  
📞 یرایسه

[ed.dvsl@seegufer-reeuq](mailto:ed.dvsl@seegufer-reeuq) 📧[ed.seegufer-reeuq.www](http://ed.seegufer-reeuq.www) 🌐

هژوری ناگندهانی شابرگد "ناملاً

نمجنانانز و نادر ارگسنجه رد ناملاً (DVSL)

**طیحم تسیز****ه فرص ییوچ یژرنا**

تسا و اب نیا ، راک لوی دایز یم دناوته فرص ییوچ ، دوش یریه فرص ییوچ رد ، یژرنا افلا به داوم ریز تقد : دینک  
ه فرص ییوچ یژرنا یریه طیحم تسیز مهم

- رد شابرگ ، قاتا افلا تقد دینک هک همه اهرد و مرچیه اه متسه ، دنشاب روتایدار ار ل ماک زاب ، دینک
- هناخ دوخ ار ره زور به تدم 01-51 مقیود هیوهته ، دینک رد هاگنه ، هیوهته تازیجهته شابرگ ار شوماخ ، دینک
- رد فرصم بآ مه ه فرص ییوچ ، دینک

- تازیهجهتی کیرتکلا ار هک هدافتسا یمن ،دینک مشیمه شوماخ .دینک
- ی ماگنه هک هب ناونع نیرخآ رهن قاتا ار کرت یمن ،دینک غارچ ار شوماخ .دینک

## یزاسادج هلابز اه

دارفا فظوم دنتسه هک هلابز اه ار ادج .دینک نینلوق هژیو یا دوجو دراد هک هلابز اه هونوگچ عفد دنوش و لایق ادج .دنوش رد ناملاً همه

- یباهزچ متخادنا یمن دنوش هک وزج مقبط یمن یاه ریز یارب عفد هلابز دنتسین - لاثم کرج عمج یروآ .مدش  
**فرطرد هلابز یاه ل باقریغ ت فایزاب**
- اج ،دنیگ یمن دیناوت اهنآ ار رد نامز صخشم و هب تروص متسد مدش رد یولاج هناخ رارق دیهد ات متشادرب .دنوش هناخیشآ و هلابز یاه ناپغاب متخادنا یمن .دنوش رگا هلابز یاه ناپغاب گرزب دنشاب و رد فرط هلابز کیژولویب  
**رد فرط موهف یا هلابز کیژولویب هلابز یاه**
- یکیتهسلاپ موبینمولآ و زین یطوق اه ار .دیزاندیب مسیک یاه درز ار یمن دیناوت زا ملمج زا ی رادرهش ت فایرد .دینک  
**رد مسیک درز یمن دیناوت متسب یمن یاه دیرخ دننام فرط یاه یکیتهسلاپ قرو یاه**
- یولاج هناخ رارق .دیهد رد ماگنه عمج ،یروآ ذغاک ملطاب ای دیاب رد کی ن تراک عمج یروآ دوش و ای متسد مدش .دشاب  
**ذغاک ملطاب** ار یمن دیناوت رد فرط ذغاک ملطاب دیزاندیب و ای شیب زا عمج یروآ یارب متشادرب ندش رد
- یاه ار هک رگید هدافتسا یمن ،دینک یمن دیناوت رد فرط یاهسابل منهک دیزاندیب و ای هب هاگشورف سابل ل یوحت .دیهد  
**رد فرط کی عمج یروآ یمن ناوت مشیمه فرصم مدش و زین یطوق اه ار سابلت خادنا**
- **مسیک ،درز ذغاک ،ملطاب عمج یروآ اه و هلابز یاه ناپغاب ار موبقنرد عمج یروآ .دینیب**  
**و ای زکلرمدت فایزاب عفد .درک نامز یاه متشادرب فورط هلابز ل باقریغ ،ت فایزاب هلابز کیژولویب**  
**یا عفد .دنوش کی زا نیا ملاقا یارب لاثم یرتاب اه .دنتسه نیا ملاقا ار یمن ناوت رد ذکر م هلابز ل گرم ننتشا**  
**ی ملاقا هک داومی اراد رضم ،دنتسه دیاب هب لکته هژیو**

