IRAN STAR

Thursday, 24 Aug 2017 - Vol. 23 - No.1150 | پنجشنبه ۲ شهریور ماه ۱۳۹۶ – سال ۲۳ – شماره ۱۱۵۰ | iranstar.com

169 Steeles Ave. East, Toronto, ON M2M 3Y5 | Tel: 905.763.9770 - Email: info@iranstar.com

ارز ملل ARZE MELAL
• بهترین نرخ حواله فوری ۴۸ ساعته
• پرداخت همزمان ارز با کارت عابر بانکهای ایران
5859A Yonge St. NorthYork (at Cummer) 416.830.6500

ارز پرسپولیس PERSPOLIS EXCHANGE
416.229.0000
برداشت ریالی از کارتهای عابر بانک ایران و دریافت قانونی و فوری معادل دلار کانادایی در تورنتو

بحران انسانی در ونکور، ۲۳۲ کشته بعلت مصرف بیش‌ازحد مواد مخدر

در شهر ونکوور و در سال ۲۰۱۷ تعداد بیشتری از مردم بخاطر بی‌رویه و بی‌ملاحظه مواد مخدر جان خود را از دست داده‌اند. پس از آنکه پلیس ونکوور مرگ سه نفر دیگر را تا تاریخ ۷ آگوست گزارش داد آمار کل مرگ بر اثر تزریق مواد در ورید به ۲۳۲ نفر افزایش یافت که از کل تعداد متوفیان در سال گذشته بیشتر شد. تعداد متوفیان سال گذشته ۲۳۱ نفر بود که بیشتر آنها بر اثر استفاده از فنتانیل (ماده ضد درد) درگذشته‌اند. گریگور رابنسون، شهردار ونکوور در یک نشست مطبوعاتی گفت: "افزایش تعداد

بیش از ← ۸

بازوق جدید
زندگینامه فروغ فرخزاد به همراه نامه‌های عاشقانه او به ابراهیم گلستان ← ۲۱

آیا "ترامو"های جدید تورنتو بالاخره می‌رسند؟ ← ۳

در حاشیه جشنواره فیلم تورنتو (TIFF)، سپتامبر ۲۰۱۷ ← ۴

وال‌مارت با گوگل برای مقابله با آمازون همکاری می‌کند ← ۶

بیش از ۱۵۰ تیتر خبری در یک نگاه ← ۲۰

ارز پاسارگاد
پرداخت همزمان ارز با کارت عابر بانکهای ایران
905.508.2580

محمدرضا فدوی
مسکونی، تجاری، سرمایه گذاری
416.732.7777
ROYAL LEPAGE TERREQUITY REALTY BROKERAGE

انواع بیمه
Commercial - Auto - Home
Life - Disability
Insurance Broker نائله آجورلو
سابقه کار از ۱۹۸۶ در کانادا
416.558.6454

ارز مثقال
416-844-5555
6121 Yonge St. بازار ایرانیان

اولین صرافی بدون کارمزد
ارز سرمایه
پرداخت همزمان با دستگاه کارت‌خوان
10097 - 1 Yonge St.
905.237.9050
416.616.0714

صرافی کیش
پرداخت همزمان با دستگاه کارت‌خوان
416-792-5777
روبروی بازار ایرانیان، جنب سوپر زمانی
دفتر ایران: پویا کریمی ۰۹۱۲-۸۱۴-۰۹۸۹

کارشناس وام
مجید حبیبی
416.553.3394
Lic. #1278
tribe 5409 Yonge St. Unit 208, Toronto, ON, M2N5R6

محسن حنا
MORTGAGE SPECIALIST M10002474
وام مسکن
Line of Credit . Refinancing . Loans
416.500.1010

صرافی تاج
پرداخت همزمان با دستگاه کارت‌خوان
647.345.3336
۶۰۸۷ خیابان یانگ
بازار ایرانیان جنب سوپر پارس
ایران: پویا قبادی‌نیا ۰۲۱-۳۲۶۶۱۰۷۲-۷۸

صرافی مرکزی
ارسال ارز به ایران و بالعکس
پرداخت در همان روز
با عابر بانک بدون کارمزد
Iran: 0912.753.4000
1.888.318.2960
www.SarafMarkazi.com
mkexchange@rogers.com
905.482.7847

صرافی یزدان‌پرست، ارز تورنتو
تنها صرافی با مجوز رسمی از بانک مرکزی ایران
تورنتو: 416.300.1070 | تهران: 22526080
6091 Yonge St. بازار ایرانیان

صرافی پاک سیما
پرداخت همزمان ارز با دستگاه کارت‌خوان
416.731.9797 , 416.221.1308
8185 Yonge St. Unit 213

ارز تهرانتو
(بازار ایرانیان) 6113 Yonge St.
پرداخت همزمان با دستگاه کارت خوان بانکهای ایران
416-225-2345
416-590-0066
Tehran: 912 317 6602 فرزاد فرخ مرزی

ارز پرسیکا
پرداخت همزمان با دستگاه کارتخوان
647-345-9325-26
ایران: پویا گریمی 0912-814-0989

رستوران دربار
DARBAR Persian Grill
647.351.4242

صرافی طاهری
Taheri Exchange
5775 Yonge St.
1-888-712-9999
taheriexchange.com
416.488.8822
اولین موسسه مالی ایرانی - در کانادا خدمات ارز به کلیه کشورها - انتقال بین المللی پول

بیمه
بیمه وام مسکن ص ۱۳
محمد رحیمیان
905.370.0011
sherkatebimeh.com

محمدرضا اوجی
RE/MAX REALTRON REALTY INC. Brokerage 183 Willowdale ave.
TOP PRODUCER
416.225.2900
مشاور املاک صدیق، پائتر به و آگاه

حسابداری هرمز
حسابداری افراد و شرکت‌ها
416.285.5858
149 Willowdale Ave. Suite 22 (Just North of Sheppard)

GRAPHIC PLUS MEDIA
905.237.1595
طراحی وب ، چاپ ، انیمیشن
www.graphicplus.ca

ملل گلد MELAL GOLD
خرید و فروش طلا، سکه، جواهر
5859A Yonge St. NorthYork (at Cummer)
416.830.6500

آیا در فکر خرید خانه هستید؟
مشاوره وام مسکن بدون هیچ گونه هزینه
راه حل وام مسکن مناسب با شیوه زندگی شما
تصویب اولیه سریع و آسان وام مسکن تا بتوانید با اطمینان خرید کنید
دانیل نیلی
کارشناس وام مسکن
647-668-2200
FOR WHAT MATTERS

زینا شکرابی
MORTGAGE BROKER
1.888.411.ZENA

معتبرترین نام در خدمات ارزی
416-227-9815
www.arzgamma.com
ارز گاما Gamma
پرداخت در سرتاسر کانادا
بصورت واریز بحساب، چک بانکی یا نقدی
بارعایت کلیه مقررات بانکی کانادا

ارز- شاپور تنباکویی ← ۱۰
نرخ سود سپرده: ۱۵ درصد قسمت ۱

بیمه- رامین سیروسی ← ۱۲
بیمه عمر تهیه کنم یا نه؟

بیمه- محمد رحیمیان ← ۱۳
در دوران بیماری تعهدات ما را پرداخت خواهد کرد؟

املاک- کامران انواری ← ۱۴
صاحبخانه مرموز

تاریخ- علی جم ← ۱۵
نام نیک رفتگان ضایع نکن... به بهانه ۲۸ مرداد

معماری- مهدیه قاسمی ← ۱۶
چه زمانی نیاز به مجوز ساخت داریم؟

پول لاتاری ما را برنامه‌نویس آن به جیب می‌زد!

این هفته حکم دادگاه ادی تیپتون که در نوشتن برنامه کامپیوتری قرعه‌کشی برخی از بزرگترین شرکت‌های آمریکایی دستکاری کرده بود، تا بتواند شماره برنده را از پیش تنظیم و سپس با خرید بلیت برنده میلیون‌ها دلار پول به جیب زده بود، اعلان می‌شود.

ادی تیپتون، که در سال‌های ۲۰۰۳ تا ۲۰۱۵ برای انجمن کمپانی‌های قرعه‌کشی چند ایالت آمریکا مشغول به کار بوده و در دو سال آخر کارش مدیر امنیت اطلاعات رایانه بود، قبلا در دادگاه "دس مویِنس" ظاهر شده بود تا از خود در مقابل جرم دستکاری برنامه کامپیوتری قرعه‌کشی دفاع کند. وی در طی دادگاه که از سال ۲۰۱۶ آغاز شده بود به گناه خود علنا اعتراف کرده بود. "من قسمتی از برنامه نرم افزار را نوشتم طوری که مرا قادر به پیش‌بینی اعداد برنده می‌کرد، و من این اعداد را به افرادی که بعدا در قرعه‌کشی برنده می‌شدند دادم و در عوض در برد آنان شریک می‌شدم." این پاسخ وی به سوال قاضی براد مک‌کال بود که از او خواسته بود ماوقع را شرح دهد.

تیپتون،۵۴ ساله، گفت که وقتی کد را نوشت فکر می‌کرد که در حال استفاده از خواص اعداد تصادفی‌ست؛ دانستن و استفاده از این خواص غیر قانونی نیست. بازرسان می‌گویند که الگوریتم برنامه تیپتون، یک الگوریتم زمانی بود باعث می‌شد برنامه همیشه بطور عادی کار کند

بجز در سه روز سال ۲۷ مه، ۲۲ نوامبر و ۲۹ دسامبر، اگر آن روزها شنبه یا چهارشنبه می‌بودند و قرعه‌کشی بعد از ساعت ۸ شب انجام می‌شد، که در این حالت به جای اعداد تصادفی، اعدادی کاملا پیش‌بینی شدنی توسط تیپتون بعنوان برنده معرفی می‌شدند.

ادی تیپتون در دادگاه گفت که با این تکنیک در قرعه‌کشی‌های کلرادو در سال ۲۰۰۵، ویسکانسین در دسامبر ۲۰۰۷، کانزاس در دسامبر ۲۰۱۰ و اوکلاهاما در سال ۲۰۱۱، پیروز شده است.

گروهی که ادی تیپتون اعداد برنده را با آنها درمیان می‌گذاشته شامل برادرش تامی، دوست تاجرش روبرت رودز بودند که روبرت سعی کرده بود بلیت برنده‌ی ۱۶/۵ میلیون دلاری آیوا را در دسامبر ۲۰۱۰ تصاحب کند، اما مقامات قرعه‌کشی آیووا حاضر به پرداخت پول به وی نشدند زیرا او سعی داشت آنرا بطور ناشناس و مخفی دریافت کند. قوانین آیووا صراحت دارد که خریدار و صاحب بلیت باید به عموم معرفی شوند.

همین این امر منجر به تحقیق در مورد فرضیه تقلب در قرعه‌کشی شد. زمانی‌که ادی بعنوان مظنون معرفی شد، محققان شروع به بررسی ارتباط وی با سایر برنده‌ها کردند که بدین ترتیب برادرش و ربرت در ایالت‌های دیگر کشف شدند. از آنجایی که جرم ادی در چندین ایالت اتفاق افتاده است وضعیت حقوقی او شامل قوانین همه آن ایالات خواهد بود که بدین ترتیب زمان محکومیت وی می‌تواند به ۲۵ سال زندان برسد.

بلافاصله پس از دادرسی، برادرش تامی، نیز به جرم خود در اتهام فریب، و دزدی اعتراف کرد. تامی تایپتون گفت: "برادرم شماره‌های برنده‌ی کلرادو و اکلاهما را به من داد و گفت که شرکت در لاتاری برای خودش غیر قانونی است". تامی که خود ۵۳ ساله و قاضی دادستانی سابق تگزاس و افسر اجرایی قانون بوده، گفت که او اکنون بیکار است و باید بخشی از مزرعه خود را بفروشد تا مبلغ ۸۰۰،۰۰۰ دلاری را که قاضی برای بازپرداخت بلیت برنده‌ی وی دستور داده است را پرداخت کند.

وکیل دادگستری، مارک وین هارت، گفت: "پرداخت این مبلغ کاملا تامی را از نظر مالی از بین می‌برد و باعث می‌شود که تمام دارائی‌هایش از از دستش برود... و از طرف دیگر، ادی هیچ منبع مالی‌ای برای بازپرداخت رقم خودش را ندارد."

معاون دادستان کل کشور که پرونده را تحت پیگرد قرار می‌دهد گفت که به نظر می‌رسد که آنها پول لاتاری را خرج کرده باشند. وی گفت: "در بیشتر جنایات مالی افرادی که پول بدست می‌آورند معمولا آن را خرج می‌کنند و فقط کمی از آن را برای روز مبادا کنار می‌گذارند. در این مورد وضعیت ما در بازپس گیری مبلغ خیلی بهتر از موارد مشابه است". رقم مورد بحث برای بازپرداخت حدود ۲. ۲ میلیون دلار می‌باشد.

رابرت رودز، که صاحب یک مزرعه بزرگ شکر در تگزاس می‌باشد بلیت‌های برنده‌اش را در سال‌های ۲۰۰۵ تا ۲۰۱۱ در کلرادو، ویسکانسین، آیووا، کانزاس و اوکلاهما خریداری کرده است. او قبلا به جرم خود اعتراف کرده و منتظر رای دادگاه خود می‌باشد.

مدیر عامل شرکت قرعه‌کشی آیووا، تری

زنگ خطر ← ۴۰

امور حقوقی
ساسان امام
Licensed Paralegal, Commissioner of Oaths
Access Paralegal Services
416.444.5555

مهدیه قاسمی
آرشیتکت، عضو رسمی انجمن معماران انتاریو
با بیش از ده سال سابقه در
طراحی، نظارت و اجرای، ساختمان‌های مسکونی، تجاری، اداری، صنعتی
www.narchitecture.com
mg@narchitecture.com
647.982.0747

خدمات ترجمه و مهاجرت درستکار
علیرضا درستکار
کارشناس رسمی مهاجرت، عضو رسمی ICCRC و مشاور رسمی وزارت مهاجرت کبک MICC
Tel: (647) 965-3867
Email: info@dorostkar.ca , www.dorostkar.ca
10271 Yonge St., Unit 224, Richmond Hill, ON, L4C 3B5

وام مسکن
افشین نژاد دهقان
Afshin Nejaddehghan Mortgage Broker LIC# M 08003324
416-888-6753
www.loansolution.ca

سیامک شاهدی
Sales Representative
مشاور مورد اعتماد شما در امور املاک و سرمایه‌گذاری
HomeLife Bayview 905-889-2200
647-209-2742

مهمانسرای اسکان کانادا
از لحظه ورود شما به کانادا
TEL/FAX: 416.913.9900
CELL: 416.540.2379
www.scancanada.com , info@scancanada.com
با مدیریت محمود شمس

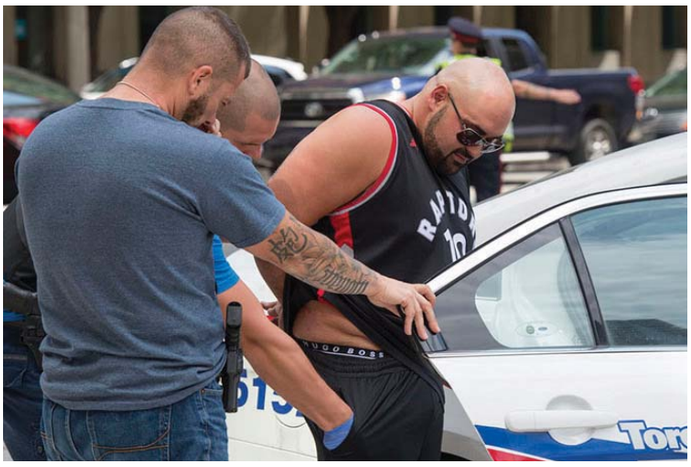
ارسال بسته‌های پستی شما
در اسرع وقت
۵۰٪ ارزانتر از دیگران
416.820.8359
جنب سوپر هفت سین
30 Levendale road, Richmond Hill

ورشکستگی؟ آیا مشکل بدهی دارید؟
محسن نوروززاده
Consumer Proposal
پرداخت حق سرویس بعد از اخذ قبولی
416.830.3414

مریم اکبری
کارشناس وام مسکن
maryam.akbari@cibc.com
416.704.9292 , 1.877.739.7679
✓ تازه‌واردین ✓ صاحبان مشاغل ✓ ویزیتور
✓ اگر برای سرمایه‌گذاری قصد خرید چندین واحد را دارید

خبر – کانادا

غوغای یک لامبورگینی ۳۶۵،۰۰۰ دلاری در تورنتو



ایران استار- غوغا زمانی آغاز شد که یک پلیس لباس شخصی متوجه تردد این ماشین کاملا "تابلو" در خیابان بلور شد - و بعد فهمید که راننده نه تنها سابقه‌دار است، که مجوز رانندگی‌اش را هم از دست داده!

روز دوشنبه گذشته، "دن میلارد" افسر پلیس لباس‌شخصی، در حال رانندگی با تویوتای مینی‌وی خود در یکی از بزرگراه شمال تورنتو بود که توجه‌اش به یک لامبورگینی سفید جلب شد.

ماشینی گرانقیمت که حسابی به وسایل اضافی هم مجهز شده بود در خیابان چشمک می‌زد: تو دوزی دورنگ، شیشه‌های دودی، اگزوز کروم متالیک، و غیره همه و همه باعث می‌شد که این ماشین برای کانادایی‌ها کاملا شناخته شده باشد. هر یک از این نوع ماشین‌ها با هواپیمای خصوصی از ایتالیا به کانادا وارد می‌شوند و نتیجتا حدود ۳۶۵،۰۰۰ دلار ارزش خواهند داشت.

میلارد که در بخش جرائم با ریسک بالای پلیس یورک کار می‌کند، گفت: "سرعتم را کم کردم تا از کنارم عبور کند و من بتوانم ماشین را کاملا ببینم و مطمئن شوم... همانطور که لامبورگینی از کنارم عبور کرد متوجه‌ی راننده‌ی آن شدم. بعلت گرمای هوا شیشه‌های ماشین پایین و سقف کروکی آن نیز باز شده بود و من راننده را به خوبی می‌دیدم: او یک پیراهن ورزشی ریتور سیاه به تن داشت که قیافه‌اش برایم بسیار آشنا بود... من او را می‌شناختم چون قبلا یکبار گذرش به ما افتاده بود".

میلارد لامبورگینی را به سمت جنوب تعقیب کرد و در همین حین طی تماس با مرکز، متوجه شد که راننده اجازه رانندگی‌اش را قبلا از دست داده است، میلارد شاهد رانندگی او در میان بقیه خودروهای عبوری بود که داشت با لامبورگینی مشهورش در بزرگراه "دان ولی" به سمت مرکز شهر تورنتو می‌رفت. حدود ساعت ۱۲:۳۰ ظهر دوشنبه بود که میلارد پلیس تورنتو تماس گرفت تا هماهنگی‌های لازم برای توقف ماشین را صورت دهد. لامبورگینی از خروجی خیابان بلور برای خارج شدن از بزرگراه استفاده کرد و به سمت غرب پیچید، در مقابل اولین تابلوی ایست، یک مامور دیگر پلیس از ماشینش که قبلا آنجا کمین کرده بود خارج شد و اسلحه بدست سراغ لامبورگینی رفت تا راننده را از ماشین خارج و دستگیر کند.

آن وقت روز ده‌ها و صدها نفر از کارکنان شرکت‌ها از محل کار خود خارج شده بودند تا ناهار خود را میل کنند و جمعیت‌های متفاوت جلوی ماشین‌های غذایی و رستوران‌ها صف کشیده بودند. به محض اینکه راننده لامبورگینی توسط پلیس از پشت فرمان لامبورگینی به صندلی پشت ماشین پلیس برده شد، جمعیت برای دیدن ماشین ۳۶۵ هزار دلاری که هنوز وسط خیابان با سقف باز و شیشه‌های پایین ایستاده بود هجوم بردند. بعلت ازدحام جمعیت و ماشین‌های گذری که آنها هم به داخل لامبورگینی سرک می‌کشیدند دو مامور پلیس ترافیک به محل آمدند تا راه را باز کنند. پس از مدتی، آن دست خیابان پلیس اجازه داد تا راننده از پشت ماشین پلیس بیرون بیاید و کمی هوا بخورد، و در همین اثنا می‌شد خالکوبی روی بازوی او را دید که درشت نوشته بود: "خودم". خالکوبی دیگر بازویش چنین نوشته بود: "ساخته‌ام"!

بعد از جستجوی ماشین توسط پلیس، میلارد به سوی راننده رفت تا با وی صحبت کند و پولی را که راننده در ماشین داشت به او نشان دهد: میلارد پشت سر هم اسکناس‌های صددلاری و پنجاه‌دلاری را می‌شمرد و داخل کیسه‌ای می‌گذاشت که آنها را همراه راننده به ایستگاه پلیس ببرد.

در این زمان بعلت تجمع افراد و همچنین پلیس، هر خودرویی که به تقاطع نزدیک می‌شد مجبور بود به سختی لامبورگینی را دور بزند که خود این موضوع پلیس را کلافه‌تر و ترافیک را سنگین‌تر می‌کرد.

پس از گذشت بیش از یک ساعت هنوز خبری از "توتراک" نبود، بنابراین با یک کمپانی مخصوص "توتراک" تماس گرفته شد که ماشین را بصورت افقی و روی یک سطح انتقال می‌دهد زیرا کف لامبورگینی بسیار به زمین نزدیک می‌باشد و امکان انتقال آن با "توتراک"های معمولی وجود ندارد. اکنون حجم ترافیک به چندین خیابان اطراف نیز کشیده شده بود آنچنان که خیابان بلور کاملا بند آمده بود. راننده درحالیکه مردم دورش حلقه زده بودند به مامور پلیس گفت: "لازم نبود که حتما شرایط اینگونه شود"، و سپس به خبرنگاران گفت: " من فقط اجازه رانندگی نداشتم، همین".

این حرف همهمه‌ای میان مردم ایجاد کرد که آنها نمی‌توانستند باورش کنند: چرا و چگونه نقض اجازه رانندگی منجر به بازرسی پلیس و زیر و رو کردن ماشین شده بود؟ خوب حتما باید موضوع دیگری نیز در میان باشد. چرا باید یک افسر پلیس فکر کند که باید یک راننده را با بیرون کشیدن اسلحه‌اش دستگیر کند؟ مگر او که بود؟

پلیس اسم راننده را اعلان نکرد، اما او بعدا در دادگاه نیومارکت با نام جیالوکا لیبراندو، ۳۵ ساله حاضر شد و طبق گفته منشی دادگاه، لیبراندو روز به جرمش را، بعنوان رانندگی در حالیکه گواهینامه‌اش باطل شده بود، پذیرفت.

در ضمن لامبورگینی‌ای که وی با آن رانندگی می‌کرد به نظر نمی رسد که به او تعلق داشته باشد. پلاک لامبورگینی نشان می‌دهد که صاحب آن یک شرکت ثبت شده منطقه‌ی "استونی کریک" انتاریوست. رئیس آن شرکت یک زن است که هیچ نشانه‌ای دال بر ارتباط وی با لیبراندو وجود ندارد. در ضمن پلیس نیز هیچ ادعایی مبنی بر به سرقت رفته شده بودن خودرو ندارد!

مدارک دادگاه تبرئه‌ی کانادا نشان می‌دهد که از سال ۲۰۱۱ تا ۲۰۱۳، لیبراندو اتهاماتی مربوط به حمله، حمل اسلحه گرم و در اختیار داشتن مواد مخدر داشته است. در سال ۲۰۰۷، او به خاطر حمله به یک افسر پلیس محکوم شد. در سال ۲۰۰۳، لیبراندو با آرنج به پیشانی دوست دختر عجیبش کوبیده بود و او را با یک کلت تهدید کرده بود. در آن زمان پلیس در حین بازداشت وی یک اسلحه خالی را که در یک محفظه مخفی در ماشینش پنهان شده بود یافته بود. در این مدارک به این موضوع اشاره شده بود که لیبرادو یک عضو غیر فعال یک باند موتورسیکلت‌سوار می‌باشد.

اکنون همه منتظر ورود "توتراک" بودند که راننده {لیبراندو} درحالیکه به ماشین پلیس تکیه داده بود از پلیس خواست تا سقف کورکی ماشین را ببندد تا تو دوزی دورنگ و گرانبهای ماشین در معرض باران، آلاینده‌ها و یا نور خورشید زیاد قرار نگیرد. پلیس موافقت کرد و راننده دستورالعمل پیچیده‌ای را به پلیس گفت که طی آن مامور پلیس باید تعداد زیادی کلید یا اهرم را روی داشبورد ماشین جابجا می‌کرد. یکی از افسران برای چندین دقیقه در اطراف و داخل لامبورگینی تلاش کرد تا سقف را ببندد اما نشد. سپس لیبراندو، در حالیکه هنوز دستبند به دست داشت و میلارد او را محکم گرفته بود به سمت لامبورگینی رفت و به مامور پلیس گفت که دقیقا باید چه کارهایی پشت سرهم انجام بگیرد تا سقف ماشین بسته شود. لحظات بعد سقف بسته شد، ماشین "توتراک" لامبورگینی را حمل کرد و پلیس راننده را به ایستگاه پلیس برد.

شما لیاقت بهترین مشاور مسکن تورنتو را دارید

نورا اخباری

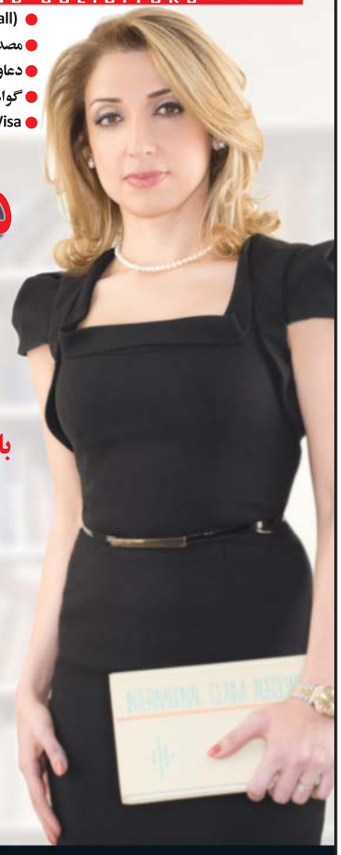
مشاور رسمی، خوشنام و مورد اطمینان شما در امور مسکن،
با ۲۳ سال سابقه و برنده بهترین جوائز

- ارزش خانه هر روز در تورنتو تغییر می کند.
- آیا می‌دانید ارزش واقعی منزل شما امروز چقدر است؟
- ما فروش منزل شما را به بالاترین قیمت ممکن در کوتاهترین زمان با خاطر آسوده گارانتی می کنیم.
- برای مشاور رایگان و ارزیابی منزل لطفا با من تماس بگیرید.

NORA AKHBARI
BROKER
416.277.6668
RE/MAX
Realtron Realty Inc. Brokerage*
Office: 416.222.8600
www.sellbuys.com
For a Free consultation and home evaluation call Nora Now

دفتر حقوقی
DANSON RECHT LLP
BARRISTERS AND SOLICITORS

- Serious Personal Injury (Car accident, slip & fall)
- مصدومیت‌های ناشی از تصادفات رانندگی، زمین خوردگی
- دعاوی کیفری و کلیه جرائم جنایی Criminal Law
- گواهی امضاء، کپی برابر با اصل، تنظیم دعوتنامه
- Notorization , Certified True Copy , Visitor's Visa



مرجان دلاور

وکیل رسمی
با پروانه وکالت در استان انتاریو
از سال ۲۰۰۲
فارغ التحصیل از دانشکده حقوق
دانشگاه یورک

OSGOODE HALL LAW SCHOOL
B.A. (Hons.), J.D.
(Jurisprudence Doctorate)

Member of:
Canadian Bar Association
Ontario Bar Association
Iranian Canadian
Legal Professionals

برای اطلاع بیشتر با خانم مرجان دلاور وکیل رسمی دادگستری با شماره تلفن 416.929.2200 ext. 114
تماس بگیرید. در دفتر وکالت ما تمامی دعاوی زیر نظر مستقیم وکیل رسمی قرار می‌گیرد.

خبر- کانادا

آیا "تراموا"های جدید تورنتو بالاخره می‌رسند؟

ایران استار- تی‌تی‌سی موافقت کرد تا شرکت بمباردیه تراموا (استریت‌کار)های سفارشی ناتمام را به تورنتو بفرستد و آنها را در محل تی‌تی‌سی تکمیل کند تا شاید اینگونه بتوانند قرارداد تحویل سال ۲۰۱۶ را به اتمام برسانند.

بمباردیه که مقرش در استان کبک است به شدت در تلاش است تا به قرارداد تحویل ۱ میلیارد دلاری خود برای ناوگان جدید تی‌تی‌سی پایبند بماند. طبق برنامه، این شرکت تا پایان سال گذشته می‌بایست بیش از ۱۰۰ تراموا را تحویل داده بود، اما تاکنون فقط ۴۱ عدد تحویل داده است. اگر چه اعلام کرد که در مورد تعداد و زمان‌بندی تجدید نظر شده است و اکنون این شرکت از زمان‌بندی جدید خود در سال ۲۰۱۶ عقب نیست. طبق اعلان رسمی بمباردیه در ۲۱ دسامبر ۲۰۱۶ در مجموعه هیل‌کریس تی‌تی‌سی، که در آن عکسی از یک کارگر با لبخند همراه با استریت‌کار و کلمه‌ی "الان تحویل داده شد" دیده می‌شدند، این شرکت مدعی شد که بمباردیه به تعهد خود در سال ۲۰۱۶ عمل کرده است. البته نکته‌ی ظریفی در این باره وجود دارد: هر ۴ تراموا تحویلی تمام نشده بودند!

طبق صورت جلسه سال گذشته بین تی‌تی‌سی و بمباردیه، هر دو شرکت به این توافق رسیدند که اهداف سال ۲۰۱۶ در قرارداد کنار گذاشته شود. در مصاحبه‌های بعدی، تی‌تی‌سی تایید کرد که این شرکت چهار تراموا را که تقریبا ساخت‌شان تمام شده بود از بمباردیه دریافت کرد و بقیه مراحل ساخت آنها در تورنتو به اتمام رسید. بدین ترتیب هر ۴ تراموا قبل از سال نوی ۲۰۱۷ و طبق برنامه‌ریزی قبلی تمام شده و در خیابان‌ها مشغول کار بودند.

اما کاملا واضح است که تی‌تی‌سی به بمباردیه کمک کرده است تا مشکلات (بیزینسی) بمباردیه را، خارج از روال عادی، کاهش دهد. هر دو شرکت از این استراتژی جدید و عجیب استفاده کردند تا تراموا‌ها در اسرع وقت تحویل داده شوند و نتیجه آن به نفع مسافران و هر دو کمپانی باشد.

سخنگوی بمباردیه، مارک آندره لوفور، این استراتژی را "داستانی مثبت" نامید، و ادامه داد: "این کاری است که ما به آن افتخار می‌کنیم ... تحویل سال ۲۰۱۶ یک نمونه عالی از نتایج مثبت طرح توجیهی است که ما در سال گذشته معرفی کردیم، نتیجتا بمباردیه به همه تعهدات تحویلی هر سه ماهه خود در سال ۲۰۱۶ عمل کرده است".

اندی بیوفرد، مدیر عامل تی‌تی‌سی، گفت که او می‌خواهد تا آنجایی "انعطاف پذیر" باشد که ایمنی یا کیفیت تراموا‌ها در خطر نباشد. وی گفت که تنها عامل این تصمیم‌گیری به راه‌اندازی سریع تراموا‌ها بوده، و نه کمک به بمباردیه و یا محافظت از شهرت آن. وی افزود: "من نمی‌خواهم به نفع بمباردیه کاری کرده باشم، اما می‌خواهم بهترین نتیجه را برای مسافران بدست بیاورم... بنابراین هدف خوبی کردن در حق بمباردیه نبوده بلکه هدف ما راضی کردن مسافرینی است که از خدمات ما بهره می‌برند".

سخنگوی بمباردیه گفت که در اواخر سال ۲۰۱۶ این ایده به نظرشان آمد، درست پس از آنکه تنگناهای فرآیند تولید شناسایی شدند که تحویل تراموا‌ها را از تاندربی به تورنتو به تعویق می‌انداخت. وی قسمت باقیمانده برای اتمام ساخت تراموا‌ها که در تورنتو انجام می‌شود را تعداد کمی نازک‌کاری برای زیبایی عنوان کرد، مانند صفحات زیبایی داخلی، جازدن برخی قطعات و رنگ زدن. تی‌تی‌سی هم "مونتاژ نهایی زیبایی و قطعات داخلی" را تایید کرد. سخنگوی تی‌تی‌سی، استوارت گرین، به این حقیقت اشاره کرد که اگر با این استراتژی موافقت نمی‌شد، این تراموا‌ها به راه‌اندازی آخر سال نمی‌رسیدند؛ سخنگوی بمباردیه از اظهار نظر در این خصوص پرهیز کرد.

قرارداد تراموا‌ها که بین تی‌تی‌سی و بمباردیه در سال ۲۰۰۹ منعقد شده است، شامل جزئیات دقیق چگونگی تحویل هر تراموای ۵ میلیون دلاری است. طبق این قرارداد پس از اتمام ساخت و مونتاژ هر تراموا، بمباردیه باید قبل از تحویل آنرا "در کارخانه بارزسی و آزمایش" نماید. در صورت تایید، یک مهندس تی‌تی‌سی گواهی اولیه پذیرش را صادر می‌کند که طبق آن تایید می‌شود که "در تاریخ ذکر شده تراموا تکمیل و آماده تحویل" به تی‌تی‌سی می‌باشد. پس از تحویل، تی‌تی‌سی تراموا‌ها را مورد آزمایشات بیشتری قرار می‌دهد، از جمله اینکه آنرا با حداکثر شرایط کاری برای ۶۰۰ کیلومتر می‌راند و چنانچه از زیر این آزمایش موفق بیرون آمد، مهندس تی‌تی‌سی مجوز پذیرش نهایی را صادر می‌کند که به این معنی است که تی‌تی‌سی مالکیت آنرا به عهده گرفته است. تحت استراتژی توافق شده، فرآیند تحویل اصلاح شده است، بدین صورت که تی‌تی‌سی موافقت کرده که تراموا‌ها بدون تایید اولیه راهی تی‌تی‌سی شوند، سپس در مجموعه تی‌تی‌سی تکمیل، و گواهی‌های پذیرش اولیه و نهایی را دریافت کنند. سخنگوی تی‌تی‌سی گفت که چهار تراموا به دقت تمام مراحل آزمایش را با موفقیت پشت سر گذاشته‌اند و این استراتژی هیچ هزینه‌ی اضافی نیز برای آژانس به بار نیاورده است.

فرایند توافق دو شرکت برای اجرای استراتژی حدود یک ماه طول کشید زیرا تی‌تی‌سی نیاز داشت تا اطمینان حاصل کند اپراتورها، بازرسان و کارکنان تعمیر و نگهداری آن (با همکاری آخرین واحدهای بمباردیه) به اندازه کافی خواهند توانست آزمایشات را دقیق و کامل انجام دهند.

صورت‌جلسه‌های بین تی‌تی‌سی و بمباردیه نشان می‌دهد که، پس از گذشت بیش از دو سال از تحویل اولین سری تراموا‌های بمباردیه، هنوز نگرانی‌های جدی در مورد مشکلات فرآیند تولید، از جمله عدم کارکرد صحیح کلیدهای کنترل، خرابی لاستیک‌های اتصالات تراموا، اتصالات شکسته، نشتی پنجره‌ها، نصب قطعات نادرست و کمی جوشکاری در برخی از جاها، را دارد.

سخنگوی بمباردیه توضیح داد که این شرکت پیشرفت قابل توجهی در زمینه مشکلات جوشکاری داشته است که از ابتدای سال جاری میلادی مورد توجه قرار گرفته‌اند. او گفت که هر گونه مسائل مربوط به تولید "باید در آینده نزدیک حل شود".

طبق آخرین برنامه تجدید نظر شده، این بمباردیه بایستی تا پایان سال ۲۰۱۳ مجموعا ۷۰ تراموا را به تی‌تی‌سی تحویل می‌داده است، در ماه ژوئیه بمباردیه پذیرفت که از برنامه عقب است. سخنگوی بمباردیه گفت که این بدان معنی نیست که آنها به اهداف سال ۲۰۱۷ دست نخواهد یافت و اظهار داشت که این شرکت "از منابع اضافه‌تری برای رسیدن به اهداف" سال ۲۰۱۷ استفاده خواهد کرد. وی افزود که"ما در مجموع بر این متمرکز هستیم که همه تعهدات ۲۰۴ تراموا را تا آخرین مهلت قرارداد، یعنی سال ۲۰۱۹ تحویل دهیم."

H.R.AZIMI Immigration Services Inc.

سازمان مهاجرتی حمیدرضا عظیمی

متخصص در ویزاهای سرمایه‌گذاری و تخصصی

با بیش از ۲۰ سال سابقه درخشان در امور مهاجرت به کشور کانادا

- تمدید کارت اقامت (PR)
- تکمیل فرم‌های شهروندی (Citizenship)
- تنظیم وکالت‌نامه و گواهی امضاء تنظیم دعوتنامه‌های شخصی و بازرگانی اجازه کار
- اسپانسرشیپ برای همسر و والدین
- سوپر ویزا برای والدین در کوتاهترین مدت
- ویزای دانشجویی
- دعاوی پناهندگی در دادگاه‌ها
- ویزاهای تخصصی، سرمایه گذاری و استانی

مهاجرت به آمریکا

- مهاجرت به آمریکا از طریق سرمایه گذاری EB-5
- مهاجرت به آمریکا برای اساتید دانشگاه، نخبگان، ورزشکاران مدال آور و افراد دارای مدرک PHD از طریق ویزای EB-1

Hamid Reza D. Azimi
(RCIC, B.SC.; M. Eng.)
Registered Canadian Immigration Consultant
iccrc crcic

حمیدرضا عظیمی
کارشناس رسمی مهاجرت (عضو ICCRC)

دفتر تهران: ۲۲۰۱۶۱۴۴ ◆ دفتر تورنتو: ۹۰۵-۷۳۱-۰۷۷۷
موبایل: ۴۱۶-۴۰۰۰۰۹۷ ◆ پست الکترونیکی: info@azimiimmigration.net

تهران خیابان ولیعصر، روبروی پارک ملت، جنب بازار صفویه، خیابان آرامش، پلاک ۱۷، واحد ۲
تلفن: ۲۲۰۵۹۹۰۲ ۲۲۰۱۶۱۴۴ ۲۲۰۳۹۳۲۰
500 Sheppard Ave. East. Unit 301, Toronto, ON M2N 6H7

Connect Insurance Inc.

بیمه

از سال ۱۹۸۸ در کانادا

انواع بیمه و سرمایه گذاری

- بیمه عمر
- اتومبیل
- مستغلات
- محل کسب
- توریستی
- بیزینس و ...
- تحصیلات فرزندان RESP
- سهام سرمایه گذاری
- بازنشستگی RRSP
- تجاری و ضمانت نامه
- علاج ناپذیر
- درمانی

به تیم حرفه ای ما بپیوندید

نادر خداپرست

416.576.7766

تعدای بروکر، مشاور بیمه و ...
با مزایا و کمیسیون بیشتر
را به همکاری دعوت می کنیم
Resume :
info@connectinsurance.ca

تدریس پیانو

توسط
پردیس عمانیان
با ۱۶ سال
سابقه تدریس

647.878.2021
pardis101@hotmail.com

در قطعات کلاسیک بر اساس متد RCM و قطعات ایرانی

خبر- کانادا

در حاشیه‌ی جشنواره جهانی فیلم تورنتو (TIFF)، سپتامبر ۲۰۱۷

اسکاتی و تاریخ پنهان هالیوود

کارگردان: مت تیرنائور

این فیلم بر اساس کتابی به نام "خدمات تمام و کمال" و روابط جنسی ستارگان هالیوود ساخته شده است.

داستان افتضاحات سکسی اسکاتی باورز، تکاور دریایی آمریکایی که بعد از جنگ دوم جهانی که دوست نزدیک و محرم اسرار بسیاری از هنرپیشگان طراز اول هالیوود گردید.

در دهه‌های ۴۰ و ۵۰ میلادی او صاحب یک پمپ بنزین بود که در سایه این شغل، افراد بسیاری را به تاریکخانه جنسی ستارگان هالیوودی کشاند. فیلم قرار است در ۹ سپتامبر در جشنواره جهانی فیلم تورنتو اکران گردد.

شیخ جکسون

کارگردان: اِمِر سلما

یک امام مسجد به نام خالد پس از مرگ مایکل جکسون نمی‌تواند عشق خود را به او پنهان کند و حتی نمی‌تواند فکر مایکل را از ذهین خود بزداید. او غرق در خاطرات کودکی خود می‌باشد که در آن زمان شیفته مایکل جکسون بوده است.

تاریخ اکران فیلم: ۱۱ و ۱۳ سپتامبر

فیلم ارائه ویژه
در جشنواره فیلم تورنتو
سه قله

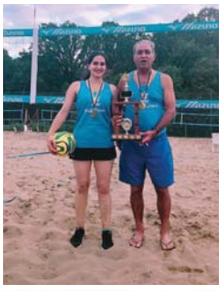
کارگردان: جان زبیل

این فیلم محصول مشترک ایتالیا و آلمان است. آردن (الکساندر فلمینگ، که او را در فیلم "هوم لند" دیده‌ایم) دوست دختر و پسر ۸ ساله‌اش را به ویلای خود در کوهستان دعوت می‌کند.

شروع زندگی نوین- مردی با خصوصیات بسیار بالای اخلاقی نمی‌تواند وظایف خود را در خانواده‌ی جدید به عهده گرفته و از پس آن به خوبی برآید.

جان زبیل، اهل برلین و متولد ۱۹۸۱ است. این دومین فیلم اوست و قرار است این فیلم از ۱۲ سپتامبر برای عموم به نمایش درآید.

مقام نخست تیم "هما" در مسابقات والیبال ساحلی



ایران استار- مسابقات والیبال ساحلی «امید» (Hope) که هر ساله در جزیره مرکزی تورنتو (Centre Island) برگزار می‌شود، امسال با یک ماه تعویق بعلت بارش باران در منطقه پارک لارنس (Lawrance Park) برگزار شد.

تیم والیبال دختران و پسران هما نیز که چند سال است در این مسابقات شرکت می‌کند، در تاریخ ۱۹ آگوست در جمع ۶۰ تیم دیگر که در دو گروه قرار گرفته بودند، به رقابت پرداخت. در نهایت تیم والیبال دختران و پسران هما پس از ۷ مسابقه که همگی با پیروزی همراه بود مقام قهرمانی را از آن خود کرد. البته این تیم سال گذشته نیز به مقام چهارمی این رقابت‌ها نائل آمده بود. اسامی بازیکنان تیم هما در این مسابقات عبارت است از: خشایار مسگر (کاپیتان)، ارشیا مسگر، نوین آقائی، زیبا کنعانی، سحر هویدا، امیر حسین‌زاده. سرپرستی و مربی‌گری این تیم نیز به عهده ناصر پیشوا بود.

لازم به ذکر است که بازیکنان تیم هما با چهره‌ای بسیار پُر قدرت در این مسابقات ظاهر شدند، بویژه خشایار مسگر، کاپیتان تیم، که ستاره‌ی این مسابقات نام گرفت.

این مسابقات با حمایت شرکت رهتورز برگزار شد.

خلیل هناره

- عضو رسمی انجمن مشاورین املاک انتاریو.
- همراه و همگام با شما برای تصمیم گیری بهترین خرید و فروش املاک تجاری، بیزینس، مسکونی و مزرعه.
- کمک در تهیه انواع وام های مسکونی و تجاری.
- ارزیابی ملک شما جهت خرید و یا فروش.
- آماده پاسخگو و برآورد خواسته های شما در امور املاک.

تعدادی آپارتمان، منزل مسکونی و دفتر کار برای اجاره و فروش موجود می باشد.
برای اطلاعات بیشتر با تلفن 416-275-8747 تماس بگیرید.

Khalil Henareh
B.Sc., Sales Representative
Experince Excellence
Direct: 416.275.8747
Office: 905.764.7111 Ext.1397
Fax : 905.764.1274
Email : Khalil.henareh@century21.ca

Century 21
HERITAGE GROUP LTD.
BROKERAGE*
Inpedently owned and operated
REALTOR
MLS MULTIPLE LISTING SERVICE
Trust, Honesty and Integrity... Always.

خدمات ترجمه درستکار
Dorostkar Translation Services

ترجمه توسط
علیرضا درستکار
عضو رسمی انجمن مترجمان انتاریو
(ATIO Certified Translator)

✓ ترجمه رسمی تمام مدارک
✓ ترجمه پاسپورت و شناسنامه
✓ ترجمه کلیه متون حقوقی و اداری
✓ ترجمه گواهینامه و مدارک تحصیلی
✓ کتاب امتحان شهروندی به زبان فارسی

(647) 965-3867
10271 Yonge St., Unit 224,
Richmond Hill, ON, L4C 3B5
info@dorostkar.ca , www.dorostkar.ca

قبل از
انجام هر معامله
ارزی با ما تماس بگیرید

پرسپولیس

اولین ارائه کننده خدمات عابر بانک ایران در کانادا

تسهیلات
برداشت ریالی
از طریق کارتهای
عابر بانک ایران و
دریافت قانونی و فوری معادل دلار کانادایی در تورنتو

پرسپولیس پیشتاز خدمات عابر بانک از سال ۲۰۰۹

416.229.0000
www.Roscotrading.ca

PERSPOLIS EXCHANGE
ارز پرسپولیس

ROSCO TRADING INTL LTD.
Foreign Currency Exchange

خبر - کانادا، جهان

تلاش دولت انتاریو در جلوگیری از به دادگاه رفتن مک‌گینتی

ایران استار- دولت و شرکت قرعه‌کشی انتاریو در تلاش هستند تا از ارائه شهادت دالتون مک‌گینتی، نخست وزیر مستعفی سابق انتاریو، بهمراه وزیر اقتصاد و مسئولان دیگر، در پرونده لغو قرارداد ماشین‌های قماربازی در سال ۲۰۱۲ جلوگیری کنند.

این پرونده در مورد شکایت خسارت ۶۵ میلیون دلاری گروهی از "پرورش‌دهندگان اسب" باز شده است که ادعا کرده‌اند درآمد حاصل از ماشین‌های قماربازی کنار خط اسب‌دوانی را از دست داده‌اند. این توافقنامه که در سال ۱۹۹۸ بسته شده است اجازه می‌داد که سود سالیانه حاصل از درآمد این ماشین‌ها بین دولت استانی، "پرورش‌دهندگان اسب" و "صاحبان خط اسب‌دوانی" تقسیم شود.

اما در تاریخ ۱۲ مارس ۲۰۱۲ دالتون مک‌گینتی اعلام کرد که این قرارداد را ظرف یکسال فسخ می‌کند تا سرمایه‌گذاری در این پروژه را صرف مراقبت‌های بهداشتی استانی و دیگر خدمات دولتی کند.

پرورش‌دهندگان ادعا می‌کنند که پیش از برگزاری نشست مهم کابینه در ماه فوریه ۲۰۱۲ در مورد چگونگی تقسیم درآمد این پروژه، برخی افراد قدرتمند به صورت مخفیانه با دولت ملاقات کردند تا به این معامله پایان دهند. آنها می‌گویند ادعای خود را پس از آن آغاز کردند که دولت استانی و شرکت قرعه‌کشی ۸۰ میلیون دلار برای جبران خسارت‌های ناشی از این لغو به صاحبان خط اسب‌دوانی پرداخت کردند ولی حاضر به بحث در این زمینه با پرورش‌دهندگان نشدند. بعلاوه قبل از لغو این قرارداد دولت استانی آنها را تشویق کرده بود تا بیشتر به پرورش اسب اهتمام ورزند {تا هر کار دیگری}.

این شکایت در مرحله رسیدگی در دادگاه عالی دادگستری شهر گوئلف انتاریوست به قضاوت مایکل اِمری، و هنوز نتیجه نهایی آن اعلان نشده است. این دادخواست شامل ادعای نقض قرارداد، غفلت، و کسب پول به قیمت آسیب زدن به دیگری، نیز می‌باشد. دولت استان و شرکت قرعه‌کشی در تلاش هستند تا این پرونده را با این استدلال مختومه کنند که آنها هیچ کار غیر درستی {قانونی} انجام نداده‌اند.

در اوایل این ماه، بعلت اعتراضات دولت انتاریو و شرکت لاتاری، قاضی دستور داد مک گینتی، نخست وزیر سابق استان، دوایت دانکن وزیر اقتصاد، و ۱۱ مسئول دیگر از جمله رئیس کارمندان دولت، و نیز، دان دروموند اقتصاددان و راد سیلین، رئیس سابق کمیته مسابقه اسب‌دوانی انتاریو، در مورد لغو این قرارداد در دادگاه سوگند یاد کنند و مستندات خود را ارائه دهند.

اما این هفته دولت استان و شرکت لاتاری لایحه‌ای را تقدیم کردند که به واسطه آن بتوانند هم دستور قاضی را کنار بگذارند و هم در عین حال احضاریه دالتون مک‌گینتی و دیگران شاهدانی که، فراخوانده شده‌اند. این لایحه که در دادگاهی در تورنتو ارائه شده است، استان و شرکت لاتاری استدلال کرده‌اند که قاضی پرونده آزمایشات لازمه قانونی را در این زمینه، زمانیکه پرونده در دادگاه تشکیل شده است، به عمل نیاورده است. قاضی پیشنهاد کرده است اثبات اینکه فراخوانی باید لغو شود به عهده دولت استانی و شرکت لاتاری است.

جاناتان لیسوس، یکی از وکلای پرورش‌دهندگان، روز سه‌شنبه گفت که قاضی به درستی به قانون عمل کرده است و تصمیم منطقی و متوازنی را اتخاذ کرده است؛ که در آن از شاهدان خواسته است در دادگاه حاضر شوند تا در این پرونده که منجر به لغو تقسیم درآمد شده، اشتراک داشته باشند و شواهد مرتبط و کافی به دادگاه برای تصمیم‌گیری صحیح موجود باشد.

تونی بیتونتی، سخنگوی شرکت لاتاری طی ایمیلی گفت: این موضوع اکنون در دادگاه است، و اظهار نظر در این مورد مناسب نیست.

امیلی اسمیت، سخنگوی وزارت دادگستری، نیز در این رابطه بیانیه‌ای مشابه صادر کرده است.

وال‌مارت با گوگل برای مقابله با آمازون همکاری می‌کند

ایران استار-کمپانی بزرگ وال‌مارت برای مقابله با آمازون در فروش آنلاین، با کمپانی گوگل شریک می‌شود تا محصولات خود از طریق سرویس "گوگل اسیستنت" بصورت بهتر و بیشتری به فروش برساند.

مارک لور، معاون تجارت الکترونیکی وال‌مارت در بیانیه‌ای گفت که این کمپانی در تلاش است تا "زندگی مردم را با آسان‌تر کردن خرید، ساده‌تر کند، و راه‌حل‌هایی به آنها ارائه دهد که تا به حال تصورش را نیز نکرده‌اند".

این مشارکت دو شرکت، چالشی مستقیم برای سرویس "خرید آنلاین به کمک صدا" در نرم‌افزار الکسای آمازون است، که این شرکت با تبلیغات و تخفیف‌های زیادی آنرا دراختیار عموم قرار داده است. این یک نمونه از آخرین روش‌های همکاری شرکت‌های سنتی و شرکت‌های آنلاین در عرضه و فروش محصولات خود در بازار می‌باشد. خریداران کالا در "گوگل اکسپرس"، مرکز خرید آنلاین گوگل، بزودی خواهند توانست صدها هزار محصول شرکت وال‌مارت را هم با نامیدن محصول {از طریق صدا} با استفاده از دستگاه‌های مجهز به "گوگل اسیستنت" نصب شده روی تلفن همراه و یا "گوگل هوم" خریداری کنند.

این دو شرکت اطمینان دارند که در آینده نزدیک، خرید آنلاین با صدا نقش بسیار مهمی را بازی خواهد کرد. ایده این است که خریداران گرفتار در زندگی روزمره، خوشحال خواهند شد که هوش مصنوعی نیازهایشان را برایشان مرتب و خریداری کند.

همانطوریکه خریداران آمازون اطلاعات خود را به هوش مصنوعی الکسا می‌سپارند، وال‌مارت هم اطلاعات خریداران را به گوگل می‌فرستد تا عادات حال و گذشته خریداران برای پیش‌بینی خرید آینده مورد استفاده قرار گیرد و در زمان خریداران صرفه‌جویی شود. این همکاری با گوگل بخشی از استراتژی بزرگتر وال‌مارت است که باعث گسترش روابط آنلاینش در مبارزه با آمازون می‌شود. به نظر می‌رسد این رویکرد موفق باشد زیرا میزان فروش آنلاین وال‌مارت در سه ماهه گذشته نسبت به مدت مشابه سال ۶۰ درصد رشد داشته است.

بعلاوه وال‌مارت اعلان کرده است که در سال آینده، خرید صوتی مواد غذایی تازه بصورت آنلاین را در سراسر آمریکا آغاز می‌کند، که این خود یک چالش و مقابله جدید دیگری است با آمازون.

آمازون با اعلام اینکه شرکت "همه نوع مواد غذایی" را به مبلغ ۱۳/۷ میلیارد دلاری در ماه ژوئن خریده است، جهان خرده فروشی را شوکه کرد. سهامداران این شرکت روز چهارشنبه پیشنهاد خرید واحد غذای ارگانیک آنرا توسط آمازون تایید کردند.

شرکت "الدی" آلمان، که تقریبا ۱۷۰۰ فروشگاه در آمریکا دارد نیز در هفته گذشته اعلان کرد که با شرکت تحویل غذای "اینستاکارت" برای ارائه مواد غذایی در لوس آنجلس، آتلانتا و دالاس همکاری می‌کند.

نیروهای امریکا در افغانستان خواهند ماند

۷ ماه کشمکش میان ژنرال‌های آمریکایی و تیم دونالد ترامپ در کاخ سفید که به‌دنبال بیرون کشیدن نیروهای نظامی آمریکا از خاک افغانستان بودند، در نهایت به پیروزی نظامیان ختم شد و رئیس‌جمهور آمریکا دیروز اعلام کرد آمریکا بار دیگر حضورش در افغانستان را تقویت می‌کند.

دونالد ترامپ طی سخنانی در جمع سربازان آمریکایی بالاخره سکوتش در مورد افغانستان را شکست و گفت که تصمیم گرفته نه‌تنها نیروهای آمریکایی را در این کشور حفظ کند بلکه بر تعداد آنها هم بیفزاید. ترامپ به تعداد نیروهای جدید آمریکایی که عازم افغانستان خواهند شد اشاره‌ای نکرد اما اعتراف کرد که این تصمیم را برخلاف میل باطنی‌اش گرفته است. او گفت: "اساسا تمایل داشتم نیروها را بیرون بکشم اما شنیده بودم حضور پشت میز ریاست‌جمهوری خیلی متفاوت است و تصمیم‌گیری سخت‌تر."

فرانز مایکل ملبین، نماینده ویژه اتحادیه اروپا در افغانستان، در صفحه رسمی توییتر نمایندگی این اتحادیه در افغانستان نوشته است: "من از اعلام سیاست ترامپ در قبال افغانستان استقبال می‌کنم".

دولت چین به بخشی از این استراتژی که از وجود "پناهگاه‌های امن تروریستی" انتقاد می‌کند، واکنش منفی نشان داده و سخنگوی وزارت خارجه این کشور گفته که پاکستان خط مقدم جبهه مبارزه با تروریسم است و قربانی‌های بزرگی در این راستا داده است. پاکستان متحد منطقه‌ای چین است و در رقابت با هند با پاکستان وجه مشترک دارد. محمداشرف غنی، رئیس‌جمهور افغانستان از استراتژی جدید آمریکا استقبال کرد و گفت: "اکنون پاکستان باید به ندای صلح افغانستان لبیک گوید تا افغانستان به ثبات برسد".

دفتر حقوقی
و ترجمه
رضا ناظر و آذین وکیلی

از مبدا تا مقصد با شما هستیم

RON NAZER
Member of Law Society of
Upper Canada - P1 Licence
Commissioner of Oath

AZIN VAKILI
Member of Law Society of
Upper Canada - P1 Licence
commissioner of Oath
Candiate member of ATIO

خدمات

جرایم رانندگی:
رانندگی بدون بیمه، سرعت غیر مجاز، تصادفات، و غیره...
جرایم جنایی: (دزدی از فروشگاه)
Summary Convitctions
و تهیه دعوتنامه رسمی، تائید اجازه خروج فرزند از کانادا
ترجمه رسمی کلیه مدارک توسط آذین وکیلی
شناسنامه - گواهینامه - مدارک تحصیلی - پاسپورت و غیره

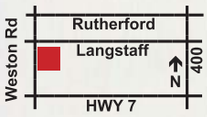
Commissioner of Oath
416-915-0050
Fax:416-915-0051 , 6101A Yonge St. واقع در پلازای ایرانیان

تخفیف تابستانی

حراج بزرگ شاهانی

تنها بوتیک لباس در تورنتو که برای هر سایز
مدل و جنس، برای شما لباس را آماده می‌کند

8099 Weston Road, Unit 18-19
Vaughan, Ontario, L4L 1A6
www.shahanicouture.com
info@shahanicouture.com
Tel: 905.264.6115
Fax: 905.264.6117



خبر- جهان

مادری که می‌خواست به فرزندانش "یک درسی" بدهد، آنها را کشت!

سینتیا ماری رادولف، ۲۵ ساله اهل تگزاس، متهم به کشتن دو فرزندش با تنها گذاشتن آنها در ماشین قفل شده و داغ به منظور "آموزش آنها" است. اتهام وی زدن آسیب شدید جسمی به کودک است که می‌تواند صورت محکومیت، به زندان ختم شود.

راندولف در ماه ژوئن دستگیر شد، پس از آنکه دو کودک خود - کوانا رامیرز ۱ ساله، و ژولیت رامیرز ۲ ساله - را در ۲۶ ماه مه در داخل خودروی قفل شده‌ی خود تنها گذاشته بود. هر دو کودک زمانی که در ماشین پیدا شدند کاملا بی‌حرکت و بی‌هوش بودند. درجه حرارت خارج ماشین در آن روز نزدیک به ۳۷ درجه بود. این میزان از گرما در شرایط شیشه بسته خودرو به حدود ۵۰ درجه می‌رسد.

