



مولف : عاطفه مفیدی
تاریخ نشر : بهار ۹۳
... ارائه ای از سمینار ما ...

www.seminarema.com
info@seminarema.com

قبل از خواندن این کتاب بدانید:

یادگیری انگلیسی سخت نیست، مثل خوردن یک سیب ساده است!



۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی



امروزه در دنیایی زندگی میکنیم ، که یادگیری زبان انگلیسی یکی از دغدغه ها و نیازهای اصلی ما می باشد.

زبان انگلیسی، زبان مادری نزدیک به ۳۷۵ میلیون نفر در دنیا است. پس از زبان چینی ماندارین و اسپانیایی، انگلیسی سومین زبان دنیا از نظر تعداد سخنوران است. اما اگر تعداد کسانی که زبان مادری آن‌ها انگلیسی است و آن‌هایی که تنها به این زبان سخن می‌گویند را با هم بشماریم، آنگاه می‌توان گفت که انگلیسی پرکاربردترین زبان در سطح جهان است.

یکی از ابزارهایی که امروز می‌تواند، باعث رشد شما در حوزه های مختلف شود ، مطالعه منابع زبان اصلی می باشد و این همه به این دلیل است که منابع زبان اصلی بسیار می باشند.

همکار عزیزم، خانم مفیدی ، در این کتاب کوچک اما ارزشمند ، در عین اینکه کوشیده است نکات تکنیکی و کاربردی در خصوص شیوه های مختلف یادگیری زبان انگلیسی را آموزش دهد، در جای جای این کتاب، اخلاق حرفه ای و تخصصی و اصول اثربخشی این ابزار ارزشمند را برایمان خاطر نشان کرده است.

در این کتاب که در حال مطالعه هستید ، سعی شده است تمامی موارد مورد نیاز شما در جهت یادگیری زبان انگلیسی گنجانده شود تا شما با صرف فقط یک ساعت زمان با این شیوه ها آشنایت بیشتری پیدا کنید. کتاب فوق را به دقت باید چندین بار و چندین بار مطالعه کرد ، تا بتوانید با مفاهیم اساسی آموزش و یادگیری زبان های خارجی به خوبی آشنا شوید.

امیدوارم شما مانند من از خواندن این کتاب ارزشمند لذت ببرید. همچنین منتظر کتاب های جدید همکاران ما در این زمینه باشید .

علی قلی زاده

مدیر عامل شرکت توسعه نسل وب

www.nasleweb.com

فهرست

- ۷..... چرا این کتاب را می خوانید؟
- ۷..... درباره زبان انگلیسی بیشتر بدانید:
- ۷..... چرا زبان انگلیسی یاد بگیریم؟
- ۹..... ۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی
- ۹..... ۱. برنامه ریزی کنید:
- ۱۰..... ۲. کتابها و مجلات آموزشی بخوانید:
- ۱۱..... ۳. از نرم افزارها و سی دی های آموزش زبان استفاده کنید:
- ۱۱..... ۴. صدای خود را ضبط کنید:
- ۱۲..... ۵. شرکت در کلاس های آموزشی:
- ۱۲..... ۶. دیدن فیلم و انیمیشن ها:
- ۱۳..... ۷. اخبار را دنبال کنید:
- ۱۴..... ۸. به موزیک گوش دهید:
- ۱۴..... ۹. موضوعی را پیدا کنید و درباره آن بنویسید!
- ۱۵..... ۱۰. داستان های صوتی گوش کنید:
- ۱۵..... ۱۱. از وقت خود به خوبی استفاده کنید!
- ۱۶..... ۱۲. جدول حل کنید:
- ۱۶..... ۱۳. در اینترنت به انگلیسی جستجو کنید:
- ۱۷..... ۱۴. انگلیسی صحبت کنید!
- ۱۷..... ۱۵. تمرین گفتار در مقابل آینه!
- ۱۸..... ۱۶. جملات کارآمد و مناسب را جمع آوری کنید!
- ۱۸..... ۱۷. خاطرات خود را به انگلیسی ثبت کنید!
- ۱۹..... ۱۸. از سایت های آموزش زبان استفاده کنید:
- ۲۰..... ۱۹. هر روز یک اصطلاح یا ضرب المثل را به خاطر بسپارید:
- ۲۰..... ۲۰. با توریست ها گپ بزنید!