## لوی

### باسد یراج

یارب زاب ندرک کی باسد ،یراج امش دیاب کی یکناپ ار باختنا .دینک

مکنیا منیزه کی باسد یراج رد هام ردهج تسا و کناب هچ ی تامدخ ار اب نآ هتارا یمن ،دینک تااعلاطاسک .دینک  
**هتکناب یاه فلنخم تحت طیارش فلنخم باسد یراج یارب یمن .دینک هرابرد**

ندرک ،باسد امش ک ردمکی **ی یاسانش ربتمه لاثم** زوجم تماقا (ت قوم ار هب تروص هتال صا )!پک مزلا .دیراد  
یارب زاب

رگا یسیلگنا ای ناملاً تبخص یمن ،دینک هب هارمه **م جرتکم ی طساوا** .دیورب **نابز**

### اب کی باسد یراج امش یمن :دیناوت

- لوی دقن رد هجابک ناب تخادرب ای ت فایرد دینک
- هب تروص ریغ ی دقن تخادرب دینک
- لاقنتا لوی ار ماجنا دیهد
- تروص باسد دوخ ار پاچ دینک
- تخادرب یاه بترم ار میظنته دینک

یارب ت فایرد لوی زا هاگتسد یاه ،زادردوخ هب دک زمر زاین .دیراد زمر تراک و تراک ی دقن ار ادج زا مه مگن ادیراد  
ی مقورت فایرد یمن .دینک فرط تشب تراک ی دقن ار عاضما دینک و زمر نآ ار ظفح .دینک یارب یاهتخادرب دقنریغ و زین  
سب زا زاب ندرک ،باسد امش تراک کی **ی دقن اب زمر کی 4**

زادریدوخ دراو، دینک تراک یحقنه به ل خاد مدیشک مدش و طبضی م. دوش رد نیا تروصه به کنا به دوخ معجارم. دینک  
رگا زمر ار هس رابی پر دی مایتشا رد ماگتسد

ندش ای مدیدزد ندش تراک، یحقنه دیا به تراک یحقنه ار اروف دودسم: دینک [611](#): نفلته [611](#) ( . هتعا سلباق ) 42 یسرتسد  
رد تروصه مگ

دک کنا به و هرامش باسح ای هرامش NABI دوخ ار. دینک یاربکی تراک یحقنه، دیدج دیا به زا کنا به دوخ تساوخرد. دینک  
یارب نیا روظنم امش دیا به

**یفاک رد باسح دوخ هتشداد، دیشاب رد ریغ نیا، تروصه نکمه تسا منیزه یاه یبناج ت خادریه، دینک  
مهم تسا هک امش رد ماگنه ت شادریه ای بت خادریه لوپ**

## کمک اه

به باسح دوخ ت فایرد. دینک یارب نیا روظنم ل صا دیا به **داد رارق باسح ناته** ار **هراد** به **تامدخ ناگندهان** هئارا. دینک  
امش کمکرگا یاه یلام هناهام زا **هرادا میحانه** ت فایرد می، دینک می دیناوت نیا کمک اه ار اب زیر او میقتسم

کمک اه ار بره ساسا باتک نوناقی عامنجا (BGS) ت فایرد می. دینک نیا کمک اه ار دیا به **زکرمزا راک** تساوخرد. دینک  
هک به ناونعه مندهان و ای هراوا دیناوت می، دیوشق امش یارب کمک یاه GLblySA به نابا می. دسر امش نونکا  
می ماگنه

## تقوت غارف

**رد دیناوتی ماچنیا**. دیناوتی تراکی گداوناخ یامقطنه دیناوتی **یراد ره شه بلجم ت نوکس** دوخ معجارم. دینک  
زا دصاقه فلتخم رد گریمتروو-ن دیا به دیدزای. دینک دورو نکمه تسا رتن ازرا ای ناگیار. دیشاب تاعلاطا برتشیپ ار  
**تراککی ی گداوناخ یامقطنه** دوجو. دراد این نیا تراک دیناوتی