به گزارش گروه پزشکی کودکان درگذشتند و این گروه در این زمینه درخواست گزارش کالبد شکافی داد تا علت مرگ روشن گردد.

سینتیا رادولف در ابتدا به پلیس گفت او در حال تا کردن البسه و تماشای تلویزیون بوده وقتی متوجه شد بچه‌هایش "رفته‌اند". وی افزود: "آنها احتمالا کمتر از یک ساعت در ماشین داغ محبوس بوده‌اند". در جریان بازپرسی پلیس، سینتیا مرتبا داستان خود را تغییر داد. پس از مدتی، پلیس اعلان کرد که سینتیا اعتراف کرده است که بچه‌های نوپای خود را در ماشین محبوس کرد تا "به آنها درس بدهد"، زیرا دخترش بدون توجه به وی خواسته بود از ماشین خارج شود. سینتیا به بازپرس گفت که او فکر می‌کرده دخترش وقتی که بخواهد، خواهد توانست با برادرش از ماشین خارج شوند.

تغییر دستورالعمل تشخیص فشارخون در کودکانِ آمریکایی

آکادمی پزشکان اطفال آمریکا اعلام کرد: با توجه به تغییرِ دستورالعمل تشخیص فشارخون از اینَ پس تعداد کودکان و نوجوانان مبتلا به فشار خون بالا در این کشور افزایش خواهد یافت.

آکادمی پزشکان اطفال آمریکا تاکید کرد که طبق دستورالعمل جدید منتشر شده، احتمال تشخیص تعداد بیشتری کودک و نوجوان مبتلا به فشار خون بالا وجود دارد که باید تحت درمان قرار بگیرند.

حدود ۳.۵ درصد کودکان و نوجوانان در آمریکا دچار فشار خون بالا هستند اما کارشناسان معتقدند این رقم بسیار بالاتر است زیرا خوانش‌های افزایش فشار خون اغلب تشخیص داده نمی‌شود.

به گفته کارشناسان در صورتی که فشار خون بالا تشخیص داده شود راه‌های بسیاری برای درمان آن وجود دارد اما از آنجایی که علائم آن خاموش هستند این بیماری اغلب نادیده گرفته می‌شود.

دستورالعمل جدید که نسخه به‌روز شده دستورالعمل سال ۲۰۰۴ میلادی است شامل جداول جدید سنجش فشار خون براساس وزن نرمال در کودکان است در حالی که جداول قبلی شامل مقیاس‌هایی بوده که برای کودکان چاق یا دارای اضافه وزن در نظر گرفته شده بودند.

همچنین پیشگیری و تشخیص زودهنگام این عارضه، نکات کلیدی در کنترل آن هستند.

فشار خون بالا به دوره بزرگسالی منتقل می‌شود و خطر ابتلا به بیماری قلبی و عروقی و مشکلات دیگر را افزایش می‌دهد.علاوه بر این، عدم درمان آن و کنترل نشدن فشار خون بالا می‌تواند تاثیرات مخربی بر بدن از جمله آسیب دیدن قلب، کلیه‌ها و مغز داشته باشد.

عراق ۳ میلیون شهروند آواره دارد

موج جدید درگیری‌ها در عراق به‌ویژه عملیات برای آزادسازی شهر تلعفر در استان نینوا باعث شده تا تعداد آوارگان در داخل این کشور به ۳ میلیون نفر برسد. مقام‌های عراقی می‌گویند که خود را آماده موج بیشتر افراد آواره با ادامه نبردها برای پاکسازی آخرین مناطق تحت تصرف داعش می‌کنند. جاسم الجاف، وزیر آوارگان عراق با اعلام رسیدن رقم آوارگان داخل عراق به ۳میلیون نفر تأکید کرده که بیشتر از ۲میلیون نفر از این آواره‌ها متعلق به استان نینوا هستند.

تلعفر که اکنون شاهد عملیات جدید نیروهای عراقی برای بازپس‌گیری آن است، در استان نینوا قرار دارد. نیروهای عراقی بیشتر از یك هفته است که عملیات برای آزادی این شهر که یکی از آخرین پایگاه‌های داعش در عراق به‌حساب می‌آید را شروع کرده‌اند. پس از بازپس‌گیری موصل در همین استان که پایتخت داعش در عراق نامیده می‌شد، تلعفر در ۵۵کیلومتری غرب این شهر، یکی از آخرین مناطقی است که داعش همچنان کنترل آن را در دست دارد.

موصل پس از ماه‌ها نبرد سخت آزاد شد اما درگیری‌های سنگین در استان نینوا آمار آوارگان را بسیار افزایش داده است. نیروهای عراقی در ماه ژوئیه توانستند پس از ۹ماه نبرد، شهر موصل، دومین شهر عراق را از نیروهای حکومت اسلامی بازپس‌گیرند. تلعفر که یك شهر اغلب شیعه‌نشین است از ۳سال پیش در کنترل داعش بوده است.

این شهر دقیقا بر سر راه موصل و سوریه واقع شده و برای برقراری ارتباط و پشتیبانی نیروهای داعش که در سوریه مستقرند، اهمیت استراتژیك دارد. از ژوئن سال۲۰۱۴ تاکنون ۵ میلیون نفر بر اثر حملات داعش در عراق آواره شده‌اند که حدود ۲میلیون و ۱۰۰هزار نفر از آنها به محل سکونت اصلی خود بازگشته‌اند. از جمعیت ۶۵ میلیونی پناهجویان و آوارگان جهان، حدود ۳میلیون نفر در اردوگاه‌های عراق زندگی می‌کنند. علاوه بر این اما تعداد زیادی از آوارگان به خارج از مرزهای عراق پناه برده‌اند.

در صورت آزادی تلعفر رابطه نیروهای داعش با شهر رقه قطع شده و این گروه تروریستی توانایی تحرکات خود در مرز سوریه و عراق را کاملا از دست خواهد داد. نیروهای عراقی در تلاش برای ادامه پیشروی‌های خود در این شهر هستند و تلاش می‌کنند تا مناطق مختلف را به‌تدریج آزاد کنند. سازمان ملل متحد اعلام کرده پس از آغاز حمله گسترده نیروهای عراقی با حمایت ائتلاف آمریکا به تلعفر، هزاران غیرنظامی در حال فرار از منطقه هستند. در هفته گذشته حدود ۹هزار نفر در مرکز "هامان العلیل" اسکان یافته‌اند و این مرکز خود را برای پذیرش نزدیك به ۳۰هزار نفر آماده کرده است. حدود ۴۰ هزار نفر غیرنظامی هنوز در این شهر هستند.

دکتر صفر داعی

روان درمانگر

دکترای روان‌شناسی از دانشگاه لندن انگلستان

اختلافات خانوادگی،
مشکلات شخصی، مشکلات کودکان و نوجوانان
پذیرش مصدومین تصادفات اتومبیل و زمین خوردگی

Office: 905.770.4556
Cell: 416.303.5730

19A Center Street West, Richmond Hill, Ontario L4C 3P1

سریعتر و آسانتر از دیگران وارد دانشگاه شوید.

آکادمی هنرهای زیبای مهرداد صبوحی

تنها مدرسه رسمی هنر ایرانی با مجوز رسمی از وزارت آموزش و پرورش انتاریو

طراحی . نقاشی . آبرنگ
رنگ روغن و مجسمه سازی
برای خردسالان و بزرگسالان
با متد پیشرفته دانشگاهی

Mehrdad Sabouhi
B.F.A, B.A. (Hons.) B.Ed.

۲۴ سال آموزش موفق نقاشی در کانادا
برنده جوایز متعدد مسابقات نقاشی
موسس اولین آکادمی هنر نقاشی در کانادا
از شاگردان استاد عامری الحسینی از پیشگامان نسل اول نقاشان معاصر ایران
لیسانس هنرهای زیبا ، لیسانس هنر و لیسانس آموزش از دانشکده تربیت معلم دانشگاه یورک

با ارائه پایان نامه رسمی برای کلیه دوره های آموزشی
فقط در ۱۰ جلسه ۱۰۰٪ تضمینی

Professional Art Portfolio for:

Architectural Design
Interior Design
Industrial Design
Advertising
Animation
Fashion Design
Fine Arts Program
Graphic Design
Illustration
Jewelry Design
Photography

با تضمین ۱۰۰٪ قبولی

کامل ترین و موفق ترین کلاس های آمادگی و تهیه
Art Portfolio
در کانادا جهت ورود به دوره های لیسانس و فوق لیسانس ،خصوصا معماری
توسط مهرداد صبوحی

www.MTCschool.ca
416-221-2111
10087 Yonge St. Richmond Hill, ON L4C 1T7
(Downtown Richmond Hill) در قلب ایران هیل

خبر- جهان

دومین تصادف ناو آمریکایی با یک نفتکش

یک ناوشکن آمریکایی در آبهای شرق دور در نزدیکی سنگاپور با یک کشتی باری تصادف کرد. در این حادثه پنج ملوان آمریکایی زخمی و ۱۰ نفر دیگر ناپدید شدند که در طی دو روز گذشته جسد تعدادی از آنها پیدا شد. این دومین تصادف ناوهای آمریکایی در سه ماه اخیر است.

نیروی دریایی آمریکا اعلام کرد ناوشکن موشک‌انداز "یواس‌اس جان‌اس مک‌کین" (USS John S. McCain) صبح روز دوشنبه (۲۱ اوت/ ۳۰ مرداد) در شرق تنگه مالاکا و سنگاپور با یک کشتی تجاری به نام "آلنیک ام‌سی" (Alnic MC) تصادف کرده است.

یکی از خدمه‌های ناوشکن آمریکایی گفت کشتی باری که با ناوشکن تصادف کرده یک نفتکش و در حال انتقال نفت از تایوان به سنگاپور بود. به گفته این ملوان، هیچگونه مواد نفتی از نفتکش به بیرون نشت نکرده است.

مقام‌های سنگاپور نیز گفته‌اند گزارشی درباره آلودگی احتمالی محیط در اثر این تصادف دریافت نکرده‌اند. علاوه براین، این تصادف مشکلی برای آمدوشد کشتی‌ها در سنگاپور ایجاد نکرده است.

از سوی دیگر، کشتی باری با پرچم لیبریا حرکت می‌کرده، بار آن نفت و مواد شیمیایی بوده است. این کشتی ۱۸۳ متر طول دارد و در سال ۲۰۰۸ ساخته شده است. از تعداد سرنشینان آن اطلاعی در دست نیست. مقام‌های سنگاپور می‌گویند گزارشی از وجود زخمی احتمالی در کشتی باری دریافت نکرده‌اند.

دومین تصادف در دو ماه

علت تصادف ناوشکن جان مک‌کین و ابعاد خسارت وارد شده به آن هنوز روشن نیست.

نیروهای دریایی آمریکا عملیات جستجو برای یافتن ملوانان ناپدید شده را آغاز کرده است. نیروی هوایی سنگاپور نیز چندین هلیکوپتر برای پشتیبانی از عملیات جستجو اعزام کرده است. دو ماه پیش (۲۱ ژوئن) کشتی جنگی "یواس‌اس فیتزجرالد" در نزدیکی آبهای ژاپن با یک کشتی باری کانتینربر تصادف کرد. در این تصادف ۷ ملوان آمریکایی جان خود را از دست دادند و کشتی جنگی آمریکا به‌شدت آسیب دید.

خسارت چنان سنگین بود که کم مانده بود ناو "یواس‌اس فیتزجرالد" غرق شود. در حالی که کشتی باری فیلیپینی خسارت خیلی جزیی دید. چند روز پس از این تصادف، سه عضو فرماندهی این ناو برکنار شدند.

ناوشکن موشک‌انداز "یواس‌اس جان‌اس مک‌کین" هنگام تصادف در یک سفر عادی در مسیر مالاکا به سنگاپور بود. این ناوشکن که به نام پدر و پدربزرگ سناتور جمهوری‌خواه آمریکا، جان مک‌کین، نامگذاری شده به ناوگان هفتم نیروی دریایی آمریکا تعلق دارد و محل استقرار آن بندر یوکوسوکای ژاپن است. به‌طور معمول حدود ۲۳۰ ملوان در این ناوشکن خدمت می‌کنند.

سناتور جان مک‌کین صبح روز دوشنبه در واکنش به تصادف ناوشکن آمریکایی در توییتر نوشت:

"سیندی[همسر مک‌کین] و من برای ملوانان ناوشکن یواس‌اس جان‌اس مک‌کین دعا می‌کنیم و قدردان فعالیت تیم جستجو و نجات هستیم."

صاحب کمپانی "علی بابا" دوباره ثروتمندترین مرد آسیا شد

ثروت "جک ما" مالک فروشگاه اینترنتی علی بابا در چین با رسیدن به ۳۷.۴ میلیارد دلار، بار دیگر عنوان ثروتمندترین فرد آسیا را نصیب او کرد.

موسسه فوربز در این زمینه نوشت: "جک ما" مالک فروشگاه بزرگ اینترنتی علی بابا در چین دوباره بعنوان ثروتمندترین فرد آسیا در صدر لیست ثروتمندان این قاره قرار گرفت. بازگشت دوباره وی به صدر این لیست به افزایش قیمت سهام این شرکت و به دنبال آن روند افزایشی قابل توجه سرمایه علی بابا برمی‌گردد.

بر اساس فهرست افراد میلیاردر جهان (بر پایه دلار) "جک ما" در حال حاضر با ثروت ۳۷ میلیارد و ۴۰۰ میلیون دلار، عنوان ثروتمندترین آسیایی را به خود اختصاص داده است.

در ابتدای ماه جاری میلادی این عنوان را "ما هووانتنگ" که معروف به "پونی" و مالک شرکت اینترنتی "تنسنت" در چین است، در تصاحب خود داشت. در حال حاضر ثروت وی ۳۶ میلیارد دلار و ۷۰۰ میلیون دلار است که در رتبه دوم ثروتمندان آسیا جای گرفته است.

در آسیا رقابت اصلی در حال حاضر بر سر تصاحب عنوان ثروتمندترین فرد آسیا بین این دو چهره میلیاردر است.

علی بابا در هفته گذشته، گزارشی را از عملکرد پولی خود در سه ماه نخست سال مالی این شرکت ارائه داد که حاکی از رشد ۵۶ درصدی داشت و حوزه تجارت "کلود" این شرکت با ۹۶ درصد افزایش درآمد به ۳۵۹ میلیون دلار رسید؛ ضمن اینکه برای اولین بار بیش از یک میلیون مصرف‌کننده از این سامانه پرداخت کردند.

همچنین "جک ما" در میان ثروتمندترین جهان، جایگاه هجدهم را به خود اختصاص داده است و بر اساس پیش‌بینی‌های او، ثروت علی بابا تا سال ۲۰۳۶ میلادی بیشتر از پنجمین اقتصاد بزرگ جهان و بیشتر از حجم اقتصاد فرانسه و بریتانیا خواهد بود.

اقتصاد علی بابا در حال حاضر بزرگ‌تر از ایران، سوئد، لهستان و اتریش و نروژ است.

۱← بیش از

مرگ و میرهای ناشی از مصرف بیش‌ازحد مواد مخدر در سال جاری ترسناک و کاملا دلهره‌آور است...

ما همچنان با دولت جدید استان (ان‌دی‌پی) همکاری خواهیم کرد تا همه منابع مورد نیاز برای مقابله با این بحران را بکار گیریم.

ما نمی‌توانیم منفعل بمانیم و اجازه بدهیم که این بحران سلامتی عمومی به صورت نرمال جامعه درآید".

او گفت که بهیاران در طول یک هفته به طور متوسط به ۱۳۵ تماس تلفنی، در این رابطه در طول امسال، پاسخ داده‌اند.

وی افزود که حذف تخلف استفاده از مواد مخدر، و گسترش مراکز درمان تزریقی زیر نظر تیم پزشکی، باید مورد بررسی قرار گیرد؛ هر دوی این پیشنهادات هفته گذشته در گزارش مرکز کنترل بیماری‌های بریتیش کلمبیا انتشار یافته بود.

وزیر بهداشت و اعتیاد، جودی دارسی، که تمام روز دوشنبه را به بازرسی از خط اول خدمات مقابله با اعتیاد در جزیره ویکتوریا گذراند، اظهار داشت: تعداد متوفیان در ونکوور نشان می‌دهد که "در ارائه خدمات ما مشکلاتی وجود دارد و ما باید بیشتر کار کنیم".

وی افزود: "آنچه که از افراد خط مقدم کمک به مردم می‌شنوم، و نیز افرادی که با اعتیاد، و یا با معتادان زندگی می‌کنند، به ما کمک می‌کند تا مشکلات را پیدا و در حل آنها بکوشیم و به پیش برویم... من اوایل این ماه با شهردار ونکوور، رابنسون، (در این زمینه) ملاقات کرده‌ام. شهر ونکوور شهر اقدامات قابل توجهی را انجام داده است و می‌دهد، و آنها متعهدند تا با معتادان، خانواده‌ی آنها، و هر کس دیگری، برای نجات جان، درمان و بهبود مردم همکاری کنند".

در مجموع ۷۸۰ نفر در اثر مصرف بیش از حد مواد مخدر بین اول ژانویه تا ۳۰ ژوئن در سال جاری جان خود را از دست داده‌اند، که این آمار رشد ۸۸ درصدی را نسبت به دوره مشابه سال ۲۰۱۶ نشان می‌دهد.

Let 45 Mortgage Lenders Work For You!
ادغام بدهی های شخصی و جایگزینی آن در یک وام مسکن
تهیه وام مسکن برای تازه وارد ین
تهیه وام مسکن آنهایی که مقیم کانادا نیستید
مجید حبیبی
416.553.3394
کارشناس وام
MAJID HABIBI
Mortgage Agent
Lic. #1278
5409 Yonge St,
Unit 208, Toronto,
ON, M2N5R6
tribe
You belong.

وام مسکن
✓ تازه‌واردین
✓ صاحبان مشاغل
✓ ویزیتور
✓ اگر برای سرمایه‌گذاری قصد خرید چندین واحد را دارید
مریم اکبری
کارشناس وام مسکن
با سال‌ها تجربه
416.704.9292
1.877.739.7679
maryam.akbari@cibc.com
CIBC
Banking that fits your life.
All mortgages are subject to credit approval
CIBC Cube Design & "Banking that fits your life." are trademarks of CIBC.

سقوط در سکوت

مصی فراهانی
انجمن خبرنگاران قومی آمریکای شمالی

گزارشات حاکی از آن است که علیرغم فعالیت ارگانهای مختلف جهانی هنوز میلیونها انسان با بحرانی‌های مانند خشونت، گرسنگی و جنگ دست به گریبانند.

تا اواسط سال ۲۰۱۶، حدود ۱ میلیون نفر در مناطق محاصره شده زندگی می‌کردند و امکان دسترسی به کمک‌های بشردوستانه نداشتند.

ونزوئلا در حال تجربه یک بحران عمیق انسانی است. مردم با کمبود شدید دارو، مراقبت‌های پزشکی و مواد غذایی مناسب روبرو هستند. این در حالی است که واکنش مقامات دولت ونزوئلا وجود بحران را انکار می کنند. آنان ظاهرا سیاست‌های موثری برای کاهش این بحران در نظر ندارند و تلاش‌های محدودی را برای دستیابی به کمک‌های بین المللی بشردوستانه نیز انجام داده اند.

یمن با شیوع بی‌سابقه وبا دست به گریبان است.

طبق گزارشات سازمان بین‌الملل، از ماه آپریل ۳۲۰۱۹۹ نفر به تعداد مبتلایان افزوده شده که ۱۷۴۲ نفر آنان در این فاصله جان خود را از دست داده‌اند.

۷ میلیون نفر در معرض قحطی هستند که از این تعداد ۲/۳ میلیون کودکان زیر ۵ سال هستند. سیستم درمانی به دلیل آسیب و تخریب مراکز درمانی، کمبود بودجه و نیروی انسانی در حال سقوط است.

تنها برای تهیه واکسن احتیاج به ۲۵۰ میلیون دلار اضافی هست که از این مبلغ ۴۷ میلیون دلار آن دریافت شده. علاوه بر این مشکلات، حملاتی که به محموله‌های کمک‌های انسان دوستانه و کارکنان امداگر میشود نیز شرایط را سخت‌تر کرده.

بحران‌های انسانی در عراق همچنان ادامه دارد. بسیاری از افرادی که از خانه خود فرار کرده‌اند همه چیز را از دست داده‌اند. آنها به سرپناه، غذا، مراقبت‌های بهداشتی و آب نیاز دارند.

به گفته معاون نماینده سازمان ملل متحد در عراق "آنچه مردم تجربه کرده‌اند تقریبا غیر قابل تصور است."

بسیاری از پناهندگان در سراسر دنیا نیاز به اسکان دارند. به همین منظور ۱۹ سپتامبر سال گذشته، مجمع عمومی سازمان ملل متحد نخستین اجلاس عالیرتبه سران را به منظور پرداختن به جابجایی‌های عظیم پناهندگان و مهاجران و با هدف اتحاد کشورها در راستای رویکردی انساندوستانه‌تر برگزار کرد. و در نشست دیگری در ۲۰ سپتامبر سال گذشته، در حاشیه نشست مجمع عمومی، باراک اوباما رییس جمهور ایالات متحده مریکا، با مشارکت کانادا، اتیوپی، آلمان، اردن، مکزیک و سوئد، میزبان "اجلاس رهبران درباره پناهندگان" بود. دولت کانادا علاوه بر کمکهایی که قرار شد در زمینه آموزش و ... انجام دهد، قول داد که میزان ۱۰٪ بر میزان کمکهای انساندوستانه‌اش در سال مالی ۲۰۱۶-۲۰۱۷ بیفزاید.

سازمان جهانی Care در ژانویه ۲۰۱۷ گزارشی تحت نام "سقوط در سکوت" منتشر کرد و در آن به بررسی ده مورد بحران انسانی سال ۲۰۱۶ که کمتر گزارش شده است پرداخت که به طور خلاصه بشرح زیر می‌باشد.

۱- دو میلیون نفر در اریتره غذای کافی ندارند. این کشور ظاهرا از جهان منفک شده است. روزنامه نگاران و کارکنان بخش بشردوستانه، دسترسی به داده‌ها ندارند و بسیاری از سازمان‌های بزرگ کمک‌رسانی مجاز به ارائه کمک به بیماران نیستند. نیمی از کودکان در اریتره به دلیل گرسنگی نمیتوانند به طور کامل توانایی ذهنی و فیزیکی خود را به دست آورند.

۲- خشونت‌های سیاسی که از سال ۲۰۱۵ در بروندی آغاز شده، منجر به نیاز سه میلیون نفر به کمک های انساندوستانه شده است.

۳- یک و نیم میلیون نفر در ماداگاسکار وابسته به کمکهای اضطراری هستند و ۳۳۰ هزار نفر با گرسنگی حاد روبرو هستند.

۴- ۷۰٪ (تقریبا ۱۸ میلیون نفر) از جمعیت جمهوری دمکراتیک کره غذای کافی ندارند. از این تعداد ۲ میلیون کودکان و زنان باردار و یا شیرده هستند که در معرض سوء تغذیه قرار دارند.

۵- بر اساس گزارش سازمان ملل متحد، خشونت طولانی مدت و مقابله با خشونت های نظامی، ۲۱ میلیون نفر را در حوزه دریاچه چاد تحت تاثیر قرار داده است و تقریبا نیمی از جمعیت این منطقه - ۹/۲ میلیون نفر را نیازمند کمک‌های حیاتی کرده است.

۶- جمهوری دمکراتیک کنگو با ۲۰ سال جنگ و افزایش خشونت در سال ۲۰۱۶، امید کمی برای صلح در آینده نزدیک دارد و با مشکلات ناشی از آن دست به گریبان است.

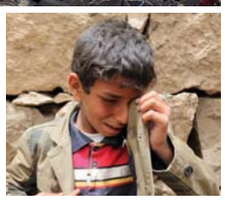
۷- بارانها و سیل‌های موسمی بنگلادش، ۲۸۰۰۰ نفر را نیازمند کمک‌های غذایی، آب، بهداشت، سرپناه و کمک‌های مالی کرده است.

۸- خشکسالی مفرط موجب گرسنگی ۱/۴ میلیون نفر در گینه نو شد.

۹- بیش از دو میلیون نفر، تقریبا نیمی از جمعیت جمهوری آفریقای مرکزی، نیازمند کمک‌های غذایی و کمک‌های بشردوستانه هستند. امدادگران اغلب نمی‌توانند به افراد نیازمند دسترسی پیدا کنند، زیرا آنها به طور منظم توسط گروه‌های مسلح مختلف که به کشور سفر می‌کنند، مورد حمله قرار می‌گیرند.

این یک نقض شدید قوانین بین المللی بشر دوستانه است که باید ایمنی کارگران و منابع انسانی را تضمین کند.

۱۰- ۶ میلیون از سودانی‌ها در تلاش برای بقا هستند. بسیاری از گرسنگی‌های شدید رنج می‌برند. بیش از دو میلیون کودک در معرض سوء تغذیه قرار دارند. تقریبا سه میلیون نفر از سودانی‌ها در مملکت خود یا کشورهای همسایه آواره و به دنبال امنیت هستند.



Worldlink Travel Inc.
آژانس مسافرتی ورلد لینک
نماینده اصلی بیش از ۱۰۰ خطوط هوائی معتبر جهانی
KLM, Air France, Austrian Airlines, Lufthansa, Iran Air, Air Canada, Alitalia
قیمت ویژه تابستانی:
تورنتو - تهران
شروع از $1200 رفت و برگشت
Tax included
آژانس مورد اعتماد جامعه ایرانیان مقیم کانادا با همکاری مشاورین باتجربه ومتخصص
● ارسال بلیط به ایران . پرداخت در تورنتو و دریافت بلیط روز بعد در تهران یا شهرهای اصلی
● بیمه های مسافرتی و همچنین بیمه برای تازه واردین به کانادا
● تورهای تفریحی به کوبا و جزایر کارائیب با قیمتهای استثنائی
● تور زمینی اتاوا، مونترال، کبک سیتی
● تور زمینی نیویورک
www.worldlinktravel.ca
416.221.9199 Toll Free: 1-877-883-6583 Fax: 416-221-9204
6011 Yonge St., North York, ON, M2M 3W2 (1 Block North of Cummer)
پروانه نویدنیا تلفن مستقیم: 416-854-4131
مریم صفرپور تلفن مستقیم: 416-857-0004
نازنین مرادی تلفن مستقیم: 416-838-1504

BEST GTA RATES INVESTMENT INC.
Quick Approval, Lowest Rate.
Mortgage Specialist
مایک بختیاری
Business Loan
Equity Line Visa
Secured Visa
Equity Take out
Switch & Refinance
HELOC
انواع وام‌های مسکونی و تجاری
برای تازه‌واردین به کانادا
برای کسانی که دارای ویزای کار هستند
برای افرادی که ساکن کانادا نیستند
برای تازه‌واردین به کانادا با سوشیال نامبر ۹
برای کسانی که دارای کردیت بد هستند
تمدید و تجدید وام با بهترین بهره و
پرداخت بدهی‌های شما
برای افراد خود اشتغال
برای افراد کم درآمد و بی‌درآمد
برای کسانی که اعلام ورشکستگی نموده‌اند
تحت هر شرایطی
با هر شرایط پیش پرداخت
وام ساخت و ساز
وام مسکن ۲۵ تا ۴۰ سال
Cell: 647.971.6456
Office: 905.597.7972
8185 Yonge St.
Suite 200
www.bestgtarates.com
mike@bestgtarates.com

QPHARMACY

داروخانه

در تقاطع یانگ و شپرد

مؤسس دکتر رضا میلانی

کلینیک درمانی و پزشکی نبش داروخانه آمادگی خود را برای پذیرش بیماران جدید با پزشکان خانوادگی و متخصص اعلام می دارد

416-733-7999

تخفیف ویژه برای سالمندان

تخفیف ۲ دلار سهمیه داروئی

مشاوره رایگان برای دارو و درمان

50 SHEPPARD AVE. WEST

در چند قدمی ایستگاه مترو با پارکینگ رایگان

خبر اقتصادی – ارز

نرخ سود سپرده : ۱۵ درصد

گردآوری: ارز ملل
شاپور تنباکویی

گروه اقتصاد: وضعیت نرخ سود بانکی به عنوان یکی ازابزارهای نظام پولی بر متغیرهای دیگراقتصادی اثرگذاشته یا از آنها اثرمی‌پذیرد. ازاین روکاهش نرخ سود بانکی باید متناسب با متغیرهای اقتصادی باشد. طرح کاهش نرخ سود بانکی مدتها است که برسرزبانها افتاده و رییس کل بانک مرکزی تلاش زیادی برای سامان دادن به وضعیت سود بانکی داشت، روز گذشته معاون سیف نرخ سود علی الحساب یك ساله سپرده‌ها را ۱۵ درصد اعلام کرد و گفت: لازم است که نرخ‌های اعلام شده از ۱۱ شهریورماه در بانک‌ها اعمال شود. پیمان قربانی درباره تصمیمات اتخاذ شده درخصوص نرخ سودبانکی، گفت: دردولت یازدهم نرخ تورمازبالای ۴۰ درصد به تك رقمی تنزل یافت ودرحال حاضر نیز استمرار دارد. قربانی ادامه داد: با وجود کاهش نرخ تورم یکی از مضرات چسبندگی نرخ سود درنظام بانکی بود که باعث می شود سرمایه گذاری از این مجرا اثرمنفی بپذیرد. معاون اقتصادی بانك مرکزی از ورود جدی این بانك به بازار بین بانکی خبرداد و افزود: نرخ سود بازار بین بانکی که به ۲۱ درصد افزایش یافته بود به محدوده ۱۸ تا ۱۹ درصد کاهش یافته است یعنی سه واحد درصد کاهش یافت. و بازفراهم شدن زمینه مناسب تری برای کاهش نرخ سود خبر داد و افزود: دراین زمینه گام هایی برداشته شده است وهدف این بوده که بانك مرکزی ذینفعان نظام بانکی را به درستی در نظربگیرد. در این زمینه سعی شدکه نرخ‌های سود برای سپرده گذاران مثبت و واقعی باشد و تورم را جبران کند و قدرت خرید سپرده های مردم حفظ شود. وی از قرارگرفتن بخشنامه جدید تا ساعاتی دیگر درپایگاه بانك مرکزی در خصوص نرخ سود بانکی خبر داد و گفت: از ابتدای روز شنبه ۱۱ شهریورماه ۹۶ بانك ها موظفند نرخ سود سپرده های مدت دار یك ساله را که حداکثر ۱۵ درصدتعیین شده رابه صورت دقیق رعایت کنند و نرخ سود علی‌الحساب مذکور برای سپرده های روزشمار حداکثر ۱۰ درصد است. معاون اقتصادی بانك مرکزی تصریح کرد: نرخ‌های سود علی الحساب بوده وتسویه باید پس ازمحاسبات و کسر نرخ سود علی‌الحساب انجام وامکان‌پذیر باشد. نرخ سود سپرده ها ۵ واحد درصد بالاتر از نرخ تورم است وبخشنامه جدید ناقض قراردادهای قدیمی نیست.

معاون اقتصادی بانك مرکزی باتاکید بر این که این بانك همواره سعی کرده توجه ویژه ای به موضوع تولید و اشتغال داشته باشد گفت: درسال گذشته درباره تامین مالی بنگاه های کوچك ومتوسط اطلاع رسانی شد و امسال نیز براساس بخشنامه ها و تصمیمات اتخاذ شده گام های بلندتری برداشته خواهدشد اما نرخ سودهزینه تامین مالی را برای فعالیت های اقتصادی بالا برده بود.

قربانی افزود: نرخ سودکه هزینه تامین مالی را برای فعالیتهای اقتصادی بالا برده بود، باید اقدامی درباره آن صورت می‌گرفت و چسبندگی نرخ سود ایجاد شده بود که ۳ دلیل عمده از جمله انجماد دارایی‌ها، موسسات مالی غیرمجاز و برخی اقدامات سپرده گیری توسط برخی نهادها مثل خودروسازان بود. وی تصریح کرد: همان طور که ازابتدای فعالیت دولت دوازدهم برآن تاکید شد، بانك مرکزی نیز درهمین راستا درباره نرخ سود تصمیم گیری‌هایی انجام داده است ودرهمین راستا در گام نخست برای اصلاح نظام بانکی، اقدامی بلندمدت‌تر شروع شد و درحال اجرا است. سپس درباره موسسات مالی واعتباری غیرمجاز نیز تصمیم گیری جدی انجام داده تا فعالیت این موسسات مانند گذشته دربخش بانکی اختلال ایجاد نکند و در ماه های آینده شاهد حذف آنها از اقتصاد کشور خواهیم بود. این مقام مسئول دربانك مرکزی دیگر اقدام بانك مرکزی دراین جهت را هماهنگی بازار پول و بازارسرمایه عنوان کرد و افزود: بزودی اوراق خرید گندم وسخاب به بازار سرمایه می رود واطلاع رسانی ازسوی بورس صورت می گیرد. به گفته قربانی، ورود جدی به بازار بین بانکی باعث شد تا این نرخ از ۲۱ درصد به ۱۸ تا ۱۹ درصدکاهش پیدا کند وهم چنان روند آن ادامه خواهد داشت. معاون اقتصادی بانك مرکزی گفت: همچنین طی هفته‌های اخیر اضافه برداشت بانك ها به خطوط اعتباری آنها تبدیل شد و براساس محاسبات، درحوزه‌های اعتباری ونظارتی بانك مرکزی، نرخ سود تسهیلات وخطوط اعتباری و بازار بین بانکی ۱۸ درصد شد و اگراین تسهیلات با تودیع وثیقه ازسمت بانک‌ها باشد، این رقم به ۱۶ درصد کاهش پیدا می‌کند و سررسیدها نیز باهماهنگی بانک ها انجام می شود.

ادامه دارد

با درود به ایرانیان عزیز

این هفته با ثبات نسبی نرخ ارز همراه بود قیمت نفت با دو تا سه دلار در هر بشکه تغییر تاثیر زیادی در ارزش دلار کانادا نداشت و وضعیت اقتصادی کانادا هم در این هفته بحرانی را در پی نداشت.

جالب این که در ایران هم برابری ریال با سایر ارزها تقریبا ثابت مانده است.

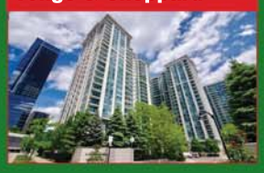
آخرین نرخ انواع ارز:

دلار نقدی کانادا	از ۳۰۷۵ تا ۳۰۹۵
دلارحواله کانادا	از ۳۰۷۰ تا ۳۱۰۰
دلار نقدی امریکا	از ۳۸۹۰ تا ۳۹۱۰
دلار حواله امریکا	از ۳۸۹۰ تا ۳۹۱۰
طلا	از ۱۶۱۰ تا ۱۶۲۰
درهم	از ۱۰۴۸ تا ۱۰۴۹
نفت	از ۴۷ تا ۴۹

شاپور تنباکویی، روزنامه نگار و متخصص امور ارزی است
وی مدیریت ارز ملل در تورنتو را بعهده دارد
416-830-6500

لیستینگ‌های فروش و اجاره استثنایی در این هفته

Yonge & Sheppard



آپارتمان ۱+۱ خوابه
نزدیک یانگ و ۴۰۱
$478,888

Sheppard & Leslie

کاندو تاون هاوس ۳+۱ خوابه
یک ساله، بسیار لوکس
$1,198,000

Woodbine & 16th

خانه مستقل ۴+۲ خوابه
بیسمنت آپارتمان با درب مجزا
$1,688,000

Yonge / Major Mac

خانه ۳ خوابه
در بهترین نقطه، با تراسی بزرگ
$2,200 / mo

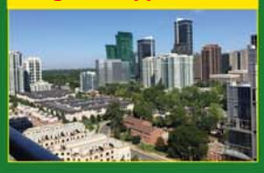
Bathurst / Teston

خانه ۴ خوابه، ۳۶۰۰ اسکوئرفیت
آشپزخانه عالی با وسایل استیل
$3,350 / mo

Bloor & Yonge

آپارتمان ۲ خوابه با ۲ سرویس
با دید عالی به دریاچه
$3,400 / mo

Yonge / Sheppard



آپارتمان ۱+۱ خوابه
نزدیک یانگ و ۴۰۱
$1,850 / mo

Bristol / River Grove

خانه ۲ خوابه با
زیرزمین مستقل با ورودی مجزا
$1,400 / mo

Sales Rep

بهادر دوانی

Email: davani@rogers.com

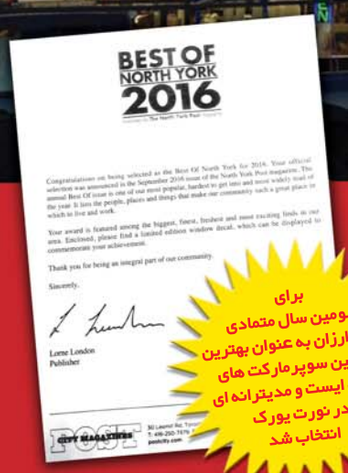
416.618.4848

BAHADOR DAVANI
SALES REPRESENTATIVE
MEMBER OF TORONTO
REAL ESTATE BOARD

HOMELIFE LANDMARK REALTY INC.
7240 WOODBINE AVE ,
MARKHAM ON L3R 1A4
TEL; (905)305-1600 FAX: (905)305-1609

در پلازای ایرانیان

سوپر ارزان



برای سومین سال متمادی سوپر ارزان به عنوان بهترین در بین سوپرمارکت های میدل ایست و مدیترانه ای در نورث یورک انتخاب شد

اسپشیال‌های این هفته سوپر ارزان:

آبمیوه آناناب
سه عدد
$5

رب گوجه سبزدانه وِبدر، امید، حسنی
دو عدد
$5

رب گوجه زرین صدف یک‌ویک
دو عدد
$7

رب گوجه اروم آدا
دو عدد
$6

خیارشور اِروم آدا، حسنی
دو عدد
$5

سیر سفید کراون Crown
سه عدد
$5

سیر قهوه‌ای کراون Crown
دو عدد
$5

آش رشته ان سی
دو عدد
$5

ترشی Crown
دو عدد
$5

زیتون کراون Crown
دو عدد
$5

عسل کراون Crown
دو عدد
$5

قند مجلسی و قند جم
چهار بسته
$5

نوشابه ایرانی زمزم
جعبه ۱۲ تایی
$9.99

نان با کیفیت سوپر ارزان

6103 Yonge St. (South of Steeles)
416-590-1234 , 416-222-4726

دکتر رامین سیروسی LLQP, IFIC

متخصص و کارشناس رسمی بیمه با سالها تجربه درخشان

416.418.8587

پزشک فارغ التحصیل از دانشگاه تهران و آشنا به تمام مسائل پزشکی بیمه‌ها – نماینده رسمی و قراردادی ۲۴ شرکت اصلی بیمه در کانادا

"صداقت بهترین تبلیغ است"

- ارزانترین نرخ بیمه مسافرتی و ویزیتور از معتبرترین شرکت‌های بیمه
- بیمه برای افتتاح مطب پزشکی و نیز مطب دندانپزشکی
- بیمه عمر با کمترین هزینه و امکان بازگشت پول شما Cash Back
- متخصص در بیمه دندان و دارو برای شرکت ها و بیزینس‌ها با پوشش دندان و دارو تا ۳ هزار دلار در سال برای هر کارمند
- بیمه مورگیج شما با نصف هزینه بیمه مورگیج از بانک
- بیمه‌های دارویی و دندانی با بهترین شرایط و مناسب‌ترین قیمت
- بیمه پرداخت هزینه مورگیج شما در صورت ازکارافتادگی و بیماری
- بیمه برای افرادی که به دلایل پزشکی شانس گرفتن بیمه عمر ندارند
- مشاوره اولیه کاملا رایگان و بدون هیچ تعهدی

تمام سوالات شما بصورت صادقانه پاسخ داده می‌شود

بیمه عمر تهیه کنم یا نه؟

رامین سیروسی
مشاور ارشد بیمه

در این هفته می‌خواهم به اهمیت بیمه عمر اشاره کنم و صحبتی داشته باشم در این مورد که چرا به عقیده بسیاری از آگاهان امور مالی، بیمه عمر جزو هزینه‌های واجب زندگی است و در صورت نداشتن بیمه‌ی عمر چه مسائلی می‌تواند در انتظار خانواده‌ی شما باشد. بیمه عمر همانطوریکه از اسم آن مشخص است، عمر شخص را بیمه می‌کند و در صورت فوت شخص، مبلغ مشخص شده‌ای را به ذی‌نفع (Beneficiary) می‌پردازد. با گرفتن بیمه عمر توسط خانواده‌ها، بقای اقتصادی خانواده حفظ می‌شود. در صورت فوت مرد، پولی که به خانواده او پرداخت می‌شود، کمک می‌کند تا همسر و فرزندان او بتوانند مسائل مالی زندگی را حل کنند. مثالی می‌زنم. فرض کنید که در یک خانواده، خانم و آقا هر دو کار می‌کنند و خانم ماهانه ۳ هزار دلار و آقا ۶ هزار دلار درآمد دارد. کل درآمد این خانواده ۹ هزار دلار خواهد بود. از مبلغ درآمد ۹ هزار دلاری، حدودا ۲۰ تا ۲۵ درصد آن مالیات بر درآمد می‌باشد. در نتیجه پس از کسر مالیات حدود ۷ هزار دلار در ماه برای این خانواده باقی خواهد ماند. حال فرض کنید که این خانواده در ماه معادل ۳ هزار دلار بابت وام مسکن خانه، حدود ۵۰۰ دلار بابت هزینه خوردوخوراک، ۱۰۰۰ دلار هزینه ماشین، و ۱۰۰۰ دلار هزینه تامین فرزندان و تحصیل آنها را بپردازند. در نتیجه کل هزینه آنها حدود ۶۵۰۰ دلار خواهد بود.

اکنون دو رقم بالا یعنی درآمد و هزینه را که مقایسه کنید، در می‌یابید که از ۷ هزار دلار درآمد، معادل ۶۵۰۰ دلار آن بابت هزینه‌های ماهانه خرج می‌شود. این خانواده در ماه حدود ۵۰۰ دلار می‌تواند پس‌انداز کند.

حال فرض کنید بدنبال یک بیماری یا یک سانحه، آقا فوت کند. پس از فوت پدر خانواده، هزینه‌های خانواده در حد ۶۵۰۰ دلار در ماه باقی مانده است ولی درآمد خانواده تنها محدود به درآمد خانم یعنی معادل ۳ هزار دلار در ماه خواهد بود. در نتیجه حالا هزینه‌های خانواده به مراتب بیشتر از درآمد آن است. به عبارت دیگر این خانواده هر ماه معادل ۳۵۰۰ دلار کسری دارد و ناگزیر است که برای آن چاره‌ای بیاندیشد.

یکی از راه‌ها قرض کردن از منابعی مانند Line of Credit می‌باشد که برای مدت کوتاه ممکن است جوابگو باشد ولی با گذشت زمان و ادامه کسری فوق، این وضعیت نمی‌تواند ادامه پیدا کند و خانواده دچار فشار مالی شدیدی خواهد شد. کاربرد بیمه عمر در اینجاست. اگر این آقا ماهانه ۵۰ تا ۱۰۰ دلار برای تهیه بیمه عمر کنار می‌گذاشت، می‌توانست بین ۱۵۰ تا ۲۰۰ هزار دلار بیمه عمر تهیه کند. این بیمه پشتوانه‌ای برای همسر و فرزندان او بود و در نتیجه پس از ازدست دادن پدر، خانواده و همسر او می‌توانستند تا مدتها مسائل مالی خود را حل کنند. متاسفانه هیچ چیزی جای خالی از دست دادن پدر را پُر نمی‌کند ولی تهیه بیمه عمر می‌تواند بار مالی ناشی از این فقدان را به حداقل برساند. خانواده او پس از او با بدست آوردن ۲۵۰ هزار دلار، دیگر لازم نیست به فکر قرض گرفتن یا فروش خانه باشند و فرزندان او می‌توانند برای دانشگاه خود، پشتوانه مناسبی داشته باشند و بتوانند در جایی که دوست دارند تحصیل کنند.

پرداخت ماهانه ۵۰ تا ۱۰۰ دلار مسلما هیچ فشاری به این خانواده نمی‌آورد. به یاد بیاوریم که این خانواده ماهانه ۵۰۰ دلار پس از کم کردن همه هزینه‌ها، پس‌انداز داشت؛ که در نتیجه می‌تواند ماهانه مبلغ ۵۰ تا ۱۰۰ دلار را برای آرامش خود کنار بگذارد.

بیمه عمر انواع مختلفی دارد و صحبت کردن با یک مشاور دلسوز و آگاه می‌تواند به شما در یافتن مناسب‌ترین بیمه کمک کند.

رامین سیروسی پزشک از دانشگاه تهران و مشاور ارشد بیمه

نروژی ها شفاف ترین حساب و کتاب مالی جهان را دارند

در گذشته حقوق نروژی‌ها در یک کتاب چاپ شد؛ فهرستی از درآمد، دارایی و مالیاتی که هر فرد پرداخته را می‌شد در قفسه کتابخانه عمومی پیدا کرد. این روزها اطلاعات به صورت آنلاین قابل دسترسی است و با کمی جستجو روی صفحه کامپیوتر شما ظاهر می‌شود.

تام استاوی، دبیر اقتصادی روزنامه "وی جی" می‌گوید: شفافیت مهم است و بخشی از اهمیت آن هم به این دلیل است که نروژی‌ها مالیات زیادی می‌دهند؛ برای مثال در حالی که به طور متوسط مالیات یک بریتانیایی ۳۳/۳ درصد و مالیات یک فرد مقیم اتحادیه اروپا فقط ۳۰/۱ درصد درآمدش است، یک نروژی به طور متوسط ۴۰/۲ درصد درآمدش را مالیات می‌دهد.

استاوی می‌گوید: "وقتی شما این قدر زیاد می‌پردازید باید بدانید که بقیه هم همین کار را می‌کنند و همچنین باید بدانید که مالیات شما در جای درستی مصرف می‌شود. ما باید به سیستم مالیات و سیستم خدمات اجتماعی خودمان اعتماد داشته باشیم."

فایده‌های این کار خیلی بیشتر از ضررهای احتمالی ناشی از حسادت دیگران به درآمد شما است.

در واقع در بیشتر محیط‌های کاری مردم بدون این که بخواهند به زندگی همکارشان سرک بکشند تا حد زیادی می‌دانند که او چقدر حقوق می‌گیرد. تفاوت حقوق زن و مرد نیز در نروژ کم است. به گزارش مجمع جهانی اقتصاد نروژ از نظر برابری حقوق زن و مرد در کارهای مشابه در میان ۱۴۴ کشور در رتبه پنجم قرار دارد (ایران در رتبه ۱۳۹ این جدول است).

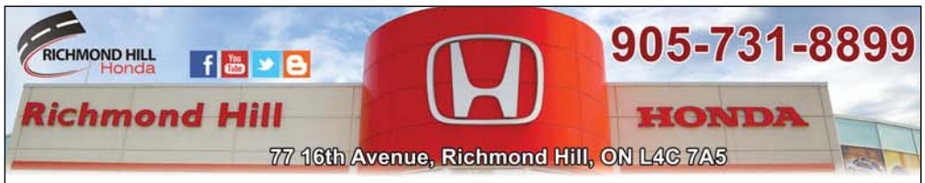
بنابراین اطلاعاتی که از فیسبوک به دست می‌آید نباید چندان هم موجب تعجب شود. اما کار خاصی که تام استاوی و دیگر همکاران دولتی‌اش انجام دادند این بود که مردم را وادار کنند تا قبل از فضولی در مورد حقوق دوست، همسایه و همکارشان، بیشتر فکر کنند.

نروژی‌ها حالا برای دانستن حقوق یک فرد باید اول شماره شناسایی ملی خود را وارد سایت کنند تا بتوانند به اطلاعات مربوط به مالیات یک نفر دسترسی پیدا کنند و در سه سال اخیر هم نمی‌توان این کار را به صورت ناشناس انجام داد.

هانس کریستین هولته، رئیس اداره مالیات نروژ می‌گوید: "از سال ۲۰۱۴ این امکان فراهم شده تا کسی که در مورد اطلاعات شما جستجو کرده را پیدا کنید. پس از این تعداد جستجوها به میزان قابل توجهی افت کرد و در حدود یک دهم شد."

جمعیت نروژ ۵ میلیون و ۲۰۰ هزار نفر است که حدود ۳ میلیون نفر از آن‌ها مالیات می‌دهند. مسئولان مالیاتی در سال قبل از برقراری محدودیت ۱۶ میلیون و ۵۰۰ هزار مورد جستجو را ثبت کردند، در حالی که الان میزان آن حدود ۲ میلیون مورد جستجو در سال است. طبق تحقیقی که به تازگی انجام شد

←۱۳



اتومبیل منتخب ایرانیان ریچموندهیل هوندا

تیم فروشنده گان ایرانی در خدمت هموطنان ایرانی و فارسی زبانان ریچموندهیل و حومه

RICHMOND HILL Honda

سرویس برتر

سینا مسعودی
نماینده فروش
416-561-7610

کوروش عبادی
مدیر فروش
647-444-7172

اردلان قاسمی
نماینده فروش
647-818-0090

PHONE: (905)731-8899
TOLL-FREE 877-771-6744
richmondhillhonda.com
kebadi@rhhonda.com

نام هایی که میشناسید با سالهاسابقه در خدمت شما

HONDA Certified Used Vehicles

UNLOCK A DEAL 0.99% LEASE OR FINANCE FROM 0.99% ON SELECT 2014 MODELS

HONDA

در دوران بیماری ، تعهدات ما را پرداخت خواهد کرد؟

محمد رحیمیان
مشاور ارشد بیمه

مطلب امروز را با نوشته‌ای از خوانندگانمان آغاز می کنیم:

۴۵ ساله هستم و اکنون که برایتان می‌نویسم مبتلا به بیماری سرطان شده‌ام. از روز تشخیص این بیماری تا کنون با مشکلات زیادی روبرو بوده‌ام. از زمانی که متوجه تغییراتی در سلامتی‌ام شدم تا روز رسیدن به متخصص مربوطه چهار ماه انتظار کشیدم و پس از آن سه ماه دیگر در نوبت شیمی درمانی قرار گرفتم. فکر کنم خودتان می‌توانید حدس بزنید که سرطان در این مدت چقدر فرصت رشد و گسترش دارد. متاسفانه توان مالی خانواده من اجازه راه دیگری را نداد و من که شاید اگر در ابتدا درمان را شروع کرده بودم در وضعیت بهتری بودم، حالا در استیج سه بیماری هستم. در حالی که متاسفانه تازه متوجه شدم که اگر بیمه داشتم با پول آن می‌توانستم برای درمان به جایی دیگر بروم و طبعا امید سلامتی‌ام بیشتر از امروز بود....

زندگی بدون بیماری و تصور شرایطی همواره سرشار از سلامتی بسیار زیباست. طبعا فکر کردن در باره بیماری ها، بسیاری از افراد را دچار نگرانی و اضطراب می کند. از بیماری‌های قلبی گرفته تا سرطان‌ها و حتی افسردگی جزو نگرانی‌های مهم دنیای امروزی است. بیماری‌های قلبی مهمترین عامل بیماری سخت و فوت در هر دو جنس زن و مرد است.

به اطرافتان نگاهی بیندازید، چه کسانی را دوست دارید؟ به چند نفر متعهدید؟ خانه‌ای دارید؟ خانه شما در چه مرحله‌ای است؟ اگر به بانک مقروضید در صورت بیماری‌تان چه کسی آن را پرداخت می‌کند؟ آیا بیماری‌های شایع امروز و هزینه های جانبی و روزانه زندگی فرصتی به من و شما می‌دهد؟ آیا دیده‌اید کسانی به خاطر بیماری حتی با توجه به داشتن پوشش دولتی زندگی سختی را تجربه کرده‌اند. اموالی که گویا سالیان سال زحمت کشیده‌اند را به چشم زدنی کوتاه از دست داده‌اند ویا فرصت‌های شغلی و زندگی. آنچه مشخص است اینکه از هر ۲ نفر ، ۱ نفر در طول زندگی دچار یکی از بیماری‌های سخت خواهد شد و اگر من و شما هنوز سلامت هستیم، فرصتی داریم برای حفظ خود و یا عزیزانمان در زمان حیات. همه ما شاهد بوده و هستیم افرادی با بیماری دست و پنجه نرم می‌کنند و مجبورند بدون حتی استراحت کار کنند، چه بسا همان کار کردن بیماری را تشدید کند. عاقلانه این است که برای روزهای بیماری چاره‌ای بیندیشیم تا از عهده روال عادی زندگی و هزینه‌های درمان بدون کارکردن برآییم بیمه بیماری‌های سخت، به صورت دوره های ۵ ، ۱۰ ، ۲۰ ، ۶۵ و همچنین ۷۵ و ۱۰۰ سالگی فرد بیمه شده عرضه می‌شود. درنمونه کاملتری، بیمه شده می‌تواند در صورت عدم وقوع بیماری، تمامی مبالغ پرداختی حق بیمه را دریافت نمایند. این بیمه معمولا از ۳ بیماری رایج: سکته قلبی، سکته مغزی و سرطان شروع شده و می‌تواند تا ۳۲ مورد (با توجه به سن) را تحت پوشش قرار دهد. در نمونه‌ای از بیمه بیماری‌های سخت به گونه‌ای طراحی شده است که به همراه بیمه عمر است و در این صورت هر کدام زودتر حادث شد (عمر و یا بیماری سخت)، از طرف شرکت بیمه بطور یکجا، آنهم معاف از مالیات، قابل پرداخت باشد.

قتباس www.cover4u.ca!

از خوانندگان و علاقمندان دعوت به عمل میآوریم که تجربه های خوب وبد خود را پیرامون بیمه با ما در میان بگذارند. مطالب این مقالات صرفن درجهت اطلاع رسانی میباشد و به هیچ عنوان جایگزین مشاوره با متخصصین مربوطه نمیشود.

news@insufin.com
www.insufin.com
www.youtube.com/sherkatbimeh
۹۰۵۳۷۰۰۰۱۱

محمد رحیمیان کارشناس ارشد بیمه و سرمایه گذاری و عضو رسمی مشاوران متخصص بیمه و امور مالی کانادابه شماره ثبت ۲۰۶۵۸۱۷ است

← ۱۲

۹۲ درصد مردم گفتند که به زندگی مالی دوستان، خانواده و آشنایان سرک نکشیده‌اند. نلی‌بیورگ، زنی که من در یکی از خیابان‌های اسلو ملاقات کردم، گفت: "قبلا جستجو می‌کردم اما حالا اگر این کار را بکنید معلوم می‌شود و من هم دیگر چنین کاری نمی‌کنم. راجع به بعضی همسایه‌ها کنجکاو بودم، همین طور در مورد اشخاص معروف و خانواده سلطنتی. فهمیدن این که پولدارها تقلب می‌کنند خوب است اما شما همیشه نمی‌توانید مچ آن‌ها را بگیرید چون به شیوه‌های مختلف درآمدشان را کم نشان می‌دهند."

فهرست مالیاتی فقط درآمد خالص را به مردم می‌گوید نه میزان دارایی و مالیات پرداختی. برای مثال فردی که املاک وسیعی دارد احتمالا خیلی ثروتمندتر از چیزی است که شما می‌توانید در فهرست پیدا کنید، برای این که ارزش ملک در اسناد مالیاتی بسیار کمتر از ارزش واقعی آن‌ها در بازار، نشان داده می‌شود.

هگه گلاد، معلمی در جنوب اسلو زمانی را به یاد می‌آورد که مردم در دوران جوانی برای خواندن کتاب "قطور" درآمد و مالیات که سالی یکبار چاپ می‌شد، صف می‌کشیدند: "پدر من هم یکی از مشتاقان آن کتاب بود. وقتی به خانه می‌آمد حال خوشی نداشت زیرا اسم همسایه ثروتمند ما را به عنوان آدمی با درآمد کم، بدون ملک و از همه بالاتر با مالیات کمی که داده بود در فهرست می‌دید."

او پس از این که قرار شد وضعیت مالی همه در نروژ شفاف باشد، تبعات منفی این تصمیم را در مدرسه‌اش دید: "یادم هست یکبار که به مدرسه رفتم گروهی از پسران را دیدم که می‌خواستند با آب و تاب از پول فراوانی که پدر یکی از همکلاسی‌ها درمی‌آورد با من حرف بزنند. متوجه شدم که تعدادی از پسرها که جزو گروه این‌ها بودند، کمتر حرف می‌زنند و دیگر تمایلی به معاشرت با آن‌ها ندارند. حال و هوای جالبی نبود."

همچنین داستان‌های دیگری هم وجود داشت در مورد بچه‌هایی که به دلیل درآمد پایین پدرانشان با تمسخر همشاگردی‌ها روبرو شده بودند.

با این حال هانس کریستین هولته می‌گوید که دولت حالا توانسته توازن را برقرار کند. در واقع اجازه نیافتن برای جستجوی ناشناس در مورد دارایی مردم موجب شده تا تبهکاران علاقه‌ای به هدف قرار دادن ثروتمندان نداشته باشند.

هرچند محدودیت‌هایی که از سه سال پیش به وجود آمده هم نتوانسته مانع افشاگری در مورد کسانی که مظنون به تقلب هستند، شود.

آقای هولته می‌گوید: "ما افرادی را که با جستجوهایشان به ما کمک می‌کند تا فرارهای مالیاتی را کشف کنیم، دوست داریم و میزان اطلاعاتی که از این راه به دست می‌آوریم کم نشده. شاید فضولی در زندگی مردم کم و بیش از بین رفته باشد اما شما هنوز به شکل قانونی می‌توانید جستجو کنید و گاهی هم نتایج خوبی از آن به دست می‌آید."

