

خبرنامه‌ی آموزشی - شماره ۶ - پاییز ۹۵ - ۴ صفحه
 «غیر قابل فروش» - صرفاً جهت اطلاع‌رسانی آموزشی



پیام مشاور

سید امیر دیبازر به عنوان یک برنامه‌ساز و برنامه‌ریز آموزشی که نزدیک به بیست سال فعالیت در این حوزه داشته، تجربیات زیادی را جهت تفکیک دانش‌آموزانی که «دوست دارند موفق شوند» نسبت به دانش‌آموزانی که «می‌خواهند قبول شوند» به دست آورده است و این تجربه در قالب «جدول مقایسه‌ای» زیر به شما ارائه می‌شود، این مطالب در قالب یک گزارش و مصاحبه با ایشان گردآوری و تنظیم گردیده است:

دانش‌آموزی که دوست دارد موفق شود (هنرپیشه‌ی آموزشی)	دانش‌آموزی که می‌خواهد موفق باشد (شاگرد واقعی)
اجرای تکالیف، نیمه کاره و از روی حل المسائل	اجرای کامل تکالیف دبیر قبل کلاس، توسط شخص دانش‌آموز
با تأخیر وارد کلاس می‌شوند و فرصت گوش دادن را جهت جبران عقب ماندگی از دست می‌دهند	حضور در کلاس قبل از شروع کلاس پس احساس بهتری از کلاس درس دارند
در کلاس درس گوش نمی‌دهند و صرفاً جزوه می‌نویسند تا در منزل یاد بگیرند	۷۵ درصد مطالب را در کلاس می‌آموزند و در حین صحبت و تدریس دبیر ناآرام و بی‌قرار نیستند
به جای یادگیری فعال صدای معلم را ضبط می‌کنند!	نکته‌های اصلی را حین تدریس در کنار جزوه‌ی خود یادداشت می‌کنند
در کلاس پیامک‌های خود را چک می‌کنند و...	در کلاس درس تلفن همراه و تبلت خود را خاموش می‌کنند
صرفاً کپی می‌کنند و مطالب را فقط می‌نویسند	سرنخ‌های دبیر را حین تدریس که شامل ایده‌ها و عبارات پرتکرار است و گوشه‌ی تخته نوشته می‌شود، یادداشت می‌کنند
در جزوه‌نویسی اغلب، عقب می‌مانند و خط خوردگی دارند	تندنویسی بلد هستند از علائم اختصاری استفاده می‌کنند
جسارت ندارند که اشکال مطرح کنند، و بگویند: من این قسمت را نفهمیدم	از سؤال کردن نمی‌ترسند و از معلم می‌خواهند دوباره موضوع دشوار را تدریس کند
بعضی از روزها درس می‌خوانند؛ مخصوصاً شب‌های امتحانی	هر روز مطالعه می‌کنند و در شب‌های آزمون ذهن منظمی دارند
برای دوره و یادآوری، دوباره از اول می‌خوانند	برای دوره و یادآوری، سؤال حل می‌کنند
به استقبال امور اعضای خانواده می‌روند و در حین مطالعه در امور جاری منزل دخالت می‌کنند	در ساعات و لحظات مطالعه اجازه نمی‌دهند اعضای خانواده مزاحم آن‌ها بشوند و تمرکز بالایی دارند
روز به روز، در حد تکلیف مدرسه برنامه‌ریزی می‌کنند	جمعه‌شب‌ها برنامه‌ی یک هفته‌ی آینده را پیش‌بینی می‌کنند و فراتر از تکلیف مدرسه نیز برنامه دارند
برنامه‌ریزی ذهنی دارند، چون در صورت عدم اجرا کمتر عذاب وجدان دارند و راحت‌تر برنامه را تغییر می‌دهند	برنامه‌ریزی خود را با مداد می‌نویسند، و مباحث برنامه را در هر روز با اندکی تغییر مدیریت می‌کنند
تکالیف و مباحث دشوار و ناخوشایند را حذف می‌کنند و تنها درس‌های مورد علاقه‌ی خود را می‌خوانند	پذیرفته‌اند که تلاش، مختص مشکلات است! اول یادگیری مباحث دشوار سپس آسان جزء اصول یادگیری ایشان است
بر اساس قانون از پیش تعیین‌شده‌ی مشاور استراحت می‌کنند مثلاً بعد از هر دو ساعت مطالعه نیم ساعت استراحت	استراحت برای این دسته از دانش‌آموزان حکم تشویق حین انجام کار و برنامه‌ها است
حس رقابت ندارند و کسب نمره‌ی کم، صرفاً آن‌ها را ناراحت می‌کند	نمره برایشان اهمیت دارد و با همتایان درسی خود رقابت می‌کنند
تمام برنامه‌های درسی خود را به صورت رفع تکلیف انجام می‌دهند و رفع مسئولیت می‌کنند	تعهدپذیری بالایی دارند، یعنی برنامه‌ها را به حکم مشق اجرا نمی‌کنند و یادگیری فعال
دغدغه و درگیری ایشان در طول دوران تحصیلی شامل مواردی مثل خواب، فراموشی، اعتماد به نفس، وسواس، بی‌دقتی، نرسیدن به برنامه، کمبود وقت، ترس از شرکت در آزمون‌ها، رفتن به کلاس‌های رنگارنگ و هزینه کردن به جای تلاش است	دغدغه‌ی این گروه در طول دوران تحصیل؛ چگونگی یادگیری، چگونگی مطالعه‌ی هر درس، برنامه‌ریزی و برنامه‌سازی، انتخاب منابع مطالعاتی مناسب، نحوه‌ی رفع اشکال درسی، مدیریت زمان، افزایش درصد آزمون‌ها، زمان دوره و تکرار و مواردی مشابه است و کمتر به کلاس خارج از مدرسه می‌روند

