ارز ملل
بهترین نرخ حواله فوری ۴۸ ساعته
پرداخت همزمان ارز با کارت عابر بانکهای ایران
416.830.6500
5859A Yonge St.

ایران استار

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

Thursday,16 Nov 2017 - Vol. 23 - No.1162 | 169 Steeles Ave. East, Toronto, ON M2M 3Y5 | www.iranstar.com | Tel: 647.674.4048 | پنجشنبه ۲۵ آبان ماه ۱۳۹۶ – سال۲۳ – شماره ۱۱۶۲

محمدرضا فدوی
مسکونی- تجاری- سرمایه گذاری
416.732.7777
ROYAL LEPAGE
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. پلازای ایرانیان

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

پرداخت همزمان ارز با کارت عابر بانکهای ایران
ارز پاسارگاد
حواله از کویت
۴۸ ساعته
قیمت عالی
905.508.2580
اولین در ریچموندهیل

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

آوار فاجعه در دیار فرهاد

زلزله مهیبی در ساعت ۲۱ و ۴۸ دقیقه شامگاه روز یکشنبه، ۲۱ آبان ماه در ۳۰ کیلومتری شمال غرب "سرپل ذهاب" و ۳۲ کیلومتری جنوب غرب "حلبچه" با قدرت ۷/۳ ریشتر، در ناحیه مرزی ایران و عراق و در داخل خاک عراق رخ داد.

به گفته محققان، گسل مسبب این رخداد هنوز مشخص نیست؛ به گفته دکتر مهدی زارع عضو هیات علمی پژوهشگاه بین‌المللی زلزله و مهندسی زلزله گسل فعال خمیدگی جبهه کوهستان زاگرس و گسل‌های پهنه گسله ذهاب (یا سرپل ذهاب) در همین منطقه قرار دارند. وی گسل "پی‌سنگی ذهاب" را از گسل‌های سامانه گسله خمیدگی جبهه کوهستان زاگرس این منطقه ذکر می‌کند و ادامه می‌دهد: سازوکار این زلزله فشاری و صفحه گسل نزدیک به قائم بوده است.

در شهر سر پل ذهاب ۶۰ هزار نفر و در قصر شیرین حدود ۳۰ هزار نفر زندگی می‌کنند و زلزله‌های حلوان و سر پل ذهاب از جمله زلزله‌های تاریخی این منطقه است. زلزله‌های ۹۵۸ میلادی و ۱۱۵۰ میلادی سرپل‌ذهاب و در سده بیستم زلزله ۱۹۶۷ میلادی با بزرگی ۵.۷ و سال ۱۹۸۳ میلادی با

آوار ← ۱۵

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

صرافی مرکزی
ارسال ارز به ایران و بالعکس
پرداخت در همان روز
با عابر بانک بدون کارمزد
Iran: 0912.753.4000
1.888.318.2969
www.SarafiMarkazi.com
mkexchange@rogers.com
905.482.7847

حسین علی‌نژاد
مشاور املاک آگاه شما
416.223.8885
RE MAX

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

تضمین فروش املاک شما
با ۲۵ سال تجربه کاری من
امید گرگانی
مشاور املاک
416.315.6643
Homes.Re/Bosvisa Realty Inc., Brokerage Box: 905-688-2289

خدمات برق
ESA #7012495
نصب و upgrade تابلوهای برق، پات‌لایت، انواع چراغهای سقفی، لوستر، فن، الکتروموتور، ژنراتور، و fire alarm
کلیه کارهای برقی خانه‌های نوساز
647.764.4787
Electrical Contractor Registration Agency of the Electrical Safety Authority

صرافی یزدان‌پرست (ارز تورنتو) حواله ارزان و سریع از کویت
با مجوز رسمی از بانک مرکزی ایران
تورنتو: 416.300.1070 تهران: 22526080
6091 Yonge St. پلازای ایرانیان

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

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

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

بیمه
بیماری‌های سخت ص.۱۳
محمد رحیمیان
905.370.0011
sherkatebimeh.com

REFINANCING
وام مجدد
صفحه ۱۵
مهندس بهروز علی‌پور
متخصص در وام‌های مسکونی و تجاری
647-922-6739
MORTGAGE ARCHITECTS

صرافی تاج
پرداخت همزمان با دستگاه کارت‌خوان
647.345.3336
۶۰۸۷ خیابان یانگ
پلازای ایرانیان جنب سوپر پارس
ایران: پویا قبادی‌نیا ۰۲۱-۲۲۶۶۱۰۷۲-۷۸

پرداخت همزمان با دستگاه کارتخوان
شعبه ۱
ارز پرسیکا
در پلازای ایرانیان
647.345.9325 – 26
ایران: پویا کریمی 0912-814-0989

زینا شکرابی
MORTGAGE BROKER
1.888.411.ZENA

رستوران دربار
DARBAR
647.351.4242

تقاطع یانگ و شهرد | با کارت عابر بانک
ارز تهران
416.901.6555 | 416.939.3122 | 4750 Yonge St. #120

صرافی اکسچنج
پرداخت همزمان با دستگاه کارت‌خوان
647.202.1318 / 289.597.8090
7181 Yonge St. Unit 150
Shops on Yonge Mall
www.sarafiexchange.com

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

پرداخت همزمان با دستگاه کارتخوان
شعبه ۲
ارز پرسیکا
تقاطع شیرد و ویلودیل، جنب سوپر آوای اصفهان
647.350.4446
ایران: پویا کریمی 0912-814-0989

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
با رعایت کلیه مقررات بانکی کانادا

ارز- شاپور تنباکویی ← ۸
چرا ریال به سراشیبی سقوط افتاده است؟

تاریخ- محمد علی اختری ← ۱۰
شرق شناسی قسمت ۳۳
خاورشناسی روسیه

بیمه- رامین سیروسی ← ۱۲
هدیه‌ای استثنایی برای فرزند شما

بیمه - محمد رحیمیان ← ۱۳
واژه‌ای کسل‌کننده، اما واقعی!

املاک- کامران انواری ← ۱۴
هرکه آمد عمارتی نو ساخت...

روان درمانی- دکتر صفر داعی ← ۱۶
انتقام جویی در واقع تنبیه خود است

دلنوشته- شعله خلیلی ← ۱۷
زلزله

کانادا ← ۲
همه با هم برای ایران

کانادا ← ۳
قیمت خانه‌ها در تورنتو افزایش می‌یابد

کانادا ← ۴
دستگاه تشخیص سرطان پوست برنده جایزه جیمز دیسون ۲۰۱۷ شد

کانادا ← ۴
جایزه ۷/۵ میلیون دلاری برای خرید هندوانه از والمارت

ایران ← ۱۴
حتی یک واحد هم از ۳ هزار واحد مسکن مهر در زلزله سالم نماند

کانادا- گزارش ← ۱۷
کلاهبرداری‌های اینترنتی و تلفنی
مهم

صد و چهل خبر ← ۲۰
• سرفصل خبرهای ۱۴ روز در یک نگاه
• این هفته کجا بریم؟

دانش آموزان ناراضی از اعتصاب، کالج ها را "سو" کردند

ایران استار- دانشجویان ناراضی کالج‌های انتاریو به صورت خود جوش از طریق دادگاه و رسانه‌ها به شدت از مسئولین انتقاد کردند تا فشار بر کالج‌ها را متوقف کنند و معلمان را بعد از گذشت پنج هفته به سر کارهای خود برگردانند.

روز سه شنبه، ۵۰۰،۰۰۰ دانش آموز با تنظیم دادخواستی خواهان بازپرداخت کلیه هزینه‌های از دست‌رفته خود به دلیل تعطیلی کلاس‌ها و همچنین بازپرداخت کامل هزینه‌ها برای کسانی که تصمیم به ترک کالج را دارند را شدند.

در همین حال، در اتاوا، انجمن دانش‌آموزان" آلگون کوین" یک کمپین رسانه‌ای ۲۰۰۰۰ دلاری راه‌اندازی کرده است تا معلمان خود را برای رأی دادن به آخرین پیشنهاد شورای کارفرمایان ترغیب کنند ؛ چرا که این سریعترین راه برای پایان دادن به اعتصاب می‌باشد.

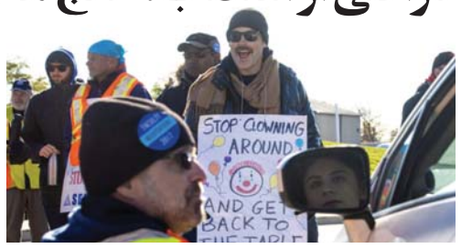
رئیس اتحادیه دانشجویان " ویکتوریا ونتورا" در یک گفتگوی رسانه‌ای گفت: "ما فقط سعی داریم راهی برای بازگرداندن دانش آموزان به کلاس پیدا کنیم." او در مصاحبه تلفنی گفت: "وظیفه ما در انجمن دانشجویان، رساندن صدای دانش‌آموزان به مسئولین است. ما به اعضای هیات علمی احترام می‌گذاریم، ولی این نکته را مدنظر داشته باشید که پنج هفته از اعتصاب گذشته و در این زمان باید با سیاست بهتری با قضیه بر خورد نمود".

روز سه‌شنبه اعضای هیات علمی در سراسر استان به آخرین پیشنهاد کالج‌ها رای دادند - این حرکت پس از مذاکره با اتحادیه کارکنان خدمات عمومی انتاریو انجام شد.

رأی‌گیری به صورت آنلاین یا با تلفن انجام می‌شود و تا صبح پنجشنبه ادامه می‌یابد و نتایج رای‌گیری باید در روز پنج شنبه معلوم گردد.

برای تصویب پیشنهاد می‌بایست حداقل ۵۰ درصد، به علاوه یکی از اعضای هیات علمی آن را تایید کند.

دراین صورت کالج‌ها هفته آینده، کار خود را ازسر خواهند گرفت.



دانش آموزان ← ۱۳

امور حقوقی
ساسان امام
Licensed Paralegal, Commissioner of Oaths
416.444.5555
Access Paralegal Services
لیسانس حقوق از ایران با ۱۱ سال سابقه کار حقوقی در انتاریو

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

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

خدمات ترجمه و مهاجرت درستکار
علیرضا درستکار
کارشناس رسمی مهاجرت عضو رسمی ICCRC و مشاور رسمی وزارت مهاجرت کبک MICC
Email: info@dorostkar.ca , www.dorostkar.ca
Tel: (647) 965-3867 10271 Yonge St., Unit 224, Richmond Hill, ON, L4C 3B5
Tel: (905) 597-1232 7368 Yonge St., Suite 10A, Thornhill, ON, L4J 1V8

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

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

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

ارسال بسته‌های پستی شما در اسرع وقت
تا ۵۰٪ ارزانتر از دیگران
Purolator FedEx Express DHL DTDC
Cell: 647.470.2566 , Fax: 905.235.5554
30 Levendale road, Richmond Hill, ON L4C 4H2

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

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

سرمقاله

همه با هم برای ایران

زندگی، خوشبختانه مجموعه‌ای است از دوستی‌های عمیق، روابطی سالم، رشد، پیشرفت، تلاش، اعتماد، گذشت و عشق. پُر است از خنده های فراموش نشدنی، خاطراتی باشکوه، بدست آوردن‌های بیشمار، تفکرات مثبت و روزهای شاد. زندگی، بدبختانه مجموعه‌ای است از کدورت‌هایی حل نشده، خشم هایی بدون کنترل، فریادهای بی دلیل، نفرت‌هایی سیاه، کینه‌هایی برجا مانده، انتظاراتی نامعقول، سقوط‌های مالی، شکست‌های عشقی، تنهایی و روزهای نداری.

زندگی خاصیت هر دو شرایط بالا را تواما دارد. من و شما، زمانی دوستانی داشته‌ایم که لحظات مشترک شیرینی را با آنها ساختیم. دوستانی که شاید امروز دیگر در دایره دوستانمان نباشند. من و شما تا به امروز خیلی‌ها را از دست داده‌ایم. کسانی که بخش زیبایی از زندگی را با آنها به عنوان یک دوست، عشق، یا خانواده سپری کردیم، شاید در این لحظه کنارمان و یا حتی در ذهنمان نباشند، برخی از این رخدادها، بدست خودمان رقم خورده و بعضی هم از کنترل خواست ما خارج بوده.

زندگی، آنقدر غیر قابل پیش بینی است که یک شب راحت می خوابی و فردایش، عزیزترینت را در کمال ناباوری از دست می‌دهی. به یک بیماری، به یک تصادف و یا یک زلزله...

حالا در این برهه تلخ زمان، تقدیر در لباس زلزله، شادی و بوی زندگی را از قلب و جان ساکنان کرمانشاه ربود. کسانی که می‌توانند خانواده ما باشند، هم اینک در سرما، با امکانات محدود و بدتر از آن با دلی دردمند، بسر می‌برند. گروه‌ها و دسته‌های زیادی هر طور که می‌توانند مشغول جمع‌آوری کمک هستند. بطور معمول، هر شخص برای کمک کردن، شرایطی را در نظر می‌گیرد، عده‌ای حاضر به کمک از طریق سازمان‌ها نیستند، چرا که تجربه حوادث طبیعی قبلی مانند بم و رودبار نشان داد که کمک‌های مالی و غیر مالی، بعضا بدست آسیب دیدگان نرسید و برخی راه درست را در ارائه کمک از طریق آنها می‌دانند. آنچه باید به تاسف، از آن یاد کرد این است که ما مردمی پرشور هستیم که در مقطع مشخصی، با شور و حرارت، تصمیم به یاری دیگران می‌گیریم و متاسفانه پس از مدت کوتاهی همه چیز را فراموش می‌کنیم. همه ما زلزله رودبار، زلزله بم و یا ریختن ساختمان پلاسکو را به یاد داریم، خیلی از ما عکس‌هایمان را به نشانه همدردی در صفحات اجتماعی بارها تغییر داده‌ایم، بارها عکس‌های مصیبت بار هر حادثه را دست به دست چرخانده‌ایم اما پس از مدت بسیار کوتاهی پیگیری وضعیت همان انسانها را که در "مقطعی" برایمان مهم بودند را فراموش می کنیم.

گروه کمک به مردم را خیلی از شما می‌شناسید. گروهی است کاملا مردمی بدون وابستگی به هیچ دسته و حزبی که سالهاست، هر از گاهی یکبار به منظور کمک، دست در دست هم می‌گذارند و اتفاقی خوب را رقم می‌زنند. به واسطه این گروه، تعداد زیادی از بیماران سرطانی، اکنون به سلامتی رسیده‌اند و شاید یکی از شیرین‌ترین اتفاقات، رساندن نمونه مغز استخوان امیر حسین، پسر کوچک ایرانی بود که از آلمان رسید، او هم اینک سالم به زندگی ادامه می‌دهد و دهها اتفاق خوب دیگر که از حوصله این مطلب خارج است.

برای اینکه بتوانم مطلبم را ادامه دهم ناچارم با شما کمی به عقب برگردم تا بتوانم شرایط فعلی را توضیح دهم.

دو ماه قبل، خانمی به واسطه یکی از دوستانم، سوال کرد که آیا در این گروه، برای کمک به رهایی یک زندانی هم کمک جمع می‌شود؟ و من پاسخ دادم نه. این "نه" گفتن، براساس مشورت با یکی دو دوست دیگر و نیز تجربه جمع آوری کمک در این چند سال بود. برحسب تجربه این چند سال؛ مردم (بخصوص هموطنان ایرانی) برای حل مشکل بیماری دیگران، تمایل بیشتری برای کمک دارند تا حتی موارد شادی. و برای رهایی یک زندانی، فاکتورهای زیادی را در ذهن بررسی می کنند که شامل قضاوت‌هایی است که معمولا به جواب "نه" ختم می‌شود و به همین جهت من ظرف دو روز پاسخ دادم "خیر".

ظاهرا همه چیز تمام شد. بعد از آن چندین مرتبه شخصی در زمان‌هایی غیرعادی به من تلفن زد. شماره‌ها از ایران بود اما یا درست وسط کار بودم و یا دیروقت شب بود. تا اینکه او هرکه بود سرانجام برایم پیغام گذاشت. درست به یاد دارم که صدای زنی بود که در همان جملات اول، می‌توانستی بفهمی صدای یک مادر دلتنگ است که گفت کاش اقلا گوشی را برمی‌داشتی که صدایت را بشنوم. او مادر همان زندانی بود. مادری در اوج فقر که حتی در خانه‌شان پولی برای تعمیر یخچال ندارند و البته اینها درد این مادر نبود. پسر جوانش به دلیل ۱۲ میلیون تومان بدهکاری ۳ سال است که در زندان بسر می‌برد. متاسفانه در سیستم ایران، تا زمانی که رضایت شاکی و برگشت طلب صورت نگیرد، متهم از زندان آزاد نمی‌شود.

به او زنگ زدم و گفتم نمی‌دانم آیا این یک کمپین موفق خواهد بود یا نه. نمی‌دانم واکنش دیگران چه خواهد بود، اما اینکار را می‌کنم. چرا که قلبا حس کردم نمی‌توانم به یک مادر بگویم نه . صبح دوشنبه دقیقا زمانی که می خواستم کمپین برای آزادی این پسر جوان را آغاز کنم، متوجه ابعاد زلزله شدم. خوب می‌دانم که چیزهایی در زندگی اهمیت بیشتری دارد. می‌دانم که

شما را ← ۳

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.

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

دعوت به همکاری و سرمایه‌گذاری
تا ۲۱% سود تضمین شده سالیانه به سپرده‌گذاران
به همراه تضامین کافی و بیمه‌نامه معتبر برای اصل و
سود سرمایه جهت توسعه فعالیت در امور اقتصادی و
مالی در یک شرکت معتبر
647-669-7555
سرمایه‌گذاری سریع و بدون واسطه
قابلیت نقد شوندگی در هر زمان
بازدهی بالا و شفافیت اطلاعاتی
سرمایه‌گذاری متنوع برای هر سطح از ریسک
بهره‌مندی از مدیریت حرفه‌ای

خبر

قیمت مسکن افزایش می یابد

ایران استار- بر اساس یک گزارش جدید از سی آی‌بی‌سی، تلاش‌های دولت استانی و فدرال برای متعادل کردن داغ‌ترین بازار مسکن کانادا به میزانی کمتر از حد انتظار موثرخواهد بود و تورنتو و ونکوور به زودی به وضعیت قبلی بازخواهند گشت.

"بنجامین تل" اقتصاددان روز سه‌شنبه در یادداشتی نوشت: این مسئله به این دلیل است که هر دو شهر و به ویژه تورنتو دارای عرضه کمتر مسکن به نسبت تقاضا می‌باشند و همین کمبود مسکن در تورنتو قیمت‌ها را بالا خواهد برد.

بسیاری از تحلیلگران پیش‌بینی کرده‌اند که کاهش قیمت مسکن، به ویژه در شهرهای بزرگ، تورنتو و ونکوور با دور دوم اجرای مقررات وام مسکن در ماه ژانویه ادامه می‌یابد.

"گلدمن ساش "می‌گوید: کانادا دارای پتانسیل ۳۰ درصدی برای کاهش قیمت مسکن است.

اما"بنجامین تل" می‌گوید این کاهش قیمت کم و کوتاه مدت خواهد بود.

به گفته وی، " به احتمال زیاد تغییرات با توجه به قوانین جدید آهسته و ملایم خواهد بود. " ولی در دراز مدت شرایط بازار سخت‌تر خواهد شد.

"بنجامین تل" استدلال می‌کند که هر دو شهر تورنتو و ونکوور از کمبود عرضه مسکن رنج می‌برند به ویژه در تورنتو "تل" افزود:" بیشتر زمین‌های موجود، هنوز برای توسعه آماده نیستند و با توجه به افزایش برنامه مهاجرتی دولت فدرال برای مهاجرت یک میلیون نفر تازه‌وارد در سه سال آینده، فشار بر روی بازار مسکن همچنان ادامه خواهد داشت. بدون تغییر در سیاست‌های مسکن کماکان خرید مسکن مقرون به صرفه نخواهند بود."

دانش آموزان سهمی ازجمعیت هستند که تقاضا برای مسکن را افزایش خواهند داد." او انتظار دارد تقاضا برای مسکن به طور موقت ۵ تا ۷ درصد کاهش یابد

پیش‌بینی‌های دیگر تقریبا متفاوت است. در گزارشی که در ماه سپتامبر منتشر شد، موسسه اعتباری "موودی" پیش بینی کرد که بازار مسکن در کانادا، با توجه به نرخ بهره بالاتر بانکی و قوانین جدید وام در پنج سال آینده شاهد کاهش قیمت ها خواهند بود.

"موودی" گفته علارقم اینکه انتظار می‌رفت قیمت‌ها در ونکوور به طور موقت باقی بمانند، در عرض پنج سال آینده ۳۰ درصد کاهش خواهد یافت. ولی قیمت‌ها در تورنتو افزایش خواهد یافت اما تنها ۷٫۷ درصد طی پنج سال که بسیار کندتر از رشد دو رقمی سال‌های اخیرخواهد بود. یکی از نگرانی‌هایی که در گزارش" سی‌آی‌بی‌سی" مطرح شده، رشد وام‌دهندگان غیرقانونی وام مسکن است. بعد از اینکه قوانین وام مسکن سختگیرانه‌تر شد، تعداد بیشتری از وام‌گیرندگان به وام‌دهندگان جایگزین، از جمله شرکت‌های سرمایه‌گذاری وام مسکن، متوسل شده‌اند.

"تل" محاسبه می‌کند که ۱۰ درصد از وام‌های مسکونی در انتاریو از طریق این وام دهنده‌های غیرمجاز تامین می‌شوند.

۲ ← همه با هم

در چنین مواقعی باید همگی به زلزله فکر کنیم.اما در عین حال، دلم نمی‌خواهد زیر سایه این فاجعه، تقاضای یک مادردلتنگ، فراموش شود. اگر زندگی این مادر دردمند، برایتان اهمیت دارد، می‌توانید با من تماس بگیرید. امیدوارم درمیان خوانندگان این هفته روزنامه، خواننده‌ای خاص داشته باشد. خواننده‌ای که اهل قضاوت نباشد. کسی را به خاطر اشتباهی که سه سال پیش کرده، در ذهنش محکوم نکند. امیدوارم شمایی که اکنون این نوشته را می‌خوانید، مانند من موافق باشید که انسانها در زمان ندارى، اشتباهاتی می‌کنند که گریزناپذیر است. خیلی از شما ماجرای آن شمعدانهایی که کشیش به ژان والژان، علارغم آگاهی از دزدی او، به وی بخشید را خوانده‌اید. ای کاش یکی از شما، همان کشیش باشد که آینده ژان والژان بیست ساله ایرانی را تغییر دهد....

و اما بازمی‌گردیم به کمپینی که برای جمع‌آوری کمک به زلزله زدگان برپا کردیم. اگر مایل به کمک از طریق این گروه هستید، روز شنبه ۲۵ نوامبر، از ساعت ۲ تا ۴، به رستوران شیراز که اسپانسر این برنامه است، دعوت هستید. در انتهای این برنامه، کمک‌های جمع آوری شده شمارش خواهد شد و پس از آن به حساب خانمی که خودشان کرمانشاهی هستند و ساکن تورنتو و البته در حال حاضر به ایران رفته‌اند ، واریز خواهد شد. لازم به ذکر است که این دوست، سابقه جمع‌آوری کمک و رساندن آن به مناطق محروم کرمانشاه و مدارس آن را قبلا داشته. رسید فرستادن کمک‌ها هم مانند همیشه به اطلاع همگان خواهد رسید. طبق گفتگوی یکی از اعضای این گروه با افرادی که در مناطق زلزله‌زده مشغول کمک هستند، خرید کانکس، یکی از بهترین کمک‌ها در شرایط فعلی است، چرا که مشخص نیست چه زمانی آنها سرپناه دائمی خواهند داشت و طبعا در این سرما، زندگی زیر چادرها امکان‌پذیر نخواهد بود.

اینکه شما مایل به کمک در کدامیک از موارد بالا هستید، چیزی است که به قلب و احساستان برمی‌گردد. مایل نیستم که اهمیت یکی را بیش از دیگری جلوه دهم. چهارچوب‌های انسانی، برای هرشخص، اندازه‌هایی ویژه دارد، در قد و قامت خودش. این شما هستید که می‌توانید در قلبتان، به هر حرکتی از جانب خودتان، امتیازی دهید.

به یاد داشته باشیم که واژه "کمک"، هرگز به خط پایان نمی‌رسد. بیایید دست در دست هم، در این دنیایی که دو روز بیشتر نیست، دور از همه قضاوت‌ها و اگر و شایدها با همه قلبمان، به اندازه توانمان، یک لبخند هدیه دهیم....

به امید دیدارتان

شنبه- ۲۵ نوامبر

ساعت ۲، رستوران شیراز.

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.

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

بیمه
اتومبیل و خانه

Paying too much for **Auto and Home** insurance?
Our auto insurance rates are now lower!

Sample *Your Choice Auto* insurance rates† from Allstate.

	2014 GMC Sierra 1500 Crew Cab 4WD	2015 Kia Optima LX 4DR	2010 Toyota Camry LE 4DR	2015 Hyundai Sonata GLS 4DR
Age	Annual Premium			
45	$1,005	$1,056	$1,111	$1,170
35	$1,047	$1,094	$1,153	$1,212
25	$1,141	$1,180	$1,241	$1,301

Call today for a no-obligation quote. It's fast, simple and it could save you money.

Sample *Your Choice Home* insurance rates * from Allstate

	$350,000 Rebuild Cost	$550,000 Rebuild Cost	$750,000 Rebuild Cost
Annual Premium	$570	$801	$1,018

ROGERS Save An EXTRA 25% On Your Allstate Home Insurance With Rogers Home Security Alarm

خود را بیمه کرده و صرفه جویی کنید

Allstate. You're in good hands.

Mosadeq Meer
Motorcycle, Car & Home Insurance
570 Kingston Road
Cell: 416-670-8351
Direct: 647-361-0337

Terms and conditions apply. Coverage, perils, discounts and availability may vary by region. Rates and discounts subject to change. †Rates will not be surcharged if insured submits no more than one claim every six years. ††Claim Forgiveness does not protect your Disappearing Deductible. Rates shown include the following: $1,000,000 liability coverage; $300 comprehensive and $500 collision deductibles; maximum years of licensed experience and driven for pleasure under 12,000 km/year. Rates include: multi-car, "Take Two" Advantage®, renewal credit, Elite and Preferred Plus driver discounts. Specific underwriting criteria apply and are subject to change. This information is intended for promotional purposes. Rates and discounts are applicable to LLY and based on December 2015 rates. Trademark owned by Allstate Insurance Company used under licence by Allstate Insurance Company of Canada. ©2016 Allstate Insurance Company of Canada

خبر- کانادا

جایزه ۷/۵ میلیون دلاری برای خرید هندوانه از والمارت

ایران استار- "فنیکس سیتی آلا" - هنری واکر از اهالی آلاباما در سال ۲۰۱۵ از فروشگاه والمارت در آرکانزاس شکایت کرد و گفت که پای او در زیر پالت(تخته چوبی) هندوانه گیرکرده و شکسته، دادگاه فروشگاه والمارت را به پرداخت ۷/۵ میلیون دلار محکوم کرده است. سوابق دادگاه نشان می‌دهد که این مبلغ روز چهارشنبه پس از رای هیئت منصفه در فینیکس سیتی، آلاباما، به هنری واکر اعطا شده است. رندی هارگرو، سخنگوی فروشگاه وال مارت گفت: این شرکت معتقد است مبلغ خسارات بسیار زیاد است و قصد دارد از دادگاه، درخواست تجدید نظر نماید. چارلز گوره، یکی از وکلای هنری واکر می‌گوید که والمارت باید تخته های چوبی را بپوشاند تا از وقوع چنین حوادثی جلوگیری شود.

دستگاه تشخیص سرطان پوست برنده جایزه جیمز دیسون ۲۰۱۷ شد

ایران استار- جایزه بین‌المللی جیمز دیسون در سال ۲۰۱۷ به یک دستگاه کم هزینه و غیرمضر در تشخیص سرطان پوست رسید. "اس‌کن"به عنوان پروژه فارغ‌التحصیلی برای چهار نفر از دانشجویان پزشکی و مهندسی پزشکی دانشگاه مک‌مستر انتاریو کانادا مایکل تاکلا، روتیمی فادیا، پارتهک متور و شیبتابه تعریف شد:

این دستگاه که بصورت دستی توسط هر شخص در کلینیک قابل استفاده است از اجزای در دسترس و کم هزینه ساخته شده و می‌تواند تشخیص بیماری را با سرعت بیشتری انجام دهد.

سازمان بهداشت جهانی می‌گوید از هر سه مورد سرطان، در سراسر جهان یک مورد سرطان پوست است.

جیمز دیسون، بنیانگذار شرکت "دی سون"، گفت که "اس‌کن" به این دلیل جایزه را دریافت کرد که دستگاه بسیار هوشمندی است و توانایی نجات جان افراد زیادی در سراسر جهان را دارد.

جایزه جیمز دیسون از سال ۲۰۰۲ تاکنون به طراحان فارغ‌التحصیل دانشگاه‌ها که طرح‌های قابل توجه عملی و یا تجارتی داشته‌اند تعلق گرفته است.