یاهدادیور یراج رد رهش و میحانه میهندها ه ار دیناوتی م رد اجنیا **اهدادیور**: دیناوتی **رد میحانه**

## یاهتیللعفی شزرو دازآ

## یاهتیللعفی شزرو دازآ

## رهش میهندها

بهر اوید اهلپ ای. اهلپ س به زا نآ کی ماگراک س کو، رازگره دوشی م هک طاسوت کی بی برم یله فرد تراطنه. دوشی م  
زکرمته بره یزاب اب طیحم فارطا، دوخ قیلاخ ندوب و نبرمه یارب برتارف ن تفر زا دوخ و ناتیاهت یدودخم. تسا هچ یور  
نیا نبرمه اب برتکا اهش زرو تواقتم. تسا نیا راک ت خسا اما رایسبه مدنکمرگرس. تسا  
هورگ: فده ناناوجون و ناناوج **ش هک** ی **شزرو زیمته هارمه هتشداد (! دیشاب**  
**ریسم روکرایه هارمه ماگراک س کو**

عورث رد هام س رام

۲۲۵۹۸ میهندها نآ رد زنره

zta1ptsO 1

ن لاسی شزرو هلوشت سوا

ره مینشجنه زا ت عاس ۰۳:۵ ات ۰۰:۷ دعب زا رهظ

ی‌هام کی، رابا اهنیش زات عاس ۸ بش ات بشمین ات) ت عاس ۰۱ بش ی‌ریز ۴۱ (اهه لاس  
ی‌شزرو ی‌ریز مامت ی‌اهش زرو ل‌خاد ن لاس لیدیت. دندک عون شزرو و بیکرت اهمیت طسوت دوح ن‌انلوج نییعت. دوشی م  
ریز برطان نایبرم ی‌شزرو و ن‌انکراک شزومآ، ی‌عامتجا ن‌انلوج دندلوتی م ن لاس اره بکی هصرع  
هورگ: فده ن‌انلوج و ن‌انلوج ۲۱ ات ۰۲ ه لاس بش هک) ی‌شزرو زیمت هارمه متشاد (!دیشاب

### شزرو بشمین

- ۸۱۵۹۸ میهن‌دیه ن‌آ رد زرب  
ztalpfohnhaB 8  
ن لاس ی‌شزرو نیاتشله
- ایمیا [ed.miehnedieh@tareferdnequj](mailto:ed.miehnedieh@tareferdnequj): لیمیا  
[5135723](tel:5135723): ن‌فاته  
ت‌اعلاطا: س‌امته رادا ن‌انلوج رهش میهن‌دیه  
رهش ن‌گنیگ

### رهش ن‌گنیگ

ع‌لونا ی‌اهرنه ی‌مزر رد ن‌گنیگ ه، ن‌اونع ی‌شخ، زا ه‌مانرب شزرو» «ه‌چراپکی ه‌ئارا. دوشی م  
هورگ: فده ن‌انلوج و ن‌لاس‌گزره ی‌ریز) ویماس بش هک ی‌شزرو زیمت و باروج هارمه متشاد (!دیشاب  
دشمشه» و عاجش - ت‌نوشخ مدینار «ات‌سا

- ۷۳۵۹۸ ن‌گنیگ ن‌آ رد زرب  
ن‌ابایخ برمیهن‌دیه ۹۴  
هاگراک، OWA

### ه‌فاک ی‌اه ی‌مومع

ن‌یا، ن‌اکم ه‌ب بر ف ن‌اکم ی‌م دده ه‌ک اب دارفا فلتخم طاپترا رارقره. دندک ه‌ب هاگ‌ناعیم ی‌اه ه‌لوناخ‌اه زینه ه‌جوت. دینک  
ی‌ن‌اکم ت‌سا ه‌ک رد ن‌آ دارفا م‌ها، رادید ی‌م! دندک فرص برطان زا م‌کنا م‌ها، ق‌فلوت ه‌درک دنشاب ای ی‌قافتا ه‌ب اجنآ. دنیایر  
کی ه‌فاک ی‌مومع