صاحبخانه مرموز

کامران انواری
بروکر املاک

ماجرایی که می‌خواهم تعریف کنم کاملاً واقعیه، منظورم اینه که برای من اتفاق افتاده خوب اگر بخواهم صادق باشم بیشترش واقعیست، داستان مربوط به ده سال قبل می‌شود و می دانید که بعضی خاطرات قدیمی در ذهن انسان ممکن‌است کمی تغییر کرده باشد، راستش الان که تصمیم گرفتم آنرا برایتان تعریف کنم خیلی به ذهن خودم فشار می‌آورم که آنرا با جزئیات دقیق بازگو کنم ولی برایم روشن نیست که چقدر ازآن حاصل این تغییرات و چه میزانِ برداشت من از این اتفاق است. حتماً می‌دانید که یک اتفاق از دید مردم جورهای مختلفی دیده می‌شود ، من و شما هر دو یک ماجرا را می‌بینیم ولی تخیلات خودش را به جای واقعیت برای شما تعریف می‌کند ؟ من به آدم‌های بزرگسال با این کیفیت برخورد داشته‌ام و همیشه از خودم پرسیده‌ام چطور ممکن‌است کسی تا این حد در تخیلات خودش غوطه ور باشد.

اما داستان من که تقریباً ده سال پیش اتفاق افتاد با یک تلفن شروع شد، یک مشتری به من زنگ زد و گفت که تمایل دارد خانه‌ای بخرد، چند سوال مقدماتی از ایشان پرسیدم در مورد بودجه اش و محلی که تمایل دارد خرید کند و به ایشان قول دادم که بزودی ملک مورد نظرش را پیدا می‌کنم و با او تماس می‌گیرم.

من مشاور املاک هستم. کار من مشاوره دادن به مشتری و انجام امور مربوط به خرید و فروش ملک است. حافظه خوبی دارم، بیشتر کسانی که فقط با من یک تماس تلفنی داشته اند و من هرگز آنها را ندیده‌ام وقتی دوباره و بعد از مدتی به من زنگ میزنند تا سُوالی را بپرسند تعجب می‌کنند که من حتی جزئیات مکالمه قبلی را به خاطر می‌آورم. تقریباً تمام مشتری‌های خودم حتی تمام کسانی را که یکبار به دیدن خانه ای برده‌ام یا در مورد فروش خانه ای به سوالاتشان جواب داده‌ام به خاطر دارم. اما باید اعتراف کنم هر چه به مغزم فشار می‌آورم این یک مشتری را یادم نمی‌آید، اصلا صورتش را نمی‌توانم مجسم کنم، نمی‌دانم فعالیت من در مورد او به نتیجه رسید و ایشان خانه‌ای از طریق من خریداری کرد یا نه، ولی یک چیز را مطمئنم، من آنروز ایشان را به دیدن خانه‌ای بردم. این قطعیست اما اسم ایشان یا چهره‌اش یا اینکه چه پوشیده بود اصلا و ابدا یادم نمی‌آید. من آنروز خانه‌ای با مشخصاتی که مورد نظرش بود در بازار پیدا کردم با قیمتی کمتر از حد معمول و متعجّب شدم که چرا تا کنون در چنین بازار داغی به فروش نرسیده است. بنابراین مانند اینکه کشف بزرگی کرده باشم بلافاصله با ایشان تماس گرفتم و گفتم تمایل دارم هر چه سریعتراین خانه را با هم ببینیم. فورا با شرکتی که این خانه را آگهی کرده بود تماس گرفتم و تقاضا کردم ترتیب دیدن این خانه را برای من و مشتریم بدهد.

معمولاً رسم بر اینست که بعد از چنین تماسی یک پیامک ازشرکت طرف مقابل دریافت می‌کنم این پیامک با آدرس ملک مورد نظر و کلمه "تایید" شروع می‌شود و سپس در متن، توضیح مختصری از نحوه کار می‌دهد مثلاً می‌گوید خانه خالیست یا احتمال حضور مستاجر در خانه هست حتماً قبل از ورود زنگ بزنید، کفشهایتان را در بیاورید، چراغ‌ها را قبل از خروج خاموش کنید یا مثلاً ممکن‌است بچه خواب باشد زنگ نزنید، مطمئن شوید در را هنگام خروج قفل می‌کنید یا خانه خالیست کلید را از جعبه‌ی که که به نرده آویزان است و رمزش اینست بردارید از آنجائیکه من آنروز عجله داشتم که خانه را سریعتر نشان مشتری بدهم متن پیامک را نخواندم و با دیدن کلمه "تایید" با عجله داخل اتومبیلم پریدم، خریدار را سوار کردم و به سمت ملک مورد نظر حرکت کردیم. همیشه عادت دارم که به هر حال زنگ بزنم. اگر کسی در را باز نکرد به فکر پیدا کردن کلید بیفتم بگذریم به محل مورد نظر رسیدیم از بیرون خانه بسیار زیبایی بود احتیاج به تعمیراتی داشت روکش پشت بام حتماً باید تعویض می‌شد خانه کهنه بنظر می‌رسید ولی ظاهرش دلچسب بود، به دل می‌نشست، اتومبیل را جلوی خانه پارک کردم، هر دو پیاده شدیم کمی خانه را بر انداز کردیم و من انگشتم را روی زنگ گذاشتم، کمی طول کشید، هیچ صدای پایی یا حرکتی مشاهده نشد، دنبال تلفن همراهم که داخل اتومبیل جا گذاشته بودم رفتم که پیامک مربوطه را بخوانم و دنبال کلید بروم اما در باز شد شخصی که در را باز کرده بود لباس مرتبی پوشیده بود کراوات هم زده بود موهایش نه بلند بود نه کوتاه، سنّ و سالش را نمی‌شد درست تشخیص داد صورت مسخ شده‌ای داشت. حتی نتوانستم تشخیص بدهم که مرد است یا زن، در را باز کرد و با نگاه ما را به داخل دعوت کرد، طبق معمول سلام و تعارفی کردم ولی بنظرم رسید خیلی مایل به صحبت نیست، آدم گرمی نبود، پیش خودم گفتم شاید مستخدم خانه باشد هر دو کفش‌ها را در آوردیم داخل و به تماشای خانه مشغول شدیم آن شخص همانجا کنار در ایستاده بود خیلی مستقیم شق و رق، دستش هنوز به دستگیره در نیمه باز بود، حرکت زیادی نداشت بقول معروف عصا قورت داده بود بی حرکت با نگاهی بی احساس به جلو. از حق نگذریم خانه قدیمی و زیبایی بود از آن خانه‌ها که این‌روزها دیگر نمی‌سازند و مشتری‌ها همیشه به دنبالش می‌گردند با اینکه همه چیز مرتب بود ولی گرد و غبار سیکی روی همه چیز نشسته بود و گاهی تار عنکبوتی روی چراغ‌ها مشاهده می‌شد. معلوم نبود کسی اینجا زندگی می‌کند یا نه، میزبان ما هم که اهل صحبت نبود، راستی اگر مستخدم اینجا بود چرا نظافت نکرده بود.

خانه یک طبقه بود، سالن بزرگی داشت، یک آشپزخانه قدیمی و جادار که به سادگی می‌شد فهمید مدت‌ها در آن پخت و پز نشده است، از همه مهمتر مشتری از خانه خوشش آمده بود. از چهره‌اش می‌توانستم بفهمم که خانه را می‌خواهد گفت همانیست که مدت‌ها دنبالش می‌گشته، توصیه کردم حالا که خانه را دوست دارد به جزئیات آن بیشتر توجه کنیم ، پرده‌ها را کنار زدم تا میزان نور خانه را بهتر ببینیم و با کنار زدن پرده‌ها زیبایی خانه صد برابر شد. چه حیاط قشنگی داشت، با خودم گفتم چه کسی با وجود چنین حیاط زیبایی پرده‌ها را می‌بندد، برگشتم به طرف میزبان، حرکت نکرده بود، همانطور دستش به دستگیره و در را باز نگه داشته بود انگار منتظر بود ما برویم در را ببندد، فقط زیبایی حیاط نبود، آنچه آنرا فوق‌العاده کرده بود باغ بزرگ پشت حیاط بود انگار این خانه به بهشت متصل بود.

همینطور که الان این داستان را برای شما تعریف می‌کنم آنروز هم یک لحظه فکر کردم خواب می بینم اما نه بیدار بودم، چطور چنین خانه‌ای در بازار مانده بود، باور می‌کنید یا نه ولی آدرس این خانه را هم بیاد نمی‌آورم وگرنه خیلی دوست داشتم به آنجا برگردم و یکبار دیگر آنجا را ببینم، خواب نبودم همانطوریکه الان نیستم، من به آنجا رفتم و مشتری هم برای خانه بردم این مسلّم است.

به مشتری پیشنهاد کردم کفش‌ها را بپوشیم و گشتی در حیاط بزنیم مشتری من که خیلی ذوق زده شده بود زودتر کفش‌ها را آورد و پوشید و داخل حیاط شد، بقدری شیفته باغ بزرگ پشت حیاط شده بود که بلافاصله خودش را به انتهای حیاط رساند و از روی دیوار کوتاه خم شد تا باغ را بهتر نگاه کند من هنوز کفشهایم را به درستی نپوشیده بودم که دیدم ایشان برگشت و گفت خواهش می‌کنم زودتر از اینجا برویم، از اینجا خوشم نیامده است. کفش‌ها را در آورد به دست گرفت و مستقیم به سمت در رفت من که کنجکاو شده بودم با عجله خودم را به انتهای حیاط رساندم باغ را از نزدیک دیدم و تازه متوجه شدم که چرا مشتری با این عجله تصمیمش عوض شد. به شانس خودم زیر لب بد و بیراه گفتم، خانه به این قشنگی چرا باید اینجا ساخته می‌شد، این باغ مربوط به قبرستانی بود که پشت خانه قرار داشت، البته سنگ قبرها هنوز ده‌ها متر با این خانه فاصله داشتند ولی خوب بزودی جلوتر می‌آمدند و می‌توان حدس زد که یک روز که صاحبخانه در حیاط منزل خودش قدم می‌زند یا در یک روز یکشنبه با فنجان چای در حیاط منزل خودش به قصد تمدد اعصاب نشسته است باید شاهد مراسم تدفینی هم در پشت حیاط خانه باشد و شریک اندوه بسیار بازماندگان مرحوم، اشکالی هم ندارد، ولی خوب بعضی خریدارها خوششان نمی‌آید یعنی چطور می‌شود در این خانه با شادی زندگی کرد اگر بخواهی هر روز شاهد مراسم تدفین باشی، شاید یک روز بخواهی در حیاط منزل جشنی بگیری یا عروسی برگزار کنی آنوقت به احترام متوفّی همه باید سکوت کنند. خوب کاری نمی‌شود کرد به ناچار بر گشتم کفش‌ها را در آوردم به دستم گرفتم و به دنبال خریدار می‌گشتم میزبان ساکت و کم تحرک ما با نگاه و اشاره‌ای موزون به من حالی کرد خریدار خارج شده است، تشکر و خداحافظی کردم راستش یک کمی هم پیش ایشان خجالت زده شدم، از اینکه این‌همه منتظر ما شد که بفهمیم باید دنبال کارمان برویم. سری تکان داد و در را پشت سر من بست. مشتری داخل اتومبیل منتظر من بود، منهم سوار شدم، تلفنم را پیدا کردم با دلخوری به صفحه تلفن نگاهی انداختم و متن پیامک به چشمم خورد "تایید"کلید روی جعبه کنار در ورودی، این خانه خالی و متروکه است. کسی در آن زندگی نمی‌کند، اوه خدای من!

کامران انواری، مشاور املاک و بروکر در شهر تورنتو است
647-808-3450
anvariteam@gmail.com
Re/max hallmark realty ltd
brokerage

کامران انواری
Real Estate Broker
Cell: 647.808.3450
kamrananvari@yahoo.com
www.anvari.ca

RE/MAX Re/max Hallmark Independently owned and operated
685 Sheppard Ave. East Unit 401

Yonge / Silver maple $1,399,800

۴ خوابه با upgarde های فراوان، آشپزخانه مدرن، کف چوبی، در چند قدمی خیابان یانگ، مدارس عالی و مراکز خرید زیبا و دیدنی

Bayview / Sheppard $4,990,000

خانه بسیار زیبا و مدرن، در Bayview Village برای مشکل پسندها
زمین بزرگ: (0.47acre) 60x303ft
اطلاعات بیشتر: anvariteam@gmail.com

York / Bremner $568,000

کاندو آپارتمان ۱+۱ خوابه با پارکینگ و بالکن و انباری، در یکی از بهترین مناطق مرکزی تورنتو، نمای عالی: دریاچه و CN Tower

Yonge / Finch برای اجاره، مبله

خانه ۳ خوابه، با مبلمان و وسایل زندگی کوتاه مدت و دراز مدت

Sheppard / DonMills $1,188,000

خانه زیبا در منطقه‌ای عالی، زیرزمین تکمیل زمین: 60x110ft

پیش خرید آپارتمان
کلکسیونی از بهترین پروژه‌های پیش فروش
Richmond Hill, DonMills / Sheppard, MajorMac / Dufferin

Coming Soon
۱- آپارتمان ۱+۱ خوابه، با پارکینگ در بهترین منطقه مرکزی تورنتو با قیمتی استثنایی
۲- خانه ۴ خوابه، ۲ گاراژ، کف چوبی، در منطقه‌ای عالی با مدارس خوب

Call Now To Book Your Private Home Tour!

ICB

اطلاعیه گردهمایی
انجمن ساختمان‌سازان ایرانی کانادایی

بازاراملاک کانادا روزهای پُرفراز و نشیبی را تجربه می‌کند و بسیاری از اقتصاددانان شرایط پیش آمده را ناشی از فاکتورهای مختلف می‌دانند .یک نظرسنجی جدید از افراد ثروتمند چینی نشان می‌دهد کانادا برای نخستین‌بار، با پیشی گرفتن از بریتانیا، به دومین مقصد برتر مهاجرتی ثروتمندان چین تبدیل شده است. از سوی دیگر با توجه به مشاهده نشانه‌های رشد اقتصادی در کانادا، نرخ بهره پایه از نیم درصد به ۰.۷۵% درصد افزایش داده است. این پارامترها چه تاثیراتی بر بازار کنونی خواهد داشت.

جهت پاسخگویی به این سوال از یکی از خبره‌ترین مشاوران بانک CIBC به نام Mr. Terry Bainbridge دعوت بعمل آمده تا در گردهمایی این ماه انجمن در تاریخ پنجشنبه ۳۱ آگست ساعت (۶:۳۰) بعدازظهر در اینباره توضیحاتی را ارائه دهند و پاسخگوی سوالات همکاران باشند. از اعضاء محترم انجمن و سایر همکاران جهت حضور در این گردهم‌آیی دعوت به عمل می‌آید. در صورت تمایل به شرکت خواهشمند است حضور خود را تا تاریخ ۲۸ آگست اطلاع رسانی فرمایید.

Terry Bainbridge
Senior Consultant
Performance Coach

GTA Housing Market, the Department of finance changes and housing market, Ontario fair housing plan, newcomers to Canada and the housing forecast for 2017.

CIBC

زمان: پنجشنبه ۳۱ آگست ساعت ۶:۳۰ عصر
مکان: ICBA HEAD OFFICE
7191 Yonge St., (World on Yonge), Unit # 1001
Thornhill, ON., L3T 0C4

IRAN STAR
Publisher: Iran Star Marketing
169 Steeles Ave. East, Toronto,ON M2M 3Y5
Iranstar@iranstar.com
Iranstar.com
Tel:905-763-9770
Fax:905-763-9771

نام نیک رفتگان ضایع مکن تا بماند نام نیکت یادگار ۱

(به انگیزه ۲۸ مرداد)

علی جم

اخیراً کتابی درششصد وهفتاد و سه صفحه بقلم هموطن گرامی نادیده، آقای امیرعباس فخرآور، را تحت عناوین حیرت‌انگیز در حد ناباوری، "رفیق آیتا.. نقش سازمان امنیت شوروی درانقلاب اسلامی..." که قسمت اعظم کتاب بدان اختصاص دارد و سلسله مسائل دیگر اعجاب برانگیز را، مطالعه کردم که درعین حال از صفحه ۵۷۵ تا ۵۹۳ تحت عنوان "مرداد ۱۳۳۲خورشیدی کودتای شاه علیه نخست وزیر یا کودتای نخست وزیر علیه شاه" مطالبی بشرح ذیل مرقوم داشته‌اند:

۱- شاه تقصیرکار بوده یا نخست وزیر

۲- رفراندم مصدق در۱۲ مرداد ۱۳۳۲در تهران و در ۱۹ مرداد ۳۲ در شهرستان‌ها و انحلال مجلس هفدهم غیر قانونی و صندوق‌های مخالفین و موافقین جدا و رفراندم مهندسی شده و توأم با تهدید و ارعاب بوده.

۳- برکناری مصدق توسط شاه در ۲۵ مرداد ۱۳۳۲ کاملا قانونی بوده که اصل ۴۶ قانون اساسی مشروطه عزل نخست وزیر را تنها در اختیار یکنفر در کشور دانسته که آنهم شخص پادشاه ایران بوده

۴- کودتای آمریکائی درایران، دروغ بزرگ سازمان سیا و داستان‌سرائی کرمیت روزولت و از شایعات سازمان امنیت شوروی است!

از آنجائیکه کودتای شوم ۲۸مرداد ۳۲ را باتمامی گوشت و پوست و جسم و جان خود لمس کردم که شومی‌اش هم درنهایت آوار بر سر شاه آواره در جهان شد چرا که نطفهٔ انقلاب ۵۷ درجنین همان کودتا کاشته شد و در بهمن ۵۷ تولد یافت و همچون سیل بنیان‌کن، طومار نظام پادشاهی ۲۷۰۰ ساله را درنوردید و به تاریخ سپرد وهم برای ملت و مملکت ایران که پس ازقرن‌ها از یوغ استثمار داخلی و خارجی رهائی یافته و می‌رفت تا خود حاکم برسرنوشت خویش گردد که همان استعمار به یاری مشتی خیانت‌پیشگان و خودفروختگان داخلی رجعت نامبارک یافت، و هم بواسطه علاقه شخصی‌ام بخواندن آن قضیه و بخصوص بعنوان سنجش و معیاری که نویسندهٔ فرهیختهٔ محترم کتابی این چنین مفصل، درنوشتارخود رعایت بیطرفی را بحکم وجدان و اینکه مطلب اولا درخصوص ملت و تاریخ کشوراست و بیگانه ازتعصبات شخصی و ثانیاً فرد مورد بحث در آن (نخست وزیر وقت) حضور فیزیکی ندارد تا ازخود دفاع کند (هرچند حضور میلیونی مردم در ابتدای پس از انقلاب در سر مزار او برهان قاطع بر محبوبیت لایزال او در نزد ملت هوشیار و قدردان ایران است) معمول داشته یاخیر، لذا اول این قسمت ازکتاب را خواندم که ذیلا و بترتیب شماره و برحسب وظیفه ملی و ندای وجدانی توضیحاتی داده می‌شود.

اما قبل از پاسخ به مطالب معنون، پاسخ به سؤال تشکیکی "مرداد ۱۳۳۲کودتای شاه علیه نخست وزیر یا کودتای نخست وزیرعلیه شاه؟" را در تبیین وضوح امر و در قالب یک سؤال تمثیلی همانند، می‌پرسم که "فرمان قتل ناصرالدین شاه علیه امیرکبیر یا فرمان قتل امیرکبیر علیه ناصرالدین شاه؟!"

اما- تا کودتای ۲۵مرداد ۳۲ هیچیک از آن دو دشمن شخصی دیگری نبودند تا ما بدنبال تقصیر یا مقصر باشیم و حتی دکتر مصدق به منظور نفی هرگونه شائبه اختلاف که دشمنان ملت وابسته به اجنبی بدان دامن می‌زدند، درجلد قرآن کتباً قسم یاد کرد و امضاء کرد و نزد اعلیحضرت شاه فرستاد که هرگز قصد تغییر نظام شاهنشاهی و مشروطه و ضدیت با شاهنشاه را ندارد"که تنها افتراق در بینش آنان اولاً- در پیرامون اختیار و اقتدار شاه در نظام مشروطه بود که دکتر مصدق معتقد به سلطنت شاه در نظام مشروطه بود و نه حکومت شاه، که حکومت تنها حق دولت به نمایندگی ملت در نظام مشروطه است و معنی مشروطه هم همین است که شاه مشروطه بشرطی شاه خواهد بود که صرفاً جنبه سمبلیک و نمادین و تشریفاتی داشته و هیچگونه دخالتی در امور اجرائی نداشته باشد که در ایران علی ماشاءا.. شاه چه در خانواده قاجار و چه در خانواده پهلوی، درعین حال که به موجب اصل ۴۴ متمم، مبری از مسئولیت بوده و نتیجتا ممنوع از دخالت در امور اجرائی، همه کاره و خارج از دایره اقتدارات و اختیارات سلطنتی موضوع اصل ۵۷ متمم و عملاً عامل و آمر و ناظر نه تنها در اموراجرائی که در امور مقننه و قضائیه حتی تشکیل حزب و انحلال حزب بطور مکرر همچون حزب معروف رستاخیز با تهدید به اخراج مخالفین از کشور و... که به هر رو تخلف از قانون اساسی مشروطه و مغایر با سوگند به قرآن در مجلس در ابتدای سلطنت خود براساس اصل ۳۹ به اینکه "قانون اساسی مشروطیت را (که ازجمله عدم مداخله درامور اجرائی است) نگهبان و براساس آن سلطنت نمایند" بوده که من باب مثال، بموجب اصل ۵۶ متمم، پادشاه باید هر ساله دخل وخرج دربار خود را به مجلس ارائه دهد که هرگز چنین اتفاقی در هیچ دوره‌ای نیافتاد.

ثانیا- درچگونگی عمل در قضیه نفت بود که شاه معتقد به سازش با انگلیس بصورت پنجاه پنجاه معروف به " قراداد گس- گلشائیان) بودکه تیمسار سپهبد رزم آراء هم که برای گذراندن همین قرارداد از مجلس به مقام صدارت برگزیده شده بود (۵ تیر ۱۳۲۹ تا ۱۳۲۹/۱۲/۱۶) که در جهت توجیه قرارداد پنجاه پنجاه و درمقام تحقیر و بی‌لیاقت خواندن ملت ایران در اداره صنعت نفت، خود در دوره شانزدهم مجلس و در اول دیماه ۱۳۲۹، گفت: "ما لیاقت لولهنگ (آفتابه‌ی گلی) سازی را هم نداریم ۵۰ سال است که آنرا می‌سازیم ولی ترقی نکرده‌ایم چطور می‌توانیم صنعت نفت‌مان را اداره کنیم و همچنین او گفت که شما شب‌ها بیائید بیرون از خانه و ببینید که چقدر مردم گرسنه در حاشیه خیابان‌ها با زن و بچه نشسته‌اند و گدائی می‌کنند و... " ولی اراده ملی به ملی کردن نفت، به رهبری دکتر مصدق و یاران وی ازجمله شادروان دکترحسین فاطمی جوان‌ترین وزیر امور خارجه در تاریخ ایران و اولین پیشنهاد دهنده ملی کردن صنعت نفت، در ۲۹ اسفند ۱۳۲۹ به تصویب مجلس رسید و لایحه گس- گلشائیان مسترد و به تاریخ سپرده شد.

ثالثا- رفراندم دکترمصدق کاملاً قانونی بوده و ذاتاً نیازی به تجویز قبلی قانون نداشته زیرا رفراندم مراجعه مستقیم به آراء خود مردم است درمسائلی که حکومت خود قادر بر اتخاذ تصمیم نیست و نتیجتاً تصمیم‌گیری در خصوص مورد را به رای مستقیم مردم وامی‌گذارند که خود ملت هر آنچه را که صلاح خویش می‌داند به همان عمل گردد که چه در تاریخ کشورخودمان و چه در تاریخ دیگر کشورها نیز اعمال گردیده که یکی ازنمونه‌های بارز آن رفراندم ژنرال دوگل در سپتامبر ۱۹۵۸ بود که قانون اساسی فرانسه را که پایه‌ی جمهوری پنجم فرانسه قرار گرفت و ۸۰٪ مردم بدان رای مثبت دادند و نیز رفراندوم دیگر در ۱۹۶۹ ژنرال دوگل به اصلاح قانون اساسی بود که با این شرط به رفراندم گذارد که اگر ملت فرانسه بدان رای منفی دهند او استعفا خواهد داد که ملت فرانسه با اینکه دوگل را منجی و قهرمان ملی فرانسه درجنگ جهانی دوم می‌دانستند، بدان رای منفی دادند و ژنرال دوگل هم بدون رنجشی ازمردم فرانسه استعفا داد و در یک دِه مقیم و مشغول نوشتن خاطرات خود شد و دیگری درکشور خودمان در پس ازانقلاب بودکه نظام جمهوری اسلامی را بدون اینکه قانونی آنرا تجویزکرده باشد به رای مردم گذاشتند که ۹۸/۲٪ به الغاء نظام ۲۷۰۰ ساله سلطنت و در حقیقت خالی کردن عقده‌های گره خورده در گلو ظرف ۲۵ سال و تولد جنین خفته در رحم کودتای ۲۸مرداد و برپائی جمهوری اسلامی رای مثبت داد که اجبار و تهدیدی هم در آن روزها در کار نبود و اینکه مسئولین جمهوری اسلامی که آنرا من البدوالی الختم و در لباس روحانیت و درمقام پیشوائی دینی و مذهبی، مدیریت کرده‌اند، پاسخ شایسته‌ای هم به چنین خیزش کم سابقه‌ای داده‌اند یا نه قضاوتش با ملت ایران است و تاریخ لذا رفراندم دکترمصدق هم بر همین پایه کاملاً قانونی بود که هر آنچه را که اکثریت مردم هر کشوری مستقیماً بخواهند خود، قانون است چرا که تعیین سرنوشت ملتی بدست خود ملت است و من شخصاً در آن رفراندم حضور داشتم و رأی دادم و شهادت می‌دهم که الزام و اجبار و تهدید آشکار و پنهانی هم در کار نبود و مضافاً توده‌ای‌ها هم ایرانی بودند و حق رای داشتند اما ایرادی که بنحوه عمل در رفراندم گرفته‌اند این است که صندوق مخالفین و موافقین را جدا از هم قرار داده‌اند که آری درست است صندوق‌ها جدا بودند که مجریان امر انتخابات به زعم خود می‌خواستند که اکثریت طرفداران دکتر مصدق را پیش چشم جهانیان به نمایش بگذارند که عملا کار درستی نبود ولی به راستی سوگند که این عمل هر چند ناپخته ولی تاثیری در مقدار رای به نفع رفراندم (هرچند بد یُمن) نداشت چه مردم ایران در آن روزها بر همین معیار طرفدار دکتر مصدق بودند که پس از ۲۷۰۰ سال تازه مشاهده می‌کردند که یک فردی آمده که در کمال صمیمیت و براستی حقوق از دست رفته مردم مملکت را بدون انتظاری و دریافت دیناری حقوق از بودجه مملکتی (که به گفته آقای حسین مکی معروف در نزد همه، در توصیف شخصیت دکتر مصدق"حقوق نخست وزیری نمی‌گرفت، اتومبیل نخست وزیری سوار نمی‌شد، خرج دستگاه نخست وزیری را به خانه منتقل کرده بود نهارشان را می‌داد.. مبلغ ۲۸۰ هزار تومان را برای مدت ۲۲۷ روز زمامداریش از خودش خرج کرد، آدم وطن‌فروشی نیز نبود... و مضافا تمامی هزینه سفر تاریخی رفت و برگشت پیروزمندانه خود و همراهان (از جمله شادروان دکتر سنجابی استاد دانشکده حقوق و وکیل اختصاصی ایران در دادگاه لاهه) به دادگاه لاهه را از جیب شخصی خود پرداخت و...)، ارج می‌نهد و در پی برانداختن استعمار و استثمار بیگانه و خودی در طول تاریخ است و بس که به تمامی گفتار و کردار او اطمینان قلبی داشتند و عملکردها و خواسته‌های او را بهاء می‌دادند که از نمونه‌هایش همان رفراندم و رای ۹۹٪ مردم بر ابقای دولت و انحلال مجلس بود که تنها چهار روز بعد زدند تودهن ۹۹٪ مردم و کودتا کردند که در عین حال طولی هم نکشید که کودتاچیان مکافات عمل خود دیدند و طعم تلخ ابدی آنرا چشیدند و یادگاری بس تلخ در تاریخ ایران از خود به یادگار گذاشتند که:

هر بد که می‌کنی تو مپندارکان بدی
ایزد فروگذارد و گردون رها کند
دینی است کرده‌های تو بر دوش روزگار
تاهرزمان که وقت ببیند ادا کند

چرا که از اولین دولت ماد تا مشروطه، نظام حکومتی ایران، استبدادی مطلق وحکومت فردی بود که از حکومت فردی هم جز استبداد ذاتی (مگر ندرتاً) انتظاری نتوان داشت که جنگ و شکست‌شان آواری از هزینه جنگ ب رسرملت بود و فتح و پیروزی و غنائم، انباشت ثروت باز هم بیشتر برای خودشان که من باب مثال از آن همه ثروت و جواهراتی را که پادشاه نامدار نادرشاه افشار از هند آورد چیزی هم عاید مردم مستمندی (که هزینه سنگین لشگرکشی را داده بودند) شد؟! که البته خیرهر چند که در حکومت مشروطه هم (همانطوریکه در خود کتاب ص ۵۸۰ نیز تحت عنوان ۲۸ مرداد ضربه مهلکی بر پیکره دموکراسی جوان پارلمانی ایران وارد کرد و انتخابات پارلمانی همیشه فرمایشی بود و... بتفصیل بیان گردیده) جز در مقاطع کوتاهی عملاً خبر از آزادی عقیده و بیان و قلم و انتخابات آزاد و مردمی(که در شأن یک نظام مشروطه باشد) نبوده که مطالب مندرج در مطبوعات همان بود که محرم‌علیخان و یا سپس ساواک اجازه می‌دادکه این مثل در جامعه جا افتاده بود

ادامه دارد

دفتر حقوقی و مهاجرتی
الهام معاونی
وکیل رسمی دادگستری و
افسر سابق اداره مهاجرت

Elham Moaveni, B.Sc. (Hons.), LL.B.
Member of Law Society of Upper Canada

حقوق و دعاوی خانوادگی
(Divorce, Separation Agreement, Spousal/child support, custody & access for child, etc.)

حقوق املاک و مستغلات
خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری - تمدید و تجدید وام‌های بانکی
Status Certificate Review & Advise (free with pirchase)

مهاجرت از طریق سرمایه گذاری . تحصیلات و تجربه کاری . ویزای سریع کار و تحصیلی
دفاع از پرونده های مهاجرتی و سیتیزنی و حضور جهت مصاحبه با افسر اداره مهاجرت و امنیتی کانادا

امور مربوط به وصیتنامه
(Wills, Power of Attorney, Trusts)

گواهی امضاء، کپی برابر با اصل، تنظیم دعوتنامه

905-918-9606
10087 Yonge St. Richmond Hill, Ontario
North of Major Mackenzie, on Yonge St.

وام مسکن

- وام مسکن در شرایط ورشکستگی
- وام مسکن حتی با کردیت بد
- وام های مسکونی و تجاری (اول، دوم، سوم)
- وام های بازسازی و نوسازی
- وام برای افراد خود اشتغال
- وام مسکن برای تازه واردین به کانادا
- تمدید وام

افشین
نژاد دهقان
416-888-6753
www.loansolution.ca
Office: 905.597.1414

Afshin Nejaddehghan
Mortgage Broker
LIC# M 08003324
Mortgage Architects

چه زمانی به مجوز ساخت نیاز داریم؟

مهدیه قاسمی
آرشیتکت

لطفا توجه داشته باشید که در نهایت شما به عنوان مالک مسئول ساخت و دریافت مجوز هستین. اقدام نکردن برای اخذ مجوز ساخت میتواند منتج به تاخیر در ساخت، تخریب،جریمه مالی و پیامدهای قانونی شود.

در ادامه لیست **پروژه هایی که برای انجام آنها به مجوز ساخت نیاز داریم،** آورده شده است.

۱• ساختن یک ساختمان جدید.
۲• ساختن اضافه بنا به ساختمان موجود مانند
اضافه کردن طبقه دوم و سوم و ....
ساختن گاراژ متصل به ساختمان یا کار پورت
اتاق افتابگیر
ساختن سولاریوم یا دک
۳• تغییرات سازه ای مانند
اضافه کردن یا برداشتن دیوارها (تغییر در اندازه اتاقها یا کاربری آنها)
اضافه کردن درب و پنجره جدید یا هرگونه بازشو در دیوارها
بزرگ کردن یا جابجایی پنجره ها و دربهای موجود.
۴• ساختن هرگونه سازه بزرگتر از ده متر مربع یا (صد و هشت فوت مربع) مانند گاراژی که به ساختمان متصل نیست.
کارگاه
کارپورت
لطفا توجه داشته باشید که ساختن هر گونه سازه‌ای که به ساختمان موجود متصل باشد یا نیاز به لوله کشی داشته باشد، بدون توجه به اندازه، به مجوز ساخت نیاز دارد.
۵• هرگونه بازسازی زیرزمین که شامل : تغییرات سازه‌ای باشد.
ایجاد سیستم گرمایشی یا لوله کشی
گودبرداری یا فونداسیون
فونداسیون جدید برای زیر زمین
واک اوت کردن بیسمنت، ساخت ورودی مجزا برای بیسمنت
اضافه کردن یک اپارتمان یا سوییت مجزا در بیسمنت
۶• ساختن هرگونه سازه مرتبط با انرژی و محیط زیست مانند:
پروژه های افتابی مانند نصب سیستم جذب انرژی خورشیدی
روف گاردن
۷• ساختن دک بالاتر از شصت سانتیمتر بالاتر از سطح زمین
۸• ساخت دیوارهای نگهدارنده که ارتفاعش بیشتر از سه فوت و سه اینچ باشد به شرطی که دیوار نگهدارنده دقیقا نزدیک مکانهای عمومی، ورودی ساختمان و حتی در مکانهای خصوصی که دسترسی به فضای عمومی داشته باشند بنا شده باشد.
۹• ساختن تنت یا چادر
که بیشتر از شصت متر مربع فضا داشته باشد.
متصل به ساختمان باشد.
و در فاصله سه متری از سازه دیگر باشد.
۱۰• تخریب کامل یا تخریب قسمتی از ساختمان
۱۱• ساختن شومینه یا دودکش
۱۲• ساختن اجاق یا شومینه چوبی
۱۳• نصب یا تعمیر سیستم گرمایش یا لوله‌کشی ساختمان
۱۴• تغییر کاربری ساختمان

چه زمانی به مجوز نیاز نداریم

در ادامه لیست پروژه هایی که برای انجامشان به مجوز ساخت نیاز ندارید اورده شده است. هرچند که این لیست جامع نیست و بسته به شرایط و موقعیت ممکن است که متغیر باشد. در ضمن حتی اگر به مجوز ساخت نیاز نباشد تطابق با zoning by law ضروری است.

۱• ساخت سکو که مسقف نباشد و به ساختمان مسکونی نیز متصل نباشد به شرطی که؛
سطح تمام شده سکو بیشتر از شصت سانتیمتر بالاتر از سطح زمین یا سازه کناریش نباشد.
قسمتی از راه خروجی ساختمان نباشد.
تطابق داشته باشد. zoning by law
۲• نصب پنجره روی سقف ساختمان موجود به شرطی که:
ساختمان کمتر از سه طبقه باشد.
و برای نصب پنجره روی سقف نیازی به تغییرات سازه ای نباشد.
۳• تغییر نما در ساختمان کمتر از سه طبقه با مصالح نسوز غیر از آجر و سنگ.
۴• اضافه کردن یا تغییر عایقکاری
۵• تغییر دربها و پنجره ها به شرطی که:
تغییر در مکان یا سایز پنجره یا درب به وجود نیاید
سازه‌ای که برای بازشو طراحی شده بود دچار تغییر نگردد.
برای ورود و خروج طراحی نشود.
۶• نصب یا اضافه کردن سیستم سرمایش، شومینه گازی، تصفیه هوا یا تانک آب گرم
۷• تغییرات در بام به شرطی که سازه تغییر نکند.
۸• تعمیر زیرزمین ساختمان مسکونی به شرطی :
شامل تغییرات در سازه یا مصالح نشود.
واحد آپارتمانی مستقل در زیرزمین بنا نشود.
لوله‌کشی جدید در زیرزمین ایجاد نشود.
۹• تعمیرات عایقکاری رطوبتی در زیر زمین .
۱۰• تعمیرات و نصب کابینت و نازک‌کاری ساختمان
۱۱• سازهایی که با پوشش پلاستیکی پوشانده میشوند مانند (برف‌گیرها، پوشش روی پارکینگ ماشین ...) نیازی به مجوز ساخت ندارند. اگر بعد از ۱۵ اکتبر نصب شود و قبل از ۱۵ اوریل برداشته شوند.به شرطی که منطبق بامنطقه باشند.
۱۲• ساختن دیوارهای سازه‌ای نگهدارنده که در مکانهای خصوصی و دور از دسترس عموم بنا شده باشد و ارتفاعشان کمتر از یک متر باشد.
۱۳• مجوز ساخت برای نصب پمپ آب زیرزمینی لازم نیست.

مهدیه قاسمی
آرشیتکت و عضو رسمی انجمن معماران در انتاریو است.
www.narchitecture.com
mg@narchitecture.com
647-982-0747

دکتر محمد کاشفی
جراح دندانپزشک
فارغ‌التحصیل از دانشگاه تورنتو
Bsc. , D.D.S.
کلیه خدمات دندانپزشکی عمومی، روت کانال، زیبایی، ارتدونسی ...
مطب ریچموندهیل
905.780.8444
Bayview Plaza Dental Clinic
10610 Bayview Ave, Unit 13B
Richmond Hill, ON L4C 3N8
Elgin Mills
Yonge
Bayview
Major Mac
N
مطب ریچموندهیل

تمامی نیازهای خرید و یا فروش املاک در تورنتو با الکس معظمی
AM + Your Trust = Sold
Alex Moazemi
Sales Representative
EXPERT IN "LUXURY HOMES"
Community
ROYAL LEPAGE
Canada's #1 Brokerage
Investment
Commercial land develpment
Many exclusive listings in oak ridges and lake Wilcox
Exclusive Lots for sale for builders the GTA
416.898 - SELL (7355)
more than 20 years of experience in realestate sales in the GTA
Built to suit: full construction package: design, obtaining building permits and build your dream home with our team.
الکس معظمی
سرمایه‌گذاری
پروژه‌های زمین‌های تجاری
خرید و فروش املاک ویژه در اوک ریجز و کنار دریاچه
املاک مناسب برای ساختمان سازان در مناطق و شرایط ویژه
Contact me for new and exciting project not on the market
برای خرید خانه دلخواهتان
فقط با یک تلفن با من فاصله دارید

پوریا همتی
Sales Rep.
416.802.9191
RIGHT AT HOME REALTY INC., BROKERAGE

با مشکلات مهاجرت چگونه کنار بیاییم

مینو شیرین بیان
کارشناس ارشد روان شناسی

شما به عنوان مهاجر و بعد از ترک وطن، شبکه‌ی مناسبات و دوستی هایی که در آن زندگی کرده و با آن ها آشنا بوده اید را از دست می دهید؛ مناسبات و روابطی که از جنبه های گوناگون عاطفی، اجتماعی، اقتصادی و تامین نیازمندی ها و امکانات زندگی، شما را پشتیبانی می‌کرد و به واسطه آن ها احساس قدرت می‌کردید. مطمئنا تحمل چنین موقعیتی برای هرکسی آسان نیست. حالا اگر شما از آن دسته افرادی هستید که مقدمات رفتنتان را آماده کرده و تصمیمتان برای رفتن قطعی است، ما در این مطلب سعی داریم مروری کنیم بر اساسی‌ترین مشکلات پیش رویتان و این که چه طور می‌توانیم با این سختی ها کنار بیاییم.

۱• زبان بدانید

تا وقتی در ایران زندگی می‌کنید، در مقایسه با دیگران فکر می‌کنید زبانتان خیلی خوب است، اما به محض رسیدنتان به مقصد، تازه متوجه می‌شوید آن قدرها هم که فکر می‌کردید زبانتان خوب نیست و شما دارید با لهجه فارسی، انگلیسی یا فرانسوی صحبت می‌کنید. علاوه بر این تا مدت ها مغز فارسی شما جملات و اصطلاحات فارسی را کلمه به کلمه به زبان مورد نظر ترجمه می‌کند. مسئله اینجاست که مخاطبتان اصلا نمی‌فهمد منظور شما دقیقا چیست. لطفا قبل از رفتن، سعی کنید حسابی روی یادگیری زبان جدید وقت بگذارید. هر چه قدر هم که بر زبان کشور مقصدتان تسلط داشته باشید کم است. زبان بزرگ ترین وسیله ارتباطی شماست و تسلط شما بر زبان کشور مقصد، تحمل خیلی از مشکلات احتمالی را آسان می‌کند.

۲• برای احساس تنهایی آماده باشید

حس تنهایی و دلتنگی خیلی زود به سراغتان می آید. دلتان برای اعضای خانواده و دوستان و آشنایان تنگ می‌شود. مخصوصا اگر عضو آن دسته از خانواده‌های عاطفی و پررفت و آمد باشید. اگر خودتان هم فردی برون‌گرا باشید که وقت زیادی را با دوستانتان می‌گذرانید و محیط جدیدتان در جایی باشد که هیچ آشنا و یا هم زبانی نزدیکتان نباشد، که دیگر بدتر.

برای غلبه بر این مشکل می‌توانید قبل از رفتن و انتخاب مکان مهاجرت یک یا دو دوست پیدا کنید. حالا اگر آشنا و دوستی ندارید، نگران نباشید. این روزها در اکثر کشورها و شهرهای دنیا ایرانی‌ها زندگی می‌کنند. کافی است بدانید به قول معروف پاتوق ایرانی‌ها کجاست. البته امروزه شبکه‌های اجتماعی هم به شما کمک می‌کند تا در هر گوشه از دنیا که هستید هموطنان خود را به آسانی پیدا کنید.

۳• تفاوت‌های فرهنگی را جدی بگیرید!

شما با نوع خاصی از فرهنگ، مذهب و آداب و رسوم بزرگ شده‌اید. به طور مستقیم و غیرمستقیم از آن تاثیر گرفته‌اید و به خیلی از کارها و آداب رفتاری، عادت کرده‌اید. حالا آمده اید در جایی که تفاوت زیادی با سرزمین خودتان دارد. اینجا از نحوه سلام کردن و لباس پوشیدن و غذاخوردن گرفته تا روابط دوستانه و... همه چیز متفاوت است. برای این که خیلی شوکه نشوید، سعی کنید قبل از رفتن در مورد آداب، رسوم، فرهنگ و حتی روان شناسی مردم کشور مقصدتان اطلاعات کافی داشته باشید.

مثلا ممکن است در کشور خودمان با دیدن یک بچه کوچک خوشگل بروید دستی به سرش بکشید و حتی ببوسیدش، بعد مادرش واکنشی مثبت نشان دهد و از تعریفی که شما از فرزندش می‌کنید، خرسند هم باشد، اما اگر این کار را در یک کشور دیگر انجام دهید، با واکنشی کاملا متفاوت از سمت والدینش مواجه شوید.

۴• آماده غم غربت باشید

در محیط تازه، همه چیز فرق دارد. از ماشین‌ها و خانه ها گرفته تا درخت‌های کنار خیابان، سنگ فرش پیاده رو، آدم‌ها و قیافه‌ها همه و همه تازه هستند. حتی هوایی که تنفس می‌کنید، گرما و سرما و خلاصه همه چیز متفاوت است. برای بعضی‌ها اوایل این تفاوت‌ها تازگی دارد اما کمی بعد حس دلتنگی به سراغتان می‌آید. دلتان هوای شهر و دیار خودتان را می‌کند. دلتان می‌خواهد هنگامی که در شهر قدم می‌زنید، یک نشانه‌ی آشنا ببینید، اما در اکثر موارد خبری از این ها نیست. این حالت در اوایل مهاجرت، شدیدتر است، اما هیچ وقت به طور کامل از بین نمی‌رود، فقط شدتش کم می‌شود و گاه به گاه به سراغتان می‌آید.

۵• یادتان باشد شهروند درجه دو خواهید بود

در همه جای دنیا بومی بودن یک امتیاز است و شما هر چه قدر هم از لحاظ کاری و موقعیت‌های دیگر عالی باشید باز هم یک بیگانه محسوب می‌شوید. پس منتظر نباشید برایتان فرش قرمز پهن کنند و همه با آغوش باز به استقبالتان بیایند و شما را قبول کنند. حتی اگر شما به خوبی هم کار کنید باز هم در میان اهالی بومی کسانی را می بینید که به شما به چشم فردی نگاه می‌کنند که آمده‌اید و دارید جای آن ها را می‌گیرید و از امکانات و خدماتی که متعلق به آن هاست، بهره مند می شوید. البته شدت این احساس از کشوری به کشور دیگر متفاوت خواهد بود. صادقانه بگوییم، تنها راهکارتان برای غلبه بر این مشکل، شاید پذیرش این واقعیت باشد.

۶• شاید بیکار بمانید و کار ایده‌آل پیدا نکنید

شاید سخت‌ترین جای کار این باشد که در غربت بیکار و بی‌پول باشید و کاری که انتظارش را داشتید پیدا نکنید. در این شرایط، ممکن است، فشار بی‌پولی مجبورتان کند تن به کاری سخت و طاقت فرسا بدهید. کاری که به هیچ وجه حاضر نبودید در کشور خودتان انجام دهید. برای پیشگیری از این مشکل هنگام مهاجرت در مورد کار و حرفه، بی‌گدار به آب نزنید. خوب بررسی کنید، ببینید آیا می توانید آن جا کار مناسبی پیدا کنید؟ ببینید تخصص و حرفه ای که بلد هستید آن جا به کارتان می‌آید؟! اگر هم تخصص و مهارت خاصی ندارید، سعی کنید حتما مهارتی را یاد بگیرید؛ چون با داشتن مهارت احتمال پیدا کردن کار برای شما بیشتر می‌شود.

۷• از بی پولی پیشگیری کنید

ممکن است زمانی که برای پیدا کردن کار پیش‌بینی کرده بوده‌اید، درست از آب درنیاید و یا درآمد کاری که پیدا کرده‌اید، خیلی کم باشد. بهترین راه برای کم کردن فشار بی پولی این است که هنگام ورود به مقصد، نهایت صرفه جویی را در هزینه‌ها داشته باشید. مسکن ارزان‌تری برای خود تهیه کنید. اگر در شهر بزرگی زندگی می‌کنید، برای صرفه جویی در وقت و هزینه‌ها چگونگی استفاده از مسیرهای رفت و آمد کوتاه تر و وسایل نقلیه عمومی را سریع تر یاد بگیرید. ممکن است اوایل به شما سخت بگذرد، ولی این شرایط با پیدا کردن کار مناسب رفع می شود و این صرفه جویی‌ها شما را از تنش بزرگی به نام بی پولی در غربت، در امان نگه می‌دارد.

۸ • با قوانین کشور میزبان آشنا شوید

یکی از چیزهایی که شاید خیلی‌ها نادیده بگیرند، همین مورد است. دقت کنید که هر کشور تابع یک سری قوانین و مقررات خاص خود است. برای فردی که مهاجرت کرده و به عنوان مهاجر وارد کشور تازه شده عدم آشنایی با قوانین می‌تواند دردسرساز باشد. بنابراین سعی کنید کمی هم در مورد قوانین کشور میزبان اطلاعات جمع کنید.

۹• خودتان را برای مشکلات بلند مدت آماده کنید

تا اینجا درباره‌ی مشکلاتی گفتیم که در سال های اولیه مهاجرت به سراغتان می‌آید؛ هنگامی که به قول معروف هنوز صفر کیلومتر هستید و مهر پاسپورتتان خشک نشده است. کم‌کم با ماندگار شدنتان در کشور تازه و بالارفتن سن و تشکیل خانواده و فرزندار شدن این مشکلات جای خود را به مشکلات تازه‌ای می‌دهد. مثلا اگر مجرد رفته باشید، سختی در پیدا کردن همسر مناسب در غربت است. بعد از آن هم باید با مشکلات احتمالی در چگونگی برخورد و تربیت فرزندان دست و پنجه نرم کنید. مثلا به احتمال قوی فرزندتان بیشتر خودش را اهل کشور میزبان می‌داند تا ایرانی.

رویا گلسرخی
Bsc. Msc.
همـــراه شمـــا در تمـــام مراحـل
مـــهـــاجـــرت
تخصـــصـــی | سرمایه‌گذاری | خویشـــاوندی
ویـــزا | دعوتنـــامه | تمـدید PR
416.301.7420
www.get2canada.com
1937 Leslie St.,
Toronto, M3B 2M3
با تعیین وقت قبلی

سریعتر و آسانتر
از دیگران وارد دانشگاه شوید.

RWS
Richmond Hill World School
Private High School
دبیرستان و هنرستان خصوصی صبوحی آکادمی
After School . Night School
Adult Credit Courses
Online Credit Courses
Established in 2011
Grade 9-12
بزرگترین، مجهزترین، کاملترین و موفقترین
مجتمع آموزشی و هنری ایرانیان کانادا
۲۱ سال تجربه و آموزش بیش از ۶ هزار دانش آموز
و موفقیت آنان در صحنه های بزرگ دانشگاهی در کانادا و آمریکا
ETS AUTHORIZED
TOEFL iBT CENTER
Sabouhi Academy of Art & Design
تنها مرکز امتحانات تافل ایرانی
بزرگترین و مجهزترین در انتاریو
Since 2008
MCAT
مرکز امتحانات ورود به دانشکده های
پزشکی آمریکا و کانادا در منطقه یورک
Since 2015
International Students Welcome!
تمدید ویزا و درخواست ویزا با داشتن ویزای توریستی
توجه توجه
ادامه تحصیل در دانشگاه برای (بزرگسالان) که دیپلم دبیرستانی ندارند
در عرض ۶ ماه (داشتن دیپلم ایران و یا کانادایی الزامی نمی باشد)
ارائه کلیه کردیت کورسهای دبیرستانی ۱۰۰٪ مورد قبول دانشگاهها
ثبت نام کاملا رایگان با داشتن معدل ۸۵٪ به بالا از مدارس دولتی انتاریو
ورود به دانشگاه بدون نوشتن امتحانات تافل، حتی اگر ۴ سال در
دبیرستان تحصیل نکرده اید (از ۲۴ سال به بالا و برای دوره های لیسانس)
Advanced Function
Calculus & Vector
English
The Writer's Craft
Biology
Challenge & Change
Physics
Family Study
Philosophy
Canadian Law
World Issues
Visual Arts
Computer
French
ESL
TOEFL
IELTS
و سایر کورسهای دبیرستانی
$399
مناسب ترین شهریه در سرتاسر انتاریو
مشاوره رایگان تحصیلی
با تضمین ۱۰۰٪ قبولی
آموزش و تهیه Art Portfolio
توسط مهرداد صبوحی موسس اولین آکادمی هنر ایرانی در کانادا
لیسانس هنرهای زیبا ، لیسانس هنر و لیسانس آموزش از دانشکده تربیت معلم دانشگاه یورک
Mehrdad Sabouhi, B.F.A, B.A. (Hons.) B.Ed.
Principal
416-221-2111
www.RWSschool.com , www.MTCschool.ca
10087 Yonge St. Richmond Hill, ON L4C 1T7
(Downtown Richmond Hill) در قلب ایران هیل

خبرهای محلی

بنیاد پریا

• تکرار تور خانوادگی به آبشار نیاگارا و بازدید از مجموعه باغ گلها و هنرستان پروانه ها و بازدید و تست شراب و خرید ارزان شراب همین شنبه ۲۶ آگوست برای کسب اطلاعات بیشتر با داخلی ۱۰۸ و یا آقای مقدم ۰۱۱۲ ۲۳۰ ۴۱۶ تماس حاصل فرمایید.

• دوره جدید کلاسهای آمادگی برای Citizenship از تاریخ ۱۸ سپتامبرتا ۲۵ اکتبر روزهای دوشنبه و چهارشنبه از ساعت ۱۲:۳۰ تا ۳:۳۰ بعد از ظهر در بنیاد پریا، برای حضور در این کلاسها دارا بودن سطح ۵ زبان الزامی میباشد، برای کسب اطلاعات بیشتر با داخلی ۱۵۵ تماس حاصل فرمایید.

• آموزش سازهای دیوان، تنبور، تار، سه تار، قوپوز و ساز ترکی آذری، سنتور، دف، سلفژ و آواز توسط علی زندی برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۴۳۷۱ ۲۱۵ ۶۴۷ و یا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• تکرار تور خانوادگی گروه یاران به هزار جزیره و بازدید از رستوران بیگ ایل یکشنبه ۲۷ آگوست برای دریافت اطلاعات بیشتر و یا ثبت نام میتوانید با شماره ۰۱۱۲ ۲۳۰ ۴۱۶ آقای مقدم و یا دفتر بنیاد پریا تماس حاصل فرمایید

• کلاس خیاطی برای افراد مبتدی، اگر به دنبال یاد گیری خیاطی هستید با خانم شهلا شماره: ۶۶۰۹ ۷۰۰ ۶۴۷ و یا دفتر بنیاد پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید. برای حضور در این کلاسها به همراه داشتن چرخ خیاطی الزامی می‌باشد.

• کلاس رزومه نویسی و توضیح درباره منابع کاریابی • آیا جویای کار هستید؟

• آیا دوست دارید با محیط کار در کانادا آشنا شوید؟ • آیا رزومه شما با استاندارد کانادایی تهیه شده؟ این کلاسها اولین چهارشنبه هر ماه شروع از ۵ جولای.

• آموزش برنامه نویسی کامپیوتر با برنامه C++ سطح اول، دوشنبه‌ها از ساعت ۷ تا ۸ بعد از ظهر و همچنین برنامه CSS & HTML5 دوشنبه‌ها از ساعت ۵:۳۰ تا ۶:۳۰ بعد از ظهر.

• چنانچه شما سئوال و یا مشکلی با برنامه‌های لب تاپ، تبلت و گوشی هوشمند خود دارید میتوانید جهت ثبت نام در کلاسهای روزهای دوشنبه از ساعت ۱۲ تا ۲ بعد از ظهر که از تاریخ ۱۴ آگوست برگزار می‌گردد، با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• آموزش طراحی پوستر و اطلاعیه بازرگانی روزهای پنج‌شنبه از ساعت ۶ تا ۷ بعد از ظهر از تاریخ ۶ جولای آغاز میگردد .

• آموزش ساخت تبلیغات از طریق ویدئو و نمایش عکسها بصورت ویدئو روزهای پنج شنبه از ساعت ۷:۱۵ تا ۸:۱۵.

• کلاس مقدماتی کامپیوتر و اینترنت: آموزش استفاده از موس، کیبرد و اینترنت و آشنایی با مفاهیم نرم افزار و سخت افزار هر شنبه از ساعت ۱۰ صبح تا ۱۲ ظهر .

• کلاس مایکروسافت: ساخت فولدر و مدیریت فایل و کار با میکرو سافت، هر شنبه، ساعت ۱۲:۳۰ تا ۲:۳۰ بعد از ظهر

• آموزش نقاشی توسط خانم پریسا مهدی پور ، روزهای شنبه ، ساعت ۱۲ تا ۱ برای کودکان و ساعت ۱ تا ۲ برای بزرگسالان، برای کسب اطلاعات بیشتر و ثبت نام میتوانید با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• گام به گام تا عکاسی حرفه‌ای، مدرس: رضا میزانی شروع جلسات از تاریخ ۲۷ جون میباشد.

•کلاسهای آموزش زبان فارسی برای جوانان و بزرگسالان

روزهای شنبه: از ساعت ۱۲ صبح تا ۲ بعد از ظهر

• کلاس یوگا و موزیک:

• آموزش سازهای کوبه‌ای همراه با یوگا مدرس و طراح: علی مسعودی شنبه‌ها از ساعت ۱۰ تا ۱۱ صبح، شرکت در جلسات اول و دوم رایگان میباشد. برای اطلاعات بیشتر و ثبت نام با شماره: ۵۸۵۰ ۵۶۶ ۴۱۶ و یا داخلی ۱۰۸ بنیاد پریا تماس حاصل فرمایید.

• خدمات عمومی از دوشنبه تا جمعه با تعیین وقت قبل قبلی/ رایگان.

• کمک و اطلاع رسانی به تازه واردین و ستیژن ها جهت پر کردن فرمهای دولتی و شخصی، اطلاعات در مورد ولفر، بازنشستگی، مهاجرت، نوشتن نامه اداری و کمک و ترجمه در تماسهای تلفنی با ارگان‌های دولتی.

• آمادگی جهت اشتغال؛ هدایت شغلی و پشتیبانی مبربگری- Skills for Change اگر شما دارای تخصص و تحصیلات در رشته های برق کاری، کارگران فنی ، مکانیک ها، لوله‌کش‌ها و کارگران ماهر در تهویه مطبوع هستید برای آموزش بین‌المللی و دریافت اجازه کار مهر قرمز در رابطه با رشته خود به این سازمان واقع در طبقه دوم بنیاد پریا مراجعه و یا با داخلی ۱۰۱ تماس حاصل فرمایید.

• خدمات رایگان جمعه ها به زبان ارمنی و فارسی- از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر

• خدمات رایگان The Housing Help جمعه ها به زبان ارمنی و فارسی- از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر

• خدمات مربوط به خانه دولتی، کمک به تازه واردان در پیدا کردن مسکن، لطفا جهت گرفتن وقت ملاقات با دفتر پریا تماس حاصل فرمایید. • کلاس‌های در سطوح مختلفESL - رایگان/ این کلاسها در سطوح مختلف روزهای دوشنبه الی جمعه از ساعت ۹ صبح الی ۳ بعد از ظهر تشکیل میگردد. برای کسب اطلاعات بیشتر لطفا با داخلی ۱۵۵ تماس حاصل فرمایید./ جهت شرکت در امتحان شهروندی (Citizenship) اتمام سطح ۴ کلاسهای ESL الزامی می‌باشد.

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر این برنامه پلی ارتباط و دوست یابی است که روزهای جمعه از ساعت ۹ الی ۴ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد.

آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر. کلاسهای زبان انگلیسی برای این عزیزان از ساعت ۱۰ صبح تا ۱۲ ظهر برگزار می‌گردد. برای حضور در این کلاسها سطح یابی اولیه زبان انگلیس الزامی می‌باشد.