آنها با بودجه ۵۰،۰۰۰ دلاری دستگاهی ساخته‌اند که از سنسورهای دما برای تشخیص زود هنگام "ملانوما"، که از مرگبارترین نوع سرطان پوست است، استفاده می‌کند. از آنجایی که سلول‌های سرطانی دارای میزان متابولیسم بالاتری نسبت به سلول های بافت نرمال هستند، نتیجتا گرمای بیشتری نسبت به بافت‌های غیر سرطانی تولید می‌کنند. به این ترتیب تشخیص زود هنگام کلینیکی برای درمان ملانوم بسیار مهم است.

هدف این است که بیمارانی که باید برای بیوپسی فرستاده شوند برای تشخیص اولیه از این دستگاه استفاده کنند.

در کانادا، بیش از ۸۰،۰۰۰ مورد سرطان پوست در هر سال تشخیص داده می‌شود. که از آنها بیش از ۵۰۰۰ نفر دارای ملانوم هستند.

طبق گفته بنیاد سرطان پوست در ایالات متحده، سالانه بیش از ۵/۴ میلیون مورد از سرطان پوست غیر ملانوم درمان می‌شود.

این سازمان می گوید حدود ۸۷،۰۰۰ مورد جدید از ملانوم مهاجم در این سال تشخیص داده شده است.

کانادایی ها بیشتر به اینترنت متصل می‌شوند

ایران استار- "استیست کن "می‌گوید، کانادایی‌ها بیشتر به اینترنت متصل می‌شوند، آنها باید بین کار و زندگی خود تعادل مناسبی ایجاد کنند.

یک نظرسنجی جدید در کانادا می‌گوید کانادایی‌ها بیشتر و بیشتر به سمت زندگی دیجیتالی می‌روند و این امر تاثیر مثبت و منفی بر سلامت آنها می‌گذارد.

آژانس داده‌ها روز سه‌شنبه در گزارش خود گفت که اکثر کانادایی‌ها به طور منظم از اینترنت استفاده می‌کنند و ۹۱ درصد از کانادایی‌های بالای ۱۵ سال، سال گذشته ماهی حداقل دو بار از اینترنت استفاده کرده‌اند. در صورتی که این میزان در سال ۲۰۱۳ ، ۸۶ درصد بوده است. و البته میزان استفاده از اینترنت با سن نسبت معکوس دارد.

در سال گذشته استفاده از اینترنت در محدوده سنی ۱۵ تا ۴۴ سال بیش از ۹۰ درصد بوده است، البته این آمار در سال ۲۰۱۳ نیز به همین میزان بالا بوده. استفاده از اینترنت در محدوده سنی ۶۵ تا ۷۴ سال، در سه سال گذشته از ۶۵ درصد به ۸۱ افزایش یافته و برای افرادی که بیش از ۷۵ سال سن داشتند، استفاده از اینترنت از ۳۵ درصد به ۵۰ درصد افزایش داشته است.

اداره آمار کانادا اطلاعات مربوط به ۱۹۶۰۹ کانادایی را بین ماههای اوت و دسامبر سال گذشته جمع‌آوری کرد. در این نظر سنجی آمده که مردم به شیوه‌های مختلف و با استفاده از تکنولوژی زندگی خود را بهبود داده‌اند، ۷۷ درصد گفته‌اند که تکنولوژی به آنها کمک می‌کند تا با دیگران ارتباط برقرار کنند، ۶۶ درصد بیان کرده‌اند باعث صرفه‌جویی در زمان و ۵۲ درصد گفته‌اند که به تصمیم‌گیری‌های آگاهانه آنها کمک می‌کند و ۳۶ درصد گفتند که به آنها کمک می‌کند تا خلاق‌تر باشند.

کانادایی‌ها همچنین از طیف گسترده‌ای از وسایل به منظور اتصال به اینترنت استفاده می‌کنند. اکثریت قریب به اتفاق افراد ۱۵ تا ۳۴ ساله ازگوشی هوشمند به منظور ارتباط با اینترنت استفاده کرده‌اند در مقایسه این میزان در افراد ۵۵ تا ۶۴ ساله ۶۹ درصد و در افراد ۷۵ ساله فقط ۱۸ درصد بوده است. در مجموع، بیش از سه چهارم کانادایی‌ها در سال گذشته یک گوشی هوشمند داشته‌اند.

در بیشتر موارد، مردم می‌گویند زندگی آنها به دلیل استفاده روز افزون از تکنولوژی های آنلاین بهترشده است. اداره آمار کانادا می‌گوید که تکنولوژی ارتباطات، مرزهای زمان و مکان را از بین برده است" ولی ما باید هزینه‌های داشتن این تکنولوژی را در شیوه زندگی و کارمان پرداخت کنیم. در یک دوره هشت ساله بین سال‌های ۲۰۰۸ و ۲۰۱۶، نسبت کارکنان کانادایی که از تعادل بین کار و خانواده خود راضی یا بسیار راضی بودند، از ۷۸ درصد به ۶۸ درصد کاهش یافته است.

اداره آمار کانادا می‌گوید در حالیکه اکثریت مردم در مورد توانایی برقراری تعادل بین کار و خانواده احساس رضایت دارند، ولی روند نزولی ممکن است پیامدهای نامناسبی برای رفاه کانادایی‌ها داشته باشد."

"میرا اکل "یک کانادایی می‌گوید از لحاظ ایجاد تعادل بین کار و زندگی، فناوری یک شمشیر دو لبه است. یک کارمند خدمات مالی گفت: جریان دائمی ایمیل‌هایی که افراد انتظار پاسخ سریع از آنها دارند نوعی وسواس و اعتیاد در شما ایجاد می‌کند.

شغل‌های آینده قابل انعطاف‌تر ولی موقتی هستند زنان با ۶۶ درصد ،کمی کمتر از مردان با ۷۰ درصد از تعادل بین کار و زندگی شخصی خود راضی بودند. اداره آمار کانادا گفت: "به طور کلی۱۴ درصد از کانادایی‌ها احساس می‌کنند که تکنولوژی در سایر موارد زندگی آنها نیز دخالت می‌کند."

مایکل پیپ، از اهالی تورنتو با جمع بندی موارد مثبت و منفی گفت: "فناوری به شما کمک می‌کند، تا نیازی به حضور در محل کار نداشته باشید اما از طرف دیگر ممکن در هنگام حضور در محل کار آنجا نباشید."

نازی واقف

MORTGAGE MANAGER
Brokerage Licence # 10801
License #M08004237 (Nasi Vaghef)

416.454.6274
8185 YONGE (SOUTH OF HWY7) SUITE 200

Ask Me About The Following Products And Programs:
- Welcome To Canada Program
- Mortgage For Self Employed Program
- New Construction & Renovation Financing Program
- Commercial & industrial mortgages
- Approval & Pre-approveal
- Business Loan and Line of Credit

5 YEAR VARIABLE from 2.15%

- وام مسکن برای تازه واردین به کانادا
- وام برای افراد خوداشتغال
- وام ساخت و بازسازی
- وام تجاری و صنعتی

MORTGAGE ALLIANCE

Agent پذیرفته می شود
Mortgage Agent با آموزش خصوصی، دفتر خصوصی
و کمسیون بالا استخدام می شود

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.

لطفا توجه فرمایید که تلفن ایران استار عوض شده است
تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

۲۵ سال تجربه

صرافی پرسپولیس
ارز راسکو

دفاتر ایران، امارات متحده و کانادا
آماده ارائه بهترین خدمات ارزی

۱ کانادا
۶۹۸۷ یانگ
تقاطع خیابان استیلز
تورنتو، انتاریو

۲ امارات
دیرا، دبی
خیابان بن یاس
ساختمان اَل اُویس
طبقه ۱۲

۳ ایران
تهران، بلوار میرداماد
میدان محسنی
پاساژ میرداماد
طبقه ۱، واحد ۷

دفاتر ما با بهره‌وری از مدرنترین امکانات و همکاری با کارگزاران بین‌المللی
آماده خدمتگزاری به شرکت‌های معظم، بانک‌ها و هموطنان گرامی می‌باشند.
انتقال ارز از ایران با سیستم اینترنتی حساب به حساب در اسرع وقت با بهترین نرخ.

تلفن‌های تهران:
۲۲۸۷۱۹۱۹
۲۲۹۱۰۰۵۰/۷۰
۰۹۱۲۲۳۷۱۷۱۶۳
۷۵۴۹۷
۲۲۸۷۱۶۱۶
۲۲۸۷۱۷۱۷
۲۲۸۷۱۸۱۸

416.229.0000
www.Roscotrading.ca

PERSEPOLIS EXCHANGE ارز پرسپولیس
ROSCO TRADING INTL LTD. Foreign Currency Exchange

گزارش

کلاهبرداریهای اینترنتی و تلفنی

مصی فراهانی
انجمن خبرنگاران قومی آمریکای شمالی

پیشرفت تکنولوژی همانطور که به سهولت زندگی کمک می‌کند و توسط ابزارهای تولید شده سبب دسترسی آسان و سریع افراد جامعه به خدمات و رفع نیازمندی‌هایشان می‌شود؛ از سوءاستفاده افراد کلاهبردار نیز در امان نمانده و امروزه شاهد روش‌های بسیار متفاوت کلاهبرداری‌های اینترنتی و تلفنی هستیم.

همانطور که بسیاری از کارها را می‌توان امروزه بصورت آنلاین و بدون بیرون رفتن از منزل انجام داد، دیگر حتی برای اینکه قربانی یک روش کلاهبرداری شوید نیز نیازی به حضور فیزیکی در خارج از خانه خود ندارید.

سه شنبه، ۱۴ نوامبر در جلسه ای تحت عنوان روش‌های جلوگیری از کلاهبرداری‌های اینترنتی و تلفنی در ریچموندهیل حاضر شدم.

برگزار کننده جلسه گادوین چن (Godwin Chan) عضو شورای شهر منطقه ۶، از چند تن از کارآگاهان و یکی از افسران پلیس منطقه یورک دعوت کرده بود تا آگاهی‌های لازم در زمینه انواع کلاهبرداری‌های اینترنتی و تلفنی را به مردم بدهند.

کارآگاهان پلیس ویدیوهایی نشان دادند و مطالب و آمارهایی را ارائه کردند که بسیار جالب و آموزنده بود. از جمله انواع کلاهبرداری‌هایی که انجام شده و می‌شود، می‌توان به موارد ذیل اشاره کرد:

- کلاهبرداری‌های عاشقانه، معمولا کلاهبردار بعد از چندین ارتباط تلفنی و اینترنتی و ایجاد ارتباط عاطفی و عاشقانه با قربانی، وی را در شرایط احساسی قرار داده و از او تقاضای کمک مالی می‌کند.
- کلاهبرداری تحت نام ادارات دولتی، با قربانی تماس گرفته می‌شود و می‌گویند که افسر پلیس و یا از پلیس بین‌الملل هستند و فرد مذکور در یک جرم مشارکت دارد و برای اینکه در دادگاه بررسی شود باید پولی را بفرستد و در ضمن کلیه اطلاعات و گفتگوها نیز باید کاملا محرمانه باشد و تا نتیجه نهایی جایی درز نشود.
- درخواست انتقال ارز، به عناوین مختلف اینکه جایزه‌ای برنده شده‌اید و باید مالیات آن را پرداخت کنید، یا یکی از اعضای خانواده نیاز مبرم و سریع به انتقال پول دارد، و یا به شما ارثی رسیده و شما باید کارمزد انتقال وجه را پرداخت کنید با قربانی تماس گرفته میشود و کلاهبرداری انجام می‌شود.
- کلاهبرداری تحت نام اداره مالیات کانادا، تکست یا تماس‌های تلفنی انجام می‌شود و به شما می‌گویند که بدلیل موارد نقص در پرونده مالیاتی شما، باید مبلغی را تا زمان اعلام شده پرداخت کنید. در غیراینصورت پلیس شما را دستگیر خواهد کرد و یا جریمه می‌شوید، یا از کشور اخراج می‌شوید و .....

در سال ۲۰۱۵، ۵/۷ میلیون دلار از این طریق و از ۱۹۰۰ قربانی کلاهبرداری شد.

- البته به حضار خاطرنشان کردند که پلیس در پرونده‌های مالیاتی هیچگونه دخالت و پیگیری ندارد و حتی اداره مالیات کانادا تنها از طریق نامه با افراد تماس می‌گیرند (گر چه یکی از حضار در سالن که وکیل بودند اشاره کردند که موردی داشتند که از اداره مالیات با موکل ایشان بصورت تلفنی تماس گرفته شده جهت تایید مدرک هویت ایشان)
- کلاهبرداری از طریق آگهی استخدام در سایت‌های کاریابی و .... از قربانی خواسته می‌شود که از پولی که از طریق چک و یا انتقال وجه الکترونیکی دریافت می‌کند مبلغی را به شرکت یا آژانس بفرستد.
- کلاهبرداری‌های عاشقانه. شخصی که حتی خود مالک نبود اقدام به کلاهبرداری از کسانی که بابت اجاره ملک مراجعه می‌کردند، کرده بود و اجاره بهای اول و آخر را بصورت نقد از چندین نفر انجام داده بود.
- کلاهبرداری و ساختن بلیط کنسرت و بلیط هواپیما بصورت جعلی و فروش آن بصورت آنلاین.
- کلاهبرداری از طریق دعا. بعد از گفتگو با قربانی و ایجاد زمینه، از قربانی خواسته می‌شود که برای رفع مشکل خود یا بستگانش، شی با ارزش یا پول را در همراه بیاورد تا بزرگان این حرفه بر آن دعا بخوانند. سپس به قربانی گفته می‌شود که بسته حاوی شی را تا مدت معلومی باز نکند که تاثیر دعا از بین نرود.
- یکی از موارد کلاهبرداری که اخیرا و طی چند هفته گذشته انجام شده، آدم رباییی مجازی است. با کودکانی که دور از والدین خود اینجا همراه با خواهر یا برادر زندگی می‌کنند تماس گرفته و گفته می‌شود که والدین آنها در در معرض خطر هستند و خود کودک بدون اینکه تماسی با کسی بگیرید باید چند روزی از محل زندگی و افرادیی که با او در ارتباطند دور شود. سپس با برادر یا خواهر کودک تماس گرفته شده و می‌گویند که کودک مذبور دزدیده شده و تقاضای پول از خانواده وی می‌کنند.

دربکی از ۴ مورد اخیر که روی داده به یک دانش آموز چینی ۱۵ ساله خبر دادند که جان والدینش در چین در خطر هست. وی نیز باید تا مدتی که گفته می‌شود با کسی تماس نگیرد و دور از چشم همه بماند. سپس با تماس به خواهر وی و درخواست ۱ میلیون دلار اعلام دزدیده شدن فرزندشان را کردند.

- کلاهبرداری بلیط بخت آزمایی نیز از جمله موارد شایع است.
- دزدی مدارک اعتباری یکی از شایع‌ترین جرم‌ها در آمریکای شمالی است. بسیاری از قربانیان افراد سالمند هستند .

در سال ۲۰۱۴، ۱۴۲ بیلیون دلار از این طریق کلاهبرداری شده. با مدارک هویتی افراد حساب بانکی دریافت می‌کنند، محل‌هایی را اجاره می‌کنند و ....

- بیشترین قربانیان بین رده سنی ۳۵ تا ۷۰ سال هستند. کلاهبرداران از سه خصوصیت افراد در به دام انداختنشان استفاده می‌کنند. زودباوری، مهربانی و طمع.
- از مواردی که به عنوان نکات پیشگیری گفته شد این بود که حتما اطلاعات شخصی و هویتی خودتان را در تکست، تلفن و ایمیل در اختیار افراد ناشناس نگذارید، در فضاهای مجازی اطلاعات دقیق خود و خانواده را قرار ندهید، پسوردهایتان را پس از مدتی عوض کنید، وقتی از اینترنت‌های مجانی در مکان‌های عمومی استفاده می‌کنید (نظیر فرودگاه‌ها و .....) به صفحات بانکی مراجع نکنید و از وارد کردن اطلاعات شخصی خودداری کنید.
- درخواست هرگونه پرداخت مالیاتی از طریق Bitcoin را کلاهبرداری به شمار آورید. این طریق یکی از مواردی است که قابل ردیابی نیست.
- کارت شماره ملی را با خود حمل نکنید .

می‌توانید با مراجعه به سایت antifraudcentre.ca یا تلفن 1-888-495-8502 با پلیس در تماس باشید.

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

دفتر تورن‌هیل
(905) 597-1232
7368 Yonge St.,
Suite 10A, Thornhill,
Ontario, L4J 1V8

دفتر ریچموندهیل
(647) 965-3867
10271 Yonge St.,
Unit 224, Richmond Hill,
Ontario, L4C 3B5

info@dorostkar.ca , www.dorostkar.ca

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 Convictions
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

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

ICBA YALDA GALA

SAT, DEC 16TH 2017 AT 6:00 PM

LE PARC BANQUET HALL

8432 LESLIE ST, THORNHILL, ON L3T 7M6

ICB

شب جشن یلدا

درآمد حاصل از فروش بلیط های این جشن برای کمک به بازماندگان زلزله کرمانشاه اختصاص می یابد.

TICKET FOR PUBLIC $180

SHAHRAM SOLATI

BELLA LEE REAL ESTATE

PARVIZ KITCHENS

DORLAND GROUP

Eddy's DEMOLITION & EXCAVATION 416-656-5755

ACADIAN FLOORING CENTER

RONA

MANSTEEL REBAR

GTA Central Electric

Marble Design

ARISTA

IDEAL PLUMBING & DRAIN

CaneX CONSTRUCTION CANADA STUCCO FINISH SYSTEMS

SOHO TILES

Elegance Elegance Marble & Granite Fabrication of Stone Countertops

ACS

International

5 COURSE DINNER & OPEN BAR

DRESS CODE: SUIT & TIE

NO CHILDREN UNDER THE AGE OF 10

DJ AMIR3000

FOR MORE INFORMATION

905 695 0104

www.icbuilders.ca

7191 Yonge st. Unit 1001

اقتصاد – ارز

چرا ریال بار دیگر به سراشیب سقوط افتاده است؟

گردآوری: ارز ملل
شاپور تنباکویی

افزایش قیمت ارزهای بین‌المللی در مقابل ریال ادامه دارد. در آخرین ساعات معاملات ارزی روز شنبه بازار ارز تهران، هر دلار امریکا ۴۰۸۲ تومان معامله شد که نسبت به روزهای گذشته هشت تومان افزایش داشته است

قیمت یورو نیز در همین بازار ۴۸۰۵ معامله شد که افزایش ۲۰ تومانی را نشان داد. همچنین ربع سکه در همین روز به قیمت ۳۸۹ هزار و هفتصد تومان معامله شد که که نسبت به روزهای پیش از آن نزدیک ۳۰۰۰ تومان افزایش قیمت را به نمایش گذاشت. اما سکه‌های گرمی بدون افزایش قیمت، معادل ۲۵۴ هزار تومان عرضه شد در حالی که طلا در بازار جهانی ارزان شده است و میانگین قیمت جهانی هر اونس طلا در همان روز هفته جاری معادل ۱۲۷۵ دلار و ۱۳ سنت عرضه شد که بیش از یک دلار ارزان شده است

مشاهده این تحولات به این پرسش دامن می‌زند که چرا در شرایط فعلی قیمت ارزهای بین المللی افزایش می‌یابد

تورم به عنوان عامل اصلی کاهش ارزش ریال

عوامل چندی می‌تواند نوسان قیمت ریال در مقابل ارزهای بین المللی را توضیح دهد. عوامل کلان اقتصادی مانند تورم یا عوامل بنیادی مانند عرضه و تقاضا هر کدام در حد خود در تعیین قیمت ارزهای بین المللی نقش دارند. البته عوامل روانی نیز می‌تواند با واسطه عوامل بنیادی که از آن یاد شد به نوبه خود بر نرخ ارزهای بین المللی موثر باشند. تاثیر عوامل کلان و بنیادی پایدار اما نقش عوامل روانی سریع و زودگذر است. تداوم کاهش نرخ ریال در مقابل ارزهای بین المللی گویای این نکته است که عوامل کلان و بنیادی نقش بیشتری در کاهش ارزش ریال دارد. در این میان تورم به مثابه شاخص کاهش قدرت خرید پول ملی ایران نقش به سزایی در گرانی ارزهای بین المللی داشته است

تازه‌ترین آمار بانک مرکزی و همچنین مرکز آمار نشان از تداوم نرخ تورم در ایران- یعنی شاخص کاهش قدرت خرید ریال- دارد که بسیار بالاتر از میانگین تورم در جهان است. بنابراین این افزایش ملایم قیمت ارزهای بین المللی شگفت‌آور نیست و با توجه به نرخ تورم ایران قابل توجیه است. در نتیجه، تا زمانی که نرخ تورم ایران بالاتر از میانگین نرخ تورم بین المللی است، کاهش ارزش ریال نیز ادامه خواهد یافت

به نظر نمی‌رسد که نرخ تورم ایران دست‌کم در بازه زمانی ۵ سال آینده نسبت به تورم بین المللی کمتر شود. بنابراین باید انتظار داشت که قیمت ریال حتی در آینده نزدیک نیز کاهش یابد. البته دولت- در راستای نمایش ثبات ارزش پول ملی- با تزریق ارز به بازار تاکنون به شکل مصنوعی قیمت ریال را بالا نگه داشته است و اگر از این سیاست حمایتی خودداری می‌کرد، قطعا ارزش ریال سقوط بیشتری را نشان می‌داد. گذشته از این‌ها خروج سپرده‌ها از بانک‌ها و سرازیر شدن آن به بازار ارز نیز می‌تواند در کنار تورم مزید بر علت باشد و قیمت ارزهای بین المللی را به سمت بالا سوق دهد. و در نهایت، یک گمانه هم این است که شاید دولت مایل باشد که قیمت ارز گران شود و به همین خاطر از تزریق ارز به بازار کاسته است که این امر به افزایش قیمت ارزهای بین المللی کمک کرده است

چرا دولت در پی گرانی دلار است؟

دولت در شرایط فعلی مشغول تدوین بودجه سال آینده است و در نتیجه باید نرخ معینی را برای قیمت دلار و تبدیل ارز در نظر بگیرد. یک گمانه این است که در راستای تک نرخی کردن قیمت ارز، دولت تمایل دارد که ارز را گرانتر به بازار بفروشد تا کسری بودجه را کم کند و همزمان از آثار مثبت افزایش قیمت ارز مانند جلوگیری از رانت در بازار ارز، کاهش واردات کالا و رقابتی شدن قیمت کالای صادراتی ایران منتفع شود. چه در صورتی که دولت دلار را ارزان‌تر از قیمت بازار عرضه کند، رانتی ایجاد می‌شود که به جیب سوداگران بازار ارز خواهد رفت. افزون بر این پایین بودن قیمت دلار عرضه شده توسط دولت می‌تواند واردات را تشویق و مانع افزایش صادرات شود. بنابراین گران شدن نرخ دلار عرضه شده دولتی دارای پیامدهای مثبتی است به دلایلی که آمد یک گمانه نیز این است که دولت برای تشویق صادرات و کاهش واردات کالا و همچنین تعادل بودجه و ممانعت از رانت در بازار ارز به تدریج به افزایش قیمت دلار رضا خواهد داد و تک نرخی شدن ارز در بازار را خواهد پذیرفت. اما دولت برای اجتناب از تکانه‌های اقتصادی و سیاسی، گام و گام و پلکانی این گران شدن قیمت ارز را خواهد پذیرفت، و کاهش عرضه ارز دولتی به بازار می‌تواند نشانه چنین سیاستی باشد آیا تنها با گران کردن ارز می‌توان کسر بودجه را مهار کرد؟

پرسشی که مطرح است این است که آیا دولت تنها با گران کردن قیمت دلار می‌تواند کسری بودجه را حل کند و آن را به تعادل برساند. کسب درآمد به واسطه گران کردن نرخ ارز یک راهکار است اما بهترین راهکار نیست

مهم‌ترین دلیل کسر بودجه به هرز رفتن منابع آن برای پرداخت رانت به نهادهایی است که بازده مناسبی ندارند، نهادهای رانتی سیاسی و مذهبی که در عین پاسخگو نبودن و فقدان شفافیت منابع عمومی را می‌بلعند. یکی از دلایل مهم تورم در ایران ساختار نامناسب بودجه و همچنین تغذیه نهادهای رانتی با بودجه عمومی است.

گرانی دلار می‌تواند مزیت‌هایی را برای اقتصاد ایران به ارمغان بیاورد اما به شرطی که دولت آن را با سیاست‌های دیگری از جمله تغییر ساختار بودجه همراه کند

بنابراین اولویت دولت ابتدا باید کاهش هزینه‌های جاری و بویژه پرداخت جاری به نهادهای سیاسی و مذهبی باشد و در غیر این صورت درآمد گران کردن ارز، مجددا به جیب رانت خواران می‌رود و نتایج ملموسی هم از گران کردن ارز به دست نمی‌آید. به زبان دیگر افزایش قیمت دلار از سوی دولت و همزمان تغذیه نهادهای رانتی با درآمد ناشی از گران کردن دلار، اقتصاد ایران را به دور باطل خواهد انداخت

محدود شدن بیش تر روابط بانکی چین، مالزی و دبی با ایران

محدود شدن بیش تر روابط بانکی چین، مالزی و دبی با ایران

یک عضو اتاق بازرگانی ایران از "محدود شدن" بیشتر روابط بانکی چین با ایران و همچنین از مسدود شدن حساب‌های بانکی بازرگانان ایرانی در دُبی و مالزی خبر داد. علی شریعتی عضو اتاق بازرگانی ایران این امر را با سفر اخیر رئیس‌جمهور آمریکا به این چین مرتبط دانست اما توضیح بیشتر یا مدرکی در این ارتباط ارائه نداد. وی افزود: "چین از هفته‌ها پیش روابط بانکی خودش را با ما محدود کرده بود. خصوصا با سفر ترامپ به این کشور این، امر شدت گرفته" است

علاوه بر این، بانک‌های مالزی از چند روز پیش به برخی بازرگانان و حتی دانشجوهای ایرانی اعلام کردند که نمی‌توانند به آنها خدمات بانکی ارائه کنند".

این عضو اتاق بازرگانی با اشاره به بسته شدن حساب‌های بانکی بازرگانان ایرانی در دبی، مالزی و چین در روزهای اخیر، "نقل و انتقالات بانکی" را "مهم‌ترین معضل" ایران عنوان کرده‌است

به گفته این مقام مسئول، با گذشت دو سال از امضای توافقنامه برجام، هنوز مشکلات بانکی برای بازرگانان ایرانی حل نشده‌است و بیشتر بانک‌های بزرگ جهان حاضر به قبول ریسک تجارت با ایران نیستند.

شریعتی یکی از محورهای گفت‌وگو میان بازرگانان ایران با هیئت ۷۰ نفره اروپایی که به تهران سفر کرده را نیز همین موضوع عنوان کرده‌است

وی افزوده که حل نشدن مشکلات بانکی میان ایران و غرب، "هم بازرگانان اروپایی و هم بازرگانان ما را درگیر خودش کرده‌است"

پیشتر رکس تیلرسون، وزیر خارجه آمریکا گفته بود هدف رئیس‌جمهور آمریکا از ارائه راهبرد تازه این کشور در قبال ایران، مداخله و اختلال در روابط تجاری اروپا با تهران نیست

دونالد ترامپ، رئیس‌جمهور آمریکا، نیز در گفت‌وگویی تلویزیونی گفته بود وی هیچ مخالفتی ندارد که آلمان و فرانسه به تجارت خود با ایران ادامه دهند و از این کشور پول در بیاورند.

وی اواخر مهرماه سال جاری به برنامه "ساندی مورنینگ فیوچرز" شبکه تلویزیونی فاکس‌نیوز گفت: "به آنها گفتم به پول درآوردن از ایران ادامه دهید. نگران نباشید. فقط به پول درآوردن از ایران ادامه بدهید".

این در حالی است که وزیر امور خارجه آمریکا در ریاض گفته بود ایالات متحده "امیدوار" است که شرکت‌ها و کشورهای اروپایی "به آمریکا که یک ساختار تحریمی ایجاد کرده‌است بپیوندند".

به دنبال تعلیق تحریم‌ها علیه ایران از ژانویه سال ۲۰۱۶ روابط تجاری ایران و اروپا آغاز شده‌است.

بسیاری از شرکت‌های اروپایی از جمله در حوزه خودروسازی و انرژی با ایران وارد معامله شده‌اند.

برخی دیگر نیز شروع به سرمایه‌گذاری در ایران کرده یا صادرات خود به ایران را از سر گرفته‌اند، به طوری که حجم دادوستد بازرگانی اروپا با ایران به دو برابر رسیده و سال گذشته، ۱۶ میلیارد دلار اعلام شد.

مقام‌های اروپایی در جستجوی گزینه‌هایی برای محافظت از شرکت‌های خود در مقابل تحریم‌های فعلی یا جدید آمریکا علیه ایران هستند

با درود به ایرانیان عزیز

این هفته با افت و خیز نرخ ارز در ایران همراه بود. ابتدا در پی تنش میان عربستان و کشورهای عربی با جمهوری اسلامی نرخ ارز به شدت افزایش یافت. اما به تدریج با تزریق دلار به سیستم اقتصادی کشور دلار رو به کاهش گذاشته است و شاهد کاهش ارزش نرخ ریال هستیم. پیش بینی می‌شود نرخ دلار فعلا کاهش یابد. اما در اسفند ماه شاهد اوج‌گیری دلار خواهیم بود.