در آخر باید این گونه نتیجه‌گیری کنیم که «دانش‌آموز خوب بودن»، همانند «پدر و مادر خوب بودن» یک مهارت است و با «داشتن علاقه به درس خواندن» متعاقباً «موفقیت تحصیلی» به وجود می‌آید.



معرفی سایت برنامه‌سازی و برنامه‌ریزی دیبازر

نوار افقی بالای صفحه اصلی: این نوار شامل آیکن‌هایی که دائماً مورد استفاده‌ی کاربران سایت قرار گرفته و همچنین

آیکن‌های دربار‌ه‌ی ما و تماس با ما می‌باشد.

کتاب‌های درسی پیش‌دانشگاهی چاپ ۹۵: کتاب‌های درسی دانش‌آموزان کنکوری هر سال در این قسمت قرار گرفته و هر سال به‌روزرسانی می‌شود. امسال برای کنکور ۹۶، کتاب‌های پیش‌دانشگاهی چاپ ۹۵ و سوم دبیرستان چاپ ۹۴ و دوم دبیرستان چاپ ۹۳ در این قسمت قرار دارد.

ویژه برنامه‌های تلویزیونی دیبازر: هر ماه یک عنوان از برنامه‌های سید امیر دیبازر که به صورت هفتگی از تلویزیون پخش می‌شود انتخاب شده و در این قسمت قرار داده می‌شود.

استعدادیابی شغلی و تحصیلی دیبازر: تمام افراد در هر رده‌ی سنی برای کشف استعداد تحصیلی و شغلی خود می‌توانند در این تست شرکت کنند. این تست یک نمونه‌ی جدید از آزمون‌های روانشناسی است که به شما کمک می‌کند آینده‌ای متناسب با روحیات و توانایی‌های خود بسازید.

برنامه‌ریزی ویژه گروه انسانی: داوطلبان کنکور انسانی می‌توانند برای به‌موقعیت رسیدن از برنامه‌ریزی سید امیر دیبازر به صورت غیر حضوری بهره‌مند شوند.

برنامه‌سازی غیر حضوری و مکاتبه‌ای: برای داوطلبانی که ساکن شهر تهران نیستند و همچنین داوطلبان تهران که نمی‌توانند در کارگاه‌های هفتگی شرکت کنند، تمامی خدمات برنامه‌ریزی به صورت غیر حضوری و از طریق ایمیل و سایر راه‌های ارتباطی انجام می‌پذیرد.

ثبت‌نام کارگاه خصوصی برنامه‌ریزی ۹۶: داوطلبان کنکوری برای ثبت‌نام در کارگاه خصوصی برنامه‌ریزی می‌توانند در این قسمت فرم پیش‌ثبت‌نام را تکمیل کنند تا همکاران ما در اولین فرصت با شما تماس بگیرند. در این حوزه، اجرا و نظارت مستقیم توسط شخص سید امیر دیبازر انجام می‌گیرد.