**ی‌ریز، ل‌ائم ه‌فاک ی‌اه ریز رد میهن‌دیه دوجو: د‌نراد**

81598 miehnedieh  
ه‌فاک 8 8 eßartsgreB

ه‌عمج 00:8 ج‌بص ات 00:31 دعب زار ه‌ظ  
ه‌بششود: ه‌بششچن 00.8 - 00.61  
ت‌اعاس: راک

### ه‌ناخ ی‌اه ن‌انلوج


کی ه‌ناخ ن‌انلوج ی‌زکرم ی‌اریت‌سا، ن‌انلوج ه‌ک رد ن‌آ ی‌م دندلوت ت‌عاقوات غارف دوح ار ی‌ریس. دندک

ن لائوسم ی لحم تاناکما و همانر یاه یفلتخم ار ی ار ی ناکدوک و نانالوج هضرعی م .دندک

هناخ یاه نانالوج ریز رد میحان میاهندیاه رارق :دندراد

**میاهندیاه**

**رادید 9**

[053572312370](tel:053572312370) 

81598 miehnedieH

eßartshcirdeirF 9

هس مینش از مینشجنپ 00.91 - 03.41



هس مینش از مینشجنپ 00.91 - 03.41



81598 miehnedieH

eßartshcirdeirF 9

**رادید نانالوج مدنوش**

هس مینش از مینشجنپ 03.91 - 03.41



02598 miehnedieH

eßartsniarlettiM 811

**هناخ ناکدوک و نانالوج ل تیم نیار**

22598 miehnedieH

eßartS-floW-rehtlaW 81

**رادید نانالوج EVOM هکهد تیوف**



[41124722610](tel:41124722610)

[@ed.miehnedieh-xobder@ofni](mailto:ed.miehnedieh-xobder@ofni)

81598 میاهندیاه

essartsneteduS 9

راک نانالوج زاہ

[xobdeR.miehnedieH](mailto:xobdeR.miehnedieH)

هس مینش و مینشجنپ زا ت عاس 03:51 ات 00:91

هاگشاہ نانالوج xobdeR

**ن گنیگ**

مېنش 00:71-00:22  
معمج 00:41-00:22  
هس ، مېنش مېنشراچ و : مېنشچې 00:41-00:91  
📞  
[@ed.negneig@dnegujredsuaH](mailto:ed.negneig@dnegujredsuaH)  
[22370046859](tel:22370046859) 📞  
73598 negneiG  
eßartslatipS 1/5  
[هناخ ناناوچ ن گنیگ](#)

### ن گنیته شریره

معمج 03:11 حبصا 5 دعب زا رهط  
مېنشود ات مېنشچې 03:11 حبصا 03:6 دعب زا رهط  
📞  
[@ed.negnithcerbreh-tdats@suahdneguj](mailto:ed.negnithcerbreh-tdats@suahdneguj)  
[423706703389](tel:423706703389) 📞  
24598 negnithcerbreH  
egnaL eßartS 65  
[هناخ ناناوچ ن گنیته شریره](#)

### ن وربرگینوک

معمج 00:5 دعب زا رهط ات 00:9 دعب زا رهط  
مېنشچې 00:02 ات 00:71  
هس : مېنش 00:02 ات 00:31  
مېنشود 00:02 ات 00:51  
📞  
15598 nnorbsginök  
.rtS-hcsueR-luaP 6  
هیربخ - ماگداعیم ناناوچ ت سا گریمتروو ن وربرگینوک

### ن تتشرگ

74598 nettetsreG  
eßartslraK 76  
[هیربخ ت سا گریمتروو tknuP-C ن تتشرگ](#)

### ن مجنا اه

دوچو . دراد زا ن مجنا یاه ی شزرو ات ن مجنا یاه ی قیسوم و ن مجنا یاه ع فادم ، تاناوچ مهم زیچ ار ل ماشی م . دنوش  
رد میخان ن مجنا م یاهندیاه یاه ی ددعتم  
ی م دناوت رد کی ن مجنا وضع . دنوش ن مجنا ، هه تصرف ی بوخ ی اری ی بانشا اب دارفا و ادیپ ن درک ناتسود بوخ . دنتسه  
ره درف  
ت یوضه ه نلاسا دیاب ت خادری . دنوش اب نیا ، لاج تاعلاطا ق یقود بره ار ه رابرد ، ن آی م دیناوت زا دوخ ن مجنا ت فایرد . دینک  
ی اری ، ت یوضه لاومعم ق حک ی

