

در این شماره:

- ۲ برنامه‌ها و فعالیتهای عرضه شده در مرکز اجتماعی The Curve
- ۲ پاسخ شورا به خبر درهای صداآتش
- ۳ شنا و تنیس رایگان برای کودکان محل
- ۳ دیدگاه شما درباره خدمات حمایتی شبانه
- ۴ خدمات حمایتی موجود
- ۴ گزارش پیشرفت اسکان مجدد
- ۴ بروشورهای جدید برای حمایت از کودکان آسیب‌دیده از گرفتار
- ۴ برنامه "مخاطبان لندنی الهام‌بخش" برای نوجوانان

دولت مسئولیت محوطه برج گرنفل را بر عهده می‌گیرد

شورا همیشه صراحت داشته که در دراز مدت، جامعه گرنفل، داغداران، بازماندگان، و ساکنین باید درباره آینده محوطه برج تصمیم بگیرند. جامعه باید کنترل کامل برای شکل دادن به میراث گرنفل بعد از این فاجعه داشته باشد. اوایل امسال، شورا مجموعه‌ای از اصول و مقررات را با دولت تأیید کرد که به این امر متعهد شده و آنرا ساری و جاری می‌داند.

شورای کنزینگتون و چلسی از این خبر استقبال می‌کند که دولت مسئولیت محوطه برج گرنفل را از پلیس شهری (متروپولیتن) تحویل می‌گیرد. شورا همیشه بر این عقیده بوده که نباید هیچ دخالتی در عملیات روزمره محوطه داشته باشد.

این خبر بعد از آن شنیده شد که پلیس شهری (متروپولیتن) اعلام کرد تحقیقات جنایی در برج گرنفل را تکمیل کرده است، یعنی دیگر برج بعنوان صحنه جرم تلقی نمی‌شود.

تا مردم محل درباره نحوه اداره محوطه تصمیم بگیرند، دولت تصمیمات عملیاتی مانند ایمنی محوطه، نگهبانی و کنترل دسترسی به محوطه را خواهد گرفت. یک موافقت‌نامه رسمی در فصل پاییز تدوین نهایی خواهد شد.

در حین اجرای این هماهنگی‌ها، گروه مستقل مدیریت محوطه که از ژوئیه ۲۰۱۷ مسئولیت اداره محوطه را بر عهده داشت، آنجا را اداره خواهد کرد. این گروه، به ریاست داگ پترسون، مدیر ارشد اجرایی (مدیرعامل) باروی براملی لندن، مسئول همه جوانب عملیات روزمره محوطه است از قبیل بهداشت و ایمنی، و نگهبانی.

گروه پلیسی محل به همکاری با گروه مدیریت سایت ادامه خواهد داد و برای مراقبت از یکپارچگی محوطه، دورتادور محوطه گشت خواهد زد.

دیدار با همسایگان

اگر ساکن لانکاستر غرب یا اطراف آن هستید، از شما دعوت می‌شود **از ساعت ۱ تا ۶ بعدازظهر یکشنبه ۵ اوت**، در برنامه خانوادگی انجمن ساکنین در محل کرو واقع در **The Curve, 10 Bard Road, W10** شرکت نمایید. این برنامه فرصتی است برای ساکنین لانکاستر غرب تا همدیگر را بشناسند و روابط درون محلی تشکیل دهند. همچنین می‌توانید نماینده خود را در انجمن ساکنین ملاقات کنید.

در این روز، هنر درمانی، بدن درمانی، باشگاه بازی، و محلی برای کودکان شامل هنر، موسیقی، بازی و نقاشی چهره عرضه می‌شود. غذا و نوشیدنی هم فراهم است. در این برنامه شرکت کنید و همسایگان‌تان را ببینید.

بیانیه کامل دولت را می‌توانید در نشانی bit.ly/2AxGBBZ بخوانید.

اصول و مقررات محوطه، که توسط شورای کنزینگتون و چلسی امضا شده، را می‌توان در نشانی اینترنتی bit.ly/2HXo5mv یافت.



