



## فصل ۵

تصویر زیر یه معدن آهن بهره برداری شده و طبیعت و مناظر پشت سر آن را نشان می دهد :

- بهره برداری از این معدن په مزایایی دارد؟ تولید آهن - اشتغالزایی و رونق اقتصادی
- چه معایبی دارد؟ تغییر مناظر طبیعی - آلودگی هوا - آلودگی صوتی - آسیب به زندگی کیاهان و چالوران
- تعداد چالوران منطقه قبل و بعد از بهره برداری په تغییری کرده؟
- هوای منطقه قبل و بعد از بهره برداری په تغییری کرده؟
- اقتصاد اهالی نزدیک این معدن په تغییری کرده؟
- آیا تمام سک معدن (فک) بهره برداری شده به آهن تبدیل می شود؟

۷- با این گودال ایجاد شده په باید کرد؟ می تواند پس از پایان بهره برداری به عنوان اپاشت زباله به کار رود

## از معدن تا خانه



در زندگی روزمره از مواد مختلفی برای رفع نیازهای خود استفاده می کنیم؛ برای نمونه از سیمان، آهن و شیشه در ساختمان استفاده می کنیم.

آیا تا به حال فکر کرده اید این مواد از کجا و چگونه به دست می آیند؟ ماده اولیه مورد نیاز برای تهیه بسیاری از مواد و وسائل از معادن به دست می آید. تهیه و تولید این مواد بر زندگی شما چه تأثیری دارد؟ در این فصل با برخی از فرایندهای تولید مواد و تأثیرات زیست محیطی آنها آشنا می شویم.

### اندوخته های زمین

به شکل های زیر توجه کنید. در ساختن هر یک از آنها از چه موادی استفاده شده است؟ آیا همه این مواد در طبیعت یافت

می شوند؟ ↓



ب) بل وریسک



ب) رایانک (تبلت)



الف) خودرو

شکل ۱

۱- Tablet

الف - موادی چون : لاستیک - شیشه - آهن - پلاستیک - پارچه - مس - فولاد - آلومینیوم و .....

ب - موادی چون : پلاستیک - شیشه - مس - آلومینیوم - پندر سازه و .....

( همه این مواد به طور مستقیم یا غیر مستقیم در طبیعت یافت می شوند )

ج - فولاد

مواد طبیعی مثل : نمک - گوگرد - طلا

آموختید که تعداد اندکی از مواد به طور مستقیم و بیشتر آنها به طور غیرمستقیم از زمین به دست می آیند؛ بنابراین زمین اندوخته‌ای عظیم و خدادادی از مواد مورد نیاز برای زندگی است. این اندوخته‌ها در معادن مختلف مانند معادن آهن، مس، طلا، آلومینیم، گچ، زغال سنگ و ... یافت می شوند. در این معادن، مواد معمولاً به صورت ترکیب وجود دارند. مثلاً آهن به صورت زئک زده ( ترکیب با آکسیژن معادن، مواد اولیه لازم را برای تولید انواع فراورده‌های صنعتی، ساختمانی، دارویی و ...) تأمین می کنند.

فکر کنید

### مقایسه شمش آهن با سنگ معن آهن

شکل زیر مراحل کلی تولید تقریباً ۵۰۰ کیلوگرم آهن را از سنگ معن نشان می دهد.  
با بررسی دقیق آن به پرسش‌های مطرح شده پاسخ دهید.

- | سنگ معن                             | شمش آهن                          |
|-------------------------------------|----------------------------------|
| • شکننده است.                       | • سخت و محکم است.                |
| • شکل معین ندارد.                   | • شکل معین دارد.                 |
| • جذب آهن ریا نمی شود.              | • جذب آهن ریا می شود.            |
| • به زنگ قرمز است.                  | • رنگ خاکستری و جلای روشنی دارد. |
| • به شکل ورقه، میله، شمش و ... است. | • به شکل پودر یا سنگ است.        |



(الف) مقدار آهن مورد نیاز ساختن خانه مسکونی را که در آن زندگی می کنید به طور تقریبی حساب کنید. هر دانش آموز به طور بدآگاهه باید مشفهنه کند که در ساختن خانه آنها پقدر و در کدام قسمت از آهن استفاده شده است  
فرض می کیریم در ساختمانی در موارد زیر  
با این میزان آهن به کار رفته است