• مشاوره سلامت روان، استرس ، اضطراب، اختلافات خانوادگی و مشکلات روحی ناشی از مهاجرت در بنیاد پریا توسط دکتر مجید کاوه عضو هیات علمی روانشناسی دانشگاه‌های تهران و عضو انجمن مشاوره و روان درمانی انتاریو

چهارشنبه ها: از ساعت ۱۶ تا ۱۸
تلفن: ۸۳۳۵ ۸۹۶ ۶۴۷

• مشاور خانواده توسط شهرزاد شهریاری: برای اختلافات خانوادگی و مسائل شخصی مانند افسردگی، تنهایی، اضطراب و غیره میتوانید برای تعیین وقت قبلی با شماره تلفن ۷۷۰۶ ۴۰۵ ۶۴۷ تماس حاصل فرمایید

• بنیاد پریا آماده برگزاری جشن تولد عزیزان شما می‌باشد، برای اطلاعات بیشتر با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• کتابخانه پریا جهت استفاده عموم رایگان می‌باشد. کتاب مورد نظر خود را می‌توانید به مدت دو هفته بصورت امانت در اختیار داشته باشید. همچنین دانشجویان می‌توانند از محیط آرام این کتابخانه استفاده نماید.

ساعت کار: روزهای دوشنبه الی جمعه از ساعت ۹ صبح الی ۵ بعد از ظهر .

تماس با ما:

Parya Trillium Foundation
,John Street, Markham 344
ON L3T 5W6
Tel: 905 764 0202 ext.108
Fax: 905 764 3775
Email: admin@parya.org
www.parya.org

بنیاد فرهنگی فروردین:

اگر تازه وارد به کانادا هستید، و نیاز به کمک در مورد سیستم مختلف اداری و سیاسی کانادا دارید، داوطلبان بنیاد می توانند شما را در امور زیرکمک کنند:

• آموزش کامپیوتر و رسانه های اجتماعی به سالمندان.

• اگر در سیستم های اداری و کاری مورد تبعیض واقع شدید.

• اگر جوان هستید و با قانون به مشکل برخورد کردید.

تلفن: ۴۱۶-۸۴۰-۷۳۳۷
180 West Beaver creek U#34

سازمان زنان

ازدوشنبه تا جمعه، ساعت ۹ صبح تا ۵ بعدازظهرآماده پاسخگویی به اعضاء وعلاقمندان هستیم.

برای اطلاعات بیشتردرمورد برنامه های سازمان، لطفا با شماره تلفن ۹۵۶۶-۴۹۶-۴۱۶ تماس بگیرید و یا به وب سایت ما مراجعه فرمایید

www.iwontario.com

آدرس دفترمرکزی:
1761 Sheppard Ave E, Ground Floor,
Toronto, ON M2J 0A5

• برگزاری کارگاه های ویژه داوطلبین

این برنامه به منظور آشنایی هر چه بیشتر داوطلبین سازمان زنان ایرانی با رویکرد و اهداف سازمان و همچنین آماده سازی جهت تکنیک های فروش و بازاریابی

در محل ADP Wellness Center واقع در ۷۲ Finch Avenue East برگزار میشود.

زمان: چهارشنبه، ۲۳ آگوست ۲۰۱۷ از ساعت ۵ تا ۸ بعدازظهر

(جلسات عملی در روزهای چهارشنبه ۲۸ و چهارشنبه ۳۰ آگوست ۲۰۱۷ از ساعت ۵ تا ۸ بعدازظهر برگزار خواهد شد)

جهت دریافت اطلاعات بیشتر و ثبت نام با دفتر سازمان تماس بگیرید.

• کلاسهای آموزش اکسل

کلاسهای جدید آموزش اکسل سه شنبه هرهفته به مدت یک ساعت و نیم از ساعت ۳:۳۰ تا ۵ بعد از ظهر

در اول ماه آگوست به مدت چهارهفته در دفترسازمان زنان برگزار خواهد شد.

• برنامه جدید آموزشی منتورینگ در زمینه‌های مختلف

• ثبت نام جهت دوره های جدید آموزش یوگا دوره های جدید یوگا چهارشنبه هر هفته به مدت یک ساعت و نیم از ساعت ۰۰: ۱۲ تا ۳۰: ۱ بعدازظهر

در محل ADP Wellness Centre واقع در 72 Finch Ave. East برگزار خواهد شد.

در صورت علاقه مند بودن خواهشمند است جهت ثبت نام به دفتر سازمان زنان ایرانی انتاریو مراجعه کنید.

•اگر به دنبال کسب اطلاعات در زمینه تجربه کاری از افرادی خبره هستید، و یا دارای تبحر و مهارتی خاص می‌باشید، از شما درخواست می‌شود تا برای مشارکت و دریافت اطلاعات بیشتر در مورد برنامه با دفتر سازمان تماس بگیرید.

• برگزاری سمینار آموزشی حقوقی

قوانین مهاجرت

در این جلسه با پرسش و پاسخ فراوان به قوانین مرتبط با مهاجرت پرداخته میشود.

زمان: پنجشنبه ۱۴ سپتامبر ۲۰۱۷، از ساعت ۰۰: ۶ تا ۰۰: ۸ بعدازظهر

گرداننده و سخنران:

وکیل مهاجرتی، رژین ملک زاده

• برگزاری جلسات شاهنامه خوانی در سازمان زنان ایرانی انتاریو

انجمن شاهنامه خوانی میزبان خرداندیشانی خواهد بود که مایلند با شاهنامه و محتوای آن در مدت زمان محدود آشنا شوند. از اینرو گاه به روخوانی ابیات و گاه به خلاصه گویی برای رسیدن به نتیجه داستانهای حکیمانه فردوسی می‌پردازد. این جلسات دومین جمعه همراه با همکاری خانم صدیقه آل داوود برگزار خواهد شد.

جمعه ۸ سپتامبر

از ساعت ۵ تا ۸ عصر

• برنامه گروه ادبیات ومطالعه

جلسات ادبیات و مطالعه این کانون در دومین و چهارمین دوشنبه هر ماه از ساعت ۵:۳۰ تا ۸:۳۰ بعد از ظهر بر گزار می شود.

شرکت کنندگان در این جلسات از خواندن، نوشتن و بحث و نقد آثار یکدیگر لذت می‌برند.

این جلسات با حضور نویسندگان خانم مرضیه ستوده و آقای ساسان قهرمان تشکیل می‌شوند.

جلسه بعدی دوشنبه ۲۸ آگوست ۲۰۱۷

• برنامه ویژه بزرگسالان

جلسه بعدی سه شنبه ۲۹ آگوست ۲۰۱۷

جلسه بعدی از ساعت ۳۰: ۱۲ تا ۰۰: ۴ بعدازظهر در بترز هاب و اقع در Finch ۵۴۰ Ave. West برگزار میشود.

نرمش مخصوص بزرگسالان جهت تقویت روحیه و سلامت فیزیکی ، مسابقه و سرگرمی مهارت های تمرین مغز، بهبود حافظه و حفظ ذهن فعال با شرکت در بازی با کلمات

• خدمات رایگان استقرار به تازه واردین

اگر در کانادا تازه وارد هستید، می توانید بسیاری از خدمات اجتماعی و دولتی را به طور رایگان در اختیار داشته باشید.

با تعیین وقت قبلی روزهای پنج شنبه ازاین خدمات بهره مند شوید:

• اطلاعات درزمینه مسکن

• تحصیلات، بهداشت

• مسائل حقوقی

• مهاجرت

• کمک های مالی دولتی و تفریحات سالم راهنمایی و ارجاع متخصصان تحصیلکرده و صاحبان رشته های فنی و حرفه ای جهت اخذ لایسنس به منابع مربوط

• پرکردن فرم های مختلف دولتی

• ارجاع به کلاسهای زبان انگلیسی و مراکز آموزش

• کسب مهارت جهت کاریابی

• مکالمه زبان انگلیسی

این برنامه پنج شنبه‌ها ازساعت۵ تا ۷ بعدازظهر زیرنظرخانم سودابه مفرد برگزار می‌شود

• یادگیری زبان انگلیسی دریک محیط دوستانه

• تقویت و مدیریت برای قرارملاقات های شما

• برقراری ارتباط موثرتر

• تقویت مهارت های گوش دادن و صحبت کردن به زبان انگلیسی

• خواندن کتابها، مقالات و روزنامه ها

• ارائه موثرنقطه نظرات

• تماشای برنامه های تلویزیون و فیلم های زبان انگلیسی ودرک مفاهیم

• سازمان زنان ایرانی انتاریو در پروژه تغییر نگرش به جنسیت و گرایشهای جنسی، برنامه های جدیدی را برای ارایه به کامیونیتی به شرح زیر در نظر گرفته است.

• سازمان زنان ایرانی انتاریو برای همراهی و کمک به پناهنده ها و تازه واردین جامعه LGBTQI که نیاز به مترجم برای همراهی در سازمانها و ادارات مختلف دارند، به تعدادی داوطلب برای ترجمه همزمان نیاز دارد.

از علاقمندان دعوت می شود با شماره ۹۵۶۶-۴۹۶-۴۱۶ تماس گرفته ویا به ایمیل آدرس: iwooperspectives@gmail.com ایمیل بزنید.

اولین برنامه ی این پروژه در ماه جولای با کمک داوطلبین عزیز با موفقیت انجام پذیرفت.

• همچنین سه شنبه اول هر ماه به طور منظم، برنامه جلسات گفتگو پیرامون هویت جنسیتی و گرایش های جنسی و راه های حمایت از فرزندان، از ساعت ۶ تا ۷بعد از ظهردر آدرس جدید برگزار می شود.جلسه آینده در تاریخ ۵ سپتامبر برگزار خواهد شد.

Deer Park Library
(Toronto Public Library)
40 St Clair Ave E, Toronto,
.ON M4T 1M9
Just across St Clair subway station

• برای آشنایی بیشتر با مسائل بخشی از کامیونیتی که همواره به دلایل متعدد نادیده گرفته شده اند، سازمان در نظر دارد داستانها و خاطرات اعضای خانواده، جوانان و نوجوانان لزبین، گی، ترنس و سایرعزیزان زیر چتر LGBTQ+ را جمع آوری کرده و به کامیونیتی و خانواده های ایرانی ارائه نماید. به همین منظور سپاسگزار خواهیم شد داستانها، قصه ها و روزنوشته های خود را به آدرس storyproject@iwontario.com برای ما بفرستید.

از آنجا که وظیفه ما رعایت حقوق شخصی کلیه ارسال کنندگان آثار می باشد.

نام، آدرس و مشخصات کلیه ارائه دهندگان آثار نزد سازمان محفوظ مانده و به هیچ عنوان در اختیار اشخاص حقیقی و حقوقی قرار نخواهد گرفت.

محسن نوروززاده
Qualified Credit Counsellor
آیا مشکل مالی دارید؟
A.B.D.C CREDIT SOLUTION Solutions for your debt problems
ما به شما کمک می‌کنیم:
اگر برای پرداخت کردیت کارت‌ها و وام های شخصی و بیزنس خود با مشکل روبرو هستید؟
اگر از سوی آژانس های کالکشن و کمپانی های طلبکار مورد تهدید واقع می شوید
اگر از دادگاه اخطاریه دریافت می نمایید؟
اگر از حقوق شما هر ماهه بابت بدهی کسر می گردد؟
اگر در بازپرداخت وام دانشجویی و مالیات شخصی و تجاری مشکل دارید؟
ما مشکل مالی شما را بدون اغلام ورشکستگی رفع می کنیم
• کسر کل مبلغ بدهی تا ۸۰٪ به مدت ۵ سال بدون بهره با حفظ خانه، ماشین و دارائی و ...
• گرفتن وام مسکن، وام ماشین، ویزا و اعتبار بانکی برای افراد بدکردیت و تازه واردین به کانادا
• ترمیم کردیت بد در کوتاهترین زمان
• پروسه Consumer Proposal و Bankruptcy با کمترین هزینه
• ما برای شما کار می کنیم و تراستی برای طلبکاران شما
• تماس با ما چند دقیقه اما ورشکستگی ۷ سال
گارانتی، پرداخت حق سرویس بعد از اخذ قبولی
همین امروز برای مشاوره محرمانه و رایگان توسط متخصصین رسمی و با تجربه
در شرکت A.B.D.C Credit Solution
با مدیریت محسن نوروز زاده تماس بگیرید.
416-830-3414
خدمات ما در تمام شهرهای انتاریو، مونترال و ونکوور می باشد
Tel: 905-597-2232 (ABDC)
Toll Free:1-800-225-4746 Fax : 905-597-2260
www.mydebtproblem.ca nowroozadeh@yahoo.com
7368 Yonge St., Suite #301 B, Thornhill, ON, L4J 8H9

Landview Realty Ltd Brokerage
5915 Leslie Street., Unit 203,
Toronto,Ontario, M2H 1J8
Mobile : 416-704-9696
Phone: 416-491-8989
Fax : 416-491-6789
www.keyvanweb.com
keyvan789@gmail.com
همگام و همراه با شما
Broker of Record/Owner
کیوان شاهرخی
416.704.9696
متخصص در امر خرید و فروش بیزینس، تجاری، سرمایه گذاری
با بیش از ۳۰ سال اقامت در تورنتو و تجربه در امور سرمایه گذاری و خرید و فروش
We Are Hiring Licensed Agent
Training And Lead Provided
Park Your Real Estate License
With Low Annual Fee
خرید بیزینس برای برداشتن شرط مهاجرت
خرید و فروش انواع بیزینس، فرانچایز و خصوصی
خرید و فروش املاک تجاری و مسکونی
خرید و فروش Subway, Second Cup Gas Station, Druxy, Hero Burger, dollar store, coin laundry, & more
Over 30 years of experience in franchise industry
Hiring licensees, agent training, and Lead provided
وکیل پایه یک دادگستری تهران،
کارشناس ارشد حقوق جزا، برای هرگونه کار حقوقی در ایران، تهران:
مهرزاد امیری 0910-1577951 , 0912-8106615

حسابداری ایده آل
Personal, Small Business & Corporation E-File
Ideal Accounting
مجتبی فریور

آیا میدانید با تکمیل فرمهای مالیاتی
اگر در سال 2016 درآمدی نداشته باشید، ممکن است صدها دلار به شما پرداخت شود!
اگر حتی در آخرین روز سال 2016 وارد کانادا شده اید، ممکن است صدها دلار به شما پرداخت شود!
آیا میدانید در صورت عدم تکمیل فرمهای مالیاتی: Child Tax Benefit فرزندان شما از جولای سال جاری پرداخت نخواهد شد
خدمات حسابداری
INCOME TAX
• حسابداری و دفترداری شرکت ها و اشخاص تهیه صورت های مالی
• تهیه فرمهای Payroll &GST.PST
• تهیه Business Plan
• مشاوره برای برداشتن شرط تجاری
• ثبت شرکتها
• وام مسکن Mortgage
تکمیل فرمهای Child Tax و GST رایگان است
تخفیف ویژه برای سالمندان، دانشجویان و تازه واردین
خدمات مالیاتی
905 59-777-59
World on Yonge
7191 Yonge St. Suite 609, Thornhill, ON L3T 0C7
acc@idealteam.ca

از خوانندگان

بخشی از یك سفر نامه

شعله خلیلی

مادری دارم که انشاالله خداوند سایه اش را سالیان سال از سر من کم نکند با هزاران صفات نیکو و برازنده که فقط درخور بزرگان است و عوام از داشتن آن محروم. این بزرگوار که بنده افتخار کنیزیش را دارم دارای صفات دیگری جدا از آنها که برشمردم نیز هست که گاها تحمل یا کنار آمدن با آن چندان آسان نیست. این عزیز اگر چیزی را بخواهد به او نه نمی‌شود گفت. باید فراهمش کرد به هر شکل و به هر روی.

نزدیک عید بود و این عزیز عزیزتر از جان ماهی سفید می‌خواست. اصلا حال و هوای عید اشتهای انسان را برای خوردن ماهی سفید زیاد می‌کند. این یکی از خواص بهار است.

ماهی سفید اگر که ریز باشد ماهی حوض است و پر از تیغ. باید بزرگش را خرید و در مسابقه خرید ماهی سفید شب عید در رده‌های بالا قرار گرفت و گر نه سرکوفت آنرا تا سال آینده که مجددا مسابقه برگزار می‌شود را باید به جان خرید.

راهی مازندران بودیم با گروهی که همراهیشان با من جز لطف بی پایانشان دلیل دیگری نداشت. مقاصد از پیش تعیین شده بود و ما دقیقا شرح وظایف خود را می‌دانستیم. پس از انجام بخشی از کارهای کوچك از قبیل ارزیابی قیمت خانه به بازار ماهی فروشها رفتیم. کار اصلی ما که خرید ماهی سفید بود آنجا در آن بازار در انتظارمان بود. خرید ماهی شب عید.

" ماهی، ماهی بیا تو خانم ماهی خوب دارم". ماهیها که تعدادشان زیاد هم نبود هر کدام روی یك تخته چوبی به طور انفرادی، دراز کشیده بودند. تخته‌ها واقعا یکنفره بود و ماهیها محکوم به تنهایی. مادرم گفته بود ماهی نر بخرم ولی تعداد ماهیهای نر به مراتب کمتر از ماهیهای ماده بود. ماهی فروش که نگاه من را روی ماهیها دید یکمرتبه با پشت دست محکم به تن یکی از ماهیها زد. ماهی بخت برگشته یکدفعه از جایش پرید. منهم پریدم.

"خانم می‌بینی چقدر تازه است. همین الان از دریا گرفتم. نیم ساعت هم نمی‌شه". یك پشت دستی دیگر. آنقدر به تن این ماهیها زد که من احساس کردم گریه ام گرفته. از مغازه آمدم بیرون. هر چه فکر کردم دیدم دلم راضی نمی‌شود از این ماهیها بخرم چون مطمئن بودم موقع خوردنشان یاد سیلیهای مرد ماهی فروش و تکانهای ماهیها خواهم افتاد و اگر نخورم گرفتار قهر و بغض مادرم خواهم شد.

چند قدمی آنطرفتر گروهی دور هم حلقه زده بودند و ماهی چوب می‌زدند. منهم به جمع آنها ملحق شدم. سه ماهی در وسط دایره روی زمین بود. خوشبختانه آنها واقعا مرده بودند. هیچکس هم زحمت سیلی زدن به اآنها را به خود نمی داد. ماهیها در آرامشی که مختص مردگان است در کنار هم دراز کشیده بودند.

قیمت از دانه‌ای ده هزار تومن شروع شد و به سی و پنج هزار تومن که رسید قیل و قالها خوابید. من از این فرصت طلایی استفاده کردم و پس از قورت دادن آب دهنم و تازه کردن نفس گفتم چهل هزار تومن. همه به من نگاه کردند. صاحب ماهیها گفت"خیرش رو ببینی. مال شماست". در پوست خودم نمی‌گنجیدم. روی دست مردها زده بودم و ماهیها را از چنگشان در آورده بودم. حالا داستانهای زیادی داشتم که برای مادرم تعریف کنم.

" خانوم می‌خواین ماهیها رو براتون تمیز کنم"؟ من که هنوز از پیروزی به دست آمده غرق در خوشحالی بودم گفتم بله. ماهی فروش ماهیها را برداشت و به طرف مغازه اش رفت.

در همین موقع مردی میانسالی نزدیك من آمد و چیزی گفت که من درست منظورش را نفهمیدم. گفتم ببخشید چی گفتین؟ گفت"خانوم این ماهیها مونده است. مال چند روز پیشه. اگر بخورید مریض میشین. برای همین ارزون داد". تمام پیروزیهای به دست آمده از دست رفت. خرید ماهی مونده برای مادرم یعنی کشیدن مارك "ببو" بر دوش نه تنها برای یك مدت کوتاه بلکه برای یك عمر.

تازه به یاد سفارشات مادرم افتادم که می‌گفت " چشمش باید شفاف باشه. زیر گوشش قرمز". پرسیدم اقا مطمئن هستین؟ گفت" بله خانوم برو زیر گوشش رو نگاه کن".

می‌خواست چاقو را به گردن ماهی بگذارد که گفتم اقا صبر کن. باید گوشش رو ببینم. گفت "چی" گفتم" دست نگهدار" زیر گوش ماهی هر رنگی بود ، قرمز نبود. تقریبا قهوه ای تیره بود. با هزار بدبختی قرار داد خرید ماهی را فسخ کردم و رد مردی را که این اطلاعات گرانبها را به من داده بود گرفتم و به مغازه‌اش رفتم. هزار بار تشکر کردم و دو ماهی خریدم. آبروی من را خریده بود. مردن از خوردن ماهیهای مونده بهتر از طعنه های تلخ مادرم بود که مسلما مهارت در خرید دختران مردم را تا سالیان سال به رخم می‌کشید.

ما ایرانیها به قول یکی از دوستان دستگاه ببو یاب داریم. به سرعت افراد ببو را تشخیص می‌دهیم. همانطور که من آن روز در آن بازار ماهی فروشان هدف دستگاه ببو یاب دوستان ماهی فروش قرار گرفتم.

تا حالا کسی رد شما را گرفته است؟

گوگل مپ چگونه اطلاعات دقیق ترافیکی را به دست می آورد؟

گوگل رسما اعلام کرده است که اطلاعات ترافیکی از منابع مختلفی مثل سازمان‌های حمل و نقل دولتی، تامین کنندگان خصوصی و منابعی دیگر جمع آوری می‌شود. ولی این تمام داستان نیست. هنگامی که از اطلاعات ترافیکی و پیش‌بینی‌های ارائه شده همراه با آن صحبت می‌شود، باید دانست که کاربران گوگل‌مپ نیز خود بدون آن که آگاهی داشته باشند در تامین اطلاعات سهیم هستند .

تا به حال شده وقتی که با استفاده از گوگل مپ قصد یافتن مقصد مورد نظر خود را دارید، این اپلیکیشن مسیرهای جایگزینی را به شما پیشنهاد داده و یا به شما در مورد ترافیک غیر منتظره در مسیر هشدار دهد؟ چنین قابلیتی به لطف ارسال مرتب و زنده اطلاعات ترافیکی از اپلیکیشن Google Maps نصب شده روی دستگاه‌های اندروید و iOS به گوگل امکان‌پذیر است. در مرحله بعد داده های دریافت شده از هر گوشی هوشمند با سایر گوشی های موجود در همان منطقه مقایسه می شود. بنابر این، هر چه کاربران Google Maps در یک منطقه بیشتر باشد پیش بینی های ترافیکی دقیق تر صورت می گیرد.

یکی دیگر از منابع دریافت اطلاعات ترافیکی کاربران اپلیکیشن Waze هستند. گوگل این اپلیکیشن را در سال ۲۰۱۳ با قیمت ۱ میلیارد دلار تصاحب کرد. کاربران Waze اطلاعاتی مثل تصادفات و راه بندان های موجود در مسیر خود را به این اپلیکیشن می دهند و در نتیجه گوگل می تواند با استفاده از آن ها ترافیک راه ها را پیش بینی کرده و نمایش دهد.

گوگل از زمان راه اندازی این سرویس به حدی اطلاعات جمع آوری کرده که اکنون می‌تواند نوع ترافیک پیش روی کاربران را در هر زمان و هر مکانی پیش‌بینی کند. برای مثال، گوگل می داند که ترافیک در صبح و بعد از ظهر سنگین است، ولی در روزهای تعطیل نه.

با استفاده از داده های جمع آوری شده در طول سالیان گذشته و داده های دریافتی از دستگاه‌های موبایلی که از اپلیکیشن Google Maps استفاده می‌کنند، این شرکت می‌تواند مدل‌هایی ترافیکی برای پیش بینی وضعیت آمد و شد در دوره‌های زمانی متفاوت ایجاد کند.

برای مثال، با استفاده از مدل‌های ایجاد شده می‌توان پیش بینی کرد که بعضی از جاده‌ها در زمان بارندگی ترافیک سنگین‌تری را در طول سال تجربه می‌کنند. همچنین گوگل گزارش‌های ترافیکی را از سازمان‌های حمل و نقل، سنسورهای جاده ای و تامین کنندگان خصوصی دریافت می‌کند تا اطلاعاتش را به روز نگه دارد.

آماندالیت‌مور، مدیر محصول گروه Google Maps، می‌گوید که داده‌های تاریخی جمع آوری شده، به آن‌ها اجازه می دهند تا به کاربران گوگل مپ بگویند که وضعیت ترافیکی مسیر آن ها نسبت به روزهای معمولی سبک‌تر است یا سنگین‌تر و یا این که در صورت روی دادن تصادف تا چه مقدار از سرعت حرکتشان کاسته می‌شود.

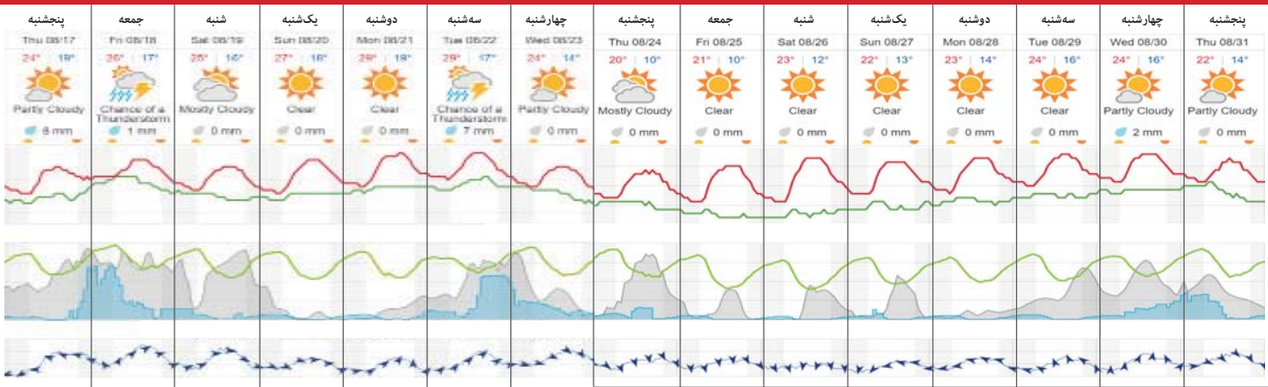
در صورتی که ترافیک سنگین باعث کندی حرکت کاربر شده و مسیر او نیز تنها و یا سریع ترین راه موجود برای رسیدن به مقصد باشد، گوگل مپ پیغامی را به کاربر ارسال کرده و علاوه بر ذکر دلیل وقوع ترافیک، او را از این مسئله که وی در سریع ترین مسیر موجود قرار دارد آگاه می نماید.

اما در نهایت دقت بی نظیر اطلاعات مکانی این اپلیکیشن تنها به کاربرانش وابسته است، چرا که میلیون ها کاربر Google Maps در جاده‌ها درست مثل سنسور هایی برای آن عمل کرده و این سرویس را تا حد ممکن دقیق می‌کنند. البته شما می‌توانید در صورت تمایل این ویژگی را غیر فعال کنید.

برای انجام این کار در گوشی های آیفون کافیست در بخش Privacy گزینه Location Services for Google Maps را خاموش کرده و در اندروید نیز گزینه Google Location History را از Google Settings و از قسمت Location غیر فعال نمایید.

از یکهفته قبل تا یکهفته بعد در یک نگاه

آب و هوا



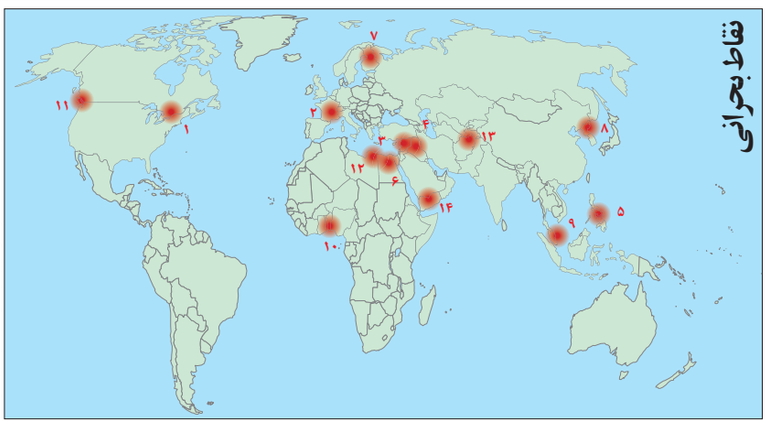
در چنین روزی

- ۱۸۷۶ م: دولت آمریکا سرخپوستان را به اراضی محصوری تبعید کرد
- ۱۹۱۹ م: اعلان موجودیت حزب کمونیست آمریکا
- ۱۹۲۰ م: پخش نخستین برنامه اخبار از رادیو دیترویت، میشیگان، آمریکا
- ۱۸۴۹ م: آنیتا، زن و همرزم گاریبالدی انقلابی بزرگ و قهرمان استقلال ایتالیا در حین عقب نشینی در جنگ درگذشت
- ۱۹۴۶ م: مارشال تیتو کنفدراسیون یوگسلاوی را از ۶ نیم کشور تاسیس کرد
- حمله نیروهای ناتو به صرب‌های بوسنی
- ۱۹۵۷ م: استقلال مالایا از انگلستان که بعدا تبدیل به مالزی شد
- ۱۹۰۷ م: سالروز تقسیم ایران بین انگلستان و روسیه در زمان محمدعلی شاه قاجار
- ۱۹۴۱ م: رضاشاه فرماندهان ارتش را به جرم خیانت به ملت کتک زد و اخراج کرد
- ۱۹۶۳ م: راه‌اندازی تلفن مستقیم میان کاخ کرملین و کاخ سفید در بحبوحه جنگ سرد برای جلوگیری از جنگ ناخواسته
- ۱۹۲۲ م: پیروزی میهن‌دوستان ترک به فرماندهی مصطفی کمال آتاتورک بر یونان که به تاسیس ترکیه انجامید
- ۱۹۴۱ م: آغاز محاصره لنینگراد توسط ارتش هیتلر؛ شکست آلمان در این محاصره آغاز شکست نهایی آن بود
- ۳۰ ق م: خودکشی کلئوپاترا، ملکه مصر، پس از شکست همسرش مارکوس
- ۱۹۴۱ م: سرلشکر نخجوان به جای رضاشاه، و بجای دستور دفاع، به ارتش دستور داد مرخص شود
- ۱۳۴۸ ش: درگذشت سید ضیاالدین طباطبایی
- ۱۳۶۰ - ش: انفجار تروریستی در جلسه شورای امنیت که در آن رجایی و باهنر به قتل رسیدند
- ۱۵۳۳ م: پیروزی با نیرنگ و قتل عام سرخپوستان اینکا و امپراتور آن توسط فرانسیسکو پیزارو، فاتح اسپانیایی
- ۱۷۸۶ م: قیام بزرگ "شیث"، استثمارشدگان برعلیه اربابان در آمریکای شمالی
- ۲۰۰۵ م: وقوع طوفان کاترینا
- ۱۸۲۵ م: استقلال برزیل از پرتغال
- ۱۹۲۲ م: پخش منظم اولین آگهی در رادیو غیر دولتی نیویورک
- ۱۵۲۱ م: پیروزی عثمانی و تصرف بلگراد توسط سلطان سلیمان
- ۱۵۲۶ م: پیروزی سلطان سلیمان بر ارتش مجارستان
- ۱۹۴۹ م: روسیه دارای بمب اتمی شد
- ۱۸۴۲ م: پایان جنگ تریاک با پیروزی انگلستان بر چین و تصاحب هنگ کنگ
- ۱۸۳۵ م: شهر ملبورن استرالیا بنا نهاده شد
- ۵۰۰ ق م: آغاز میترائیسم به دستور داریوش بزرگ
- ۱۶۴۰ م: سرخپوستان آمریکا در جنگ نیوانگلند از انگلیسی‌ها شکست خوردند و اراضی خود در ماساچوست را از دست دادند
- ۱۹۶۳ م: تظاهرات بیش از ۲۰۰ هزار سیاهپوست آمریکایی در واشنگتن
- ۲۰۱۰ م: اولین افت تعداد نوزادان نسبت به سال قبل در آمریکا در تاریخ
- ۱۷۴۹ م: زادروز گوته نویسنده و اندیشمند آلمانی
- ۱۳۸۹ م: قتل عام ۶ هزار یهودی در ماینز آلمان به اتهام آغاز طاعون
- ۱۵۱۱ م: تصرف مالایا توسط پرتغال
- ۱۹۴۸ م: انتشار کتاب ۱۹۸۴ اثر جورج اورل انگلیسی
- ۱۹۷۹ م: ترور لرد مونتباتن آخرین نایب السلطنه انگلستان در هند
- ۱۳۵۸ ش: حکم قاضی شرع: شلاق برای گران‌فروشان
- ۲۰۱۲ م: بزرگترین تجمع ایرانیان در دنیا در اعتراض به تغییر نام خلیج فارس
- ۲۰۰۳ م: جورج بوش، رئیس جمهور آمریکا طی نطقی از اشغال نظامی عراق دفاع کرد
- ۱۷۷۰ م: زادروز هگل فیلسوف و تاریخدان آلمانی
- ۵۵ ق م: ورود ژولیوس سزار رومی به انگلستان برای تسخیر آن
- ۱۸۱۳ م: ناپلئون بناپارت با ارتشی کوچکتر، ارتش آلمان، اتریش و روسیه را تارومار کرد
- ۱۸۹۶ م: تصرف جزیره زنگبار توسط انگلستان با یک جنگ بسیار کوتاه و سریع
- ۵۵۱ ق م: زادروز کنفسیوس، فیلسوف و متفکر چینی
- ۱۹۹۰ م: دولت عراق پس از اشغال کویت آنرا استان نوزدهم خود اعلام کرد
- ۱۳۸۷ م: تصرف اصفهان بدست امیر تیمور گورکان (تیمور لنگ) و قتل عام آن
- ۱۳۵۷ م: نخست وزیری جعفر شریف امامی
- ۱۹۶۷ م: ترور جورج لینکلن راکول، رهبر حزب نازی آمریکا
- ۱۷۱۸ م: صدها مهاجر فرانسوی وارد جنوب آمریکا شدند و شهر بندری نیواورلئان در لوئیزیانا را بنا نهادند
- ۱۹۷۳ م: انجام نخستین آزمایش پزشکی "کت اسکن" در جهان
- ۱۶۰۹ م: گالیله تلسکوپ خود را به نمایندگان مجلس ونیز نشان داد
- ۱۹۰۰ م: درگذشت نیچه فیلسوف آلمانی
- ۱۵۳۰ م: زادروز تزار یکم، ایوان چهارم (ایوان مخوف)
- ۱۹۱۴ م: آلمان بروکسل را اشغال کرد
- ۱۹۳۳ م: امضاء اولین قرارداد بین‌المللی تنظیم و تثبیت معاملات گندم
- ۱۹۴۴ م: پاریس از تصرف و اشغال آلمان خارج شد
- ۱۹۴۱ م: حمله نظامی انگلستان و روسیه، و اشغال ایران در جنگ دوم جهانی
- ۱۹۱۰ م: درگذشت ویلیام جیمز فیلسوف و راونشناس آمریکایی
- ۱۸۵۸ م: اولین استفاده از تلگراف برای ارسال خبر
- ۱۹۱۴ م: زادروز ژولیو کارتازار، نویسنده آرژانتینی
- ۱۹۲۰ م: زنان آمریکا اجازه رای دادن و رای آوردند، را بدست آوردند
- ۱۷۴۳ م: زادروز آنتوان لاوازیه پدر علم شیمی
- ۱۷۸۹ م: سالروز تصویب حقوق بشر در فرانسه
- ۱۸۸۵ م: زادروز ژول رومارین، داستان نویس فرانسوی
- ۱۹۱۴ م: کشته شدن ۲۰ هزار سرباز روس در جنگ یکروزه با آلمان
- ۱۰۷۱ م: پیروزی آلپ ارسلان سلجوقی بر رومانوس چهارم و استیلای ترکان بر امپراتوری روم شرقی
- ۱۳۵۷ م: کناره‌گیری جمشید آموزگار از نخست وزیری
- ۱۸۲۱ م: استقلال مکزیک از اسپانیا بعد از ۳ قرن جدال
- ۱۹۷۸ م: درگذشت ایناشیو سیلونه روزنامه‌نگار و داستان‌نویس که بدنبال حل مسائل بشر بود
- ۱۶۷۱ م: راه اندازی اولین خیابان یکطرفه در لندن
- ۱۷۵۴ م: تولد لویی ۱۶ آخرین شاه فرانسه که با گیوتین در انقلاب اعدام شد
- ۱۹۰۴ م: اختراع زنجیر چرخ اتومبیل برای حرکت در برف و یخ
- ۱۹۷۸ م: درگذشت جوموکنیاتا رهبر استقلال طلب کنیا
- ۱۹۸۲ م: خروج نیروهای فلسطینی از لبنان بدنبال بمباران شدید بیروت توسط اسرائیل
- ۱۵۱۴ م: شکست شاه اسماعیل از سلطان سلیم در جنگ چالدران
- ۱۹۴۱ م: دستورات وسیع ولی بی‌حاصل رضاشاه برای جلوگیری از اشغال ایران توسط متفقین

مهمترین اخبار

- چین به آمریکا: اول کمپانی‌های آمریکایی که با کره شمالی ارتباط دارند را تحریم کنید
- کلمبیا، لابی‌گران آمریکایی را اخراج کرد
- وقوع گردباد دوباره در استان کبک
- رویال بانک ۲.۸ بیلیون دلار سود نشان داد
- آژانس املاک انتاریو خواستار جریمه سنگین‌تری برای متخلفان شد
- همکاری گوگل و وال‌مارت در مقابله با آمازون
- کتاب جدید هیلاری کلینتون درباره تجربه او در انتخابات به زودی چاپ می‌شود
- پلیس دانمارک: جسد بدون سر کشف شده متعلق به روزنامه‌نگار سوئدی مفقود شده است
- دربی خودداری آمریکا از ارسال کمک مالی ۱۰۰ میلیون دلاری به مصر، مصر جلسه مشترک با آمریکا را لغو کرد
- همباران هوایی گروه عربستان و آمریکا به هتلی در یمن ۳۵ کشته بجا گذاشت
- کره شمالی دستور ساخت موشک‌هایی با کلاهک هسته‌ای قاره‌پیما را صادر کرد
- ایران و عربستان ملاقات‌های دیپلماتیک ترتیب می‌دهند
- سفر بدون ویزای ایرانیان به صربستان
- اعلان لیست بازیکنان تیم ملی، لژیونرها ۵ شهریور
- تحریم‌های سنگین جدید آمریکا بر روسیه بخاطر کره شمالی
- تظاهرات گسترده در مقابل محل اقامت ترامپ در آریزونا
- فرمانده ناوگان هفتم آمریکا برکنار می‌شود
- نسخه جدید اندروید، اورئو، عرضه شد
- سخنرانی استیو باتون اخراجی از کاخ سفید در آریزونا بر علیه ترامپ
- لاتاری "پاوربال" در آمریکا به ۷۰۰ میلیون دلار رسید
- تلاش کاتلین وین برای جلوگیری از به دادگاه رفتن مک‌گینتی
- بارسلون از نیمار به دادگاه شکایت کرد
- زمین لرزه در نپال ایتالیا
- بنغازی در لیبی، از دست داعش به دست تندروهای توبروک افتاد
- انتخابات آنگولا برای جایگزینی ادوارادو دو سانتوس رئیس جمهور ۷۴ ساله با ۳۸ سال حکومت!
- چند ده نفر از مردم عادی در همباران رقه توسط هواپیماهای آمریکایی کشته شدند
- ۱۲ - یک استان دیگر افغانستان بدست طالبان افتاد، ۶ استان در ۸ ماه یا ۱۵٪ کل کشور
- هندوستان قانون ۳ طلاقه را برانداخت
- ایران: غنی‌سازی ۲۰ درصدی ۵ روزه آغاز می‌شود
- کاهش سود سپرده از ۲۱ به ۱۸ درصد
- وقوع خورشید گرفتگی در آمریکا
- سقوط دومین پهباد آمریکا در ترکیه ظرف ۳ روز
- در پی تصادف ناو، آمریکا حرکت ناوهایش را برای ۲ روز زمین‌گیر کرد
- مانی‌توبا آخرین گذاشت
- استعفای دستجمعی اعضای کمیته هنر کاخ سفید
- درگیری در کیک بین تندروهای راست با مخالفان تندروی
- اتهام اولین دوره مذاکرات نفتا (۲۳ ساله) تا ماه آینده
- شناسایی ۳ کانادایی در درگیری‌های سفیدبرترپندارها در آمریکا
- دوغان آخانلی، که در اسپانیا دستگیر شده بود، به شرط عدم خروج از مادرید، آزاد شد
- آنده دراچیوف کشته شد
- صربستان همه دیپلمات‌هایش را از ماسدونیا فراخواند
- روسیه سفیرش در آمریکا را عوض کرد
- ساعت "بیگ بن" در لندن برای تعمیرات ۴ سال بی‌صدا می‌شود
- آتش‌سوزی در هتل حجاج یمنی و ترک
- گردهمایی سران مخالفان اسد در ریاض
- ارتش سوریه درحال انجام دومین محاصره بزرگ داعش
- نخست وزیر استرالیا از طراحان خواست برای دفاع در مقابل حملات با ماشین ایده بدهند
- عبدالرحیم موسوی فرمانده ارتش ایران شد
- جری لوئیس کمدین آمریکایی در ۹۱ سالگی درگذشت
- دیک گرگوری، کمدین آمریکایی درگذشت
- ۹ - تصادف ناو آمریکا با یک کشتی نفتکش در نزدیکی سنگاپور
- ۱۰ ناپدید و ۵ مجروح بجا گذاشت
- ۲ - ۱ کشته و ۳ زخمی در حمله تروریستی با ماشین در سنت پترزبورگ روسیه
- دستگیری دوغان آخانلی، نویسنده آلمانی- ترکیه‌ای متنقد اردوغان در اسپانیا
- بازگشت بخاری، رئیس جمهور بیمار نیجریه به کشور
- دولت کنگو هزاران پاسپورت "از مُد افتاده" را نابود کرد!
- استعفای وزیر تحصیلات عالیه افریقای جنوبی پس از حمله جنسی به یک زن
- کمپانی نفتی شل پس از ۵ سال اولین محموله نفتی لیبی را خرید
- آزادسازی موصل: ۱۴۰۰ عراقی کشته و ۷۰۰۰ زخمی
- حمله ارتش لبنان از غرب، و ارتش سوریه از شرق به داعش در مرز لبنان و سوریه
- هواپیماهای آمریکا ۲ جبهه درحال پیش‌روی ارتش سوریه را بمباران کرد
- ۴ - حمله ارتش عراق برای آزادسازی تعلفر
- بیش از ۲۰ کشته در از خط خارج شدن ترن هندی
- بررسی وزرای پیشنهادی روحانی در مجلس
- فروش ۲ میلیارد دلار اوراق بدهی دولتی خارج از بورس
- دده‌ها هزارنفر در مقابله با دده‌ها سفیدبرترپندارها در بوستون تظاهرات کردند
- شکست بانکی‌ها در مقابل جوراب قرمزها در فوتبال آمریکایی
- پس از حمله تروریستی در اسپانیا، عبدالبکی السانی امام شهر مجاور ناپدید شد
- "ربل‌مدیا" میلیون‌ها دلار از تبلیغاتش را برای جانبداری به نفع سفیدبرترپندارها از دست داد
- مادر زن کشته شده در حمله سفیدبرترپندارها دعوت ترامپ به ملاقات را رد کرد
- مجلس رفراندومی طرفدار "مادورا" رئیس جمهور ونزوئلا جایگزین مجلس مخالف رئیس جمهور شد
- متهم حمله تروریستی اسپانیا کشته شد. یک کانادایی در میان کشته‌ها
- ۷ - ۲ کشته و ۶ زخمی در حمله آمریکا به الشباب با چاقو در فنلاند
- لئونل مسی از بارسلونا به منچستریستی می‌رود؟
- ۶ - ۲۱ کشته و ۵۵ مجروح در برخورد ۲ قطار در مصر
- هواپیماهای آمریکا مواضع ارتش سوریه که داعش را تازه محاصره کرده‌اند بمباران کرد
- سازمان ملل خواستار دسترسی به یمن شد
- ۵ - جنگ مواد مخدر در فیلیپین در هفته گذشته بیش از ۵۰ کشته، از جمله کودکان، بجا گذاشت
- پذیرش ملاله یوسف‌زاد به دانشگاه آکسفورد
- ایران و افغانستان در صدر کشورهای پولشو
- اخراج بانون، مشاور رسانه‌ای ترامپ از کاخ سفید
- الگور: ترامپ استعفا کن!
- سقوط مجدد سهام بلکبری
- ۸ نفر در پایین کشیدن مجسمه‌های جنوبی‌ها در آمریکا دستگیر شدند
- "ربل‌مدیا" میلیون‌ها دلار از تبلیغاتش را برای جانبداری به نفع سفیدبرترپندارها از دست داد
- مادر زن کشته شده در حمله سفیدبرترپندارها دعوت ترامپ به ملاقات را رد کرد
- مجلس رفراندومی طرفدار "مادورا" رئیس جمهور ونزوئلا جایگزین مجلس مخالف رئیس جمهور شد
- متهم حمله تروریستی اسپانیا کشته شد. یک کانادایی در میان کشته‌ها
- ۷ - ۲ کشته و ۶ زخمی در حمله آمریکا به الشباب با چاقو در فنلاند
- لئونل مسی از بارسلونا به منچستریستی می‌رود؟
- ۶ - ۲۱ کشته و ۵۵ مجروح در برخورد ۲ قطار در مصر
- هواپیماهای آمریکا مواضع ارتش سوریه که داعش را تازه محاصره کرده‌اند بمباران کرد
- سازمان ملل خواستار دسترسی به یمن شد
- ۵ - جنگ مواد مخدر در فیلیپین در هفته گذشته بیش از ۵۰ کشته، از جمله کودکان، بیمارستان اعتصاب خود را شکست
- ایران و ترکیه مخالف همه پرسی کردهای عراق
- حمله ترامپ به پایین کشیدن مجسمه جنوبی‌ها در آمریکا
- ۱ - ورود حدود ۴۰۰۰ پناهنده در ماه آگوست از آمریکا به کانادا
- فروشگاه‌های زنجیره‌ای هوتر در حال بسته شدن
- آمریکا شهروندی اوده ۷۰ ساله فلسطینی را که زیر شکنجه اسرائیل به کشتن ۲ سرباز اسرائیلی اعتراف کرده بود، پس گرفت
- ۲ - ۱۴ کشته و ۱۰۰ زخمی در ۲ حمله تروریستی با ماشین در کمبریلز اسپانیا
- بعلت تحریم‌ها: روسیه دلار را از معاملات اقتصادیش حذف می‌کند
- غنا برخی اقلام وارداتی را تحریم کرد
- ۳ کشته در حمله هوایی آمریکا به الشباب
- دگرگیری در هنگ‌کنگ و رای دادگاه به زندانی کردن ۲ مخالف چین
- ۳ - ارتش سوریه گروه بزرگی از داعش را در منطقه‌ای به بزرگی نصف کشور لبنان در مرکز کشور محاصره کرد
- ۱۴ - سازمان ملل جنگ یمن را فاجعه خواند
- پاولین هنسون نماینده زن استرالیا با نقاب به مجلس رفت
- کروبی در بیمارستان اعتصاب خود را شکست
- ایران و ترکیه مخالف همه پرسی کردهای عراق

نقاط بحرانی



حتی زمانیکه دیگران از دادن وام مسکن به شما خودداری کردند
ما به شما وام مسکن می‌دهیم!
LENDERS FOR GROWTH LTD
TRUSTED LENDING SOLUTIONS
Tel: 416.225.0004 / Toll Free: 1.877.692.5494 / 6983 Yonge St., Toronto, ON, M2M 3X9 / www.lendersforgrowth.com

ارز ملل
ARZE MELAL
• بهترین نرخ حواله فوری ۴۸ ساعته
• پرداخت همزمان ارز با کارت عابربانکهای ایران
5859A Yonge St. NorthYork (at Cummer)
416.830.6500

IRAN STAR
ایران استار
21
بخش زندگی
Thursday, 24 Aug 2017 - Vol. 23 - No. 1150
iranstar.com
پنجشنبه ۲ شهریور ماه ۱۳۹۶ – سال ۲۳ – شماره ۱۱۵۰

ارز پرسپولیس
PERSPOLIS EXCHANGE
416.229.0000
برداشت ریالی از کارتهای عابر بانک ایران و دریافت قانونی و فوری معادل دلار کانادایی در تورنتو

سلامتی ← ۲۲
غذاهایی که هرگز نباید در مایکروویو گرم کرد

دانش- پزشکی ← ۲۵
شب کاری، ریسک سرطان سینه را افزایش می‌دهد

سالمندی ← ۲۶
زندگی با والدین سالمند - سالمند و پذیرش مرگ فرزند

کودک- روانشناسی ← ۲۷
خودارضایی در کودکان اُتیستیک
شیدا معنوی

نوجوان ← ۳۰
شلختگی در نوجوانان - رفتار با نوجوان در موقع عشق و عاشقی

موسیقی ← ۳۱
جامعه شناسی هنر
بهروز پایگان

تلفن همراه ← ۲۴
چگونه تلفن همراهی که روی سایلنت است و گم کرده‌ایم پیدا کنیم؟

آشپزی - کیترینگ کدبانو ← ۳۳
خورشت مسمای بادمجان
مربای هویج
کیک مخملی قرمز
پروین ترابی

رمان دنباله دار ← ۳۲
نقطه تسلیم/ قسمت ۸
شهره وکیلی

اطلاعات عمومی و سرگرمی ← ۳۶
سودوکو، فال ← ۳۴
معماهای مرموز فیزیک ← ۳۷

پاورقی جدید(قسمت اول)

زندگینامه هنری فروغ فرخزاد، به همراه نامه‌های عاشقانه او به ابراهیم گلستان

بخش اول

من نمی توانم دروغ بگویم

دختر زیبا و جوان کوچهٔ خادم‌آزاد را سراسیمه به منزل دکتر تاج‌الملوک مشکات و دکتر حسن خیام رسانده بودند. کوچه‌ای در دل شهر تهران.[۲] کوچه‌ای گیج از عطر اقاقیا و یاس امین‌الدوله. کوچه‌ای "باریک و دراز"[۳] در خیابان مولوی، چهارراه گمرک که سال‌ها بعد در آثار شاعری تراز اول جاودانه شد.[۴] "مهم‌ترین خاطرهٔ" فرزند آن زوج طبیب، مسعود خیام، به شبی برمی‌گردد که: ناگهان سروصدای زیادی در منزل بلند شد. مریض آورده بودند؛ معلوم بود که مریض غیرعادی است. اوضاع شلوغی بود. پسرک سرک کشید، آن‌ها را شناخت، اما هیچ‌کس به او محل نگذاشت. پسرک به دامن خانم دکتر آویخت که:

ـ مامان! چی شده؟

ـ هیچی، پسرم. برو.

ـ مامان چی شده؟

ـ فروغ مریض شده، حالش خوب نیست. جنب‌وجوش شدیدی بود. هرکس چیزی می‌گفت. یک نفر فحش می‌داد. یک نفر دعا می‌خواند. یک نفر گریه می‌کرد. دکترها با مهارت به کار خود مشغول بودند. بر همه‌چیز تسلط داشتند و همه را اداره می‌کردند. پسرک هرگز پدر و مادرش را این‌قدر جدی و مهم ندیده بود. یکی از اهالی محل در راهرو به‌آهستگی گفت: "دختر بیچاره"، چندمین دفعه است که خودکشی می‌کند.[۵] "دختر بیچاره‌ای" که حتی هنگامی‌که با مرگ دست و پنجه نرم می‌کرد بعضی فحش نثارش می‌کردند و برخی دیگر برایش می‌گریستند و دعا می‌خواندند، فروغ فرخزاد بود. دختر جوانی که زندگی را دوست می‌داشت ولی همواره دست به گریبان با وسوسهٔ مرگ بود. قبل از این هم یک بار دیگر دست به خودکشی ناموفق دیگری زده بود و یک مشت از قرص‌های خواب‌آور مادرش را خورده بود. سال‌ها بعد مسعود خیام، پسرک کنجکاو و شاهد آن صحنهٔ فراموش‌ناشدنی، "برای سامان دادن به خاطراتش، برای حرف درآوردن از مادرش، با منقاش به جان او افتاد." دکتر مشکات، که چندین دهه حرمت سوگند بقراطی و زندگی خصوصی

زندگینامه ← ۴۰

مجتمع پویا
خدمات مالی و حسابداری
خرید، فروش و اجاره مسکن
خدمات امور مهاجرتی
6347 Yonge St.
416.225.6600
pouyacommercial.com

۶ دلیل از بین نرفتن چربی شکمی

به گزارش سازمان بهداشت جهانی از دست دادن چربی‌های شکم کار آسانی نیست و مسلما یک شبه اتفاق نمی‌افتد. شما باید نسبت به برخی عادات سالم زندگی متعهد باشید تا شاهد کاهش تدریجی چاقی شکمی شوید.

۶ علتی که با عدم موفقیت شما در از دست دادن چربی شکم مرتبط است، از این قرارند:

شما هنوز غذاهای پردازش شده مصرف می‌کنید: کراکرها، نان سفید، شکر تصفیه شده، برنج سفید، ماکارونی، نوشیدنی‌ها و شیرین کننده‌ها، همگی مقصران اصلی ابتلا به چاقی شکمی هستند. فراموش نکنید که التهاب از علل اصلی ابتلا به این نوع چاقی است و مصرف کربوهیدرات‌ها و قندهای ساده از عوامل اصلی بروز التهاب در بدن هستند.

چربی‌ها را به طور کامل از رژیم‌تان حذف می‌کنید: شک نکنید که حذف کامل چربی‌ها از رژیم غذایی، به سوختن چربی شکم کمکی نخواهد کرد. چربی‌های غیر اشباع موجود در انواع دانه‌ها و آجیل، روغن زیتون، روغن کنجد و ماهی، و ... خواص ضد التهابی دارند و به شما در مراقبت از وزن کمک فراوانی می‌کنند. به رژیم غذایی‌تان مواد غذایی از جمله روغن زیتون، آووکادو، آجیل، دانه های آفتابگردان، ماهی‌های چرب از جمله ماهی قزل آلا را اضافه کنید تا شاهد کاهش چربی شکمی باشید.

تمرینات مناسب ورزشی انجام نمی‌دهید: از بین بردن چربی‌های شکم رابطه‌ای مستقیم با روند ورزش کردن و شدت آن دارد. در یک مطالعه منتشر شده در مجله طب و علوم و ورزش این نتیجه حاصل شده است که افرادی که در تکمیل رژیم غذایی از تمرینات با شدت بالا هم بهره می‌گیرند، سریع‌تر و راحت‌تر می‌توانند چربی‌های اضافه خود را کم کنند. در واقع کم بودن شدت تمرینات هیچ تغییر قابل توجهی در کاهش وزن به وجود نخواهد آورد. شما نیاز به ورزش با شدت بالا و روی سطوح شیب دار دارید چرا که هدف نهایی سوزاندن کالری بیشتر و در پی آن آب کردن چربی های

۶ دلیل ← ۴۰

Commercial Commercial Auto
بیمه بیزینس
اتومبیل، خانه، تجاری، مسئولیت
Small Business Owners
رستوران‌ها
نانوایی‌ها
صرافی
داروخانه
Contractors
Rented Homes
Roofers
Electricians
HVAC Technicians
رانندگان Uber
Commercial Vans
شرکت‌هاس ساختمانی
Dental Office
Renovators
General Contractors
Food Courts
Plumbers
و انواع بیمه‌های کامرشیال
علیرضا شاقوزایی
دکترای بیمه
مدرس سابق دانشگاه تهران
Registered Insurance Broker
Cel :647-700-0104
Tel :905-597-4711
PrimeService Insurance

تجربه، اعتبار و اعتماد
در امورحمل و نقل بین المللی
METRAS
SHIPPING & FORWARDING INC.
دارای نمایندگی‌های فعال در اقصی نقاط جهان
ایران
آلمان
ایتالیا
استرالیا
انگلستان
ارمنستان
آمریکای جنوبی
امارات متحده عربی
سنگاپور
چین
ژاپن
هلند
کره
و...
شرکت حمل و نقل بین‌المللی
متراس
• حمل لوازم شخصی و تجاری با قیمتهای غیرقابل رقابت ازطریق دریا و هوا به ایران
• حمل کالاهای تجاری و شخصی با کانتینر به اقصی نقاط جهان
• اجرای اعتبارات اسنادی برای کالاهای بازرگانی
• بیمه حمل برای کالاهای تجاری و شخصی
2175 Sheppard Ave. East, Suite 215, Toronto, Ontario M2J 1W8
Tel: 416-497-0377 Fax: 416-497-0783
info@metrasshipping.com www.metrasshipping.com

LEVY ZAVET PC
LAWYERS
Rose Bahrami
B.Sc., LL.B.
Member of the Law Society of Upper Canada
Member of Ontario Bar Association
فیروزه بهرامی
وکیل رسمی دادگستری کانادا
عضو هیئت مدیره انجمن وکلای ایرانی-کانادایی
حقوق املاک
حقوق تجاری
امور مهاجرت و اقامت
تنظیم وصیت‌نامه و وکالت نامه
تایید رسمی اسناد
416.777.2244 x720
www.LevyZavet.com
RBahrami@LevyZavet.com
Fax: 416.477.2847
201-315 Eglinton Ave. West, Toronto, Ontario, M5N 1A1

سلامتی- تغذیه

غذاهایی که هرگز نباید در مایکروویو گرم کرد

مایکروویو یکی از معروف‌ترین لوازم موجود در جهان است، نه تنها به این دلیل که به گرم شدن غذا در چند ثانیه کمک می‌کند، بلکه باعث حفظ ارزش تغذیه‌ای برخی اقلام غذایی نیز می‌شود. به گزارش Steptohealth، هنگامی که برخی از سبزیجات در این دستگاه پخته می‌شوند، بیشتر خواصشان حفظ می‌شود تا زمانی که با روش‌های دیگر پخته شوند. با این حال، انواع خاصی از مواد غذایی وجود دارد که کیفیتشان در معرض حرارت بالای مایکروویو از دست می‌رود. به همین دلیل مهم است که بدانید کدام غذاها برای گرم شدن و پخته شدن در مایکروویو مناسب نیستند:

گوشت: عادت قرار دادن گوشت یخ زده در داخل مایکروویو آنهم چند دقیقه قبل از پخت، در خیلی از افراد وجود دارد. این در حالی است که این اقدام به از دست دادن ویتامین"ب ۱۲" موجود در گوشت و آمینو اسیدهای آن می‌انجامد. از دست دادن آب گوشت در نتیجه گرم شدن با مایکروویو، منجر به کاهش ارزش پروتئین موجود در آن می‌شود. بهتر است گوشت را در انتهای یخچال بگذارید تا یخ آن یک روز قبل از استفاده، آب شود.