برنامه‌ها و فعالیتهای عرضه شده در مرکز اجتماعی The Curve



جمعه ۱۰ اوت

۱۰:۳۰ صبح تا ۱۲ ظهر - هنرهای نمایشی با تَت از نمایش موسیقیایی موتاون برای سنین ۶ تا ۱۱ (سال)
 ۱۰:۳۰ صبح تا ۱۲ ظهر - هنرهای نمایشی با تَت از نمایش موسیقیایی موتاون برای سنین ۱۲ سال به بالا)
 ۲ تا ۴ بعدازظهر - کارگاه ساخت عروسک گلی آرت اسپیس توسط ACAVA/CNWL برای سنین ۱۲ تا ۱۶ ساله با ماتیو میرلا و سالی آندرسون (حضور آزاد)

شنبه ۱۱ اوت

۱۱ صبح تا ۱ بعدازظهر - کارگاه ساخت عروسک گلی آرت اسپیس توسط ACAVA/CNWL برای سنین ۱۲ تا ۱۶ ساله با ماتیو میرلا و سالی آندرسون (حضور آزاد)
 ۱۲ ظهر تا ۲:۳۰ بعدازظهر - کارگاه ارکستر تاپه استیل بایرون که توسط مترونوموس اجرا می‌شود - فراگیری خوانند و نواختن موسیقی و تشویق خانواده‌ها تا با همدیگر اجرا کنند. (برای سنین ۶ سال به بالا، ظرفیت محدود. برای رزرو جا به thecurve@rbkc.gov.uk ایمیل بفرستید.)

تعطیلی Curve در ایام کارناوال
 در ایام تعطیلی و آخر هفته کارناوال (شنبه ۲۵ تا دوشنبه ۲۷ اوت) Curve تعطیل خواهد بود. از روز **سه‌شنبه ۲۸ اوت ساعات کار عادی برقرار می‌شود.**

برای طرح سوالات خود یا رزرو جا، مرکز اجتماعی The Curve Community Centre, 10 Bard Road, W10 6TP هر هفت روز هفته باز است. ساعات کار ما روزهای دوشنبه تا جمعه از ساعت ۱۰ صبح تا ۸ شب و آخر هفته از ساعت ۱۱ صبح تا ۶ عصر است. برای طرح سوالات خود یا رزرو جا، لطفاً به نشانی thecurve@rbkc.gov.uk ایمیل بفرستید. برای مشاهده لیست کامل برنامه‌ها، لطفاً به نشانی اینترنتی grenfellsupport.org.uk/thecurve/events مراجعه کنید.

دوشنبه ۶ اوت

۱۰:۳۰ صبح تا ۱۲ ظهر - رقص آزاد با جیمز (برای سنین ۶ تا ۱۱ سال) (حضور آزاد)
 ۱۲:۳۰ تا ۲ بعدازظهر - رقص آزاد با جیمز (برای سنین ۱۲ سال به بالا) (حضور آزاد)
 ۱ تا ۳ بعدازظهر - آموزش کلی خانواده - حمایت از همسر (مهارتهای ارتباطی، نحوه دادن و گرفتن بازخورد، گفتگوی عادی، حمایت از همدیگر هنگام بروز رفتار مشکل‌ساز، حل مسئله، بهبود شادی در رابطه) (برای رزرو جا لطفاً به

info@totalfamilycoaching.co.uk ایمیل بفرستید.

۲ تا ۳ بعدازظهر - حل مشکل استرس و پذیریت تغییر با آندریا (ظرفیت محدود، برای کسب اطلاعات لطفاً با شماره ۰۷۷۱۲ ۵۴۳۲۴۵۲ تماس بگیرید)

۲ تا ۴ بعدازظهر - کارگاه ساخت عروسک گلی آرت اسپیس توسط ACAVA/CNWL برای سنین ۱۲ تا ۱۶ ساله با ماتیو میرلا و سالی آندرسون (حضور آزاد)

۲ تا ۴ بعدازظهر - خدمات حمایتی گرنفل - حضور آزاد - مشاوره و راهنمایی برای همه

سه‌شنبه ۷ اوت

۱۰:۳۰ تا ۱۲:۳۰ بعدازظهر - کارگاه رزومه و کاریابی به همراه جاسمین از NOVA (همه سنین - حضور آزاد)
 ۱۰ صبح تا ۲ بعدازظهر - کلوب خیاطی فوزیه - خیاطی، رفور و بافندگی - شرکت برای همه آزاد است.