آخرین نرخ انواع ارز:

دلار نقدی کانادا	از ۳۳۱۰ تا ۳۳۶۵
دلارحواله کانادا	از ۳۳۶۵ تا ۳۳۳۰
دلار نقدی امریکا	از ۴۱۸۰ تا ۴۳۳۰
دلار حواله امریکا	از ۴۱۹۰ تا ۴۲۲۰
طلا	از ۱۶۲۵ تا ۱۶۴۵
درهم	از ۱۱۱۴ تا ۱۱۳۵
نفت	از ۵۴ تا ۵۸

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

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)

سریع ترین حواله به سراسر دنیا

ارز ملل

سرعت . دقت . امنیت

اولین صرافی در سرعت حواله ۲۴-۴۸ ساعته

- خرید و فروش کلیه ارزهای مختلف دنیا بدون محدودیت
- ارسال حوالجات ارزی از ایران و کانادا و امریکا به سراسر دنیا در کمترین زمان ممکن
- دریافت حوالجات ارزی از کشورهای مختلف به ایران
- انتقال و تحویل دستی پول در برخی کشورهای مورد قرارداد با صرافی (دبی، کانادا، انگلیس، ترکیه و . . .)
- انتقال سریع ارز به کشورهای کانادا، دبی، استرالیا، انگلیس، سوئد
- ارائه مشاوره در خصوص کلیه عملیات ارزی شامل انتقال حواله، خرید و فروش نقدی ارز و سکه های بانکی
- ارائه به روز و لحظه‌ای قیمت ارز ، سکه ، طلا و حوالجات ارزی
- خرید و فروش طلا و جواهرات و انواع سنگ‌های قیمتی

416.830.6500
5859A Yonge St.
NorthYork (at Cummer)
arze.melal@gmail.com

ارز ملل
www.melal.ca

شرق شناسی (۳۳)

محمدعلی اختری
تاریخ شناس

گفتگوی من با شما خواننده گرامی در باره شرق‌شناسانی که بیشتر به ایران‌شناسی پرداخته‌اند از کشورهای امریکا، آلمان، انگلیس، فرانسه و ایتالیا ادامه پیدا کرد و از این بخش به بعد درباره شرق‌شناسان اهل روسیه از زمان تزارها و دوران کمونیستی تا کنون خواهد بود. پیش از آغاز به شرح حال شرق‌شناسان روسی کمی باید تامل کنیم تا بطورکلی در باره شرق‌شناسان روس چند مطلب را روشن کنم تا بهتر وعمیق‌تر به اندیشه‌های کلی و نقشه‌های پنهانی روس‌ها در سایه خاورشناسی پی ببریم نخست شرق‌شناسان روسیه پیش از ۱۹۱۷ دوران تزاری در یک زمینه اشتراک داشتند و آن توجیه خواست پنهانی روس‌ها برای بلعیدن خاک کشورها از جمله ایران بود که به گمان نزدیک به واقعیت این حکومت خودکامه و زورگوی روسیه که از بخت بد همسایه ایران شده بود باندازه دوبرابر خاک فعلی کشور ایران را یا با جنگ ویا با حیله و تبانی با دولت سرمایدار و استعمارگر دیگری که در آن سده‌ها تنها قدرت مقابل روسها در شرق بود که امپراطوری آزمند انگلستان باشد از سرزمین ایران پاره کرده و بخود وصله نموده بود و اکثر شرق‌شناسان روس در حیله‌گری و تحقیقات با برنامه پنهانی دست کمی از برخی از شرق‌شناسان ماموران پنهانی شرکت هند شرقی انگلستان نداشتند وبه علت فرمانروائی به سرزمینی با فرهنگ اصیل ایرانی در اطراف ایران از آسیای میانه و منطقه قفقاز و وغارت آثار تاریخی وفرهنگی ایرانی موجود در مناطق متصرفی خود بهتر و عمیق‌تر از خاورشناسان کشورهای دوردست به مطالب تاریخی وفرهنگی و ادبی ایران تسلط پیدا می‌کردند و با بکار گرفتن تحقیقات محلی در سرزمین‌های متصرفی خود با دانشمندان فارسی زبان که با فرهنگ ایرانی بزرگ شده بودند تسلط فکری وفرهنگی خودرا با مبازه با فرهنگ وزبان وخط ایرانی سعی در مغزشوئی و ایجاد ملیت کاذب در میان اقوام ایرانی تابعه خود بزرگترین دشمنی را با تمدن وفرهنگ ایرانی آشکار کردند و با انحراف از حقایق و ایجاد تاریخ جعلی از نو برای مردم تازه به اسارت گرفته خود ملیت‌ها وکشورهای تازه از کارخانه عظیم خاور شناس پروری خود می‌ساختند و ارتباط فرهنگی وملی پاره‌های ایران زمین را با تعویض خط وزبان قطع می‌کردند و بقول برادران تاجیکی ما با تبر مرزها می‌ساختند. بگذریم این دوران تسلط بیرحمانه با اقوام ستمدیده ایرانی تحت استیلای روسیه با انقلاب ۱۹۱۷ روسیه بطور موقت پایان یافت ولی طولی نکشید که با تسلط اندیشه مارکسیستی سیاست قبلی در خاورشناسی روس به مطالعات برای ایجاد تاریخ‌های دست‌ساز برای تطبیق تحولات تاریخ با قالب ماتریالیسم تاریخی و اندیشه مارکسیستی آغاز به کار کردند واین بار ریاکارانه با چاپ وتصحیح بسیاری از کتب تاریخی و ادبی سرزمین‌های ایرانی سعی در جلب قلوب مردمان ستم‌دیده تحت تسلط آسیای میانه و قفقازیه نمودند بطور قطع چاپ کتب فارسی و ترجمه آثار روسی به زبان فارسی واشاعه آن در ایران داخلی و ایران فرهنگی بیرونی از تمام کشورهای استعماری جلو افتادند و حتی از چاپ وتالیف کتب زاویه‌دار با حقیقت برای کودکان و ارسال آن به ایران وپخش آن توسط عمال داخلی خود خودداری نکردند ودر زمینه شرق شناسی و تحقیقات ایرانی سعی کلی شرق‌شناسان دوره کمونیستی در اتحاد جماهیر شوروی سوسیالیستی تقویت کاذب اندیشه‌های ناسیونالیستی در میان اقوام ایرانی داخلی وبالعکس کوبیدن و از میان بردن فرهنگ ملی ایرانی در متصرفات بزور وتزویر تصرف کرده خود سیاست غالب آنها بود و یک‌نواخت کردن زبانی وخطی در میان اقوام ایرانی بیرونی داخل اتحاد شوری در نواحی آسیای میانه و اقوام وطوایف قفقاز که بیش از دوهزار سال در ترکیب فرهنگ ایرانی بوده‌اند از نقشه‌های پنهانی مطالعات خاورشناسی شوروی در زمینه ایران‌شناسی محسوب می‌شد و هدفی جز این نداشتند که از جنبه وسیع قومی و زبانی و فرهنگی ایران برای خلق ملت‌های کاذب و تجزیه کشور به پاره‌های کوچکتر مبنی بر تفاوت‌های قومی وطایفه‌ای استفاده کامل ببرند وباز هم باید بگویم که این اوصاف شامل همه دانشمندان روس اعم از دوره تزاری وکمونیستی نمی‌شد و بودند کسانی مانند میرزا فتحعلی آخوند زاده و... که همیشه دلشان برای کشور ایران می‌طپید و اندیشه‌ای جز ایران دوستی نداشتند وباد آنها و نوشته‌ها وآثارشان مانند میهن‌پرستان ایرانی چون میرزا آقاخان کرمانی و شاهزاده جلال‌الدین میرزا فرزند فتحعلی شاه قاجار همیشه در اعماق قلب ایرانیان پایدار است.

ناگفته نماند که در آغاز گفتگو از خاورشناسی در هرکشوری اشاره‌ای به نحوه سیاست خاورشناسی آن کشورها کردهام و اینجا جای شرح وتفصیل نیست، فقط اشاره می‌کنم که بیشتر سیاست خاورشناسی آمریکا مبتنی بر شناخت کشورهای نفت‌خیز خاورمیانه برای تسهیل غارت ثروت‌های زیرزمینی ملت‌ها و ایجاد وتشدید اختلافات مذهبی و سیاسی ملل ستمدیده خاوری برای تجزیه آنها و جلوگیری از احتمال ظهور قدرت‌های بازدارنده سرمایه‌داری آمریکائی از غارت منبع ملی خاوری است و هدف آلمانها بیشتر اثبات برتری نژاد آریائی ومخالفت با منافع ابر قدرتهای جهانی و تامین و بازپس‌گیری سهمی از این خوان یغما برای آلمان است و انگلیسی‌ها در سال‌های قبل از استقلال هند در زمینه ایران‌شناسی، ایجاد کشورهای ضعیف منطقه‌ای برای ایجاد حریم امن برای غارت هندوستان بخصوص بازی زیرکانه با استعمار روسیه وحفظ برتری خود بر استعمارگران دیگر در منطقه خاورمیانه بود ولی استعمار فرانسه بیشتر برای شناخت تمدن عربی و اسلامی با برنامه‌ریزی خاورشناسی در زمینه شناسائی اعراب و مسلمانان عربی زبان تلاش می‌کرد که مناطقی از شمال آفریقا و آسیای نزدیک در تصرف وتسلط آنها پایدار باشد ولی ایتالیا بعلت اینکه منافع مستقیمی در جهان فرهنگی ایرانی نداشت کمتر از دیگر ابرقدرتهای روز برای منابع سیاسی یا اقتصادی مبتنی بر غارت منابع ملی در ایران کوشش داشت و بیشتر در شناسائی کلی مناطق اسلامی از جمله ایران از جنبه مذهبی ودوران تاریخی پس از اسلام تلاش می‌کرد ودر برنامه خاورشناسی دولتی می‌گنجاند.

خاورشناسی روسیه در زمینه ایران‌شناسی: پیش از مهاجرت اسلاوها به اراضی جنوب روسیه فعلی اقوام وطوایف ایرانی مانند سکاها، اسکیت‌ها، سرمت‌ها، آلانها و دیگران در آن سرزمین‌ها سکنی داشته‌اند. بقول روستوتسف دانشمند روسی، این‌ها برادران شمالی دولت بزرگ هخامنشی بودند، ونیز بقولی منطقه خوارزم در شمال شرق دریای مازندران (خزر)سرزمین اصلی ایرانیان آریائی بوده است که آنرا (ایرانویج یا ایران ویژه) می‌نامیدند. از سده سوم میلادی اقوام اسلاو به این نواحی روی آوردند و با اقوام ایرانی نژاد (اقوام ایرانی بیرونی) ارتباط یافتند. در سده‌های نخستین اسلامی روسها چندین بار به جنوب هجوم آوردند از سده سوم هجری تا دهم هجری این روابط گاه گاهی ادامه داشت تا زمان سلطنت شیروان شاهان در قفقاز در سال ۱۴۶۶ میلادی اولین سفیر روسیه بنام آفاناسی نیکیتین وارد سرزمین ایران شد و بعدها اعزام هیات‌های سیاسی در زمان صفویه ادامه پیداکرد. ولی فعالیت‌های منظم ایران‌شناسی درروسیه در سده نوزده میلادی آغاز گردید ولی در ابتدای این سده با وقوع دوجنگ ۱۸۱۲و۱۸۲۸ بین دوکشور در زمان پادشاهان قاجار این روابط صورت خصمانه گرفت. درسال ۱۸۱۹ استادان دانشگاه قازان به پیترز بورگ منتقل شدند و تدریس زبان و ادبیات فارسی، سانسکریت، عربی، عبری، پشتو، بلوچی، اردو، ارمنی، گرجی،ترکی، لهجه قفقازی و جغتائی، مقولی ومنچوری و چینی و

شرق شناسی ← ۱۷

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 :
تورنتو - تهران $1000
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 نیاگارا، 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

۲۴ ساعته
با فروش آنلاین

سوپر ارزان

در پلازای ایرانیان

اسپشیال برنج لعل کیلا زرد $9.99

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

چلوکباب وزیری $10.99

اسپشیال‌های این هفته سوپر ارزان:

فروش فوق‌العاده این هفته

سورپرایز، سورپرایز، سورپرایز، سوپر ارزان!

رب گوجه الماس و حسنی
هر عدد: $2.99
$2 تا $5

میرزا قاسمی کامچین
سبزی آش کامچین
هر عدد: $2.99
$2 تا $5

انواع دمنوش‌های طبی و ارگانیک نیوشا رسید

تی تاپ
بسته‌ای: 69¢
$3 تا $5

آبغوره یک و یک
$2.99
$2 تا $5

بیسکوئیت مادر بزرگ
بسته ای: $1.99
$3 تا $5

بیسکوئیت مادر کوچک
بسته ای: 99¢
$2 تا $3

زیتون کراون
هر عدد: $2.99
$2 تا $5

رب گوجه صدف یا یک‌ویک
هر عدد: $3.99
$2 تا $7

دلستر
بسته ۱۲ تایی
$9.99

پسته کله قوچی خام و زعفرانی
پوندی
$9.99

خیار شور اروم آدا
هر عدد: $2.99
$2 تا $5

تن ماهی جنوب
هر عدد: $2.49
$3 تا $6

قند کاترین
بسته ای: $1.99
$3 تا $5

رشته آش ان‌سی و سبزدانه
بسته ای: $2.99
$2 تا $5

بیسکوئیت فرخنده و التیا
هر عدد: $3.49
$2 تا $6

سبزی سبزدانه
بسته ای: $3.99
$2 تا $7

سبزی سیبون
بسته ای: $3.99
$2 تا $7

خورشت قیمه و سبزی قورمه
بسته ای: $3.99
$2 تا $7

اسپشیال‌های هفتگی غذا

دوشنبه‌ها	خورشت کرفس + پلو	$6.99	
سه شنبه‌ها	خورشت بامیه + پلو	$6.99	
چهارشنبه‌ها	خورشت آلو اسفناج + پلو	$6.99	
پنج‌شنبه‌ها	خوراک مرغ + سبزیجات	$6.99	
جمعه‌ها	خورشت قورمه سبزی+ پلو	$6.99	

انواع سفارشات کیترینگ و مجالس پذیرفته می‌شود

همه روزه شیرینی‌های گردویی، نارگیلی و بادامی، کیک باقلوایی، داغ و تازه و خوشمزه

نان تازه پخت و با کیفیت سوپر ارزان

پلوپز ایرانی پارس خزر

۴ نفره	$95
۸ نفره	$115
۱۲ نفره	$135

سفارشات آنلاین با دلیوری:
پذیرفته می‌شود
www.arzon.ca

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

هدیه استثنایی برای فرزند شما

رامین سیروسی
مشاور ارشد بیمه

با عرض سلام و آرزوی بهترین اوقات برای هموطنان و عزیز، در این هفته می‌خواهم با شما در مورد بهترین هدیه برای فرزندتان که تازه بدنیا آمده است، صحبت کنم. تمام ما که در این کشور زندگی می‌کنیم، دوست داریم فرزندانمان آینده روشن و خوبی داشته باشند و بتوانند در اینجا زندگی مناسبی کنند. و بهترین راه رسیدن به آینده خوب، داشتن تحصیلات عالی در این کشور است.

آمار به خوبی گواه این مسئله است و نشان می‌دهد افرادی که تحصیلات دانشگاهی دارند بطور متوسط ۲ تا ۳ برابر افراد دیگر درآمد دارند و از سطح زندگی به مراتب بالاتری برخوردارند.

به همین دلیل هم دولت کانادا، مشوق‌های خیلی خوبی را برای افرادی که فرزندانشان به دانشگاه و کالج می‌روند، فراهم کرده است.

حتما متوجه منظور من شده‌اید. منظور من همان حساب پس‌انداز تحصیلی که در اصلاح به آن RESP می‌گویند.

دولت کانادا برای کسانیکه این حساب را باز و در آن برای فرزندشان پس‌انداز کند، مبلغی را به عنوان grant در نظر می‌گیرد. این مقدار ۲۰٪ مبلغی است که شما خودتان به حساب فرزندتان واریز می‌کنید.

اگر شما ماهانه ۱۰۰ دلار به حساب او بریزید، دولت ماهانه حداقل ۲۰ دلار به آن اضافه می‌کند، شما ۱۰۰ دلار می‌ریزید ولی حساب پس‌انداز فرزندتان حداقل معادل ۱۲۰ دلار رشد می‌کند. حتما می‌دانید که شرکت‌ها و بانک‌های مختلفی برای شما RESP باز می‌کنند. اکثر آنها در پایان هر سال حساب می‌کنند که با پول‌های موجود در این حساب‌ها چقدر سود و زیان داشته‌اند. اگر سود برده بودند، همان مقدار سود را به حساب RESP شما اضافه می‌کنند.

پس همانطور که گفتم تقریبا تمام شرکت‌ها در پایان هر سال یک سود نهایی سالانه را به RESP شما پرداخت می‌کنند.

علاوه بر grant دولتی و نیز سود و زیان سالانه، تعداد بسیار یکی از شرکت‌های دست‌اندرکار RESP هستند که یک جایزه ویژه Bonus را به حساب شما واریز خواهند کرد و مقدار آن بستگی به سنی دارد که شما حساب RESP را باز می‌کنید.

هرچه زودتر اقدام کنید، به نفع شما خواهد بود. برای مثال اگر فرزند شما کمتر از ۴ سال دارد و شما امروز برای او با این شرکت، حساب RESP باز کنید، در پایان کار معادل ۱۵٪ تمام مبالغی که واریز کرده‌اید، از طرف شرکت به شما جایزه داده می‌شود.

مثالی می‌زنم، فرض کنید فرزند شما تازه به دنیا آمده است و شما با این شرکت، یک حساب RESP باز می‌کنید. با در نظر گرفتن شرایط مالی، شما تصمیم می‌گیرید که ماهانه، ۱۵۰ دلار برای او در حساب RESP کنار بگذارید.

حال می‌خواهیم حساب کنیم که فرزند شما در سن ۱۸ سالگی چقدر پول برای دانشگاه خود در حساب RESP خواهد داشت.

با پرداخت ماهانه ۱۵۰ دلار، در یک سال شما ۱۸۰۰ دلار به این حساب واریز کرده‌اید. دولت حداقل معادل ۲۰٪ یعنی ۳۶۰ دلار در سال به این حساب کمک می‌کند. بنابراین در پایان سال شما حداقل ۲۱۶۰ دلار در این حساب دارید که مربوط به واریزهای شما و دولت است. همانطورکه ذکر شد، در پایان سال شرکت‌ها اقدام به دادن سود به این حساب‌ها می‌کنند.

اگرچه مقدار این سود گارانتی شده نیست ولی اکثرا در حد ۳ تا ۸ درصد در سال می‌باشد. فرض کنید میزان سود این شرکت بطور متوسط ۵٪ باشد، در اینحالت حدود ۱۱۰ دلار دیگر نیز به حساب شما از طرف این شرکت افزوده می‌گردد، پس حدودا در پایان سال ۲۲۷۰ دلار در این حساب موجودی خواهد بود.

حال می‌رسیم به جایزه ویژه، جایزه ویژه این شرکت برای کودکانی که RESP خود را در سن زیر ۴ سالگی باز کنند معادل ۱۵٪ است، اگر در نظر بگیریم که شما ۱۸۰۰ دلار در سال به حساب کودک خود واریز کرده‌اید و کودک تازه به دنیا آمده شما برای مدت ۱۷ سال این مبلغ را در هر سال خواهد داشت، شما معادل ۳۰۶۰۰=۱۸۰۰x۱۷ دلار به حساب RESP او پرداخته‌اید.

این شرکت در سن ۱۸ سالگی و زمانی که فرزند شما به دانشگاه می‌رود معادل ۱۵٪ این مبلغ، یعنی ۴۵۹۰=۳۰۶۰۰x۱۵٪ دلار جایزه ویژه به حساب فرزندتان اضافه خواهد کرد، یعنی جایزه ویژه فرزند شما اگر در سن کم برای او RESP باز کنید بیشتر از ۴۵۰۰ دلار خواهد بود!

توجه کنید که این جایزه ویژه گارانتی شده است و در هر حال اگر فرزند شما به دانشگاه برود، به او پرداخت خواهد شد. همین‌طور در نظر داشته باشید که فقط و فقط یک شرکت این جایزه ویژه را دارد و اگر شما در بانک و یا جای دیگری RESP باز کنید، بانک به شما این جایزه را نمی‌دهد. اما شما می‌توانید در صورت تمایل، حساب RESP بانک را به این شرکت منتقل کنید و با این کار بدون هزینه اضافی، از جایزه ویژه این شرکت برخوردار شوید.

خوشحال خواهم شد که تجربیات خود را بصورت رایگان با شما درمیان بگذارم. لطفا برای کسب اطلاعات بیشتر با من تماس بگیرید.

رامین سیروسی پزشک از دانشگاه تهران و مشاور ارشد بیمه
416-418-8587

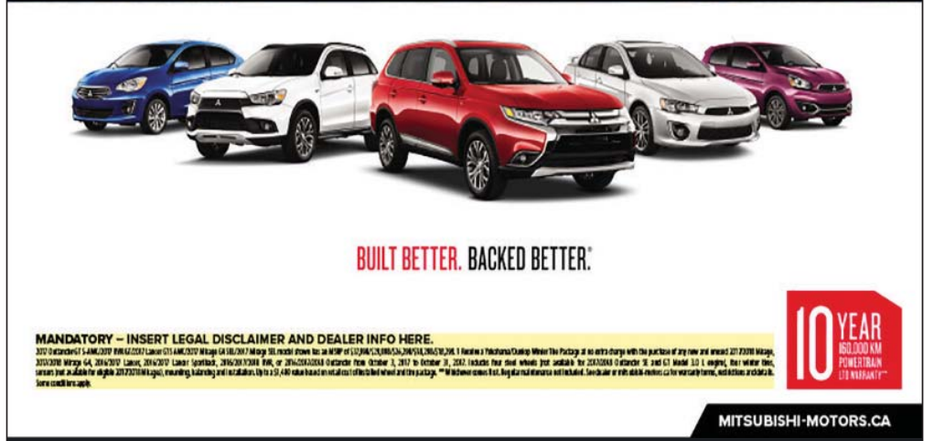
دکتر رامین سیروسی LLQP, IFIC
متخصص و کارشناس رسمی بیمه با سالها تجربه در خشان
416.418.8587
پزشک فارغ‌التحصیل از دانشگاه تهران و آشنا به تمام مسائل پزشکی بیمه‌ها – نماینده رسمی و قراردادی ۳۴ شرکت اصلی بیمه در کانادا

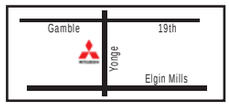
صداقت بهترین تبلیغ است

- 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 از کارافتادگی 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

ریچموند هیل میتسوبیشی





905.770.0005
11262 Yonge St., Richmondhill, ON L4S 1K9

10 YEAR
BUILT BETTER,
BACKED BETTER
MITSUBISHI-MOTOR.CA

دفتر حقوقی حسین نیرومند
justice.
امور حقوقی، استخدامی، صدمات بدنی،
استیناف، وصیت و وراث، امور خانوادگی
416.850.0094

تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

واژه ای کسل کننده اما واقعی

محمد رحیمیان
مشاور ارشد بیمه

سرطان یکی از آن واژه‌هایی است که شرح آن کسل‌کننده به نظر می‌رسد، اما متاسفانه واقعی ! ولی چطور می‌توان این داستان واقعی کسل‌کننده را با دانستن حقایقی و با پیشرفت علم و امید به روزهای بهتر موجب آرامش مالی و بهبودی حد امکان شد؟

- بیشتر از ۱۰۰ نوع سرطان شناخته شده است که می تواند هر قسمتی از بدن را درگیر نماید.
- علت ۱۳ درصد مرگ در سال ۲۰۰۸ در کل جهان، سرطان بوده است چیزی ۷/۶ میلیون.
- بیشتر از ۷۰ درصد مرگ‌های ناشی از سرطان در کشورهای فقیر اتفاق می‌افتد.
- پنج نوع سرطانی که سبب بیشترین مرگ و میر می‌شوند بترتیب فراوانی عبارتند از: ریه، معده، کبد، روده و مری.
- در کل دنیا، پنج نوع سرطانی که در زنان سبب مرگ می‌شوند به ترتیب فراوانی عبارتند از: سینه، ریه، معده، روده و رحم. البته در کشورهای پیشرفته سرطان رحم در ابتدای این فهرست قرار دارد.
- مصرف سیگار و تنباکو در تمام دنیا مهمترین علت ایجاد سرطان است که قابل پیشگیری است.
- یک پنجم همه‌ی سرطان ها در دنیا حاصل یک عفونت مزمن است برای مثال، ویروس پاپیلوما یا HPV سبب ایجاد سرطان رحم و ویروس هپاتیت B یا HBV سبب سرطان کبد می‌گردد.
- شایع‌ترین سرطان‌ها مانند سینه، رحم و روده اگر به موقع تشخیص داده شوند قابل درمان هستند.
- در همه‌ی بیماران سرطانی که دچار درد هستند، استفاده از داروهای مسکن، سبب کنترل درد و راحتی می‌شود.
- بیشتر از ۳۰ درصد سرطان‌ها قابل پیشگیری هستند. با عدم مصرف سیگار، داشتن رژیم سالم، فعالیت فیزیکی و زیاده‌روی نکردن در مصرف الکل ابتلای سرطان کاهش می‌یابد

در بیمار مبتلا به سرطان، سلول‌های سرطانی به طور گستاخانه‌ای به رشد و تقسیم می‌پردازند. با تحقیقات علمی در طی دهه‌ای اخیر، از رازهای بسیاری از این بیماری مرموز و دهشتناک پرده برداشته شده است. ضمن کشف علت بسیاری از عوامل ایجاد سرطان، راه‌های مبارزه و درمان آن نیز پیشنهاد شده و داروهای اختصاصی بسیاری تهیه و تولید شده اند. افزایش امید به بهبودی در بیماران مبتلا به سرطان حاصل همین تلاش‌ها است.

اگر سلول‌های سرطانی بصورت یک تومور سفت باشند یا در یک اندام بصورت مجتمع قرار گرفته باشند، جراحی و حذف تومور یکی از راه‌های پیشنهادی است. پرتو درمانی، شیمی درمانی و ایمنی درمانی از راه‌های دیگر مبارزه با سرطان هستند. در حال حاضر برای بسیاری از سرطان‌ها داروی اختصاصی تهیه شده است.

بی‌شک بیمه مناسب می‌تواند چاره خوبی باشد و تا زمانی که آثار و علایم بیماری در شخص دیده نشده، می‌توان لااقل پیش بینی لازم را از نظر مسایل مالی به عمل آورد تا برای درمان، جدا از مشکلات روحی و روانی که برای شخص از جهت این بیماری‌های خطرناک پیش می‌آید، لااقل دغدغه‌های مالی نداشته باشیم.

بیمه بیماری‌های سخت کودکان، می‌تواند از یک ماهگی قابل صدور باشد و از طرفی دیگر پس اندازی در این بیمه وجود دارد که فرصتی به همگان می‌دهد تا با توجه بیشتر، ضمن برنامه‌ریزی جهت عزیزان خود دقت کافی را مبذول دارند.

در نظر داشته باشید برای دریافت وجه بیمه پرداختی حق انتخاب‌های بسیار متنوعی دارید. در صورت عدم مطالبه پول از شرکت بیمه در واقع هر دو طرف معادله دریافت کننده هستید.

این مبلغ دریافت حق بیمه پرداختی می‌تواند:

- صرف هزینه تحصیل فرزند و یا فرزندان شود.
- صرف پیش‌خرید خانه شود
- برای شروع بیزینس می‌تواند مناسب باشد

به دو طرف معادله اشاره شد و طرف سوم و چهارم هم وجود دارد که آن هم برگشت پول و یا اصل مبلغ بیمه شده بین ۲۵ هزار دلار تا ۲۵۰ هزار دلار است که در صورت خدای ناکرده فوت بچه به شرح زیر پرداخت خواهد شد.

توجه شود این مطلب ربطی به بیمه عمر ندارد و شما می‌توانید بیمه‌های دیگری هم به آن اضافه کنید. ولی خود بیمه می‌تواند چهار حالت باشد که قابل انتخاب خریدار بیمه نامه است:

همانطور که ملاحظه کردید بیمه‌ها ،طراحی‌های مختلفی دارند، بنابراین به نفع ما است که در زمان اخذ بیمه از مشاوری متخصص کمک بگیریم.

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

• محمد رحیمیان کارشناس ارشد بیمه و سرمایه‌گذاری و عضو رسمی مشاوران متخصص بیمه و امور مالی کانادابه شماره ثبت ۲۰۶۵۸۱۷ است.
www.insufin.com
www.sherkatebimeh.com
9053700011

۱ ← دانش آموزان

درغیر این صورت اعتصاب ادامه خواهد یافت و ممکن است مذاکرات از سر گرفته شود، اما مشخص نیست که قدم بعدی دولت چه خواهد بود.

"دب متیوز" وزیر آموزش عالی گفت" دولت باید با همین روند حرکت کند و به هر صورت آنچه که ما می‌توانیم انجام دهیم بسیار محدود است" او گفت: "ما نمی توانیم فقط قوانین برگشت به کار را تغییر دهیم، چون ما خواهان پایان دادن به اعتصاب هستیم."