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

چرا این کتاب را می خوانید؟

- شما علاقه مند به یادگیری هستید.
- از روش های روتین یادگیری خسته شده اید.
- به دنبال راه های جدید تر و بهتر می گردید.
- با شیوه های یادگیری کمتری آشنایی دارید.

درباره زبان انگلیسی بیشتر بدانید:

انگلیسی، زبان مادری نزدیک به ۳۷۵ میلیون نفر در دنیا است. پس از زبان چینی ماندگارین و اسپانیایی، انگلیسی سومین زبان دنیا از نظر تعداد سخنوران است. اما اگر تعداد کسانی که زبان مادری آن ها انگلیسی است و آن هایی که تنها به این زبان سخن می گویند را با هم بشماریم، آنگاه می توان گفت که انگلیسی پرکاربردترین زبان در سطح جهان است. البته اگر با مجموعه ی زبان های چینی مقایسه شود ممکن است که در جایگاه دوم قرار گیرد. (این بسته به این است که در دسته بندی میان گویش و زبان تفاوت در نظر بگیریم یا خیر).

چرا زبان انگلیسی یاد بگیریم؟

آموختن زبان انگلیسی مهم ترین گام در ارتقای زندگی شماست. شما با آموختن زبان انگلیسی می توانید به اهداف خود برسید. شاید اهداف شما: پیشرفتهای تحصیلی و تحصیل در دانشگاه های معتبر، بدست آوردن فرصت های شغلی مناسب، برقراری ارتباط با مردم سراسر جهان و سفر به دیگر کشورها و... باشد. پس از حالا به یادگیری جدی تر زبان انگلیسی بپردازید. باید بدانید اولین قدم برای یادگیری زبان انگلیسی "انگیزه" است. داشتن **علاقه** به تنهایی نمیتواند موثر باشد.

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

دومین قدم در یادگیری زبان "تمرین زیاد" است. یادگیری زبان هم بدون **تمرین** امکان پذیر نیست حتما بعد از آموختن مطالب جدید تمرین کنید و زمانی را برای تمرین زبان در برنامه ی روزانه ی خود قرار دهید. قبل از هر مطلبی باید یادآور شویم در یادگیری زبان **عجله نکنید**. اکثر زبان آموزان فکر می کنند فقط با رفتن به کلاس های آموزشی، خواندن کتابها و.. باید بتوانند زبان انگلیسی را به راحتی متوجه شوند و زود تمام آنها را یاد بگیرند! یادگیری هم نیاز به زمان دارد. همچنین هنگام یادگیری باید "فضای مناسب" در نظر داشته باشید تا از تمرکز لازم برخوردار شوید. هم اکنون مطالب مفیدی را درباره یادگیری زبان در اختیار شما قرار می دهیم.



۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

۱. برنامه ریزی کنید:



برای شروع باید برنامه ریزی کنید. کاغذ و قلم را بردارید و یادگیری زبان انگلیسی به صورت جدی را در برنامه روزانه خود بگنجانید. ساعات مشخصی را برای این کار انتخاب کنید. در ساعات برنامه ریزی شده از روش های یادگیری استفاده کنید. ابتدای انجام این کار سخت خواهد بود تا به آن عادت کنید. برای داشتن برنامه برای یادگیری کمی در تصمیم خود جدی باشید و نگذارید تنبلی بر اشتیاق شما پیروز شود.

نکته



زمان خود را به راحتی از دست ندهید.

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

۲. کتابها و مجلات آموزشی بخوانید:



شما می توانید با خواندن کتابهای آموزشی به تقویت زبان بپردازید. امروزه دیگر کتابهای زیادی درباره یادگیری زبان منتشر شده اند. کتابهای آموزشی کتابهای طبقه بندی شده ای هستند که سطوح مختلف می توانند از آنها استفاده کنند از افراد مبتدی تا اساتید برتر! هنگامی که کتابی را شروع به خواندن می کنید روی موضوع تمرکز کنید و اگر به این فکر افتادید که درک مطالب برای شما دشوار است با کتابهایی با سطح پایین تری شروع به یادگیری کنید. می توانید کتابهای زیادی را از اینترنت دانلود کنید آنها را بخوانید.