ب) با توجه به پاسخ پرسش الف، حساب کنید برای تأمین میزان آهن به کار رفته در خانه شما چند تن سنگ آهن مصرف شده است.

$$\frac{1000 \text{ kg}}{1924} = X \Rightarrow X = \frac{1924 \times 1000}{500} = 3848 \text{ kg}$$

چگونه می توان به آهن دست یافت؟

عنصر آهن در معادن به صورت ترکیب‌های آهن یافت می شود. اکسیدهای آهن از ترکیب‌های مهم آهن هستند که در این معادن وجود دارند. در این اکسیدها، اتم‌های آهن و آکسیژن به هم متصل‌اند. برای دستیابی به فلز آهن، باید اتم‌های اکسیژن را از اکسید آهن جدا کنیم. البته این جدا کردن، کار آسانی نیست و شامل یک تغییر شیمیایی است که با صرف انرژی زیادی همراه است.

جرم دروازه	= ۱۵ kg
جرم پنجه	= ۴ × ۵ = ۲۰ kg
جرم تیرآهن	= ۶ × ۱۵۵ = ۹۳ kg
جرم چارچوب‌ها	= ۴ × ۱۲ = ۴۸ kg
جرم کابینت‌ها	= ۴ × ۱۴ = ۵۶ kg
جرم لوله‌ها	= ۱۲ × ۱۲ = ۱۴۴ kg
جرم شیرآلات	= ۱۲ × ۳ = ۳۶ kg
جرم کل آهن	= ۱۹۲۴ kg

فرآیند کلی تولید فلز آهن از سنگ معدن آهن



شکل ۲ مراحل تولید آهن را نشان می‌دهد. با توجه به آن درباره فرایند تولید آهن و مراحل مختلف آن در کلاس گفت و گو کنید.



ب) خالص سازی سنگ معدن



الف) شناسایی معدن و بروز آوردن سنگ معدن از دل زمین

مراحل مختلف تولید آهن  
از سنگ معدن آن

الف - ب - پ و ت



آنچه در کوره اتفاق می‌افتد

ت) تولید ورقه‌های فلز آهن



پ) گرمادان مخلوط سنگ آهن، کربن و سنگ آهک

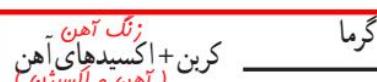
شکل ۲ - مراحل استخراج فلز آهن

آیا می‌دانید

معدن سنگان خواف در استان  
خراسان رضوی و معدن چفارت در  
اطراف بافق در استان یزد از معادن  
مهم سنگ آهن در ایران است.

همان طور که در قسمت «پ» شکل مشاهده می‌کنید برای جدا کردن اتم‌های اکسیژن از آهن، سنگ معدن را به همراه کربن و سنگ آهک در کوره‌های مخصوص حرارت می‌دهند. در اثر این عمل، اتم‌های اکسیژن از سنگ معدن جدا و به صورت کربن دی‌اکسید خارج می‌شوند. در نتیجه فلز آهن به حالت مذاب در ته کوره باقی می‌ماند.

معادله شیمیایی  
نوشتاری تولید آهن  
از اکسیدهای آهن



در پایان، فلز مایع را در قالب‌های مختلف می‌ریزند و به شکل‌های مختلف وارد بازار می‌کنند.

آیا می‌دانید

فلز آهن به صورت خالص نسبتاً نرم  
است و در اثر ضربه خم می‌شود.  
بنابراین برای مقاوم شدن آهن

باید آلیاژ آن را باسازیم

سوال : علت استفاده از کربن در فرآیند استخراج آهن چیست؟

الف) ترکیب با آهن

ب) هزف اکسیژن

ج) هزف گوکرد

د) تقویه فولاد زنگ نزن

کاربردها	در صد عنصرهای سازنده								نوع فولاد
	ساده	ساده	نیکل	سیلیسیم	S	لوگر	P	Mn	
ورقهای آهن، ابزار	٪/۲_٪۰/۶	-	-	٪/۰/۶	٪/۰/۵	٪/۰/۴	٪/۰/۶۵	٪/۱/۳	
ساختمانسازی، توربین بخار،	٪/۰/۱_٪/۰/۸	٪/۳_٪/۱	٪/۴_٪۱	٪/۱/۵_٪/۰/۹	٪/۰/۵	٪/۰/۴	٪/۰/۶۵	٪/۰/۲۵	بسیار محکم
لوازم آشپزخانه، تغیرنمازی	-	٪/۴_٪/۷	٪/۱_٪/۲	٪/۱_٪/۳	٪/۰/۳	٪/۰/۴_٪/۰/۶	٪/۱_٪/۰	٪/۰/۳_٪/۱/۲	زنگ ترن