دولت هم اکنون قصد بازپرداخت هزینه‌های مرتبط با اعتصاب که در محدوده ۵ میلیون دلار است را ندارد، "دب متیوز" ، وزیر آموزش عالی گفت: "دانش آموزان کسانی هستند صدمه می‌بینند ." بدیهی است که ما بسیار، بسیار نگران دانش‌آموزان هستیم و آنها دراین بین گرفتار شده‌اند."

"کتلین فلون"، دانشجوی سال اول کالج "فن شاو" در لندن، که یکی از شاکیان است گفت : برای دوره تربیت بدنی مبلغ ۲۵۰۰ دلار، برای پارکینگ ۳۵۰ و برای خرید کتاب ۵۰۰ دلار پرداخت کرده است. او گفت

"صادقانه، ما فقط می‌خواهیم هزینه تحصیل به ما برگردانده شود. " حتی اگر هزینه‌ها به ما برگردانده شود با زمان از دست رفته چه کنیم؟"

یک منتقد تحصیلی گفت: "خطر از دست دادن یک ترم در حال حاضر بسیار واقعی به نظر می‌رسد. و دانش‌آموزان نگران این هستند که مجبور به پرداخت وامی شوند که تحصیلی به دنبال نداشته است.

به نظر می‌رسد که برای پاسخ به آنها چاره‌ای جز انتظار تا پنجشنبه نیست.!

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

لیستینگ‌های فروش و اجاره استثنایی در این هفته

Danforth / Victoria Pk

فروش
خانه ۳+۱ خوابه، در ۲ طبقه
با ۳ سرویس
با زیرزمین تکمیل شده
$719,900

Bayview / Major Mac

فروش
خانه نیمه مستقل کاملا نوساز
۴ خوابه با ۵ سرویس
با هزاران دلار نازک کاری
$999,000

Bathurst / Jefferson

فروش
خانه مستقل ۴+۱ خوابه
با ۵ سرویس
قیمت بسیار بسیار مناسب
$1,499,000

Pine Valley / Hwy 7

اجاره
خانه ۴+۱ خوابه،
با ۴ سرویس، در زمینی بزرگ،
با آشپزخانه و پذیرایی بزرگ
$2,700 / mo

Warden / Hwy7

اجاره
خانه نیمه مستقل ۳ خوابه،
با ۳ سرویس، در منطقه عالی،
با سقف بلند
$2,200 / mo

Markham / 16th Ave

اجاره
خانه نیمه مستقل نازه ساز،
۳ خوابه با ۳ سرویس،
آشپزخانه و اتاق خواب بزرگ
$1,950 / mo

Holland St East

بیزینس
رستوران «فیش اند چیپس»،
در مرکز بردفورد، با دید عالی
تا ۴۰۰۰ دلار فروش هفتگی
$99,000

Bristol / River Grove

بیزینس
رستوران جا افتاده ژاپنی،
در مرکز آرورا با پارکینگ بزرگ
با ۸۰ هزار دلار فروش ماهیانه
$100,000

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

پاسخی به چند پرسش در زمینه پیش خرید آپارتمان

کامران انواری
بروکر املاک

دوستان عزیز وقوع زلزله وحشتناک و تأسف بار اخیر در سرزمین مادری همه را در ناراحتی عمیقی فرو برده است، به نظر من زلزله شاید وحشتناک‌ترین بلای طبیعی است، طوفان، گردباد، سیل نشانه هایی و فرصتی برای فرار می‌دهند اما در زلزله ناگهان و در عرض چند ثانیه یک نفر ممکن‌است تمام عزیزان و هستیش را از دست بدهد. همه هموطنانی که در چند روز گذشته با آنها صحبت کردم در اندوه و ناراحتی از این اتفاق ناگوار بودند و به دنبال راهی برای کمک می‌گشتند. به امید اینکه بتوانیم با کمک‌های مادی و معنوی خویش مرهم کوچکی بر درد هموطنان رنج دیده باشیم دنباله مطلب هفته‌های اخیر را پیگیری می‌کنم .

به دنبال مطالبی که تحت عنوان پیش فروش آپارتمان مطرح شد، خوانندگان بسیاری با من تماس گرفتند و سئوالاتی عموماً شبیه به هم در این رابطه مطرح کردند که بی مناسبت ندیدم کمی با هم راجع به آنها صحبت کنیم. سئوالی که بیش از همه مطرح میشود اینست که چه تضمینی وجود دارد که آپارتمانها را سر موقع تحویل دهند؟

تا آنجایی که من اطلاع دارم هیچ سازنده‌ای موقع پیش فروش واحدهایش تضمین نمی‌دهد که آنرا سر موقع تحویل می‌دهد. به عبارت دیگر هنگام پیش خرید باید بدانید که امکان تأخیر در تحویل واحد وجود دارد که البته دلیل اصلی آن اینست که سازندگان، بسیاری از عوامل مثل وضع آب و هوا یا اعتصابات احتمالی و.... را از کنترل خودشان خارج می‌دانند و دلیلی نمی‌بینند که به تضمینی مقید شوند که در آینده ممکنست برایشان دردسر ایجاد کند. اما می‌توانید با مشورت با وکیل خودتان قیدهایی در قرار داد بگنجانید که در صورت تأخیر، شما را از مدتی قبل کتباً مطلع نماید. قراردادی که شما با بیلدر امضاً می‌کنید بسیار حجیم است و آنرا وکلای بیلدر برای حفظ منافع ایشان تهیه کرده‌اند، برای همین به شما پس از امضا قرارداد ده روز فرصت می‌دهند تا آنرا با وکیل خود مرور کنید. معمولا هزینه‌های انجام معامله هنگام پیش خرید بالاتر از هزینه‌های کاندوهای موجود بازار است و قیمت‌هایی هم که بیلدر به شما می‌فروشد از قیمت‌های موجود بازار بالا تر است، امکان تغییر جزئی در نقشه و مصالح هم معمولا وجود دارد که اینها را بیلدر در قرارداد گنجانده ومسائل بسیار دیگری هم وجود دارند که قبل ازخرید باید حتما در مورد آنها آگاهی کامل داشته باشید.

سئوال دیگری که مطرح می‌شود اینست که آیا قیمت این واحدها در آینده با موقع تحویل بالا می‌رود یا خیر؟

البته مشاور املاک شما می‌تواند با تحلیل کردن قیمت منطقه اطلاعات مفیدی در اختیار شما بگذارد و همچنین با کمک آمار و احتمالات حدس و گمان‌هایی راجع به وضعیت قیمت‌ها در آینده داشته باشد اما در واقع هیچکس نمی‌تواند وضع قیمت‌ها را به طور قطعی پیش‌بینی کند.

سومین سئوال اینست که آیا پیش خرید این واحدها برای سرمایه‌گذاری مناسب است یا نه؟

اگر برای سرمایه‌گذاری واحدی را خریداری می‌فرمائید مانند هر سرمایه‌گذاری دیگری باید برای خودتان طرح و برنامه‌ای در نظر داشته باشید. بطور مثال اگر منظور از سرمایه‌گذاری اجاره دادن آن بعد از تحویل گرفتن واحد است در اینصورت به چه بخشی از بازار اجاره توجه دارید؟ اگر هدف سرمایه‌گذاری را برای خودتان تعریف کرده باشید شاید پیش‌خرید بهترین گزینه شما نباشد. یا ممکنست منظورتان از سرمایه‌گذاری اینست که با امید به افزایش قیمت در هنگام تحویل بتوانید آنرا بفروشید و سودی ببرید در اینصورت بهتر است واحدی را خریداری کنید که در آینده بتوانید آنرا سریعاً به فروش برسانید. به دنبال ارزانترین و نامرغوبترین واحدها نروید، فقط تصور کنید بیست نفر دیگر هم با همین تفکر شما در این ساختمان پیش خرید کرده باشند در آنصورت هنگام فروش واحدتان با رقبای زیادی مواجه خواهید شد و شانس شما اینست که واحد مرغوبی در اختیار داشته باشید. لوکیشن، لوکیشن، لوکیشن. این پارامتریست که همواره باید به آن بسیار توجه کنید، آیا باید این خرید را در بخشی از شهر انجام داد که توسعه کافی در آن انجام شده یا در قسمتی از شهر که ظرف چند سال آینده رونق خواهد گرفت. اگرچه قیمت ملک در چند سال اخیر به شدت بالا رفته است اما این افزایش در مناطق مختلف یکسان نبوده است، اگر شما این خرید را به قصد سرمایه‌گذاری انجام می‌دهید روشن است که شما مناطقی که در آینده احتمال رشد قیمت بیشتری برایش متصور است و همچنین مناطقی که تقاضای اجاره برای آن بیشتر است در نظر خواهید گرفت. استفاده از یک مشاور املاک با تجربه در اینمورد هزاران دلار به شما استفاده می‌رساند.

هر زمان که چند پروژه پیش فروش آپارتمان به طور همزمان وارد بازار می‌شوند تب اینگونه خرید به شدت بالا می‌رود، با آغاز فصل پاییز چندین پروژه عالی و درجه یک وارد بازار شدند و دوباره موجودی بازار و میزان خرید و فروش را افزایش دادند. این بازار قبل از پایان سال روزهای بسیار شلوغی را سپری خواهد کرد. در حال حاضر فروش پروژه‌های متنوعی در نقاط مختلف شهر آغاز شده است با قیمت‌های بسیار متفاوت. برای هر فوت مربع کاندو در مرکز شهر تورنتو و بهترین لوکیشن این قیمت به هزار و دویست دلار برای هر فوت مربع می‌رسد در حالیکه در مناطق اطراف تورنتو این رقم تا ششصد دلار برای هر فوت مربع کاهش می‌یابد. لوکیشن مهمترین تاثیر را درقیمت دارد همینطور امکانات کاندو. تقریباً در تمام پروژه‌های مرکز شهر پارکینگ را جداگانه می‌فروشند و کاندوهای مختلف امکانات رفاهی متنوع و متفاوتی را ارائه می‌کنند هنگام پیش خرید کاندو مسائل فراوانی را باید مد نظر قرار داد و معمولا خریداران پرسش‌هایی دارند که باید قبل از خرید جواب آنها را بدانند. این خریدی است که معمولا چند سال طول می‌کشد تا به نتیجه برسد و باید پیش بینی خیلی از مسائل بشود، اگر بیلدر در تحویل واحدها تاخیر کند، اگر ورشکست شود، اگر واحدها آنطور که قول داده شده تحویل نشود؟ ده‌ها اگر و اما در این رابطه وجود دارد ، گاهی ده‌ها پروژه پیش‌فروش با قیمتها و شرایط متفاوت در این شهر بطور همزمان عرضه می‌شود چطور بهترین پروژه و بهترین شرایط را انتخاب کنیم؟ نحوه پرداخت چگونه است؟ اگر هنگام تحویل نتوانیم وام بگیریم چه می‌شود؟

چنانچه علاقمند به پیش خرید کاندو هستید برای وقت ملاقات تماس بگیرید تا قبل از هر اقدامی اطلاعات کاملی از این نوع خرید دریافت کنید. همواره در دفتر کارم آماده ملاقات با شما هستم. به امید دیدار.

کامران انواری، بروکر املاک در شهر تورنتو است
647-808-3450
anvariteam@gmail.com

حتی یک واحد هم از ۳ هزار واحد مسکن مهر در زلزله سالم نماند

رئیس بخش زلزله مرکز تحقیقات راه و شهرسازی گفت: از ۳ هزار مسکن مهر اسلام آباد غرب حتی یک واحد هم پس از زلزله سالم باقی نمانده است، گفت: برای کوتاه کردن زمان احداث ساختمان‌ها، دیوارهای حائل به تیر و ستون متصل نشدند و همین عامل ریزش دیوار بناها شده است.

وی افزود: بیمارستان نوساز اسلام آباد غرب که ۵ ماه از تحویل آن می گذرد، پس از زلزله به طور عمده تخریب شده است به طوری که دیوارهای حائل و نمای این بنا ریزش داشته و تعدادی از ستون‌های ساختمان شکسته است. این در حالی است که شتاب زلزله به قدری نبوده که باعث شکسته شدن ستون‌های یک ساختمان شود.

او با بیان این که متاسفانه هیچ واحد مسکن مهری در اسلام آباد غرب سلامت نیست و ایمنی ندارد، گفت: اسلام آباد غرب ۳ هزار مسکن مهر دارد که تمام بلوک‌های آن تخریب شده است و در حال حاضر هیچ واحدی ایمن نیست و مردم ساکن این واحدها تخلیه شده‌اند.

بیت‌الهی تاکید کرد: عمده‌ترین خرابی‌ها در ساختمان‌های مناطق زلزله‌زده به ویژه واحدهای مسکن مهر، ریزش دیوارهای حائل بوده است که متاسفانه طبق قوانین و مقررات ساخته نشده‌اند.

رئیس بخش زلزله مرکز تحقیقات راه و شهرسازی با بیان اینکه علت ریزش دیوارهای حائل عدم اتصال دیوارها به تیر و ستون است، ادامه داد: وقتی که دیوار به تیر و ستون متصل نباشد در هنگام وقوع زلزله به راحتی ترک می‌خورد و ریزش می‌کند. متاسفانه عدم رعایت مقررات ساخت، باعث شده تا شاهد خرابی‌های عمده باشیم.

وی افزود: یکی از دلایلی که در ساخت و سازها اتصال دیوار به تیر و ستون را رعایت نمی‌کنند، اجرای سریع و ساخت در بازه زمانی کوتاه است. ترجیح می‌دهند که با آجرچینی سریع دیوارها، مدت زمان ساخت و تحویل پروژه را کوتاه‌تر کنند. بیت‌الهی تاکید کرد: این نشان می‌دهد که اساسا سیستم نظارت بر نحوه ساخت و ساز وجود ندارد.

لطفا توجه فرمایید که تلفن ایران استار عوض شده است
تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

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 / Finch $489,000
آپارتمان ۲ خوابه، با ۲ حمام، واحد گوشه، بسیار زیبا و دیدنی

Yonge / Gamble $980,000
خانه مستقل ۴ خوابه، بَر ۵۷ فوتی، دو گاراژ، کف چوبی، در منطقه‌ای عالی

Dufferin / Steeles $849,999
خانه ۳ خوابه مستقل، زیر تکمیل و وا... اوت

Yonge / Jefferson $999,999
خانه ۴ خوابه، ۳ سرویس، در محلی تازه‌ساز و رو به رشد، کف چوبی

Yonge / North Lake $998,000
خانه یک طبقه، ۳+۲ خوابه در زمین ۵۰x۱۵۰، با ۲ حمام، ورودی جداگانه برای زیرزمین

Yonge / Elgin Mills $1,085,000
خانه بسیار زیبا، ۴ خوابه، ۴ سرویس، با زیرزمین تکمیل شده

York / Bremner $568,000
کاندو آپارتما... ۱+۱ خوابه با... پارکینگ و... و انباری، در یکی از بهترین مناطق

Call Now To Book
Your Private
Home Tour!

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

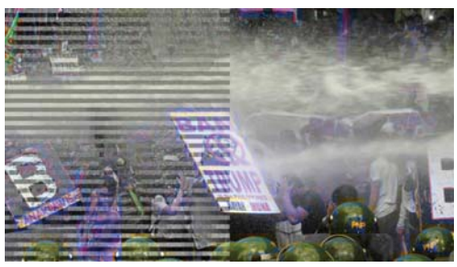
امور مربوط به وصیتنامه
(Wills, Power of Attorney, Trusts)

گواهی امضاء، کپی برابر با اصل، تنظیم دعوتنامه

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

فیلیپین:

ترامپ، به خانه ات برگرد ترودو، ترودو، خوش آمدی



ایران استار:
معترضان در مانیل خواستار "ممنوع کردن" ورود ترامپ به فلیپین شدند.
پلیس برای متفرق کردن صدها نفر از معترضان به حضور دونالد ترامپ در اجلاس سران در مانیل که در روز دوشنبه برگزار شد از ماشینهای آبپاش و امواج صوتی استفاده کرد.
معترضان با شعارهای "ترامپ به خانه‌ات برگرد"،" ورود تروریست ممنوع"،" مرگ بر آمریکا "و آتش زدن پرچم آمریکا از او استقبال کردند. پلیس گفت که تقریبا ۲۰۰۰ نفر در این تجمعات حضور داشتند.
معترضان با حمل عکس‌هایی رنگارنگ از رییس جمهور آمریکا، که با چهار اسلحه به شکل صلیب شکسته تزئین شده بود، از طریق خیابان‌های پایتخت فیلیپین به اعتراض پرداختند.
کمتر از ۳ کیلومتر دورتر محل مذاکرات دو رهبر، ریچارد دورته، رییس جمهور فیلیپین و ترامپ، تظاهرات ادامه داشت. یک خبرنگار خبرگزاری اف.بی.آی در این زمینه گفت که حداقل شش افسر پلیس زخمی شدند.
این رفتار، دقیقا برعکس واکنش فیلیپینی‌ها در برابر حضور ترودو در کشورشان بود.
جاستین ترودو نخست وزیر کانادا، برای دومین بار در دو سال گذشته در یک فروشگاه زنجیره‌ای قست فود در مانیل با مردم گپ زد و عکس گرفت.
ترودو، در نشست رهبران منطقه‌ای پس از بازدید از یک کلینیک زنان که از برنامه‌های مرتبط با خانواده‌ها حمایت می‌کند، به قست فود " جولی بی" رفت و تقریبا با همه دست داد و همه را در آغوش گرفت.
پس از سفارش مرغ سوخاری و بستنی توت‌فرنگی، با طرفداران خود صحبت کرد.
ترودو قبل از رفتن و عکس گرفتن با کارکنان" جولی بی"گفت:" می‌توانم غذا را با خود ببرم ؟ و آن را در ماشین بخورم.
در طی آخرین دیدار ترودو از مانیل، یک نظرسنجی تویتری از مردم خواست تا جذاب‌ترین رهبر در نشست همکاری اقتصادی آسیا و اقیانوس آرام در سال ۲۰۱۵ را مشخص کنند. و در این نظر سنجی ترودو اول شد.
در خارج از فروشگاه، صدها نفر از مردم فریاد زدند "ترودو، ترودو " روی پلاکاردها نوشته شده بود "به فیلیپین خوش آمدی"
ترودو در ماه ژانویه از اولین فروشگاه" جولی بی" در وینیپگ دیدارکرد و این دیدار منجر به مهاجرت صدها هزار فیلیپینی شد.
" جولی بی"یک شرکت ۵ میلیارد دلاری است که مک دونالد فیلیپین نامیده می‌شود.

۱ ← آور

بزرگی ۵.۱ از جمله زلزله‌های تاریخی این منطقه است.
اگر به خاطر داشته باشید، زلزله ۶.۵ ریشتری بم، موجب کشته شدن ۴۰ هزار نفر و زلزله ۷.۲ ریشتری کرمانشاه موجب کشته شدن۴۳۲ نفر (تا لحظه انتشار این گزارش) و جراحت ۷ هزار و هشتصد و هفده نفر، شده است و این سوال را در ذهن ایجاد می‌کند که با وجود بزرگ بودن زلزله کرمانشاه نسبت به بم، چرا تعداد تلفات آن کمتر از زلزله بم بوده است.
دکتر مهدی زارع در این زمینه عنوان کرد: تعداد تلفات این دو زلزله نشان می‌دهد کانون زلزله در استان کرمانشاه در سرپل ذهاب نبوده است؛ چرا که اگر کانون این زلزله در این شهر بود، باید فاجعه بدتری را تجربه می‌کردیم.
به گفته وی، کانون زلزله کرمانشاه در منطقه کوهستانی مرزی میان ایران و عراق بوده است، از این رو نسبت به زلزله بم در این زمین لرزه وضعیت بهتری داشتیم. به اعتقاد محققان این حوزه، کانون زلزله بم در نزدیکی تمرکز جمعیتی قرار داشت و از آنجایی که در بامداد رخ داد، موجب افزایش تلفات شده است. ولی از سوی دیگر به باور این محققان، میزان تخریب یک زلزله به عواملی چون عمق، اثر خاک، تراکم جمعیت، میزان آسیب پذیری ساختمان‌ها در برابر زلزله و عمق زلزله‌ها بستگی دارد. در صورتی که عمق زلزله‌ای زیاد باشد، در پهنه گسترده‌تری رخ خواهد داد، ولی شدت کانونی آن کمتر است و در صورتی که عمق زلزله‌ای کم باشد، معمولا وسعت بیشتری را تخریب می‌کند.
در اینجا بد نیست یادآوری داشته باشیم به مهمترین زلزله هایی که ایران تا کنون پشت سر گذاشته:

زلزله سیلاخور
در سال ۱۲۸۸ با بزرگی ۷.۴
۸ هزار کشته و ۶۴ روستا تخریب شد.

زلزله لار
در سال ۱۳۳۹ با بزرگی ۶.۷
۴۰۰ کشته و تخریب ۷۵ درصدی شهر.

زلزله بوئین زهرا
در سال ۱۳۴۱ با بزرگی ۷.۲
۱۰ هزار کشته.

زلزله دشت بیاض
در سال ۱۳۴۷ با بزرگی ۷.۴
کشته شدن بیش ۱۰۵۰۰ نفر و تخریب ۶۱ روستا.

زلزله قیر
در سال ۱۳۵۱ با بزرگی ۶.۹
۴ هزار کشته.

زلزله طبس
در سال ۱۳۵۷ با بزرگی ۷.۷
۱۹۶ هزار کشته و تخریب ۱۶ روستا.

زلزله قائن
در سال ۱۳۵۸ با بزرگی ۷.۱
کشته شدن ۱۳۰ نفر

زلزله رودبار و منجیل
در سال ۱۳۶۷ با بزرگی ۷.۴
کشته شدن ۳۵۰۰۰ نفر

زلزله بم
در سال ۱۳۸۲ با بزرگی ۶.۵
کشته شدن بیش از ۴۰ هزار نفر

پس از فاجعه زلزله کرمانشاه، از کشورهای مختلف جهان، پیام‌های همدردی به ایران ارسال شد. هدر نوئرت، سخنگوی وزارت خارجه آمریکا، روز دوشنبه ۲۲ آبان ماه در پیامی با قربانیان و حادثه دیدگان زلزله اخیر در ایران و عراق ابراز همدردی کرده است
سخنگوی وزارت امور خارجه آمریکا در این پیام گفته است: ایالات متحده به همه آنهایی که در زلزله در ایران و عراق آسیب دیدند، تسلیت می‌گوید. ما همه خانواده‌های کشته‌شدگان و مجروحان و همچنین کسانی که در این حادثه آسیب دیده اند، را در یاد خود خواهیم داشت
پیشتر وزارت کشور عراق خبر داده بود که زمین‌لرزه روز یکشنبه به کشته شدن دست کم هفت تن و زخمی شدن ۵۳۵ تن در اقلیم کردستان عراق انجامیده است
در همین حال شماری از رهبران جهان با قربانیان و خانواده های آسیب دیده زلزله اخیر در ایران و عراق ابراز همدردی کرده‌اند
آنتونیو گوترش، دبیرکل سازمان ملل ضمن ابراز همدردی با خانواده‌های قربانیان و حادثه‌دیدگان زلزله در ایران، عمیقا از تلفات جانی و خسارات ناشی از این زلزله ابراز تاسف کرده است.
آقای گوترش با این حال اعلام کرده است، سازمان ملل آماده است در صورت نیاز برای کمک به آسیب دیدگان با ایران همکاری کند. ولادیمیر پوتین، رئیس‌جمهوری روسیه نیز در پیامی به روسای جمهور ایران و عراق برای زلزله روز یکشنبه تسلیت گفته است.
جاستین ترودو، نخست وزیر کانادا هم درپیامی با خانواده‌های زلزله‌زدگان در ایران و عراق ابراز همدردی کرد.
در همین حال، برنی سندرز، سناتور مستقل و از نامزدهای حزب دمکرات نوشته است: من امیدوارم و انتظار دارم ایالات متحده به تلاش‌های امدادی در ایران کمک کند، همانطور که ما در سال‌های ۲۰۰۳ و ۲۰۱۲ این کار را انجام دادیم. در زمانی که تنش بین دو کشو رو به افزایش است، چنین کاری اقدامی مهم در راستای دوستی خواهد بود.
قابل ذکر است، فردای روز زلزله روحانی از مناطق زلزله‌زده دیدن کرد و در جمع مردم و خبرنگاران گفت: سازندگان ساختمان‌های تازه‌ساز فروریخته در زلزله مجازات خواهند شد. گزارش‌ها حاکی از آن است که روز گذشته پیمانکاران بیمارستان تازه تاسیس سریل ذهاب و اسلام آباد غرب بازداشت شدند. به گفته رئیس کل دادگستری کرمانشاه، پیمانکاران با وثیقه آزاد می‌شوند تا بیمارستان‌ها را بازسازی کنند.
بر طبق گزارش وزارت بهداشت، تا این لحظه، ۱۳۱۳ عمل جراحی روی آسیب دیدگان زلزله صورت گرفته. تعداد ۹۳۸۸ نفر بستری و ۱۴۰۴ نفر ترخیص شده‌اند.
و اما آخرین خبر، امروز چهارشنبه، زلزله‌ای با قدرت ۵.۴ ریشتر در آذربایجان-حوالی اصلاندوز (اردبیل) رخ داد.
این زلزله در اردبیل و سایر شهرهای مرزی استان اردبیل نیز احساس شده است. این زلزله با طول جغرافیایی، ۴۷.۱۳- عرض جغرافیایی، ۴۰.۳۱ و عمق زمین‌لرزه، ۱۰ کیلومتر بوده است.
برخی گزارش‌ها از هراس مردم در پارس‌آباد اردبیل در پی این زلزله و بیرون آمدن از خانه‌ها حکایت دارد.
زلزله همچنین در برخی ساختمان‌های روستایی در شهر اصلاندوز پارس آباد موجب ترک خوردن جزیی برخی ساختمان‌ها شده است.
گزارش مرکز لرزه‌نگاری کشور نشان می‌دهد مرکز زلزله حوالی اردبیل در کشور آذربایجان بوده است. خوشبختانه این زلزله تلفاتی در پی نداشته است.

مهندس بهروز علی‌پور
همراه و همگام با شما، از آغاز تا پایان راه
647-922-6739

مشاور حرفه‌ای و آگاه شما در امور املاک تجاری و مسکونی
- متخصص در امور خرید و فروش بیزینس و سرمایه‌گذاری با سال‌ها تجربه
- مشاور شما در امور ساخت و ساز و بازسازی ساختمان
- ارزیابی رایگان ملک شما
- مشاور حرفه‌ای شما در انتخاب ساختمان‌های با پتانسیل سودآوری بالا، جهت بازسازی و سرمایه‌گذاری

متخصص در تهیه انواع وام‌های مسکونی و تجاری
- وام با پایین‌ترین نرخ بهره
- تهیه وام با هرگونه شرایط شغلی و اقامتی شما
- تهیه وام با حداقل پیش پرداخت
- تهیه وام ساخت و ساز
- تهیه وام‌های مجدد و ادغام بدهی‌ها، همراه با کاهش نرخ بهره فعلی

MORTGAGE ARCHITECTS
Tel: 647-922-6739
Fax: 905-889-4155
360 Highway 7 East. Unit 28, RichmondHill, ON L4B 3Y7

SOLTANIAN REAL ESTATE INC. BROKERAGE
Tel: 416-901-8881
Fax: 416-901-9881
175 Willowdale Ave, North York, ON M2N 4Y9

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

انتقام‌جویی در واقع تنبیه خود است

دکتر صفر داعی
روان‌درمانگر

افرادی که توانایی و یا قدرت مواجه شدن مستقیم با رفتارهای نامطلوب دیگران را ندارند، تصمیم می‌گیرند که از آن افراد بصورت پنهانی انتقام بگیرند، غافل از آنکه این انتقام گرفتن عاقبت خود آنها را اذیت و آزار خواهد نمود. این انتقام‌گیری را معمولا در رفتار و گفتار افراد انتقام‌جو به خوبی می‌توان ملاحظه نمود. برای انتقام‌گیری نیازی به چوب و چماق نیست. بی‌توجهی، انتقادهای بی‌پایه و بی‌معنی، قهر و سکوت و خود را به نشنیدن زدن، خود نوعی انتقام‌جویی است. افرادی که رفتارشان باعث می‌شود که دیگران حالت دفاعی به خود بگیرند، ناپسندتر و بدتر از افرادی می‌باشند که کینه‌توز و کینه‌جو هستند. این افراد به ظاهر کمتر از دیگران انتقاد می‌نمایند اما در درون کینه و انتقام‌جویی خود را حفظ نموده‌اند. برای بسیاری از افراد دارا بودن این صفت و نیز انتقام‌جویی خیلی بدتر و حتی منفی‌تر از اینست که شخص خودپسند، خودخواه، تنبل و یا کنترل کننده باشد. فرد انتقام‌جو بصورت اختیاری و ارادی نسبت به شخصی که فکر می‌کند کار اشتباهی کرده است در جستجوی وسیله‌ایست که به هر نحوی که شده به او آسیب برساند و یا باعث شود که او رنج فراوان ببرد.

