

روزهای هفته														ماه هشتم بارداری
														تاریخ -->
														1 به +پس (ناشتا)
														بعداز نماز صبح انعام +بادام (40روز)
														خریزه بعداز غذا+ماست شیرین-عسل هر روز
														در نماز سوره قدر و توحید
														سوره نور هر روز
														نماز شب در این ماه
														حدید-حشر-صف-جمعه- تغابن هر روز
														شنبه بعداز نماز 10 بار قدر
														یکشنبه ها- بعداز نماز صبح- 2 بار والتین
														دوشنبه ها -سوره نحل- پس
														سه شنبه ها -فرقان
														چهارشنبه-دهر نماز اول وقت
														در وقت اذان و اقامه دست روی شکم
														پنجشنبه ها -سوره محمد جمعه ها-
														صافات+انار شیرین ناشتا
														70 بار استغفار هر روز
														140 صلوات هر روز