۱۰:۳۰ صبح تا ۱۲ ظهر - هنرهای نمایشی با تَت از نمایش موسیقیایی موتاون برای سنین ۶ تا ۱۱ (سال)

۱۲:۳۰ تا ۲ بعدازظهر - هنرهای نمایشی با تَت از نمایش موسیقیایی موتاون برای سنین ۱۲ سال به بالا)

ساعات کار محل نگهداری اطفال هر هفته توسط Curve تعیین می‌گردد. برنامه هفته بعد هنوز نهایی نشده است. برای اطلاع از ساعات کار در هفته بعد با تلفن ۰۲۰ ۷۲۲۱ ۹۸۲۶ و یا ایمیل thecurve@rbkc.gov.uk تماس بگیرید.

این اطلاعات بطور هفتگی توسط مرکز اجتماعی The Curve ارائه می‌شود. برای اطلاعات بیشتر یا ۰۲۰ ۷۲۲۱ ۹۸۲۶ تماس بگیرید.

۵ تا ۷ عصر - کلاس زبان عربی برای افراد بالای ۷ سال (ثبت نام لازم است. لطفاً به thecurve@rbkc.gov.uk ایمیل بفرستید.)

چهارشنبه ۸ اوت

۱۰ صبح تا ۱۲ ظهر - صبح قهوه جهانی - رایگان و آزاد برای همه برای نوشیدن قهوه و گفتگو رزومه و کاریابی به همراه جاسمین از NOVA (همه سنین - حضور آزاد) ۱ تا ۲:۳۰ بعدازظهر - سمینارهای تربیت فرزند - برای همه والدین کودکان ۲ تا ۱۶ ساله. این هفته: تربیت فرزندان آسیب‌ناپذیر (برای رزرو جا به

info@totalfamilycoaching.co.uk ایمیل بفرستید.)

۱ تا ۵:۴۳ بعدازظهر - کلاس آزاد الکل و مواد مخدر
 ۴ تا ۷ بعدازظهر - گروه نوجوانان دختر برای ۱۳ سال به بالا (اجرا توسط لورا برای بهداشت و سلامتی عاطفی)

پنج‌شنبه ۹ اوت

۱۰ صبح تا ۱۲ ظهر - بمان و بازی کن - فرصتی برای کودکان و والدینشان/سرپرستانشان تا بازی کنند، آواز بخوانند، کشف کنند و با همدیگر یاد بگیرند - برای زیر ۵ سال - اجرا توسط آموزش سالهای اولیه (برای رزرو جا به thecurve@rbkc.gov.uk ایمیل بفرستید.)

۱۰:۳۰ صبح تا ۱۲ ظهر - رقص آزاد با جیمز (برای سنین ۶ تا ۱۱ سال) (حضور آزاد)
 ۱۲:۳۰ تا ۲ بعدازظهر - رقص آزاد با جیمز (برای سنین ۱۲ سال به بالا) (حضور آزاد)

۵ تا ۷ عصر - کلاس زبان عربی برای هفت سال به بالا (ثبت نام لازم است - لطفاً به نشانی thecurve@rbkc.gov.uk ایمیل بفرستید.)

پاسخ شورا به خبر درهای ضدآتش

شورا همچنین برنامه‌ای را راه‌اندازی کرده تا ۴۰۰۰ درب ضدآتش را در ساختمانهای خود با هزینه‌ای بالغ بر ۳.۵ میلیون پوند در این محل تعویض کند. شورا تصریح کرده که صرفاً درهایی را نصب خواهد کرد که کلیه کنترلهای ایمنی را قبول شده باشند و مطمئن است که از بالاترین استانداردها برخوردارند. شورا همچنین با انجمن‌های خانه‌سازی تعامل می‌کند تا مطمئن شود که ساختمانها یا چنین مشکلی ندارند و یا حتماً تغییرات فورا اعمال شده باشند. خانه‌های موقتی و خانه‌های عادی هم مورد کنترل قرار خواهند گرفت.

شورا آگاه است که این امر برای ساکنین نگران کننده است. شورا مرتباً ایمنی آتش ساختمانهایش را مورد بررسی قرار می‌دهد و این کنترل‌ها تا ادامه خواهد داشت تا اگر از این نوع درهای معیوب نصب شده باشد اقدام فوری معمول گردد. خانه‌های جدید برای خانواده‌های برج گرنفل کنترل شده‌اند و شورا تأیید می‌کند که در هیچکدام از این خانه‌ها که برای بازماندگان گرنفل است چنین درهایی نصب نشده است.