هرچند ممکن است که شخص بپذیرد که انتقام‌جوست، انتقام خواهد گرفت لیکن اکثر افراد هر موقع که به نحوی احساس نمایند که صدمه‌ای به آنها وارد شده است واکنش انتقام‌جویی نسبت به برخورد ناجور از خود بروز می‌دهند. هر موقع که ما کلماتی به کار می‌بریم که حالت تنبیه کردن یک شخص، کنترل نمودن او و یا تلافی نمودن نسبت به فردی را داشته باشیم ما در واقع داریم انتقام‌جویی می‌کنیم. بعضی مواقع افراد فکر می‌کنند که چون دست خود را برای آسیب رساندن بدنی نسبت به فردی و یا همسر خود بلند نکرده‌اند پس افراد انتقام‌جویی نیستند. این البته درست نیست، انتقام‌جویی تنها در میدان جنگ و یا واکنش خشن نسبت به آزار بدنی فرد دیگر نیست، بلکه کلمات زشت و زننده و توهین‌های لفظی خود حالت انتقام‌جویی است. این دسته از افراد به خود تسکین خاطر می‌دهند و یا حتی نوعی احساس برتری‌طلبی می‌کنند که واقعا انتقام‌جو نیستند، زیرا به شخص دیگر آزار بدنی نزده‌اند. اما زمانیکه تشخیص دادند که کلمات آنها بسیار تحریک‌کننده و بدتر از عمل فیزیکی می‌باشد، تازه به خود می‌آیند که بی‌جهت به خود "کردیت" داده‌اند و خود را برتر داشته‌اند.

بسیاری از افراد نمی‌دانند چگونه طرف مقابل خود را به آنچه می‌گویند به گوش دادن وادار نمایند و یا نقطه نظر خود را بیان نمایند و چگونه نظر افراد را جلب کنند . متاسفانه آنها خودآگاه و یا ناخودآگاه دست ، همسر و شریک زندگی خود را با کوشش و پنهان‌کاری نامناسب بیشتر تنبیه می‌کنند و این رفتار آنها احتمالا حالت انتقام‌جویی پیدا می‌کند.

زمانیکه آنها به این عمل زشت خود پی می‌برند، احساس شرم و گناه می‌کنند و اغلب خود را مجبور می‌کنند که این ویژگی ناجور و نامناسب خود را که سایه‌ای از آن‌ها بوده است را ازبین ببرند. این البته زمانی اتفاق خواهد افتاد که شخص عمل و رفتار خود را خوب تجزیه و تحلیل نماید و با خود روراست باشد و بخواهد زندگی و روابط زناشویی و یا روابط دیگر خود را اصلاح نماید. این عده از افراد ابتدا باید به درستی تاوان آنچه را که با حالت انتقام‌جویی خود انجام داده‌اند بپذیرند. مثل حالتی که ناگهان از کوره دررفتن و داد و فریاد نمودن به این گمان و حدس اشتباه که مورد حمله دیگران قرار گرفته‌اند و یا زمانیکه ترسیده و یا به نحوی صدمه دیده‌اند. حرف و یا عملی که از فرد در اثر خشم و عصبانیت سر می‌زند، او را کاملا خاموش و به سکوت وامی‌دارد و باعث می‌شود که فرد اطمینان خود را از دیگران سلب نماید و قلب و روح خود را به روی دیگران ببندد و احساس تنهایی و انزوا پیدا کند.

در واقع این رفتار هم مثل خشم و عصبانی شدن است که شخص فکر می‌کند که دیگری او را خشمگین و عصبانی نموده است و احساس بدی پیدا کرده است. در واقع این حالت دفاعی خود شخص و واکنش‌های فوری و تجزیه و تحلیل نکردن موقعیت است که این وضع را برای او به وجود آورده است. هرچه شخص بیشتر به خود حق دهد و تسلیم نفس احساسی و افراطی خود شود، بیشتر عمل انتقام‌جویی خود را توجیه می‌نماید و آنرا درست و حقیقی می‌پندارد. تنها زمانی‌که شخص متوجه شود که خودش باعث ناراحتی خود شده است، و خودش مسئول درد و رنج خود شده است، نیروی ذاتی انتقام‌جویی او از بین می‌رود. در اینگونه موارد هرچند تمایل به حمله‌های کلامی در جهت انتقام‌جویی گاه‌گاهی هنوز هم اتفاق می‌افتد، اما شخص انتقام‌جو دیگر بوسیله آن رفتارها از پای درنمی‌آید و بتدریج این ویژگی نامناسب رنگ می‌بازد. البته مثل بسیاری از اشکالات فردی و شخصیتی فرد باید خود بخواهد و توجه کند که عمل و رفتارش نامناسب می‌باشد و باید آنرا تغییر دهد. در چنین مواردی نه صرفا به خاطر اینکه شخص فکر می‌کند که انتقام‌جویی کار اشتباهی است، بلکه او دیگر نمی‌خواهد خود را در چنین مهلکه‌ای بیاندازد و برای خود تولید نوعی درد و رنج بنماید. این زمانی واقعا اتفاق می‌افتد که فرد تشخیص دهد که مشکل اصلی او را دارد و نه همسر و یا شخص دیگری. او به احتمال قوی تشخیص می‌دهد که خود برای شخص خود تولید مشکل نموده است و در این رهگذر خود را در زندانی که خود ساخته زندانی نموده است. زمانیکه فرد این تشخیص را به خوبی داد، می‌تواند نیروی آزاد شدن خود را به دست آورد و از جهنمی که خود ساخته به شادی و خوشبختی انتقال پیدا کند.

به ندرت می‌توان شنید که فردی اذعان کند که او خود مقصر بوده و او خود را خشمگین نموده است. زیرا برای توجیه رفتار نامناسب خود شخص دیگر و یا حتی جمعی را مقصر می‌داند. اگر به یک پیش‌آمد توجه نمائید، افراد حاضر در آن جمع واکنش‌های متفاوتی از خود نشان می‌دهند. شخصی دیگر با خشم و عصبانیت دیگران را متهم می‌کند که آن واقعه را ایجاد نموده است. در واقع اینگونه اشخاص خودشان را بشدت خشمگین می‌کنند در حالیکه تقصیری بر دیگران نمی‌توان شمرد. البته اینگونه ابراز خشم و کینه به عوامل مختلفی مثل مسائل فیزیکی شخص، خانواده‌ای که در آن رشد نموده، عوامل بیولوژیکی و عوامل روان‌شناختی فرد بستگی دارد. مجموعه اینها و عوامل دیگر شخصیت فرد خشمگین و انتقام‌جو را می‌سازد.

دکتر صفر داعی، دکترای روانشناسی از دانشگاه انگلستان
Safardaei4@hotmail.com
Office:905-770-4556

تمامی نیازهای خرید و یا فروش املاک در تورنتو با الکس معظمی

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

دلنوشته

زلزله

شعله خلیلی

خواب دید که زمین می‌لرزد و دختر همسایه که او سالها دل در گرو عشقش دارد را با خود می‌برد و از دختر هیچ چیز باقی نمی‌ماند. صدای فرو ریختن دیوارها و شکستن شیشه از خواب پراندش. صورتش را به طرف پنجره اطاق دختر گرداند و دید هیچکس انجا نیست. در سایه روشن صبح چشمهایش را مالید وبه دنبال پنجره اطاق دختر گشت و ان را نیافت. صدایش کرد. بلند. تا کنون هیچگاه نام دختر را به این بلندی بر زبان نیاورده بود. صدایش در هیاهوی ناشناخته‌ای گم شد. صدای گریه مادرش او را از جای پراند. در اطاق پذیرایی خانه‌شان که شبها میزبان پدر و مادر و خواهر نوزادش بود همه چیز بهم ریخته بود و در میان اطاق گودالی بود که مادر در بالای آن موهایش را چنگ می‌زد و پدرش را به اسم می‌خواند. از خواهرش هم با آن چهره لاغر و موهای مثل شبق سیاهش هیچ نشانی نبود. به طرف مادرش رفت. از اطاق خواهرهایش صدای ناله می‌آمد. در چهارچوبی به یک دیوار فرو ریخته تکیه داده بود. در اطاق هر چه بود آجر بود و خاک و سینه‌ریزهایی از مهره‌های رنگین که بر روی زمین پراکنده بود.

در زیر آجر دستی بود که تکان می‌خورد و صدایی که کمک می‌خواست. خالها را کنار زد. آجرها را و حتی زمانی که دستش را با تیزی لبه شیشه‌ای شکسته برید دردی احساس نکرد.

وقتی از خاک بیرونش آورد سر تا پا از گل پوشیده بود و دهانش را مثل ماهی باز و بسته می‌کرد. به کندن ادامه داد. بی وقفه. هنوز مادرش در بالای آن گودال ضجه می‌زد. صدایش را می‌شنید. به فکر دختر همسایه افتاد. گودال نیم‌کنده را رها کرد و به طرف خانه دختر دوید.

گوشه لباس گلدار دختر را دید که از زیر خاک بیرون زده بود. خاک را عقب زد. با شتاب به دنبال دختر می‌گشت. لباس خالی بود از بدن دختر. اسم دختر را برای چندمین بار صدا زد و گوشش را بر روی خاک گذاشت. هیچ صدایی نمی‌آمد. به کندن ادامه داد و با هر چنگه خاک که بر می‌داشت اسم دختر را صدا زد و گفت که دوستش دارد و سالهاست که با رویای او به خواب می‌رود و هر شب در تاریکی انتظار می‌کشد تا دختر چراغ اطاقش را روشن کند تا او بتواند تصویرش را از پشت شیشه‌هایی که با قالب‌های چهارگوش به قطعات کوچک تقسیم شده اند ببیند. گفت که چقدر آرزو داشت که شیشه‌ها قدی بودند و او می‌توانست تصاویر کوچک را پیش هم بگذارد و تمام او را در یک نگاه ببیند. گفت که چقدر پیچ و تاب موهایش را دوست داشت و چقدر از پدر دختر که همیشه او را به گریه می‌انداخت بدش می‌آمد.

سوزش سر انگشتانش را حس کرد. سنگینی دستها و بی قراری قلبش را. هر چه گشت دختر را نیافت. دختر نبود. گم شده بود. تا امید به خانه برگشت. مادر انگار کنار گودال به خواب رفته بود. به اطاق دیگر رفت و آنجا در کنار خواهرش دراز کشید. دیگر تحمل نداشت. دست خواهرش را گرفت و چشمهایش را بست.

گرمای خورشید از خواب بیدارش کرد. به دستهایش نگاه کرد. دید که خاکی‌اند و خونی و دست خواهرش را دید که دست او را گرفته است و هنوز ناله می‌کند. نمی‌خواست بیدار شود. چیزی را که می‌دید دوست نداشت.

در کوچه آنها همه چیز با خاک یکسان شده بود. هر کسی به طرفی می‌دوید. از هر گوشه صدای ناله می‌آمد. مردم با هر چه در دست داشتند به جان زمین افتاده بودند و خاک را جا به جا می‌کردند.

بیلی که از لای آجرها پیدا کرد را برداشت و او هم شروع به کندن کرد. وقتی بعد از ساعتها کندن خواهرانش را پیدا کرد دید که نفس نمی‌کشند و دید که مادرش خود را به روی آنها انداخت و دوباره موهای سرش را کند و دست به دامن خدا شد.

جسد خواهر کوچکش را اول پیدا کرد و بعد پدر را. جرات نداشت که مادرش را صدا کند. به کنار خیابان رفت. زانوهایش را در بغل گرفت و با صدای بلند گریه کرد.

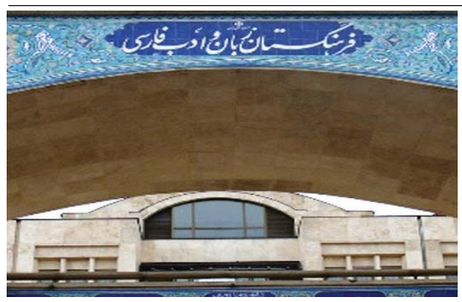
شب بود. سردی هوا سوزش دستانش را بیشتر کرد. باید مادرش را پیدا می‌کرد. او را در حالی یافت که خواهر نوزادش را بغل کرده بود لالایی برایش می‌خواند. به طرف مادرش رفت. او را بغل کرد و گذاشت که او دل سیر گریه کند.

شهر دیگر چهره همیشگی‌اش را نداشت. سگها که مادرش آنقدر از آنها بیزار بود و انها را نجس می‌دانست همه شهر را بو کشیدند و در همه جا سر کردند. بطری‌های آب در شهر دست به دست گشت. چادرها در کنار هم صف کشیدند و خیل عزاداران را از هم جدا کردند.

پسر هر روز با بیلی که در حیاط خانه‌شان پیدا کرده بود در کندن گور به جماعتی که از شهرهای اطراف امده بودند کمک کرد و وقتی صورت دختر را دید که کبود شده و موهایش که بی هراس در زیر آفتاب هنوز هم بعد اینهمه روز می‌درخشید فهمید که دختر زیباتر از آنی بوده است که او فکر می‌کرده. وقتی دستهای دختر را گرفت احساس کرد که دختر دست‌هایش را عقب می‌کشد و وقتی آنها را بوسید جرات نکرد به صورت دختر نگاه کند.

بلند شد و از آنجا رفت و از آنروز به بعد دیگر به کمک گورکنان نرفت. ساعتها در چادرش نشست و به صدای لالایی مادرش که نمی‌دانست قرار است چه کسی را به خواب ببرد گوش داد و دید آدم‌هایی را که نمی‌شناخت می‌آیند و می‌روند و چیزها را جا به جا می‌کنند، حتی خاطرات و باورهای او را.

۱۰ ← شرق شناسی



زبان‌های ایرانی باستان مانند اوستا و فارسی باستان،پهلوی ساسانی و اشکانی بطور رسمی آغاز گردید. به موازات مراکز دانشگاهی در وزارت خارجه روسیه شعبه جداگانه‌ای بنام "شعبه آموزشی دایره امور آسیائی وزارت امور خارجه روسیه" تاسیس گردید که از وظایف آن مطالعه مطالعه وتحقیق زبان‌های رایج شمال ایران همچون طبری،گیلکی، تالشی و تاتی بطور آکامیک بود. چند موسسه و انجمن در مورد مطالعات باستان‌شناسی و جغرافیائی ومردم‌شناسی هم بنیاد نهاده شدند(تاسیس درسال ۱۸۷۰). در انجمن مردم‌شناسی بخش ویژه‌ای برای تحقیق پیرامون وضع مردم سرزمین‌هائی که به تازگی تحت حاکمیت امپراطوری روسیه قرار گرفته بودند تاسیس شد. بطور عمده اراضی مذکور طی سده‌های دراز بخشی از سرزمین ایران در آسیای مرکزی و قفقاز بودند که دولت روسیه تزاری آنهارا بتصرف در آورده بود. این را هم بدانید که در سال ۱۸۱۸ م "موزه آسیائی فرهنگستان علوم روسیه" تاسیس شد وبعدها کلیه آثار شرقی موزه پیترز بورگ اعم از خطی وچاپی بدانجا انتقال یافت. بعد از جنگ‌های ایران وروسیه در سالهای ۱۸۱۲و۱۸۲۸ که منجر به بستن پیمان‌های شرم‌آور گلستان و ترکمان چای و تسلیم بخش بزگی از خاک ایران زمین به دولت آزمند روسیه شد و دولت استعمار گر حیله‌گر انگلستان هم در بستن این پیمان‌ها قویا ودرنهان شرکت داشت و هدفش این بود که دولت روسیه را از پیشرفت به سوی هند باز بدارد،کلیه آثار نفیس خطی این "موزه فرهنگستان روسیه " به موزه دیگری بنام"سالتیکوف شچدرین" انتقال داده شد و اکثر این آثار نفیس وکتب خطی ارزشمند تاریخی وهنری متعلق به بقعه شیخ صفی‌الدین اردبیلی در شهر اردبیل ایران بود که که روس‌ها پس از جنگ ایران وروس با خود بردند و هرگز به ایران برگردانده نشد.(۱). پس از انقلاب ۱۹۱۷م فعالیت‌های ایران‌شناسی دولت روسیه شوروی توسعه بیشتری یافت که نشانه توجه خاص آن دولت وسیاست خاورشناسی تحت کنترل آن دولت به مناطق جدا شده از ایران بزرگ مانند قفقاز (آذربایجان / آلان، ارمنستان، گرجستان، داغستان وآسیای میانه (تاجیکستان، اوزبکستان، ترکمنستان، قزاقستان و قرقیزستان) وشمال ایران از آذربایجان تا خراسان و افغانستان وغیره بود. پس از انقلاب در مسکو، موسسه ای بنام (انیستیتوی خاورشناسی)ودر پطروگراد (پیترزبورگ سابق)که هنوز لنینگراد نام‌گذاری نشده بود، موسسه دیگری با نام "انستیتوی زبان‌های زنده شرقی" تاسیس شد .درسال ۱۹۲۱ سازمان مهمتری با نام "اتحادیه علمی، خاورشناسان سراسر شوروی" در مسکو پدید آمد که ارگان آن با نام "نووی واستوک"(یعنی خاور نو) بود و در کنار آنها موسسات دیگری مانند "انستیتوی فرهنگ مادی ملل آسیا" و "انیستیتوی مطالعات شرقی" ودر کلیه دانشگاه‌های مسکو ولنین‌گراد (پطروگراد/ پیتروزبورگ) سابق و دانشگاه‌های موجود در قفقاز و آسیای مرکزی بخش‌ها ودانشکده‌های ایران‌شناسی شروع به کار کردند (۲). یک مطلب جالب در اینجا بیادم آمد که بیجا نیست در اینجا یاد آورشوم. برهمه ایرانیان همسن وسال من روشن است که پس از شروع جنگ دوم جهانی که ایران مورد حمله ناجوانمردانه روسیه شوری وانگلستان به بهانه‌های واهی قرار گرفت و هرج مرج کامل در ایران حکم فرما گردید و جاسوسان خاورشناس نما از طرف روسیه وانگلیس وآلمان در ایران به آسانی جولان می‌کردند به دستور دستگاه‌های جاسوسی آمریکا و انگلستان برای مبازه با دولت کمونیستی روسی و ایجاد شکاف واختلافات داخلی در ایران یکی از عوامل جاسوسی انگلستان در ایران کتابی بنام "یادداشتهای سیاسی کینیاز دالگورکی" جعل کرد و در سال ۱۳۲۳ در روز ۱۵ ماه شعبان که روز تولد امام زمان امام دوازدهم شیعیان ۱۲ امامی ایرانی است منتشر کردند و پیداشدن سید باب و تاسیس مکتب آئینی بابیه را درزمان محمد شاه قاجار به سفیر روسیه در تهران آنزمان کینیاز دالگورکی نسبت دادند و دستگاه جاسوسی انگلیس برای گم کردن اقدامات خود این فتنه را به روس‌ها چسبانیدند و وقتی که مردم خواهان یافتن منشاء این یاداشتها شدند، جاعلان این رساله و ایادی پنهان انگلستان گفتند که اصل این یادداشت‌ها در مجله "وستوگ" شوروی چاپ شده است و منظورشان همان مجله ارگان اتحادیه علمی خاورشناسان سراسر شوروی در مسکو بود که چنین چیزی صحت نداشت (۳).

منابع وماخذ :

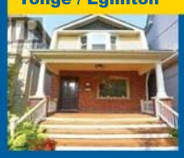
۱- عنایت الله رضا:ایران شناسی در روسیه واتحاد شوروی، به نقل از کتاب مجموعه مقالات انجمن‌واره بررسی مسائل ایران‌شناسی ص۲۱۵تا۲۲۳. تهران دفتر مطالعات سیاسی وبین‌المللی ۱۳۶۹.
۲- همان ماخذ ص۲۱۹. ۳-
محمد علی اختری: کتاب‌های جعلی درایران، مجموعه مقالات چاپ نشریه هفتگی ایران استار ۱۳۹۴.

محمد علی اختری
سردفتر باز نشسته اسنادرسمی ، ساکن تورونتو است
۹۰۵۷۵۸۹۳۲۵

24 hours

پنجشنبه شبها: جوگستان در شبستان
سفره‌خانه سنتی
فضای صمیمی و سنتی
شبستان
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
لحظات شاد و به یاد ماندنی همراه با مسابقه و سرگرمی با اجرای هنرمندانه آقای یاری

با هنرمندی یاری
مکانی عالی برای
جشن تولد، 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

Yonge / Eglinton

خانه ۴+۱ خوابه، مستقل و جدا، در منطقه پرطرفدار، با زیرزمین آماده و درب جدا
$1,269,000
HWY 7 / Pine Valley

خانه ۴+۱ خوابه، به ابعاد ۶۰×۱۲۵، در یکی از بهترین محله‌های "وودبریج" با زیرزمین آماده و قابل زندگی برای دو خانواده
$1,449,000
Leslie / Steeles

خانه ۳+۲ خوابه، به ابعاد ۵۰×۱۲۰، در نزدیکی لزلی و استیلز، با بیسمنت آماده و قابل زندگی با درب مجزا
$1,490,000
DonMills / Mcnicoll

خانه ۴+۳ خوابه، به ابعاد ۵۰×۱۵۰، در منطقه نورت یورک، با بیسمنت خیلی بزرگ و نورگیر و قابل اجاره
$1,538,000
Leslie / Sheppard

خانه دو طبقه، ۴+۱ خوابه، در منطقه نورت یورک، با شرایط بسیار مناسب
$1,650,000
Bayview Village

خانه ۳+۳ خوابه، در منطقه نورت یورک، با بیسمنت آماده اجاره
$1,688,000
ایوب افتخارنژاد
مشاور املاک، فارغ‌التحصیل معماری از ایتالیا
416.420.9598
در پیش خریدها این بار شما جزو نفرات اول باشید

Century 21
CENTURY 21 CENTURY 21 Heritage Group Ltd.
7330 Yonge St. Thornhill, ON. L4J 1H5
TEL 905 764 7111 or 416 798 7133

خبرهای محلی

بنیاد پریا

جمعه بازار در بنیاد پریا
زمان: نوامبر ۲۴
از ساعت ۱۰ تا ۳ بعد از ظهر
برای خرید میز و دریافت اطلاعات بیشتر شما میتوانید با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

دوره جدید کلاسهای آمادگی برای Citizenship
از ۱۵ ژانویه 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.

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.

آموزش نقاشی و چاپ پارچه
توسط خانم آزاده، یک جلسه ۳ ساعته برای هر تکنیک، برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۶۱۳۷ ۶۷۳ ۶۴۷ تماس حاصل فرمایید.

آموزش ساخت زیورآلات مهره‌ای
روزهای شنبه از ساعت ۱۲ تا ۲ بعد از ظهر ،مدت دوره اولیه چهار جلسه ، برای کسب اطلاعات بیشتر و ثبت نام لطفا با داخلی ۱۰۸ و یا آزیتا امیرابراهیمی ۱۳۴۸ ۸۶۳ ۶۴۷ تماس حاصل فرمایید.

کلاس آواز و هم خوانی
توسط حسن انعامی چهارشنبه از ساعت ۶ تا ۸ ، جهت کسب اطلاعات بیشتر با تلفن ۸۴۶۵ ۴۰۰ ۴۱۶ (حسن انعامی) تماس حاصل فرمایید.

کلاسهای آموزش زبان فارسی برای جوانان و بزرگسالان
توسط خانم مهشید تاج، روزهای شنبه از ساعت ۱۲ صبح تا ۲ بعد از ظهر ، برای دریافت اطلاعات بیشتر و ثبت نام با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

خدمات عمومی از دوشنبه تا جمعه با تعیین وقت قبلی - رایگان
• کمک و اطلاع رسانی به تازه واردین و ستیزن ها جهت پر کردن فرمهای دولتی و شخصی
• اطلاعات در مورد ولفر، بازنشستگی، مها جر ت
• نوشتن نامه اداری و کمک و ترجمه در تماسهای تلفنی با ارگانهای دولتی.
• آمادگی جهت اشتغال؛ هدایت شغلی و پشتیبانی مربیگری- Skills for Change
اگر شما دارای تخصص و تحصیلات در رشته‌های برق کاری، کارگران فنی، مکانیک‌ها، 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 در جهت مسکن دولتی، 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 داخلی ۱۰۸ 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 Seniors Days
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 ظهربرای حضور در این کلاسها سطح یابی اولیه زبان انگلیس الزامی می‌باشد.

مشاوره سلامت روان، استرس ، اضطراب ، اختلافات خانوادگی و مشکلات روحی ناشی از مهاجرت
توسط دکتر مجید کاوه عضو هیات علمی روانشناسی دانشگاه های تهران و عضو انجمن مشاوره و روان درمانی انتاریو پنج شنبه 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 و مراسم مختلف شما میباشد، برای اطلاعات بیشتر با داخلی ۱۵۵ 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 نمایند.

ساعات 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 می‌توانند 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

اطلاعیه ارشدان ایرانی/ ریچموندهیل، آرورا، نیومارکت

برنامه‌های این کانون، روزهای جمعه در ریچموندهیل و در روزهای سه شنبه در آرورا و نیومارکت از ساعت ۸:۳۰ تا ۲ بعد از ظهر، شامل کلاس‌های مکالمه انگلیسی، ورزش، نهار و فعالیت‌های دیگر برگزار می‌شود. لطفا برای اطلاعات بیشتر و عضویت در کانون با مسئول برنامه‌ها خانم سارا هوشیارفرد با تلفن:۹۰۵-۷۱۳-۳۳۷۳ ، داخلی ۷۰۳۷ تماس بگیرید

اطلاعیه انجمن فنی انتاریو

انجمن فنی انتاریو از کلیه اعضا و دوست د اران جهت شرکت در نشست عمومی سالانه که در تاریخ سه شنبه چهارده نوامبر برگزار می شود دعوت می نماید حضور فعال شما موجب انتخاب هیئت مدیره ای پویا و هر چه فعال تر شدن این انجمن می باشد
مکان ـ تورن هیل گلف کلاب
خیابان یانگ شماره ۷۹۹۴،
پذیرش ازساعت ۶:۳۰ بعدازظهر.

انجمن ادبی شبی با دوستان

برنامه های این انجمن شامل: شعر، هنر، ادبیات و موسیقی ایرانی است.
مکان: اوریول کامیونیتی سنتر دان میلز، جنوب غرب پینات پلازا شماره ۲۹۷۵
زمان: هر پنجشنبه شب ساعت ۷ عصر
مدیر مسئول پرویز محمدخانی
تلفن : ۴۱۶ ۹۹۸۲۲۰۹

بنیاد خیریه کهریزک کانادا

بنیاد خیریه کهریزک کانادا یاریگر سالمندان، معلولان و بیماران ام. اس خیریه کهریزک ایران است.
برای کمک‌های مالی شما رسید مالیاتی صادر خواهد شد.

Tel: ۴۱۶-۲۲۱-۳۰۹۰
website:www.kahrizak.ca
info@kahrizak.ca
Account Info:
TD Canada Trust 1084-399

خدمات به تازه واردین:

سازمان فوق خدمات مختلف را به صورت تمام وقت و پاره وقت در مراکز مختلف خود ارائه می‌دهد Welcome Centre Immigrant Services

LOCATION:
102, 103, Markham (Woodbine & Highway 7)
Welcome Centre Immigrant Services Richmond Hill
9325 Yonge Street, Unit 31A, Richmond Hill (Yonge & 16th)
Welcome Centre Immigrant Services Vaughan
9100 Jane Street, Building H, Unit 56 ; 67 (Jane & Rutherford)
Welcome Centre Immigrant Services Newmarket
16655 Yonge Street, Unit 26 (Yonge & Mulock)
TELEPHONE NO.:
1-877-761-1155
Fax No: 905-884-3163

مرکز تندرستی و سلامت روان پیروز:

در ادامه هدف ارتقا و بهبود سلامت روان جامعه ایرانی-کانادایی
ورکشاپهای آموزشی و حمایتی جوانان و خانواده
Youth & Family Support Workshops
را در روزهای پنجشنبه ۳۰ نوامبر و ۷ دسامبر ۲۰۱۷
از ساعت ۷ تا ۸:۳۰ شب
در کتابخانه مرکزی ریچموند هیل برگزار می‌نماید
Richmond Hill Public Library
1 Atkinson St., Richmond Hill, ON L4C 0H5
Date/ Time PM to 8:30 PM From 7 2017 ,thNov. 30 Thursday

دکتر کامران بردبار (روانپزشک MD, FRCP) کودکان و نوجوانان
Youth relationship- An open discussion workshop on Parent
to 8:30 PMPM 2017 From 7 ,thDec. 7 Thursday

خانم شهرزاد نعمتی (روانشناس BSW, MSW, RSW) خانواده
Family mental health and CMHA-York Bounce Back program presentation
رایگان و به زبان فارسی
پیدا کردن کمک - پیدا کردن امید

www.piroozcenter.com
info@piroozcenter.com
facebook.com/piroozcenter
647-724-2965

تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

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
ادامه تحصیل در دانشگاه برای (بزرگسالان) که دیپلم دبیرستانی ندارند در عرض۶ ماه (داشتن دیپلم ایران و یا کانادایی الزامی نمی باشد)
ارائه کلیه کردیت کورسهای دبیرستانی۱۰۰٪ 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

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

آموزش و تهیه Art Portfolio با تضمین ۱۰۰٪ قبولی
توسط مهرداد صبوحی موسس اولین آکادمی هنر ایرانی در کانادا
لیسانس هنرهای زیبا ، لیسانس هنر و لیسانس آموزش از دانشکده تربیت معلم دانشگاه یورک

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

انجام کلیه امور ساختمانی، از ابتدا تا انتها

همراه با شما تا خانه رویایی‌تان

- طراحی معماری و محاسبات سازه ساختمان‌های تجاری و مسکونی
- مدیریت اجرای پروژه‌های مسکونی و تجاری
- اخذ مجوزهای لازم جهت ساخت و ساز از شهرداری
- مدیریت و برنامه‌ریزی مالی و زمانبندی جهت احداث ساختمان

CASPIAN ENGINEERING GROUP
www.caspiangroup.ca

مهندس بهروز علی‌پور 647-922-6739
مهندس نیکروز علی‌پور 647-832-6362

عضو انجمن مهندسین حرفه‌ای انتاریو
Professional Engineers Ontario

www.caspiangroup.ca ، caspiangroup.ca ، nalipour@caspiangroup.ca

Spa Samira Laser Clinic
Agincourt Mall
3850 Sheppard Ave. E., Unit 235, Scarborough, ON. M1T 3L4
647-350-5757
www.samiralaserclinic.com
Designed by

Our Services:

کلینیک لیزر و درمان پوست اسکاربورو

- Wrinkle Erasing With 4 different Techniques
- Facials
- Acne Removal
- Waxing Hair Removal
- Tightening The Skin
- Pigmentation Treatment
- Manicure / Pedicure
- Vela Shape (Weight Loss)
- Permanent Laser Hair Removal (Hair Ingrown)
- Microdermabrasion
- Whitening the Skin
- Skin Stain Removal
- Treading
- Micro Needeling

New Technology! HIFU Anti-Aging Instrument

دستگاه زیبایی در برابر پیری با استفاده از امواج سونوگرافی

HIFU anti-aging instrument will build up new, younger skin by producing collagen under the skin. Used in cancer treatment, this technology has been adopted by the beauty industry for skin tightening, whitening, as well as wrinkle removal. It will make you look at least 10 - 20 years younger! Just Ultrasound Energy, Anti Aging without Pain, Needles, and no side effects. Let's say bye bye to aging and welcome your youth again!