برنج سفید: درجه حرارت بالای مایکروویو برای برنج سفید مضر است و منجر به از دست رفتن بخش زیادی از مواد مغذی، ویتامین‌ها و فیبر غذایی آن می‌شود. علاوه بر این، مایکروویو کردن برنج به سادگی می‌تواند باعث مسمومیت غذایی شود. برنج نپخته حاوی هاگ‌هایی از باکتری است که می‌توانند در فرآیند گرم شدن زنده بمانند. همین که برنج را از مایکروفر بیرون بیاورید و در دمای اتاق قرار دهید، این باکتری‌ها دوباره به فعالیت ادامه می‌دهند و می‌توانند باعث ایجاد اسهال و استفراغ در فرد شوند.

براکلی: جالب است بدانید که دمای بالای مایکروویو می‌تواند منجر به از دست رفتن ۹۷ درصد از آنتی اکسیدان‌های موجود در براکلی شود. مصرف خام کلم براکلی همراه با سالاد به طور کامل ارزش تغذیه ای آن را حفظ می‌کند. در غیر این صورت می‌توانید آن را با کمی آب نیم پخت و سپس مصرف کنید.

کره: اگرچه بسیاری از افراد تمایل دارند کره را در مایکروویو ذوب کنند، گرما می‌تواند مقدار پروتئین موجود در کره را کاهش دهد. پس کره را در یک ظرف روی حرارت کم قرار داده و سپس ذوب کنید. قرار دادن کره در دمای اتاق نیز آن را به طور طبیعی نرم می‌کند.

شیر: شیر و سایر محصولات لبنی مانند ماست، زمانی که تحت حرارت بالا قرار می‌گیرند، نیمی از مواد مغذی خود از جمله ویتامین ب ۱۲ و املاح معدنی را از دست می‌دهند. شیر را در ظرف روی حرارت کم قرار دهید. این بهترین راه برای گرم کردن است.

سیر: متخصصان تغذیه توصیه می‌کنند که بهترین راه برای بدست آوردن همه خواص سیر، مصرف خام آن است. چون حرارت دادن سیر بخصوص با مایکروویو باعث از دست رفتن ۹۵ درصد از ویتامین‌ها و مواد معدنی موجود در سیر می‌شود. در واقع، یک دقیقه قرار دادن سیر در مایکروویو برای تخریب محتوای آلیسین سیر کافی است. این عنصر طبیعی، خواص آنتی اکسیدانی و ضد التهابی دارد.

قارچ: پروتئین‌های موجود در قارچ در دمای بالا، کاملا تخریب می‌شود. ضمنا ترکیب و فرمول پروتئین‌های موجود در قارچ با دمای بالا تغییر می‌کند و این امر باعث ایجاد دل درد و گاز در معده می‌شود.

تاثیر روغن ماهی در پیشگیری از حملات صرع

صرع اختلال عصب شناختی است که با تشنج‌های خود بخود و مکرر شناخته شده و از افزایش سیگنال‌دهی الکتریکی بین سلول‌های مغز یا نورون‌ها ناشی می‌شود.

در حال حاضر برای کمک به کنترل تشنج در بیماران داروهایی تجویز می‌شود و این داروها از بین ۱۰ بیمار در هفت نفر آنان موثر است. به طور کلی این باور وجود دارد که استروژن موجب تشدید تشنج در بیماران مبتلا به صرع می‌شود هر چند نتایج برخی از مطالعات حاکی از آن است که این هورمون نتیجه عکس دارد.

متخصصان ژاپنی در مطالعه روی موش‌های آزمایشگاهی دریافتند که اسید چرب موجود در روغن ماهی با صرع مقابله کرده و می‌تواند داروی جدیدی در درمان تشنج باشد.

این ترکیب موسوم به دوکوزاهگزانوئیک اسید (DHA) که اسید چرب امگا ۳ است، به افزایش سطح استروژن در مغز موش‌ها منجر می‌شود و در نتیجه DHA و استروژن در کنار یکدیگر با صرع مقابله می‌کنند.

همچنین در بررسی‌های پیشین مشخص شده بود حمله‌های صرع با ترکیب DHA موجود در ماهی کاهش پیدا می‌کند و اکنون متخصصان ژاپنی با در نظر گرفتن تاثیر استروژن و DHA در کنترل تشنج، به بررسی ارتباط بین این دو پرداختند.

این متخصصان با بیان اینکه ترکیب DHA در کنترل تشنج در بیماران مبتلا به صرع نقش دارد، اظهار داشتند: این ترکیب بر تولید استروژن در مغز تاثیرگذار است و بر اساس نتایج آزمایش‌ها این اسیدچرب در کنار استروژن می‌تواند به پیشگیری از حملات تشنج در مبتلایان به صرع کمک کند.

برای سالم ماندن همه چربی‌ها را از رژیم غذایی‌تان حذف نکنید

برخی از چربی‌ها برای شما خوب هستند و باید در یک طرح رژیم غذایی سالم گنجانده شوند. ازجمله این چربی‌های سالم می‌توان به چربی‌های "چنداشباع‌نشده" و چربی‌های "تک اشباع نشده" مانند چربی‌های موجود در میوه آووکادو ماهی سالمون یا آزاد اشاره کرد می‌توانند کلسترول «بد» و تری‌گلیسریدها را در خون پایین بیاورند. در مقابل، باید خوردن چربی‌های "اشباع‌شده"، مانند چربی‌های مجود در پنیر، کره و خامه را محدود کنید. این چربی‌ها خطر دچار شدن به بیماری قلبی را افزایش می‌دهند و می‌تواند میزان کلسترول «بد» را در خون شما بالا ببرند. چربی‌های دیگری وجود دارند که باید به‌کلی از آن‌ها پرهیز کنید: چربی‌های مصنوعی به نام چربی ترانس که در روغن‌های گیاهی هیدوروژنه جامد و روغن‌های گرمسیری مانند روغن نخل یا پالم یافت می‌شوند. این چربی‌ها عمدتاً در برخی از غذاهای آماده پخته‌شده یافت می‌شوند و با احتمال بیشتری نسبت به چربی‌های اشباع‌شده کلسترول بد خونتان را بالا می‌برند و احتمال دچار شدن به بیماری قلبی را تشدید می‌کنند.

اتومبیل

مشخصات فنی نیسان جوک ۲۰۱۷ مدل اس :

موتور: ۱/۶ لیتری توربوشارژ (turbocharged) با تزریق مستقیم بنزین DOHC
حجم موتور : ۱۶۱۸ سی‌سی مجهز به توربو شارژر
تعداد سوپاپ : ۱۶
تعداد سیلندرها : ۴
قدرت موتور : ۱۸۸/ ۵,۶۰۰ دور در دقیقه rpm
گشتاور : ۱۷۷ lb-ft با ۱,۶۰۰ تا ۵,۲۰۰ دور در دقیقه
تعداد صندلی ها : ۵
حجم باک : ۵۰ لیتر
مصرف سوخت : در بزرگراه با یک باک ۶۸۰ کیلومتر و در جاده های درون شهری ۵۹۵ کیلومتر

امکانات :

ABS , EBD, ESP
کیسه هوای راننده و سرنشین، جانبی و پرده‌ای
سیستم هشدار فشار باد تایرها
سیستم ضد سرقت ایموبلایزر
سیستم کنترل دینامیکی نیسان (NDCS)
هندزفری بلوتوث/ پخش موسیقی با بلوتوث، USB و AUX
سیستم Stop/Start (متناسب با وضعیت اهرم تعویض گیربکس)
سیستم هشداردهنده خروج از خط
سیستم هشداردهنده برای نقاط کور
سیستم شناسایی اشیاء متحرک
سیستم مانیتور دید ۳۶۰ درجه (AVM)
سیستم تهویه هوای اتوماتیک
کروز کنترل و محدودکننده سرعت
سیستم هوشمند ورود بدون کلید با دکمه فشاری استارت
صندلی و دسته صندلی‌های چرم
صندلی‌های جلو گرم‌شونده
سیستم ۴×۴ تمام وقت نیسان (AWD همراه با کنترل دستی)
سانروف پاناروميک
چراغ‌های روشن در روز LED
آینه‌های جانبی جمع‌شونده برقی و دارای چراغ راهنما
لامپ‌های جلو اتوماتیک (خودکار) و برف‌پاک‌کن با سنسور باران

چراغ‌های زنون جلو مجهز به چراغ‌شوی رینگ آلومینیومی ۱۸ اینچ اسپورت

طراحی و ظاهر خودرو:

مهم‌ترین مشخصه نیسان جوک طراحی خاص و منحصربه فرد آن می‌باشد. این طراحیِ خاص به‌گونه‌ای است که افراد معمولا یا به شدت آن را می‌پسندند و یا به شدت از آن انتقاد می‌کنند و در این میان کمتر افرادی پیدا می‌شوند که نسبت به این طراحی بی‌تفاوت باشند. طراحی نیسان جوک به‌هیچ‌عنوان رسمی و لوکس نیست، بلکه نیسان تمام تلاش خود را انجام داده است تا خودرویی جوان‌پسند با چهره‌ای نه‌چندان جدی خلق کند و البته در این کار کاملاً موفق بوده است. می‌توان بدون اغراق زبان طراحی جوک را متفاوت از هر خودرویی که برندهای شناخته شده در حال حاضر تولید می‌کنند دانست. نیسان با این طراحی به نوعی ساختارشکنی کرده است و البته جواب این ریسک را هم گرفته است. عجیب‌ترین بخش طراحی جوک، بخش جلویی آن است. جایی که تقریباً همه بخش‌های آن متفاوت با آنچه که در خودروهای فعلی می‌بینیم است. چراغ‌های جلوی بزرگ و گرد چندین دهه است که از روی خودروها محو شده‌اند، اما نیسان برای جوک دو چراغ گرد و بزرگ قرار داده است تا آن را کاملا متفاوت با سایر خودروها نماید. در فضای بین دو چراغ، ورودی هوای مشبک سیاه رنگی دیده می‌شود که آرم نیسان را در مرکز خود احاطه کرده و چهره‌ای خندان به جوک داده است.

طراحی متفاوت نیسان برای راهنمای جلو نیز ادامه دارد و با ایجاد دو خط کشیده در دو طرف کاپوت، چراغ‌های راهنما و چراغ‌های تزئینی را در آن قسمت ایجاد کرده است. خطوط روی کاپوت و جلوپنجره نیز همگی با داشتن فرمی خمیده هماهنگی خوبی را با سایر بخش‌های خودرو ایجاد می‌کنند.

ایمنی:

نیسان جوک مدل ۲۰۱۷ در موسسه ایمنی NHTSA آمریکا چهار ستاره را دریافت کرده است. این خودرو در تست برخورد از جلو سه ستاره، در تست برخورد از کنار پنج ستاره و در تست واژگونی چهار ستاره کسب کرده است. همچنین، نیسان جوک در موسسه IIHS در تست‌های برخورد از روبرو، کنار، عقب و مقاومت سقف امتیاز "خوب" و در تست همپوشانی کوچک امتیاز "ضعیف" را کسب کرده است.

ون فولکس‌واگن با قابلیت عدم نیاز به راننده احیا می شود

شرکت آلمانی فولکس واگن قصد دارد نسخه‌ای کاملا برقی از ون مشهور خود را تولید کند، البته این خودروی جدید که ID BUZZ نام دارد تا سال ۲۰۲۲ در دسترس مصرف‌کنندگان قرار نخواهد گرفت.

تولید این خودروی ون برقی بخشی از برنامه ID شرکت فولکس‌واگن برای تولید خودروهای برقی است. اولین محصول این برنامه خودرویی یکپارچه به نام ID بود که در سپتامبر سال گذشته در نمایشگاه خودروی پاریس رونمایی شد. طرح اولیه ون ID BUZZ نیز در ماه ژانویه در نمایشگاه خودروی دیترویت عرضه شد. فروش خودروی ID پیش از خودروی ون آغاز خواهد شد.

خودروی ون جدید فولکس دارای دو موتور برقی است که مجموع قدرت تولیدی آنها ۳۶۹ اسب بخار است که نسبت به نسخه اصلی این ون کلاسیک، میکروباس فولکس‌واگن، قدرت آن افزایشی قابل توجه یافته‌است.

این ون برقی همچنین از قابلیت خودرانی برخوردار است و از فرمانی مربع برخوردار است که در زمان عدم استفاده به درون داشبورد جمع می‌شود. زمانی که فرمان جمع می‌شود راننده می‌تواند صندلی خود را چرخانده و با دیگر مسافران گفتگو کند.

تلاش فولکس برای تولید خودروهای برقی در راستای جبران افتضاحی است که این شرکت در پی تقلب در تراشه‌های آلودگی خودروهایش به بار آورد. نتایج یك تحقیق نشان داد این شرکت نرم‌افزاری را روی خودروهای خود نصب کرده‌است که میزان تشعشعات آلاینده‌ها را در زمان آزمایش کمتر از بسیاری از دیگر خودروها نشان می‌دهد. فولکس برای جبارن این افتضاح وعده داده که خودروهای برقی بیشتری تولید کند.

بالانس چرخ چیست و چرا مهم است؟

بالانس چرخ‌های خودرو یکی از الزامات اساسی در زمان سرویس دوره ای خودرو می‌باشد که همواره توسط سازنده خودرو نیز توصیه می‌شود. بالانس لاستیک‌ها، که بعضی اوقات با میزان فرمان اشتباه گرفته می شود، در افزایش طول عمر لاستیک و رسیدن به عملکرد بهینه لاستیک نقش بسیار مهمی را ایفا می کند.

بالانس چرخ‌ها، از طریق توزیع یکسان وزن لاستیک و خودرو، باعث سایش یکنواخت هر چهار لاستیک و یک سواری ملایم می شود.

باید توجه داشته باشید که بالانس لاستیک‌ها با میزان فرمان دو مسئله کاملا متفاوت می‌باشند.

در طول زمان، سایش لاستیک خودرو و افتادن در دست اندازها و جاده های ناهموار باعث می‌شود که توزیع نیرو روی لاستیکهای خودرو دستخوش تغییر شود که در این حالت لاستیکهای خودرو از شرایط بالانس خارج می‌شوند و این مسئله، خود را از طریق ارتعاش و ضربه زدن فرمان خودرو در سرعتهای مختلف، بسته به میزان غیربالانسی، نشان می‌دهد. باید توجه داشت که بالانس نبودن چرخها هم برای لاستیکها و هم برای خودرو مضر می باشد. عدم بالانس، باعث سایش غیر یکنواخت لاستیکها شده و باعث می‌شود که یکی از لاستیکها زودتر از دیگری به پایان عمر خود برسد. علاوه براین، بالانس نبودن چرخها باعث خراب شدن جلوبندی خودرو نیز می شود که این امر ممکن است مشکلات بیشتری را برای راننده خودرو بوجود بیاورد.

بطور کلی بالانس دوره‌ای لاستیکهای خودرو در هر ۸۰۰۰ تا ۹۰۰۰ کیلومتر یا هر ۶ ماه همواره به رانندگان توصیه می شود. بالانس چرخها مخصوصا برای ماشینهای امروزی که دارای وزن کمتری در مقایسه با خودروهای قدیمی می باشند، از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است و کوچکترین عدم بالانس در لاستیکها به راحتی، خود را در خودروهای جدید نشان می‌دهد. در خودروهای قدیمی ارتعاش حاصل شده بواسطه عدم بالانس چرخهای خودرو به واسطه وزن زیاد خودرو از بین می رفت و راننده شاید اصلا متوجه عدم بالانس بودن لاستیکها نمی‌شد و زمانی متوجه این مسئله می‌شد که دیگر لاستیکها خراب شده بودند. پس در مراجعه برای چک‌های دوره‌ای بالانس چرخ را حتما درخواست کنید

سفره‌خانه سنتی
شبستان
با فضای صمیمی و سنتی

شبانه روزی – صبحانه، ناهار، شام

هر روز صبحانه:
کله‌پاچه، حلیم، املت، سرشیر عسل و..
دیزی، آش رشته، کشک بادمجان،
کباب: جوجه، کوبیده، سلطانی، چنجه
چای، دوغ مخصوص شبستان

موسیقی زنده بدون ورودیه

پنجشنبه تا شنبه: شب‌ها ساعت ۸ تا ۱۱
یکشنبه‌ها ظهر و شب

با هنرمندی یاری

مکانی عالی برای
جشن‌تولد، فارغ‌التحصیلی و..
دارای رمپ و دستشویی ویژه معلولین
امکان استفاده از پارکینگ پلازای ایرانیان

416.222.3335
ضلع شمالی پلازای ایرانیان 6123 Yonge St. Lower Unit, Toronto, ON, M2M 3W2

گوشی همراه- کامپیوتر

چگونه گوشی که روی سایلنت و در خانه گم شده را پیدا کنیم؟

امروز قصد داریم روشی را به شما آموزش دهیم تا به کمک آن بتوانید گوشی هوشمند گم‌شده در منزلتان را به راحت‌ترین روش پیدا کنید. یکی از راهکارهایی که همه ما می دانیم زنگ زدن به گوشی است تا به وسیله پخش شدن صدای زنگ آن را پیدا کنیم. اما این راهکار زمانی جواب می‌دهد که گوشی‌تان در حالت سایلنت نباشد. در غیر این صورت چه باید کرد؟ جای نگرانی نیست! در ادامه برای هردو پلت‌فرم اندروید و آی‌اواس آموزشی کوتاه را برایتان گردآوری کرده‌ایم تا با انجام دادن چند مرحله ساده بتوانید گوشی هوشمندتان را که در خانه گم کرده‌اید پیدا کنید.

آموزش آی‌اواس

قدم اول

• ابتدا از طریق کامپیوتر وارد سایت iCloud شوید. سپس اپل‌آیدی و پسوردتان را واردکنید.

قدم دوم

• روی آیکون Find iPhone کلیک/لمس کنید.

قدم سوم

• در قسمت وسط نوار بالای وب‌سایت روی All Device کلیک کنید و آیفونی را که در خانه گم کرده‌اید را انتخاب کنید.

قدم چهارم

• اکنون پنجره‌ای کوچکی در گوشه بالا سمت راست وب‌سایت پدیدار می‌شود. روی گزینه Play sound کلیک کنید. اکنون باید پس از گذشت چند ثانیه منتظر صدای زنگ مخصوصی باشید که به وسیله آن می‌توانید آیفونی را که در خانه گم کرده‌اید را پیدا کنید.

آموزش اندروید

قدم اول • ابتدا وارد آدرس google.com/android/devicemanager شوید. در قسمتی که اطلاعات گوشی‌تان را نشان می‌دهد روی دکمه Ring کلیلک کنید.

قدم دوم

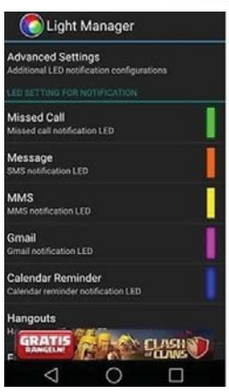
• در اینجا به شما اطلاع داده می‌شود که گوشی مورد نظرتان برای ۵ دقیقه به صورت مدام با بالاترین میزان صدای ممکن زنگ خواهد خورد.

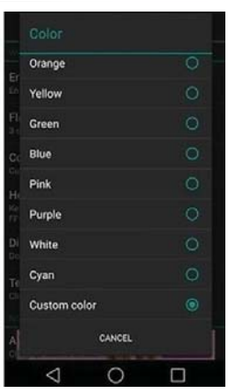
برای ادامه کار روی دکمه Ring کلیک کنید.

قدم سوم

• زمانی که نوارآبی رنگ Ringing پدیدار می‌شود باید پس از گذشت چند ثانیه منتظر صدای زنگ مخصوصی باشید که به وسیله آن می‌توانید گوشی را که در خانه گم کرده‌اید را پیدا کنید.

چگونه رنگ LED گوشی را تغییر دهیم





ال‌ای‌دی که معمولا در بالای گوشی و کنار بلندگو قرار دارد لامپ کوچکی است که در صورت داشتن پیام، تماس از دست رفته، ایمیل یا هر اعلان مهم دیگری روشن می‌شود، اما یکی از مشکلات این لامپ‌ها برای کاربران یکسان بودن رنگ و نور آن برای تمام پیام‌هاست، به این صورت که چراغ LED مثلا برای تماس از دست رفته و پیام به یک رنگ روشن می‌شود و کاربر حتما باید صفحه گوشی را روشن کند تا متوجه نوع اعلان شود. اما با روش ساده‌ای که در ادامه خواهید خواند، کاربران به راحتی می‌توانند رنگ و سرعت روشن و خاموش شدن چراغ ال ای دی گوشی را تنظیم کنند.

برای این کار کافی است به پلی استور گوگل بروید و نرم افزار رایگان Light Manager /LED Settings را دانلود کنید. بعد از دانلود و نصب این اپ باید امکان دسترسی به نوتیفیکیش‌ها را به آن بدهید. برای ایجاد دسترسی به قسمت تنظیمات گوشی بروید (Settings)، وارد قسمت تنظیمات اعلان‌ها شوید (Notification) و امکان دسترسی برای اپلیکیشن Light Manager را روشن کنید.

حالا برنامه را باز کنید تا انتخاب‌ها و تنظیمات زیادی که وجود دارد را ببینید. با استفاده از این اپلیکیشن می‌توانید LED را برای اعلان‌های مختلف مثل پیام‌های از دست رفته، اس ام اس، پیام‌های واتس اپ و تلگرام، فیسبوک، توییتر، هشدار کم بودن شارژ باتری، یادآوری‌های تقویم و هر اپلیکیشن دیگری که از این لامپ استفاده می‌کند را تنظیم کنید. همه این تنظیمات به راحتی قابل انجام است.

همانطور که در عکس‌های دست راست مشاهده می‌کنید تمامی تنظیمات بر اساس دسته و نوع، طبقه بندی شده است. با ورود به هر کدام از این دسته‌ها می‌توانید به راحتی رنگ ال ای دی و سرعت و نوع روشن خاموش شدن آن را تنظیم کنید. یکی از ویژگی‌های بسیار خوب این اپلیکیشن داشتن انتخاب‌های زیاد برای اعلان های مختلف است به طوری که می‌تواند برای هر نوع اعلان یک رنگ یا نوع خاص رفتار LED را تنظیم کنید. شاید تنها مشکل این اپلیکیشن تبلیغات زیاد داخل آن باشد، در صورتی که می‌خواهید از شر این تبلیغات خلاص شوید باید مبلغ ۱/۴۹ دلار پرداخت کنید و نسخه کامل آن به نام Light Manager Pro را دریافت کنید.

خداحافظی با نرم افزار فلش‌پلیر

وب‌سایت رسمی ادوبی که تولید کننده فلش‌پلیر است در مطلبی از پایان عمر فلش‌پلیر خبر داد که با استقبال بسیاری خوبی از سوی شرکت‌های مختلف فعال در زمینه اینترنت و تکنولوژی مواجه شد. براساس اعلام ادوبی، از پایان سال ۲۰۲۰ میلادی (۱۱ دی ۱۳۹۹) این شرکت تولید و به‌روزرسانی فلش‌پلیر را متوقف می‌کند و به این صورت از این تاریخ به بعد کاربران اینترنت نمی‌توانند از ابزارها و وب‌سایت‌هایی که بر اساس فلش‌پلیر کار کنند، استفاده کنند.

هر چند که این خبر ممکن است در نگاه اول شوکه‌کننده و غم‌انگیز باشد، اما باید آن را یک خبر خوب و مسرت‌بخش دانست، چون فلش‌پلیر یکی از عوامل اصلی در نفوذ به رایانه‌ها و سیستم‌های مختلف در سال‌های اخیر بوده است به گونه‌ای که می‌توان آن را یک باگ و نه یک نرم‌افزار در دنیای دیجیتال دانست! دلیل این ادعا هم به حفره‌های مختلف امنیتی باز می‌گردد که به صورت مستمر و در برخی موارد به صورت هفتگی در این نرم‌افزار پیدا می‌شود. مثلاً تنها در سال ۲۰۱۷ تنها ۵۶ حفره امنیتی در فلش‌پلیر پیدا شده است، رقمی شوکه‌کننده به گونه‌ای از به طور متوسط هر چهار روز یک حفره امنیتی در فلش‌پلیر کشف شده است.

علاوه بر این با نگاهی اخبار دنیای امنیت دیجیتال به راحتی می‌توان ده‌ها حمله سایبری را پیدا کرد که تنها از طریق فلش‌پلیر اتفاق افتاده است. به عنوان مثال می‌توان به گروه امنیت سایبری Hacking Team اشاره کرد که در سال ۲۰۱۵ با استفاده از چندین حفره امنیتی در فلش‌پلیر، امکان نفوذ به سیستم عامل ویندوز را بدست آورده بودند و آن را به دولت‌ها و سازمان‌های اطلاعاتی سرتاسر دنیا می‌فروختند.

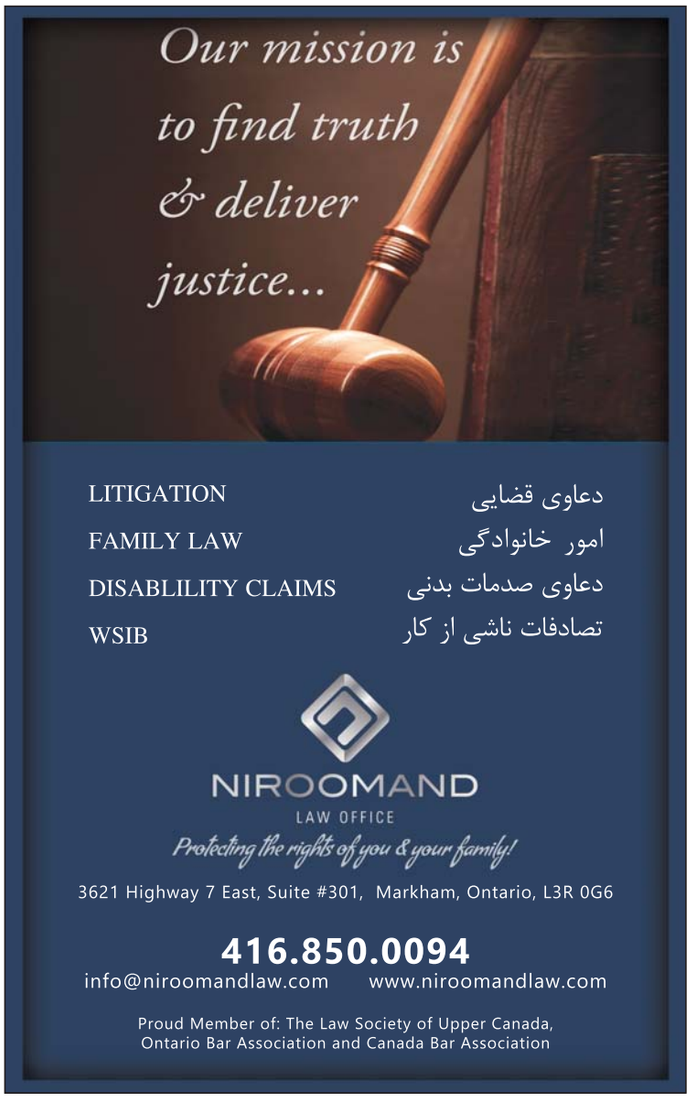
خرابکاران سایبری هم در سال‌های اخیر از طریق حفره‌های امنیتی مختلف در فلش‌پلیر دست به انتشار باج‌افزارهای مختلف زده‌اند و از این طریق برای خود درآمدزایی ایجاد می‌کردند. به عنوان مثال می‌توان به باج‌افزار Locky اشاره کرد که از طریق حفره امنیتی‌ای که در فلش‌پلیر وجود داشته است به رایانه‌های مختلف نفوذ و تمامی اطلاعات موجود در آن رایانه‌های را رمزنگاری می‌کرده است.

بر همین اساس باید خبر پایان عمر فلش‌پلیر را یک خبر مسرت‌بخش دانست زیرا با پایان کار فلش‌پلیر در سال ۱۳۹۹، یکی از روش‌های محبوب در میان دولت‌ها، سازمان‌های اطلاعاتی/جاسوسی و همچنین خرابکاران سایبری به پایان خود نزدیک می‌شود و به این صورت دنیای دیجیتال یک قدم به سمت امن‌تر شدن قدم برمی‌دارد.

البته در این میان وب‌سایت‌ها و سرویس‌هایی که از فلش‌پلیر همچنان استفاده می‌کنند، حدود سه سال وقت دارند که وب‌سایت و سرویس‌های خود را به تکنولوژی‌های جدیدی مانند HTML5 تغییر دهند تا امکان استفاده از وب‌سایت و یا سرویس‌شان وجود داشته باشد.

اگر می‌خواهید که هم اکنون از شر فلش‌پلیر رها شوید، می‌توانید با مراجعه به کمپین "اشغال فلش‌پلیر" روش‌های مختلف حذف این ابزار خطرناک برای رایانه خود را حذف کنید. دقت کنید که هم اکنون و با توجه به محبوبیت تکنولوژی‌های جدید مانند HTML5، شما برای وبگردی و سرویس‌های آنلاین مختلف نیازی به فلش‌پلیر ندارید و به راحتی و بدون هیچ مشکلی می‌توانید این نرم‌افزار را از رایانه و همچنین تلفن همراه خود حذف کنید.

با حذف این نرم‌افزار، هر زمان هم پیامی در مورد به‌روز نبود فلش‌پلیر در وب‌سایت‌های مختلف دریافت کردید، تنها کافی است که آنها را به هیچ عنوان در نظر نگیرید زیرا این پیام‌ها جعلی هستند زیرا امکان ندارد که فلش‌پلیر شما به روز نباشد در حالی که اصلا چنین نرم‌افزاری بر روی رایانه و یا تلفن همراه شما نصب نیست.



دانش

محققان دانشگاه هاروارد می‌گویند؛

شب کاری ریسک سرطان سینه را افزایش می‌دهد

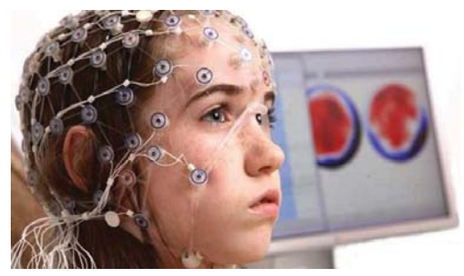
تحقیقات جدید نشان می‌دهد زنان شب‌کار در معرض خطر ابتلا به سرطان سینه قرار دارند، چرا که نور مصنوعی مانع از تولید هورمون‌هایی می‌شود که نقش مهمی در سرکوب رشد تومورها دارند. یافته‌های این تحقیق نشان می‌دهد زنانی که قبل از یائسگی هستند و در حال حاضر یا در گذشته سیگاری بودند و نیز در نواحی با میزان بالای نور در فضای باز در شب زندگی می‌کنند، در معرض خطر ابتلا به سرطان سینه قرار دارند.

پیتر جیمز، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه هاروارد، در این باره می‌گوید: "در جامعه مدرن صنعتی ما نور مصنوعی تقریبا در همه جا وجود دارد. نتایج ما نشان می‌دهد قرارگیری وسیع در معرض نورهای فضای باز در ساعات شب می‌تواند یک فاکتور پرخطر جدید برای سرطان سینه باشد."

به گفته جیمز،"به نظر می‌رسد ملاتونین، هورمون تولید شده در مغز انسان، رشد تومورهای سرطان سینه را متوقف می‌کند، اما قرار گرفتن در معرض نور می‌تواند میزان آن را کاهش دهد، چراکه باعث اختلال در ریتم‌های شبانه روزی ما شده، ساعت داخلی بدن ما که خواب آلودگی و هوشیاری را کنترل می‌کنند و در مقابل منجر به افزایش خطر ابتلا به سرطان سینه می‌شود".

در این مطالعه جدید، تیم تحقیق، داده‌های حدود ۱۱۰ هزار زن را بررسی کرده و تاثیر کار شیفت شبانه را در نظر گرفتند. نتایج نشان داد زنانی که در معرض بیشترین میزان نور در فضای باز در طول شب بودند، با حدود ۱۴ درصد افزایش خطر ابتلا به سرطان سینه در مقایسه با زنان در کمترین میزان قرارگیری در معرض نور قرار داشتند. محققان عنوان می‌کنند که میزان نور فضای باز در شب افزایش می‌یابد، بنابراین میزان ابتلا به سرطان سینه نیز افزایش می‌یابد، اما تاکید می‌کنند که برای تأیید یافته‌های مطالعه و تشخیص مکانیزم بالقوه، نیاز به مطالعات بیشتری است.

الکتروانسفالوگرافی یا گرفتن نوار مغزی چیست؟



الکتروانسفالوگرافی یا گرفتن نوار مغزی یکی از روش‌های ثبت فعالیت الکتریکی مغز است.

این روش شامل اخذ علائم از طریق الکترودهای سطحی، بهبود سیگنال (تقویت و حذف نویز)، رؤیت سیگنال و آنالیز آن می‌شود.

در الکتروانسفالوگرافی فعالیت الکتریکی همزمان‌شده مجموعه‌ای از هزاران یا میلیون‌ها نورون یا اصطلاحا امواج مغزی را می‌توان با الکترودهای چسبیده به پوست سر ثبت می‌شود.

از آنجایی که شدت این امواج بسیار کم و حدود ۱۰۰ میکروولت است، باید آنها را تقویت کرد. سپس این امواج روی کاغذ چاپ می‌شوند یا روی صفحه مونیتور فرستاده می‌شوند تا پزشک آنها را بررسی کند.

آنچه در الکتروانسفالوگرافی دیده می‌شود، امواج یا نوسان‌های الکتریکی بر حسب بسامدها و گسترش مکانی‌شان هستند که به انواعی تقسیم‌بندی می‌شوند و بیانگر حالات متفاوت کارکرد مغز هستند، مانند مراحل گوناگون خواب و بیداری.

آشنایی با امواج مغزی

معمولا طیف فرکانسی یا بسامدی سیگنال‌های ثبت‌شده در نواز مغزی حاوی اطلاعات مفیدی است که کاربردهای تشخیصی و تحقیقاتی بسیاری ازجمله موارد زیر دارد:

- کمک به تشخیص و تعیین محل آسیب مغزی
- کمک به مطالعه صرع و حملات گذرای برگشت‌پذیر مغز
- کمک به تشخیص اختلالات روانی
- کمک به مطالعه خواب
- اجازه مشاهده و آنالیز پاسخ‌های مغزی به محرک‌های حسی

امروزه شناسایی امواج مغزی از گرفتن نوار مغزی ساده فراتر می‌رود و علاوه بر مقاصد تشخیصی، به‌عنوان ابزاری برای شناسایی عملکردهای بخش‌های مختلف مغز، در اختیار محققان هستند. زیرا هر ناحیه مغز، کاری تخصصی دارد و به همین ترتیب بعضی امواج در آن غلبه بیشتری دارند

امروزه، انواع دیگری از امواج در بخش‌های عمقی مغز ردگیری شده‌اند که دارای فرکانس‌هایی تا ۴۰۰ هرتز نیز هستند و نقش‌های مختلفی از تشکیل و نگهداری حافظه تا درمان بعضی بیماری‌ها ازجمله صرع برای آن‌ها در نظر گرفته می‌شود.

پیشرفت هایی جدید در راه پیوند اعضا

دکتر رضا سعیدی فیروز آبادی
جراح پیوند

این علم در طی سالها با موفقیت‌های چشمگیری همراه بوده است، به‌طوری‌که به‌عنوان یکی از معجزات علم جدید یاد می‌کنند. بسیاری از بیماران که قبلاً به علت نارسایی عضو با مرگ دست‌وپنجه نرم می‌کردند، امروزه با موفقیت بالایی با پیوند قابل‌درمان هستند، مثلا پزشکان برای اولین بار با استفاده از سلول‌های بنیادی بیمار و روش‌های مهندسی بافتی موفق شدند نای (مجرای هوایی به ریه) را بسازند و در یک عمل ۹ ساعته آن را به کودک ۲ ساله‌ای پیوند کنند.

این کار درباره ۶ بیمار دیگر نیز انجام شده است. پژوهشگران در تلاش هستند با استفاده از این روش‌ها اعضای دیگر بدن را با استفاده از سلول‌های بنیادی خود بیمار بسازند. همچنین محققان دانشگاه کالیفرنیا در سانفرانسیسکو مشغول ساختن کلیه مصنوعی هستند که بتوان آن را در بدن بیمار کار گذاشت تا کار کلیه که تصفیه خون از سموم است، را انجام دهد. همانطور که می دانید ازآنجاکه عضو پیوندی، غیرخودی است، دستگاه ایمنی بدن با آن مبارزه کرده و قصد تخریب آن را دارد. بنابراین بیماران تا آخر عمر باید داروهای ضد رد پیوند را مصرف کنند. این داروها بدون عارضه نیستند و هزینه زیادی دارند. در ضمن علیرغم مصرف این داروها بازهم گاهی رد پیوند رخ می‌دهد و منجر به ازکارافتادن عضو پیوندی می‌شود.

پژوهشگران دانشگاه هاروارد در آمریکا موفق شده‌اند با استفاده هم‌زمان سلول‌های مغز استخوان و کلیه فرد دهنده، وضعیتی ایجاد کنند که دستگاه ایمنی کلیه را پس نزند. به این حالت مدارا یا تولرانس می‌گویند.

با این کار دستگاه ایمنی متشکل از هردوی سلول‌های فرد دهنده و سلول‌های فرد گیرنده خواهد شد، به‌طوری‌که کلیه پیوندی را از خود می‌داند و پس نمی‌زند. به‌این‌ترتیب این بیماران به هیچ دارویی برای جلوگیری از رد پیوند نیازی ندارند. امید است که از این روش بتوان در پیوندهای دیگر نیز استفاده کرد.

از سوی دیگر، عضو پیوندی تا وقتی که به فرد گیرنده پیوند شود، ممکن است ساعت‌ها از بدن خارج بماند و خون‌رسانی ندارد. این مسئله منجر به آسیب دیدن عضو پیوندی می‌شود. گاهی باید روزها یا شاید هفته‌ها صبر کرد تا عضو به کار بیفتد. در این مدت مثلاً در پیوند کلیه می‌توان فرد را دیالیز کرد تا عضو به کار بیفتد، اما در پیوند قلب یا کبد، اگر عضو کار نکند ممکن است به مرگ بیمار منجر شود.اخیراً دستگاه‌هایی ساخته شده است که محیط بدن را در خارج شبیه‌سازی می‌کند تا عضو آسیب کمتری ببیند. به‌طور مثال در بریتانیا کلیه روی دستگاه حاوی پمپی قرار می‌دهند که تا زمان پیوند به عضو خون و اکسیژن را می‌رساند. همین کار را با قلب، ریه و کبد هم انجام داده‌اند. به‌این‌ترتیب تا زمان پیوند، عضو در همان وضعیت داخل بدن قرار دارد و به کار خود ادامه می‌دهد، مثلا در مورد کلیه در خارج بدن ادرار تولید می‌کند یا در مورد کبد صفرا می‌سازد.

سردفتر اسناد رسمی
Notary Public

دفتر وکالت

دکتر ناصر عابدی

لیسانس حقوق از ایران، لیسانس حقوق از کانادا
فوق لیسانس حقوق از انگلستان
دکترای حقوق از انگلستان

حقوق خانواده و امور مالی Family Law
– طلاق
– حقوق مالی و همسر و فرزندان
– اموال خانواده
– حضانت و حق دیدار فرزندان
– قرارداد جزایی
– قرار داد ازدواج

مهاجرت و سیتی زنی Immigration & Citizenship
– مهاجرت و اقامت از طریق سرمایه‌گذاری و استانی
– مهاجرت نیروی متخصص، رفع شرط مهاجرتی
– تهیه و تنظیم دعوتنامه سیتی‌زنی و دادگاه‌های شهروندی
– موارد انسان‌دوستانه
– بررسی موارد بازداشت
– فرجام و پژوهش در دادگاه IRB و سایر امور مهاجرتی

در امور مهاجرت لطفا با خانم سوسن تکلو عضو ICCRC تماس حاصل فرمایید

دعاوی حقوقی Civil Litigation

امور تجاری و شرکتها Business & Corporate Law
– ثبت و تاسیس شرکتها
– خرید و فروش شرکتها، تنظیم قراردادهای تجاری

خرید و فروش املاک و مستغلات تجاری و مسکونی Real Estate

تنظیم وکالت نامه ایرانی و کانادایی – گواهی امضاء و کپی برابر اصل

Tel: 905.709.4066 , Cell: 416.6666.012
visalawyer@rogers.com , www.abedilaw.com , info@abedilaw.com
7378 Yonge St. Unit # 9B, (Yonge/Clarck)

AMIN
the name you can trust

خدمات حسابداری
امین
کلیه امور حسابداری و مالیاتی

کادر ورزیده ما با دقت و دلسوزی بیشتر
حداکثر منافع شما را تضمین می کند

- Income Tax
- Personal
- E-File
- Small Business & Corporation

مالیات برگشتی خود را ظرف ۲ هفته از اداره مالیات کانادا، یا بلافاصله از ما دریافت کنید

پرداختی در کمتر از ۲ هفته
E-FILE

حسابداری امین، پیشگام در برداشت شرط مهاجرت تجاری

416.224.0540
5927 Yonge St, Suite 202, North York, ON M2M 3V7
(between Finch & Steeles)

دفتر حقوقی

ACCESS
Paralegal Services

- کلیه دعاوی حقوقی تا سقف ۲۵،۰۰۰ $
- کلیه امور مربوط به مالک و مستاجر
- سرقت از فروشگاه
- و همچنین :
- کلیه امور کیفری
- آسیب دیدگیهای ناشی از تصادفات
- آسیب دیدگیهای حین انجام کار
- زمین خوردگی
- سرعت غیر مجاز
- رانندگی بدون بیمه
- اگر تقاضای دریافت حقوق از کارافتادگی شما پذیرفته نشده است با ما تماس بگیرید

- Small Claims Court matters
- Landlord & Tenant matters
- Shoplifting
- All Criminal matters
- Car Accidents
- WSIB matters
- Slip & Fall matters
- Speeding
- Driving with no Insurance
- ODSP Appeals

ساسان امام
— Licensed Paralegal, Commissioner of Oaths —
416.444.5555
— لیسانس حقوق از ایران با ۱۱ سال سابقه کار حقوقی در انتاریو —
298 Sheppard Ave West, Suite 201
Toronto, ON, M2N 1N5
www.accessparalegal.ca
Direct: 416-910-7182

APS
Access
Paralegal
Services

شستشوی فرش های خود را به ما بسپارید

قالیشوئی ماژیک

خدمات ما

تعمیرات، رفوگری، لکه برداری، رنگرزی و ریشه کشی
کلیه قالی های نفیس و ابریشمی
شستشوی فرشهای دستباف و ماشینی
با بیش از ۲۰ سال تجربه در ایران و کانادا

Free Delivery
and Estimate

فرش های دست دوم
یا نو شما را خریداریم

416-856-9491

سالمندی- روانشناسی

زندگی با والدین سالمند

زندگی در کنار سالمندان، می تواند مزایا و تاثیر مثبت زیادی روی زندگی افراد جوان و بهره‌مند شدن از تجربیات و آموزه‌های مفید افراد سالمند را به همراه داشته باشد، اما در کنار این نکات مثبت، اختلاف نسل، می‌تواند زمینه ساز بروز مشکلاتی نیز باشد.

اگر تجربه زندگی با یک فرد مسن را داشته باشید، احتمالا متوجه واکنش این افراد به تغییرات در سبک زندگی شان، از دکوراسیون منزل گرفته تا ساعات تماشای تلویزیون و خواب و... بوده اید، زیرا افراد مسن، نسبت به تغییرات، انعطاف پذیری کمتری نشان می دهند. نکته مهم این است که فرزندان جوان و والدین سالمند، باید به خاطر داشته باشند، تعامل یک رابطه دوطرفه است، و هر دو باید سعی کنند طرف مقابل خود را تا حدامکان درک کنند

فرزندان توجه کنند: افراد جوان، به اقتضای سن، بیشتر به زمان حال و آینده فکر می کنند، اما سالمندان، همیشه به گذشته، به عنوان بخش مهمی از فکر و زندگی‌شان اهمیت می‌دهند؛ بنابراین تغییر مکان ممکن است برای آن‌ها سخت‌تر باشد و حتی به افسردگی آنها منجر شود. بنابراین تا حد امکان از اجبار و اصرار بر تغییر مکان زندگی افراد مسن خودداری کنید.

سالمندان توجه کنند: از جمله مواردی که می تواند به بروز مشکل منجر شود، این است که جوانی که اکنون استقلال فکری یافته، از برخی نصایح والدین مسن ناراحت شود، از طرفی والدین، همیشه به او به چشم فرزندی نگاه می‌کنند که می‌توانند نصیحتش کنند و مدام نگران اوضاع و احوالش باشند و البته این در میان همه پدر و مادرها طبیعی است، اما فرزندان، مخصوصا در صورت داشتن اختلاف سنی بالا با والدین، نسبت به نصایح و نگرانی آن ها واکنش منفی نشان خواهند داد. سالمندان عزیز، بهتر است به جای نصیحت کردن، از پیشنهادهای سازنده استفاده کنند. نصایح، هرقدر هم که ارزش داشته باشند اگر فرزندان دچار سوء تفاهم شوند و آن را دخالت فرض کنند، اصلا نتیجه بخش نخواهد بود.

فرزندان توجه کنند: اگر به دنبال ایجاد تغییرات در چیدمان خانه هستید، بهتر است این کار را به صورت محدود انجام دهید؛ مثلا در اتاق خود، یا طبقه دوم خانه و هرجایی که به صورت اختصاصی به خودتان تعلق دارد. سعی کنید این تغییرات را به زندگی سالمندان تعمیم ندهید.

مخصوصا تغییرات در جای وسایل و لوازم شخصی افراد سالمند، مانند تغییر جای عینک و عصای پدر یا مادر، باعث سردرگمی آن ها می شود و ممکن است مشکلاتی به همراه داشته باشد.

همچنین در اوقات فراغت، سعی کنید به صحبت و گفت و گو با هم بپردازید و از نیازها، ایده‌آل‌ها و حرف دل یکدیگر اطلاع پیدا کنید. این کار باعث نزدیکی بیشتر و کاهش اختلاف سلیقه ها و درک متقابل افراد خواهد شد.

فرزندان توجه کنند: اگر می‌خواهید به سالمندان برای شرکت در کلاس‌ها یا دوره‌ها، یا وقت گذراندن با همسالان خود، توصیه‌هایی داشته باشید این توصیه‌ها حتما باید به شکل پیشنهاد به آنها داده شود نه به شکل دستور. آزادی عمل را از آنها نگیرید و فقط آنها را تشویق و ترغیب کنید تا برنامه‌ریزی‌های جدیدی برای خود داشته باشند. تجربه نشان می‌دهد که دستور دادن و حکم صادر کردن برای سالمندان، آنها را افسرده و ناامید خواهد کرد و حتی باعث خواهد شد که مقاومت کرده و حالت دفاعی به خود بگیرند و بخواهند جایگاه قبلی خود را به رخ شما کشیده یا دوباره بدان برگردند. در حالی که توان آن را هم ندارند و سرانجام ناامیدتر و افسرده شوند.

فرزندان توجه کنند: همان‌طور که شما و دیگر کسانی که در خانواده‌شان فرد سالمندی را دارند، به وضوح مشاهد می‌کنید وقتی به هر دلیلی جایگاه قبلی والدین شما که در دوران طولانی بزرگسالی آن را به سختی تثبیت کرده بودند، در معرض آسیب قرار می‌گیرد، فرد سالمند به دنبال به دست آوردن آن جایگاه قبلی، ممکن است به حوزه‌هایی وارد شود که شاید برای شما و یا بعضی از افراد خانواده ورود به این حوزه نوعی دخالت تعبیر شود و یا تا حدی هضم سخت باشد؛ مثلا مادر شما چنین قصدی ندارد که در امور تربیت فرزند شما و یا روابط خانوادگی‌تان دخالت کند، بلکه فقط می‌خواهد نشان دهد که هنوز هم مثل گذشته فردی مفید و توانمند است که دیگران می‌توانند به او رجوع کرده و در حوزه‌های مختلف از او نظر بخواهند. اگر هر کدام از ما برحسب علاقه، توان و تخصص سالمندمان، جایگاهش را به او تقدیم کنیم و با رفتارمان به او نشان دهیم که هرگز از نظر ما به فردی سربار و غیر موثر تبدیل نشده است، بسیاری از مسایل و مشکلات‌مان حل خواهد شد. اگر به آنها این فرصت و موقعیت را بدهیم که توانایی خود را به نوجوانان و یا کودکان فامیل بیاموزند، احساس مفید بودن آنها را افزایش داده‌ایم.

فراموش نکنیم که خیلی زود ، خودمان در شرایط آنها قرار خواهیم گرفت و همه این ماجراها به گونه‌ای مشابه تکرار خواهد شد

سالمند و پذیرش مرگ فرزند

غم و اندوه پس از مرگ فرزند، بطور معمول شامل مراحل زیر می‌شود:

انکار و ناباوری

در ابتدا پذیرش مرگ فرزند بسیار مشکل است. فرد فکر می‌کند که این اتفاق تلخ و دردناک برای او روی نداده است و خواب می‌بیند. اصلاً آن را باور نمی‌کند. ولی وقتی افکار و احساسات خود را در مورد مرگ و عزیز از دست رفته بیان می‌کند به تدریج واقعیت را می‌پذیرد.

خشم

در این مرحله فرد از خود می پرسد:"چرا من؟". فرد از تلخی و بی عدالتی در تقدیر مرگ عصبانی است. از این رو رفتار تند و خشنی با دیگران دارد.

حمایت اجتماعی، عاطفی، احترام و توجه دیگران باعث می‌شود فرد راحت‌تر این مرحله را پشت سر گذارد.

معامله

فرد حاضر است هر چه را که دارد ببخشد تا عزیز از دست رفته بازگردد و زندگی به روال سابق بازگردد.

افسردگی

فرد غمگین و گوشه گیر می‌شود و نوسانات خلقی در رفتارش مشاهده می‌شود. ولی با گذشت زمان به تدریج فرد به روال عادی بازمی‌گردد و فعالیت اجتماعی خود را از سر می‌گیرد. در این مرحله تشویق فرد اصلاً مؤثر نیست.

از فرد داغدار حمایت کنید. اگر افسرده است. او را به شاد بودن تشویق نکنید، زیرا آمادگی ندارد. تا زمانی که فرد تمایل دارد، در مورد موقعیت موجود و مرگ عزیز با او صحبت کنید. از تجارب مشابهی که در زندگی داشته‌اید، احساسات غم و اندوه خود برایش تعریف کنید. هرگز نگویید احساساتت را درک می‌کنم.

تنهایی

در پی مرگ عزیز و تغییرات زندگی، فرد احساس تنهایی و ترس می‌کند. هرچه با دیگران ارتباط بیشتر داشته باشد، احساسات منفی او کاهش می‌یابد.

پذیرش

پذیرش مرگ به معنی بازگشت فرد به شادی نیست. بلکه فرد به مرحله سازگاری و رویارویی با واقعیت می‌رسد. او به تدریج می‌پذیرد که به زندگی خود بدون حضور عزیز از دست رفته ادامه دهد. ارتباط با دوستان باعث می‌شود که فرد احساس بهتری داشته باشد.

پایان اندوه شدید

زمان کاملا مشخصی برای پایان اندوه وجود ندارد، این مرحله در افراد متفاوت است. به گفته کارشناسان، معمولاً این مرحله یک سال به طول می‌انجامد. البته این امر به رابطه فرد با عزیزان از دست رفته، حمایت اطرافیان و عوامل فردی بستگی دارد. هرچه رابطه فرد با متوفی صمیمی‌تر باشد، مرحله بهبود طولانی تر است.

امید و بازگشت به زندگی

فرد به مرحله‌ای می رسد که با یادآوری خاطرات عزیز خود، کمتر ناراحت می‌شود. به آینده چشم می‌دوزد و امیدوار است. (البته مراحل پس از مرگ عزیزان، بسته به فرهنگ‌های مختلف تفاوت می‌کند.

مرگ فرزند: والدین احساس می‌کنند به آنان ظلم شده است، آنان گاه دچار عذاب وجدان می‌شوند، خود را مسئول مرگ فرزند می دانند و احساس می‌کنند بخشی از هویت خود را از دست داده‌اند.

روش های کمک به فرد داغدار

اگر نشانه های افسردگی شدید در فرد مشاهده می‌شود و وضعیتش هر روز از روز قبل بدتر می شود، او را تشویق کنید به روان شناس مراجعه کند.

احساس اندوه یا افسردگی؟

اندوهگین بودن بخشی از تجارب انسان است. زیرا ناشی از تغییرات طبیعی چرخه بیولوژیک و پاسخ عاطفی به تجارب سخت و طاقت فرسای زندگی نظیر ناامیدی و مرگ عزیز است. بهترین راه سازگاری طبیعی، تأیید و مطرح کردن احساسات است.

اندوه و سازگاری با مرگ

صحبت با مشاور در خصوص مرگ عزیز، به فرد کمک می کند که احساس تنهایی نکند. گاهی گذر از شرایط دشوار مرگ عزیز، به افسردگی منجر می شود.

افسردگی بالینی با مشاوره و مدیتیشن قابل درمان است.

درمان افسردگی بالینی حاد ، ۹ تا ۱۲ ماه یا بیشتر طول می‌کشد، ولی با درمان پس از ۴ تا ۶ هفته فرد بهبود می‌یابد. در صورت مشاهده موارد فوق، باید به روان شناس یا مشاور مراجعه شود، در غیر این صورت وضعیت فرد بدتر می‌شود.

چگونه با فردی که به کمک نیاز دارد باید رفتار کرد؟

باید رفتارهای فرد را به او یادآور شد. برای مثال، "همه اش توی خودت هستی، اصلا حوصله نداری و نمی خندی" نگرانیتان را به او نشان دهید.

به او پیشنهاد کنید که به دکتر روان درمانگر یا روان شناس مراجعه کند، به او اطمینان دهید که حاضرید او را همراهی کنید. اگر به نظرتان فرد به فکر خودکشی است، مستقیماً از او سؤال کنید. برای مثال "آنقدر ناراحتی که حاضری به خودت آسیب برسانی؟"، پرسش از فرد، احتمال بروز خودکشی را افزایش نمی‌دهد. بلکه او را تشویق می‌کند تا افکارش را بر زبان آورد. اگر فرد افکار خودکشی در سر دارد، سریع او را نزد روان شناس برده و مشورت کنید.

کودک- روانشناسی

خودارضایی در کودکان اُتیستسک

شیدا معنوی
روانشناس

پرسش: من پسر ۵ ساله‌ی اتیستیکی دارم که جلسات کاردرمانی می‌رود و گاهی رفتار خود ارضایی انجام می دهد. آیا پیشنهادی برای کنترل رفتار او دارید؟

پاسخ: قبل از هر چیزی باید موضوعی را متوجه شویم. این رفتارها بخشی از رشد طبیعی کودکان است. کودکان در سن ۲-۶ سالگی از این راه جسم خودشان را کشف می‌کنند. در حالیکه ما بزرگسالان این رفتار را رفتاری جنسی می دانیم کودکان آن را تنها تجربه ای لذت بخش می دانند. مهم است این تفاوت را متوجه شویم! هیچ فکر یا انگیزه کثیف و فاسدی پشت این رفتار کودکان وجود ندارد. فقط حس خوبی پیدا می‌کنند. دقیقا همان حالتی که کودک موهایش را دور انگشتانش می پیچد یا کودک اتیستیک دست‌هایش را تند تند تکان می دهد یا روی نوک پا راه می رود. بنابراین اگرچه خودارضایی برای بزرگسالان به عنوان والد چندان موضوع مطلوبی نیست ولی برای کودکان بخشی از رشد آنهاست. تا وقتیکه خود ارضایی گاهی رخ دهد و خللی در توانایی‌های کودک و زندگی روزمره او ایجاد نکند، دلیلی برای نگرانی وجود ندارد.

حالا که این موضوع را توضیح دادم، چند نکته در مورد این رفتار را می گویم:

۱) برایش زمان و مکان امنی در نظر بگیرید که این رفتار قابل قبول باشد. برای مثال: فقط وقتی در اتاقت تنها هستی می توانی این کار را انجام دهی. همانطور که گفتم این رفتار در این سن بسیار رایج است. در حالیکه بعضی ادیان و فرهنگ ها آن را ممنوع می دانند. اما خود ارضایی می تواند در جریان رشد کودک و سلامت او مفید باشد. این کار به کودکان در مورد بدن آنها آموزش می‌دهد و حس‌های جدیدی را تجربه خواهند کرد. با تنظیم مرزها و محدودیت‌های واضح و روشن در مورد مکان و زمان مناسب بودن این رفتار، فرزند شما یاد خواهد گرفت که کشف بدنش یا وجود محدودیت‌های خاص ایرادی ندارد. اگر دفعات این رفتار زیاد و مشکل ساز شد می‌توانید براساس آنچه برای شما و پزشک قابل قبول است برای آن هم محدودیت بگذارید.

۲) از گذاشتن اسم منفی روی اعضای بدن کودکتان خودداری کنید.

چه شما این رفتار را قبول دارید یا ندارید، نمی خواهیم فرزندتان فکر کند و یاد بگیرد که آلت تناسلی اش بد، غلط یا چندش‌آور است. اگر عقاید شخصی شما این کار اکتشافی را قبول نمی‌کند لازم است آن را طوری به کودکتان بگویید که او احساس شرمندگی نکند! و یادتان باشد زمان بحث در مورد این گونه عقاید در آینده است! یعنی زمان خاصی برای بحث در مورد اعتقادات مذهبی و فرهنگی وجود دارد و قطعا ۶-۲ سالگی زمان این بحث ها نیست! یادتان باشد ممکن است کودک ۵ ساله بحث در مورد گناه را طور دیگری برداشت کند و در نهایت به احساس شرم در مورد خودش و بدنش ختم می شود. شرم جنسی تا بزرگسالی ادامه خواهد یافت و تاثیر بسزایی در اعتماد به نفس و روابط فرد خواهد گذاشت. در واقع نکته اصلی: اگر خود ارضایی را تایید نمی‌کنید برای زمان و طریقه سخن گفتن در موردش دقت کنید.