اسلایدر: آخرین اخبار و اطلاعیه‌های برنامه‌سازی و برنامه‌ریزی دیبازر را به‌راحتی از روی اسلایدر بخوانید و با کلیک روی هر اسلاید می‌توانید توضیحات بیشتری نسبت به خدمات مورد نظر کسب کنید.

سوالات خود را از دیبازر پرسید- پاسخ به سوالات: در قسمت «سوالات خود را از دیبازر پرسید» می‌توانید تمام سوالات مربوط به برنامه‌ریزی و سوالات درسی خود را مستقیماً از سید امیر دیبازر پرسید. در قسمت «پاسخ به سوالات» پس از گذشت حداکثر ۷۲ ساعت پاسخ سوال خود را مشاهده کنید.

نمونه سوالات آزمون‌های آزمایشی و برنامه‌ای: در این قسمت، نمونه سوالات آزمون‌های مهم از جمله آزمون‌های قلم‌چی، سازمان سنجش و کنکور سال‌های گذشته و همچنین نمونه‌های امتحان نهایی موجود می‌باشد.

ورود به آزمون آنلاین: داوطلبان غیر حضوری و داوطلبان آزاد برای شرکت در آزمون‌های «پایش هفتگی دیبازر» و همچنین «آزمون‌های برنامه‌ای عمومی» باید به این قسمت مراجعه کنند.

آزمون تعیین سطح عمومی و علوم پایه: تمام دانش‌آموزان از مقطع نهم تا کنکور، می‌توانند در این آزمون شرکت کنند. این آزمون منطبق با استانداردهای جهانی و آزمون‌های بین‌المللی است تا سطح علمی عمومی و اطلاعات پایه‌ی دانش‌آموز را بسنجد. تفسیر نتیجه‌ی این آزمون می‌تواند تا حد زیادی وضعیت علمی حاضر دانش‌آموز را برای کنکور نشان دهد.

المپیادی‌ها- برنامه‌ریزی دهمی‌ها: همه چیز برای داوطلبان تازه نفس المپیاد از کتاب‌های مفید و لینک‌ها تا تالارهای گفت و گو برای تبادل اطلاعات با رقبا در این قسمت وجود دارد.

مقالات آموزشی: مقالات نوشته شده توسط سید امیر دیبازر و نحوه‌ی یادگیری درس‌های سؤال برانگیز به سبک دیبازر را می‌توانید در این قسمت مطالعه کنید.

فیلم‌های مشاوره‌ای: هر هفته یک برنامه‌ی زنده از تلویزیون با مشاوره‌ی سید امیر دیبازر پخش می‌شود، اگر توانستید برنامه را زنده ببینید، لینک قابل دانلود و کم‌حجم برنامه هر هفته در این قسمت قرار می‌گیرد.

گالری عکس: عکس‌های ویژه از همایش‌ها و کارگاه‌ها و همچنین دست‌نوشته‌های کنکوری‌های سال‌های قبل که حاوی نکات عبرت‌آموز زیادی است را از اینجا ببینید.

ثبت اطلاعات شخصی: داوطلبانی که به طور کامل در مجموعه ثبت نام می‌کنند برای تکمیل اطلاعات و مدارک خود، پس از ثبت نام، به این قسمت مراجعه کرده و فرم موجود را تکمیل می‌کنند.

این سایت به نشانی www.ravesh-diba.ir مربوط به تمامی خدمات برنامه‌سازی و برنامه‌ریزی دیبازر است.

سایت خبری دیبازر به نشانی www.dibazar.ir است و هر روز اخبار کلیدی دنیای آموزش از ابتدایی تا دانشگاه در این سایت قرار می‌گیرد.

سیده ارغوان زیبایی متولد سال ۷۶ در گروه آزمایشی یاضی از مدرسه ابوریحان و با معدل کتبی ۲۰، با رتبه ۵۸ زیر گروه ۱ و پذیرفته شده مهندسی برق دانشگاه صنعتی شریف:



نقش پدر و مادر: خانواده در رفت و آمدها و آماده کردن شرایط با من همراه بودند و روحیه خوبی به من می دادند، وقتی نتیجه‌ی مورد انتظار را در آزمون‌ها نمی آوردم از من می پرسیدند اشکال کار کجاست و گاهی گوشزد می کردند که کم کاری کرده‌ام.