B

نکته

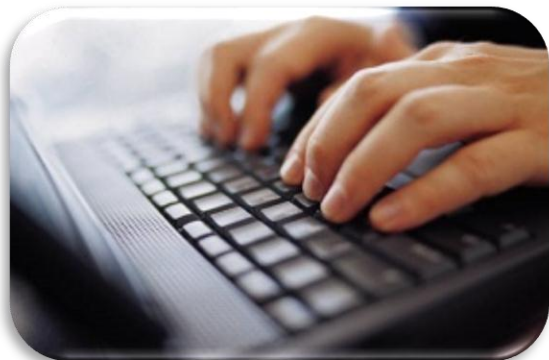
انواع روزنامه ها و مجله های انگلیسی زبان را هم مطالعه کنید.

ولی تنها به خواندن کتابهای آموزشی اکتفا نکنید شما می توانید انواع روزنامه ها و مجله های انگلیسی زبان را هم مطالعه کنید. خواندن روزنامه ها و مجلات انگلیسی زبان هم به شما در یادگیری زبان کمک میکنند چراکه مطالب مجلات بیشتر با عکس همراه هستند و می توانند اینگونه جملات یا کلمات خاصی را در ذهن شما ثبت کنند. هم چنین می توانید از دیکشنری برای پیدا کردن معانی کلمات استفاده کنید. نکته ی دیگر این است که در هنگام خواندن متون سعی کنید مترادف یا متضاد کلمات را هم به یاد آورید. هم چنین می توانید معانی لغاتی را که به خاطر سپردن آنها برایتان مشکل است را با جمله ای ساده و زیبا در ذهن خود ثبت کنید.

۱۰

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

۳. از نرم افزارها و سی دی های آموزش زبان استفاده کنید:



امروزه نرم افزارهای زیادی درباره آموزش و تقویت زبان های انگلیسی وجود دارند که میتوانند شما را یاری کنند تا بدون نیاز به کتاب، جزوه، مدرس بتوانید مهارت خود را افزایش دهید. در این نرم افزارها از تصاویر، تمرینها، تست ها و انواع تکنیک های آموزشی استفاده شده است تا شما بتوانید به هدفی که دارید برسید. برای رسیدن

به هدف ابزارهای مختلفی به کمک انسان می آید شما نمی توانید یکی از این ابزارها را حذف کنید، در هر زمان و مکانی یکی از این ابزارها به کار شما خواهد آمد زمان مطالعه، شنیدن، صحبت کردن و... متفاوت است و باید از تمام این فرصت ها استفاده کنید.

۴. صدای خود را ضبط کنید.



کسی دوست ندارد صدای ضبط شده خود را بشنود ولی اگر هدف این باشد که در طول زمان تغییر را متوجه شوید و با شنیدن این تغییرات انگیزه شما بیشتر شود این مسئله دیگر برای شما کاری بیهوده و ناخوشایند نخواهد بود. به شما توصیه می کنیم این کار را امتحان کنید پس از مدتی از پیشرفت خود شگفت زده خواهید شد.

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

۵. شرکت در کلاس های آموزشی:



ساده ترین راه، شرکت در کلاس های آموزشی برای تقویت زبان است. با شرکت در این کلاس ها مهارت خود را افزایش دهید. اما فقط به رفتن به کلاس آن را محدود نکنید، همیشه تمرین داشته باشید. کتابها را مرور کنید، با درس های کلاسی پیش بروید. قبل از اینکه به فکر امتحانات پایانی باشید، به میزان یادگیری و درک خودتان از زبان انگلیسی فکر کنید.

نکته

همیشه تمرین کنید و کتاب ها را مرور کنید.

۶. دیدن فیلم و انیمیشن ها:

دیدن فیلم های انگلیسی زبان معنای سرگرمی نیست. با دیدن این فیلم ها می توانید دایره لغات خود را گسترده تر کنید و قدرت شنیداری (listening) خود را تقویت کنید.

فایده دیدن فیلم ها این است که شما می توانید علاوه بر تقویت زبان با فرهنگ مردم، اصطلاحات، جملات کوتاه، ضرب المثل و لهجه های مختلف هم آشنا شوید.