توجه: این جدول برای مطالعه آزاد است و نیاز به نوشتتن آن در کتاب نیست

فکر کنید

آیا از فلز آهن خالص می‌توان به عنوان تیرآهن در ساخت اسکلت‌های ساختمانی و ورقه‌های آهن در ساخت بدنه خودروها و لوازم آشپزخانه استفاده کرد؟ پاسخ خود را توضیح دهید. **فیر - زیرا آهن قالفن نرم است و در اثر فشار و فندره فم می‌شود بنابراین باید از آن آلیاژ بسازیم تا مقام تر شود**



## خود را بیازماید

جدول زیر مواد اولیه به کار برده شده در تولید کارد و چنگال‌های مختلف را نشان می‌دهد. در هر مورد علت استفاده مواد را مشخص و جدول را کامل کنید.

ماده اولیه به کار برده شده	علت کاربرد
آهن	ماده اولیه - پلاش فواری - استکلام
کروم و نیکل	مکملی - زنگ نزدن
نقره	براقی - با اسید واکنش نمی‌دهد
چوب یا پلاستیک	تارسانا
چسب	ایجاد اتصالات دسته و بدنه

## به دنبال سرپناهی این

هزاران سال است که انسان از مواد طبیعی گوناگونی مانند چوب، سنگ، خاک و... برای ساختن سرپناه استفاده می‌کند. برای این منظور از جنگل‌ها، معادن، جانوران، گیاهان و دیگر منابع خدادادی بهره‌برداری می‌کند. البته نوع و میزان بهره‌برداری انسان از اندوخته‌های طبیعی با گذشت زمان تغییر کرده است (شکل ۳).



استکلام زیاد - زیرا در ساخت آن بتن و فولاد به کار رفته



شکل ۳ - نمونه‌هایی از ساختمان‌های مسکونی استکلام متوسط - زیرا در ساخت آن آبره به کار رفته است



استکلام کم - زیرا در ساخت آن فشت به کار رفته است

- سوال : استفاده از کدام دو ماده نقش موثرتری در مقاوم سازی ساختمان ها در بلایای طبیعی دارد ؟  
 الف ) آهن - کروم ب ) سیمان - گچ ج ) بتن - گچ د ) فولاد - بتن

### فعالیت

درباره استحکام این ساختمان ها در برابر حوادث طبیعی مانند زمین لرزه و سیل گفت و گو کنید. در گفت و گوی خود به ارتباط استحکام ساختمان با مواد به کار رفته در ساخت آن پردازید. **پاسخ صفحه قبل**

**سیمان**  $\rightarrow$  **فک رس + آهک**

میزان مصرف منابع طبیعی با افزایش جمعیت به مقدار قابل توجهی افزایش یافته است. از سوی دیگر، گسترش روزافزون دانش بشری به انسان این امکان را می دهد که مواد جدیدی را بسازد به طوری که خانه های مسکونی ساخته شده با این مواد، استحکام بیشتری دارند و در برابر زمین لرزه از مقاومت بیشتری برخوردارند.

بتن، یکی از مهم ترین موادی است که امروزه برای ساختن خانه های مسکونی و برج ها از آن استفاده می شود. **بتن مخلوطی از سیمان**، شن، ماسه و آب است و استحکام زیادی دارد.

سیمان مخلوطی از آهک و  
آهک رس است.