شرکت در آزمون‌ها: با برنامه‌ی آزمون‌ها خودم را هماهنگ می کردم و حتی اگر آمادگی نداشتم حتما در آزمون‌ها حاضر می شدم فقط وقتی بدون آمادگی می رفتم و تراژم افت می کرد تمام تلاش خود را می کردم که برای آزمون‌های بعدی با آمادگی حاضر شوم. اگر آزمون‌ها را بد می دادم به دنبال اشکالات و مباحث ضعیف ترم می رفتم و راهکاری پیدا می کردم.

ساعت مطالعه: در روزهای مدرسه ۴ تا ۵ ساعت و در روزهای تعطیل ۸ تا ۱۱ ساعت مطالعه می کردم.

علت و انگیزه مراجعه به مرکز برنامه‌سازی و برنامه‌ریزی: انگیزه‌ام کسب رتبه برتر در کنکور سراسری بود و برای رسیدن به آن نیاز به نظم و برنامه‌ریزی داشتم.

ناهماهنگی برنامه مدرسه با برنامه مرکز: برنامه‌ی مرکز با برنامه‌ی مدرسه تا حدی هماهنگ بود به جز دروس پایه که خودم باید جلوتر می خواندم و اگر ناهماهنگی بود با نظر آقای دیبازر تغییر می دادم.

تأثیر سخت کوشی در کنکور: سخت کوشی از نظر من ۸۰٪ در کنکور موثر است.

برنامه هفتگی مرکز: از برنامه مرکز راضی بودم و به گونه‌ای بود که با تلاش قابل اجرا بود.

عقب ماندن از برنامه: اگر جا می ماندم سعی می کردم جبران کنم به طوری که به اصل برنامه، لطمه‌ای وارد نشود.

تست زدن: الویت من در تست زدن، تست‌های کنکور بود و بعد تست‌های تالیفی

معلم خصوصی و آموزشگاه: فقط در آزمون‌های سنجش و قلم چی شرکت می کردم اما معلم خصوصی نداشتم و از هیچ کلاسی در آموزشگاه استفاده نمی کردم.

فاطمه یوسفی متولد سال ۷۵ در گروه آزمایشی تجربی از مدرسه فرزندان با معدل کتبی ۱۷/۴۷ با رتبه ۲۲۰ زیر گروه ۱ و پذیرفته شده دکتری



داروسازی دانشگاه تهران:

نقش پدر و مادر: با توجه به این که مادرم دبیر ادبیات بودند، در این درس کمک زیادی به من می کردند.

نقش مرکز در موفقیت شما: مرکز در به وجود آمدن نظم در کارهای من خیلی موثر بود همین عامل موفقیت من است نقش مرکز در موفقیت من ۱۰۰٪ بود.

شرکت در آزمون‌ها: من خود را با برنامه مرکز هماهنگ می کردم و خود به خود به برنامه آزمون‌ها هم می رسیدم، به فکر غیبت در آزمون‌ها می افتادم اما آقای دیبازر هیچ وقت چنین اجازه‌ای نمی دادند، اگر آزمون‌ها را بد می دادم تا چند روز ناراحت بودم ولی سعی می کردم جبران کنم.

پیشرفت من در آزمون‌ها تدریجی بود اما گاهی هم افت می کردم، بعد از آزمون حتما به ارزیابی آزمون می پرداختم البته روی دروسی که بالای ۴۰٪ میزدم.

ساعت مطالعه: به ساعت درس خواندن فکر نمی کردم آن قدر می خواندم تا برنامه‌ام تمام شود.

علت و انگیزه مراجعه به مرکز برنامه‌سازی و برنامه‌ریزی: یکی از دوستانم از روش برنامه‌ریزی آقای دیبازر تعریف کرده بودند و من به جدیت و اطلاعات جامع آقای دیبازر که در برنامه تلویزیونی می دیدم نیاز داشتم. من به دنبال هدف دار بودن، منسجم و منظم کار کردن بودم و در مرکز به آن رسیدم. من به دنبال جایی بودم که در کار خود متحصّر به فرد باشد.

ناهماهنگی برنامه مدرسه یا آموزشگاه با برنامه مرکز: من فارغ التحصیل بودم و الویت من برنامه آقای دیبازر بود تا برنامه آموزشگاه.

تأثیر سخت کوشی در کنکور: سخت کوشی از نظر من ۹۰٪ در کنکور موثر است.

برنامه هفتگی مرکز: برنامه هفتگی همیشه برای من کمک‌رسان بود.

عقب ماندن از برنامه: عقب ماندن از برنامه ممکن است برای هر کسی اتفاق بیفتد و این امری عادی است مهم این است که با برنامه‌ریزی بتوان آن را جبران کرد.