75% OFF Limited Time
BEFORE AFTER

BEFORE AFTER
Permanent Laser Hair Removal

Up to 50% Off Weight Loss

50% Breast Enlargement
Before After
Non-Surgical, No side Effects
Pain, Downtime, or Medicine

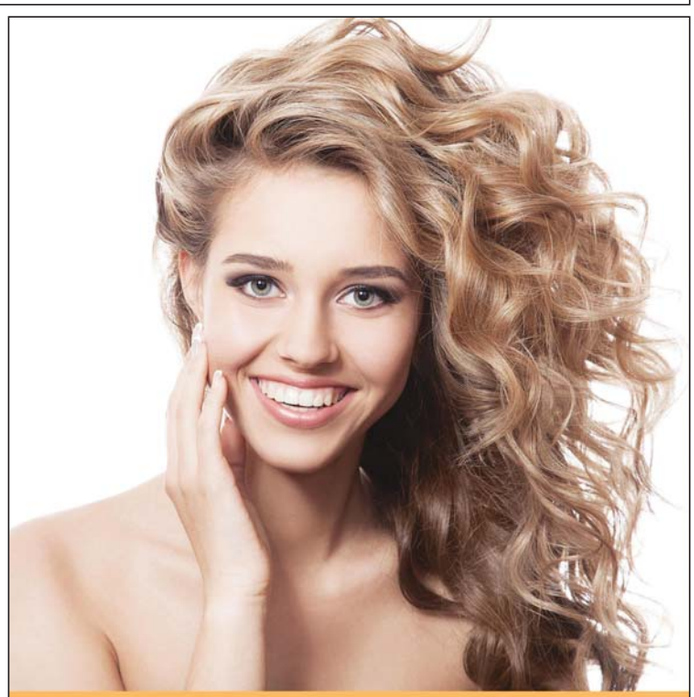
Weight Loss Without:
1- Diet, Medicine, Operation Sports, Needle Pain, Downtime, or Suction of the Fat with Skin Rejuvenation
Only with the Energy of ULTRASOUND
2 - Stretch Marks
3 - Micro Dermabration (Crystal & Diamond)
4 - Micro Needling & Stretch Mark

Cool Sculpting Technology

Before After

65% OFF
MICRO NEEDLING REJUNVENATION OR STRETCH MARKS

SERVICES:
MICROBLADING TATTOOING
PERMANENT MAKE-UP
LIPS, EYEBROWS OR HEAD
EYE LINER & EYE SHADOW



کلینیک پوست ولیزر سمیرا
Spa Samira Laser Clinic

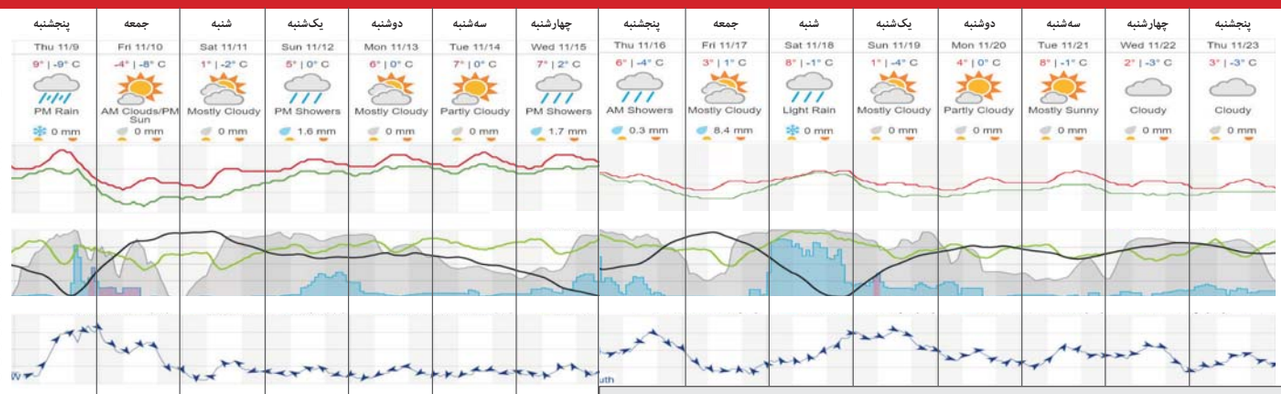
کم کردن وزن – بزرگ کردن سینه ها
ماکرودرم کریستال و دایموند آخرین تکنولوژی ۲۰۱۷
کم کردن وزن موضعی بدن

(647) 350-5757
www.samiralaserclinic

3850 Sheppard Ave East, Suite 235
Agincourt Mall, Scarborough,
ON M1T 3L4

از یکهفته قبل تا یکهفته بعد در یک نگاه

آب و هوا



مهمترین اخبار

- اولین برف تورنتو
- وزیر دارایی کانادا تحت بررسی کمیته دیدار کرد و اعتراضش نسبت به وضعیت مسلمانان را به وی گفت
- پیشرفت اجلاس تی‌پی‌پی
- دوست دختر سابق رابرت هرجاویک: او به "غیرمجرمانه" شد من تجاوز کرده
- تروردو برای اجلاس آپک به ویتنام رفت، با سوچی ملاقات می‌کند
- اعلان حمله جنسی پنج زن کمدین برعلیه لویی‌سی‌کی
- قتل احمد نیسی فعال عرب با ۳ گلوله در هلند
- دستاورد بزرگ دیپلماسی است
- سه کشته در حمله تروریستی
- یک فرانسوی مسیحی با ماشین به عابران چینی
- هیئت ۷۰ نفره اروپا در ایران: دفتر اتحادیه اروپا را در تهران تاسیس می‌کنیم
- ایتالیا استفاده از ذغال‌سنگ در نیروگاه‌ها را تا سال ۲۰۲۵ به صفر می‌رساند
- سومالی شبکه های اجتماعی را فیلتر می‌کند
- سازمان ملل: بزرگترین قحطی جهان در یمن
- ۶ کشته در دو انفجار تروریستی در افغانستان
- پرویز تیم ملی بر پاناما
- پرستو فروهر به اتهام تبلیغ علیه نظام دادگاه می‌رود
- مدیر کل محیط زیست: ۸۰٪ جانوران ایران طی ۴ دهه گذشت از میان رفته‌اند
- ایران چوگان و کمانچه را در یونسکو ثبت می‌کند

- بیل مونرو، وزیر دارایی کانادا تحت بررسی کمیته معاملات هم آمریکا باید اول باشد؛ سپس به ویتنام رفت
- تروردو با سوچی دیدار کرد و اعتراضش نسبت به وضعیت مسلمانان را به وی گفت
- پیشرفت اجلاس تی‌پی‌پی
- دوست دختر سابق رابرت هرجاویک: او به "غیرمجرمانه" شد من تجاوز کرده
- تروردو برای اجلاس آپک به ویتنام رفت، با سوچی ملاقات می‌کند
- اعلان حمله جنسی پنج زن کمدین برعلیه لویی‌سی‌کی
- قتل احمد نیسی فعال عرب با ۳ گلوله در هلند
- دستاورد بزرگ دیپلماسی است
- سه کشته در حمله تروریستی
- یک فرانسوی مسیحی با ماشین به عابران چینی
- هیئت ۷۰ نفره اروپا در ایران: دفتر اتحادیه اروپا را در تهران تاسیس می‌کنیم
- ایتالیا استفاده از ذغال‌سنگ در نیروگاه‌ها را تا سال ۲۰۲۵ به صفر می‌رساند
- سومالی شبکه های اجتماعی را فیلتر می‌کند
- سازمان ملل: بزرگترین قحطی جهان در یمن
- ۶ کشته در دو انفجار تروریستی در افغانستان
- پرویز تیم ملی بر پاناما
- پرستو فروهر به اتهام تبلیغ علیه نظام دادگاه می‌رود
- مدیر کل محیط زیست: ۸۰٪ جانوران ایران طی ۴ دهه گذشت از میان رفته‌اند
- ایران چوگان و کمانچه را در یونسکو ثبت می‌کند

- ترامپ پس از ملاقات با پوتین در ویتنام: پوتین بازهم گفت که در انتخابات دخالت نکرده. موضع مشترک در قبال داعش
- آمریکا و فرانسه استعفای حریری را قبول ندارند
- تروردو به اجلاس سران تی‌پی‌پی نرفت
- مایکل فلین ادعای ربودن گولن را رد کرد
- تظاهرات هزاران اسرائیلی برای استقلال لهستان
- سپ بلاتر دروازه‌بان تیم ملی زنان آمریکا را دستمالی کرده
- اسرائیل یک پهپاد روسی را در جولان ساقط کرد
- لبنان از عربستان خواست دلیل عدم بازگشت حریری را مشخص کند
- نخست وزیر سنی عراق خیابان کربلا را جارو کرد
- کره شمالی: ترامپ در ویتنام برای جنگ گدایی می‌کرد
- آغاز مانور نظامی آمریکا و کره جنوبی
- شرکت چینی علی‌بابا طی ۱۳ ساعت ۱۸ میلیارد دلار فروخت و رکورد زد
- خط لوله اصلی نفت بحرین منفجر شد
- صدور ۲,۳۵۲,۳۰۹ ویزای عراق برای ایرانیان در اربعین امسال
- لاریجانی و روحانی درباره تغییراتی در دولت به توافق رسیدند
- گواهینامه رانندگی در ایران بدون کارت پایان خدمت، میسر شد
- هواپیمای جنگنده سوخو ۲۲ سپاه سقوط کرد و خلبانش کشته شد
- پیش‌نویس لایحه ممنوعیت حیوان‌آزاری در ایران آماده شد

- ده‌ها هزاران نفر در مونترال برعلیه نژادپرستی و قانون برداشتن حجاب زنان
- تظاهرات کردند
- ترامپ: رهبر کره شمالی چاق و کوتاه است، کیم: ترامپ جنگ طلب و خرفت است
- ترامپ از ویتنام به فلیپین رفت و هزاران نفر برعلیه‌اش تظاهرات کردند و پرچم آمریکا را آتش زدند. تروردو در مانیل به رستوران رفت و صدها نفر با وی سلفی گرفتند
- هزاران نفر در کالیفرنیا برعلیه حمله جنسی بر زنان در هالیوود تظاهرات کردند
- تندرویان روی مجسمه جان مک‌دونالد رنگ پاشیدند
- نخست وزیر اسپانیا به کاتالونیا رفت و گفت: استقلال طلبی به پایان می‌رسد
- فولکس واگن بیتل برقی می‌سازد
- سعد حریری خواستار نشست اعراب برعلیه ایران شد
- کشف ۷۰ گور دستجمعی در مناطق تحت کنترل داعش درعراق
- استقلال و پرسپولیس و تراکتورسازی در لیگ آسیا ماندند، نفت حذف شد
- صالحی: برجام برهم بخورد ما آنها را حیرت زده می‌کنیم چون قبلا فکرش را کرده بودیم
- وقوع زلزله ۷/۳ ریشتری در حلبچه عراق که ایران هم لرزید: هزار مجروح و ۱۲۹ کشته

- دادگاه به اجرای محدود قانون مهاجرتی ترامپ رای داد
- پسر ترامپ قبل از انتخابات با ویکی‌لیکس ارتباط داشته
- آغاز مذاکرات پمباردیه با مصر برای فروش ۱/۱ بیلیون دلار هواپیما
- فرانسه و آلمان به همراه ۲۳ کشور دیگر یک نیروی دفاعی مشترک می‌سازند
- آژانس پایبندی ایران به برجام را تایید کرد
- اردوغان: آمریکا و روسیه نیروهایشان را از سوریه خارج کنند
- فرانسه: ایران را بخاطر موشک‌هایش تحریم می‌کنیم
- تظاهرات ۷۵۰ هزارنفری در کاتالونیا برای آزادی رهبرانش
- در حمله هوایی به مخالفان سوری ۵۰ غیرنظامی کشته شدند
- آمریکا و متحدانش به ۲۵۰ "داعشی خارجی" اجازه فرار دادند
- تناتیاهو: اسرائیل با دست باز در سوریه عمل خواهد کرد
- دولت اسرائیل آب تانکر پناهندگان مانوس را خالی کرد
- دولت فردا، سه‌شنبه را عزای عمومی اعلان کرد
- ارتش و سپاه به کمک مردم شتافتند
- پالایشگاه گاز ایلام بخاطر زلزله غیرفعال شد
- وزرای خارجه انگلیس و فرانسه در این هفته و هفته بعد به تهران می‌روند
- وزیر کشور به مناطق زلزله زده رفت، روحانی فردا می‌رود
- تاکنون مجروحان ۷۱۵۶ و کشته‌شدگان ۴۱۳ نفر هستند

- ترودو به کشتار فلیپین اعتراض کرد، دوتورته گفت که به هیچ خارجی اجازه نمی‌دهد او را زیر سوال ببرند
- سوال‌پیچی جف سشنز در کنگره آمریکا درباره ارتباط با روسیه
- یک تروریست در کالیفرنیا ۵ نفر را کشت و ۱۰ نفر را زخمی کرد
- بررسی اختیارات ترامپ برای حمله اتمی توسط کنگره آمریکا
- کمیته حقوق بشر سازمان ملل با درخواست عربستان، از ایران انتقاد کرد
- ترزا می، روسیه را به دخالت در انتخابات متهم کرد
- کودتا در زیمبابوه: ارتش برعلیه موگابه نیست، برعلیه مجرمین است
- بزرگترین الماس آنگولا در سوئیس حراج می‌شود
- نخست وزیر کامبوج از ترامپ خواست ۳۰۰ میلیون دلار بدهی کشورش را ببخشد
- همکاران فرودگاه صنعا توسط عربستان برای جلوگیری از فرود هواپیمای کمک رسان سازمان ملل
- وخامت وضع سربازگره شمالی فراری به کره جنوبی که پنج گلوله خورده
- رای مثبت ۶۱٪ استرالیا به قانونی شدن ازدواج همجنسگرایان
- روحانی: سازندگان ساختمان‌های فروریخته در زلزله مجازات خواهند شد
- نوه خمینی در گزینش دانشگاه رد شده بود!
- تاکنون ۷۷۱۸ مجروح و ۴۳۰ کشته در زلزله

- ترامپ به واشنگتن برگشت و گفت: دنیا آمریکای قدرقندی را دید، ما تجارت ناموزون با آسیا را تحمل نمی‌کنیم
- رسانه کره شمالی: ترامپ را باید اعدام کرد
- یک دادگاه فدرال کانادا به پی‌پال دستور داد اطلاعات مالیاتی بیزینس‌های کانادایی را به دولت بدهد
- تحقیق درباره ارتباط بنیاد کلینتون با فروش اورانیوم به روسیه آغاز می‌شود
- کارمندان تسلا کمپانی را برای نژادپرستی "سو" کردند
- کشف سیاره‌ای با دمای نزدیک به زمین در فاصله ۴/۵ سال نوری
- رسانه‌های خارجی در روسیه باید ثبت شوند
- ماکرون حریری را به فرانسه دعوت کرد
- موگابه در حصر خانگی کودتاگران زیمبابوه
- افزایش تولید ۸۷ درصدی مواد مخدر در افغانستان
- بقایی در دادگاه حاضر نشد و در شاه عبدالعظیم بست نشست، دادگاه غیابی برگزار شد
- پیمانکاران بیمارستان‌های مناطق زلزله‌زده بازداشت شدند
- ظریف: ایران و آمریکا ۶۰ میلیارد دلار حکم علیه یکدیگر صادر کرده‌اند
- زمین لرزه ۵/۴ ریشتری در مرز ایران و آذربایجان
- آمار زلزله غرب ایران ۹۳۸۸ مصدوم و ۴۷۴ کشته

ثمایش فیلم مستند عفو بین‌الملل

۱۶ نوامبر - پنجشنبه - ۷ بعدازظهر - ورودیه ۱۰ دلار

Carlton Cinema, 20 Carlton

جشن موسیقی هیپ‌پاپ با گویندگان رادیو

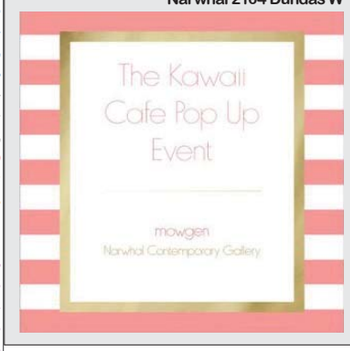
۱۷ نوامبر - جمعه - ۷ شب - بلیت: ۱۵/۵ تا ۱۷ دلار

Royal Ontario Museum,

نمایشگاه هنری کاوایی

۱۸ نوامبر - شنبه - ۸ شب - ورودیه رایگان

Narwhal 2104 Dundas W

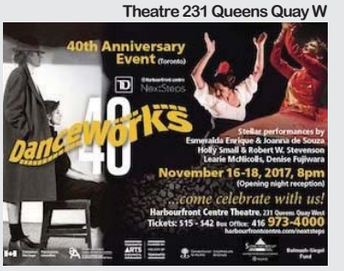


در تورنتو کجا، چه خبره؟

جشن ۴۰ سالگی برنامه رقص

۱۶ تا ۱۸ نوامبر - ۸ شب - بلیت: ۱۰ تا ۴۳ دلار

Harbourfront Centre,
Theatre 231 Queens Quay W



جلسه درباره آینده و مسائل آن در کانادا با نویسندگان

۱۸ نوامبر - شنبه - ۹:۳۰ صبح تا ۵:۳۰ عصر - بلیت: ۲۵ دلار

Isabel Bader Theatre 93 Charles W

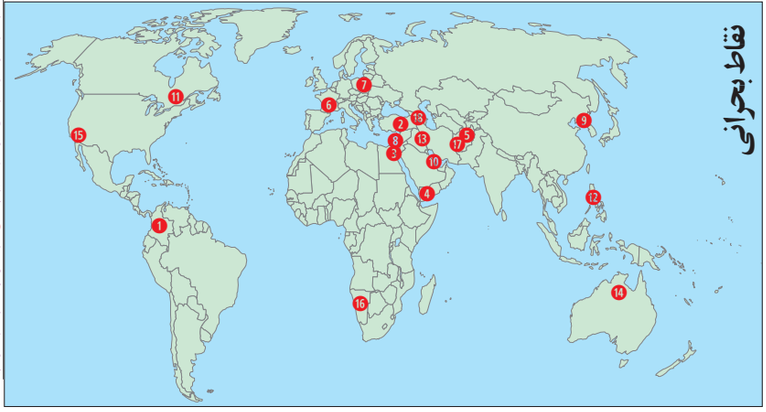
کنفرانس کارآفرینان

۲۱ نوامبر - سه شنبه - ۸ صبح - بلیت: ۷۰ دلار

Enercare Centre, 100 Princes' Blvd

اخبار محلی تورنتو و ایرانیان
در صفحه ۱۸

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 پرسپولیس
416.229.0000
PERSEPOLIS EXCHANGE
برداشت ریالی از کارتهای عابر بانک ایران و دریافت فانوس و فوری معادل دلار کانادایی در تورنتو

ارز ملل
• بهترین نرخ حواله فوری ۴۸ ساعته
• پرداخت همزمان ارز با کارت
عابر بانکهای ایران
416.830.6500
5859A Yonge St.

اتومبیل ← ۲۲
تویوتا پرادو ۲۰۱۸
ابوالفضل نوری

پزشکی ← ۲۳
علائم آلزایمر، با تزریق خون افراد جوان، بهبودی می یابد
محققان استنفورد

فناوری ← ۲۵
فریب سیستم تشخیص چهره آی فون ایکس با یک نقاب
شرکت Bkav

سلامت ← ۲۶
نور آبی قادر به کاهش استرس روانی است
دانشگاه گرانادا

روانشناسی- اُتیسم ← ۲۷
روشهای تخصصی برای کمک به مدیریت قشقرقها و ...
شیدا معنوی

سالمندی ← ۲۹
همه آنچه باید در دوران سالمندی بدانید
قسمت سوم

دانش ← ۳۰
گوسفندها چهره انسان را می‌شناسند
دانشگاه کمبریج

آشپزی - کیترینگ کدبانو ← ۳۳
رول مرغ و سس کره لیمو
بورک گوشت
خورش ماست (اصفهانی)
پروین ترابی

رمان دنباله دار ← ۳۲
نقطه تسلیم
قسمت ۱۸
شهره وکیلی

اطلاعات عمومی- نیازمندی ها
سودوکو، فال ← ۳۴
استخدام و اجاره ← ۳۵
جدول ← ۳۶

قسمت سیزده

زندگینامه هنری فروغ فرخزاد
شعر خدای من است

دکتر فرزانه میلانی
استاد دانشگاه
milanibooks.com

در مؤخرهٔ اسیر، که می‌توان گفت بیانیهٔ ادبی اوست، می‌نویسد:

باز هم می‌گویم که شعر زبان دل است و من یک زن هستم و دل من و احساسات دل من با احساساتی که در دل یک مرد وجود دارد، بسیار فرق دارد و اگر من بخواهم از زبان مردی صحبت کنم، مسلماً از دل خود صحبت نکرده‌ام و من هرگز نخواسته‌ام روحیهٔ حقیقی خود را پنهان کنم. از فاش کردن اسرار دل خود نیز بیمی ندارم ــ من پیوسته گوش به نوای دل خود دارم و هرچه را که از او می‌شنوم در قالب شعر می‌ریزم و منعکس می‌سازم... یک زن حق دارد که در شعرش هم یک زن باشد و کسانی که این را قبول ندارند، به انتظار روزی بنشینند که با پیشرفت تمدن و فرهنگ این حق خودبه‌خود برای زنان در کشور ما ایجاد شود.

فرخزاد بر خلاف اغلبِ قریب به اتفاق زنان ادیب و سرشناسِ هم‌دوره‌اش ــ از پروین اعتصامی و ژاله قائم‌مقامی و پروین دولت‌آبادی تا سیمین دانشور و زهرا خانلری و سیمین بهبهانی و لعبت والا ــ در حوزهٔ ادبی به مردی وابسته نبود. پدر، همسر یا برادری ادیب نداشت. پذیرفته شدن در دایرهٔ تنگ شاعران، با حاکمیت عمیق و گستردهٔ مردسالارش، کار آسانی نبود. زندگی فرخزاد، به‌ویژه در نخستین سال‌های شاعری، گواه بر دشواریِ این راه و فرازونشیب‌های فراوان آن است. به گفتهٔ شجاع‌الدین شفا، شرط چاپ اسیر از جانب ناشر این بود که چهره‌ای معتبر بر آن مقدمه بنویسد و فرخزاد برای ملاقات شفا و درخواست نوشتن مقدمه، همان‌گونه که برای چاپ شعر "گناه" اقدام کرده بود، به درِ خانهٔ او می‌رود.

روزی در خانه‌ام در خَیابان فردوسی بودم که صدای زنگ در آمد. وقتی در را باز کردم، دیدم دختری جوان با دفتری در دست آن‌جا ایستاده است. با خجالت گفت اسم من فروغ فرخزاد است و آمده‌ام شما را ببینم. او را به درون خانه دعوت کردم. گفت مدتی است شعر می‌نویسد، ولی به شعر و سبک شعرش ایراد می‌گیرند. و اضافه کرد چه کنم، من همینم و نمی‌توانم کس دیگری باشم. ناشر برای چاپ اولین مجموعهٔ اشعارش از او خواسته بود که یک نویسندهٔ سرشناس برای آن مقدمه بنویسد. من دربارهٔ فروغ شنیده بودم، ولی از این‌که روزی خودش پیشم بیاید که برای کتابش مقدمه بنویسم در شگفت بودم.

از نادر نادرپور بارها شنیده بودم که قرار بوده او نگارندهٔ پیش‌درآمد اسیر باشد،

زندگینامه ← ۴۰

416-879-7010
www.pixelman.ca
info@pixelman.ca
pixelman
7378 Yonge Street
Unit36B-Thornhill
L4J 8J1
Autocad Course
Animation Course
Video Game Design Course
Solidworks/Revit Course
Web/Graphic Design Course
آنچه به شما خواهیم آموخت زندگی شما را دگرگون خواهد ساخت
بهترین گزینه برای شغل یابی آسان در کانادا حتی قبل از ورود

مشاغل پنهان ولی پردرآمد

قسمت دوم

فرید قاسم اسد
Toronto Star/Lead Designer
Pixelman.ca

با عرض تشکر و احترام خدمت یکایک شما عزیزان که وقت گذاشتید و مقاله شماره یک در خصوص " مشاغل پنهان ولی پردرآمد " را با دقت مطالعه کرده و همانند سابق با ایمیل‌ها و تلفن‌های خود این معلم حقیر را شرمنده کردید.

در این مقاله توضیح خواهم داد که چرا بیش از هشت تا ده سال است که شغل طراح گرافیک مرده است و هیچ کاری برای آن پیدا نمی‌شود.جواب مختصر این پرسش بسیار ساده است زیرا بستر رسانه‌ای آن تغییر کرده است. مثلا رسانه‌های کاغذی مانند روزنامه و مجله به سرعت در حال ورشکستگی هستند و نوع مطلب آنها به رسانه‌های دیجیتالی مانند تبلت‌ها، تلفن‌های موبایل و تا حدودی در وبسایت‌ها دنبال می‌شود و این یعنی تغییر بستر رسانه‌ای.

اما ما به عنوان یک طراح دیجیتالی هیچ چاره‌ای نداریم جز بروز کردن اطلاعات و فنونی را که تا کنون کسب کرده‌ایم. به عنوان مثال اگر اطلاعات هنری و گرافیکی بسیار خوبی دارید و فقط می‌توانید با نرم افزارهای کورل- ایلاستریتور - فتوشاپ- کوارک اکسپرس و اینذزاین کار کنید قطعا در سال ۲۰۱۷ و بعد از آن نمی‌توانید هیچ کاری پیدا کنید زیرا این تخصص‌ها و اطلاعات لازم هستند ولی کافی و کاربردی نیستند. باید به این اطلاعات فنونی مثل کدنویسی با جاوا اسکریپت- سی اس اس و اچ‌تی‌ام‌ال را هم اضافه کنیم و سپس بتوانیم آنها را در ادیتورهای معروف طراحی چند رسانه‌ای بکار ببریم.

بشویم اگر می‌خواهیم در این بازار جذاب و پر کار بمانیم.Interactive Designer باید

چند ماه پیش شهرداری نیومارکت بدنبال یک متخصص چند رسانه‌ای برای تابلوهای لمسی در سطح شهر نیومارکت می‌گشت و جالب این بود که آنها در توضیح شغلی که پست کرده بودند نیز به دانستن جاوا اسکریپت- سی اس اس و اچ تی ام ال اصرار ویژه داشتند. همین موضوع و سایر مشاغلی که اخیرا در سایت‌های معروف شغل‌یابی پست میشوند ثابت می‌کنند که چقدر آشنایی و تبحر یک گرافیست به کد نویسی اولیه برای اصول طراحی چند رسانه‌ای و طراحی تعاملی می‌تواند مفید و لازم باشد.

ما در تورنتو استار موفقترین و پرهزینه‌ترین اپلیکیشن چند رسانه‌ای خبر را برای تبلت طراحی کردیم و یکی از زیباترین روشهای طراحی تعاملی را به جهان نشان دادیم. این تجربه و تکنیک در حال حاضر بصورت یک سیلابس آموزشی منسجم و مشخص در اختیار موسسه آموزشی پیکسلمن است و شما با تماس با ما می‌توانید مسیری فوق‌العاده را جهت بروز کردن اطلاعات و تکنیک‌های خود باز کنید. همچنین می‌توانیم با همکاری ویژه‌ای که با سازمان‌های دولتی کانادا داریم شما را درصورت واجد شرایط بودن بصورت رایگان در دوره طراحی برای تکنولوژی دیجیتال ثبت نام کنیم.