سنگ آهک  
ماده اولیه  
تولید سیمان  
است

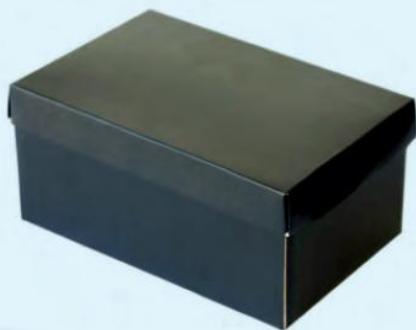
بیشتر بدانید

مخلوط آب و آهک را به عنوان ضد عفنونی کننده در ورودی استخرها، گاوداری ها و مرغداری ها به کار می برنند.

### آزمایش کنید

تقویت مهارت ساخت بتن و آشنازی با روش های بوبود فواصن بتون در دانش آموز

وسایل و مواد : مقوا، ماسه، سیمان، تشتک، آب، سیم یا توری فلزی  
روش آزمایش



۱- چهار قوطی مقوایی مکعبی شکل به ابعاد  $5 \times 5 \times 5$  سانتی متر بسازید و آنها را شماره گذاری کنید.

۲- دو تشتک جداگانه بردارید. در اولی پنج لیوان ماسه و یک لیوان سیمان و مقدار کافی آب و در دومی پنج لیوان ماسه، دو لیوان سیمان و مقدار کافی آب بریزید و خوب هم بزنید.

۳- در قوطی شماره (۱)، بتن به دست آمده در تشتک اول و در قوطی شماره (۲) از بتن تشتک دوم بریزید؛ سپس بگذارید تا یک هفته به حال خود باقی بمانند و خشک شوند.

۴- در هر یک از قوطی های شماره (۳) و (۴) ابتدا دو عدد سیم یا توری فلزی با قطرهای یکسان، قرار دهید و آنها را با بتن ها پر کنید. اجازه دهید تا یک هفته به حال خود باقی بمانند و خشک شوند.

۵- پس از یک هفته با طراحی یک آزمایش استحکام بتن های خشک شده

را بررسی و مقایسه کنید. می توانیم از ارتفاع مشخص وزنه های مشفه (مثلا یک کیلوگرمی) را روی آنها پرتاب کرده و با افزایش ارتفاع توجه : قطعه های بتنی را هر روز با ریختن آب خیس کنید.

نتیجه : هرچه نسبت مقدار سیمان و سیم فلزی استفاده شده بیشتر باشد مقاومت بتون بیشتر است

**کاربرد های گوناگون بتن** : تونل سازی - سد سازی - ساخت مفروش های بتنی - تیر برق - پناهگاهها - ساختمان سازی - سنگ پرول

لنانل های آبیاری - دیوار و ....

بن کاربردهای گوناگونی دارد. شکل ۴ برخی از این کاربردها را نشان می دهد. شما چه کاربردهای دیگری می شناسید؟ آنها را بنویسید.



شکل ۴ - برخی از کاربردهای بتن

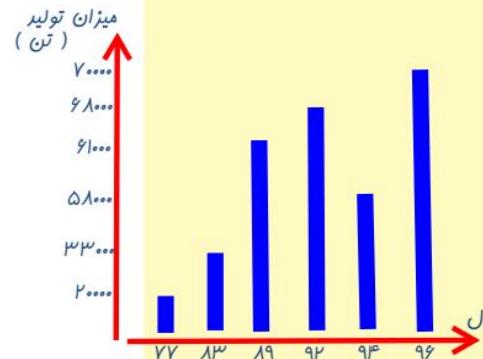
### آزمایش کنید

در حدود ۵۰ گرم آهک را در یک ظرف بریزید و دو لیوان آب روی آن اضافه کنید. مشاهدات خود را یادداشت کنید؛ سپس با استفاده از کاغذ پیاج مشخص کنید آیا مخلوط آب آهک خاصیت اسیدی دارد؟ فیر - در مخلوط آب آهک کاغز **PH** به رنگ قرمز در نمی آید (به رنگ آبی در می آید) پس اسیدی نیست  
برای تشخیص اسیدن بودن یا نبودن یک ماده

فعالیت

جدول زیر اطلاعاتی درباره مقدار تولید و مصرف سیمان در کشورمان را نشان می دهد. با بررسی آن به پرسش های مطرح شده پاسخ دهید.