تست زدن: الویت را همیشه باید به تست‌های کنکور داد.

معلم خصوصی و آموزشگاه: فقط در آزمون‌های سنجش و قلم چی شرکت می کردم و فقط برای درس زیست‌شناسی به آموزشگاه می رفتم.

ک. ابراهیمی

سه گروه حساس در حوزه‌های آموزشی بفرزاند

گروه آزمایشی ریاضی

در سال‌های اخیر دیده شده تعدادی از داوطلبان کنکور، مشاوران کنکور و مدیران مدارس جهت کاهش اضطراب، به قبولی در دانشگاه‌های پولی در همان شروع سال اکتفا می کنند و تلاشی جهت قبولی در دانشگاه‌های برتر نمی کنند... و این اشتباه است! چون در آینده به مشکل برمی خورند

گروه آزمایشی انسانی

کدام مهم تر است؟! محبوب ترین رشته‌های انسانی یا پر درآمدترین آن‌ها؟! تلاش کنید با برنامه درس بخوانید: نه درس خواندن معمولی جهت قبولی در یک رشته‌ی دانشگاهی بدون کاربرد

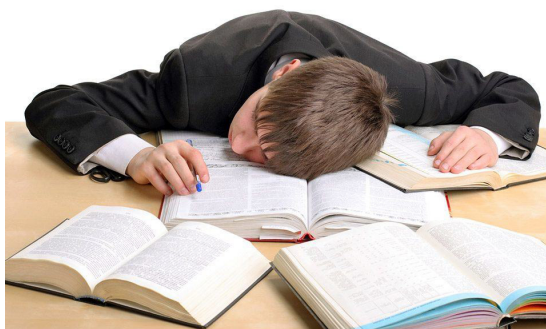
دهمی‌ها

مطمئن باشید اگر درست، با برنامه و زیاد درس بخوانید، هر تغییری در سیستم آموزشی به شما کمترین آسیب را می زند
آفرین به خانواده‌های خوش فکری که از حالا تدبیر می کنند

کنترل خواب آلودگی در حین مطالعه

وقتی در حین مطالعه دراز می‌کشید و بدن را در حالت کاملاً راحت قرار می‌دهید، اسید لاکتیک وارد خون و مایع بین سلولی شده و بدن خسته می‌شود. اسید لاکتیک مقدار زیادی اکسیژن خون را جذب می‌کند و با توجه به کاهش اکسیژن خون، مغز خسته می‌شود و به این علت هنگام مطالعه احساس خواب آلودگی می‌کنید، برای کنترل این حالت:

- ۱- آب زیاد بنوشید.
 - ۲- در مکان خیلی گرم درس نخوانید چون هوای گرم اکسیژن کمتری دارد.
 - ۳- بلافاصله بعد از بیداری مطالعه را شروع نکنید.
 - ۴- وضعیت خود را عوض کنید.
 - ۵- غذای زیاد چرب نخورید.
 - ۶- مقداری کافئین بد نیست.
 - ۷- با علاقه مطالعه کنید.
 - ۸- به مطلب مورد نظر فکر کنید، اما روی کلمات خیره نشوید.
- ع. ایرانشاهی



لویت با اجرای برنامه‌ی مدرسه است

یا اجرای برنامه‌ی آزمون‌های آزمایشی...؟

اغلب دانش آموزان مبتدی که در مسیر کنکور قرار می‌گیرند با یک مشکل تکراری رو به رو می‌شوند، برنامه مدرسه را اجرا کنم یا برنامه آزمون؟ مگر هر دو ممکن است؟ نکته‌ی قابل توجه در اهمیت هر دو برنامه است چرا که هم برنامه‌ی مدرسه و اجرای تکلیف دبیران مهم است و هم برنامه‌ی آزمون‌های آزمایشی.

یادتان باشد شما در کنار این که باید «یک دانش آموز خوب» باشید باید یک «داوطلب نمونه» هم باشید. یک دانش آموز خوب صرفاً معلم‌های خود را راضی نگه می‌دارد و مشق می‌نویسد تا مبادا دبیر به او تذکر دهد! اما یک داوطلب خوب کار دبیر را مشروط به مفید بودن با کمی تغییر، در برنامه‌ی اصلی خود که مبتنی بر برنامه‌ی آزمون آزمایشی است، تلفیق می‌کند و سپس با نظارت برنامه‌ریز آموزشی خود، اقدام به اجرای آن می‌کند.