**وت کرانشیم (TUB)** ی رورض .ت سا زکرم تبقارم لوئسم ،امش رد نیا هنیمز اب لامک لیم هب امشک مک یم .دنگ  
ت سا قح ت یوضء هلاسا زا فرط **هرادا میحانایزکرم راک** لبقته .دوش ی ارب نیا ،روطنم هئارا کی ت ساوخرد **ش زوما**  
رد ت روض ،ناکما نکم

**رد ت یاسبو نیا ،قطنم یم دیناوت ت سرهف هم ن مجنا یاه مقطنم ار ادیپ :دینگ**

[مباهندیا](#)

[ن گنگ](#)

[ن گنیشیریه](#)

[مباهنوز](#)

[ن بتشرگ](#)

[ن گنیشیر](#)

[مباهنانشا](#)

[ردین ن گنیشیرتوتشا](#)

[ن ورین گینوک](#)

[ن گنیرامره](#)

[مباهناز](#)

## **تاناکما راذگوتشگ رد مقطنم**

مقطنم مابهندیا یاه هنیزگ فلتخم راذگوتشگ دوجو .دراد رتشیب نیا اهنیزگ ی ارب لک هداوناخ رایسب بسانم .دنتسه  
رد

ن دید .دینگ رد اجنآ تا علاطا ی دایز هرابرد ی اهریسم ،ی راوسه خرچود ی اهریسم ی وره دایپ و راذگوتشگ دیهاوخ .ت فای  
افلا زا ت یاسبو **مباهندیه مقطنم ز نر** زید

## **ن ورین گینوک**

### **گ نورپسروز نر**

رد ب لآ ی بآوس .ت سا رد راندک بگ نورپسروز نر ی رادرهش و بایسآ ی شکچ قبری بآ اب تاناکما پین ار دیهاوخ .ت فای  
گ نورپسروز نر ی کب زا ن یرتاییز و ن یرتمهم ی اهنمشچ ی تسراک

۱۵۵۹۸ ن ورین گینوک

س ارتشتر اوره



## **دوبدای گ روپ رسلا**

رسلا ت سا هک رد ن ورین گینوک گرزب .دش و ات ساوخی م اب رورته فلودآ رلتهه رد ۸ ریماون ۹۳۹۱ زا گنج یرین گولاج .دنگ  
دوبدای گ روپ رسلا هب دای ی راجن هب ماه گ روپ

15598 نوربیزگینوک

مسار تیشات راوره ۲



## ه چاپرد گریلزتیا

کیه مقطنه ی حیرفته بویحه رد بشخه گریلزتیا. ت سا کی ریسیم ی وره داپه لکش ی امریاد رد فارطا ه چاپرد دوجو. دراد ه چاپرد گریلزتیا

## ن تترسگ

### ه زوم ن آهار و ی اهراطق ه زوم رد ن آهار ی لحم

هدش. ت سا ریاس ی اهرشخه ماگشیامه ل ماش ی روانف ت خاص ن آهار و لیر رد ه تشدگ و برتفد بریدم ن آهار. ت سا تایلمه و زاسوت خاص ن آهار اب ه دافتسا زا، اهره شقن اهرط و اهرسک ی زاسدنتسم

اهطیار رد راطق دوجوم. دنتسه اهرکسلاک و اهرخرچود ار ناوتی م ه ب تروص ناگیار رد مامه اهراطق لمه. درک ه م ات، بریتکا ی اهراطق ه زوم ره مینشکی و رد تلایطعه ی مسر رد ن آهار ی لحم ن یی ن تترسگ و ن تترسما ت کرد. دنتکی م زا مام