شورای کنزینگتون و چلسی به اعلان دولت در اوایل این هفته پاسخ داد مبنی بر اینکه درهای ضدآتش پنج فروشنده مختلف خراب از آب در آمدند و تأمین کننده استانداردهای مورد نیاز نیستند.

اعلامیه کامل دولت را می‌توانید در وبسایت دولت به نشانی bit.ly/2Ox2S5T مشاهده کنید.

بر طبق اعلامیه، نقص درها به این علت است که طبق آنچه که در مقررات آمده، از هر دو طرف آزمایش نشده‌اند. از همه صاحبخانه‌های شورا و هر کسی که مسئولیت ساختمان را در هر کجای بریتانیا بر عهده دارد خواسته می‌شود در صورتی که از این درها نصب کرده باشد فورا اقدام کند.

شنا و تنیس رایگان برای کودکان محل

اگر می‌خواهید خارج از آب ورزش کنید، مرکز تفریحی کنزینگتون دوره دو روزه رایگان مینی‌تنیس را با مشارکت گیو ایت یور مکس (Give It Your Max) برای کودکان محل ارائه می‌کند. چرا راکت بدست نشده و یکی از ورزشهای محبوب جامعه را امتحان نمی‌کنید؟ دوره‌های دو روزه در تاریخ‌های زیر ارائه می‌شوند:

دوشنبه ۶ تا سه‌شنبه ۷ اوت

پنج‌شنبه ۹ تا جمعه ۱۰ اوت

دوشنبه ۲۰ تا سه‌شنبه ۲۱ اوت

پنج‌شنبه ۲۳ تا جمعه ۲۴ اوت

کلاسها از ساعت ۱ تا ۳ بعدازظهر برگزار شده و برای کودکان ۵ تا ۱۰ ساله مناسب است. برای مشغول شدن در هر کدام از این فعالیتهای موجود اطلاعات نام و تاریخ تولد فرزندان و شماره تماس والدین یا سرپرست را به همراه تاریخ‌های دوره‌ای که می‌خواهید شرکت کنید به نشانی phil.kemp@gll.org ایمیل بفرستید.

مرکز تفریحی کنزینگتون در نشانی Silchester Rd, London W10 6EX واقع شده و از ساعت ۶:۳۰ صبح تا ۱۰ بعدازظهر دوشنبه تا جمعه و از ساعت ۸ صبح تا ۸ شب شنبه‌ها و یکشنبه‌ها دایر است.



مرکز تفریحی کنزینگتون در طول تابستان امکان شنای رایگان به کودکان زیر ۸ سال ارائه می‌کند. این گزینه در زمان کلیه اوقات شنای عمومی قابل استفاده است. نیازی به رزرو جا نیست، کافیت در حین هر کدام از جلسات شنای عمومی به استخر بیائید.

برای اطلاع از زمان برگزاری جلسات، به جدول زمانی شنا در مرکز تفریحی کنزینگتون در نشانی مراجعه کنید:

bit.ly/2LjdR52

شنای رایگان برای زیر ۸ ساله‌ها برای عموم است - کسانی که عضو نیستند، پرداخت نقدی، و اعضای دائمی - برای استفاده از این گزینه کافیت به پذیرش استخر بیائید. خواه در حال یادگیری شنا باشید و خواه شناگر واردی باشید لطفاً اندکی وقت بگذارید تا اصول ایمنی شنا در مرکز تفریحی کنزینگتون را مطالعه کنید.

better.org.uk/swimsafetyrules



دیدگاه شما درباره خدمات حمایتی شبانه

خدمات حمایتی شبانه گرنفل که توسط کلیسای متدیست ناتینگ‌هیل ارائه می‌شد تا اطلاع بعدی در محل فعلی خود کماکان ادامه خواهد داشت.

در این بین، شورا و ان‌اچ‌اس شمالغرب مرکزی لندن با جامعه کار می‌کنند تا نیازهای آنان را از نظر کمکهای بهداشت و سلامت عاطفی برآورد کنند. بزودی یک نظرسنجی توسط اعضای هیئت مشاوره ساکنین ناتینگ‌دیل برگزار خواهد شد.