۳) رفتار جایگزین انتخاب کنید.

من با کودکان زیادی کار کردم که رفتار خود ارضایی نامناسبی داشتند، چه تعداد دفعات زیاد آن یا انجام دادن آن در منظر عمومی و همیشه به خانواده‌ها هشدار دادم که جایگزین کردن این رفتارها چندان آسان نیست چون لذت این کار برای کودکان با هیچ کار دیگری قابل مقایسه نیست. با این اوصاف، سعی کنید فعالیت‌های حسی‌ای که نوع دیگری از لذت را برای کودک دارد برایش فراهم کنید. مثال این فعالیت ها می تواند ضربه زدن با ناخن انگشتان به کمرش، استفاده از ماساژور چنگک دار یا ماساژ پاهایش باشد. راه هایی غیر از استمنا به او آموزش دهید که باعث تحریک و برانگیختگی شود مثلا کشیدگی عضلات، مالیدن کرم روی دست ها، کشیدن بُرّس نرم روی بازوها که احساس مورمور شدن به او دست دهد. هم چنین می‌توانید برای او فعالیت‌هایی در نظر بگیرید که حکم تشویق دارد که در راستای لذت جنسی هم نیستند مانند نگاه کردن فیلم مورد علاقه، پختن غذای مورد علاقه با یکدیگر یا رفتن به یک پیاده روی.

امیدوارم این ایده‌ها مفید باشند. با کاردرمانگرش برای پیدا کردن جایگزین‌های بهتر مشورت کنید ولی یادتان باشد، این رفتار در این سن طبیعی است!

منبع: مجله اتیسم والدین شماره ۵۹ بخش سوالات و پاسخ ها

این پاسخ را آنجلینا م. داده است. او به عنوان متخصص رویکرد تحلیل رفتار کاربردی سال هاست که با کودکان و بزرگسالان اتیستیک مشغول به کار است.

شیدا معنوی
لیسانس روان شناسی بالینی از دانشگاه علامه تهران
دانشجوی رشته اتیسم و علم رفتار
Telegram.me/ABAutism

زندگی کودک، بدون حضور مادر یا پدر

بعضی‌ها می‌گویند مادر در سخت‌ترین شرایط هم می‌تواند از فرزندش نگهداری کند، اما پدر در اوضاع خوب و مناسب هم از عهده چنین کاری برنمی‌آید. مسلما نمی‌توان چنین موضوعی را به تمام افراد تعمیم داد و گفت همه مادرها بخوبی می‌توانند فرزندانشان را بزرگ کنند و پدرها چنین توانایی‌ای ندارند. درواقع، آن‌طور که تجربه نشان می‌دهد، پدر به تنهایی نمی‌تواند فرزندش را بخوبی مادر نگه دارد و برای این کار به کمک فرد دیگری نیازمند است. برای همین هم معمولا مادربزرگ، پرستار یا همسری دیگر جایگزین مادر خواهد شد که در تمام این موقعیت‌ها ممکن است کودک مخالفت کند و موقعیت جدید را نپذیرد، اما این موضوع هم به این معنی نیست که تمام پدرها با چنین مشکلی روبه‌رو هستند.

مشکلاتی از کودکی تا بزرگسالی

کسانی که پدر و مادرشان در دوره کودکی و نوجوانی از یکدیگر جدا شده و طلاق گرفته‌اند، بیشتر از بقیه در معرض خطر بیماری‌ها و اختلالات روحی قرار دارند و به همین دلیل افسردگی و اضطراب میان آنها بیشتر است. آن‌طور که مطالعات نشان می‌دهد احتمال بروز افسردگی در دوره نوجوانی هم میان این بچه‌ها سه برابر بیشتر از دیگران خواهد بود و حتی تا بزرگسالی هم ممکن است این وضع ادامه یابد. در کنار اینها، رفتارهای خشو نت‌آمیز، ناسازگاری و ناهماهنگی با دیگران نیز بیشتر به چشم می‌خورد و این افراد در مدرسه و حتی پس از آن در محل کارشان هم بیش از دیگران با مشکل روبه‌رو می‌شوند. در نتیجه احتمال اخراج شدن از محل کار یا مدرسه هم وجود دارد. البته تمام کسانی که با حضور یکی از والدین یا حتی بدون آنها زندگی می‌کنند هم با این مشکلات مواجه نخواهند شد، اما احتمال بروز این مشکلات میان آنها بیشتر است.

نه افراط، نه تفریط

همه پدر و مادرها مانند یکدیگر نیستند. بعضی‌ها فرزندانشان را رها می‌کنند و به بهانه استقلال دادن به آنها یا حتی آموزش مسئولیت‌پذیری اجازه می‌دهند هر طور دوست دارند و با هر شرایطی که می‌خواهند زندگی‌شان را بگذرانند. در مقابل، پدر و مادرهایی هستند که تا دوران نوجوانی و حتی بزرگسالی چنان فرزندشان را زیر پر و بال خود می‌گیرند که او حتی نمی‌تواند یک روز بدون حضور پدر و مادرش زندگی کند. گروه اول می‌گویند بچه‌های مستقلی تربیت می‌کنند و این به نفع بچه‌هاست و گروه دوم هم اعتقاد دارند بچه‌ها را نباید به حال خودشان گذاشت و این روش تربیتی را برای آنها مفید می‌دانند.

روان‌شناسان و متخصصان اما با هیچ یک از اینها موافق نیستند و می‌گویند همان‌قدر که باید به بچه‌ها رسیدگی کرد و نیازهای عاطفی‌شان را تامین نمود، باید استقلال و مسئولیت‌پذیری را هم به آنها آموخت و البته به نظر آنها هیچ تضادی هم میان این دو مورد وجود ندارد. از طرفی توجه افراطی والدین و بخصوص مادران می‌تواند مانع یادگیری روش‌های حل مساله و شیوه صحیح زندگی شود و به همین دلیل این بچه‌ها بدرستی نمی‌توانند زندگی مستقلی را تجربه کنند. با افزایش سن و سالشان و قرار گرفتن در موقعیت‌های جدید مشکلات دیگری هم گریبانگیرشان خواهد شد. این بچه‌ها زمانی که به دوره بزرگسالی می‌رسند، در برقراری روابط با دیگران مشکل دارند و نمی‌توانند بدرستی عواطفشان را بروز دهند. به همین دلیل هم برای انتخاب همسر یا مطابق معمول از پدر و مادرشان کمک می‌گیرند و براساس نظر آنها اقدام می‌کنند یا هیچ وقت به فکر ازدواج نمی‌افتند.

علاوه بر اینها، چنین افرادی وقتی بخواهند از خودشان دفاع کنند یا در رابطه خاصی حق‌شان را بگیرند، با مشکلات بیشتری هم روبه‌رو خواهند شد و آن وقت است که مشکلاتشان بیش از پیش به چشم می‌آید. آنها هیچ وقت یاد نگرفته‌اند از خودشان دفاع کنند و به آنچه حقشان است، برسند. رفتارهای اشتباه و حمایت‌های افراطی والدین قدرت تفکر و تصمیم‌گیری را هم از این بچه‌ها می‌گیرد و پس از گذشت سال‌ها آنها نمی‌توانند به تنهایی فکر کنند و تصمیم بگیرند. برای همین هم طبیعی است در جامعه، هنگام کار کردن، برای ازدواج و... دچار مشکل شوند.

مهارت های زندگی

ترفند هایی جالب در زندگی

۱• چگونه درد و خستگی پاها را در پایان روز از بین ببریم ؟
روی صندلی بنشینید و ۱ توپ تنیس زیر پایتان قرار دهید و کف پایتان را روی توپ به جلو و عقب حرکت دهید تا درد و خستگی پاها سریعا رفع شود

۲ • چگونه خراش روی داشبورد رو رفع کنیم ؟
سشوار را روی حرارت کم تنظیم و در جهت خراش به آن گرما دهید تا محو شود (اگر لازم بود درجه را بالا ببرید) ۱۰ دقیقه بعد ، پولیش بزنید تا کاملا محو شود

۳ • رفع سریع ترک پا
مقداری فوم اصلاح به کف پا بزنید و ۱۰ دقیقه ماساژ دهید. حال پا را ۲۰ دقیقه در یک ظرف آب گرم+ ۱ فنجان دهانشویه بگذارید سپس با سنگ پا بسابید، بشویید و خشک کنید

۴• چگونه از بور شدن لباس‌های تیره جلوگیری کنیم ؟
۲ فنجان قهوه یا چای سیاه دم کنید و مستقیما به لباسهای در حال شستشو در لباسشویی اضافه کنید
رنگ طبیعی به لباس می‌دهند و مانع بور شدن آن می شوند

۵ • چگونه جواهرات نقره رو دوباره براق کنیم ؟
"خمیردندان" اثر شگفت انگیزی در براق کردن نقره دارد
با یک مسواک مقداری خمیر دندان سفید (غیرژله‌ای) روی نقره بسابید تا تمیز شود و با آب بشویید

۶ • چگونه حشرات را از خودمان دور کنیم ؟
یکی از آسان ترین راه‌ها، استفاده از"ورق خشک کن" است ؛ که حشرات از بوی آن متنفرند.
کافیست تعدادی از آنها را در جیب یا کنار تخت خوابتان قرار دهید

۷ • چگونه شوره سر را رفع کنیم؟
به مدت ۲ تا ۳ هفته، هر روز ۲ قاشق غذاخوری سرکه سیب+ ۲ قاشق آب + ۱۵-۲۰ قطره روغن درخت چای را ترکیب و روی پوست سرتان بخوبی ماساژ دهید و بعد از چند دقیقه بشویید

۸ • تشخیص ماهی تازه
ماهی تازه : پوست براق، چشمهای روشن، باله های مرطوب و آبشش قرمز
ماهی فاسد : پوست کدر، باله های خشک ، آبشش خاکستری، اگر آن را در دست بگیرید دُم سست و رو به پایینی دارد

۹ • چگونه بوی بد سطل زباله را از بین ببریم؟
چند لیمو را برش داده و در قالب یخ ریخته و اطرافشان را با سرکه پرکنید پس از یخ بستن، چند مکعب یخی در سطل زباله بیندازید تا از بوی آن خلاص شوید.

۱۰ • هنگام جوشیدن شیر، یک قاشق یا ملاقه در آن قرار دهید تا سر نرود.

کاربردهای نمک

۱• از محلول آب نمک به عنوان یک تسکین دهنده گلو درد، میکروب کش و دهان شویه استفاده کنید. یک قاشق چایخوری نمک را در ۲۶۰ سی سی آب گرم حل کنید و دهان را با آن بشویید و یا غرغره کنید. به محلول آب نمک می‌توانید یک قاشق چای خوری جوش شیرین نیز اضافه کنید. به خاطر داشته باشید که محلول غلیظ آب نمک به غشاء مخاطی گلو آسیب میرساند.

۲• دستمالهای کثیف و لکدار را پیش از شستن در محلول آب نمک بخیسانید.

۳• نمک دور کننده مورچه ها و حلزونها میباشد.

۴• تازگی تخم مرغها را با ظرف حاوی محلول آب نمک ۱۰ درصد (۹۰ گرم آب و ۱۰ گرم نمک) تشخیص دهید. تخم مرغهای سالم به زیر آب فرو رفته و به ته ظرف میروند در حالی که تخم مرغهای فاسد و کهنه روی آب غوطه‌ور باقی میمانند. اگر بصورت افقی شناور بمانند خیلی کهنه و اگر بصورت عمودی شناور بمانند کمتر کهنه هستند.

۵• هنگام آب پز کردن تخم مرغ اندکی نمک به آب اضافه کنید. نمک باعث می‌شود تخم مرغهای ترکدار در پوسته خود باقی بمانند. همچنین پوست کندن تخم مرغ های پخته آسانتر انجام خواهد گرفت.

۶• ظروف از جنس مس، مفرغ و برنج را با مخلوط نمک، سرکه و آرد پرداخت و صیقلی کنید.

۷• اندکی نمک به آب گلها اضافه کنید تا ماندگاری آنها بیشتر گردد.

۸• برای بر طرف کردن لکه های جوهر بروی فرش، روی لکه ها نمک بپاشید تا نمک جوهر را بخود جذب کند.

۱۰• چنانچه کف اتوی شما سیاه، چسبناک و کثیف شده آن رابا یک دستمال آغشته به آب نمک پاک کنید. و یا روی یک کاغذ نمک بپاشید و اتوی داغ را روی کاغذ بکشید.

۱۱• از مخلوط نمک و آبلیمو به عنوان یک لکه بر استفاده کنید. مثل پاک کردن شاستی‌های ارگ و پیانو.

۱۲• با مخلوط نمک و نشاسته در اندکی آب یک بتونه برای پر کردن درزها و حفره های دیوار تهیه کنید.

۱۳• با خمیر تهیه شده از نمک و جوش شیرین و اندکی آب مسواک بزنید. (یک قسمت نمک و دو قسمت جوش شیرین) دهان را خوشبو می‌کند و هم به عنوان یک ساینده و سفید کننده عمل می‌کند. برای سلامتی لثه ها نیز مفید است.

۱۴• برای احیا و به حالت اول برگرداندن اسفنج (ابر) کهنه آن را در محلول آب و نمک بخیسانید.

۱۵• میوه‌های پوست‌کنده همچون هلو، سیب وسیب زمینی را درون محلول رقیق آب و نمک نگه دارید تا رنگشان تغییر نکند.

۱۶• افزودن نمک به آب نقطه جوش آب را بالا برده و زمان پخت را کاهش می‌دهد.

۱۷• تمیز کردن اجاق گاز با مخلوط نمک و دارچین در اندکی آب بوهای نامطبوع اجاق گاز را برطرف خواهد کرد.

۱۸• هر گونه لکه روغن وچربی لباس را می‌توان با محلول یک قسمت نمک در ۴ قسمت الکل سفید برطرف کرد.

۱۹• از نمک به عنوان یک ساینده و لایه بردار سود برید. پس از استحمام بدنتان را درحالی که هنوز خیس است با نمک ماساژ دهید تا سلولهای مرده پوستتان کنده شود. برای اینکار می توانید نمک را با اندکی روغن زیتون نیز مخلوط کنید.

۲۱• آتش روغن آشپزی را با پاشیدن نمک به روی روغن فرونشانید. هرگز روی روغن آتش گرفته آب نریزید چرا که روغن داغ به اطراف پخش خواهد شد.

۲۲• شمع ها را پس از خریداری درون محلول آب و نمک غلیظ به مدت چند ساعت بخیسانید. سپس آنها را خارج کرده و خشک کنید. با این کار شمعها دیگر آب نشده و اشک تولید نمی‌کنند.

۲۳• برای ممانعت از رویش علف هرز میان آجرها و بلوکهای سیمانی محلول آب نمک بریزید.

۲۳• برای پاک کردن روغن ماهیتابه ها اندکی نمک روی روغن بپاشید وسپس با یک کاغذ ماهیتابه را پاک کنید.

۲۴• نقاط زنگ زده را با مخلوط نمک و آبلیمو مرطوب کنید و در مقابل آفتاب قرار دهید تا خشک گردد. پس آن را با آب بشویید تا زنگ فلزات برطرف گردد.

۲۵• چنانچه ماهی را در آب نمک بخیسانید جدا ساختن فلس آن آسانتر میشود .

۲۶• به منظور پاک کردن لکه‌های قهوه و چای از فنجانها از نمک استفاده کنید.

۲۷• برای زدودن بوی نامطبوع سیر و پیاز دستان خود را با مخلوط سرکه و نمک غلیظ شستشو دهید.

۲۸• برای جلوگیری از کپک زدن پنیر آن را میان یک پارچه تمیز و آغشته به آب و نمک بپیچید و درون یخچال قرار دهید.

۲۹• اندکی نمک به چای و قهوه اضافه کنید تا طعم آنها بهبود یابد.

۳۰• به منظور جلوگیری از چسبیدن غذا به سطح ماهیتابه حین سرخ کردن اندکی نمک به آن اضافه کنید.

۳۱• برای جلوگیری از رنگ پریدگی لباسها به ماشین لباسشویی خود نمک اضافه کنید.

تعویض خاک گلدان

وقتی به گیاهی کم آب دهید با آبیاری مجدد میتوانید از زرد شدن برگ های دیگر جلوگیری کنید اما زمانی که زردی بدلیل آبیاری بیش از حد باشد وضع فرق میکند چون در این حالت کرم در خاک به وجود میاید و هم باید آبیاری را کاهش دهید و هم کرم ها را از بین ببرید.

از بین بردن کرم ها به دو روش ممکن است : کاهش آبیاری و استفاده از پودر های مخصوص آفات در حین آبیاری یا تعویض خاک گیاه.

روش تعویض خاک : در این روش باید گیاه و خاک را به صورت یک جا از گلدان خارج کنید و آن را داخل یک لگن پر از آب قرار دهید و بسیار آرام با کنار زدن خاک ها ساقه ها را از خاک خارج کرده و بعد از شستن ریشه ها آنها را سریع درون آب تمیز قرار دهید سپس گیاه را در گلدان و خاک سالم و تمیز بکارید و پس از آبیاری (حتما بعد از کاشت گیاه باید به گیاه آب فراوان دهید و صبر کرد تا آب اضافی خارج شود) سپس گیاه را چند روز در جایی که نور کم و ملایمی دارد قرار دهید و پس از این مدت آن را به شرایط و محیط عادی گیاه انتقال دهید.

البته تعویض خاک در صورتی لازم است که خاک دچار کرم شده باشد اما اگر زرد شدن فقط مربوط به ابیاری بیش از حد است فقط لازم است که ابیاری گیاه را کاهش دهید.

علیرضا بساق زاده
416.570.9773
Centurion 2011, Centurion 2016
Century 21Canada
Top Producer Century 21
Heritage group 2011
Century 21
Heritage Group Ltd.,Brokerage
7330 Yonge St., Thornhill,
ON, L4G 7Y7
B: 905-764-7111

خرید ، فروش و اجاره
خرید و فروش مراکز پزشکی

Rutherford Rd / Dufferin $2,600/m

NEW!
در منطقه‌ی تورن‌هیل وود
۴ خوابه با ۳ سرویس
آفتابگیر و روشن، Open Concept
نزدیک به همه گونه امکانات شهری

Yonge / Steeles $349,900

SOLD
World On Yonge
آپارتمان ۱+۱ (دن)، در شرایط عالی

اجاره $2,400/m
NEW!
Vaughan
سه خوابه + دن
سه سرویس
در تقاطع Automn hill & HYY 7

Yonge / Steeles $730,000

SOLD
کاندو برای فروش
پنت هاوس ۳+۱ خوابه
۳ سرویس با ۱
پارکینگ +۱ لاکر

Yonge/Mulock $978,000

خانه مستقل ۲ طبقه
۴ خوابه، ۴ سرویس
در محله بسیار آرام ،
در چند دقیقه همه نوع
امکانات، بزرگراه‌های
۴۰۴ و ۴۰۰

Yonge/Bantry $978,000

تاون هاوس ۲ طبقه
۳ خوابه، ۳ سرویس
واحد گوشه،
Free Hold
بسیار روشن و دلباز
آشپزخانه بسیار بزرگ

Keele & Rutherford $939,000

خانه نیمه متصل
۳+۲ خوابه، ۵ سرویس
زیرزمین مستقل واک
اوت با ۲ سونیت، پشت
به نهر، نزدیک کلیه
امکانات رفاهی

Markham/ Steeles $749,999

تاون هاوس ۲ طبقه
۳ خوابه، ۳ سرویس
در منطقه پُر طرفدار،
Free Hold
با کف چوبی و ماربل،
زیر زمین تکمیل شده

Adelaide/Sherbourne $379,000

آپارتمان در حال
واگذاری،
در ساختمان Axiom،
بسیار لوکس در شرق
داون تاون، با پنجره
های بلند ۹ فیتی

Richmond Hill Observatory $1,900

آپارتمان لوکس
۱+۱ خوابه، ۲ سرویس
بُر خیابان یانگ،
طراحی بسیار عالی
برای اجاره

پوریا همتی
Sales Rep.
416.802.9191
RIGHT AT HOME REALTY INC.
RIGHT AT HOME REALTY INC., BROKERAGE
1550 16th Avenue Bldg B Unit 3,
Richmond Hill, ON L4B3K9
Office: 905-695-7888

گوناگون

چرا مسافران همیشه از سمت چپ هواپیما سوار می‌شوند؟

این مساله به یک قرارداد ثابت تبدیل شده است که این روزها در مورد آن سوالی نمی‌شود. اما تاریخ آن به همان روزهای اول سیستم هوایی برمی‌گردد. در زمان‌های گذشته هواپیماها باید برای سوار و پیاده کردن مسافران، تا نزدیکی ساختمان فرودگاه حرکت می‌کردند. بعد از قرارداد، صندلی خلبان در سمت چپ کابین قرار گرفت تا خلبان‌ها راحت‌تر بال سمت چپ را در صورت نزدیک شدن به ساختمان ببیند و هواپیما را کنترل کند. درهای سمت چپ، جا به جایی مسافران را از هواپیما به ترمینال راحت‌تر می‌کرد. همچنین از دور زدن دور هواپیما امن‌تر بود. یکی از دلایل اصلی دیگر این‌که درهای ورود و خروج در سمت چپ قرار دارد به زمانی بازمی‌گردد که سفرهای دریایی تازه شروع شده بودند. قبل از کشتی‌هایی که سکان هدایتشان در وسط قرار دارد، کشتی‌ها به وسیله پارو که در سمت راست قرار داشت هدایت می‌شدند. برای اینکه پاروها در زمان پهلوگیری کشتی به اسکله گیر نکند، کشتی‌ها از سمت چپ پهلو می‌گرفتند.

زمانی که استفاده از پله‌ی ورود و خروج هواپیما رواج پیدا کرد، به تصمیم سازندگان هواپیماها، قراردادی تنظیم شد که همیشه در ورود و خروج در سمت چپ قرار گیرد.

بارگیری کالاها، چمدان‌ها و بخش سوخت گیری در سمت راست هواپیما قرار دارد. این امر باعث می‌شود تا بخش ورود و خروج مسافران از کارهای دیگر جدا باشد. همچنین این اجازه را به خلبان می‌دهد تا در صورت لزوم موتور سمت راست را روشن نگاه دارد.

چرا مردم ظرف ۱۵ ثانیه سایت شما را ترک می‌کنند

اگر سایت کلاسیکی دارید، باید بدانید که نیمی از بازدیدکنندگان‌تان در کم‌تر از ۱۵ ثانیه آن را ترک می‌کنند. این را به چشم یک هشدار ببینید. و حالا ما ۳ دلیل که مردم ظرف ۱۵ثانیه سایت شما را ترک کنند را برای شما بازگو میکنیم.

وب‌سایت‌ها، مهم‌ترین کانال‌های بازاریابی هستند. در واقع، نخستین جایی هستند که مشتریان برای بیش‌تر دانستن درباره‌ی محصولات‌تان به سراغش می‌روند و هر چه بیش‌تر بتوانید آنها را در وب‌سایتتان نگه دارید، وفادارتر می‌شوند.

اما دعوت کردن مردم به وب‌سایت مثل دعوت کردن آنها به میهمانی است: اگر خسته‌کننده باشد، آنها می‌خواهند زود بروند. بیشتر ما دوستان‌مان را دعوت نمی‌کنیم که چیزی برای خوردن و نوشیدن به آنها ندهیم یا کاری برای انجام دادن و حرفی برای زدن نداشته باشیم! وب‌سایتتان هم نباید این‌طور باشد. اگر می‌خواهید مهمان‌هایتان بمانند، باید برایشان فرش قرمز پهن کنید.

و حالا ۳ دلیل که مردم ظرف ۱۵ ثانیه سایت شما را ترک می‌کنند:

۱. محتوای یکنواخت دارید.

هیچ رسانه‌ای نیست که برای همه سلیقه‌ها مناسب باشد. برخی از بازدیدکنندگان‌تان ممکن است سراغ نوشته‌های بلاگ‌تان بروند، در حالی که برخی دیگر ترجیح می‌دهند از خود وب‌سایتتان نگاهی به مطالب یا تصاویر محصولات جدید بیندازند. به همین دلیل، وب‌سایت‌های تعاملی و پویا، در نشان دادن اطلاعات مخاطبان محصول اثربخش‌ترند(مثل آمار بازدیدکنندگان و آخرین روندها)

اگر می‌خواهید موفق شوید، باید روش‌تان را تغییر دهید. انواع گوناگون رسانه‌ها مانند ویدئوها، تصاویر، پادپخش‌ها، اسلایدها، داده‌نماها، بلاگ‌نوشته‌ها و نویسندگان متعدد را تجربه کنید. سعی کنید مطالب را از خبرگان صنعت‌تان گردآوری کنید، مشتریان راضی و خشنودتان را نمایش دهید، یا از بازدیدکنندگان وب‌سایت‌تان بخواهید که تجارب‌شان را از طریق چت، عکس، یا دیدگاهشان درباره محصول به اشتراک بگذارند.

۲. وب‌گذری ضعیفی دارید

چندی پیش، یک شرکت بزرگ بازی‌های رایانه‌ای به سراغ ما آمد، چون نمی‌توانست بفهمد چرا وبسایت فوق‌العاده‌اش آن‌قدر که انتظار می‌رفت، با تغییراتش تفاوت ایجاد نکرده بود. نگاهی به وب‌سایت او انداختیم و فهمیدیم اگرچه واقعا محیط خوبی دارد، ولی مجبوریم روی چهار صفحه مختلف کلیک کنم که یکی‌شان نشانی الکترونیکی ما را می‌خواست تا بتوانیم تازه دکمه‌ی "خرید" را ببینم.

وب‌گذری ممکن است آن‌قدرها هم سخت به نظر نرسد، ولی ما همیشه این سناریو را در وب‌سایت‌ها می‌بینیم. واقعا حائز اهمیت است که هدف هر صفحه را درک کنید و اطمینان بیابید که مسیرتان به درستی کاربران را هدایت می‌کند.

اگر می‌خواهید نظر کاربران را جلب کنید، یافتن دکمه‌ی خرید باید برایشان آسان باشد. اگر می‌خواهید محصولاتتان را ببیند، مطمئن شوید که آنها را در همان مسیر هدایت می‌کنید. و اگر می‌خواهید ثبت نام کنند یا دیدگاهشان را مطرح کنند، باید همین را از آنها بخواهید.

۳. به دادن اطلاعات بی‌رغبت هستید

کاربران ثبت‌نام شده، نسبت به کسانی که ثبت‌نام نکرده‌اند بیش‌تر به وب سایت‌تان سر می‌زنند و پول بیش‌تری هم خرج می‌کنند، به علاوه کسانی که از طریق ایمیل و کانال‌های ارتباطی دیگر، مشتری‌تان هستند. پس این عده را بیش‌تر می‌توانید نگه دارید و بازهم به وب‌سایت‌تان دعوت کنید.

تنها نکته، که مطمئن هستم شما هم می‌دانید، این است که مردم برای در اختیارگذاشتن اطلاعات شخصی‌شان چندان راغب نیستند. باید انگیزه خوبی پشت این دیوار ثبت‌نام برای‌شان داشته باشید.

حدس می‌زنید بهترین انگیزه چیست؟ بله، **محتوای عالی!**

کدام گروه خونی برای حشرات لذیذ تر است؟

اغلب اوقات افرادی که با حشرات رابطه‌ای مسالمت آمیز دارند و از گزند آنها در امان هستند مورد غضب گروهی قرار می گیرند که دائماً درگیر جای گزیدگی هستند. این اتفاق یک دلیل کاملاً بیولوژیکی دارد. در واقع، حشرات به شکل کاملا شگفت انگیزی سراغ افرادی با گروه O یا A می‌روند.

بر اساس نتایج به دست آمده از آخرین تحقیقات انجام شده، حشرات علاقه چندانی به گروه خونی B ندارند.

علاوه بر این، وجود باکتری های مختلف بر سطح پوست انسان موجب پخش شدن رایحه ای خاص در هوا می شود که توسط حشرات درک می‌شود. همین رایحه موجب می‌شود پوست برخی افراد برای حشرات لذیذتر باشد. هم چنین برخی ترکیبات طبیعی همان گونه که باعث جذب حشرات می‌شود می‌تواند آنها را دفع نیز کند.

دیگر عامل قابل توجه در این مسئله، عرق بدن است. کارشناسان می‌گویند: ورزشکاران و آنهایی که در اثر فعالیت فیزیکی تعریق بیشتری دارند، عمیق‌تر و بیشتر از دیگران نفش می‌کشند و این یعنی تولید میزان بیشتری گاز دی‌اکسید، گازی که به شدت مورد حشرات است. در واقع، هرچه تعریق بدن بیشتر باشد احتمال نشستن حشرات روی پوست بیشتر می‌شود.

جالب است بدانید، رنگ لباس هم می‌تواند احتمال گزیدگی را افزایش یا کاهش دهد. بر این اساس، حشرات به رنگ‌های گرم توجه بیشتری نشان می‌دهند.

آخرین عامل جذب حشرات،

باکتری هایی است که در غوزک و کف پا جمع می‌شوند؛ باکتری‌ها این دو ناحیه را به بهشت حشرات بدل کرده است.

اگرچه نمی‌توان به طور کلی از گزیدگی فرار کرد؛ ولی با نگاهی با این عوامل می‌توان تا حدی احتمال آن را کاهش داد.

نوجوان

شلختگی در نوجوانان

یک اتاق برای یک نوجوان یعنی همه‌چیز. مکانی ایده‌آل برای تماشای تلویزیون، استفاده از رایانه، تلفن زدن، خواندن کتاب، گوش کردن به موسیقی، انجام تکلیف درسی و البته تنهایی! نوجوانان ۱۱ تا ۱۸ ساله می‌کوشند قوانین خانوادگی و جامعه را زیر پا بگذارند و همه‌چیز ابتدا از اتاقشان شروع می‌شود.

شاید آنها تا قبل از این سن، هر روز جمعه اتاق را مرتب می‌کردند اما از این به بعد شما رنگ یک اتاق مرتب را نخواهید دید. جوراب‌ها لنگه به لنگه و زیر تخت پیدا می‌شوند. لباس‌ها روی تخت، صندلی همیشه نامرتب است و شما نمی‌توانید به نوجوان حرفی بزنید چون به شما پرخاش می‌کنند و با تندی می‌گویند: "اتاق خودم است."

چاردیواری، اختیاری

اتاق یک نوجوان تصویر قابل لمسی از آن چیزی است که در ذهن او می‌گذرد. به هم‌ریختگی‌ها و آشفتگی‌ها به هیچ وجه چیز عجیبی نیست.

اتاق یک نوجوان جزیره‌ای گم شده در میان اقیانوسی دورافتاده نیست بلکه فضایی در میان خانه است. نوجوان در سنی قرار دارد که تنهایی را به بودن در میان خانواده ترجیح می‌دهد. سپس اتاقش را به هم می‌ریزد تا آن را تبدیل به قلمروی خود کند تا بتواند در آن تنها باشد و دیگران از او گریزان شوند. او به گوشه‌نشینی در مکانی مخصوص به خود نیز دارد.

اتاق نوجوان فضایی است که والدین حق ورود ندارند و کاملا برعکس پاتوق همیشگی دوستان است. همین امر والدین را نگران می‌کند. این اتاق شبیه استودیویی است که نوجوان در آن می‌خورد، می‌خوابد، کار می‌کند و...

چرا نوجوانان شلختهاند؟

فرد در دوران نوجوانی با آشفتگی جسمی و روحی مواجه است. نوجوان تلاش می‌کند خود را از زیر فرمان والدین خلاص و به طور مستقل زندگی کند. مرتب نکردن اتاق یکی از راه‌هایی است که به او کمک می‌کند قلمرواش را در خانه مشخص کند و به اطرافیان اثبات کند که جایی برای خود دارد و کسی حق وارد شدن یا تمیز کردن آن را ندارد.

بسیار پیش می‌آید که نوجوانان همان فضایی را که در دوران کودکی در آن بزرگ شده‌اند، بازسازی کنند. در صورتی که او در کودکی در محیطی آشفته بزرگ شده باشد، همان روند را در نوجوانی پیش می‌گیرد و شما نیز نمی‌توانید به او حرفی بزنید چون خود شما عامل این عادت هستید.

چه باید بکنیم؟

• بیش از حد برای او قانون تعیین نکنید. اتاق یک نوجوان، دنیای شخصی اوست. در صورتی که شما نمی‌توانید این به هم ریختگی را تحمل کنید، دلایل را برای نوجوان توضیح دهید اما قوانین سخت وضع نکنید. گاهی وضع یک قانون، قانون قبلی را زیر سوال می‌برد و همین ابهام باعث می‌شود نوجوان بدتر شود.

• **به جای او اتاقش را مرتب نکنید.** وقتی یک نوجوان در دنیای شخصی‌اش احساس امنیت نکند، به دنبال یافتن هویت در دنیای خارج می‌رود. بیش از حد وارد حوزه شخصی او نشوید. جمع کردن اتاق او وظیفه شما نیست. وظایف را به خود او یادآوری کنید اما خیلی فشار نیاورید. مهم این است که ریخت و پاش‌ها از در اتاقش فراتر نیاید.

• **برای او قوانینی درباره دیگر اتاق‌ها وضع کنید.** به نوجوان بفهمانید که در خانه تنها نیست. همان طور که شما به او احترام می‌گذارید، او نیز باید به شما احترام بگذارد.

• **پیش از وارد شدن به اتاقش، در بزنید و منتظر جواب بمانید.** برخلاف کودکان، نوجوانان دوست ندارند با دیگران ارتباط برقرار کنند، به همین دلیل در اتاق‌شان را می‌بندند. در صورتی که هنگام ورود به اتاق او در نزنید، نوجوان این حس را پیدا می‌کند که مورد هجوم قرار گرفته و با به هم ریختگی‌های بیشتر تلاش می‌کند از خود در برابر این هجوم محافظت کند.

• **عصبانی نشوید.** پافشاری بیش از حد روی یک موضوع یا عصبانی شدن از اینکه چرا نوجوان از دستورات شما پیروی نمی‌کند، باعث می‌شود قدرت شما در نگاه نوجوان بیشتر مورد تردید قرار بگیرد.

• **بحث نکنید.** وقتی موضوعی چندان اهمیت ندارد، بی‌جهت درباره آن بحث نکنید. گمان نکنید اگر نوجوان از فرمان شما سرپیچی می‌کند، پس به این معنی است که شما را دوست ندارد. او تنها می‌خواهد مقاومت شما در برابر عصبانی شدن را امتحان کند و به نوعی از حیطه فرمانبرداری از شما بگریزد.

کمک به نوجوانان در موقع عشق و عاشقی

نوجوانان بر اساس گروه اجتماعی که به آن تعلق دارند، ممکن است در مورد نحوه ارتباط با جنس مخالف، دارای دیدگاههای شخصی بسیار محکمی باشند مثلا کلا با برقراری این دست رابط مخالف باشند و یا اینکه تصور کنند این دست روابط الزامی است. به طور کل به نظر می رسد که در سالهای اول نوجوانی، احتمال دارد که نوجوان هیچ تمایلی به برقراری رابطه با جنس مخالف نداشته باشد؛ اما در اواخر نوجوانی ممکن است ارتباط با جنس مخالف برای وی جذاب شود و تقریبا این زمان است که امکان بروز عشق و عاشقی‌های نوجوانی افزایش می‌یابد. آنچه مهم است این است که این گرایش در هر حال ایجاد می‌شود لذا نوجوان در این زمینه خاص نیازمند درک و توصیه والدین خود است. اما توجه کنید که این راهنمایی‌ها باید قبل از ایجاد این دست تعلقات خاطر به نوجوان ارائه شود نه بعد از آن!

"فیلیپ رایس"، روان‌شناس معاصر، با استناد به بررسی‌های بیش از ده پژوهشگر، در فاصله سال‌های ۱۹۸۴ تا ۱۹۹۶، هدف‌های زیر را برای قرارهای عاشقانه برمی‌شمارد:

• **تفریح و سرگرمی:** یکی از عمده‌ترین مقاصد رابطه با جنس مخالف، برخورداری از نوعی سرگرمی است. قرار عاشقانه برای نوجوان، لحظاتی سرشار از خوشی و لذت فراهم می‌سازد که به خودی خود می‌تواند هدف باشد.

• **همراهی و معاشرت بدون مسئولیت**

ازدواج: هم‌نشینی و همراهی با دیگران، یکی از نیرومندترین انگیزه‌های رابطه عاشقانه است. تمایل به دوستی، پذیرش عاطفه و عشق دیگری یکی از جنبه‌های طبیعی و سالم رشد و تحول آدمی است.

• **افزایش منزلت اجتماعی:** کسانی برای کسب موفقیت ، اثبات و حفظ موقعیت اجتماعی خود به این‌گونه رابطه‌ها کشیده می‌شوند ، به علاوه عضویت در دار و دسته‌های خاص که باعث می‌شود نوجوان برای کسب منزلت اجتماعی، روابط عاشقانه برقرار سازد.

• **تعیین و انتخاب همسر:** قرارها و برخوردهای دختران و پسران، به ویژه در سنین بالاتر، به انتخاب همسر و ازدواج می‌انجامد؛ خواه این انتخاب آگاهانه باشد یا نباشد.

اینکه رابطه‌های عاشقانه به همسرگزینی بینجامد، به تمامی تجربه‌های فرد بستگی دارد. همه ارتباط‌ها، به ازدواج‌های عاقلانه منتهی نمی‌شوند؛ به خصوص اگر دختران و پسران دلداده، تحت تأثیر خصوصیات و عواملی سطحی یکدیگر را برگزیده باشند. بعضی از زوج‌هایِ عاشق، خودخواهی، رقابت‌جویی، بی‌ثباتی و دیگر عادت‌های ناپسند را در طول دوران خاطرخواهی‌شان بروز می‌دهند که زمینه ازدواجی موفق، که همانا پیوندی دراز مدت براساس مهرورزی، سازگاری و هماهنگی است، را از بین می‌برد.

پیامدهای منفی رابطه با جنس مخالف

در کنار فوایدی که روان‌شناسان برای دوستی با جنس مخالف، در دوره نوجوانی برشمرده‌اند، بسیاری از آنان نیز پیامدهای این نوع رابطه را طوری دیگر بیان کرده‌اند.

در کتاب‌ها و مقاله‌هایی که درباره خانواده، دوره نوجوانی، رفتارجنسی، روان‌شناسی زن و پرخاشگری و خشونت منتشر کرده‌اند، آثار منفی زیادی را به این دوستی‌ها نسبت داده‌اند، که موارد زیر از جمله مهم‌ترین آنها می باشند:

* پنهان کردن و تحریف هویت؛
* بروز حسادت؛
* افزایش خشونت در قرارهای عاشقانه؛
* افزایش تصادف‌های رانندگی؛
* تشدید درگیری‌های خانوادگی؛
* دچار اختلالات هیجانی و عاطفی شدن.

در ادامه توصیه‌هایی ارایه می‌شود تا والدین برخوردی مناسب در این شرایط ارایه دهند. طبعا شما نمی‌توانید جلوی این اتفاق طبیعی را بگیرید، راهکار زیر جهت راهنمایی صحیح شماست:

شرایط برخورد با مسئله

اگر این علاقه با آگاهی و شناخت و متناسب بودن سایر شرایط و شناخت کافی و اطمینان صورت گرفته نیاز به برخورد ندارد اما در صورتی که این رابطه بر اساس یک اتفاق و تنها تحت تاثیر کششهای جنس مخالف ایجاد شده است که نتیجه آن قابل پیش بینی است و باید روشی برای ترک آن تدارک دیده شود. باید توجه داشت که این علاقه می‌تواند پیش درآمدی برای روابط نادرست و غیر منطقی بین طرفین گردد که نتیجه آن در بهترین حالت ایجاد یک رابطه صمیمانه به مدت طولانی است که بعد از گذشت زمان، طرفین این ماجرا به این نتیجه می رسند که مناسب هم نیستند و لذا از یکدیگر دلسرد می شوند. خاطرات خوش گذشته، از یک سو احساسات را بر آن می‌دارد که از یکدیگر دست بر ندارند و به رابطه مخفیانه خود ادامه دهند و از دگر سو منطق و عقل به آنها حکم می‌کند که مناسب هم نیستند و انتخاب آنها تنها از روی احساسات بوده است و باید این ارتباط منقطع گردد و در اینجاست که مشکلات شدت می یابد و فراموش کردن این مساله تبدیل به یک بحران در زندگی نوجوان می‌گردد. لذا قبل از شروع به کار باید موضوعات انگیزه ترک مسئله ، اعتماد به نفس و اراده کافی برای مقابله با مشکل حل و فصل و تقویت گردد.

• شما و همسرتان باید در مورد قوانینی که در زمینه رابطه با جنس مخالف وجود دارد، به یک اتفاق نظر برسید.

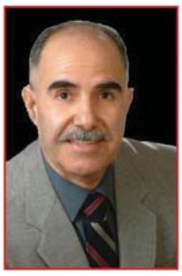
•اگر نوجوان شما با نظر شما مخالف است به او گوش دهید و برای او شرح دهید که چرا عقیده دارید دوستی با جنس مخالف در این سن مضر است

• از قبل با همسرتان تصمیم بگیرید که اگر نوجوان تان خط مشی ها را بر هم زد، چه خواهید کرد؟

• اگر تمایل دارید فرزندتان در ارتباط با جنس مخالف حریمها را رعایت کند خودتان هم در این ارتباطات محتاط بوده و درست رفتار کنید.

• والدین در اتخاذ تصمیمات تربیتی با یکدیگر متفاوت هستند لذا اگر شرایط جامعه شکل خاصی یافته دلیلی ندارد که شما بخواهید از اصول و ارزشهای خود تخطی کنید. ضمن درک شرایط زمانی مراقب باشید روابط نوجوانتان به روند زندگیش لطمه نزند.

Thinking of Buying or Selling?



قهرمان کروبی

Cell: 416.568.6465
Office: 416.929.4343
ghkaroubi@gmail.com
www.Karoubihomes.com

برای بهترین سرمایه گذاری شما را یاری می دهم

416-568-6465

Forest Hill REAL ESTATE INC • BROKERAGE
Signature
forestHillsignature.com

دفتر مهاجرت و پناهندگی
پروین صادقی
عضو سازمان مشاوران مهاجرت به کانادا
دارای دکترای حقوق از امریکا

☑ مهاجرت به کانادا در کوتاه‌ترین مدت و با کمترین هزینه از طریق:
۱. اسپانسرشیپ همسر و فرزند / سوپر ویزا
۲. مهاجرت از طریق سرمایه‌گذاری، هنر، ورزش، تخصص و تحصیل و تجربه‌کار
۳. مسائل انسان‌دوستانه
☑ تمدید PR
☑ تقاضا و تمدید ویزای توریستی و دانشجویی و کار
☑ دعوتنامه برای افراد فامیل و دوستان
☑ ثبت شرکت ها
☑ تقاضای شهروندی
☑ تقاضای شهروندی برای بچه‌های کانادایی که در خارج از کانادا متولد می‌شوند
☑ پناهندگی

● اگر در معرض اخراج از کانادا هستید و یا حضورتان در کانادا غیر قانونی است
● اگر پرونده شما در دادگاه‌های مهاجرت و پناهندگی و پژوهش رد شده است
● گرفتن PR از طریق سرمایه‌گذاری در استان‌های مختلف

416.828.6127
5700 Yonge St., Suite # 200,
Toronto, ON , M2M 4K2
Fax 416 512 2230

HARMONIC
Accounting, Tax & Financial Services

INCOME TAX
E-FILE
Personal, Small Business & Corporate

خدمات حسابداری و مالیاتی
رضا پورلطفی

■ خدمات حسابداری و دفترداری
■ تهیه و تنظیم صورتهای مالی
■ خدمات مالیاتی اشخاص و شرکتها
■ برنامه ریزی مالیاتی برای اشخاص و شرکتها
■ خدمات حقوق و دستمزد
■ تهیه و تکمیل فرمهای WSIB & HST, GST
■ تهیه طرح توجیهی برای اخذ وام
■ ثبت ، تغییرات و انحلال شرکتها

■ Accounting & Bookkeeping Services
■ Personal & Corporate Income Tax Services
■ Payroll Services

تخفیف ویژه و مشاوره رایگان برای سالمندان، دانشجویان و تازه واردین

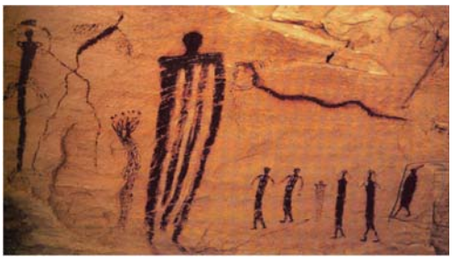
Let our experience bring harmony to your finances

8131 Yonge St., Suite 211,
Thornhill, ON L3T 2C6
Tel: (416) 900-4188 www.HarmonicTeam.com
Fax: (416) 900-4189 info@harmonicteam.com

در پلازای سوپر پارسیان

موسیقی

جامعه شناسی هنر



بهروز پایگان
آهنگساز و تهیه‌کننده موسیقی

انسانی که ما امروزه می‌شناسیم موجودی‌ست اندیشمند. قدرت تکلم و برقراری ارتباط از راه صحبت کردن تمایز دیگر انسان با دیگر موجودات است. این خصوصیات انسان را از موجودی منفعل و غریزی طی سالهای رشد فکر و بدن، به موجودی فعال، کنجکاو و پرسش‌گر تبدیل می‌کند وقدرت تجزیه و تحلیل تمایزی محسوس را بین او و موجودات دیگر ایجاد می‌کند. در واقع انسان با فراخوانی حافظه از تجربیات و تجزیه و تحلیل آنها می‌تواند موضع گیری های متفاوت و هوشمندی نسبت به امور مختلف داشته باشد.

یکی از مصادیق عکس العمل هوشمند به موضوعات بر مبنای تجزیه و تحلیل و با پیش زمینه ی ایجاد تعامل و انتقال مفهوم که در طبیعت انسان وجود دارد، هنر است.

قرنها انسان تلاش داشته تا به وسیله ی بازنمایی پیرامون خود در قالب هنرهای مختلف به آنها معنا ببخشد، در واقع تعریف ابتدایی و ریشه ای هنر معنا بخشیدن به اتفاقات و اشیا بی جان است.

اما طی دوران مختلف و پیشرفت انسان در تمام ابعاد، هنر تبدیل به نوعی ابراز نظر یا بیان سوال شده و این فرایند جزئی از طبیعت انسانی است که بواسطه آثار هنری شکل معنا داری میگیرند. در واقع انسانها از طریق هنرهای مختلف مانند موسیقی، شعر، مجسمه سازی، نقاشی، معماری و ... درک و دریافت خود را از دنیای درون و بیرونشان به صورت معنا دار ثبت می‌کنند. اگر به تاریخ نیز توجه کنیم بیشترین دریافت ما از چگونگی زندگی و احوالات نیاکانمان از طریق هنر آنها به ما رسیده، از غارنگاره‌های انسانهای اولیه تا دوران رنسانس هیچ عاملی به اندازه ی هنر درک درستی از اتفاقات آن دوران به ما نداده است.

ما از طریق هنرهای مختلف بطور خودآگاه یا ناخودآگاه همیشه برداشت خود را از جامعه و انسان بیان می‌کنیم و این گونه می‌توان گفت هنرهای مختلف زنجیره‌ای از دلایل، نشانه ها و پاسخ های اجتماعی را در خود دارند.

به عنوان مثال با نگاه کردن به معماری بناهای خاص میتوان به پاسخ های مشخصی از کاربرد و علت وجود آن بنا به دست آورد مانند بناهای مذهبی و حتی فراتر از آن شاخه های مذهبی مختلف.

به عنوان مثال معماری مساجد در مذاهب مختلف دین اسلام متفاوت است. همینطور کلیساها در شاخه های دین مسیحیت، کلیساهای کاتولیک با شکوه و عظمت ساخته می‌شوند در صورتی که اساس معماری کلیسای پروتستان ساده و بی آلایش بودن آن است. به همین ترتیب در آثار دیگر هنری نیز می‌توان نشانه های بسیار از گروههای اجتماعی/ مذهبی که آن آثار متعلق به آنها است را پیدا کرد.

هنر در ساختار اجتماعی نوعی روش اندیشیدن و انتقال فکر بدون نیاز به زبان است که ما از این روش به باز تعریف واقعیات اجتماعی، سیاسی و فرهنگی در لایه های مختلف آن می‌پردازیم و امکان تجزیه و تحلیل ابعاد مختلف این پدیده‌های ذکر شده را پیدا می‌کنیم.

جامعه‌شناسی به شاخه‌های مختلفی تقسیم می‌شود. اما اساس علم جامعه شناسی در تمام بخشها طرح سوال و پیدا کردن جواب برای آنهاست که همراه با این مسیر ایجاد آگاهی و شناخت میکند. این علم طی دوران معاصر به اقتضای تحولات جوامع بیشتر از پیش مورد توجه بوده و اهمیت آن بیشتر و بیشتر نمایان می‌شود.

اما جامعه شناسی هنر چیست؟

نوعی روش و زاویه دید برای نقد آثار هنری و در بطن آن شناخت جامعه بر اساس آثار هنری آن و در واقع سعی بر آن دارد تا بر اساس هنر، فعالیت‌های بشری را تعریف و تفسیر کند. درواقع اگر انسان نتواند مسایل پیرامون خود را به امری معنا دار و زیبا تبدیل کند فرق زیادی با موجودات دیگر ندارد.

اگر به دنیای هنر توجه کنیم در نگاه اول دنیایی غیر مادی و محدود به زیبایی شناسی به نظر آید، اما وجوه دنیای هنر و آثار هنری فراتر از آن بوده و اصولا هنرمند یکی از اجزای تشکیل دهنده‌ی یک اثر هنریست و عوامل زیادی در شکل گیری این آثار نقش دارند که نمی‌توان آنها را به هیچ عنوان نادیده گرفت، عوامل اجتماعی، تاریخی و فرهنگی که در بررسی آثار هنری از زاویه جامعه شناسی باید بطور ویژه‌ای مورد نظر باشند.

به عنوان مثال در جهان موسیقی، موسیقیدان حرف اول را می‌زند اما از نگاه جامعه‌شناسی، جهان موسیقی متشکل از چندین گروه اجتماعی متفاوت است، موسیقی‌دانان، کسانی که موسیقی را گوش می‌دهند، کسانی که برای تولید موسیقی سرمایه‌گذاری می‌کنند، کسانی که توزیع کننده و ارائه کننده موسیقی هستند، افرادی که کنسرت برگزار می‌کنند و همینطور رسانه ها که بطورمشخص سهم عمده ای در پخش و گسترش موسیقی دارند.

همانطور که مشخص است هر کدام از این بخش‌ها، گروهای اجتماعی خاصی را تشکیل می‌دهند که با بررسی این گروها و نقش آنها در آثار هنری و بالعکس، می‌توان شناخت بهتری از جامعه پیدا کرد.

تمام آنچه در این بخش نوشته شد مقدمه‌ای بود برای درک بهتر از موضوع مورد بحث در این مقاله و مقالات بعدی.

بهروز پایگان
آهنگساز و تهیه‌کننده موسیقی
فارغ التحصیل رشته آهنگسازی از روسیه

آشنایی با ساز کمانچه

کمانچه یکی از سازهای کلیدی و مهم موسیقی ملی ایران محسوب می شود که از دوره صفویه و قاجار بصورت جدی وارد موسیقی ایران زمین شده است. بعضی از محققان این ساز را با ساز رباب از یک خانواده می‌دانستند و معتقدند که در قرن ۱۰ و یا ۱۱ میلادی رباب سازی بوده که کمانه (آرشه) نداشته است و با مضراب نواخته می شده است. عده ای نیز بر این عقیده اند که رباب پس از ورود به ایران تغییر شکل داد و کمانه به آن افزوده شد و چون تارهایش با کمانی کوچک به صدا در می آمد ،نام کمانچه به خود گرفت.

این ساز در بغداد به نام جوزه ،در تایلند ساو-سام-سانی و در هند به نام کمیچه شناخته می‌شود.کمانچه در آذربایجان ،ایران شوروی ،گرجستان و ارمنستان نیز با همین نام شناخته می شود.

کمانچه سازی است از آلات موسیقی رشته‌ای مقید که با آرشه نواخته می‌شود. دارای کاسه ای کروی شکل است وبه دو گونه ساخته می شود . ۱. ترکه ای ۲. یک تکه. نوع دیگری از این ساز که در منطقه زاگرس و استان لرستان نواخته می شود گونه‌ای از کمانچه است که پشت کاسه باز و شیپوری شکل می‌باشد که برجسته‌ترین نوازندگان این نوع کمانچه در منطقه زاگرس و لرستان می‌باشند . این ساز علاوه بر شکم ،دسته و سر ،در انتهای تهتانی ساز پایه‌ای نیز دارد که روی زمین و یا در صورت تیز نبودن بر روی ران نوازنده قرار می‌گیرد. بدنه ساز با استخوان و مروارید تزیین می‌شود. شکم ساز کروی و میان تهی است که مقطع بسیار کوچکی از آن به جلوی دهانه اختصاص یافته و روی دهانه پوست (از جنس پوست شکم گاو و یا پوست ماهی) کشیده شده و بر روی پوست خرکی تقریبا شبیه به خرک تار و نه کاملا عمود بر سیم‌ها قرار گرفته است.دسته ساز در واقع جعبه ای تو پر و به طور نامحسوس به شکل مخروط وارونه خراطی شده است که از داخل ساز گذشته و در انتها به شکل پایه در می‌آید. انتهای بالایی این لوله مجوف شده و در طرف جلو شکاف دارد که نقش جعبه گوشیها را می‌یابد .دسته فاقد دستان است. یک قبه در بالای جعبه قرار گرفته است که طول ساز از سر پایه تا سر قبه ۸۰ سانتی متر است. کمانچه امروزی دارای چهار سیم است (در بعضی نقاط، این ساز دو یا سه یا چهار سیم دارد).معمول‌ترین کوک این است که سیم های اول و دوم نسبت به هم فاصله "چهارم" (یا "پنجم") داشته، سیم سوم یک "اکتاو" بم‌تر از سیم اول و سیم چهارم یک "اکتاو" بم‌تر از سیم دوم باشد. بدیهیست کوک این ساز در دستگاه‌های مختلف موسیقی ایران تفاوت می‌کند.

کمانچه - کوک

نوازنده ساز در حالت نشسته پایه کمانچه را روی زمین یا روی زانو قرار می‌دهد، در صورتی که پایه ساز نوک تیز باشد، آن را روی زمین می گذارند، در اینصورت نوازنده روی زمین می‌نشیند در غیر اینصورت نوازنده روی صندلی نیز می‌تواند بنشیند و پایه ساز را روی ران، نزدیک زانو- قرار می دهد. در هر دو حالت ساز در موقع اجرا کمی حول محور خود می‌چرخد و همین عمل تماس آرشه را با سیم‌ها آسان تر می‌سازد. نوازنده ساز را به طور قائم به دست چپ می‌گیرد و انگشتان همان دست را روی سیم ها در طول دسته می‌لغزاند و آرشه را به دست راست گرفته به سیم ها تماس می‌دهد. موی آرشه کمانچه محکم و کشیده نیست و نوازنده انگشتان دست راست خود را زیر موها انداخته و آن را می‌کشد تا عمل آرشه‌کشی میسر شود.

آشنایی با ساز سنتور

سنتور یکی از سازهای موسیقی ایرانی است. فرهنگ دهخدا سنتور را اینگونه بازشناخت کرده است: "از سازهای ایرانی به شکل ذونزقه که دارای سیم‌های بسیاری است و با دو مضراب چوبی نواخته می‌شود. که در اصل سنتور رایج (۹ خرکی) دارای ۷۲ سیم است که به دسته‌های ۴ تایی و در ۱۸ دسته تقسیم می‌شود"

ساختار ساز

این ساز از جعبه‌ای ذوزنقه‌ای شکل تشکیل شده که لبه‌ها آن بنامند از: بلندترین ضلع، نزدیک به نوازنده و کوتاهترین ضلع و موازی با ضلعِیشی و دور از نوازنده و دو ضلع کناری با طول برابر که دو ضلعِیشی را به طور مورب قطع می‌کند. ارتفاع سطوح کناری ۸ تا ۱۰ سانتیمتر است.

جعبه سنتور مجوف است و تمام سطوح جعبه چوبی است؛ دوسطح فوقانی وتحتانی به کلاف سنتور که سطح جانبی دور آن را تشکیل می‌دهد متصل می‌شوند نیروی ناشی از فشار سیم‌ها که از طریق خرک‌ها به صفحهٔ بالایی منتقل می‌شوند باعث تغییر شکل و نشست صفحه و تشدید آن در دراز مدت می‌شوند برای جبران این کاستی پل‌هایی در حعبهٔ سنتور قرار داده می‌شود و نیز ضخامت صفحه‌ها باید برای بار وارده از صفحه پیشبینی گردد صفحهٔ پایینی گرچه تحت تاثیر مستقیم نیروی سیم‌ها نیست اما واکنش آنها را از پل دریافت می‌کند و باید برای مقاومت دربرابر تغییر شکل‌ها پیش بینی شود بر روی سطوح فوقانی دو ردیف (معمولا ۹تایی)خرک چوبی قرار دارد ردیف راست نزدیک‌تر به کناره راست ساز است و ردیف چپ کمی بیشتر با کناره چپ فاصله دارد (فاصله میان هر خرک ردیف چپ تا کناره چپ را "پشت خرک" می‌نامند). از روی هر خرک چهار رشته سیم هم‌کوک گذر می‌کند ولی هر سیم به گوشی معینی پیچیده می‌شود. گوشی‌ها در سطح کناری راست کنار گذاشته شده‌اند. سیم‌های سنتور به دو دسته "سفید" (زیر) و "زرد" (بم) بخش می‌شوند. دسته سیم‌های سفید بر روی خرک‌های ردیف چپ و سیم‌های زرد بر روی خرک‌های ردیف راست به تناوب قرار گرفته‌اند. طول بخش جلوی خرک در سیم‌های سفید دو برابر طول آن در بخش پشت خرک است و می‌توان در پشت خرک نیز از سیم‌های سفید استفاده کرد (آوای آن به نسبت عکس طول، یک اکتاو نسبت به آوای بخش جلوی خرک بالاتر است). همچنین هر سیم زرد، یک اکتاو بم‌تر از سیم سفید بی درنگ پس از آن آوا می‌دهد.