بودن هر دوی این‌ها در کنار هم، مهارتی می‌خواهد که شما باید به دست آورید. درست است که فشار ساعت مطالعه‌ی بالا و مدیریت این دو برنامه، کار را سخت می‌کند ولی کسب رتبه‌ی خوب که رشته‌ی مورد علاقه‌ی شما را در دانشگاه مورد تایید شما می‌سازد ارزش این تغییر را دارد.

اجرای برنامه‌ی مدرسه یک اصولی دارد که شما موظف هستید در حد منطقی به آن برسید و به آن پاسخگو باشید. از تست زدن‌های با ضریب توازن بیش از حد برای یک درس در طول یک هفته پرهیزید، منطقی رفتار کنید و تعادل داشته باشید شما در طول هر هفته باید برای تمام دروس خود وقت مناسب بگذارید و همه‌ی مباحث آزمون آزمایشی را در طول هفته مطالعه کنید. پس وقت گذاشتن بیش از حد برای یک درس و در نتیجه نرسیدن به بقیه دروس که اغلب عمومی هاست، کار غلطی است و اصلاً حرفه‌ای نیست. یک دانش آموز حرفه‌ای متعادل است. از طرفی شما بازخورد مطالعه‌تان را در آزمون خود می‌گیرید. سواد شما در اعداد کارنامه شما معنی پیدا می‌کند، پس فرار از آزمون بی‌معناست و باید برای آزمون‌ها، خودتان را آماده کنید. این امر یک باید اجتناب ناپذیر است.

مطالعه بودجه آزمون برای شب قبل از آزمون نیست بلکه داوطلب حرفه‌ای از مدت‌ها قبل برای آزمون آزمایشی خود برنامه‌ریزی کرده و به شدت علاقه مند است که گزارش عملکرد خود را ببیند تا خطاها را قبل از آزمون اصلی پیدا کند و به حداقل برساند. آمادگی سر جلسه آزمون به شما اعتماد به نفس و شهامت آزمون و خطا کردن را می‌دهد.

هم دانش آموز خوب باشید و هم داوطلب خوب
با تفکر اردیبهشت‌ماهی درس بخوانید
ش. جوادپور

چرا به میزان تلاش نتیجه نمی‌گیرم...؟

اگر تلاش شما نتیجه نداده است در یکی از موارد زیر دچار مشکل هستید.
روش مطالعه: تمام درس‌ها را به یک شیوه مطالعه نکنید...
روش برنامه ریزی: خاطره ننویسید... برنامه‌ها را پیش‌بینی کنید... از شبیه تا جمعه... درس به درس برنامه‌ریزی کنید...
انتخاب منبع نادرست: منابعی که تعداد تست تألیفی آن‌ها از تعداد تست کنکور و آزمون‌های آزمایشی سنجش بیشتر است، توصیه نمی‌شود. تا می‌توانید به سراغ تست تألیفی نروید.
روش تست زدن: روش خاصی وجود ندارد... «سواد» مشکل تست زنی را حل می‌کند

درست درس بخوانید و به دنبال تاکتیک نباشید!
تمرین و تکرار کم: بلافاصله بعد از مطالعه‌ی هر مبحث، تعدادی سوال حل کنید! (تستی یا تشریحی)

هدف: ۱. در منزل زیر ۷۸٪ نزنید و این برایتان مهم باشد ۲. رسیدن به مباحث آزمون‌ها یک هدف بزرگ است...!
عدم تمرکز حواس: دغدغه‌ی شما خواب، اعتماد بنفس، موبایل، تلویزیون، دوست و عوامل محیطی نباشد، فقط به درس فکر کنید و به نمره...
پورسی آزمون‌های گذشته: آنقدر خوب درس بخوانید، که تحلیل سوالات آزمون برایتان جذاب باشد، طبیعی است اگر درس نخوانید، علاقه‌ای به تحلیل اشتباهات خود نیز ندارید.

م. سامی زاده

ویراست علمی: سید امیر دبیار
دبیر تحریریه: شیرین امیری
طراح و صفحه‌آرا: شیرین امیری
تحریریه:

گلناز ابراهیمی، شیرین امیری،
علی ایرانشاهی، شیما جوادپور،
مهر و سامی زاده، آیدا فراهانی
تلفن: ۰۹۱۲۶۰۸۵۰۰۰ - ۸۸۵۷۵۵۹۳
www.ravesh-diba.ir
www.dibazar.ir