Ubisoft 3D Artist
416-879-7010

ادامه دارد

بیمه برای رانندگان
High Risk
بیمه بیزینس
اتومبیل، خانه، تجاری، مسئولیت
Small Business Owners
رستوران‌ها
نانوایی‌ها
صرافی
داروخانه
Contractors
Rented Homes
Roofers
Electricians
HVAC Technicians
رانندگان Uber
Commercial Vans
شرکت‌های 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
7368 Yonge St., Suite 102,
Thornhill, Ontario, L4J 8H9

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
Fax: (416) 900-4189
www.HarmonicTeam.com
info@harmonicteam.com
در پناه‌ای سوپر پارسیان

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
RBahrami@LevyZavet.com
www.LevyZavet.com
Fax: 416.477.2847
201-315 Eglinton Ave. West Toronto, Ontario, M5N 1A1

اتومبیل

تویوتا پرادو ۲۰۱۸

ابوالفضل نوری- تویوتا لندکروزر پرادو پرفروش‌ترین خودروی شاسی‌بلند سایز بزرگ در بازار استرالیا است و تویوتا برای فروش بیشتر این خودرو، تصمیم گرفته است ضمن اضافه کردن امکانات و تجهیزات ایمنی پرادو، قیمت آن را نیز کاهش دهد. همچنین تلاش‌هایی صورت گرفته است تا توانایی‌های خارج جاده‌ای این خودرو نیز بهتر از قبل شوند.

تویوتا سعی کرده است توانایی‌های پرادوی ۲۰۱۸ را از هر نظر افزایش دهد؛ به‌طوری که حتی توانایی یدک‌کشی مدل ۲۰۱۸ نیز افزایش پیدا کرده و به ۳ هزار کیلوگرم رسیده است. همچنین مدل‌های GLX و VX این خودرو که به پیشرانه‌ی V6 مجهز هستند، به همراه قفل دیفرانسیل محور عقب عرضه می‌شوند. قیمت مدل GX پرادو به ۵۳ هزار و ۴۹۰ دلار استرالیا رسیده است و در مدل GXL با کاهش ۱۲۰۰ دلاری، به قیمت ۵۹ هزار و ۹۹۰ دلار استرالیا پیش‌فروش خواهد شد. مدل VX هم با ۹۱۱ دلار کاهش قیمت روبرو شده است و ۷۳ هزار و ۹۹۰ دلار فروخته می‌شود. آخرین مدل، نسخه‌ی Kakadu است که قیمت این مدل نیز با ۱۱۲۱ دلار کاهش، به ۸۴ هزار و ۴۹۰ دلار رسیده است که همچنان هم‌قیمت یک محصول متوسط، مثل لندروور دیسکاوری HSE است. (هر دلار استرالیا معادل ۰.۷ دلار آمریکا و حدود ۳۲۰۰ تومان محاسبه می‌شود)

البته باید گفت کاهش قیمت لندکروزر پرادو به اندازه‌ی کاهش قیمتی که تویوتا برای مدل فورچونر در نظر گرفته است نیست؛ چون مدل فورچونر که یک شاسی‌بلند ساخته‌شده بر اساس تویوتا هایلوکس محسوب می‌شود، در مدل ۲۰۱۸ خود با کاهش قیمت ۵ هزار دلاری روبه‌رو خواهد بود که رقم قابل توجهی به‌حساب می‌آید. تنها مدل لندکروزر پرادو که قیمت آن افزایش پیدا کرده، مدل GX با جعبه‌دنده‌ی خودکار است که ۴۰۰ دلار گران‌تر از سال قبل خواهد بود.

یکی از نکات بارز تویوتا پرادوی جدید کاپوت آن است که در با شیار بزرگی در وسط ارائه می‌شود. به گفته‌ی تویوتا وجود این شیار به افزایش دید راننده کمک می‌کند. همچنین گوشه‌های گلگیرهای این خودرو نیز دارای ارتفاع کم‌تری هستند تا قابلیت مانور پذیری پرادو در مسیرهای خارج جاده‌ای افزایش پیدا کند. جلوپنجره‌ی این مدل نیز کاملا جدید است و نه تنها گرافیک آن تغییر پیدا کرده است بلکه سایز آن نیز برای سهولت تنفس و خنک کاری پیشرانه افزایش پیدا کرده است.

موقعیت چراغ‌های این خودرو نیز به شکلی تغییر پیدا کرده است اگر در مسیرهای خارج جاده‌ای با مانعی برخورد کنید چراغ‌های اصلی آسیبی نبینند. طرح چراغ‌های عقب نیز جدید است و در داخل کابین نیز دو رنگ تودوزی جدید به رنگ‌های قبلی اضافه شده اند.

اما در خصوص امکانات ایمنی باید گفت که تویوتا تجهیزاتی چون سیستم ترمز خودکار اضطراری، کروز کنترل هوشمند، رادار هشدار بین خطوط و چراغ‌های هوشمند خودکار روی این خودرو عرضه می‌کند. سایر تجهیزات جدید این خودرو شامل چراغ‌های LED و روشنایی در روز در مدل‌های GXL، دوربین ۳۶۰ درجه، سیستم هشدار نقطه کور، سیستم هشدار خودروی پشت سری، تهویه‌ی صندلی‌ها، کول باکس، رهیاب ماهواره‌ای، سقف پانوراما و قابلیت انتخاب حالت‌های مختلف رانندگی هستند.

طراحی داخل کابین در بخش‌های همچون کنترلرهای مربوط به سیستم تهویه، دسته دنده و پشت‌آمپرها تغییر کرده و کاملا جدید است.

در اکثر تیپ‌های این خودرو تودوزی چرمی نیز موجود است؛ اما برای مدل GXL می‌توان با پرداخت ۳۵۰۰ دلار، در کنار تودوزی چرمی، گرمکن صندلی‌های جلو و عقب و تهویه‌ی صندلی‌های جلو نیز دریافت کرد.

در خصوص قوای فنی پرادوی جدید باید اشاره کرد که این خودرو با یک پیشرانه‌ی ۲.۸ لیتری توربو دیزل همراه است که از سال ۲۰۱۵ روی پرادو عرضه می‌شود. مشخصات این پیشرانه بدون تغییر باقی مانده است و ۱۷۴ اسب بخار قدرت در ۳۴۰۰ دور بر دقیقه و ۴۵۰ نیوتن متر گشتاور در ۱۶۰۰ دور بر دقیقه تولید می‌کند. البته گشتاوری که گفته شد مربوط به نسخه‌ی مجهز به جعبه‌دنده‌ی شش سرعته‌ی خودکار است و در صورتی که این پیشرانه را به همراه جعبه‌دنده‌ی شش سرعته‌ی دستی سفارش دهید، گشتاور تولیدی آن به ۴۲۰ نیوتن متر در ۱۴۰۰ دور بر دقیقه می‌رسد.

پرادو قبلا با یک پیشرانه‌ی بنزینی V۶ به حجم ۴ لیتر نیز عرضه می‌شد؛ اما برای سال ۲۰۱۸ تویوتا تولید پرادو با این پیشرانه را متوقف کرده و دلیل آن، کاهش تمایل خریداران به پیشرانه‌ی بنزینی و علاقه‌ی آن‌ها به پیشرانه‌های دیزلی ذکر شده است؛ به‌طوری که ۹۸.۸ درصد از خریداران این خودرو در استرالیا پیشرانه‌ی دیزلی را ترجیح می‌دهند.

اشتباهاتی که به اتومبیلتان آسیب می‌زند

۱- استفاده نکردن از ترمز دستی موقع پارک

وقتی روی یک سطح شیب دار یا حتی صاف پارک می‌کنید، اگر از ترمز دستی استفاده نکنید همه فشار به گیربکس منتقل می شود. با استفاده از ترمز دستی، چرخها را قفل می‌کنید و فشار را از روی گیربکس برمی‌دارید. فقط یادتان باشد که قبل از اینکه دوباره راه بیفتید، آن را بخوابانید.

۲- ایست کامل نکردن قبل از عوض کردن دنده

عجله دارید و از جای پارکتان بیرون می‌آیید و با اینکه ماشین هنوز عقبی می رود، دنده را عوض کرده و رو به جلو حرکت می کنید. با اینکار فقط گیربکس ماشین را چندین سال زودتر فرسوده می‌کنید. داخل گیربکس چرخ دنده‌های مختلفی وجود دارد که وقتی بدون توقف کامل دنده عوض می‌کنید، باعث می‌شوید آن چرخ دنده‌ها بعنوان ترمز شما عمل کنند که فشار بسیار زیادی را به آنها وارد می‌کند. حتی ممکن است به میل لنگ‌هایتان هم صدمه بزنید.

۳- با گذاشتن پا روی ترمز سرپایینی را رانندگی می‌کنید

وقتی روی یک مسیر سرازیری رانندگی می‌کنید، نباید پایتان را مدام روی ترمز نگه دارید. بهتر است دنده را عوض کنید تا سرعتتان زیاد نشود و ترمزتان هم تمام نشود. این اشتباهی است که معمولا همه مرتکب می‌شوند چون مطمئن‌ترین راه برای رانندگی در سرازیری به نظر می‌رسد اما اگر این مسیر سرازیری طولانی باشد لنت ترمزتان خیلی زود تمام می‌شود.

۴- فراموش کردن برای تعویض روغن موتور

باید هر ۵۰۰۰ کیلومتر یکبار روغن موتورتان را عوض کنید. خیلی‌ها می‌گویند می‌توانید صبر کنید تا چراغ روغن موتورتان روشن شود بعد آنرا تعویض کنید، اما اینکار اشتباه است چون وقتی چراغ روغن موتور روشن می‌شود، روغن داخل موتور دیگر واقعاً به هیچ دردی نمی‌خورد. شاید در کوتاه مدت مهم نباشد اما به مرور زمان عمر موتورتان را کمتر می‌کند.

۵- وارد کردن فشار موقع موتورشویی

خیلی خوب است که بخواهید موتور ماشینتان را تمیز نگه دارید. موتور سیاه و چرک می‌شود و آب پرفشار بدترین چیز برای آن است. اما موتور کثیفی که خوب کار می‌کند خیلی بهتر از موتور تمیزی است که کار نمی‌کند. وقتی آب را با فشار زیاد (مثل آبهایی که در کارواش‌ها می‌بینیم) روی موتور بگیرید، ممکن است به سیستم برق ماشین هم صدمه شدید بزنید. شستشوی موتور با شلنگ‌های معمولی باغچه مشکلی ایجاد نمی‌کند اما شلنگ‌های پرفشار کارواش‌ها اصلاً مناسب نیستند.

۶- بد استارت زدن

شاید ساده به نظر برسد اما می‌توانید با خاموش کردن ضبط، برف پاک کن‌ها، و سایر وسایل جانبی ماشین تغییر بزرگی در نحوه استارت زدن خود ایجاد کنید. بیشتر فرسودگی که در موتور ایجاد می‌شود با استارت بد است. وقتی آن وسایل جانبی را خاموش می‌کنید دیگر لازم نیست که موتور موقع استارت فشار زیادی تحمل کند.

کار اشتباه دیگری که اغلب افراد انجام می دهند گاز دادن بیش از حد به موتور در فصل زمستان است. اینکار به هیچ عنوان به گرم کردن ماشین کمک نمی‌کند. شاید موتور را گرمتر بکند اما نه آن گرم کردنی که مد نظر شماست. اینکار فقط دما را فوراً بالا می‌برد که دقیقاً عکس آن چیزی است که می‌خواهید. وقتی موتور را استارت می‌زنید، روغن هنوز وارد سیستم ماشین نشده است پس موتور بدون ماده روان ساز کار می کند. راه صحیح انجام آن این است که ۳۰ ثانیه تا یک دقیقه موتور را بدون حرکت روشن نگه دارید.

۷- نادیده گرفتن صداهای ماشین

هر صدایی که از ماشینتان بیرون می‌آید یک معنی خاص دارد. اگر دقت داشته باشید ماشینتان خودش به شما می‌گوید که به چیزهایی نیاز دارد. صدا دادن ترمز نشان‌دهنده این است که باید لنت‌هایتان تعویض شوند و اگر آن صدا را نادیده بگیرید عاقبت صدای به هم خوردن آهن‌های لنت را روی همدیگر می‌شنوید که نشان‌دهنده لزوم عوض کردن دیسک‌هایتان است و اگر این را هم نادیده بگیرید دیگر صدای جیغ خودتان است که می‌شنوید و این یعنی ترمز ماشین به کلی از کار افتاده است. پس خوب به صداهای ماشینتان گوش کنید.

۸- با باک تقریباً خالی رانندگی کردن

سر این موضوع همیشه بحث و جدل است. قدیم می‌گفتند که وقتی می‌گذارید عقربه بنزین ماشین به آخرین درجه برسد، رسوب ته باک وارد سیستم می‌شود و انژکتورهای بنزین را گول می‌زنند. اما بعضی از کمپانی‌های ماشین این عقیده را نفی می‌کنند. اما در هر حال، رسیدن عقربه بنزین به انتها مشکلات دیگری را هم ایجاد می‌کند. با این کار عمر پمپ بنزینتان را به طرز قابل توجهی پایین می‌آورید چون این بنزین است که پمپ را خنک می‌کند.

یک نکته جالب: اکثر ماشین‌ها وقتی عقربه بنزینشان به انتها می‌رسد، می‌توانند ۶۰ مایل دیگر هم بروند. در ماشین‌های امریکایی این بنزین ذخیره بیشتر و در ماشین‌های آلمانی کمتر است.

Personal Injury Law
دفتر وکالت با سالها تجربه در امور تصادفات
بهترین مزایا و حقوق شما، تصادفی نیست
تمام خدمات در دفتر ما زیر نظر وکلای رسمی
با پروانه وکالت در استان انتاریو انجام می شود

Mehrdad Mike Salamzadeh
B.A. (Hons.), M.B.A., LL.B.
Director, Client Relations
416.226.0737
Tel: 416.226.7346
Kenway Yu
H.B.A., LL.B.
Barrister and Solicitor
Personal Injury Law

خدمات دفتر ما:
- تصادفات اتومبیل (مقصر یا بی تقصیر)
- انواع صدمات بدنی (معلولیت، نقص عضو)
- تصادفات بدون بیمه
- تصادفات در حال مستی
- تصادفات (جرائم رانندگی)
- زمین خوردگی
- از کار افتادگی

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.

لطفا توجه فرمائید که تلفن ایران استار عوض شده است
تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

پزشکی

علامت آلزایمر فقط فراموشی نیست

شایع‌ترین علامت بیماری آلزایمر از دست دادن حافظه و فراموشی است. اما علائم دیگری نیز وجود دارند که کمتر آشکار هستند، ولی می‌توانند قبل از پیشرفت بیماری، شما را از وجود آن با خبر کنند. هنگامی که مادر یا پدرمان به یک سن خاص می‌رسند، نگرانی از دست دادن حافظه در ایشان به سراغمان می‌آید و هر بار که آن‌ها کلیدشان را گم می‌کنند، فکر می‌کنیم همه چیز به پایان رسیده است. این نگرانی‌ها قابل فهم هستند. با توجه به این که در حال حاضر هم هیچ درمان قطعی برای بیماری آلزایمر وجود ندارد. بله، موضوع دلگیری است، اما ناامیدکننده نیست.

تشخیص زودهنگام علائم آلزایمر هنوز هم می‌تواند به درمان زودهنگام آن با استفاده از داروهای لازم منجر شود. درمان زودرس اجازه می‌دهد تا بیماران به خوبی و برای مدت طولانی زندگی کنند. به همین دلیل مهم است که به علائم والدین‌تان توجه کنید.

شایع‌ترین علامت بیماری آلزایمر، از دست دادن حافظه است که مختل کننده‌ی زندگی روزمره می‌باشد و اشکال مختلفی دارد. برخی افراد فراموش کردن زمان و مکان، اشکال در برنامه‌ریزی ، چالش با کلمات و یا قضاوت ضعیف را تجربه می‌کنند. اما نشانه‌های اولیه دیگری نیز وجود دارند که می‌توانند قبل از پیشرفت آلزایمر، شما را از وجود آن با خبر کنند.

بی علاقگی

کسی که در مراحل اولیه بیماری آلزایمر به سر می‌برد، ممکن است از فعالیت‌هایی که او را شاد می‌کنند، دوری کند، مثل رفتن به سینما، صرف ناهار با دوستان، و یا بازی با نوه‌ها. این افراد محیط خود را به چیزهایی که با آن راحت هستند محدود می‌کنند. این بی‌علاقگی می‌تواند زندگی بیماران را حتی در مراحل بسیار اولیه بیماری دچار مشکل کند.

آلزایمر فقط با نگرانی درباره فراموشی فرد مبتلا همراه نیست و می‌تواند شامل نگرانی‌هایی در رابطه با بی‌تفاوتی و بی‌علاقگی او نیز باشد. تحقیقات نشان می‌دهد که بی‌تفاوتی در میان مردمی با اختلال شناختی خفیف، ممکن است از پیشرفت آلزایمر خبر دهد.

تغییرات بهداشت فردی یا ظاهر

این بی‌تفاوتی ممکن است به تغییراتی در عادات روزانه فرد بیمار منجر شود. برخی از افراد مبتلا به آلزایمر ممکن است همان لباس قبلی را برای چند روز بپوشند و یا به طور ناگهانی شانه زدن و تمیز کردن موهایشان را به یک بار در هفته کاهش دهند.

در مراحل اولیه بیماری آلزایمر، هنگامی که بی‌تفاوتی شروع به افزایش می‌کند ، فرد ممکن است کمتر به ظاهر خود یا لباسی که مدت‌هاست به تن دارد و یا حتی استحمام توجه نشان دهد. خانواده نقش مهمی در این نوع بی‌توجهی دارند.

اضطراب و افسردگی

اگر والدین‌تان متوجه کوچک‌ترین فراموشکاری در خودشان شوند، ممکن است نگران گردند. اغلب اضطراب مرتبط با آلزایمر شامل سئوال و جواب‌های پی در پی است. محیط جدید ممکن است آن‌ها را مضطرب کند، طوری که مدام سوال کنند: کجا می‌رویم، قرار است چه کاری انجام دهیم؟ چه زمانی ما را ترک خواهی کرد و ...

به نظر می‌رسد توجه بیش از حد به جزئیات یک سفر و پرسش‌های متعدد مربوط به فراموشی باشد، طوری که حتی گاهی به یاد نمی‌آورند چه غذایی سفارش داده‌اند.

به نظر می‌رسد ارتباطی بین تشخیص افسردگی با بیماری‌های زوال عقلی مانند آلزایمر وجود دارد. البته هنوز مشخص نیست که این افسردگی است که موجب آلزایمر می‌شود و یا آلزایمر سبب بروز افسردگی خواهد شد. هنوز تحقیقات بیشتری در این مورد نیاز است.

تغییرات بینایی

ممکن است بزرگسالان مسن در مراحل اولیه ی آلزایمر نیاز به چشم پزشک پیدا کنند. در حالی که به نظر می‌رسد این تنها یک مشکل چشمی است، اما گاهی اشتباه است. این در واقع می‌تواند یک مشکل پردازش بصری باشد، زیرا بخش عقبی مغز در انواع خاصی از آلزایمر، سریع‌تر دچار اشکال می‌شود.

ممکن است این تغییرات مغزی بتواند باعث تغییر حس بویایی یا شنوایی در برخی از افراد مبتلا به آلزایمر شود. تغییرات بینایی نیز ممکن است نشانه‌ای از انواع دیگر زوال عقل مانند بیماری لوی بدن(Lewy Body) باشد.

محققان دانشگاه استنفورد :

علائم آلزایمر، با تزریق خون افراد جوان، بهبودی می یابد

مطالعات جدید نشان می‌دهد تزریق خون افراد جوان به افراد مسن می‌تواند علایم آلزایمر را کاهش دهد.

مطالعه‌ای که از سه سال پیش آغاز شده است، نشان می‌دهد تزریق خون موش‌های جوان به موش‌های پیر، باعث ایجاد عروق خونی جدید و بهبود یادگیری و حافظه در موش‌های مسن می‌شود.

نتایج آزمایش‌های انسانی که به تازگی صورت گرفته، محققان را بسیار شگفت‌زده کرده است؛ این مطالعه که توسط محققان دانشگاه استنفورد انجام شده نشان می‌دهد علایم آلزایمر در شرکت‌کنندگان، بهبود قابل توجهی داشته است. این داوطلبان به راحتی می‌توانند امور روزانه ازجمله پرداخت صورت حساب‌ها، آماده کردن وعده‌های غذایی و مصرف دارو را انجام دهند.

با وجود نتایج قابل قبول این آزمایش، این نتایج نیازمند بررسی و تحقیق بیشتر است. بیماری پیشرونده آلزایمر شایع‌ترین نوع زوال عقل است که باعث اختلال در حافظه، تفکر و رفتار بیمار می‌شود.

بر اساس آمار مرکز بین المللی آلزایمر، در حال حاضر ۴۶٫۸ میلیون نفر در سراسر جهان به زوال عقل مبتلا هستند و این تعداد تا سال ۲۰۵۰ میلادی، به ۱۳۱٫۵ میلیون نفر به ویژه در کشورهای در حال توسعه می‌رسد.

محققان دانشگاه کالیفرنیا در سان فرانسیسکو چاقی، باریک شدن شریان کاروتید، افسردگی، سطح پایین تحصیلات، فشار خون بالا، عدم تحرک، استعمال دخانیات، سطح بالای اسید آمینه و دیابت نوع ۲ را به عنوان مهمترین عوامل خطر آلزایمر برشمرده‌اند.

محققان دانشگاه هاروارد:

مغز انسان در جمجمه موش، پیوند خورد

محققان نمونه‌ای ساده و کوچک شده از مغز انسان را درون مغز جوندگان پیوند زدند، موفقیتی که می‌تواند عواقب علمی و اخلاقی زیادی به دنبال داشته‌باشد.

براساس گزارش دیسکاوری، پیشرفت‌های بزرگ علمی معمولا همیشه با بحث و جدل‌های اخلاقی همراه بوده‌اند، برای مثال در دهه ۱۹۷۰ و ۱۹۸۰ زمانی که مطالعات لقاح مصنوعی آغاز شد، جامعه علمی به این توافق رسید که نباید به جنین مورد مطالعه اجازه داد تا مرحله‌ای رشد کند که مغز شکل بگیرد.

امروزه اما پیشرفت در زمینه ایجاد ارگنوئیدها یا سازه‌های مغزی که با استفاده از سلول‌های بنیادین درون آزمایشگاه‌ها ایجاد می‌شوند، امکاناتی را برای دانشمندان فراهم آورده‌اند که در دوران داغ بودن بحث لقاح مصنوعی حتی تصور کردن آن نیز ممکن نبود.

به گفته محققان دانشگاه هاروارد، در آن دوران تنها راهی که می‌شد رشد مغز را متصور شد، درون بدن جنین بود، اما اکنون با ایجاد ارگنوئیدهای مغزی این روند و تحول شده است.

پیوند سلول‌های مغزی در بدن موش‌ها از پنج دهه پیش آغاز شده‌است. اما آنچه در این مطالعه جدید است، غلبه بر مانعی بزرگ در ایجاد ارگنوئیدهای کاربردی مغزی است:

با اختصاص دادن منبع خونی به این بافت‌ها می‌توان آنها را زنده نگه داشته و عملکرد آنها را حفظ کرد.

درواقع محققان ثابت کردند این بافت‌ها از قابلیت پیوند برخوردارند و پس از پیوند برای مدتی طولانی زنده باقی می‌مانند. همچنین بررسی‌های بافت‌شناسی و ایمن‌سازی نشان می‌دهند بافت پیوند زده شده کاملا دست‌نخورده بوده و از نورون‌های بالغ و مسیرهای اکسونی طولانی برخوردار است که از بخش‌های مختلف بافت پیوند خورده تا بخش‌هایی از مغز میزبان امتداد یافته‌اند.

هدف طولانی مدت این نوع مطالعات می‌تواند در زمینه احیای بینایی، از بین‌بردن اختلالاتی مانند سندروم داون، پاکسازی عواقب مخرب آلزایمر و پارکینسون و دیگر مشکلات مغزی باشد.

محققان دانشکده پزشکی جانز هاپکینز از ارگنوئیدهای مغزی برای مطالعه روی مکانیزم و کشف استراتژی‌های درمانی تومورها و اختلالات مغزی استفاده می کنند

مهاجرت به کانادا
Salam Toronto.com
تجاری و سرمایه گذاری
تخصصی و کاری
استانی و فدرال
ازدواج و اسپانسرشیپ
دعوتنامه توریستی
سوپر ویزا
تمدید کارتهای PR
کلیه امور حقوقی در ایران
گواهی امضاء و کپی برابر اصل
اسکان تازه واردین
ترجمه رسمی
Tel: 416.733.4050
Fax: 647.477.4151
www.salamtoronto.com
e-mail: info@salamtoronto.com
7191 Yonge St. Suite 914
Toronto, Ontario, L3T 0C4
Canada
کامران نقوی
کارشناس رسمی مهاجرت
416.733.4050
iccrc crcic

Freight Services International
FSI
حمل و نقل بین الملل
• حمل و نقل هوائی و دریایی به تمام نقاط دنیا
• حمل و نقل کانتینر کامل یا کمتر
• بیمه حمل و نقل و تهیه مدارک واردات و صادرات
دارای دفاتر نمایندگی در امریکا، اروپا، دبی و ایران
416.590.8989
7191 Yonge St. Suite # 312
(World on Yonge office Building)
www.freightall.com
E-mail: info@freightall.com

کامپیوتر- تلفن همراه

افزایش ساعت کارکرد باطری لپ تاپ

اگر می‌خواهید که همانند بسیاری از مردم، تجربه بدی از کار بر روی پروژه تان با لپ تاپ نداشته باشید، باید مراقب باتری لپ‌تاپ‌تان باشید تا در میانه یک کار مهم از هوش نرود.

مطمئنا رعایت این ۱۸ مورد، نه کار آسانی است و نه کار به صرفه‌ای. اما پیشنهاد می‌کنم که تعدادی از آنها را انتخاب کنید و مرتب انجام دهید، مطمئن باشید که از نتایج راضی خواهید بود.

۰۱ پس از خرید لپ تاپ، از آن استفاده کنید تا کاملا شارژ تمام کند، وقتی که خاموش شد آن را برای دوازده ساعت روی شارژ بگذارید.

۰۲ دیفراگ منظم. هارد شما کارش را هر چه سریعتر انجام دهد، تقاضای کار کمتری برای هارد و باتری‌تان ارسال خواهد شد. با انجام مرتب‌سازی (Defregment) منظم هارد دیسک لپ‌تاپ‌تان کارایی آن را تا حد ممکن افزایش دهید. البته توجه داشته باشید که هنگام دیفراگ کردن حتما لپ‌تاپ‌تان به برق وصل باشد. این مرتب سازی باعث می‌شود که هرگاه درخواستی برای استفاده از هارد فرستاده می‌شود، کار با سرعت بالاتری انجام شود و مصرف برق هارد کم می‌گردد و باتری مدت زمان بیشتری به کار ادامه می‌دهد.

۰۳ نور صفحه نمایشتان را کم کنید. امروزه اغلب لپ‌تاپ‌ها دارای قابلیت کم کردن نور صفحه نمایش هستند. برخی هم حتی دارای قابلیت بهبود کارکرد سی‌پی‌یو و سیستم خنک‌کننده هستند. پس میزان مصرف انرژی آنها را تا حداقل ممکن کاهش دهید، تا بالاترین میزان عمر باتری را داشته باشید.

۰۴ نرم‌افزارهایی را که در پس زمینه سیستم عامل‌تان اجرا می‌گردند خاموش کنید.همه این برنامه‌ها بر میزان لود سی‌پی‌یو می‌افزایند و به سرعت شارژ باتری‌تان را کاهش می‌دهند. همچنین برنامه‌های غیر ضروری را که در نوار ابزار پایین دسکتاپ در حال اجرا هستند ببندید. برای این کار، به منوی Start بروید و گزینه Run را انتخاب کنید. در پنجره باز شده کلمه msconfig را تایپ کنید و اینتر را بزنید. حال تب Startup را انتخاب کنید.

در اینجا تیک کنار برنامه‌هایی را که به لود شدن دائم آنها نیازی ندارید بردارید. مثلا برنامه آنتی ویروس شما باید دائما در حافظه لود شود، اما مثلا برنامه Quick Time نیازی به باز بودن دائم ندارد.

۰۵ ابزارهای خارجی غیر ضروری را به لپ تاپ وصل نکنید. ابزارهای USB (مانند موس) باتری لپ تاپ‌تان را خالی می‌کنند. هنگامی که از آنها استفاده نمی‌کنید، خاموششان کنید. مطمئنا شارژ دیگر وسایل از طریق لپ‌تاپ (مانند Ipod) هنگامی که لپ‌تاپ از باتری استفاده می‌کند، سریعا شارژ را خالی می‌کنند.

اگر نیازی به کارت شبکه بی‌سیم و بلوتوث‌تان ندارید آنها را هم خاموش کنید. زیرا هنگام روشن بودن بطورت خودکار دائما برای یافتن شبکه جستجو می‌کنند و این کار میزان بسیار زیادی انرژی باتری را مصرف می‌کند.

۰۶ رم سیستم‌تان را افزایش دهید. این کار به شما اجازه می‌دهد تا به جای اینکه سیستم مرتب از حافظه مجازی استفاده کند، پردازش‌هایتان را بیشتر با رم انجام دهید. حافظه مجازی برای انجام پردازش‌ها از هارد استفاده می‌کند و کارایی مصرف انرژی آن بسیار پایین است. توجه داشته باشید که افزودن رم باعث افزایش مصرف انرژی می‌شود، اما کارایی آن بیشتر از برنامه‌های شبیه سازی است که حافظه مجازی را ایجاد می‌کنند.