پیشینه

سنتور بر پایهٔ بررسی‌ها و پژوهش‌ها یکی از کهن‌ترین سازهای گستره ایران به شمار می‌رود. کهن‌ترین نشانه‌ای که از این ساز بر جا مانده، از سنگ‌تراشی‌های آشور و بابلیان (۵۵۹پیش از میلاد) است. در این سنگ‌تراشی‌ها، صف تشریفاتی که به بزرگ داشت آشور بانیپال بر پا شده تراشیده گردیده و سازی که همانندی زیادی به سنتور دستوروزی دارد، در میان آن صف دیده می‌شود.

سنتور، سازی کاملاً ایرانی است که برخی ساخت آن را به ابونصر فارابی نسبت می‌دهند که مانند بربت، ساز دیگر ایرانی بعدها به خارج برده‌شد.

برخی پژوهشگران بر این باورند که سنتور در زمان‌های بسیار دور از ایران به دیگر کشورهای آسیایی رفته‌است، چنان که امروزه گونه‌های مشابه این ساز در عراق، ترکیه، سوریه، مصر، پاکستان، هند، تاجیکستان، چین، ویتنام، کره، اوکراین و در یونان نواخته می‌شود.

مشاوره رایگان
برای فروش سریع
ملک خود با من تماس بگیرید
آیا علاقمند به سرمایه گذاری در زمینه
ساخت خانه و پروژه های ساختمانی هستید؟
برای آگاهی از چگونگی مراحل لازم
در زمینه یافتن محل مناسب
طراحی- مهندسی و اجرای پروژه ها
با تیم مجرب ما مشاوره نمائید.
تینا بهرامی (کاظمی)
Tina Bahrami
Real Estate Broker
Royal LePage Signature Realty
416.834.4205
Office: 416.443.0300
Official sponsor of
Homa Volleyball Team
ROYAL LEPAGE

دکتر فرامرز ارجمند
جراح و متخصص چشم
از دانشگاه تهران و اپتومتریست از کانادا
با ۲۵ سال سابقه چشم پزشکی

416.548.6555
Emergency Phone: 647.868.4041
6070 Yonge St.
North York, ON, M2M 3W6
روبروی پلازای ایرانیان (جنب پلازای Fido)

The Little House
Of Kebobs North
با بیش از ۲۰ سال سابقه

در قلب ریچموندهیل با مدیریت ایرانی
رستوران ایرانی
با انواع غذاهای اصیل ایرانی
905-787-9988
1480 Major Mackenzie Dr. East
Major Mackenzie & Leslie

رمان دنباله دار

نقطه تسلیم

شهره وکیلی ۸

- چرا آقای جاویدان در خانه‌ی دکتر زندگی می‌کند؟ مگر خودش خانه ندارد؟
- دکتر می‌گوید وقتی بمباران‌های تهران شروع شد، همه خیال می‌کردند شمیران پدافند قوی دارد و امن است. خانه‌ی جاویدان در تهران بود و تاجی با اصرار از دکتر می‌خواهد اجازه بدهد او خانواده‌اش به طور موقت به آنجا بیایند و بعد از قطع بمباران‌ها بروند. اما آمدن همان و ماندن همان و چشم طمع به باغ دوختن همان! مدتی بعد هم جاویدان خانه‌اش را می‌فروشد تا با تاجی آپارتمان‌سازی راه بیندازد

***

دو روز بعد محمودی تلفن کرد: "خانم پرتو، وقت دادگاه پنج ماه دیگر است".
- وای، چرا این قدر دیر؟! نمی‌توانید تغییرش بدهید و جلو بیندازید؟
- نخیر، وقت دادگاه به جاویدان ابلاغ شده. دیگر نمی‌شود کاری کرد.
- طفلک یگانه. خیال می‌کرد کارها روبراه است. می‌آید به جای بچه‌هایش امضایی می‌کند و می‌رود.
- من خانم نجم‌الملوک را خیلی علیل و ناتوان دیدم. اگر در این فاصله از دنیا برود کار خیلی پیچیده‌تر و مشکل‌تر می‌شود. چون یکی از دو ورثه‌ی او تاج‌الملوک است و به طور قانونی در باغ سهیم می‌شود. به خانم آریایی بگویید مواظب ایشان باشند.
- یگانه می‌گوید از لحاظ هوش و حواس و ذهن خوب و کامل است.

- بله، ایشان درست می‌گویند، ولی تا جسمشان زنده است هوش و حواس دارند!

پرتو پس از صحبت با محمودی به یگانه تلفن کرد:
- سلام خانم آریایی.
- سلام. خیلی منتظر تلفن‌تان بودم. در ضمن خواهش می‌کنم مرا با اسم کوچکم صدا بزنید.
- موافقم. شما هم همین‌طور. مرا پرتو خطاب کنید. برویم سر اصل مطلب. محمودی تلفن کرد. متاسفانه موعد دادگاه پنج ماه دیگر است.
- چی؟ پنج ماه دیگر؟ وای چرا نجمی این را به من نگفته بود؟ حتما خبر نداشته!
- به طور قطع خبر داشته. چون وقتی دادخواستی تقدیم مراجع قضایی می‌شود، رئیس دفتر دادگاه همان موقع وقت دادگاه را اعلام می‌کند. حتما فکر کرده اگر شما بدانید وقت دادگاه چه موقع است، به ایران نمی‌آیید. در ضمن از محمودی خواستم بلکه وقت را جلو بیندازد. ولی او گفت چون وقت دادگاه به جاویدان ابلاغ شده نمی‌توان کاری کرد. یعنی صلاح نیست!
- خدایا من باید چکار بکنم. عجب گیری افتادم! حتما نجمی فکر کرده اگر وقت دادگاه را بگوید، من می‌گذارم و می‌روم!
- چشم هم بگذارید پنج ماه تمام می‌شود.
- من اینجا در تنهایی دق می‌کنم. پریروز پیش دکتر بودم. حالش خیلی بد است. مجاری ادرارش عفونی شده. تبش خیلی بالاست. وای اگر پنج ماه اینجا بمانم، هر روز باید شاهد این مناظر باشم! به تاجی پیشنهاد کردم به بیمارستان منتقلش کنیم. اما گفت دکتر از این تب‌ها زیاد می‌کند. بعدش هم خوب می‌شود. نمی‌دانی پرتو جان وقتی پیش دکتر می‌روم چه زجری می‌کشم. از یک طرف تاجی به خونم تشنه است. از طرف دیگر وضعیت دکتر را نمی‌توانم تحمل کنم. آن قدر دست و سرش را می‌خاراند که خون از جای ناخن‌هایش بیرون می‌زند. نمی‌دانم این خارش‌ها معالجه ندارد؟!
- شما باید خیلی مراقب دکتر و نجمی باشی. وجود آنها برای دادگاه ضروری و مهم است.
- من باید مراقب آنها باشم؟ من کجا هستم که از آنها مراقبت کنم!
- یعنی می‌خواهی آنها را زیر دست تاجی و جاویدان رها کنی و بروی؟ فکر نمی‌کنم کار درستی باشد!
- یعنی می‌گویی من پنج ماه تک و تنها در ایران بمانم؟ نه! به محض اینکه تب دکتر قطع بشود، می‌روم. دارم از دوری بچه‌هایم دق می‌کنم!
- میل خودت است. محمودی هم سفارش می‌کرد مواظب آنها باشید.
- الو، الو... پرتو جان، یک مرتبه صدا ضعیف شد. انگار خط روی خط افتاده. صدای دو نفر می‌آید.
- صدای یک زن و مرد است. دارند زیباترین عبارات را با هم رد و بدل می‌کنند. باید بگویم بیایند تلفن را درست کنند.

پرتو از گفتن عبارت آخری خود منفعل شد "باید بگویم بیایند تلفن را..." این تصمیم را بارها گرفته بود. اما یک حس ناخوشایند و غریب مانعش شده بود. صدای آن زن و مرد تداعی گذشته‌های دور عاشقانه‌ی خودش بود. یگانه پرسید:
- محمودی حرفی از حق‌الوکاله نزد؟
- نه، شاید قبول کند حق‌الوکاله را پس از آنکه باغ آزاد شد، بگیرد.
- خدا کند این شرط را قبول کند. البته برای شروع کار مبلغی به ایشان می‌دهم.
- بهرحال فراموش نکن، حضور نجمی و دکتر برای احقاق حق بچه‌هایت خیلی ضروری است. در ایران بمان.
- نه، من نمی‌توانم، چون هم بدون بچه‌هایم قرار و آرام ندارم، هم شغلم را از دست می‌دهم. برای محبت‌هایت از ته قلب ممنونم. خدا کند بتوانم جبران کنم.

لطفا اگر خبر تازه‌ای شد، مرا در جریان بگذار.
- خیالت راحت باشد. فعلا خداحافظ.

یگانه گوشی را گذاشت. اما آن دو صدا همچنان روی خط بود. مرد شعر می‌خواند. پرتو ناخودآگاه به آنها گوش سپرده بود:

یک عمر ماندەام
یک عمر درپیش پای تو ایستادەام و تو
افسانەساز شهر، با من قدم به آتش و
خون نهادەای
من ایستادەام تا در میان آتش و خون
فریاد کنم
تاجی دوستت دارم... تنها تو را...

پرتو با شنیدن نام تاجی دستش را جلوی دهانش گرفت تا جیغ نکشد. صدای گوشخراش سوت تلفن برخاست و صدای زنگِ درِ خانه هم بلند شد. پرتو در میان بهت و حیرت گوشی را گذاشت. کلید در قفل چرخید و علاء مثل همیشه سرزنده و شلوغ و بذله‌گو وارد سالن شد: "سلام، سلام مامان جونم. تولدت مبارک". بعد پیش چشم حیرت زده‌ی مادر کیفش را باز کرد و یک بسته‌ی کادوپیچ شده بیرون آورد که یک شاخه رُز سفید رویش چسبانده شده بود: "بفرمائید مامان جونم، دوستت دارم، دوستت دارم". پرتو کم‌کم از شوک آن مکالمه‌ی تلفنی و آگاهی بر اینکه آن دو صدا متعلق به تاجی و جاویدان است، بیرون آمد. آغوش باز کرد و علاء را در برگرفت: "الهی فدای تو بشوم. غافلگیرم کردی. عزیز نازنینم، مثل همیشه همه‌ی کارهایت قشنگ و دوست‌داشتنی است". بعد شاخه‌ی گل را از روی بسته برداشت. گل را به لب برد و بوسید. سپس بسته را باز کرد: "وای علاء! این عطر دلخواه من است، ولی خیلی گران است. آخر چرا این قدر..."
- هیس! مامان جان! مثلا من برای خودم مردی شده‌ام ها!
- آن هم مرد عزیز من. دستت درد نکند. خیلی خجالتم دادی.
- ببخشید که به یادتان آوردم چند ساله هستید!
- ای بدجنس. لازم بود این حرف را هم بزنی؟
- حتی یک حرف دیگر هم می‌خواهم بزنم!
- اگر از این قماش است، بهتر که نگویی.
- نه، از قماش دیگری است. مامان جان بیایید و با دُره...
- نه حرفش را هم نزن! من آمادگی ندارم.
- آخر تا کی؟ دُره به وجود شما احتیاج دارد. همان‌طور که من دارم. قهر تا کی؟
- چند بار بگویم؟ چند صدبار تکرار کنم؟ این قهر نیست. یک راه‌حل است.
- این راه حل چند سال طول می‌کشد؟
- تا وقتی که به نتیجه برسد!
- شاید راه حل درستی نباشد و نتیجه‌ی دلخواه شما را ندهد. آن وقت چی؟ تا کی به این وضع ادامه می‌دهید؟ جلوی نیما و خانواده‌اش خیلی بد است. آنها خانواده‌ی گرم و صمیمی هستند. از کار شما تعجب می‌کنند.
- نمی‌خواهی باور کنی، ولی این وضعیت به دُره آرامش می‌دهد و به من هم اعتماد به نفس می‌بخشد. مگر تا کی می‌توانم به خاطر افکار مالیخولیایی او احساس گناه کنم؟ کدام مادری ساکت می‌نشیند تا دختر دیوانه‌اش علنا بگوید تو با شوهر من... آه، علاء بگذار دردم در سینه‌ی خودم بماند. شش سال است نگاه‌های پُر از سوءظن او را تحمل کرده‌ام. شش سال است احساس حقارت کرده‌ام و از خودم بدم آمده.
- شاید حالا وضع فرق کرده باشد. شاید او متوجه اشتباهش شده باشد.
- چه علامت و نشانه‌ای دیده‌ای که این‌طور فکر می‌کنی؟ او بعد از فوت پدرت بدتر شده. خیال می‌کند حالا که مادرش بی‌شوهر شده... دُره دیگر شورش را درآورده! دیگر برایم مهم نیست مردم چه فکر می کنند. فقط می‌خواهم خودم را کنار بکشم و فراموش شوم، تا او آنطور دمار از روزگار نیما درنیاورد. به خدا از خجالت نمی‌توانم به چشم نیما نگاه کنم. پرتو تلاش می‌کرد عنان اشک را رها نکند. اما بالاخره صدای گریه‌اش بلند شد: "علاء نمی‌خواهم او روزگار نیما و خودش را سیاه کند. باور کن کناره‌گیری من از روی تلافی و انتقام و کینه نیست. مگر مادر می‌تواند از بچه‌اش کینه به دل بگیرد. آن هم زن شرقی که جان فدای فرزندش می‌کند. اصرار نکن. تو اگر سعادت و خوشبختی او را می‌خواهی واقع‌بین باش".

صدای زنگ درِ کوچه بلند شد. علاء به جای آنکه به طرف دربازکن برود، به حیاط رفت تا در را باز کند. پرتو از پنجره دید. مردی بسته‌ای کادوپیچ را به او داد. علاء بسته را گرفت و کاغذی را امضاء کرد. بعد در را بست و وارد سالن شد. شادابی دقایق پیش از چهره‌اش پاک شده بود. پرتو پرسید: کی بود؟ این بسته چیه؟
- هدیه‌ی روز تولد شماست. دُره فرستاده.
- دُره؟! کی بود که این بسته را آورد؟
- راننده‌ی آژانس.
- تو از ماجرا خبر داشتی. مگر نه؟!
- کی این حرف را زده؟
- انکار نکن. تو منتظر بودی! برای همین پس از شنیدن صدای زنگِ در، به جای اینکه آیفون را برداری به حیاط رفتی تا در را بازکنی، می‌دانستی کسی باید این هدیه را بیاورد!
- حالا مگر چه شده؟ می‌خواهید پس بدهید؟
- اگر خودم در را باز کرده بودم، می‌دادم همان راننده‌ای که آورده، برگرداند.
- یعنی الان بازش نمی‌کنید؟
- نه! دیگر حرفش را هم نزن!
- دست کم ببینید برایتان چی خریده!
- چه فرق می‌کند؟ خانه از پای‌بست ویران است/خواجه در بند نقش ایوان است. او از بیخ و بنیاد مرا نمی‌خواهد. نه، بهتر است بگویم از من متنفر است.
- می‌توانست این کار را نکند. پس متنفر نیست!
- علاء این راه حل فقط روابط من و او را شامل می‌شود. نه تو را. تو می‌توانی با او صمیمی، نزدیک، و در تماس باشی. به خانه‌اش بروی. اگر مسافرت می‌روند، همسفرشان شوی.
- می‌دانم این آزادی را دارم. اما می‌خواهم در این خانه به روی او باز باشد.
- اَز نظر او اینجا خانه‌ی دشمن است.
- من از دست شما دو نفر چکار کنم؟ آخر من چه گناهی دارم؟ او را دوست دارم. همچنان که شما را دوست دارم. نیما و شروین را هم دوست دارم. دلم می‌خواهد دورِ هم باشیم. حالا که بابا از میان ما رفته همدیگر را داشته باشیم.
- صبر کن. مرور زمان مرهم خیلی از زخم‌هاست. بعضی مسائل جز با مرور زمان حل نمی‌شود. عزیزم تو را به خدا خودت را عذاب نده. مرا هم هر روز بازخواست نکن. تو که طرز حرف زدن او را با من شنیده‌ای! همین چند ماه پیش بود که یک روز پس از جشن تولد نیما به من تلفن کرد و به خاطر هدیه‌ای که به او داده بودم سرم فریاد کشید: "مامان باز چراغ سبز زدی؟"
- او نفهم است. اگر شعور داشت با شما اینطور حرف نمی‌زد.
- حرف زدنش مهم نیست. احساسی که پشت این حرف‌ها نشسته مهم است. علاء بگذار زندگی‌شان را بکنند. به خدا دیگر طاقت تحمل این مسخره‌بازی را ندارم.
- خُب شما نباید آن شعری را که می‌دانستید نیما دوست دارد، به عنوان هدیه قاب کنید و به او بدهید. اگر چیز دیگری برایش می‌بردید، دُره آن را به حساب چراغ سبز زدن شما نمی‌گذاشت.
- من اینم. نمی‌توانم خودم را عوض کنم. منطق هر کسی حکم می‌کند موقع انتخاب هدیه، سلیقه‌ی طرف را در نظر بگیرد. این که گناه نیست. از آن گذشته، به روح پدرت قسم اگر من حدس می‌زدم او از این هدیه چنین برداشت احمقانه‌ای بکند. علاء، دُره خیلی بی‌شرم و بی‌شعور است. باید از لباس سیاه و سر و وضع ماتم‌زده‌ی من خجالت می‌کشید و اوهام مالیخولیایی‌اش را مهار می‌کرد. قلب و روح من سوگوار است. من کم کسی را از دست نداده‌ام! احتیاج به دلجویی و غمخواری دارم. نه ضربه خوردن. آن هم از دخترم! دختری که شیره‌ی جانم را مکیده و بالیده! وقتی با او و نیما در یک جا هستم، احساس خفگی می‌کنم. می‌بینم او تمام حواسش به من و نیماست. ای خدا، این درد را به که بگویم؟ کی باور می‌کند...

صدای گریه‌ی سوزناک پرتو دل علاء را لرزاند: "نه مامان، خواهش می‌کنم این‌طور گریه نکنید. خواهش می‌کنم. باشد، هر طور خودتان صلاح می‌دانید عمل کنید. امروز روز تولدتان است. باید خوشحال باشید".
- من هم از تو خواهش می‌کنم این قدر آزارم نده. تا نظر دُره نسبت به من تغییر نکند، اوضاع همین است. پس از هر آشتی، دو روز طول نکشیده دوباره یک پیراهن عثمان دیگر درست می‌کند و به من ضربه می‌زند.
- می‌خواهم یک چیز بگویم، ولی می‌ترسم ناراحت بشوید!
- بگو. اگر هم ناراحت بشوم، دلم گرم است که شاید قضیه برای تو قابل تحمل‌تر شود.
- دُره می‌گوید، حالا هم که با او قهر هستید، حتم دارد با نیما تماس دارید! به همین دلیل ناراحت است.
- علاء... فقط یک چیز را سربسته بگویم. اگر سنگ صبور نیما نبودم، و او مجبور می‌شد عذاب‌هایی را که از دست دُره می‌کشد، به جای من، به مادرش بگوید، تا به حال طلاق گرفته بودند و شروین یا پدر نداشت، یا مادر! خواهرت با کج‌خلقی‌ها و سوءظن‌های بیمارگونه‌اش نیما را بیچاره کرده. از همان زمان عقدکردگی، با حسادت‌ها و سرکشی‌ها و روحیه‌ی جنگی‌اش نیما را مستاصل کرد. به خدا اگر می‌دانستم او با همین روحیه و اخلاق باقی می‌ماند، به نیما می‌گفتم تا دیر نشده، تا عروسی نکرده‌اند از هم جدا شوند. اما بدبختانه خیال می‌کردم این عصیان‌گری‌ها با شروع زندگی مشترک تمام می‌شود. با شناختی که از نیما پیدا کرده بودم، باور داشتم دُره را تحت تاثیر قرار می‌دهد و آرام‌اش می‌کند. اما نشد. دلم واقعا برای نیما می‌سوزد.

علاء دستی به صورت پرتو کشید و اشک‌هایش را پاک کرد: "امشب شام مهمان من هستید. حق مخالفت هم ندارید. صورتتان را بشویید و کم‌کم آماده شوید". و برای اینکه موضوع را عوض کند، پرسید: "راستی از یگانه خانم چه خبر؟"
- آقای محمودی رفته پرونده را دیده. وقت دادگاهشان پنج ماه دیگر است!

علاء همچنان موضوع‌های مختلف را پیش می‌کشید: "دیروز با یکی از پسرهای آقای جاویدان که اسمش اردوان است، رَخ به رُخ شدم. پسر خیلی خوبی است. سال آخر کارشناسی ارشد است. تنبور هم می‌زند. دعوتش کردم بیاید اینجا. قول دارد فردا شب بیاید".
- کاش این کار را نکرده بودی. می‌دانم یگانه ناراحت می‌شود!
- دوستی من و اردوان چه ربطی به ایشان دارد؟ شاید به هوای اردوان من هم دوباره تار زدن را از سر گرفتم. شما هم بهتر است یک طوری به خانم یگانه بفهمانید که دوستی من با پسرهای آقای جاویدان لطمه‌ای به منافع او نمی‌زند!
- تو هم سعی کن پیش او هیچ حرفی از یگانه و مسائلش نزنی. آنها نباید بفهمند من کمکش می‌کنم و وکیل به او معرفی کرده‌ام. عاقبت این قضیه اصلا معلوم نیست. نباید برای خودمان دشمن درست کنیم.

ادامه دارد

ورشکستگی؟؟؟

Are you in a Financial Mess?

Trouble making your payments? Collection agencies calling?
Wages Garnished? Can't get a loan?

We can help you get rid of your debt and end your money problems.

Pay just one affordable payment each month
Keep your house, keep your car, keep your RRSP.
Be free of debt. Come talk to us, you can avoid bankruptcy.

Free Calls, Free Information, Free Consultation
No Extra Fees, No Upfront Fees, No Hidden Fees

Call us for a FREE, confidential consultation.

RISMAN & ZYSMAN INC.
TRUSTEE IN BANKRUPTCY
Helping the community for over 30 years.
4580 Dufferin St., North York Ontario M3H 5Y2
416-222-4600

www.TrilliTires.com

رینگ و لاستیک

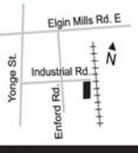
"زمستانی و چهارفصل"
به قیمت های عمده فروشی

مکانیکی و تعویض روغن

رینگ و لاستیک فروشی ایرانی در ریچموندهیل
(تقاطع یانگ و الگین میلز)

به مدیریت ویگن 905-883-1118

TrilliTires
130 Industrial RD.
Richmond Hill ON. L4C 2Y3



www.TrilliTires.com

آشپزی - کیترینگ کدبانو

خورشت مسمای بادمجان با مرغ

پروین ترابی
کیترینگ کدبانو

مواد لازم برای ۴ نفر:
بادمجان قلمی: ۳ یا ۴ عدد
پیاز: یک عدد
گوشت مرغ: چند تکه
گوجه فرنگی کوچک: ۳ عدد
رب گوجه: دو قاشق غذاخوری
زعفران: رقیق شده در آب کمی
نمک، فلفل، زردچوبه به مقدار لازم
روغن: به مقدار لازم
آرد: یک قاشق غذاخوری
غوره: سه قاشق غذاخوری

طرز تهیه:
ابتدا بادمجانها را پوست گرفته و از وسط یک برش طولی می‌زنیم ولی نباید به دوقسمت تقسیم بشه فقط تا حدی که آب نمک به داخلش نفوذ کند و بادمجانها را حدود نیم الی یکساعت داخل آب نمک قرار می‌دهیم تا تلخی‌اش گرفته شود، بعد پیاز را نگینی کرده و مقداری روغن بهش اضافه کرده و کمی تفت میدهیم، گوشت مرغ را بهش اضافه کرده و کمی زردچوبه و نمک و فلفل اضافه می‌کنیم و خوب تفت می‌دهیم تا مرغ کمی سرخ شود و رنگش تغییر کند.

بعد از اینکه مرغ کمی سرخ شد، زعفران را به آن اضافه کرده و نیم لیتر آب به آن اضافه کرده سپس دو قاشق روغن را داخل تابه‌ای ریخته و بهش دوقاشق رب گوجه اضافه می‌کنیم و خوب تفت می‌دهیم. بعد بهش یک قاشق آرد هم اضافه می‌کنیم و آرد و رب را با هم تفت میدهیم تا بوی خامی‌شان گرفته شود. بعد به گوشت مرغ در حال پخت اضافه می‌کنیم و اجازه می‌دهیم گوشت مرغ بپزد.

روی بادمجانها آب میریزیم وآنها را آبکش کرده و در روغن سرخ می‌کنیم و به خورشت اضافه می‌کنیم تا خورشت بپزد و جا بیفتد و در ده پانزده دقیقه آخر پخت سه عدد گوجه فرنگی را به دوقسمت تقسیم کرده و همراه غوره به خورشت اضافه می‌کنیم و حرارت را کم می‌کنیم تا خورشت به لعاب و روغن بیفتد.

باقلا قاتق(غذای گیلانی)

مواد لازم برای ۴ نفر:
باقالی خشک کشاورزی(پاچ باقلا رشتی): ۱۰۰ گرم
شویدخشک:۲ قاشق غذاخوری
سیر:۳ الی ۴ حبه
تخم مرغ: ۲ عدد
روغن:۲ قاشق غذاخوری
آب:۲ لیوان
زردچوبه، نمک وفلفل: به میزان دلخواه

طرز تهیه:
ابتدا باقالی خشک را ۵ الی ۶ ساعت قبل (معمولا یک شب تا صبح) را در آب خیس کرده تا پوست آن به راحتی جدا شود. سپس پوست آن را جدا کرده و می‌شوییم. روغن را در یک قابلمه داغ نموده، سپس باقالی و سیر خشک خرد شده یا رنده شده را در آن تفت می‌دهیم. بعد از کمی تفت دادن، شوید خشک و نمک، فلفل، زردچوبه را اضافه کرده و کاملا هم زده و در روغن تفت می‌دهیم. وقتی کاملا بخار جمع شد ۲ لیوان آب ولرم را به قابلمه اضافه کرده و می‌گذاریم تا باقالی ها پخته شوند.
(دقت شود که باقالی له نشود.) در آخر تخم مرغ ها را در خورشت می‌شکنیم و درب ظرف را می‌گذاریم تا خورش یک جوش بخورد و تخم مرغ‌ها ببندند.

نکات مهم :
* تخم مرغ ها را بعد از شکستن در خورشت نباید هم زد. کافیست کمی زرده آن را شل کنید تا به همان شکل کامل ببندد. می‌توان از تخم مرغ به تعداد نفرات در این خورشت استفاده کرد.
*می‌توان به جای شوید خشک، از شوید تازه خرد شده در این خورشت استفاده کرد. عطر و طعم بهتری خواهد داشت. بجای سیر خشک هم می توان از برگ سیر تازه خرد شده استفاده نمود. در خطه شمال کشور این غذا را به همراه چلو یا کته، سیر ترشی، ماهی شور و زیتون پرورده سرو می‌کنند.

مربای هویج

مواد لازم:
هویج: نیم کیلو
شکر: نیم کیلو(اگر هویجاتون شیرینه میتوانید شکرش را کمتر بریزید)
آب: ۲ لیوان
هل: ۵ دانه
گلاب: ۲ قاشق غذاخوری
آبلیمو: ۱ قاشق غذاخوری

طرز تهیه:
هویج را پوست گرفته رنده ریز کرده، داخل قابلمه ریخته و آب را بهش اضافه کنید و روی حرارت بگذارید تا ۵ دقیقه بجوشد و نرم شود. حالا شکر و گلاب و آبلیمو و هل را اضافه و کمی مخلوطش کنید. حرارت را کم کرده و اجازه دهید ساعتی ریز بجوشد تا بپزد و شفاف شود. در آخرین مرحله اگر دوست داشتید می‌توانید کمی خلال پسته هم بهش اضافه کنید. دارچین و وانیل و جوز هندی سلیقه‌ای هستند. اگر طعمشان روا داخل مربا دوست دارید می‌توانید اضافه کنید.

نشانه قوام آمدن مربا: مقداری از شربت را در قاشقی بریزید، اگر شیره پس از خنک شدن سریع از قاشق نریخت یعنی که شربتش قوام آمده است.

دلیل کپک زدن مربا: شکر مربا کم باشد، قوام نیامده باشد، کاملا پخته نشده باشد.

دلیل شکرک زدن مربا: این حالت معمولا در مرباها و شیره ها دیده می‌شود. وقتی مربا یا شیره بیش از حد بجوشد یا آنکه شیرینی آن کم باشد، شکرک می‌زند و برای رفع آن باید در شربت یا مربا کمی آب جوش و مقداری آبلیمو اضافه کنید و بگذارید چند جوش بزند تا شکرک آن از بین برود.

کیک ردولت(Red Velvet) یا مخملی قرمز

مواد لازم:
کره: نصف پیمانه
شکر: یك و نیم پیمانه
شیرکره‌ای: یك پیمانه
آرد: دونیم پیمانه
تخم مرغ: دو عدد
پودر کاکائو: دو قاشق غذاخوری
جوش شیرین ووانیل: ازهر کدام یك قاشق چایخوری
سرکه سفید: یك قاشق چایخوری
رنگ خوراکی قرمز: یك ونیم قاشق چا یخو ر ی
نمك: نصف نصف قاشق چایخوری

طرز تهیه:
کره وشکر راخوب زده وتخم مرغ‌ها رایکی یکی می‌افزاییم تا کرم وکشدار شود. رنگ خوراکی را افزوده (من از پودر لبو استفاده کردم) شیر کره‌ای ووانیل را اضافه می‌کنیم. آرد، نمك وپودر کاکائو را الك کرده به مواد افزوده وبا لیسك مخلوط می‌کنیم.
در انتها جوش شیرین وسرکه را اضافه کرده و مواد را درقالب می‌ریزیم. سپس در داخل فر باحرارت ۱۷۵ درجه سانتی گراد به مدت ۳۰ دقیقه می‌گذاریم تا آماده شود.

دلایل ترک خوردن روی کیک چیست؟

گاهی اوقات هنگام پخت کیک با مشکلاتی مواجه می‌شویم. یکی از مشکلاتی که با آن رو به رو می‌شویم این است که علت ترک روی کیک چیست؟
کیک، نوعی شیرینی با منشأ اروپایی است که در تهیهٔ آن معمولاً چهار مادهٔ اصلی آرد، شکر، تخم مرغ و کره بهم زده شده و پس از درآمدن به حالت اسفنجی، پخته می‌شوند. به علاوه در برخی از انواع گوناگون کیک‌ها، از موادی چون نشاسته، روغن، میوهٔ درخت و یا خشکبار و مایعاتی مثل شیر، آب یا آب میوه و ادویه‌جات گوناگون و همچنین از ماده‌ای برای حجم دادن به خمیر مثل بکینگ پودر یا خمیرترش نیز استفاده می‌شود.
ترک خوردن روی کیک به دلیل یکی از اتفاقات زیر است :
• اگر قسمت وسط کیک شما بالا آماده و ترک خورده است، مهمترین علت دمای بیش از اندازه فر شماست؛ اما دلایل دیگری نیز می‌تواند داشته باشد.
• مقدار بکینگ پودر را همیشه دقیق اندازه‌گیری کنید. مقدار زیاد بکینگ پودر و همچنین جوش شیرین یکی از دلایل ترک خوردن کیک می‌باشد.
• مواد بیش از حد مخلوط شده است.
• میزان آرد مورد استفاده زیاد و مایعات مورد استفاده کم بوده است.
• کیک در طبقات بالاتر از طبقه وسط فر طبخ شده است. (هنگام گرم کردن فر، توری فر را در طبقه وسط قرار دهید).
• تا ۳۰ دقیقه اول پخت، درب فر را به هیچ عنوان باز نکنید؛ زیرا علاوه بر خوابیدن پف کیک، هوای گرم داخل فر خارج و باعث تغییر در دمای پخت می‌شود.

Income TAX
حسابداری نشنال
افشین غایبی
☑ خدمات حسابداری و مالی
☑ تنظیم صورت‌حساب‌های مالی
☑ خدمات مالیاتی (اشخاص و شرکت‌ها)
☑ تهیه اظهار نامه‌های مالیاتی
☑ ثبت شرکت‌ها
☑ برداشتن شرط مهاجرت تجاری
416.223.3336
6120 Yonge St. Suite 212, Toronto, ON M2M 3W7
طبقه بالای سوپر گوشت زمانی و پسران

کیترینگ کدبانو با ارائه لذیذترین غذاهای ایرانی آماده پذیرایی از مهمانان عزیز شماست
کیترینگ کدبانو
Kadbanoo Catering
647-466-3845
پکیج‌های اسپشیال ماه جولای:
۲۰ نفره
زرشک پلو با مرغ ۵ پرس
باقالی پلو با ماهیچه ۵ پرس
ته چین ۱ ظرف
لوبیاپلو ۵ پرس
کشک بادمجان ۱ ظرف
دسر (پاناکوتا، تیرامیسو یا پای میوه‌ای) ۱ ظرف
فقط ۳۲۰ دلار
۳۰ نفره
مرصع پلو با مرغ ۱۰ پرس
چلو خورش قیمه بادمجان ۱۰ پرس
باقالی پلو با ماهیچه ۵ پرس
ته چین ۱ ظرف
سالاد الویه ۱ ظرف
فینگرفود ۱ ظرف
دسر (پاناکوتا، تیرامیسو یا پای میوه‌ای) ۲ ظرف
فقط ۴۵۰ دلار
۴۰ نفره
مرصع پلو با مرغ ۱۵ پرس
باقالی پلو با ماهیچه ۱۰ پرس
چلو و خورش قیمه بادمجان ۱۰ پرس
ته چین ۱ ظرف
کشک بادمجان ۱ سینی
سالاد الویه ۱ سینی
دسر (پاناکوتا، تیرامیسو) ۲ ظرف
فقط ۵۹۰ دلار

سوپر هفت سین
در ریچموندهیل (خیابان یانگ بین الگین میلیز و میجرمکنزی)
کلیه محصولات غذایی ایرانی
10520 Yonge St.
مقابل درب جنوبی nofrills
26 Levendale Rd., Richmond Hill
905-737-7934
فهندژ - یزدانی

ROYAL Fence & Decks Group Inc.
Deck, Fence, Interlocking, Landscaping
All works up to 3 years Warranty
کارهای داخل و بیرون ساختمان با قیمت های اسپیشیال پذیرفته می شود
با ۳ سال گارانتی برای همه کارها
برآورد قیمت رایگان
Bus:289-553-3555
Cell: 416-897-5935
Shahab info@royalfdi.com
www.royalfdi.com

آموزش عملی و تئوری اولتراسوند (مدیکال سونوگرافی)
برای پزشکان وگروه‌های غیر پزشکی
دروس پایه: فیزیک-آناتومی
Basic Courses: Physics-Anatomy
Specialities: دروس تخصصی:
Abdomen, Pelvis, Vascular, Msk, OB/GYN(TV,Breast) Small parts(Thyroid , ...)
کلاسهای آمادگی برای امتحانات ARDMS شامل نمونه سوالات و تکمیل مدارک
Preparation for ARDMS Exames (Sample Questions -Scans)
معرفی نامه جهت کارورزی در کلینیک
Referral letter for training on real Patients
دکتر نظام طیاری دکتر کوروش سرستی
ARDMS ,CARDUP registered
647-219-6939 647-709-0233 torontoultrasoundpractice@yahoo.ca

خشکشوئی و تعمیرات البسه
PLUS 1 CLEANERS
PANTS HEMMING $ 4.99
PANTS WAIST IN/OUT $ 7.99 & UP
PANTS CHANGE ZIPPER $ 7.99 & UP
JACKET SLEEVE SHORTENING & 20
کوتاه کردن شلوار فقط ۴/۹۹ دلار
905-883-5254
یانگ بالاتر از میجرمکنزی
روبروی No Frills جنب سوپر هفت سین
تمام قیمتها با ارائه این آگهی
36 Levendale Road, RichmondHill, L4C 4H2
Elgin Mills
36 Levendale
Major Mackenzie

Taher landscaping
شرکت فضای سبز طاهر
با ۲۰+ سال تجربه
+ 20 Years Experience
فنس، دک، آلاچیق، گزیبو، و
کلیه کارهای چوبی Outdoor
کلیه کارهای ما با گارانتی و بیمه همراه است
مشورت و برآورد قیمت مجانی میباشد
Tell:647-802-3592
www.taherlandscaping.com
taherlandscaping@yahoo.ca

فال

فروردین

این هفته برای متولدین فروردین هفته ای شلوغ پیش بینی می‌شود. بنابراین این هفته شما مشغول سفرهای کوتاه، برنامه روزانه فشرده و شلوغ، بحث و گفتگو با اطرافیان و همچنین مطالعه و خواندن و نوشتن می‌باشید. از همه مهم‌تر این هفته همچنان فرصت‌های شگفت‌انگیزی برای تغییر شغل یا یافتن شغلی بهتر نیز نصیبتان می‌شود.

اردیبهشت

این هفته تمام توجه و تمرکز متولدین اردیبهشت بر روی پول، درآمد و جریان نقدینگی خواهد بود. این هفته روابط شما با نزدیکان و دوستان صمیمی احتمالا کمی سخت و دشوار می باشد. خوشبختانه این هفته برای رفتن به تعطیلات و تفریح، تماشای رویدادهای ورزشی و بازی و سرگرمی با بچه ها نیز فرصت های خوبی نصیبتان می شود. تابستانی مفرح و بسیار شاد پیش رو خواهید داشت!

خرداد

این هفته نیز خورشید همچنان بر طالع متولدین خرداد نورافشانی می کند. این هفته بدلیل موقعیت سیاره ها بر طالع شما، زمان مناسبی برای خریدن لباس و لوازم شخصی زیبا و متنوع است. بنابر این چنین فرصت خوبی برای خرید کردن تا یکسال دیگر نصیتان نخواهد نشد، پس از فرصت استفاده کنید و هر آنچه دوست دارید را تا روز جمعه بخرید!

تیر

اخیرا متولدین تیر افرادی خوش بین و مثبت شده اند. این هفته شما برای انجام فعالیت های ورزشی و سرگرمی های شاد و مفرح حسابی فعال و پر انرژی هستید. این هفته شما در مسائل کسب و کار و حتی مسائل مربوط به سلامتی دچار شک و تردید می شوید. همه چیز آنطور که شما امیدوار بودید نتیجه نمی‌دهد. به خاطر داشته باشید که هیچ شغلی عالی و کامل و بدون نقص نیست.

مرداد

این هفته برای متولدین مرداد هفته ای دوست داشتنی خواهد بود. این هفته شما بیشتر وقت خود را با دوستانتان به خوشی می‌گذرانید، اما حواستان باشد هر چیزی حد و اندازه ای دارد. این هفته منزل شما منظره ای شلوغ و بهم ریخته خواهد داشت که ناشی از تغییر دکوراسیون، اسباب کشی یا مهمانی و مهمان نوازی است. اما جای هیچ نگرانی نیست، چراکه مثل همیشه شما این وضعیت را به خوبی مدیریت و اداره خواهید کرد.

شهریور

این هفته بخت و اقبال متولدین شهریور حسابی بر وفق مرادشان خواهد بود. چراکه این هفته خورشید در بهترین وضعیت در طالع این افراد می‌درخشد، این بدان معناست که این هفته شما می‌توانید به هرآنچه می‌خواهید برسید. به عبارتی دیگر این هفته زمینه مناسب برای درخواست و تقاضا از روئسا و مدیران برایتان مهیا است. از این رو این هفته افراد پذیرای شما در تمام زمینه ها خواهند بود.

مهر

این هفته نیز همچنان برای متولدین مهر هفته ی ماجراجویی و سفر است. این هفته شما می‌خواهید برای تفریح و خوشگذرانی به هر جایی هجرت کنید. بنابر این اگر شما واقعا می‌توانید برای تفریح به سفر بروید، پس بهتر است این کار را انجام دهید. علاوه بر این شما می‌توانید با خواندن کتاب، تماشای فیلم و گفتگو با دیگران نیز سرزمین‌ها و چیزهای هیجان انگیز و جالب را نیز کشف کنید.

آبان

این هفته متولدین آبان همه فکرشان متمرکز بر پول خواهد بود. بنابر این این هفته در مورد مسائل مربوط به قرض و بدهی، اموال مشترک، ارثیه، بیمه و مالیات نگرانی‌هایی خواهید داشت. در این صورت به طور طبیعی در مورد میزان درآمدی که دارید نیز نگران و آشفته خواهید بود. این هفته شما مرتب در مورد میزان پول ورودی و خروجی خود نگران هستید. فراموش نکنید ثروت حقیقی خود ما هستیم

آذر

این هفته متولدین آذر بیشتر از قبل به خواب و استراحت نیاز دارند، بنابر این بهتر است که بیشتر استراحت کنید. این هفته خوشبختانه اعتبار و شهرت شما در نگاه دیگران پابرجا و مستحکم است. دیگران به شما احترام می‌گذارند، به گونه‌ای که حتی شما از رفتار آنها حیرت می کنید. اما با این حال شما به قابلیت و توانایی های خود شک و تردید دارید. به خودتان برسید و نگران نباشید.

دی

این هفته برای متولدین دی ماه در اکثر موارد همه چیز قطعی، ایمن و سرشار از اعتماد به نفس و حمایت است. این هفته شما بسیار سخت کار و تلاش می‌کنید چراکه خواهان وضعیتی مطلوب می‌باشید. این هفته شما سعی و تلاش خود را بیشتر می‌کنید، خوب این بسیار عالی و رویکردی مثبت است. علاوه بر این شما قصد دارید سفر کنید و سرزمین‌های ناشناخته‌ها را کشف نمایید، اگر موقعیت سفر برایتان مهیا باشد این ایده ای بسیار خوب خواهد بود.

بهمن

این هفته نیز متولدین بهمن از تعطیلات و لحظه های شاد و دلپذیر، تفریح و بازی با کودکان همچنان لذت می‌برند. این هفته روابط رمانتیک و عاشقانه شما امیدوارکننده خواهد بود! به این ترتیب زندگی شما خوب و آرام رو به جلو در حرکت است. این هفته طالع شما موجب برانگیخته شدن حس بلند پروازی در شما می شود، در این صورت شما برای رسیدن به آرزوهایتان تلاش می‌کنید.

اسفند

این هفته طالعتان موجب ارتباط خوب شما با دوستان و اطرافیانتان می‌شود که این امری خوشایند و ارزشمند است. این هفته آنچه موجب ناراحتی شما می‌شود، سوالاتی است که در مورد مسیرتان در زندگی برایتان پیش می‌آید. سوالاتی اینچنین که آیا براستی نقش من در زندگی چیست؟ واقعا دوست دارم دیگران مرا چگونه ببینند؟ در لحظه ای شما در مورد مسیرتان در زندگی مطمئن هستید و در لحظه بعد باز هم به خودتان و مسیرتان در زندگی شک می‌کنید.

سود و کو

جدول سودوکو یک جدول ژاپنی هست که به آن جدول اعداد متقاطع هم گفته میشه. این جدول یک جدول مربعی شکل هست که از ۹ سطر و ۹ ستون تشکیل شده است. از طرفی به ۹ تا مربع مساوی هم تقسیم شده بطوریکه اون مربع های ۳ در ۳ داخلی در دل مربع اصلی قرار دارند که بهشون بلوک گفته میشه.

قانون های این بازی شامل ۴ شرط اصلی و ساده است:

همه سطر و ستون ها شامل اعداد بین ۱ تا ۹ باشد.

در هیچ سطری عدد تکراری نباشد./ در هیچ ستونی/در هیچ بلوکی عدد تکراری نباشد

چطور جدول سودوکو را حل کنیم؟

مهمترین عامل در رسیدن به جواب نهایی در بازی‌هایی مانند سودوکو بی تردید به کار بردن منطق و استدلال‌های منطقی می‌باشد. با تمرکز بر روی جدول ودنبال کردن ردیف‌ها و ستون‌ها و اعمال قوانین حاکم بر بازی می‌توان خانه‌ها را یکی پس از دیگری پر و راه را برای تکمیل جدول هموارتر نمود.

شماره ۱۵

۷				۲		۱		
	۱				۸		۹	
۲								۱
		۱						
				۴				۲
۸		۶		۷		۴		

شماره ۱۶

	۱			۷			۲	
۷		۲			۴			۸
	۸		۲			۱		
		۴		۹			۶	
۸			۶		۲			۳
	۹			۴		۵		
		۹			۵		۸	
۵			۴			۷		۱
	۲			۸			۵	

پاسخ شماره ۱۳

۶	۵	۷	۹	۴	۱	۲	۳	۸
۱	۲	۳	۶	۵	۸	۹	۴	۷
۸	۹	۴	۲	۳	۷	۶	۵	۱
۷	۶	۵	۱	۲	۳	۴	۸	۹
۲	۳	۱	۸	۹	۴	۵	۷	۶
۹	۴	۸	۷	۶	۵	۱	۲	۳
۵	۱	۲	۳	۷	۶	۸	۹	۴
۳	۸	۹	۴	۱	۲	۷	۶	۵
۴	۷	۶	۵	۸	۹	۳	۱	۲

پاسخ شماره ۱۴

۱	۳	۲	۵	۶	۷	۹	۴	۸
۵	۴	۶	۳	۸	۹	۲	۱	۷
۹	۷	۸	۲	۴	۱	۶	۳	۵
۲	۶	۴	۹	۱	۸	۷	۵	۳
۷	۱	۵	۶	۳	۲	۸	۹	۴
۳	۸	۹	۴	۷	۵	۱	۲	۶
۸	۵	۷	۱	۲	۳	۴	۶	۹
۶	۹	۱	۷	۵	۴	۳	۸	۲
۴	۲	۳	۸	۹	۶	۵	۷	۱

فروش یا اجاره

یانگ و کینگ
مغازه ای در شمال ریچموندهیل
با موقعیت عالی جهت واگذاری
647-879-4766

استخدام

به یک کارگر با گواهینامه رانندگی
و همچنین مکانیک باسابقه
برای کار در نمایشگاه اتومبیل نیازمندیم
647-831-6555

استخدام

Newmarket
به یک پیتزا میکر و یک راننده
نیمه وقت یا تمام وقت با حقوق مکفی نیازمندیم
416-895-1627

اجاره

Stoffville Rd/Bayview
دو طبقه از خانه
سه خوابه بدون بیسمنت
به یک خانواده کم جمعیت
بزرگ و دلباز و حیاط بزرگ
Utility 2/3
No Pet/No Smoking
416-677-3856

اجاره

۱- خانه با مبلمان و وسایل زندگی،
کوتاه مدت و دراز مدت
۲- زیر زمین سه خوابه، روشن،
همکف با حیاط
۳- اتاق برای اجاره باآشپزخانه
و حمام مشترک
647-808-3450

اجاره

16th/Yonge
بیسمنت تمیز و روشن
اجاره داده می‌شود
416-454-1627

اجاره

Bayview/Steeles
خانه سه خوابه،
تمیز و نزدیک به امکانات رفاهی
416-821-5656

آشنایی و ازدواج

آقایی هستم ۶۸ ساله،
تنها، خواهان آشنایی با خانمی
بین ۵۸ تا ۶۲ ساله
باشخصیت، خوش برخورد، اهل سفر
و مطالعه هستم.
647-248-6689

آشنایی و ازدواج

آقایی هستم ۴۱ ساله
تمایل به آشنایی و ازدواج با خانمی در
کانادا دارم. کلیه تعهدات و پرداخت‌های
لازم انجام خواهد شد
Peymanopeyvand@yahoo.com
416-830-4511

خواهان آشنایی

مردی هستم میانسال
خواهان آشنایی باخانمی حدود
۳۰ تا ۴۲ سال
برای دوستی و آشنایی
647-866-7374

آموزش شنا توسط مربی حرفه ای

از مبتدی تا پیشرفته
با مربی با سابقه ۱۷ سال تدریس(YMS)
گارانتی
647-774-2393

محضر رسمی ۱۱۰ ®
تنها دفتر قانونی تحت نام "محضر" در سراسر کانادا

به مدیریت **سید حسن بنی طبا**
با مجوزهای معتبر شرعی و قانونی
و تجربه کار در کنسولگری
* * *
جهت اطلاع تازه واردان،
دفاتری که با شبیه سازی خود را تبلیغ می کنند،
ربطی به ما نداشته و
محضر ۱۱۰ هیچگونه شعبه ای ندارد.
۲۱ سال تجربه کار کنسولی

تشرف به اسلام عزیز

تاسیس ۱۹۹۸
مهرهای یک بار خروج
تغییر اقامت (خروج مکرر)
انواع معافیت ها
* طلاق های توافقی شرعی
* پاسخ به سوالات شرعی
تعویض کارت نظام وظیفه

تاسیس ۱۳۷۷
* ازدواج (شرعی و کانادایی)
تنظیم فرم های کنسولی،
شناسنامه های بی زحمت
گذرنامه های سریع
وکالتنامه های دقیق
کارت شناسایی ملی

انجام مراسم عقد شرعی و ازدواج کانادایی در محل مورد نظر شما به فارسی و انگلیسی در کوتاه ترین زمان ممکن (۲۰ دقیقه)

416-228-9997 6365 Yonge St. (Just South of Steeles) ۶۳۶۵ خیابان یانگ (جنوب شرقی استیلز)

شرکت ساختمانی Jack
✓ انجام کلیه کارهای پشت بام
Flat، Shingles تعمیرات و غیره
✓ Leaky Basement، چنانچه زیرزمین
خانه شما نم و یا آب می دهد.
✓ ناودان و کلیه کارهای آلومینیوم
✓ رنگ، هاردوود و غیره
416-402-4917

روش طنز نویسی

ابراهیم نبوی- برای نوشتن یک نوشته طنز مسائل مختلفی را باید در نظر بگیریم. در حقیقت این مسائل است که به ما می گوید که چگونه باید سوژه خود را شکار کنیم و فرم متناسب با بیان آن را انتخاب کنیم.

اول: مخاطب ما کیست؟ قبل از هر چیز باید تعیین کنیم که مخاطب ما کیست و کجاست؟ اگر مخاطب ما عموم مردم هستند زبان ما متفاوت خواهد شد با زمانی که مخاطب ما فقط تحصیلکردگان باشند. آیا مخاطب ما در داخل ایران زندگی می‌کند یا بیرون ایران؟ مخاطب ما آیا فرد است یا گروههای خانوادگی؟ آیا مخاطب ما گروههای مرجع هستند یا مخاطبان عادی و دست اول؟ آیا نوشته ما در وبلاگی با ۵۰۰ خواننده منتشر می شود یا هفته نامه ای با ۵۰۰۰ تیراژ یا وب سایتی با ۵۰ هزار کاربر روزانه یا تلویزیونی با ۵۰۰ هزار بیننده؟ همه اینها در انتخاب سوژه و زبان ما نقش دارد. انتخاب سوژه ای که در آن دعواهای گروههای اپوزیسیون بیرون کشور مطرح است، برای مردمی که اصلا از این دعوا اطلاع ندارند، کاری بیهوده است. از سوی دیگر اگر ما برای گروهی می‌نویسیم که از اینترنت و فقط برای پنج دقیقه وقت صرف نوشته ما می‌کنند، ما نمی‌توانیم برای آنها روزانه ۳۰۰۰ کلمه مقاله بنویسیم. روش‌های مختلفی برای یافتن سطح مخاطب وجود دارد که قبل از نوشتن باید به آن توجه کنیم.

دوم: سوژه ما چیست؟ مهم ترین کار برای یک طنزنویس یافتن سوژه یا شکار آن است. من با فرض نوشتن در فضای سیاسی حرف می‌زنم. گاهی اوقات یافتن سوژه بیش از نیمی از مشکل را حل می‌کند. اینکه بتوانیم سوژه مناسب پیدا کنیم، لاجرم به جستجوی ما برای دیدن وضعیت بازمی‌گردد. منبع اصلی ما برای شکار سوژه نشریات و منابع خبری و خبرگزاری هاست. آنها خبرها، اظهارنظرها و اتفاقات را بیان می کنند. ما از این میان باید سوژه خود را پیدا کنیم. توجه به برخی مسائل در یافتن سوژه بسیار مهم است: همیشه به آمار و ارقام دقت کنیم و آرشیوی از اطلاعات مورد نظرمان داشته باشیم/ به سوژه‌هایی که دیگران می‌یابند ولی بدون پرداخت رها می‌کنند توجه کنیم/ موقعی که گزارش‌ها را می‌خوانید سعی کنید عکس‌ها را با دقت ببینید، گاهی اوقات یک عکس دروغ بودن دهها گزارش را نشان می‌دهد./ دروغ‌ها، سخنان متناقض را پیدا کنیم. پیدا کردن سوژه ها کار دشواری نیست، سعی کنیم آنها را در تقویم روزانه یادداشت کنیم و از آن برای کار استفاده کنیم.

سوم: چه فرمی برای چه سوژه‌ای متناسب است؟ مهم‌ترین کار برای پرداختن یک سوژه یافتن زاویه دید است. وقتی زاویه دید مناسب سوژه را پیدا کردیم فرم به ما نزدیک می‌شود. گاهی اوقات وقتی کسی دروغ بزرگی می‌گوید ما باید همان را اغراق کنیم و ادامه دهیم. یا وقتی کسی آماری نجومی ارائه می‌دهد باید به گذشته و آینده برگردیم. یافتن فرم معمولا از طریق درک شخصی سوژه ممکن می‌شود. خودمان را جای آدم احمق یا جاه طلب یا دروغگو یا ساده لوح یا دیکتاتور یا تحت فشار قرار دهیم تا بتوانیم فرم مناسب را پیدا کنیم. توجه کنیم که آنچه طنز خوب را ایجاد می‌کند سوژه مناسب نیست، بلکه فرم مناسب است. این انتخاب فرم است که به کار شما تازگی می‌دهد. گاهی استفاده از داستان یا شعری می‌تواند فرم خوب را به دست شما بدهد، گاهی پارودی یا گروتسک مفید است و گاهی تجاهل العارف.

چهارم: چگونه باید بر مخاطب اثر بگذاریم؟ تاثیر بر مخاطب همیشه متکی بر مواردی خاص است؛ علیه افکار عمومی موضع نگیرید، به افکار عمومی هم باج ندهید، از فرم مطلوب افکار عمومی استفاده کنید و با آنها همراهی کنید و باور آنها را مورد سوال قرار دهید. هر گاه مخاطب بتواند بگوید که شما وضعیت را نمی‌فهمید یعنی یک جا اشتباه کردید. برگردید و درست کنید.