سال	تولید سیمان(تن)	صرف سیمان(تن)
۱۳۷۷	۲۰۰۰۰	۲۰۰۰۰
۱۳۸۳	۳۱۰۰۰	۳۳۰۰۰
۱۳۸۹	۵۰۰۰۰	۶۱۰۰۰
۱۳۹۲	۵۶۰۰۰	۶۸۰۰۰
۱۳۹۴	۴۹۰۰۰	۵۸۰۰۰
۱۳۹۶	۵۸۰۰۰	۷۰۰۰۰



الف) نمودار ستونی مقدار تولید سیمان را در سال های مختلف رسم کنید.

ب) در چه سال هایی کشور ایران صادر کننده سیمان بوده است؟ پاسخ خود را توضیح دهید.

در همه سالها به بیش از سال ۱۳۷۷ - زیرا در این سال تولید با مصرف برابر بوده و

چیزی برای صادرات اضافه نکرده است



یک شرکت بزرگ قصد دارد در حومه یکی از شهرهای ایران از یک معدن بزرگ بهره‌برداری کند. در شکل‌های زیر نظر چند نفر از افراد مختلف در این باره ارائه شده است.

در یک پژوهش گروهی، مزايا و معایب بهره‌برداری از یک معدن در استان محل زندگی خود را از نظر اجتماعی، اقتصادي و زیست‌محیطی بررسی، و به کلاس گزارش کنید.



کاسب محل : من ذکر می‌کنم فرصت مناسبی برای گسترش و رونق شغل من ایجاد می‌شود.



جون جویای کار : بالاخره من هم یک شغل خوب تزدیک محل زندگی خود پیدا می‌کنم.



از اهالی محل : من بچه کوچکی دارم که به مدرسه می‌رود. مدرسه تزدیک راه معدن و کارخانه‌های وابسته به آن است. من نگران امنیت و سلامت بچه‌ام هستم.

پاسخ‌ها متفاوت است  
بستگی به تغییر تگریش دانش آموز  
از آن‌په در این فصل آموقته  
است دارد

نظر شما



مهندسان معدن : با بهره‌برداری از این معدن برای چندین سال می‌توانیم مواد اولیه مورد نیاز چند کارخانه را تأمین کنیم.



کارشناس محیط‌زیست : این کار سبب تخریب آشیانه حیوانات و پرندگان مختلف در این منطقه می‌شود و به محیط‌زیست آسیب وارد می‌کند.

## اندوخته طبیعی و ظروف آشپزخانه

ظروف آشپزخانه نیز مانند سایر وسائل مورد استفاده در زندگی از مواد موجود در طبیعت ساخته می‌شوند.



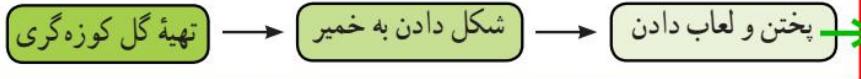
تکله: فاک رس ذرات نرم و ریزی دارد و با مقداری آب نرم و شل پذیر شده به طوری که مولکول های آب بین لایه های آن قرار می گیرند و درنتیجه لایه ها به آسانی روی هم می لغرند به همین علت شل دارن به فاک رس آسان می شود



دیدید که ماده اولیه تولید کارد و چنگال، سنگ معدن آهن است. آیا تا به حال فکر کرده اید، ظروف سفالی، چینی و شیشه ای را از چه موادی می سازند؟ جالب است بدانید، بشقاب چینی که در آن غذا می خورید، از خاک رس و لیوان شیشه ای که در آن آب می نوشید، از ماسه ساخته می شود.



**خاک رس** یکی از مواد طبیعی است که به فراوانی یافت می شود. برای تهیه ظروف سفالی تغییرات زیر را روی خاک رس انجام می دهند:



در تولید ظروف سفالی رنگی از اکسید فلزهای مختلفی مانند آهن، کروم، مس، و ... استفاده می شود.

رنگ	سیز، قرمز	آبی	سیز	قرمز با قوتی	فهودای، زرد
اکسید فلز	مس	کبات	کروم	طلاء	آهن

برای سفالی  
مقلمی و  
جلوگیری از  
نفوذ آب



در شهرهایی مانند بیزد، همدان و ... ظرف های سفالی و چینی مختلفی ساخته می شود. درباره تنوع، ویژگی ها و چگونگی ساختن این ظرف ها اطلاعات جمع آوری کنید.

