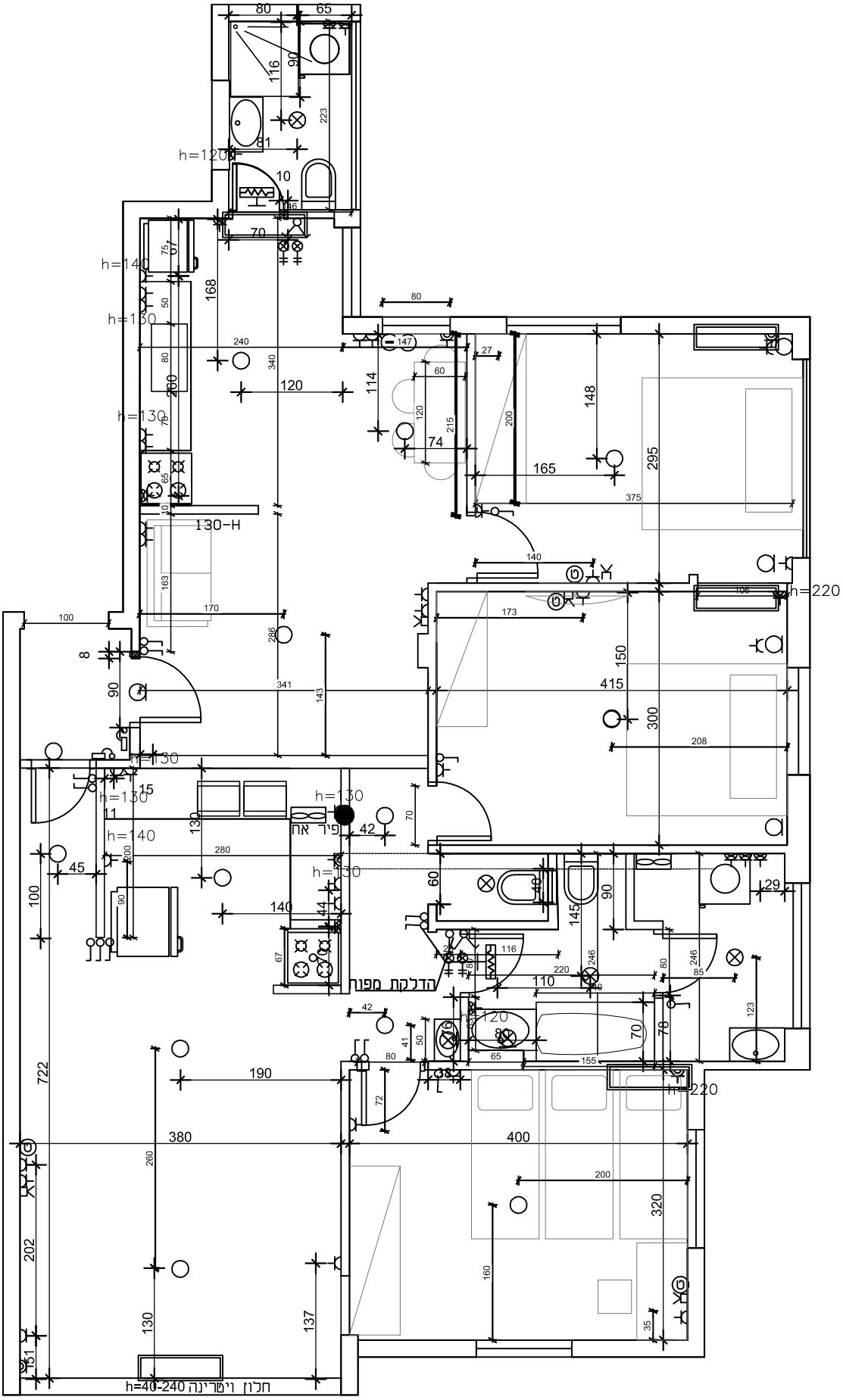תוכנית חשמל תאורה ואורור