Hamid Auto Service Inc.
تعمیرگاه، صافکاری و نقاشی در ریچموندهیل
416-967-1616
- سیفتی و امیشن تست (سواری، کامیون)
- قبول انواع بیمه، پرداخت "دیداکتبل"
- تعمیر جلوبندی و میزان فرمان
- خریدار اتومبیل‌های فرسوده
- سرویس کولر اتومبیل
- عیب‌یابی با کامپیوتر
- قیرپاشی
- فریم‌کشی
- تعمیر اگزوز
- برچسب زرد
- تعویض شیشه
- سرویس توویینگ
بدون وقت قبلی
در طول مدت تعمیر، اتومبیل اجاره‌ای در اختیار شما قرار می‌گیرد
با انجام هر گونه تعمیرات، یکسال خدمات توویینگ و جاده‌ای رایگان بگیرید
دیگر نگران امیشن تست ماشین خود نباشید:
تست و تعمیر در ریچموندهیل
Tel: 416.967.1616
1.877.967.1616
www.HamidAuto.com
info@HamidAuto.com
28 Industrial Rd. Richmond Hill, ON L4C 2Y1

دفتر حقوقی حسین نیرومند
justice..
امور حقوقی، استخدامی، صدمات بدنی،
استیناف، وصیت و وراث، امور خانوادگی
416.850.0094

تدریس خصوصی
شیمی
Tutoring
Grade 11 & 12
دبیرستان های ایران وکانادا
College & University
(647) 839-0990
مرتضی کتانی

آموزش رانندگی آریا
گرفتن وقت سریع برای تورنتو بزرگ
به ویژه
Aurora
توسط مربی با تجربه در مناطق
ریچموندهیل، تورنهیل
در خدمت ایرانیان عزیز
T.905-737-0101
C.416-873-0084

تلفن های مشاغل در تورنتو

آرایشگاه

دوستان 905-731-7536

آژانس مسافرتی

آبان (ویدا) 416-221-2792
آریا (رخشان) 416-229-1313
آسمان "میترا" 416-224-5464
اطلس 416-222-7776
افرا (کامران) 416-642-2372
پرشیا(افشار) 416-498-4726
سان شاین تورز 416-223-1441
ورلدلینگ 416-221-9199
یونایتد 416-225-5509
سیمرغ 905-597-9224
محسن امیدزاد 416-830-4554
مینا تراول 905-597-5717

آهنکاری و فلزکاری

شهرام 416-994-2060

آموزش تحصیلی

البرز 416-875-0909
مدرسه فارسی تورنتو 416-843-3387
Advanced Academy 905-737-8282
ریاضی ، فیزیک مصیبی 647-274-3050
دبیرستان Toronto Academy 647-274-3050
دبیرستان و هنرستان صبوحی 416-221-2111
فاطمی زاده 416-497-3107
مدرسه فارسی سینا 416-590-9479
دبیرستان انتگرال 416-497-3107
اسحاقی (ریاضی و آمار) 416-224-1902

آموزش ورزشهای رزمی

جلیل‌زاده 416-398-5958

آموزش رانندگی

آریا 416-873-0084
کیان 416-897-6665

آموزش موسیقی

حسین افضلی (تار و سه تار) 416-571-4256

آموزش نقاشی

آکادمی صبوحی 416-221-2111

الکترولیز

الکترولیز سورا 416-494-8136

اتومبیل

کوروش عبادی 866-880-0669
دودی کردن شیشه 905-532-0333
شستشوی اتومبیل 905-532-0333

املاک، مسکن و وام

نازی واقف 416-454-6274
نورا اخباری 416-277-6668
افشین دهقان 416-888-6753
امید جلیلی 416-704-7044
امید گرگانی 416-889-2200
اوجی 416-225-2900
مهشید مدیرنیا (وام) 416-817-7756
محسن حنا 416-500-1010
نفری 416-450-3350
نادر اخباری 416-402-5665

بازرسی ساختمان

افشین افتخاری 416-830-3347
Delta 416-666-0555
نورالدین حقیری 416-888-7972
منوچهر ترکمنی 647-669-0639
محمد باقرپور 416-890-8091

آیا می دانید؟(۶۶ مورد)

* ریختن شکر بر محل زخم، سبب کاهش شدید درد و سرعت بخشیدن به فرآیند بهبود آن می‌گردد.
* یک مرغ مگسخوار سبکتر از یک سکه است.
* چرتهای کوتاه در طول روز، حافظه را بهبود بخشیده و ریسک ابتلا به بیماریهای قلبی را کاهش می‌دهد.
* هر زن بطور متوسط، یک سال از طول عمر خود را صرف این تصمیم می‌کند که چه بپوشد.
* نمی‌توانید هم حرف بزنید و هم همزمان از بینی نفس بکشید.
* افرادی که مرتبا بازیهای رایانه‌ای انجام میدهند، در تصمیم گیریهای روزمره سریعتر عمل می‌کنند.
* متوسط ضریب هوشی افرادی که تا دیروقت بیدار میمانند، بیشتر از کسانی است که شب زود می‌خوابند.
* حفظ کردن متن ترانه ها سبب تقویت عملکرد غز شده و از خطر ابتلا به آلزایمر جلوگیری می‌کند.
* ماه هر سال ۴ سانتیمتر از زمین دور می‌شود.
* زنان بطور طبیعی، با مردانی که از نظرشان جذابند، با صدای زیرتری صحبت می‌کنند.
* اگر "دی ان ای" انسان را باز کنیم، مسافت بین زمین تا ماه را ۶۰۰۰ مرتبه خواهد پیمود.
* مجموع وزن مورچه‌های جهان با مجموع وزن انسانهای جهان برابر است.
* پیشه‌ها به گروه خونی O بیشتر علاقه دارند.
* ما اتفاقی به افراد بر نمی‌خوریم. مقرر بوده تا آنها بنا به دلیلی به مسیر ما بخورند.
* تابستان در اورانوس، ۸۴ سال طول می‌کشد.
* شهر ونیز تا سال ۲۰۷۵ بطور کامل در آب غرق می‌شود.
* افراد از آنچه می‌پندارند، جذابترند.
* دانش آموزان سوئدی از دولت حقوق می‌گیرند.
* توجه زنان بیشتر به ظاهر و سبک صحبت کردن مردان است تا آنچه می‌گوید.
* افراد تنهاتر، معمولا باهوشتر و باوفاترند.
* نوشیدن آب پیش از امتحان، نمره فرد را افزایش می‌دهد.
* وقتی زنی می‌گوید "هیچی"، یقینا چیزی هست...
* مدت زمانیکه یک زن رازی را حفظ می‌کند، میانگین ۴۷ ساعت و ۱۵ دقیقه است.
* صد ثروتمند اول دنیا می‌توانند چهار بار فقر جهانی را ریشه کن کنند.
* هر چه شادتر باشید، کمتر به خواب نیاز خواهید داشت.
* افرادی که باهوشترند، در متلک پراکنی هم سریعترینند.
* مغز برای محافظت بهتر طوری تکامل یافته که خاطرات بد را بهتر به یاد می‌آورد.
* گوش دادن به موسیقی جزء معدود فعالیتهاییست که تمام اجزای مغز را درگیر می‌کند.
* در چین، سر نزدن به والدین بالای ۶۰ سال غیر قانونی است.
* نسل انسان به احتمال ۹۰٪ تا سال ۹۰۰۰ میلادی منقرض میشود.
* دستگاه ایمنی بدن، روزی یک سلول سرطانی را در بدن می‌کشد.
* جویدن آدامس راهی برای کاهش استرس است.
* تردمیل برای تنبیه زندانیان طراحی شده بود.
* در سوئد، اهدا کنندگان خون می‌دانند که چه وقت از خونشان استفاده شده است.
* هر هکتار درخت، ۴۵ هزار کیلومتر دود یک خودرو را تصفیه می‌کند.
* ۲۵۰ انسان مرده منجمد منتظرند تکنولوژی آینده آنان را زنده کند.
* تعداد افرادی که تا کنون بخاطر گرفتن سلفی کشته شده اند، از تعداد قربانیان کوسه بیشتر است
* بیش از ۱۰۰۰۰۰ نفر تا کنون برای سفر یک طرفه به مریخ ۲۰۲۲ ثبت نام کرده‌اند.
* بطور متوسط، زنان سالانه ۳۰ الی ۶۴ مرتبه و مردان ۶ مرتبه گریه می‌کنند.
* اگر یک اسکناس صد دلاری از جیب بیل گیتس هنگام راه رفتن بیفتد، برای او به صرفه نخواهد بود که برگردد و آنرا بردارد.
* سه روز حضور در فضای کاملا تاریک، میتواند سبب کوری دائمی فرد شود.
* عطسه انسان با سرعت ۱۶۰ کیلومتر بر ساعت در هوا منتشر می‌شود.
* مصرف گوجه فرنگی از آفتاب سوختگی جلوگیری می‌کند.
* در ۳ ثانیه اول بیداری، هیچ چیز را به یاد نمی‌آورید.
* ۲۰٪ از جمعیت جهان، دارای چال گونه میباشند.
* در مالزی، طلاق از طریق موبایل قانونی است.
* اگر عدد ۲۴۱۵۴۳۹۰۳ را در گوگل سرچ کنید، افراد زیادی را خواهید یافت که سر خود را در یخچال فرو کرده‌اند.
* طبق نظر دانشمندان، رختخواب‌های شلخته نسبت به منظم، اثر بهتری بر سلامت انسان دارد.
* نگهداری گربه در منزل، احتمال بروز بیماریهای روانی و رفتار خودکشی را در زنان افزایش می‌دهد.
* افرادی که زمان زیادی را در اینترنت سپری می‌کنند، با احتمال بیشتری تنها، افسرده و از نظر ذهنی ناپایدارند.
* با بینی بسته، سیب،پیاز و سیب زمینی هم مزه‌اند.
* فحش دادن حین درد، به کاهش درد کمک می‌کند.
* زرافه ها قادر به کشیدن خمیازه نیستند.
* زنان دو برابر مردان پلک می‌زنند.
چشم های شتر مرغ از مغزش بزرگتر است.
* شتر مرغ از سریع ترین حیوانات است.طول هر قدم این حیوان به ۵ متر و سرعتش به ۷۰ کیلو متر می‌رسد.
* گربه ها می‌توانند بیش از یکصد صدا با حنجره خود تولید کنند در حالی که سگ ها کمتر از ده تا.
* ادرار گربه زیر نور سیاه می درخشد.
* اگر یک ماهی قرمز را در یک اتاق تاریک قرار دهید کم کم رنگش سفید می‌شود.
* قلب جوجه تیغی در حالت عادی ۱۹۰ بار در دقیقه می‌زند و در دوران خواب زمستانی به ۲۰ بار دقیقه کاهش می‌یابد.
* گونه ای از خرگوش قادر است ۱۲ ساعت پس از تولد جفت گیری کند.
* پرنده ای که دربار حضرت سلیمان خدمت می‌کرد هدهد نام داشت.
* شتر در ۳ دقیقه ۹۵ لیتر آب می‌خورد.
* بین انواع خرس خرس پاندا بزرگ‌ترین جمجمه را دارد
* وقتی مگس بر روی یک میله فولادی می‌نشیند میته ی فولادی به اندازه ی دو میلیونیم میلی متر خم می شود.
* سوسک ها سریع ترین جانوران ۶ پا می باشند با سرعت یک متر در ثانیه.

ALLEN ELECTRONICS

تعمیرات هرگونه وسایل برقی منزل
یخچال-فریزر
لباسشوئی-خشک‌کن-مایکروویو
سیستم حرارتی منازل و فرنس
ظرفشوئی (خانگی و رستوران ها)
فروش و نصب
جاروبرقی مرکزی
905-508-4111

معماهای مرموز دنیای فیزیک

نظریه‌های فعلی ما هنوز نمی‌توانند تصویر کاملی از دنیا برایمان بسازند. پدیده‌های فراوانی وجود دارد که تئوری های موجود نمی‌توانند آنها را توضیح دهند. از واپاشی‌های گمراه کننده ذرات تا الگوهای واضح و توضیح ناپذیر مشاهده شده در تابش زمینه کیهانی.
با ما همراه شوید تا مهم ترین ابهامات در دنیای فیزیک را مرور کنیم.
در جستجوی شواهد تا مهم ترین ابهامات در دنیای فیزیک را مرور کنیم.
در جستجوی شواهد تا چطور همه چیز شروع شد

پنگوئن های پر جنب و جوش

چرا ماده وجود دارد؟ البته اگر ماده ای وجود نداشت، ما هم الان اینجا نبودیم که این پرسش را مطرح کنیم. بهترین نظریات موجود در مورد ماده می‌گوید که وجود مواد و پایداری آنها در واقع بر اثر نوعی ناهنجاری است. پس چطور در حال حاضر این همه ماده در جهان وجود دارد؟ ما جوابی برای این پرسش نداریم، اما تلاش‌هایمان برای فهم این موضوع در نهایت ما را به اینجا رسانده است که بفهمیم درک مان از آنچه در جهان می‌گذرد هنوز بسیار ناقص است.
آنچه ما از جهان می‌دانیم، در مدل استاندارد فیزیک ذرات بنیادی به طور جامع مطرح شده است؛ مجموعه‌ای بر پایه نظریه کوانتومی که اطلاعات ما را درباره تمامی نیروهای بنیادین طبیعت (به جز جاذبه گرانشی)، جمع بندی و دسته بندی کرده است. یکی از نتایج این مدل این است که برای هر ذره بنیادی، پادذره ای وجود دارد؛ جفتی دقیقا مشابه ذره مورد نظر اما با بار الکتریکی مخالف آن. برای نمونه، برای الکترون که بار منفی دارد پادذره ای به نام "پوزیترون"با بار مثبت وجود دارد.
بر اساس تئوری های فعلی، طی مهبانگ باید به یک میزان ماده و یا ماده تولید شده باشد؛ اما مسئله اینجاست که وقتی ماده با پادماده برخورد می‌کند، هر دو از بین می روند و تنها مقداری انرژی باقی می‌ماند. پس با این وصف، هر دوی اینها باید در همان اولین لحظات پیدایش عالم از بین رفته باشند اما در عمل می بینیم که چنین اتفاقی نیفتاده است. آزمایش های مختلف، مرتبط با ماده و پادماده تلاشی است در راستای یافتن پاسخی برای این معما.
آخرین آزمایش در این زمینه "LHCb" است که در آزمایشگاه فیزیک ذرات "سرن" انجام می‌شود. این آزمایش به دنبال بررسی نبود تعادل در واپاشی ذراتی به نام "مزون" است که از یک کوارک و یک پادکوارک تشکیل شده اند. در سال ۲۰۱۱ نتایج امیدبخشی در این زمینه به دست آمد. نوعی از ذرات "مزون D" دیده شد که سرعت واپاشی با پادذره اش، که از کوارک و پادکوارکی دقیقا معکوس مزون D تشکیل شده بود، متفاوت بود. البته وقتی داده‌های بیشتری از آزمایش به دست آمد، این ناهنجاری دیگر دیده نشد؛ اما در همین بین، اتفاقات دیگری رخ داد. برای نمونه، "مزون‌های B" سنگین‌تری پیدا شدند که بیشتر از پیش بینی مدل استاندارد به ذرات "تاو" واپاشی می‌کردند.
ذرات تاو، همراه با میون ها، گونه سنگین‌تر الکترون‌ها هستند. بر اساس مدل استاندارد و با توجه به جرم این ذرات، سرعت واپاشی مزون های B به این سه نوع ذره باید با هم یکسان باشد اما در عمل این طور نیست.
این نوع واپاشی به نام فرایند "پنگئون" شناخته می‌شود زیرا نمودارهای استانداردی که فیزیکدانان از این نوع واپاشی رسم می کنند، شبیه بدن یک پنگوئن است. فرایندهای نامتوازن پنگئون حالا در سه آزمایش مختلف از جمله LHCb دیده شده اند. علاوه بر این، انرژی و مسیر میون هایی که در اثر واپاشی مزون های B در LHCb تولید می شوند هم با پیش بینی ها مطابقت ندارد.
از لحاظ آماری هیچ کدام از این ناهنجاری ها آنقدر چشمگیر و معنی دار نیستند که بتوان با یقین گفت که واقعا اتفاق مشکوکی در حال رخ دادن است، اما دست کم می توان گفت که این اتفاقات نشان دهنده آن هستند که در مدل استاندارد پیش فرضی به اشتباه در نظر گرفته شده است یا همه در درک مفهومی بنیادی دچار سوءتفاهم شده اند. اما "والری گیبسون" پژوهشگر "دانشگاه کمبریج" و LHCb معتقد است: "این اتفاق می تواند اولین قدم به سوی دنیای جدیدی در فیزیک باشد."
احتمال دارد که مزون های B به هنگام واپاشی، ابتدا به ذراتی وا می پاشند که تا امروز شناسایی نشده اند و پس از لحظه ای بسیار کوتاه واپاشی ثانویه به میون ها را نشان می دهند؛ این به آن معنی است که آنچه ما به عنوان حاصل واپاشی می بینیم، نتیجه واپاشی این ذرات شناسایی نشده است. بعضی حدس می‌زنند که این ذرات دردسرساز از نوع "لیوتوکوارک"ها، ترکیبی از الپتون ها و کوارک‌ها باشند. یکی دیگر از نامزدها هم نوعی جدید ماز بوزون هیگز است اما این احتمالات هنوز در حد حدس و گمان هستند. "گای ویلکینسون"، پژوهشگر "دانشگاه آکسفورد" که به تحلیل داده های LHCb مشغول است، می گوید: "ما باید چند سالی صبر کنیم تا بتوانیم راجع به این موضوع بیشتر بفهمیم."

فضا و زمان نمی توانند آن چیزی باشند که به نظر می رسند

درهم تنیدگی کوانتومی

تصور کنید در عرض یک لحظه بتوانید روی ذره ای که از شما صدها کیلومتر فاصله دارد، اثر بگذارید. ماجرا کمی تخیلی به نظر می رسد اما واقعیت این است که چنین درهم تنیدگی ، یا به قول اینشتین (وقتی که می خواست آن را مسخره کند)؛ "اقدام شبح وار از راه دور" ، با شرایط دنیای کوانتومی سازگار است و می تواند در آن اتفاق بیفتد.
پس چنین اتفاقی یک ناهنجاری با معمای عجیب نیست، اما پای ابهامات آنجایی به میان کشیده می شود که بحث به درک ما از مفهوم فضا و زمان کشیده می شود.
شروع این بحث ها بر می گردد به آزمایش هایی که بر مبنای تئوری های فیزیکدان ایرلندی، "جان بل" در اوایل دهه ۱۹۶۰ طراحی و اجرا شد. او تلاش داشت تا به روشی ریاضی نشان دهد که آیا اندازه گیری یکی از ویژگی های یک ذره (مانند فوتونی از نور) باعث می شود که نتایج اندازه گیری درباره ذره ای دیگر به طور آنی تغییر کند یا دلیل این تغییر از اساس چیز دیگری است؛ برای نمونه عاملی غیر کوانتومی و نامرئی.
پیاده سازی و اثبات نظریات بل، در عمل بسیار دشوار بود. تیمی از فیزیکدانان فرانسوی، برای اولین بار در سال ۱۹۸۱ تلاش کردند تا روی این قضیه کار کنند و به این نتیجه رسیدند که تنها عوامل کوانتومی می توانند این پدیده را توجیه کنند اما دو سال قبل، فیزیکدانان در "دانشگاه دلف" هلند، توانستند اثبات کنند که دلیل مشاهده این پدیده ها به طور قطع روش های انتقال اطلاعات، تغییرات تصادفی در ذرات یا اشتباه در آشکارسازی نیست.
"ژان دانیل بنکال" (Jean-Daniel Bancal) از مرکز فناوری های کوانتومی در "دانشگاه ملی سنگاپور" می گوید: "با این نتایج ما می توانیم به طور قطع بگوییم که دلیل مشاهدات مان شرایط خاص آزمایش مانند نحوه پیکربندی یا روش اجرا نیست بلکه با یکی از ویژگی های ذاتی و بنیادین طبیعت مواجه هستیم."
نتیجه همه این اتفاقات روشن است؛ درک معمول ما از مفهوم فضازمان و روابط علت و معمولی در آن که ناشی از درک شهودی ما از این جهان است، در دنیای کوانتومی دیگر به کار نمی آید. در این دنیای جدید چیزهایی هست که ما آن را درک نمی کنیم.
اما موضوع به همین جا ختم نمی‌شود. در واقع چون فوتون ها، الکترون ها و دیگر ذرات کوانتومی، می توانند در هم تنیده شوند و از این قوانین مبهم پیروی کنند، پس می توانیم آزمایش‌هایی طراحی کنیم تا با استفاده از این ویژگی‌های ذرات، ماهیت واقعی فضازمان را کشف کنیم.
البته این که چطور باید از این ذرات برای رسیدن به این هدف استفاده کنیم، هنوز دقیقا مشخص نیست و دانشمندان مشغول سروکله زدن با آن هستند. پس تا زمانی که آنها روشی برای این کار پیدا کنند، این موضوع هم در دسته ابهاماتی قرار می‌گیرد که همچنان به مغز ما فشار می آورد.

تلفن های مشاغل در تورنتو

بیمه

آجورلو، نائله 416-558-6454
خداپرست، نادر 416-576-7766
رحیمیان، محمد 416-558-2138
سیروسی، رامین 416-492-9595
میریان، شیده 416-450-5787
هوتن قره باغی 416-836-4469
فرناز رستمی FSB Group 416-524-9484
یغمائی-سیروس 416-500-0197
قره باغی-هوتن 905-482-0585

تابلوسازی

کیان 416-293-1211
اهواز K.A.Sign 416-755-7501

پرده

پرده امپریال 416-567-9200
پرده بلو شیدز 416-487-2700

پزشکان خانوادگی و متخصص

پروین زرین (همویتی) 905-882-8352
شمس(چشم) 416-222-9962
کفائی(دامپزشکی) 905-882-0078
ارجمند(چشم پزشک) 416-548-6555
ناصر افخمی 416-939-5876
طبیعی درمانی 647-222-6568

دندانپزشکان

رضوانی - نصیرزاده 416-285-5003
ساعتیان 647-352-8080
کاشفی 905-780-8444
کرمانشاهی 905-727-0007

تاسیسات و ساختمان

خدمات برق KHMG 647-764-4787
آلفا "برق" 416-834-2532
الکتروکام 416-899-5563
برق بهروز 416-899-5279
لوله کشی محسن 416-708-4073
لوله کشی رضا 416-661-9393
گرمایش، سرمایش و سردخانه محمد . 416-567-7353
برق موسوی 416-258-8794
Matrix Architects 416-602-6121
آریا الکتریک 647-205-7977
خدمات ساختمان 416-436-3839
Green Plumbing 647-886-9779
حسین آذرنیک 416-617-9139
سرمایش و گرمایش علی 647-237-0890

تدریس خصوصی

کلیه دروس ..... (416) 450 8223
ریاضی و فیزیک (مصیبی) ..... (647) 274 3050

ترجمه

جواد مددی ATIO 905-709-0062
اسکندر تدین ATIO 416-431-4445
سهیلا خاتمی ATIO 416-419-0476
دکتر رضا شیدفر 416-732-3278
ماه بانو غلامی ATIO 647-470-0220
آذین وکیلی ATIO 416-274-7448

تعمیرات اتومبیل

اتو کروز 416-739-1010
اتو حمید 416- 967-1616
TrilliTire 905- 883-1118

تعمیرات لوازم خانگی

الن الکترونیک 905-508-4111
فرامرز (Air Trust) 416-315-6369
محمد(تهویه و سردخانه) (HVAC/R) 416-218-9030

چاپخانه

Candoo 416-903-6060
خردمند 416-676-9-676

BLUE SHADE
Custome Made Drapery and Shades
دوخت و نصب انواع پرده
درجدیدترین طرح ها و مدل‌ها
Tel: 416-847-2700
Cell: 416-418-7888
برآورد رایگان در منزل و محل کار شما
facebook
www.blueshadedecor.com

تدریس خصوصی
ریاضیات، فیزیک، شیمی(دبیرستانی و دانشگاهی)
توسط مدرس باسابقه دانشگاه
416-497-3107

R&Z Plumbing
Heating & Air Conditioning
کلیه خدمات لوله کشی آب و فاضلاب
تعمیر و تعویض شیرآلات، نصب سرویس های بهداشتی
تشخیص ترکیدگی و نشت‌یابی
با دستگاه و ترمیم قسمت مربوطه
لوله کشی رضا
سرویس، تعمیرات و نصب انواع
فرنس و ایرکاندیشن
سرویس سریع و مجهز در سطح تورنتو و حومه
نصب انواع آب‌گرم‌کن،
لباسشوئی، ظرفشوئی و یخچال
تجاری، مسکونی و صنعتی
با داشتن لایسنس انتاریو
سرویس ۲۴ ساعته
416-661-9393
416-876-6679
VISA MasterCard Interac
R&Z

تلفن های مشاغل در تورنتو

حسابداری
ایده‌آل 416-226-0166
امین 416-224-0540
تقی عبدالحسینی 416-658-4114
هارمونیک 416-317-3003
نشنال(غایبی)..... 416-223-3336
هرمز 416-285-5858

حمل و نقل (اسباب‌کشی)
ارزان(مجید)..... 416-937-7525
Max..... 416-745-3725
عباس موویتگ (حمل زباله) 416-490-9000

حمل و نقل بین‌المللی
FSI..... 416-590-8989
متراس 416-497-0377

داروخانه
مترو 416-222-0242

خدمات شیشه
سعیدی (اتومبیل)..... 905-532-0333
دناگلاس (مسکونی) 416-262-7377

خدمات مالی
تقی عبدالحسینی 416-658-4114

صرافی و حواله پول
ارز 416-420-1234
گاما 416-227-7799
پارسیان..... 416-512-8444
پرسپولیس 416-229-0000
پاسارگاد 905-508-2580
پرسیکا 647-345-9325
تهرانتو 416-225-2345
تورنتو 416-300-1070
طاهری 416-488-8822
مرکزی 905-482-7847
مانی اسمارت..... 416-921-2899

طلا و جواهر
پینو 416-367-4766

طبیعی درمانی
مهبیز آزاد 416-779-7901
هنری مساوات..... 647-222-6568
محسن رضوی 416-492-2111

رستوران
خانه کوچک کباب 416-595-9988
سوپرخوراک..... 416-221-7558
مستر کباب 905-237-8110
شیراز 905-764-6900
البرز 416- 226-6564

عکاسی و فیلمبرداری
رضا و مجید 416-222-9773
سایان 647-947-9191

فرش و موکت
موکت شوئی اکسپرس 416-560-0709
فرش شوئی تهران 416-654-0114
خانه فرش 416-569-1314
Top Quality 416-665-1510

فروشگاه خوار و بار
ارزان 416-590-1234

K.A. Signs
K A SIGNS
تابلوسازی اهواز
ارزانتر و سریعتر از همه‌جا
140 Manville Rd. (Warden & Eglinton)
wwww.kasigns.ca
(416)755-7501

Tak Renovation Co.
Mohammad Mellat Doust
16 Years experience in Canada
سلام محمد هستم
کارهای ساختمانی شما از قبیل:
نقاشی، نجاری، کاشی کاری، مسکونی کردن زیرزمین، طراحی
و بازسازی خانه‌های قدیمی حمام و آشپزخانه پذیرفته می‌شود.
416-731-1529 takrenovation@hotmail.com

تدریس خصوصی ریاضی و فیزیک
در منزل شما توسط رضا مصیبی
– دبیر رسمی ریاضی و فیزیک در آموزش و پرورش تورنتو
– سابقه تدریس ریاضی و فیزیک در دبیرستانهای دولتی و خصوصی تورنتو از سال ۱۹۹۵ تا به حال
– دارای لایسنس تدریس و عضو رسمی Ontario College of Teachers
– مشاوره رایگان در هرمورد تحصیلی
– تدریس ریاضی و فیزیک به زبان انگلیسی می‌باشد (در صورت نیاز فارسی)
– دروس گردیت مورد قبول دانشگاه‌ها پذیرفته می شود
Grade7-12 , College , University (دبیرستان،کالج و دانشگاه)
Calculus , Advanced Functions , Data , Physics
647-274-3050

خدمات گرما و سرما
محمد
Registered Contractor
416 567 7353

تینا بهرامی (کاظمی)
416.834.4205
Office: 416.443.0300
ROYAL LEPAGE
Tina Bahrami
Real Estate Broker
Royal LePage Signature Realty
Official sponsor of Homa Volleyball Team

توسط متخصصین مجرب با بیش از ۱۴ سال سابقه کامپیوتری در ایران، کانادا و آمریکا
Microsoft CERTIFIED Technology Specialist
ثبت شده در کانادا
ASAP Computer Inc.
یکی از مجهزترین مراکز تعمیر لپ تاپ در کانادا
مشاوره رایگان ۷ روز هفته
خدمات کامپیوتری A.S.A.P (As Soon As Possible) در منزل و محل کار شما
اسپشیال ویژه؟ $50 فقط
تعمیرات لپ تاپ
* تعمیر و تعویض LCD ، پایه و درب Laptop
* تعویض و تعمیر Adapter, DVD,Mouse,Keyboard
* تعمیر یا تعویض مادر برد Laptop
* برطرف کردن مشکل داغ یا خاموش شدن Laptop
* تعویض Power jack و Sound Card و Wireless و Memory
تعمیرات Macbook و Tablet
نرم‌افزار
* نصب Windows (Original) با قابلیت آپدیت اتوماتیک (Autoupdate)
* نصب نرم‌افزار Office 2013 (Word, Excel, ...)
* ویروس کشی حرفه ای و نصب آنتی ویروس دائمی
* نصب نرم‌افزارهای گرافیکی و طراحی
* نصب نرم افزارهای Mac
تهیه بک‌آپ قبل از هر گونه نصب و بازگرداندن اطلاعات بعد از نصب
خدمات جانبی
* بازیابی Password ورودی و تعمیر Hard Drive
بازیابی اطلاعات از دست رفته شما حتی بعد از Format
* نصب دوربین مدار بسته و کنترل از راه اینترنت
خرید و فروش انواع Laptop و Desktop
کلیه سروس های سخت افزاری و نرم افزاری ما، دارای گارانتی معتبر می‌باشد
شعبه ۱ نزدیک پلازای ایرانیان World On Yonge
7181 Yonge St., Unit #143 L3T 0C7
دفتر مرکزی Bayview& John St. (Thornhill)
416-273-83 93
647-448-60 90
ارزانترین قیمت ، بالاترین کیفیت
با مدیریت مهندس علی تاجیک

تیم والیبال
دختران و پسران هما
به سرپرستی
پریا پیشوا و ناصر پیشوا
(۸ تا ۱۸ سال)
برای دختران و پسران
تیم بسکتبال هما
416-818-0940

Refrigeration & Air Systems
Refrigeration, Heating, AirConditioning, Major Appliance, Refrigerators, Walk-in Coolers,Walk-in Freezers,Display Cases
HVACR MAST

سردخانه- یخچال - حرارت مرکزی - کولر و لوازم خانگی

خانگی- تجاری

یکسال ضمانت

خدمات گرما و سرما

- با کلیه لایسنس های مربوطه ،ثبت شده، و بیش از ۳۰ سال سابقه کار
- یخچال های ویترینی، خانگی، پاپ کولر، واک-این کولر، فریزر
- فرنیس، ایرکاندیشن، شومینه گازی، لوله کشی گاز، مرطوب کننده هوا
- اجاق برقی و گازی، ماشین لباسشویی، خشک کن، ماشین ظرفشویی

محمد
Registered Contractor
416 567 7353

Advanced Computer ادونس کامپیوتر

ASUS - Toshiba - Lenovo

- فروش انواع لپ تاپ، کامپیوتر و قطعات کامپیوتر
- تعمیر انواع لپ تاپ، مك Book و PC
- نصب و راه اندازی انواع سرورها برای ادارات و منازل
- ویروس زدائی و نصب انتی ویروس
- نصب سیستم های عامل، Windows, Linux, MAC و انواع نرم افزارها
- نصب و تعمیر قطعات لپ تاپ، MAC و PC (LED/LCD, Power Jack, Hinge)
- Data & Password Recovery, Backup بازیابی اطلاعات و پسورد ورودی
- تبدیل انواع فیلم به DVD
- آموزش کامپیوتر

سرویس در محل کار و منزل
We buy used/dead/ broken Laptop

Lowest Price For: Lap Top Sony Toshiba Lenovo ASUS

6012-A Yonge St.
(Just north of Cummer) Tel: 416-226-6939

محضر رسمی تورنتو

و با همکاری وکلای رسمی دادگاههای انتاریو کانادا و ایران

توجه ترجمه فوری توجه
(ATIO Member)
ترجمه
کلیه اسناد رسمی
گواهینامه . شناسنامه
مدارک تحصیلی
مدارک ازدواج و ...
و اداره مهاجرت کانادا

توجه
کلیه وکالتنامه های ارسالی به ایران بدون تائیده وکیل دارای اعتبار نمی باشد.

- تنظیم و تائید رسمی دعوتنامه . گواهی امضاء . وصیتنامه
- تنظیم و تائید اجازه سفر فرزندان . قسم نامه . کپی برابر با اصل
- اجازه خروج مکرر . تنظیم، تایپ و تائید وکالتنامه

طلاق و ازدواج شرعی و کانادائی
توسط وکلای رسمی دادگستری کانادا و پایه یک ایران
416-850-6455
10087 Yonge St. Richmond Hill

مدرسه فارسی بچه های ایران

در قلب ریچموندهیل

امکانات برتر
آموزش بهتر
کلاسهای کم جمعیت

RWS Farsi Credit Courses
Grades 9-10-11-12
University Level

۱۰٪ تخفیف برای ثبت نام در Farsi Summer School

$69 Per Month
شنبه هر هفته همراه با
- کتاب آموزشی رایگان
- لوازم تحریر رایگان
- تغذیه سالم رایگان

10087 Yonge St. Richmond Hill Tel: 416-221-7274

ایران استار

مطالب : متنوع، حرفه‌ای، علمی، بدون گرایش
منابع معتبر و غیر پروپاگاندی
سایز و طراحی : استاندارد جهانی
تمام رنگی؛ کاغذ تمام سفید (غیربازیافتی: بدون سرب)
هرشماره: در دو بخش خبری و زندگی
بدون منگنه: سبک، به راحتی تا می‌شود
قابل برگ برگ شدن: همه خانواده در یک لحظه آنرا می‌خوانند
چاپ در بهترین چاپخانه‌های شهر
وضوح و کیفیت بالا در مطالب، آگهی‌ها و چاپ
توازن در میزان آگهی و مطالب

وب سایت بیزینسی
از ماهی ۱۵$ تا سایت‌های پیشرفته

تبلیغات آنلاین
ویدئو، متن، مدیا
وب رنکینگ
Review

روزنامه و طراحی
ایران استار قدیمی‌ترین، باکیفیت‌ترین و استاندارد، برای آگهی شما

شبکه‌های اجتماعی
فیس‌بوک، گوگل، یوتیوب، توئیتر، تلگرام

IranStar.com
905.763.9770
169 Steeles Ave East

تلفن های مشاغل در تورنتو

تهران 905-482-1770
سوپرمدنی 905-773-2323

قنادی و بیکری
شیرینی سرا 416-510-1050
گل سرخ 416-223-5551

کابینت سازی
Legend Kitchen 416-661-5101
Top Kitchen 647-262-7551

کامپیوتر
ادونس کامپیوتر 416-226-6939
PC Laptop Wireless 416-731-9300
نوت بوک بهمن 647-500-8003
Apple MacBook Setup 416-854-0192
خدمات کامپیوتر آریاتک 647-889-0024

کمک به سالمندان
AceHomeCare.ca ..... (416) 628-8545

گلفروشی
باغ سبز 416-250-7070
گلفروشی گلخونه 416-227-1600

لوازم یدکی اتومبیل
دلتا - لوازم یدکی نو 416-292-7001

لوله کشی
احمد 416-661-9393
رضا 416-876-6679
میلاد 416-880-3680

ماهواره , WEB Design
ماهواره 647-669-7001
WEb 416-490-9009

متفرقه
مرکز امام علی(ع) 416-759-3019
کمک به مهاجرین 416-431-4847 X235
خیریه پردیس 905-482-4822
مرکز ولیعصر(عج) 416-288-9868
انجمن ایرانیان 416-441-2656
سازمان زنان 416-496-9566
کانون مهندسین 905-771-7147
کانون شهروندان ارشد 416-223-4120
خانه ایران 416-221-IRAN
مرکز خانواده 416-665-6886
حمایت از بیماران سرطانی 905-597-0096
سازمان کاستی 416-431-4847
تلویزیون ایران زمین 905-763-1061
متوفیات و کفن و دفن 416-918-6950

محضر
دفتر رسمی جم 905-216-8320
محضربنی طباء ۱۱۰ 416-228-9997
محضر رسمی تورنتو 416-850-6455

مکانیک
ویگن 905-883-1118

موزیک و دی جی
باب 416-725-7117
سیامک "دی جی" 416-693-0688

وب سایت
مدیا پوینت 647-880-3984
بتر آیدیاز 647-808-5242
Misswebdesign.com 416-825-0824

وکالت و مهاجرت
الهام معاونی(وکیل رسمی) 905-918-9606
سالومه باغبانی 416-706-2703
دلاور 416-929-2200
فراهانی 416-223-5155
عظیمی 905-731-0777
مهرانه طباطبائی 416-490-1931
مهدی مزین 416-222-0901
نوشین جوانشیر 416-591-4011
رویا گلسرخی 416-301-7420
Top Immigration 416-871-4896
دکتر عابدی 416-666-6012

ویدئو
تبدیل ویدئو 416-409-9009

روانشناسی
شهرزادحضرتی 647-726-2999

هتل و مهمانسرا
اسکان کانادا 416-540-2379

زندگینامه ← ۲۱

بیمارش را نگاه داشته بود، سرانجام به فرزند پیگیرش گفت که "با بیماری‌ها و بدبختی‌های" آن دختر جوان "به‌راحتی می‌شد یک تقویم درست کرد. روزی که به قصد خودکشی رگ دستش را بریده بود، پس از بخیه و پانسمان، مدت‌ها با او صحبت کردم. همهٔ حرف‌هایم را شنید، آخر سر آهی کشید و گفت: آخر شما نمی‌دانید."[۶]

بیش از نیم قرن از آن واقعه می‌گذرد و ما هنوز هم درست نمی‌دانیم انگیزهٔ فروغ جوان در بریدن رگ دستش یا خوردن یک مشت قرص خواب‌آور چه بود. نمی‌دانیم مقصود او از "آخر شما نمی‌دانید" چه بوده و چرا حتی در آن لحظهٔ بحرانی و در آستانهٔ مرگ هم حاضر نبود به پزشک معالجش اعتماد کند و درد خود را با او در میان بگذارد. نمی‌دانیم چرا به‌تفصیل دربارهٔ خودکشی‌های ناموفق او پس از آن‌که خانهٔ پدری را ترک کرد شنیده‌ایم، ولی قبل از روایت مسعود خیام از سابقهٔ آن‌ها در دوران نوجوانی او اطلاعی در دست نداشتیم.

نیت من کنجکاوی بیمارگونه در چندوچون خودکشی‌های نافرجام فرخزاد نیست. می‌خواهم بدانم چه دردی آن دختر جوان را به سوی مرگ، به سوی آن "دهان سرد مکنده" هدایت می‌کرد.[۷] می‌خواهم بدانم چگونه آن "دختر بیچاره" توانست، به رغم تمام آسیب‌ها و دشواری‌ها، یکی از شخصیت‌های کلیدی قرن بیستم در ایران شود، مفهوم مألوفِ شاعر خوب را از انحصار مردان میان‌سال به در آورَد، زبان و ذهن و جسم و جان زنانه را به ادبیات فارسی پیوند بزند و چهرهٔ آن را برای همیشه عوض کند. شگفتی از این بی‌اطلاعی زمانی افزون‌تر می‌شود که در نظر بیاوریم دربارهٔ کمتر زن ایرانی تا این اندازه اطلاعات، کتاب، مقاله، و فیلم وجود دارد. بازاری پرفروش دوروبر نام فروغ فرخزاد به وجود آمده که شامل انواع و اقسام کارهای هنری، نوشته‌ها و فیلم‌های ملهم از شعر یا زندگی‌اش، و اجراهای متعددی از اشعار اوست.[۸] حتی در جامعهٔ مجازی کمتر زن ایرانی، از سیاستمدار گرفته تا ادیب و هنرمند، از ملکه و وزیر و وکیل تا هنرپیشهٔ سینما و شاعر و نویسنده، حضوری چنین چشمگیر دارد.

طبعاً محبوبیتی چنین گسترده دلایل متعدد و متفاوتی دارد. فرخزاد دریچه‌های نوینی را در ادبیات فارسی گشود. در مقام منِ اندیشندهٔ درون‌نگر و عریان‌گو، هم‌صدا با بعضی از شناخته‌شده‌ترین متفکران عصر تجدد، بر اصالت و اعتبار احساسات و تجربیات فردی تأکید کرد. پا را از گلیم سنت فراتر گذاشت. برای به دست آوردن فرصتی مبارزه کرد تا بتواند مالک بدن خود باشد، باورها و احساساتش را انتخاب و بیان کند، صاحب کرامت انسانی و حقوق مدنی باشد، و نسبت به پیرامونش دیدگاهی انتقادآمیز داشته باشد. او، بی‌اعتنا به تمجید یا تنقید اطرافیان، با نگاهی موشکاف و تیزبین به خود نگریست و تصویری چندوجهی از خود ارائه داد. با آگاهی از زیروبم‌های وجود یک انسان جایز الخطا، در نامه‌ای به پدرش، محمد فرخزاد، نوشت: "هرگز نمی‌گویم که آن‌چه تا به حال انجام داده‌ام صحیح بوده و کسی نمی‌تواند به من اعتراضی کند. نه، من خودم می‌دانم که در زندگی‌ام خیلی اشتباه کرده‌ام اما کیست که بتواند بگوید همهٔ اعمال و افکار و رفتارش در سراسر زندگی عاقلانه و درست بوده.[۹] حتی در جوانی هم ادعا نکرد سرزنش‌ناپذیر است. در نامه‌ای به همسرش، پرویز شاپور، نوشت: "فکر نکن که من خودم را مافوق یک بشر عادی و عاری از هرگونه عیب و نقص می‌دانم. نه، من هرگز چنین ادعایی نمی‌کنم."[۱۰] و در نامه‌ای دیگر اضافه کرد: "فروغ پیغمبر نیست و یک انسان ساده و عادی غیرممکن است در زندگی مرتکب خطا و اشتباهی نشود."[۱۱]

فرخزاد بنیان آثارش را بر بازآفرینی زندگی شخصی خویش استوار کرد. هم‌سو و هم‌صدا با همملت، که می‌پرسید «بودن یا نبودن؟ سؤال این است،» نوساناتش را میان زوال و زندگی مطرح کرد. مرگ را بشارتی به آرامش دانست.[۱۲] و از سفرهای خودخواسته‌اش به آن سوی دیوار زندگی، از گیسوان آغشته‌اش به "بوهای زیر خاک،"[۱۳] و از "مزرعه‌های شبانه" نوشت. این حقیقتی انکارناپذیر است که مرگ‌اندیشی در کانون اشعار فرخزاد قرار دارد و درگیری با آن در تاروپود شعر او تنیده شده است. "حق با شماست/ من هیچ‌گاه پس از مرگم/ جرئت نکرده‌ام که در آیینه بنگرم/ و آن‌قدر مرده‌ام/ که هیچ‌چیز مرگ مرا دیگر/ ثابت نمی‌کند.../ افسوس من مرده‌ام/ و شب هنوز/ گویی ادامهٔ همان شب بیهوده‌ست."[۱۴] دلهرهٔ ویرانی در سطرها و لابه‌لای سطرهای اشعارش لانه کرده است. بادِ ویرانگر مدام می‌وزد و حضوری نامیمون دارد. "در شب کوچک من، افسوس/ باد با برگ درختان میعادی دارد/ در شب کوچک من دلهرهٔ ویرانیست."[۱۵] مرگ از همان آغاز کار شاعر حضوری جسمانی دارد و حتی گاهی به صورت معشوق چهره می‌نماید. در اولین مجموعهٔ اشعارش، اسیر، در شعری به نام «خسته» می‌نویسد: «می‌سوزم از این دورویی و نیرنگ/ یک پاکی کودکانه می‌خواهم/ ای مرگ از آن لبان خاموشت/ یک بوسهٔ عاشقانه می‌خواهم.»[۱۶] و در شعر "افسانهٔ تلخ" در همین مجموعه خود را به شبنمی تشبیه می‌کند که خودکُشانه به کام خورشید درمی‌غلتد. "چرا؟... او شبنم پاکیزه‌ای بود/ که در دام گل خورشید افتاد/ سحرگاهی چو خورشیدش برآمد/ به کام تشنه‌اش لغزید و جان داد."[۱۷]

در نامه‌های فرخزاد هم، به‌ویژه آن‌ها که خطاب به پرویز شاپور هستند، مرگ حضوری دائمی دارد. در نامه‌ای قبل از ازدواجش، در شانزده‌سالگی، می‌نویسد: "خیال نکنی که دروغ می‌گویم. آن دفعه هم تصور کرده بودی که من دروغ گفته‌ام ولی این‌طور نبود. پرویز من به آن‌چه که گفتم عمل نمودم ولی خدا نخواست من بمیرم..."[۱۸] دختر جوان به‌دفعات از این سخن می‌گوید که ترک این دنیا برایش آسان و حتی ضروری است.[۱۹] "می‌دانم که خیلی بدبختم... وقتی مُردم راحت می‌شوم. خیلی راحت"" یا "تنهایی روح مرا می‌جود و افکارم را باطل و فاسد می‌سازد. تمام ناراحتی‌های فکرم مال تنهایی است. وقتی تنها هستم و کسی نیست تا افکار پاک و سالم به من تلقین کند، آن‌وقت دست و پا بسته اسیر افکار عجیب خودم می‌شوم که یک‌وقت می‌بینم که دیگر هیچ قدرت مقاومت ندارم. می‌بینم از زندگی سیرم. حس می‌کنم که همه به من با چشم تحقیر نگاه می‌کنند و به نظرم می‌رسد که وجودم عاطل و باطل و باعث ننگ و ناراحتی است. آن‌وقت رنج می‌برم و پیش خودم نقشه می‌کشم که همه را از دست خودم راحت کنم.»[۲۰]

جملاتی از این قبیل که "همیشه فکر می‌کنم که فقط برای مردن خوب هستم"[۲۱] در کتاب اولین تپش‌های عاشقانهٔ قلبم فراوان است.[۲۲] تصویر فرخزاد از خودش در این نامه‌ها تصویر زنی افسرده است که می‌داند "روزها با سردی و خاموشی می‌گذرد. هرروز آفتاب را می‌بینم و جنب‌وجوش زندگی را در اطراف خود حس می‌کنم، ولی مثل این است که این آفتاب به روی همه می‌تابد جز من. مثل این است که زندگی مرده و من بیهوده زنده هستم."[۲۳] او از اضطراب رنج می‌کشد: "من از تنهایی خیلی ناراحت هستم و بالاتر از همه نمی‌دانم چرا از آینده این‌قدر می‌ترسم. یک حس نامعلومی پیوسته مرا مضطرب می‌کند و نمی‌دانم اسمش را چه بگذارم. مثل این است که حادثهٔ بدی در کمین من نشسته. همیشه خودم را در معرض خطر می‌بینم و حس می‌کنم که یک آدم بدبختی بیشتر نیستم..."[۲۴] و در نامه‌ای دیگر اضافه می‌کند که «نمی‌دانم چرا حالم این‌قدر بد است. می‌ترسم دیوانه بشوم. هیچ‌وقت در قلبم احساس آرامش و راحتی نمی‌کنم. گاهی‌اوقات اگر به من چیزی نگویند، تا سه روز غذا نمی‌خورم... شب‌ها آن‌قدر ناراحت می‌خوابم و آن‌قدر خواب‌های وحشت‌انگیز می‌بینم که حالا از خوابیدن هم بدم می‌آید. یک حالت اضطراب همیشگی دارم و نمی‌دانم علتش چیست. روی هم رفته از زندگی سیر شده‌ام و خیال نکن باز از روی احساسات حرف می‌زنم. نه، به خدا علاقه‌ای به زندگی ندارم. دلم می‌خواهد بمیرم...»[۲۵]

گویی تنها خاک پذیرنده مأمنی امن و میزبانی مشتاق در نامه‌ها و اشعار فرخزاد است. اگر نگاهداشت زبان زیبای فارسی و تاریخ ایران پیش از اسلام بن‌مایهٔ شاهنامهٔ فردوسی را تشکیل می‌دهد، اگر عرفان و تصوف بنیان شعر مولانا جلال‌الدین می‌شود، اگر عشق جوهر غنایی شعر حافظ را به خود اختصاص می‌دهد، و اگر ایرانِ پیش از اسلام آرمان‌شهر گمشدهٔ صادق هدایت و طبیعتْ قبله و محراب شعر سهراب سپهری است، باید پذیرفت که، افزون بر عشق و آزادی فردی، شیفتگی و نزدیکی به مرگ دست‌مایهٔ اصلی شعر فرخزاد است. "آه، من پر بودم از شهوت ــ شهوت مرگ."[۲۶] گویی او شاهد مراسم خاک‌سپاری خود بود و حتی مرگ را تمرین و تجربه کرده بود. شعرِ "بعدها"، که هنگامی سروده شد که فرخزاد ۲۳ سال بیش نداشت، نمونهٔ دیگری از ستیز او با مرگ است:

دیدگانم همچو دالان‌های تار
گونه‌هایم همچو مرمرهای سرد
ناگهان خوابی مرا خواهد ربود
من تهی خواهم شد از فریاد درد...

خاک می‌خواند مرا هر دم به خویش
می‌رسند از ره که در خاکم نهند
آه شاید عاشقانم نیمه‌شب
گل به روی گور غمناکم نهند[۲۷]

البته اطلاعات ما فقط در بارهٔ گرایش فرخزاد به خودکشی و دلایل آن ناقص نیست. از بسیاری اتفاقات سرنوشت‌ساز زندگی‌اش هم بی‌خبریم. من هنوز پاسخ قانع‌کننده‌ای برای این پرسش گریزناپذیر نیافته‌ام که چرا بعضی وجوه زندگی این شاعر بی‌پروا تا این اندازه پوشیده در هاله‌ای از رمز و راز مانده است. چرا شاعری صریح را کماکان در لایه‌های تودرتوی سکوتی مرموز، که راه به شایعه‌پراکنی و درک نادرست آثارش می‌برد، پنهان کرده‌ایم؟ چرا آن‌چه را او بیش از نیم قرن پیش با شهامتی شگفت‌انگیز تا آنجا که می‌توانست برملا کرد، ما امروز پنهان می‌کنیم؟ با وجود آن‌که او خود معتقد بود که زندگی هر فردی بافت و ساختی جالب و گفتنی دارد، چرا هنوز که هنوز است دربارهٔ کودکی و نوجوانی پیچیده‌اش، زندگی روزمره و حتی تاریخ چاپ اولین مجموعهٔ اشعارش، اسیر، اتفاق نظر نداریم؟ او که از اسطوره‌سازی گریزان بود، چرا پس از مرگ نابهنگامش در هاله‌ای از تقدس فرو رفت؟ چرا او، که نام مستعار "بت‌شکن" را برگزیده بود، خود تبدیل به بت و از ابعاد انسانی تهی شد؟

مینا اسدی درست می‌گوید که "فروغ به عنوان یک انسان هنوز شناخته نشده است، یک انسان ساده، انسان معمولی، آن‌چنان که می‌خواست، آن‌چنان که زندگی می‌کرد، آن‌چنان که از زندگی، از کتاب و پرده و عروسک کوکی و تور و توپ ماهوتی می‌گفت، شعر می‌گفت."[۲۸] و پوران فرخزاد معترض است که "اگر به دفترهایی که در این سال‌های آشوب‌زده و مضطرب به نام فروغ انتشار یافته تیز نگریسته و در برگابرگ آن‌ها از سر تأمل غور کرده باشید، بی‌تردید، هم‌آوا با نویسنده، از ملال تکرار این نوع مطالبی که درست مثل یک ارثیه دست به دست گشته و در دست وراث آزمند ساییده و ساییده‌تر می‌شود، رنج بردهاید ــ رنج می‌برید.

در بیشتر این کتاب‌ها به هیچ تازگی برخورد نمی‌شود و به‌جز اشعار صادقانهٔ فروغ، که هر اندازه بیشتر خوانده شود مفاهیم بیشتری می‌یابد، هر چه هست همان است که در گذشته بوده است. بوی کهنگی در تمامی اوراق به مشام می‌رسد و خواننده شوقمند را به هیچ برآیند تازه‌تری نمی‌رساند. تکرار در تکرار، بیشتر در منتهای بی‌سلیقگی، خالی از هر نوع ظرافت و دقت..."[۲۹]

پوران درست می‌گوید که خوانندهٔ مشتاق فرخزاد به اطلاعات تازه‌ای که بوی کهنگی ندهد، دسترسی ندارد. ولی این بی‌اطلاعی فقط شامل حال فرخزاد نیست. مگر دربارهٔ جزئیات زندگی دیگر بزرگان ادب فارسی چه می‌دانیم؟ از زندگی فردوسی و حافظ و سعدی و نظامی گنجوی و ناصرخسرو و عطار چه می‌دانیم؟ برای بسیاری از آن‌ها آرامگاه ساخته‌ایم، ولی خانهٔ کدام‌یک را به میراث فرهنگی تبدیل کرده‌ایم؟ از زندگی رابعه، نخستین زن شاعر ایرانی، چه اطلاعاتی در دست داریم؟ چرا عشق بدفرجام او به بختاش، که سرانجام مرگش را سبب شد، بر جزئیات زندگی‌اش و بررسی اشعارش سایه افکنده است؟ مگر مهستی گنجوی بیشتر به خاطر روابط عاشقانه‌اش با مردان، به‌ویژه قصابی جوان ولی خشن و بی‌اعتنا، شهرت ندارد؟ مگر دربارهٔ مهرالنساء چندان بیش از این می‌دانیم که همسر سالمندش را می‌آزرد و سروسِرّی با شاهرخ‌میرزای جوان داشت؟ از چهره‌های سرشناس گذشته بگذریم. دربارهٔ هنرمندان معاصر چه می‌دانیم؟ کدام زندگی‌نامهٔ جامع و کاملی حوادث و زوایای زندگی و خصوصیات شخصیت نیما یوشیج، احمد شاملو، اخوان ثالث و ابراهیم گلستان را وارسیده است؟

طبعاً عوامل متعدد و گوناگون به تضعیف روایت شخصی در ایران کمک کرده است.[۳۰] به عبارت دیگر، تصادفی نیست که تعداد زندگی‌نامه‌ها به طور اعم و زندگی‌نامه‌های زنان به طور اخص چنین معدود است. البته، در سطح فردی، این می‌تواند نوعی سلیقه و انتخاب شخصی باشد که قابل احترام است. اما هنگامی‌که در ادب ملی ما برای مدت‌ها به این گونهٔ ادبی، که بازار کتاب را در ممالک متعددی تسخیر کرده، عنایت چندانی نمی‌شود، موضوع را باید از چشم‌اندازی وسیع‌تر و در چهارچوبی فرهنگی بررسی کرد.

شاید باید بپذیریم که میان الگوهای پوشش و گویش رابطه‌ای نزدیک وجود دارد و فرهنگ ما پوشیدگی و نه عریانی، لاپوشانی و نه پرده‌دری را تشویق و تأیید می‌کند. آن پردهٔ محافظی که زنان را قرن‌ها زیر حجاب نگاه داشته، در لایه‌های عمیق ذهنیت قومی رسوخ کرده و در گوشه‌های غیرمنتظره رخ می‌نماید. به دوره و جنسیت خاصی محدود نمی‌شود. زبان فارسی، با عمق بی‌کرانش، تصویرگر این حقیقت است. واژهٔ "محجوب" تنها به زن در حجاب اطلاق نمی‌شود؛ به معنای مرد یا زن باحجب‌وحیا و متواضع و فروتن هم هست. انسانی است که عفت کلام دارد. "محرم" نیز کسی است که هم اجازهٔ ورود به حرم و خانه را دارد و هم می‌توان به او اعتماد کرد و راز دل را نزد او به ودیعه گذاشت. بقیه، یعنی خیل نامحرمان، شایستهٔ اعتماد نیستند و بهتر است با آن‌ها رازی در میان نگذاشت. می‌خواهم بگویم تفکیک جنسیتی، که برای تداوم سلطهٔ خود فضا را به دو بخش اندرونی/ بیرونی تقسیم می‌کند، عالم مقال را در اختیار گرفته و آن را هم تحت عنوان خصوصی/ عمومی مجزا می‌کند. هر تلاشی برای برگذشتن از این مرزبندی یا برشکستن آن اندرونی فکری و کلامی، چه از جانب مرد و چه از جانب زن، به تابوی فرهنگی تبدیل می‌شود.

از خود گفتن، که اساس روایت شخصی است، در فرهنگ ما مترادف با تکبر و لاف زدن است. وقتی در مصاحبه‌ای از سیمین دانشور خواستند دربارهٔ زندگی‌اش توضیح بدهد، بی‌درنگ به این نکته اشاره کرد که "بدیِ از خود گفتن این است که مصاحبه به صورت یک "من‌نامه" درمی‌آید و به علت زندگی خاصی که داشته‌ام، مقداری به رخ کشیدن و احتمالاً تفاخر هم پیش می‌آید ــ اول شخص مفرد ــ و از این بیزارم."[۳۱]

حق با دانشور است. استفاده از اول شخص مفرد اغلب مترادف با صفاتی همچون خودستایی، خودنمایی، خودپسندی و خودخواهی است، که جملگی زشت و عیب شناخته می‌شوند. اصطلاح to sell yourself، که لازمهٔ حیات اجتماعی موفق در غرب است، در زبان فارسی مفهومی جز خودفروشی ندارد. از خود گفتن باعث نهی و نکوهش است چون، به "گفتهٔ سعدی، "مشک آن است که خود ببوید، نه آن که عطار بگوید. دانا چو طبلهٔ عطارست خاموش و هنرنمای نادان خود طبل غازی بلندآواز و میان‌تهی."[۳۲] یا، به گفتهٔ صائب تبریزی، "عیب است بزرگ برکشیدن خود را/ وز جملهٔ خلق برگزیدن خود را/ از مردمک دیده بباید آموخت/ دیدن همه‌کس را و ندیدن خود را."...

ادامه دارد

پول لاتاری ← ۱

ریچ گفت: اطلاعاتی این پرونده به امنیت بیشتر قرعه‌کشی کمک می‌کند. او گفت: "تو نباید دزدی کنی... اگر فکر می‌کنی که داری فقط یک کار خلاف کوچک انجام می‌دهی، اینطوری نیست، بلکه این خلاف کوچک به تاوان بزرگی منتهی خواهد شد". این رسوایی منجر به "سو شدن" انجمن قرعه‌کشی‌ها در چند ایالت شد. این انجمن در ۳۳ ایالت از جمله کلمبیا، پورتوریکو و جزایر ویرجین ایالات متحده نیز فعال است.

رایانه‌های مورد استفاده آنها نتایج برنده "پاور بال"، "مگامیلیونز"، "هات لوتو" و چند لاتاری دیگر را مشخص می‌کند.

اظهار می‌شود که این تقلب فقط قرعه‌کشی‌های کامپیوتری را تحت تاثیر قرار داده‌است و لاتاری‌هایی از نوع "قبلا چاپ شده"، "انتخاب لحظه‌ای" و یا "اعداد تصادفی برپایه توپ‌های چرخان" تحت تاثیر قرار نگرفته‌اند.

دادستان ایالتی به دنبال ۲۵ سال زندان برای ادی تیپتون است، وی می‌گوید: عدالت مستلزم یک حکم زندان طولانی است. از طرف دیگر وکیل ادی در پی حکم بسیار سبکتری مانند دو تا سه سال زندان برای وی است.

۶ دلیل ← ۲۱

اضافه است.

استرس دارید: استرس داشتن بیش از حد ممکن است باعث کاهش وزن‌های ناخواسته شود و برای جبران این مشکل، تمایل به خوردن غذای زیاد و مخصوصا غذاهای چرب و پر کالری بیشتر شود که این تنها باعث بزرگ‌تر شدن سلول‌های چربی در بدن و بالارفتن سطح کورتیزول برای جمع شدن چربی در نقاط مختلف بدن و مخصوصا در قسمت شکم می‌شود.

خوب نمی‌خوابید: کم خوابی باعث کم شدن وزن در قسمت کمر خواهد شد و به بزرگ شدن شکم هم کمک می‌کند. از مطالعات و تحقیقات ۱۶ ساله برروی ۷۰۰۰۰ زن این نتیجه حاصل می‌شود که کسانی که در طول شب ۵ ساعت یا کمتر می‌خوابند ۳۰ درصد احتمال افزایش وزن برای آنها بیشتر از کسانی است که در طول شب ۷ یا ۸ ساعت خواب کامل را دارند. موسسه ملی بهداشت بزرگسالان هفت تا هشت ساعت خواب را برای یک نفر در طول شب ضروری اعلام کرده است.

اندامتان گلابی شکل است: اگر شما مایل به کم کردن وزن در ناحیه شکمتان هستید و مدل اندام شما طوری است که اضافه وزن دور شکمتان بیشتر از باسن و کمر و دیگر اندامتان است، باید گفت کار کمی سخت و مربوط به استعدادهای ژنتیکی است. البته این مشکل به معنای "غیر ممکن" نیست.

لازم به ذکر است، دوستانی که مایل به خرید این کتاب هستند می‌توانند به بنیاد پریا مراجعه کنند و یا بصورت آنلاین از وب سایت زیر خریداری نمایند: www.milanibooks.com

مجتمع پویا
خدمات مالی و حسابداری
خرید، فروش و اجاره مسکن
خدمات امور مهاجرتی
6347 Yonge St.
416.225.6600
pouyacommercial.com