رمز فراگیری یک زبان تکرار است. می توانید فیلم ها را چندین



۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

و چند بار ببینید. مشاهده ی دوباره ی یک فیلم تاثیرگذارتر از دیدن چند فیلم مختلف خواهد بود. استفاده از زیرنویس را در هنگام دیدن فیلم به شما پیشنهاد می کنیم. سعی کنید فیلم ها را ابتدا بدون زیرنویس و برای بار دوم فیلم ها را با زیرنویس تماشا کنید. می توانید در هنگام ظاهر شدن زیرنویس فیلم را متوقف کرده و زیرنویس آن را بخوانید و مجددا فیلم را اجرا کنید. اگر دیدن فیلم ها بدون زیرنویس برای شما دشوار نیست میتوانید فیلم را با زیرنویس انگلیسی مشاهده کنید این کار به شما در یادگیری کلمات و جملات کمک خواهد کرد و مهارت نوشتن (writing) شما را تقویت خواهد کرد. شما می توانید برای تقویت زبان خود از مستندات علمی هم استفاده کنید. آنها را ببینید. جملات زیبا و به یاد ماندنی در آن ها بیان می شوند.

از فیلم های فارسی با زیرنویس انگلیسی هم استفاده کنید این کار به یادگیری شما کمک می کند.

۷. اخبار را دنبال کنید:



به اخبار گوش دهید از وقایع و اتفاقات به زبان انگلیسی آگاهی پیدا کنید. خیلی ها معتقدند دیدن اخبار در مراحل اولیه ی یادگیری موثر نیستند اما بیشتر گویندگان اخبار به لهجه خاصی صحبت نمی کنند و کلمات و لغات را ساده و شمرده بیان می کنند و کمتر از اصطلاحات استفاده می کنند پس درک معانی آنها نمی تواند خیلی سخت باشد. برای دیدن اخبار انگلیسی می توانید از شبکه هایی مانند CNN, BBC و... استفاده کنید.

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

۸. به موزیک گوش دهید:



شما می توانید موزیک به زبان انگلیسی گوش کنید. این راه کار به شما کمک خواهد کرد. هم زمان با گوش دادن به موزیک، متن موزیک را هم پیدا کنید و بخوانید.

بعد از اینکه با متن موزیک ها آشنا شدید بدون استفاده از متن موزیک به آنها گوش دهید. کلماتی که یادگیری آنها برای شما چه از لحاظ

نوشتار و چه از لحاظ معانی دشوار میباشند را یادداشت کنید. به صدا و لهجه ها هم دقت کنید. سعی کنید از هدفون استفاده کنید تا لغات و کلمات واضح تر در ذهن شما بمانند.

۹. موضوعی را پیدا کنید و درباره آن بنویسید!



نوشتن به شما کمک خواهد کرد تا لغات بیشتر در ذهن شما بمانند. شما می توانید به نوشتن داستانهای کوتاه مشغول باشید و معانی تمامی لغات را با استفاده از دیکشنری بدست آورید. شاید در نگاه اول این موضوع دشوار به نظر برسد ولی اگر دایره لغات خود را افزایش دهید و گرامر زبان هم یاد بگیرید، می توانید داستان های کوتاه زیبایی بنویسید.

یادگیری گرامر را سخت نگیرید اگر آن را دشوار می دانید می توانید از سایتهایی مانند: grammarcheck, grammarly برای جواب دادن به سوالات گرامری خود استفاده کنید.

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

۱۰. داستان های صوتی گوش کنید:



یکی از راه هایی که می توانید از آن برای تقویت زبان استفاده کنید، گوش دادن به داستان های انگلیسی است. شما می توانید داستانهای زیبای انگلیسی گوش کنید. برای این کار از نرم افزارها و یا دانلود از سایتهای اینترنتی استفاده کنید. شما با مراجعه به سایت رادیوهای انگلیسی زبان هم می توانید مهارت خود را افزایش دهید.

نکته

D

از داستانهای صوتی غافل نشوید، قدرت شنیداری شما را افزایش می دهد.

۱۱. از وقت خود به خوبی استفاده کنید!



زمان های هدررفته و وقت اضافیتان برای یادگیری زبان صرف کنید. برای مثال هنگامی که در مترو، تاکسی و یا در اتوبوس هستید. با کتاب، فلش کارتها، نرم افزارهای آموزشی در تبلت، موبایل و... از تمامی امکانات استفاده کنید. نرم افزارهای بسیاری برای این راه طراحی شده اند. شما می توانید آنها را از اینترنت دانلود کنید و بر روی دستگاه خود نصب کنید.