۷۴۵۹۸ ن تترسگ

رد ماگتسیرا ۱



## ن گیک

### ه زوم فیاتسا

درگلاس س سیسات ت کرش حانتفا. دش ن یا ه زوم ش یی زا ۰۰۲ ن اوچه فیاتسا ار رد دوخ یاج ه داد. ت سا ن گیک ن آ رد زبر، ناونهه ماگداز ی اهرسرخ یدت متخانث. دوشی م ه زوم فیاتسا ت پسانمه، نیمه اجنپوت سیود

۷۳۵۹۸ ن گیک

ن ادیم ه تراگرام فیاتسا ۱



### ن اهد ی یوچار جام راغ - ه لوهنتولراچ

هدشی یامنه ار. ت سا ن یا برما ه ن اگدنکدیزاب ناکما دهدی م ات یرفسی فاشتکا ار رد لوط خیرات نیمز زاغ آ. دنتک ه لوهنتولراش ی کی زا ن برتی نلاوط ی اهرای ی شیا م رد بونج ناملآ. ت سا دیدزاب ن یا راغ مشیمه ه ب تروص ی اهروت

س وناهنلوه (suaHnelhöH) ی تاغلطا رد دروم، یریکلکش فشک و ش یانثگ راغ ه ارا. دهدی م

۷۳۵۹۸ ن بروه ن گیک

eßartslatenL 16



### م امد ی ناتسهوک

اب کی هرسرسک چوک دوجو. دراد رد اجنآ نینچمه دیلوتی م سینته یور، زیم فلگی نیم ای لایبلاو ی لاس ی زا، دینک انش ی لسا و کی برختسا صوصخم انش ناگدرک. ت سا نینچمه کی هرسرسرکیپل و و کی برختسا ی نتب آ ناکدوک «دابگر» ی اراد کی برختسا

ن گنیگ ۷۳۵۹۸  
رد گریس پیش



## رختسا هدیشویرس رد ن لاس یتش-رتلاو

ن گنیگ ۷۳۵۹۸  
eßartsnevohteeB 21



م یاهنباتش م آ خویلا

## هزوم ه ناهد ی دروخریگ نسب اهش

حطس لای و نیپا نیمز ن اشن .دهدی م تانویح و ناهایگ ی لیسف زین ه بش یامن متشاذگ هدش و حیضوت هداد .دنوشی م  
ن یا هزوم تارثا دروخریگ نسب اهش ار رد

م یاهنباتش م آ خابلا 55598  
گ یون بلوه ۴



ن گنیشید

## معلق ن باتش نرتاک

معلق ن باتش نرتاک لامتحا ی کی زا ن برتی میدق اههعلق رد بونج ناملا .تسا

ن گنیشید ۱۶۵۹۸  
رریوا رلیاو ۳



م یاهنان

## هزوم ناجرم و خیرات ی لحم

ی لحم ه تارا .دهدی م هولاء رب اهجنفسا و یاه ناجرم ی لیسف ی اهل یسرف عونتم ی رگید زین ه بش یامن متشاذگ .دناهدش  
هزوم ناجرم و خیرات ی لحم ی هاگن ی لامجا ه ، تا عوضوم طبرتم اب خیرات

م یاهنان 46598  
شرم یاهرررر eccapt ۹



## داین باتش نمار

وک ی رختسا زابور .تسا نینچمه ی اراد هر سرس هی بآ ه طوحم ن بدلاو و ک دوک و کی ن نیمز لایلاو ی لحاس زابور .تسا  
داین باتش نمار ی اراد کی ی رختسا ی شزرو

م یاهنان 46598  
هسار تیشال زید ۲۲



## نگینتشربره

### [لواروی](#)

بانشک، بختسا، ایر، ی ناسک هک انش دنکیمز و کی بختسا ناکدوک. بتسا، پنجمه کی بشخه انوس زینه دوجو. دراد لواروی، اراد کی بختسا

24598 نگینتشربره

گیون لوشما، ۷۲



## نگنیرامره

### گروینسوگ

مدش. بتسا رد لاس، ۸۴۴۱ معلق گروینسوگ رد گنج یرهش ناربو دش و زا نآ نامز نوکات یزاسزاب مدشه. بتسا معلق گروینسوگ، یور گریسولش عقاو مدش و لامتحا رد لاس ۶۱۲۱ متخاس