### اطلاعات جمع آوری کنید

شیشه نیز یکی از مواد پر مصرف در تولید ظرف های آشپزخانه است. برای تهیه شیشه، ماسه را با افزودن مواد شیمیایی مختلف گرمایی می دهند تا به خمیر شیشه تبدیل شود؛ سپس خمیر شیشه را در قالب های دلخواه می ریزند و به شکل های مشخص درمی اورند.

تحقیق  
دانش آموزی

ماسه ( ماده اولیه تولید شیشه )



روش دستی تهیه شیشه با میدان

روش ماشینی  
و قالب گیری  
تهیه شیشه



شیشه سازی در ایران سابقه ای طولانی دارد و به بیش از ۲۰۰۰ سال می رسد.

- سوال : در هر یک از مواد زیر که ماده ای تولید می شود ؟
- مفلوط آب - سیمان و ماسه ( یعنی )
  - مفلوط ماسه و مواد شیمیایی ( شیشه )
  - مفلوط آهک و فاک رس ( سیمان )

می دانید شیشه در اثر ضربه می شکند. درباره اینکه چگونه خمیر شیشه ای را به شکل های مختلف درمی آورند در کلاس گفت و گو کنید. فمیر شیشه ای را می توان با قلب گیری ماشینی و یا با میدان و فوت کردن ( دستی شل دار - از این روش ها مناسب را کلبرد شیشه استفاده می شود )



### گفت و گو کنید

می دانید شیشه در اثر ضربه می شکند. درباره اینکه چگونه خمیر شیشه ای را به شکل های مختلف درمی آورند در کلاس گفت و گو کنید. فمیر شیشه ای را می توان با قلب گیری ماشینی و یا با میدان و فوت کردن ( دستی شل دار - از این روش ها مناسب را کلبرد شیشه استفاده می شود )

- سوال : ماده اصلی همه مواد زیر فاک رس است به هز :
- الف) کاسه پینی      ب) آبر      ج) لیوان شیشه ای ✓
- (د) ظروف سفالی

### سرعت مصرف منابع

سالانه میلیاردها تن از اندوخته‌های طبیعی و خدادادی مصرف می‌شود. پیش‌بینی دانشمندان شان می‌دهد که اگر انسان با همین روند منابع را مصرف کند تا صد سال دیگر بسیاری از منابع شناخته شده به پایان خواهند رسید.

#### فعالیت

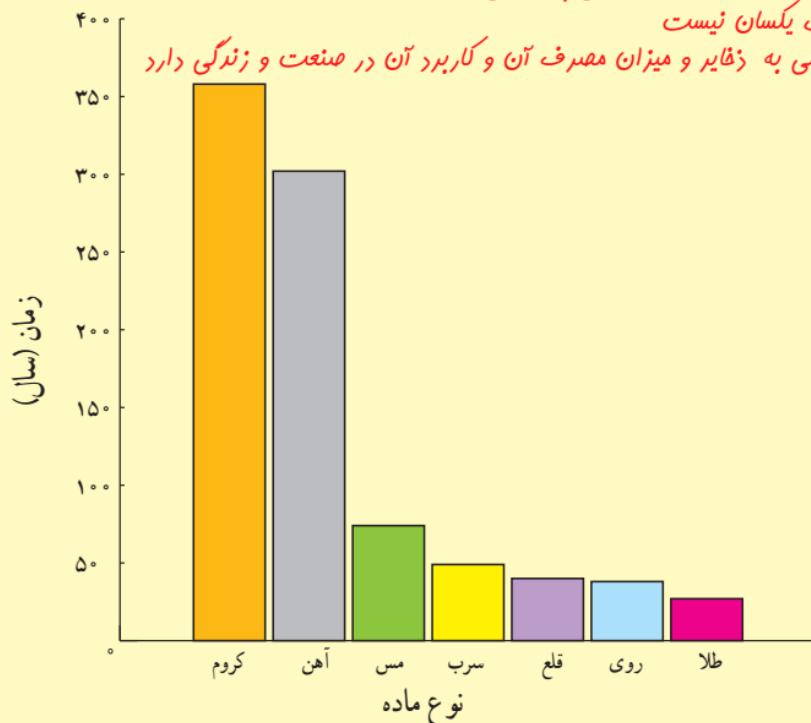
نمودار زیر زمان تقریبی پیش‌بینی شده (بر حسب سال) برای پایان یافتن اندوخته‌های شناخته شده از چند ماده را نشان می‌دهد. درباره داده‌های این نمودار در کلاس گفت و گو کنید.

