



Comune di Barga

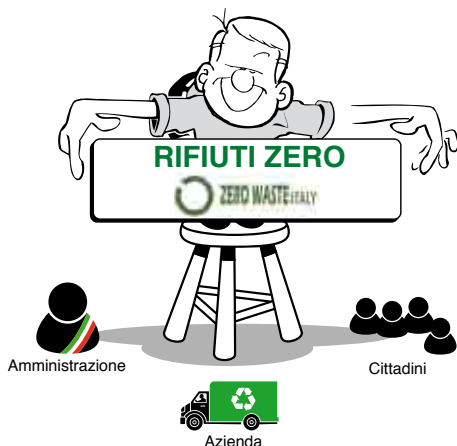
DOVE LI BUTTO?



Elenco alfabetico per la raccolta differenziata nel Comune di Barga

A cura dell'Osservatorio Rifiuti Zero del Comune di Barga





Il progetto **RIFIUTI ZERO** è come uno sgabello a tre gambe. Per stare in piedi è necessario che ognuna delle gambe sia solida. Le tre gambe sono: **1.** L'Amministrazione Comunale; **2.** L'azienda che effettua la raccolta dei rifiuti; **3.** I cittadini. Se anche una delle tre gambe fa mancare il suo appoggio, lo sgabello si rompe e il progetto finisce e gambe all'aria.

I DIECI PASSI VERSO RIFIUTI ZERO:

- | | | |
|---|--|---|
| 1
RACCOLTA
DIFFERENZIATA | 2
RACCOLTA
PORTA A PORTA | 3
COMPOSTAGGIO |
| 4
RICICLAGGIO | 5
CENTRO
RIPARAZIONE
E RIUSO | 6
INIZIATIVE
RIDUZIONE
RIFIUTI |
| 7
INCENTIVI
ECONOMICI | 8
SEPARAZIONE
DEL RESIDUO E
CENTRO RICERCHE | 9
MIGLIORE
PROGETTAZIONE
INDUSTRIALE |
| 10
DISCARICA TEMPORANEA | | |



I contenitori del servizio porta a porta



Organico:

Contenitore marrone. In alternativa puoi scegliere l'auto-compostaggio (è previsto uno sconto sulla tariffa).



Carta:

Contenitore bianco



Multimateriale:

(vetro, plastica, lattine)
Contenitore verde scuro



Non riciclabile (o indifferenziato):

Contenitore grigio



Olio da cucina:

puoi usare qualsiasi bottiglia, purché chiusa (meglio se a bocca larga)

Inoltre...



Abiti:

Contenitori stradali (gialli)



Farmaci:

puoi usare i contenitori presso le farmacie



Ti ricordiamo infine che per gli ingombranti, e le altre tipologie di rifiuto non ritirate col servizio porta a porta, è attivo l'ECO-CENTRO di S. Pietro in Campo:

ORARI:	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
MATT.	8.30-13.00	8.30-13.00	8.30-13.00	8.30-13.00	8.30-13.00	8.30-12.00
POM.		14.30-17.30		14.30-17.30		

Tel. 800300644

Elenco alfabetico per la raccolta differenziata



Abiti	Contenitori stradali ⁽¹⁾
Accendini	Indifferenziato
Acetone	Ecocentro
Acquaragia	Ecocentro
Adesivi / colle	Ecocentro
Agende di carta	Carta
Aghi da cucito	Indifferenziato
Alcool (contenitore vuoto)	Multimateriale
Alimenti deteriorati	Organico
Alluminio	Multimateriale
Amianto	Solo Ditte Autorizzate
Ammoniaca (uso farmaceutico)	Presso farmacia
Antenne TV	Ecocentro
Antiparassitari domestici (grandi quantità)	Solo Ditte Autorizzate
Antiparassitari domestici (piccole quantità)	Indifferenziato
Armadi	Ecocentro ⁽²⁾
Aspirapolvere	Negozi di settore ⁽¹⁾
Asse da stiro	Ecocentro
Assorbenti igienici	Indifferenziato
Appendiabiti (gruccia)	Indifferenziato
Audiocassette	Indifferenziato
Avanzi di cibo	Organico
Bacinelle in plastica	Multimateriale
Barattoli in metallo, vetro, plastica	Multimateriale
Bastoncini con cotone	Indifferenziato
Batterie di automobile	Negozi di settore ⁽¹⁾
Batterie e pile, batterie telefoni cellulari	Negozi di settore ⁽¹⁾
Baule	Ecocentro ⁽²⁾
Bende, garze, cotone (origine domestica)	Indifferenziato
Biancheria intima	Contenitori stradali ⁽¹⁾
Bicchieri in plastica o vetro	Multimateriale
Biciclette	Ecocentro
Bilance (elettroniche e non)	Ecocentro
Blister in plastica	Multimateriale



(1) anche Ecocentro; (2) anche ritiro su chiamata.

Bocchetta di profumo vuota, in vetro	Multimateriale
Bombola del gas	Solo ritiro su chiamata
Bomboletta spray (vuota)	Multimateriale
Bottiglia di plastica o vetro	Multimateriale
Bottoni	Indifferenziato
Brik (latte, succhi di frutta, etc)	Multimateriale
Bucce di frutta e verdura	Organico
Bustine di té e infusi	Organico
Calcolatrici	Ecocentro
Candele	Indifferenziato
Capelli	Indifferenziato
Caraffe di plastica o vetro	Multimateriale
Carne (avanzi di provenienza domestica)	Organico
Carrozine	Ecocentro
Carta carbone	Indifferenziato
Carta catramata e guaine isolanti	Solo Ditte Autorizzate
Carta crespata	Carta
Carta da cucina con residui organici	Organico
Carta da forno	Organico
Carta da pacchi	Carta
Carta per affettati/formaggi (se non separabile)	Indifferenziato
Carta plastificata	Indifferenziato
Carta stagnola (alluminio) pulita o sporca	Multimateriale
Carta vetrata	Indifferenziato
Cartocci di latte / succhi di frutta	Multimateriale
Cartoline	Carta
Cartoncino	Carta
Cartongesso	Solo Ditte Autorizzate
Cartoni della pizza	Carta
Cartucce per stampanti	Ecocentro
Casco per moto	Indifferenziato
Cassetta per frutta/ortaggi (in legno)	Organico
Cassetta per frutta/ortaggi (in plastica)	Multimateriale
Cavi elettrici	Ecocentro
CD (la custodia, senza carta)	Multimateriale
CD (solo il disco)	Indifferenziato



(1) anche Ecocentro; (2) anche ritiro su chiamata.

Cellophane	Multimateriale
Cellulare	Negozi di settore ⁽¹⁾
Genere (spenta)	Organico
Cerotti	Indifferenziato
Ceste di vimini	Ecocentro
Chiavi	Multimateriale
Chiodi	Ecocentro
Cialde macchine da caffè (biodegradabili)	Organico
Cialde macchine da caffè (non biodegradabili)	Indifferenziato
Ciclomotore	Solo Ditte Autorizzate
Colla	Ecocentro
Collant	Indifferenziato
Computer	Negozi di settore ⁽¹⁾
Contenitori di alluminio per alimenti	Multimateriale
Coperchio yogurt (pellicola alluminio)	Multimateriale
Coperte	Contenitori stradali ⁽¹⁾
Coperture ondulate in vetroresina per tetti	Solo Ditte Autorizzate
Corde di chitarra	Indifferenziato
Cosmetici	Indifferenziato
Cotone (batuffoli)	Indifferenziato
Damigiana	Ecocentro
Dentiera	Indifferenziato
Dentifricio (tubetto vuoto)	Multimateriale
Deodorante (bomboletta vuota)	Multimateriale
Detersivi (flacone in plastica vuoto)	Multimateriale
Diapositive	Indifferenziato
Diari	Carta
Diluyente smalto per unghie (flacone vuoto)	Multimateriale
Dischi in vinile	Indifferenziato
Divano	Ecocentro ⁽²⁾
DVD (la custodia, senza carta)	Multimateriale
DVD (solo il disco)	Indifferenziato
Elastici	Indifferenziato
Elettrodomestici	Negozi di settore ⁽¹⁾
Erba	Verde
Escrementi animali	Indifferenziato



Eternit (lastre o tubi)	Solo Ditte Autorizzate
Etichette adesive	Indifferenziato
Fasciatoio per bambini	Ecocentro
Fazzoletti di carta usati	Organico
Federe	Contenitori stradali ⁽¹⁾
Ferro da stiro	Ecocentro
Fiammiferi usati e spenti	Organico
Filtri olio motore	Solo Ditte Autorizzate
Fiori finti, Fiori secchi (anche verniciati)	Indifferenziato
Fiori veri recisi	Verde
Fitofarmaci	Ecocentro
Flacone in plastica (PET, PE, PVC)	Multimateriale
Flebo (contenitori in vetro vuoti)	Multimateriale
Floppy disk (dischetto del computer)	Indifferenziato
Fogli di carta o cartoncino	Carta
Foglie	Verde
Fondi di caffè (sfusi)	Organico
Forbici	Multimateriale
Forno (anche a micro-onde)	Negozi di settore ⁽¹⁾
Fotocopie	Carta
Fotografie	Indifferenziato
Frigorifero	Negozi di settore ⁽¹⁾
Frutta	Organico
Garze (provenienza domestica)	Indifferenziato
Giocattoli in plastica (grandi dimensioni)	Ecocentro
Giocattoli in plastica (piccole dimensioni)	Indifferenziato
Giornali	Carta
Gomma da masticare	Indifferenziato
Gommapiuma	Indifferenziato
Gomme per cancellare	Indifferenziato
Guaine isolanti (catramate)	Solo Ditte Autorizzate
Guanti per le pulizie (plastica)	Indifferenziato
Guarnizioni (moka, barattoli in vetro etc.)	Indifferenziato
Gusci (uovo, crostacei, frutta secca)	Organico
Imballaggi carta, cartone, cartoncino	Carta
Imballaggi in metallo o plastica	Multimateriale



(1) anche Ecocentro; (2) anche ritiro su chiamata.

Inerti, laterizi (grandi quantità)	Solo Ditte Autorizzate
Inerti, laterizi (piccole quantità)	Ecocentro
Insetticida	Ecocentro
Isolanti termici per edilizia	Solo Ditte Autorizzate
Lacca per capelli (contenitore vuoto)	Multimateriale
Lametta usa e getta	Indifferenziato
Lampadario	Ecocentro
Lampadine (a incandescenza, alogene)	Indifferenziato
Lampadine (al neon, fluorescenti, LED)	Ecocentro
Lana di roccia / Lana di vetro	Solo Ditte Autorizzate
Lastra di radiografie	Indifferenziato
Lattine metalliche (uso domestico, pulite)	Multimateriale
Lavastoviglie	Negozi di settore ⁽¹⁾
Lavatrice	Negozi di settore ⁽¹⁾
Legno	Ecocentro
Lenti di occhiali	Indifferenziato
Lenzuola	Contenitori stradali ⁽¹⁾
Letto CD/DVD	Negozi di settore ⁽¹⁾
Libri	Carta
Lische di pesce	Organico
Materassi	Ecocentro ⁽²⁾
Matite	Indifferenziato
Mattonelle ceramica (grandi quantità)	Solo Ditte Autorizzate
Mattonelle ceramica (piccole quantità)	Ecocentro
Mattoni (grandi quantità)	Solo Ditte Autorizzate
Mattoni (piccole quantità)	Ecocentro
Medicinali	Presso farmacia
Mobili	Ecocentro ⁽²⁾
Mollette per il bucato	Indifferenziato
Monitor di computer	Negozi di settore ⁽¹⁾
Mouse di computer	Negozi di settore ⁽¹⁾
Nastri per regali	Indifferenziato
Nastro adesivo	Indifferenziato
Negativi fotografici	Indifferenziato
Noccioli (frutta)	Organico
Nylon (imballaggi)	Multimateriale



(1) anche Ecocentro; (2) anche ritiro su chiamata.

Occhiali	Indifferenziato
Olio da cucina	Vedi calendario ritiri
Olio per automobili	Negozi di settore ⁽¹⁾
Ombrelli	Indifferenziato
Orologi	Ecocentro
Ortaggi	Organico
Ossa animali (provenienza domestica)	Organico
Ovatta	Indifferenziato
Pala	Ecocentro
Pallets	Ecocentro
Pane vecchio/raffermo	Organico
Pannelli solari	Negozi di settore ⁽¹⁾
Pannolini, pannoloni	Indifferenziato
Passeggini	Ecocentro
Pattini a rotelle	Ecocentro
Pellicola fotografica	Indifferenziato
Pellicola plastica per alimenti	Multimateriale
Peluches	Indifferenziato
Pennarelli	Indifferenziato
Penne biro	Indifferenziato
Pennelli	Indifferenziato
Pentole (grandi quantità)	Ecocentro
Pentole (piccole quantità)	Multimateriale
Persiane	Ecocentro ⁽²⁾
Pesce	Organico
Piante da appartamento	Verde
Piatti in plastica	Multimateriale
Pirofila in vetro	Multimateriale
Piume animali (piccole quantità)	Organico
Pneumatici	Solo Ditte Autorizzate
Polistirolo (per alimenti)	Multimateriale
Polistirolo da imballo	Indifferenziato
Poltrona	Ecocentro ⁽²⁾
Porcellana e ceramica	Indifferenziato
Posate in metallo	Multimateriale
Posate in plastica	Indifferenziato



(1) anche Ecocentro; (2) anche ritiro su chiamata.



Potatura	Verde
Preservativi	Indifferenziato
Quaderni	Carta
Radio	Negozi di settore ⁽¹⁾
Ramaglie	Verde
Rasoi elettrici	Negozi di settore ⁽¹⁾



Rastrello	Ecocentro
Reti di letti	Ecocentro



Retine in plastica di frutta e verdura	Multimateriale
Riviste (carta non plastificata)	Carta
Sabbia di lettiere animali	Indifferenziato
Sacchetti dell'aspirapolvere pieni	Indifferenziato
Sacchetti di carta	Carta
Sacchetti di plastica (biodegradabile)	Organico
Sacchetti di plastica (non biodegradabile)	Multimateriale
Salviette di carta umidificate	Indifferenziato
Sapone	Indifferenziato
Scarpe, Zoccoli (in buone condizioni)	Contenitori stradali ⁽¹⁾
Scarpe, Zoccoli	Indifferenziato
Scatole di cartone (schiate)	Carta
Scontrini fiscali (carta chimica)	Indifferenziato
Scopa	Indifferenziato ⁽¹⁾
Scopa elettrica	Negozi di settore ⁽¹⁾
Scotch	Indifferenziato
Secchi/secchielli	Multimateriale
Sfalci verdi	Verde
Sigarette	Indifferenziato
Siringhe usate, ago coperto (origine domestica)	Indifferenziato
Spazzole/spazzolini	Indifferenziato
Spazzolini elettrici	Negozi di settore ⁽¹⁾
Spugna	Indifferenziato
Stagnola (pellicola alimenti)	Multimateriale
Stampante	Negozi di settore ⁽¹⁾
Stoffa (in buone condizioni)	Contenitori stradali ⁽¹⁾
Stracci, strofinacci	Indifferenziato
Stuzzicadenti di legno	Organico

(1) anche Ecocentro; (2) anche ritiro su chiamata.

Sughero	Ecocentro
Tagliaerba a motore	Solo Ditte Autorizzate
Tagliaerba elettrici	Negozi di settore ⁽¹⁾
Taniche plastica pulite (grandi quantità)	Ecocentro
Taniche plastica pulite (piccole quantità)	Multimateriale
Tappi di plastica (acqua, succhi di frutta)	Multimateriale
Tappi di plastica (bottiglie di spumante)	Multimateriale
Tappi di plastica (bottiglie di vino)	Indifferenziato
Tappi di sughero	Organico
Tappi metallici	Multimateriale
Telefoni	Negozi di settore ⁽¹⁾
Televisore	Negozi di settore ⁽¹⁾
Termometri con mercurio	Indifferenziato
Terracotta	Ecocentro
Tetrapak	Multimateriale
Tintura per capelli	Ecocentro
Toner	Negozi di settore ⁽¹⁾
Tovaglioli di carta sporchi (residui chimici)	Indifferenziato
Tovaglioli di carta sporchi (residui organici)	Organico
Trucchi	Indifferenziato
Tubetti in metallo vuoti (creme, dentifrici etc.)	Multimateriale
Tubetti in plastica vuoti	Multimateriale
Tubi di metallo o di gomma	Ecocentro
Valigie	Ecocentro
Vaschette in plastica o metallo (lavate)	Multimateriale
Vasetti dello yogurt	Multimateriale
Vasi in plastica di piccole dimensioni	Multimateriale
Verdura (residui)	Organico
Vernici	Ecocentro
Videocassette	Indifferenziato
Videoregistratore	Negozi di settore ⁽¹⁾
Viti metalliche	Multimateriale
Zaino	Indifferenziato
Zanzariera (sia il telo che il telaio)	Ecocentro
Zappa	Ecocentro
Zerbino	Indifferenziato



(1) anche Ecocentro; (2) anche ritiro su chiamata.



BUONE PRATICHE

RIFIUTI ZERO è principalmente una rivoluzione culturale. Vogliamo offrire nelle pagine seguenti alcuni spunti per riflettere sulle abitudini quotidiane che possono essere cambiate per ottenere un vantaggio per l'ambiente... e per il portafoglio.

OCCHIO ALL'IMBALLAGGIO!

Quando scegliamo un prodotto dovremmo iniziare a valutare anche il modo in cui è confezionato. Sono da preferire le confezioni mono-materiale, che si smaltiscono più facilmente, invece dei classici accoppiati (generalmente carta+plastica) spesso difficili da separare. Tanti detersivi liquidi potrebbero tranquillamente essere sostituiti da saponette, che hanno un imballaggio molto più leggero. I prodotti in tubetto (maionese, dentifricio) dovrebbero essere spremuti ben bene prima di gettarli via. Sono comunque preferibili gli altri tipi di confezioni.

I PRODOTTI SFUSI E ALLA SPINA

Alcuni negozianti iniziano a riproporre prodotti sfusi: detersivi e prodotti liquidi si prestano bene per la vendita alla spina, ma anche altri prodotti alimentari (pasta, cereali, legumi) possono facilmente essere venduti a peso. Portarsi i contenitori vuoti da far riempire può sembrare una complicazione, ma con l'abitudine si apprezzeranno i vantaggi di questo sistema. Non si è vincolati alle confezioni, si può acquistare solo la quantità necessaria, e si eliminano un bel po' di rifiuti.



LE LAMPADINE

Attenzione alle lampade fluorescenti compatte (quelle con il vetro color latte), contengono infatti vapori di mercurio, sostanza altamente tossica. Si deve evitare di romperle. Se ciò dovesse accadere in casa è bene spalancare le finestre ed areare i locali. Sono da preferire le lampadine a LED: sono sicure, e consumano ancora meno, benché il loro prezzo sia ancora abbastanza elevato. Inoltre scaldano pochissimo, limitando il rischio di ustioni.



I PANNI IN MICROFIBRA

Grazie alla loro struttura rimuovono più a fondo lo sporco, anche usando meno detersivo (in alcuni casi addirittura anche solo con acqua). Un buon panno, anche se di prezzo un po' più elevato, durerà molto, si potrà lavare usando solo sapone neutro tipo marsiglia, e ci farà ridurre un bel po' la spesa per i detersivi... e anche l'inquinamento delle nostre acque.



UN COLPO DI SPUGNA

Le spugne sintetiche possono essere sostituite coi guanti-bagno in microfibra, oppure si può piantare in giardino una pianta di Luffa (*Luffa cylindrica*). Produce un frutto simile allo zucchini. Lasciato andare a seme e colto quando è quasi secco si sbuccia facilmente. L'interno è spugnoso, e può essere usato tranquillamente al posto delle comuni spugne.... a costo zero.



DEODORANTE? NO, GRAZIE

Contrariamente a quello che pensiamo, il sudore non ha odore. L'umidità e il Ph della pelle creano un ambiente favorevole per il proliferare di batteri: sono questi che emanano cattivi odori. Più che un deodorante quindi, sarebbe bene usare un antibatterico. L'allume di potassio (o cristallo di rocca), bagnato e strofinato sulla pelle, è un ottimo antibatterico. Reperibile nelle erboristerie, è economico e non produce rifiuti, essendo privo di imballaggio.



A TUTTO GAS

I GAS (Gruppi di Acquisto Solidale) sono gruppi di cittadini che si riuniscono per condividere acquisti; in genere preferiscono i produttori locali, a cui spesso si fa visita personalmente e con cui si stringono rapporti di reciproca fiducia. Partecipare ad un GAS è un modo per acquistare più consapevole rispetto al supermercato. Si usano meno imballaggi, i prodotti sono più genuini, e si ricrea una socialità ed un senso di comunità che il supermercato non permette. Il contatto diretto tra produttore e consumatore permette un discreto risparmio sia economico che ecologico perché evita numerosi passaggi e spostamenti di merci tipici della grande distribuzione.

ORTO SINERGICO e COMPOSTAGGIO

Nell'orto sinergico, grazie alle consociazioni, le piante si aiutano a vicenda, allontanando l'una i parassiti dell'altra. Per concimare si può usare il compost prodotto coi rifiuti organici della nostra cucina. Costruire una compostiera è facile e veloce. Ricoprendo di tanto in tanto gli scarti organici con un po' di foglie secche e di terra, si evitano cattivi odori e mosche. In questo modo riduciamo i rifiuti due volte: evitando di conferire gli scarti organici, e riducendo gli acquisti di quei prodotti che possiamo coltivare da soli. Inoltre è un buon modo per riscoprire la stagionalità dei prodotti, a tutto vantaggio della nostra salute.



AUTOPRODUZIONE

Mai come oggi, in piena crisi, è indispensabile riflettere su tutte le capacità manuali e intellettuali che vanno perse, generazione dopo generazione. Recuperare le tradizioni e tornare a produrre in casa il pane, la pasta (ma anche detersivi, cosmetici, prodotti per l'igiene personale) è un atto di grande valore sia culturale che economico, ma soprattutto ambientale. Basta guardarsi intorno: molte sono le persone che hanno fatto questo tipo di esperienze e che sono disponibili a condividere informazioni in rete. È anche un modo per fare nuove amicizie...

L'ACQUA DEL RUBINETTO

L'Italia è uno dei paesi più ricchi d'acqua, eppure è uno dei principali consumatori di acqua in bottiglia. È il momento di cambiare. I parametri per stabilire la potabilità dell'acqua dell'acquedotto sono molto più restrittivi di quelli che devono rispettare le industrie dell'imbottigliamento. Inoltre la plastica delle bottiglie, per effetto della luce solare, rilascia sostanze tossiche. E se proprio non ci fidiamo delle tubazioni dei nostri acquedotti, ci sono sempre le fonti, che in zone come la nostra non mancano certo.



AMICI A QUATTRO ZAMPE

Recentemente in Germania è stato realizzato un test molto interessante: chi possiede un cane di media taglia in un anno inquina quanto chi possiede un fuoristrada di grossa cilindrata. Perché? Date un'occhiata alle confezioni di alimenti per animali (non solo cani)... scatolette, barattoli, lattine. Non sarebbe meglio tornare alle sane abitudini di un tempo e dare ai nostri animali i resti dei nostri pasti?



SOFTWARE OPEN SOURCE

I software liberi (detti open source), oltre ad essere molto economici o addirittura gratuiti, sono molto meno esigenti in termini di potenza di calcolo, e soprattutto, sono pensati per durare più a lungo, e così far durare di più anche i nostri computer. Al vantaggio economico si unisce il vantaggio ambientale poiché si riducono i rifiuti elettronici che sono tra i più impattanti e di difficile smaltimento.



Visita i siti internet del movimento Rifiuti Zero:

www.zerowasteitaly.org – Il sito ufficiale del movimento Rifiuti Zero in Italia

www.rifiutizerocapannori.it – Il primo comune italiano Rifiuti Zero, sede del Centro Ricerche Nazionale Rifiuti Zero





www.comune.barga.lu.it/rifiutizero/rifiutizero.htm



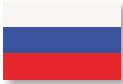
Help us to separate waste well. Do you want to read this guide in english? A PDF document is available on the website of Barga Municipality at this link. You can also use the QR CODE.



Aidez-nous à bien séparer les déchets: voulez vous lire ce guide en français? Un document PDF est disponible sur le site Internet de la ville de Barga à cette adresse web. Vous pouvez également utiliser le QR CODE.



Achten Sie auf die richtige Sortierung Ihrer Abfälle! Möchten Sie diese Anleitung auf Deutsch lesen? Sie können eine PDF-Version auf der Website der Gemeinde Barga an der folgenden Adresse finden Oder Sie können den QR CODE benutzen.



Помогите нам правильно разделять отходы: вы хотите, прочитать эту инструкцию на русском языке? PDF документ доступен на сайте города Барга по этому адресу. Вы также можете использовать QR CODE.



Ajută-ne să împartă fântână deșeuri. Doriți să citiți acest ghid în albaneză? A document pdf este disponibil pe site-ul orașului Barga în acest adresa. Puteți folosi, de asemenea, QR CODE.



Të na ndihmojë për të ndarë pus mbeturinave. Dëshironi të lexoni këtë udhëzues në gjuhën shqipe? Një pdf dokument është në dispozicion në faqen e internetit të qytetit të Barga në këtë adresa. Ju gjithashtu mund të përdorni të QR CODE.

الجالية
العربية

ساعدونا لكي بفرز الأزبال جيذا من فظلك أقرأء الكتيب PDF تجده
فى سيتو كومونى باركه يمكنك ان تجد العنوان على QR CODE