## میاهتنوس نآ زنرب

### یاسیلاک سولاگ رد زنرب

یاهه یانیا سیلاک هب نارود مور. ددرگی مزای

۷۶۵۹۸ میاهتنوس نآ رد زنرب

هسآرتسولش



## تاناکما راذگوتشگ رد رهش میاهندیا

مقطنم میاهندیا، یاهه نیزگ فلتخم راذگوتشگ دوجو. دراد رتشیب، نیا اهه نیزگ ایر، لک هدلوناخ رایسه، بسانم. دنتسه رد

دینکی یاج هک تا علاطا ی دایز هرابرد یاهریسم، یراوسه خرچود یاهریسم یوره دایب و راذگوتشگ دیهلوخ. بتفایر زا مقطنم یاسب و [میاهندیا زنرب](#) ندید

## میاهندیا

### [کرایزیر](#)

ویش مارآ، دیبا، یاهه، یاییز و قطنم نواورف تیللعف و، یزابه دننام یاهنیمز یزابه و کی کراپ تیکسا دوجو. دراد کراپ زنرب، حصه میسانم ایر، لک هدلوناخ. بتسا امش دینلوتی م دره نامز زا لاس رد اجنات حارتسا هدرک

## معلق نیا تشنه

ایرد بر، یور هرخص نیا تشنه عقاو مدش [هراونشج](#). بتسا [ایریا](#) ره هلاس رد یایاقه رلات اهیلوش رازگر. دوشی م معلق نیا تشنه نامز رهش میاهندیا، بتسا نیا معلق رد عافترا ۴۷ یرتم زا حطس

[هزوم معلق نیا تشنه](#) رد هطوحم معلق رارق. دراد

۲۲۵۹۸ م. بانه دیاھ

معلق ن. باتشناھ



### هزوم رد یاهامادی مور

ی مور مهم ، م. بانه دیاھ ایٹلیوکآ ، نانساب ار هک ۳ رتم ریز جطس یاهنابایخ یزورما رارق ، دراد ه ب ش یامن . دراذگی م  
ن یا هزوم یاباقه هاگنتوکس

دورو ناگیار .تسا

۸۱۵۹۸ م. بانه دیاھ

هسرتش-سوه-رودوئت ۳



### کراپ تایدیش جو ترکیا

دوجو دراد . تاناویچه به طقف ناوتی م ای یاذغی صوصخم هک زا یاههاگتسد شورف راکدوخ مهارف ، همدش اذغ . داد  
کراپیش حوتاید رد طاسو لگنچ یور هوک گریسولاش رارق . دراد رد اجنأ تاناوید عونتیم ی دایز

تاعاس : دیدزابه مامت لوط لاس زابه تسا

دورو ناگیار .تسا

۲۲۵۹۸ م. بانه دیاھ

هداج کراپیش حوتاید



### هزوم رنه م. بانه دیاھ

و یاهپاچوساکیی ار ه ب ش یامن . دراذگی م یاههاگتشیامن ت قوم رنه نردم کیسلاک و رضاعم ار ه ب ش یامن . دنراذگی م  
هاگتشیامن ی مئاد یاه عومجم زا اهرتسوی

۸۱۵۹۸ م. بانه دیاھ

هسارتشانیرام ۴



### انراوکآ دابن باتشناھ

و یاهه سرتسی عونتیم دوجو . دراد نینچمه ، اهانوس ، اهومیرلاوس یاه رختسا پانک وکی به مقطنم ش مارآ دوجو . دراد  
اه رختسا

81598 م. بانه دیاھ

eßarts-ginnefP-hcirdeirF 42



### زایور رختسا لگنچ م. بانه دیاھ

دابلاوکی رختسا ، ی شزروکی زکرم ، ی صلوغ کی رختسا ناکدوک وکی رختسا صوصخم نارگان شریغ هئارا . دهدی م

81598 م. بانه دیاھ

نابایخ ۳۴ eßartsnhaj



## یاهناتسور یزاد مہاندیہ

رد مہاندیہ شہر زانیمز ۰۰۱ یزاد مومع دوجو . دراد