هیئت مشاوره از ساکنین ناتینگ‌دیل و همچنین کاربران فعلی و سابق خدمات شبانه نظرخواهی خواهند کرد. نتایج این نظرسنجی برای اطلاع دادن به کسانی که این خدمات را ارائه می‌دهند و مسئولین مربوطه استفاده خواهد شد. انتظار می‌رود نتایج نظرسنجی اوایل پائیز آماده شود. درباره نحوه شرکت شما در این نظرسنجی اطلاع‌رسانی خواهیم کرد.

علاوه بر این بازبینی خدمات شبانه مبتنی بر جامعه، گروه ارتباط با جامعه شورا در طول تابستان تمرینی درباره مشاوره با مردم محل اجرا خواهد کرد. نتایج این تمرین کمک می‌کند تا فعالیت خود را در تعامل با کل جامعه شکل داده و هدایت کنیم تا خدمات حمایتی را بازسازی نماییم. اطلاعات بیشتر در این زمینه اعلام خواهد شد.

گزارش پیشرفت اسکان مجدد برج گرنفل و خیابان گرنفل واک



این ارقام مربوط به ۲ اوت ۲۰۱۸ هستند

			
در مسکن دائمی	در مسکن موقتی	در مسکن اضطراری	مجموع ۲۰۴
۱۰۹	۴۱	۵۴	
			هنوز مسکن دائمی نیذیرفته‌اند
	۱۲	۵	

بروشورهای جدید برای حمایت از کودکان آسیب‌دیده از گرنفل

احتمالی کودکان بدنیاال فاجعه گرنفل را برای والدین تشریح می‌کند و برای حمایت از آنها توصیه‌های عملی ارائه می‌کند. همچنین می‌توانید نحوه تماس با این گروه را یاد بگیرید که در زمینه حمایت از کودکان و نوجوانان بالغ که دچار تروما شده‌اند تخصص دارند.

این بروشورها را می‌توانید در این نشانی bit.ly/2LteKU5 مطالعه و دانلود نمائید. بزودی نسخه‌هایی از این بروشورها در محل کرو به نشانی **The Curve, 10 Bard Road, W10 6TP**

قابل تهیه خواهد بود. در ضمن در مدارس و اجتماعات محلی هم توزیع خواهد شد.



ان‌اچ‌اس شمالغرب مرکزی لندن (CNWL) در رابطه با خدمات حمایتی عرضه شده برای کودکان و نوجوانان آسیب دیده در فاجعه گرنفل، دو بروشور منتشر کرده است. این بروشورها توسط گروهی از متخصصین روان‌درمانگر مستقر در خدمات بهداشت و سلامتی گرنفل ان‌اچ‌اس تهیه شده است. در بروشور "کلینیک تروما برای کودکان و نوجوانان" می‌توانید ببینید که چگونه این گروه با ارائه درمان متمرکز بر تروما، نوجوانان را غربال و ارزیابی کرده و از آنها حمایت می‌کند. در ضمن نحوه معرفی افراد به این کلینیک هم بیان شده است.

بروشور "حمایت از کودکان بدنیاال فاجعه آتش‌سوزی گرنفل" چگونگی عکس‌العمل

برنامه "مخاطبان لندنی الهامبخش" برای نوجوانان

لندن، با هم به پا برمی‌خیزیم" مجموعه‌ای از برنامه‌های آموزشی و سخنرانی‌های الهامبخش است که برگزار می‌شوند تا جوانان و نوجوانانی را که در ناحیه لدبروک گرو (Ladbroke Grove) زندگی می‌کنند انگیزه و آموزش داده، و تقویت کند. "مخاطبانی از لندنی‌های الهامبخش" برنامه‌ای رایگان است که سخنران‌های الهامبخش در آن صحبت می‌کنند. این برنامه از ساعت ۱۲ ظهر تا ۲:۳۰ بعدازظهر چهارشنبه ۸ اوت در کلیسای متدیست ناتینگ‌هیل واقع در **Notting Hill Methodist Church, Ladbroke Grove, W11 4AH** برگزار می‌شود. این برنامه مهیج برای این سازماندهی