برداشت‌ها مقاومت است مثلا :

۱- اندوخته طبیعی فلزات محدود است و زمانی پایان می‌یابد

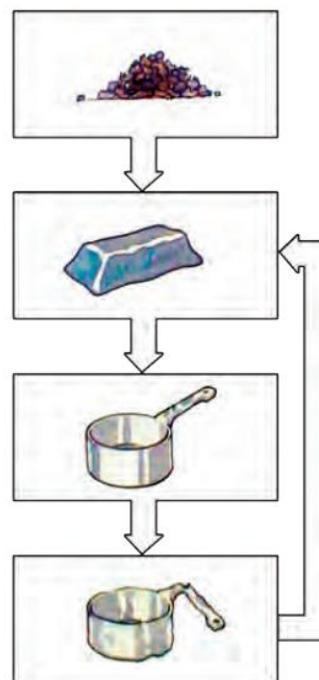
۲- اندوخته همه فلزات یکسان نیست

۳- اندوخته هر فلز بستگی به ذغال و میزان مصرف آن و کاربرد آن در صنعت و زندگی دارد



زمان تقریبی پایان یافتن برخی اندوخته‌های طبیعی (سال)

هر چند انسان برای رفع نیازهای زندگی خود مجبور است از منابع طبیعی بهره‌برداری کند، توجه به این نکته بسیار مهم است که طبیعت و همه اندوخته‌های آن امانتی هستند که خداوند آنها را ترد انسان به ودیعه گذاشته است. حال پرسش اساسی این است که چگونه می‌توان ضمن بهره‌برداری از اندوخته‌های طبیعی، آنها را برای نسل‌های آینده نیز محافظت کنیم؟



بازیافت

فکر کنید

برای محافظت از منابع طبیعی سه راه پیشنهاد شده است که عبارت‌اند از:  
**«کاهش مصرف، بازیافت، مصرف دوباره»**

نمودار مجاور، کدام یک از راه‌های بالا را برای حفظ منابع آهن نشان می‌دهد؟ پاسخ خود را توضیح دهید. زیرا وسیله‌ی فراب شده دوباره ذوب کرده و به شکل شمش در آورده‌اند و پس از آن دوباره وسیله‌ی فراب شده دوباره نظر را ساخته‌اند

سه راه محافظت  
از منابع طبیعی

این کار مانع استفاده از منابع اولیه تولید آن فلز، هزینه اضافی و هفظ ذغالی فلز مورد نظر می‌شود

## گفت و گو کنید

هر یک از عبارت‌های داده شده به یکی از روش‌های محافظت از منابع طبیعی و محیط‌زیست اشاره می‌کند. درباره اینکه هر عبارت یا یکی از روش‌های محافظت از منابع طبیعی را کدام روش معرفی کند.

(الف) ظرف‌های شیشه‌ای سس، ترشی و ... را می‌توان شست و حبوبات را داخل آنها نگهداری کرد. مصرف دوباره

(ب) برای خرید میوه با خود زنبیل یا کیسهٔ پارچه‌ای می‌بریم. لاهش مصرف

(پ) قوطی‌ها و ظرف‌های فلزی خراب را در کارخانه پس از ذوب کردن به حالت شمش در می‌آورند. بازیافت

سوال: هر یک از مثال‌های زیر به کدام روش از فقط منابع طبیعی اشاره دارد؟

(الف) تبدیل لاغزهای باطله به مقوا (بازیافت)

(ب) قاموش کردن لامپ‌های اضافی در فانه و مدرسه (کاهش مصرف)

(ج) فریلن یک بطری ۳ لیتری آب به جای فریلن ۳ بطری یک لیتری (کاهش مصرف)

(د) از لاستیک‌های فرسوده اتومبیل برای کاشتن گل در پارک‌ها استفاده می‌شود (مصرف دوباره)

(ه) ارسال قبضن تلفن - آب و برق به صورت پیامک به جای ارسال قبضن‌های لاغزی به منازل (کاهش مصرف)