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

۱۲. جدول حل کنید.



زمان استراحت خود را به جای حل جداول فارسی می‌توانید به حل جداول انگلیسی بپردازید. می‌توانید جداول انگلیسی را از اینترنت دانلود کنید یا از روزنامه فروشی‌ها آنها را تهیه کنید. برای حل جداول انگلیسی باید دایره لغات خود را گسترده‌تر کنید. شما با استفاده از نرم افزارهای آموزشی یا استفاده از جعبه لایتنرها می‌توانید لغات را بهتر یاد بگیرید. زمان شما ارزشمند است از آن به خوبی استفاده کنید.

نکته

جدول حل کنید و با لغات و کلمات جدید آشنا شوید.

۱۳. در اینترنت به انگلیسی جستجو کنید.



هرگاه به دنبال مطلب یا عکسی بودید به جای جستجو به زبان فارسی، گاهی به انگلیسی جستجو کنید. این کار به یادگیری شما کمک خواهد کرد و می‌تواند شما را با لغات انگلیسی بیشتری آشنا کند.

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

۱۴. انگلیسی صحبت کنید!



نترسید! شاید خیلی افراد از انگلیسی صحبت کردن در جمع هراس داشته باشند ولی باید به شما بگوییم این رفتار، یادگیری شما را خیلی کند خواهد کرد. سعی کنید با دوستانتان دور هم جمع شوید و مکالمات کوتاه انگلیسی را تمرین کنید. برای چند دقیقه هم که شده انگلیسی صحبت کنید این کار باعث می شود جملات در ذهن شما باقی بماند و هم چنین گرامر جملات در ذهن شما ثبت شوند.

۱۵. تمرین گفتار در مقابل آینه!



برای تقویت مهارت گفتاری (speaking) خود از این راه کار استفاده کنید. جملاتی را که یاد گرفته اید و در مکالمات از آنها استفاده می کنید را مقابل آینه تکرار کنید. اینکه در مقابل آینه صحبت کنید و هم زمان صدای خود را بشنوید باعث تقویت اعتماد به نفس شما هم می شود.

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

۱۶. جملات کارآمد و مناسب را جمع آوری کنید!



از هم اکنون دفتری کوچک بردارید و به جمع آوری جملات کوتاه و خواندنی از بزرگان بپردازید. جملات را با معانی آنها از کتابها، اینترنت و ... پیدا کنید و آنها را در یادداشت خود بنویسید. می توانید موضوعات آنها را نزد خود طبقه بندی کنید. مثلاً: جملات حکیمانه، جملات زیبا و ماندگار و... که می توانید این کار را با دوستانتان انجام دهید و جملات را برای یکدیگر بخوانید.

نکته

جملات زیبا و کوتاه را از بزرگان جمع آوری کنید و با مطالعه و تکرار به خاطر بسپارید.

۱۷. خاطرات خود را به انگلیسی ثبت کنید!



خیلی از افراد برای ثبت خاطرات خود آنها را ثبت می کنند. شما هم می توانید این کار را انجام دهید ولی آنها را به انگلیسی یادداشت کنید. سعی نکنید از لغات دشوار استفاده کنید. از مترادف ها و متضادها در نوشته خود استفاده کنید. نوشتن خاطرات به مهارت نوشتن (writing) و البته دایره لغات شما کمک

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

میکند. شما می توانید از دیکشنری استفاده کنید تا لغات انگلیسی که نمیدانید را از دیکشنری پیدا کنید



نکته

خاطرات خود را به زبان ساده ثبت کنید.

اما فقط از دیکشنری به عنوان راهنما استفاده نکنید گاهی دیکشنری را باز کنید و بخوانید!

۱۸. از سایت های آموزش زبان استفاده کنید:



بسیاری از سایتها هستند که هدف آنها آموزش است. بسیاری از سایتهای انگلیسی زبان و فارسی زبان هستند که ما را در یادگیری زبان تقویت می کنند. پیشنهاد ما به شما در ابتدا استفاده از سایتهای فارسی زبان است که بعد از یادگیری بیشتر از این سایتها می توانید از سایتهای انگلیسی زبان هم استفاده کنید. برای نمونه شما می توانید به سایتهای زیر مراجعه کنید:

<http://www.seminarema.com>
<http://www.sarzaminezaban.com>

آدرس های بیشتر سایتهای مفید آموزش زبان را در آخر کتاب ببینید.

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

۱۹. هر روز یک اصطلاح یا ضرب المثل را به خاطر بسپارید.



سعی کنید هر روز یک ضرب المثل را به خاطر بسپارید. از کاغذ و قلم استفاده نکنید. با استفاده از کتابهای آموزشی و یا اینترنت و.. آنها را جمع آوری کنید. با این روش بعد از مدتی خواهید دید که اصطلاحات زیادی را یاد گرفته اید. هر روز را با یک اصطلاح یا ضرب المثل شروع کنید. بعداً می توانید تعداد بیشتری را روزانه به خاطر بسپارید.

۲۰. با توریست ها گپ بزنید!



از فرصتها استفاده کنید و در خیابان ها اگر توریست خارجی می بینید اگر نیازمند پیدا کردن آدرس یا مسیری بودند با آنها گفتگو کنید! به دقت به آنها گوش کنید. اگر کلماتی را متوجه نشدید نگران نشوید سعی کنید معنی کلی جملات را درک کنید. در صحبت کردن عجله نکنید جملات را آرام و شمرده بیان کنید.

معرفی سایتهای مفید برای یادگیری

سایت های زیادی در اینترنت وجود دارند. ما چند نمونه از آنها را به شما معرفی می کنیم. برای یادگیری بیشتر می توانید از این سایتها استفاده کنید:

www.irlanguage.com/

www.zabanamoozan.com/

www.seminarema.com

www.sarzaminezaban.com

امیدوارم این کتاب راه جدیدی را نشان شما داده باشد.

۲۰ راه برای تقویت زبان انگلیسی

برای دریافت شیوه های جدید آموزش زبان

عدد ۱ را به سامانه پیامک ۳۰۰۰۷۰۰۸۶۶۴۶۵۸ ارسال کنید.

همچنین از دوستانی که در خبرنامه پیامکی عضو می شوند به قید قرعه هر سه ماه یک بن

تخفیف برای حضور در کلاس های حضوری سمینار ما داده می شود.

آیا کسانی را میشناسید که به دنبال یادگیری زبان از راه های جدیدتر هستند؟

شما می توانید این کتاب را به آنها معرفی کنید.



نسل و

همیشه راه بهتری هست!

ارائه راهکارهای مبتنی بر وب سایت

Nasleweb.com

درباره نسل وب

شرکت توسعه نسل وب با بیش از شش سال فعالیت مستمر در زمینه های مختلف فناوری اطلاعات هم اکنون مفتخر است تا از طریق خود سرویسهای متنوعی را جهت سهولت و دسترسی آسان مشتریان ارائه دهد.

نسل وب ارائه دهنده خدمات طراحی سایت، طراحی و گرافیک تبلیغاتی، بازاریابی آنلاین، بهینه سازی وب سایت، طراحی تیزر و مالتی مدیا، راهکارهای پیامکی، راهکاری میزبانی وب و ارائه راهکارهای ارتباط با مشتری به واحدهای صنعتی، سازمانها و ادارات دولتی، شرکتهای خصوصی و موسسات آموزشی و تحقیقاتی می باشد.

استفاده از تکنیکهای روز در طراحی و بهینه سازی سایت، داشتن سرور اختصاصی، متخصصین طراحی سایت و متخصصین طراحی و گرافیک، دارای شرکت ثبت شده، پشتیبانی مناسب به مشتریان خود از مزایای نسل وب می باشد.

رسالت مشاوران و کارکنان نسل وب تنها رضایت مشتری و ارتقای سطح فرهنگ استفاده از اینترنت و تجارت الکترونیک است. پس پیشنهاد می کنیم برای راه اندازی سایت شخصی یا فروشگاه اینترنتی، و یا وب سایت شرکتی و کلیه خدمات تبلیغاتی تجاری و گرافیکی خود همین امروز اقدام نمایید... منتظر تماس شما هستیم.

وبسایت: www.Nasleweb.com

پست الکترونیک: info@Nasleweb.com

تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۶۵۸۷۱

فابیر: ۰۲۱-۸۹۷۸۵۴۹۲