لندن، با هم به پا برمی‌خیزیم" مجموعه‌ای از برنامه‌های آموزشی و سخنرانی‌های الهامبخش است که برگزار می‌شوند تا جوانان و نوجوانانی را که در ناحیه لدبروک گرو (Ladbroke Grove) زندگی می‌کنند انگیزه و آموزش داده، و تقویت کند. "مخاطبانی از لندنی‌های الهامبخش" برنامه‌ای رایگان است که سخنران‌های الهامبخش در آن صحبت می‌کنند. این برنامه از ساعت ۱۲ ظهر تا ۲:۳۰ بعدازظهر چهارشنبه ۸ اوت در کلیسای متدیست ناتینگ‌هیل واقع در **Notting Hill Methodist Church, Ladbroke Grove, W11 4AH** برگزار می‌شود. این برنامه مهیج برای این سازماندهی

خدمات حمایتی موجود

افرادی که می‌خواهند با پلیس در رابطه با تحقیقات آتش‌سوزی صحبت کنند لطفاً با شماره تلفن **۰۲۳ ۲۵۲۹ ۰۸۰۰** با پلیس متروپولیتان تماس بگیرید.

شماره تماس‌های مهم

موسسه کروز برای مراقبت از داغدیدگان: با شماره تلفن رایگان **۱۶۷۷ ۸۰۸ ۰۸۰۸** تماس گرفته یا به نشانی helpline@cruse.org.uk ایمیل بفرستید. این مرکز روزهای دوشنبه تا جمعه از ساعت **۹:۳۰ صبح تا ۵ عصر** دایر است. در روزهای سه‌شنبه، چهارشنبه و پنج‌شنبه تا ساعت ۸ شب دایر است.

سوالات مربوط به صدور پاسپورت المثنی، ویزا و مهاجرت بریتانیا: لطفاً با تلفن مشاوره ۲۴ ساعته **۰۲۰۰ ۳۰۲ ۲۸۲۲** تماس بگیرید.

کیفیت هوا و مواجهه با دود: اگر نگران بروز علائم بیماری‌های مرتبط با آلودگی هوا هستید باید به پزشک مراجعه کرده یا با شماره **۱۱۱** وزارت بهداشت (ان اچ اس) تماس بگیرید.

خدمات اسکان: هر سوالی در مورد اسکان دارید یا نیاز دارید مامور اسکان خود را بشناسید لطفاً با شماره تلفن **۱۱۱ ۱۳۷ ۰۸۰۰** و یا **۰۲۰ ۷۳۶۱ ۲۰۰۸** تماس بگیرید. **کمک به قربانیان:** در ۲۴ ساعت شبانه روز با تلفن خدمات حمایتی عاطفی و بالینی برای آسیب‌دیدگان **۰۸۰۸ ۱۶۸۹ ۱۱۱** تماس گرفته و یا به وبسایت victimsupport.org.uk مراجعه کنید.

واحد اقدام اسلامی گرنفل خدمات بیشتری ارائه می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر با ایمیل info@gmru.co.uk تماس بگیرید.

شما همچنین می‌توانید در مرکز اجتماعی **The Curve**، خدمات جسمی و روانی دریافت دارید. برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن **۰۷۷۱۲ ۲۲۱ ۱۲۲** تماس بگیرید.

هستیا، ادارات مرکزی و شمالغرب لندن بنیاد بهداشت ملی بریتانیا (ان‌اچ‌اس)، و سرویس الکل و مواد مخدر بطور شبانه از ساعت ۱۰ شب تا ۸ صبح روز بعد در محل کلیسای متدیست ناتینگ‌هیل واقع در خیابان لانکاستر مستقر هستند. برای گپ و دریافت کمک بیائید.

جلسات آینده

حضور ساکنین آزاد است.

جلسه گروه رهبری:

چهارشنبه ۱۹ سپتامبر، ۶:۳۰ عصر تالار شهر کنزینگتون

کمیته تحقیق بازبانی گرنفل:

دوشنبه ۱۵ اکتبر، ۶:۳۰ عصر، تالار شهر کنزینگتون

کل شورا:

چهارشنبه ۱۷ اکتبر، ۶:۳۰ عصر تالار شهر کنزینگتون

این خبرنامه به زبانهای انگلیسی و عربی هم قابل تهیه است. برای دریافت مرتب آخرین اخبار لطفاً ما را دنبال کنید:

