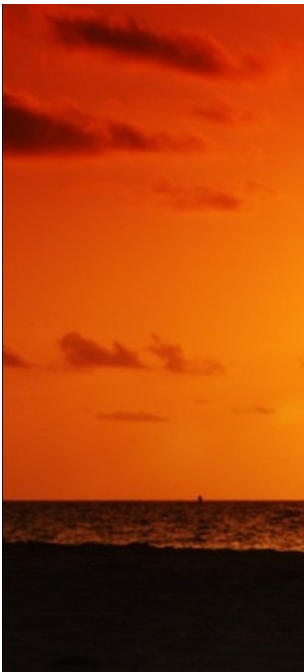


توژیندوواییکی نو د ریخستوو ک ماهنانی یگا شوازی بیرکردنوو باشر بکات



توژیندوواییکی نو د ریخستوو ک ماهنانی یگا ب ماوی 50 خولک و 3 جار ل هفتاییکدا دتوانت بیرگت باشر بکات.

توژیندوواییک ک ل گفاری (Medicine Behavioral of Journal) باوکراوتنوو، لیسر 86 کس
نجامدراو ک ب تواوی کاریان کردوو ل برناماییکی هشت هفتایی ییگادا، د ریخستوو ن
کسان ییگایان کردوو ل ماوی لککینووکدا کاری باشریان کردوو ل نرک زانستییکاندا،
نمیش نوو نیشان ددات ک ییگا بیرکردنوو باشر بکات.
بگولری دکتار کارن دی سولیفان، پزشکی دروونی، یگا چندين سوودی تندرستی هی، لوان
باشرکردنی تندرستی دروونی، هروها نئم توژیندووایی جی سروسومان نیی، وتیشی، یگا مترسی
تووشبون ب نخشی مشک کم دکا توو.

سولیفان وونیکردوو ک توژیندوواییک بشک ل جستییکایی نددبی ک ناماژ ب سوودکی زیاتر
دکات ل کارکردنی زانستیدا بهی کاریگری ماهنان لیسر دوو نرک، ماهنانی دوو نرک وات

هه‌و‌دان به ئه‌نجامدانی دوو شت له یه‌ک کاتدا.

تو‌ژینه‌و‌که ئه‌و‌ی سه‌لما ندوو که ها‌ه‌نا نی دوو ئه‌رک کاریگه‌رییه‌کی ئه‌ره‌نی بچووک به ما‌ناو‌ه‌ندی هه‌یه له چ‌ه‌ندین شیکردنه‌و‌ی که‌سا نی به‌ته‌مه‌ن که که‌مبوونه‌و‌ی زانسته‌یان هه‌یه.