۰۷ هارددرایو و ابزارهای سی‌دی/ دی‌وی‌دی را خاموش کنید. میزان مصرف انرژی سی دی/ دی‌وی‌دی درایوها از هارد هم بیشتر است. حتی وجود سی‌دی در درایو باعث مصرف بیشتر می‌گردد، حتی اگر از آن استفاده هم نشود.

۰۸ اتصالات باتری را تمیز نگه دارید. هر دو ماه یک بار پارچه‌ای را به الکل آغشته کرده و اتصالات فلزی باتری را تمیز کنید.این کار راندمان جابجایی انرژی بین باتری و لپ‌تاپ را بالا می‌برد.

۰۹ از باتری‌تان مراقبت کنید. باتری را به کار وادارید. باتری شارژ شده را برای مدت طولانی بدون استفاده نگذارید. هر بار که باتری را شارژ می‌کنید، آن را حداکثر طی یک تا دو هفته استفاده کنید. همچنین، شارژ باتری‌های Li-On را هیچگاه کاملا خالی نکنید. در صورتی که از باتری‌های نیکل کادمیوم استفاده می‌کنید، اجازه دهید که کاملا خالی شوند و سپس آنها را شارژ کنید. باتری‌های جدید NiMH نیازی به این کار ندارند و باتری‌های Lithium-ion از آن هم بهترند.

۰۱۰ دمای عمومی سیستم‌تان را پایین نگه دارید. لپ‌تاپ در دماهای پایین‌تر کارایی بهتری خواهد داشت. هرچند وقت یک بار منافذ هوا را با یک پارچه یا تمیزکننده صفحه کلید پاک کنید و یا اینکه هرسال یک بار آن را برای سرویس ببرید.

۰۱۱ تنظیمات انرژی را بهینه سازی کنید. در کنترل پنل ویندوزتان از طریق گزینه Power Option میزان مصرف انرژی را بهینه کنید. برای نتایج مناسب گزینه Max battery را انتخاب کنید.

۰۱۲ از چند برنامه به شکل همزمان استفاده نکنید. هنگامی که از باتری استفاده می‌کنید، هر بار فقط یک کار را انجام دهید و سپس سراغ کار بعدی بروید. هنگامی که بر روی یک صفحه گسترده کار می‌کنید، برنامه ایمیل‌تان هم در حال کار است؛ همزمان به موسیقی هم گوش می‌دهید. ذهن‌تان را بر روی یک کار متمرکز کنید.اگر این کار را نکنید، قبل از اینکه هیچ‌کاری به پایان برسد باتری‌تان خالی شده است.

۰۱۳ کارهای ساده را از لپ‌تاپ‌تان بخواهید. فعالیت‌هایی مانند چک کردن ایمیل و پردازش متن بسیار کمتر از بازی‌ها و پخش دی‌وی‌دی مصرف انرژی دارند. اگر در هنگام مسافرت تنها یک باتری شارژ شده دارید، در مورد نحوه کارتان عاقلانه‌تر فکر کنید.

۰۱۴ برای خودتان لپ‌تاپ‌های کاراتر بخرید. هم اکنون به جایی رسیده‌ایم که کارخانه‌های سازنده صحبت از باتری‌های یک روزکامل می‌کنند و لپ‌تاپ‌های کاربردی‌تری به بازار می‌آیند، سعی کنید که لپ‌تاپ قدیمی‌تان را با مدل‌های جدیدتر جایگزین کنید.

۰۱۵ عملکرد ذخیره خودکار را خاموش کنید. قابلیت ذخیره خودکار مایکروسافت ورد و اکسل بسیار به درد بخورند، اما برای انجام منظم این کار هارد باید بیشتر کار کند و مصرف انرژی آن بالا می‌رود. البته اگر آن را خاموش کنید، بهتر است که هنگامی که باتری ضعیف است این قابلیت را دوباره روشن کنید تا قبل از اینکه سیستم‌تان بیهوش شود کارهایتان ذخیره شوند. ضمنا درخصوص استفاده از این نکته دقت بیشتری به خرج دهید تا اطلاعات‌تان را از دست ندهید.

۰۱۶ میزان انجام کارهای گرافیکی را کاهش دهید.

شما می‌توانید این کار را با تغییر رزولوشن صفحه نمایش و خاموش کردن قابلیت‌های تفننی گرافیک انجام دهید. امروزه کارت‌های گرافیک هم اندازه و یا حتی بیشتر از هارد دیسک مصرف انرژی دارد.

۰۱۷ هایبرنت به جای استندبای. اگر کامپیوترتان در طول روز مدتی را بدون استفاده است، آن را به گونه‌ای تنظیم کنید که پس مدت معینی وارد وضعیت استندبای شود.

اگر چه قرار دادن لپ تاپ در حالت استندبای باعث صرفه نمایش و خاموش کردن مصرف انرژی می‌گردد و همچنین سریعا به حالت آماده به کار بر می‌گردد، اما به هیچ وجه کارایی آن به اندازه صرفه‌جویی انرژی در حالت هایبرنت نیست.

هایبرنت کردن سیستم در عین حال که باعث حفظ دوره کاری‌تان می‌گردد، ابزارهایتان را کاملا خاموش می‌کند تا استفاده انرژی نداشته باشند.

کاهش مصرف اینترنت در تلگرام

یکی از مشکلات فراگیر کاربران تلگرام حجم زیاد مصرفی این شبکه اجتماعی است، راهکاری برای کاهش حجم اینترنت مصرفی تلگرام ارائه کرده‌ایم.

یکی از راهکارهایی که می‌توانیم برای کاهش مصرف اینترنت حجمی خود به کار ببریم غیر فعال کردن گزینه Autoplay Gifs است.

این گزینه باعث می‌شود فایل‌هایی که به صورت گیف برای شما ارسال شده‌اند به صورت خودکار دانلود شوند، در حالی که ممکن است شما تمایلی برای دیدن آن نداشته باشید. دانلود خودکار این فایل‌ها باعث تلف شدن حجم اینترنت می‌شود.

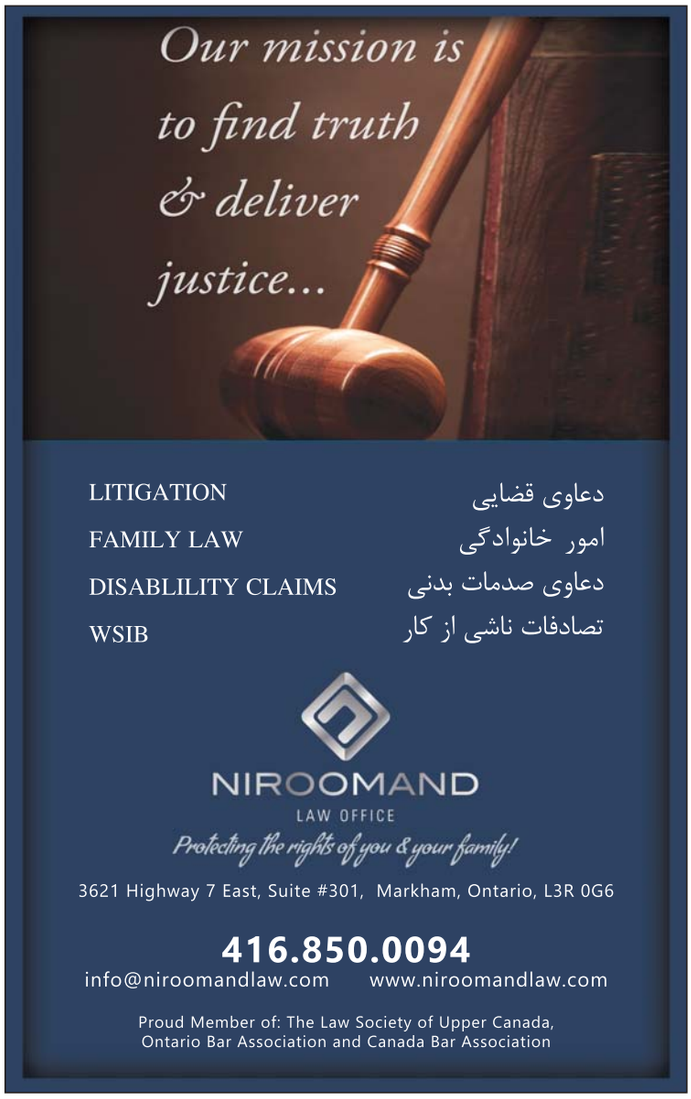
یکی دیگر از راهکارهایی که می‌توانیم برای کاهش مصرف اینترنت به کار ببندیم و به نوعی جامع‌تر از موضوع بالا است، تغییرات در بخش Automatic media download نرم افزار تلگرام است.

در این بخش شما می‌توانید به تنظیمات دانلود اتوماتیک فایل‌ها دسترسی داشته باشید.

در تصویر شماره ۱ شما می‌توانید از این دو گزینه برای مدیریت دانلودها استفاده کنید. برای مدیریت دانلودها "هنگامی که از داده تلفن همراه استفاده می‌کنید"،گزینه اول را انتخاب کنید و از گزینه دوم برای مدیریت دانلودها در زمان استفاده از وای فای بهره ببرید. پس از کلیک بر روی هر یک از گزینه‌ها صفحه‌ای مشابه صفحه پایین باز می‌شود. این صفحه مربوط به دانلودهای خودکار فایل ها با داده تلفن همراه و وای فای است.

برای صرفه جویی در هزینه‌ها می‌توانید فقط فایل‌هایی که مایل به دانلود خودکار آن‌ها هستید را تیک بزنید. به عنوان مثال می‌توانید مشخص کنید زمانی که از داده تلفن همراه استفاده می‌کنید، فقط عکس‌ها به طور خودکار برای شما دانلود شوند یا فیلم‌ها را هرگز تیک نزنید تا به طور خودکار دانلود نشوند.

(تصویر شماره ۲).



فناوری

متخصصان شرکت BKav:

فریب سیستم تشخیص چهره آی‌فون ایکس با یک نقاب

زمانی که اپل سیستم تشخیص هویت از روی چهره را در گوشی آی‌فون ایکس خود معرفی کرد، ادعا داشت حتی نقاب‌های ساخته دست برترین گریمورهای هالیوودی نیز نمی‌توانند این سیستم را فریب دهند.

براساس گزارش انگجت، این ادعا را اما شرکتی امنیتی به نام Bkav به راحتی و با ساخت نقاب ویژه‌ای رد کرد. این نقاب با هدف فریب دادن سیستم تشخیص چهره آی‌فون ایکس و با استفاده از چاپگرهای سه‌بعدی ساخته شده‌است

در ساخت این نقاب از پوست دست‌سازی استفاده شده‌است که به شکلی خاص برای فریب دادن FaceID گوشی آی‌فون ایکس ساخته شده‌بود. بخش‌های دیگر نقاب مانند چشم‌ها، تصاویری دوبعدی هستند و نتیجه نهایی توانست گوشی آی‌فون را فریب دهد.

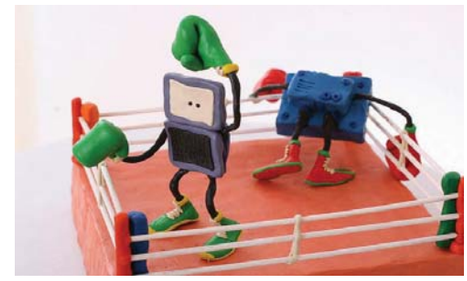
ساخت این نقاب برای فریب‌دادن سیستم امنیتی آی‌فون ایکس تنها ۱۵۰ دلار هزینه داشته‌است و در ویدیویی که توسط این شرکت منتشر شده، دیده می‌شود که سیستم با اولین تلاش محققان فریب می‌خورد. البته در این فیلم اشاره‌ای به دفعات تلاش برای فریب دادن گوشی نشده‌است.

به گفته شرکت Bkave متخصصان این شرکت از پنج نوامبر ساخت نقاب را آغاز کرده‌اند و پس از پنج روز ماسک تکمیل شده و مورد آزمایش قرار گرفته‌است. اپل تاکنون پاسخ مشخصی به فیلمی که از این آزمایش منتشر شده نداده‌است.

با این‌همه شرکت BKav تاکید دارد کاربران عادی نباید از نتیجه این آزمایش نگران شوند، و این سیاستمداران و افراد مشهور هستند که ممکن است دچار دردسر شوند زیرا اگر کسی بخواهد به گوشی آنها دسترسی پیدا کند، می‌تواند با استفاده از تصاویر آنها که در سرتاسر جهان قابل دسترس است، نقابی واقع‌گرایانه ایجاد کرده و از آن برای ورود به سیستم امنیتی جدید استفاده کند.

موفقیت این شرکت در ورود به سیستم امنیتی آی‌فون جدید بار دیگر ثابت می‌کند که اگرچه سیستم‌های امنیتی بیومتریک کاربری ساده‌ای دارند، اما لزوما نمی‌توانند امنیت خوبی فراهم آورند.

شکست تلویزیون در مقابل اینترنت قطعی است



در آمارهایی که امسال از طرفداران پروپاقرص فیلم‌های سینمایی و برنامه‌های تلویزیونی در آمریکا گرفته شده، تعداد قابل‌توجهی از آنها حاضر هستند تلویزیون‌هایشان را کنار بگذارند و به جای آن از تلویزیون‌های اینترنتی، اپلیکیشن‌های نمایش فیلم و سریال یا وب برای تماشای فیلم استفاده کنند.

علاوه براین آخرین آمار جهانی نشان می‌دهد که به‌صورت میانگین کاربران جهان در سال ۲۰۱۸ روزانه ۱۵۷دقیقه از اینترنت استفاده می‌کنند. این در حالی است که میزان متوسط استفاده از تلویزیون در جهان به‌صورت روزانه ۱۶۴دقیقه تخمین زده شده‌است. در سال ۲۰۰۹ اما این رقم ۱۸۸ دقیقه استفاده روزانه تلویزیون و ۴۹دقیقه استفاده از اینترنت بوده است. بخشی مهمی از این ماجرا به‌خاطر کشیدن شدن پای همه‌چیز و حتی سرگرمی به فضای آنلاین است.

بنا بر پژوهشی که نتایج آن را شبکه CNCB آمریکا منتشر کرده، درنظرسنجی‌ای که از ۲۶هزار بیننده عمده تلویزیون در ۲۶کشور جهان در سال ۲۰۱۷ انجام شده، فقط ۲۳درصد آنها از تلویزیون‌های کابلـــی و معمولی استفاده می‌کنند.

در بین شهروندانی که در آمریکا زندگی می‌کنند، این آمار فقط حدود ۲۵درصد است. این اعداد شاید قابل‌توجه به‌نظر برسد اما زمانی بیشتر جلب توجه می‌کند که مشخص شود، فقط یک سال پیش این آمار بسیار بیشتر از اینها بود و به‌نظر نمی‌رسید چنین جهش بزرگی در دنیای تلویزیون شکل بگیرد. در سال ۲۰۱۶ حدود ۵۲ درصد از مردم دنیا و ۵۹ درصد از آمریکایی‌ها، تلویزیون‌های کابلی را می‌دیدند.

فارغ از تماشای اخبار و گرفتن اطلاعات، یکی از کارکردهای مهم تلویزیون در تمام سال‌های بعد از اختراعش، سرگرم کردن مخاطب بود که طبق گفته "گوین من"، رئیس شرکت "اکسنتور" که در زمینه تجارت تلویزیونی فعالیت می‌کند، "هرچند بخشی از مردم هنوز هم به‌طور گسترده‌ای برنامه‌های سرگرم‌کننده تلویزیونی را نگاه می‌کنند اما اگر همین برنامه‌ها در فضای آنلاین، روی لپ‌تاپ‌ها یا موبایل‌هایشان در دسترس باشد، تلویزیون را کنار می‌گذارند."

در بین کسانی که از ابزارهای دیجیتال استفاده می‌کنند هم سلیقه‌ها متفاوت است. از هر ۱۰ آمریکایی که از رسانه‌های دیجیتال برای سرگرمی استفاده می‌کند، ۴ نفرشان از لپ‌تاپ یا کامپیوترهای رومیزی استفاده می‌کنند، ۱۳درصد موبایل را ترجیح می‌دهند و ۱۹درصد همان تلویزیون‌های سنتی را به اینترنت متصل می‌کنند. مورد آخر به‌خصوص در زمان‌هایی کاربرد دارد که آنها بخواهند مسابقه‌های ورزشی را تماشا کنند. تماشاگران اینترنتی ترجیح می‌دهند به جای تماشای برنامه‌های زنده، نسخه ضبط شده آن را در اختیار داشته باشند؛ امکانی که در سیستم‌های سنتی مهیا نیست. سایت‌های نت‌فلیکس، هولو و آمازون پربیننده‌ترین تلویزیون‌های آمریکایی هستند و یوتیوب برای جست‌وجوی ویدئوهای جذاب کاربرد بیشتری دارد. این تب و تاب ویژه جوان‌ها هم نیست. حدود ۸ درصد از کل جمعیت آمریکا که قبلا تلویزیون معمولی تماشا می‌کرده‌اند و در طول یک سال گذشته شبکه‌های اینترنتی را جایگزین آن کرده‌اند، میانگین سنی ۴۳سال دارند.

ابتکار محققان بلژیک:

درختان شهر توییت می‌کنند

افراد زیادی در توییتر عضو هستند و از پیام‌های کوتاه این شبکه اجتماعی استفاده می‌کنند اما در برخی کشورها طرح‌هایی پیاده شده که به وسیله آن درخت‌ها در توییتر از حال و هوای خودشان حرف می‌زنند.

یک نمونه از این ماجرا طرحی است که محققان در بلژیک پیاده کرده‌اند. در این طرح که با هدف جلب توجه مردم کدام هزاران فالوئر دارد و خیلی‌ها هر روز حال و هوای آنها را پیگیری می‌کنند.

"امروز ۰/۴۴ میلی‌متر بلندتر شدم. آب به اندازه کافی به من رسیده و اوضاع خوب است".

این توییت روز گذشته یکی از درخت‌های راش در بلژیک است که در این طرح شرکت دارد. توییت‌هایی از این دست به صورت لحظه‌ای در توییتر منتشر می‌شوند و همه مردم می‌توانند آنها را ببینند.

دانشمندانی که این طرح را اجرا کرده‌اند می‌گویند که این ماجرا علاوه بر کمک‌های تحقیقاتی به محققان باعث توجه ویژه مردم به درخت‌ها شده است.

پروفسور کتی‌استپ، یکی از استادان زیست‌شناسی که در این طرح شرکت دارد در گفت‌وگو با دویچه وله می‌گوید: جریان آب در تنه درخت و اطلاعات حیاتی دیگر که از سنسورها به ما می‌رسد مثل کنترل ضربان قلب انسان است. ما به واسطه این اطلاعات می‌توانیم بفهمیم درخت سالم است یا نه.

اگر درخت خشک باشد یا پارامترها از استرس آن خبر دهد ما و همه کاربران توییتر متوجه ماجرا می‌شویم تا کاری برای این مسئله صورت بگیرد. علاوه بر بلژیک درخت‌های کشورهای دیگر هم در این طرح شرکت دارند. شبکه این درخت‌های توییت‌کننده که در کشورهایی مثل هلند و انگلیس پراکنده شده‌اند را دانشگاه گنت بلژیک مدیریت می‌کند.

و مقام‌های دولتی به محیط زیست پیاده شده سنسورهایی روی درخت‌های قدیمی قرار گرفته که اطلاعات حیاتی درخت‌ها را ارسال می‌کند.

در واقع درخت اطلاعات حیاتی خود را به وسیله این سنسورها به یک مرکز کامپیوتر می‌فرستد و در آنجا این اطلاعات تبدیل به یک توییت در اکانت درخت می‌شوند؛ حساب کاربری این درخت‌ها حالا هر

Bradley Charles Wyndham Professional Corporation

دفتر حقوقی

انجام امور قانونی خرید املاک
انجام امور قانونی فروش املاک
انجام امور قانونی «ریفایننس» املاک
نماینده چندین شرکت وام دهنده‌ی معتبر
انجام امور قانونی انواع دعاوی قضایی در انتاریو

36 Sir Tristram Place,
Markham, ON L3P 2X9
Tel: 647-779-4886
Fax: 905-581-1727
brad@wyndhamlaw.ca

416.802.9191
pouria@wyndhamlaw.ca

پوریا همتی
نماینده و مشاور فارسی زبان دفتر حقوقی
Senior Law Clerk

با بهترین قیمت

شستشوی فرش های خود را به ما بسپارید

قالیشوئی ماژیک

خدمات ما
تعمیرات، رفوگری، لکه‌برداری، رنگرزی و ریشه‌کشی
کلیه قالی‌های 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

لطفا توجه فرمائید که تلفن ایران استار عوض شده است
تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

سلامت

دکتر لی جیائو، سرپرست تیم تحقیق از دانشکده پزشکی بایلور تگزاس:

ریسک سرطان لوزالمعده در زنان با رژیم غذایی کم چرب، کاهش می یابد

به گفته محققان، رژیم غذایی کم چرب ریسک سرطان لوزالمعده (پانکراس) را در زنان مسن کاهش می‌دهد.
در مطالعه جدید بیش از ۴۶ هزار زن چاق و دارای اضافه وزن در رده سنی ۵۰ تا ۷۹ سال که رژیم غذایی پرچرب داشتند حضور داشتند. این آزمایش بالینی بین سال‌های ۱۹۹۳ تا ۱۹۹۸ انجام شد.
شرکت‌کنندگان به دو گروه تقسیم شدند: گروهی که چربی کمتر و میوه، سبزیجات و غلات بیشتر مصرف می‌کردند (گروه مداخله) و گروه دیگر رژیم غذایی عادی خودشان را دنبال کردند (گروه مقایسه). این آزمایش تا سال ۲۰۰۵ ادامه داشت. بعد از ۱۵ سال پیگیری وضعیت این افراد، ۹۲ مورد سرطان لوزالمعده در گروه مداخله و ۱۶۵ مورد در گروه مقایسه شناسایی شد.
به گفته محققان، این ارقام به معنای ۳۵ درصد در گروه مداخله و ۴۱ درصد در گروه مقایسه است.
دکتر لی جیائو، سرپرست تیم تحقیق از دانشکده پزشکی بایلور تگزاس، در این باره می‌گوید: "براساس مطالعات مشاهده‌ای قبلی، ما می‌دانیم که رژیم غذایی نقش مهمی در ریسک ابتلا به سرطان لوزالمعده در مردان و زنان دارد. اما تاکنون هیچ آزمایشی در مورد تاثیر تغییر رژیم غذایی بر اصلاح این ریسک انجام نشده بود."
جیائو در ادامه عنوان می‌کند: "تجزیه و تحلیل نشان می‌دهد رژیم غذایی کم چرب به خصوص در کاهش ریسک سرطان لوزالمعده در زنان چاق و دارای اضافه وزن بعد از یائسگی موثر است." با این حال محققان در این مطالعه دریافتند رژیم غذایی کم چرب تاثیری بر کاهش ریسک بیماری در زنان دارای وزن عادی می‌شود

محققان دانشکده آموزش ویژه سن‌رافائل در دانشگاه گرانادا واقع در اسپانیا:

نور آبی قادر به کاهش استرس روانی است

نور آبی ویژگی‌های شناخته شده زیادی دارد: خواب را مختل می‌کند، باکتری‌ها را از بین می‌برد و به کنترل بیماری پسوریازیس کمک می‌کند و اکنون محققان اسپانیایی دریافته‌اند این نور می‌تواند افرادی که تحت استرس شدید بوده‌اند را با سرعت بیشتری آرام کند.
براساس گزارش گیزمگ، محققان دانشکده آموزش ویژه سن‌رافائل در دانشگاه گرانادا در اسپانیا دریافته‌اند نور آبی می‌تواند با سرعت بالایی آرامش را به افرادی که استرس روانی- اجتماعی شدیدی را تجربه کرده‌اند بازگرداند.
استرس روانی-اجتماعی نوعی استرس کوتاه مدت است که در روابط میان فردی یا اجتماعی ایجاد می‌شوند، برای مثال در حین بحث کردن با یک دوست یا زمانی که فشار انجام یک کار در زمانی بسیار کوتاه بر دوش فردی قرار می‌گیرد.
محققان در یک آزمایش، ۱۲ داوطلب سالم ۱۸ تا ۳۷ ساله را در معرض این نوع استرس قرار دادند و سپس آنها را وارد اتاق کروموتراپی کردند تا تمرین‌های آرامبخشی روی آنها انجام شود. هیچ محرکی به‌جز نور LED در اتاق وجود نداشت.
نیمی از داوطلبان برای ۱۰ دقیقه در معرض نور سفید قرار گرفتند و پس از آن نور آبی شد و نیمی دیگر ابتدا برای ۱۰ دقیقه در معرض نور آبی قرار گرفتند و نور به تدریج سفید شد.
درحین انجام این تمرین‌ها، سیگنال‌های زیستی داوطلبان نظیر ضربان قلب و سیگنال‌های مغزی با استفاده از دستگاه نوار قلب و موج‌سنج مغزی کنترل شدند. زمانی که نتایج نهایی با هم مقایسه شدند، محققان دریافتند داوطلبانی که ابتدا در معرض نور آبی قرار گرفتند، نسبت به گروهی که ابتدا در معرض نور سفید قرار گرفته‌اند با سرعت بیشتری به آرامش رسیده‌اند. گروه آبی پس از ۱/۱ دقیقه و گروه سفید پس از ۳/۵ دقیقه به آرامش روانی رسید.

تین راسک لیجت، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه دانمارک:

رژیم غذایی غلات، به بیماران قلبی و دیابتی توصیه می شود

مصرف منظم غلات کامل نظیر جو، برنج قهوه‌ای، ارزن، بلغور جو دوسر و چاودار هم به کاهش وزن کمک کرده و هم از ریسک بیماری قلبی و دیابت می‌کاهد.
یافته‌ها نشان می‌دهد شرکت کنندگان این مطالعه، بخصوص افراد دارای اضافه وزن، که غلات کامل و سبوس‌دار مصرف کرده بودند، التهاب کمتری داشتند؛ (التهاب ریسک ابتلا به دیابت نوع۲ را افزایش می‌دهد.)
همچنین شرکت کنندگان دریافتند مصرف غلات کامل موجب سیری طولانی مدت می‌شود. مهم‌تر آنکه داشتن رژیم غذایی حاوی غلات کامل در مقایسه با غلات تصفیه شده به کاهش وزن کمک می‌کند چراکه غلات تصفیه شده مملو از نشاسته، گلوتن و فاقد فیبر طبیعی است.
تین راسک لیجت، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه دانمارک، در این باره می‌گوید: "تجزیه و تحلیل ما اثبات می‌کند که مبنای علمی قابل قبولی برای توصیه به مصرف غلات کامل وجود دارد. این رژیم غذایی مخصوصا به افرادی که در معرض ریسک بالا ابتلا به بیماری قلبی-عروقی یا دیابت نوع۲ هستند، توصیه می‌شود."
محققان از توالی DNA برای آنالیز نمونه مدفوع شرکت کنندگان استفاده کردند تا بررسی کنند آیا انواع متفاوت رژیم غذایی بر ترکیب باکتری روده شرکت کنندگان تاثیر می‌گذارد.
در مجموع بررسی‌ها نشان نداد که این رژیم غذایی بر ترکیب باکتری‌های روده تاثیر دارد.

نتیجه بررسی محققان دانشگاه ایالتی اوهایو:

روغن ماهی و ویتامین D، سبب کاهش علائم لوپوس می‌شود

طبق نتایج یک مطالعه مقدماتی، افراد مبتلا به لوپوس در صورت گنجاندن ویتامینD و چربی امگا۳ کافی در رژیم غذایی‌شان احساس بهتری خواهند داشت.
در مطالعاتی جداگانه، محققان دانشگاه ایالتی اوهایو ارتباط دو ماده مغذی یا کمبودشان را با ریسک بالا برخی علائم لوپوس و عوارض آن بررسی کردند.
در یک مطالعه، بیماران مبتلا به لوپوس دارای میزان پایین ویتامین D در خون‌شان با ریسک بالاتر آسیب کبدی در مقایسه با افراد دارای میزان کافی این ویتامین مواجه بودند.
در مطالعه دیگر، افرادی که چربی امگا۳ بیشتری مصرف می‌کردند علائم خارش با شدت کمتری داشته و کیفیت خواب‌شان بهتر بود. ماهی‌های چرب حاوی چربی‌های امگا۳ هستند.
بیماری لوپوس چندین نوع است که شایع‌ترین آن "لوپوس اریتماتوی سیستمیک" (SLE) است. در بیماری SLE سیستم ایمنی به اشتباه آنتی‌بادی‌های علیه بافت خود بدن تولید می‌کند. این تهاجم تبعات گسترده‌ای داشته و به پوست، مفاصل، قلب، ریه‌ها، کلیه‌ها و مغز آسیب می‌رساند.
طبق اعلام انجمن لوپوس آمریکا، بیماری لوپوس در زنان شایع‌تر بوده و معمولا در دهه‌های ۲۰ و ۳۰ سالگی آغاز می‌شود.

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

Yonge / Finch $2,400 / m
اجاره
آپارتمان ۲ خوابه
با ۲ سرویس
شامل utility

Yonge / Finch $2,700 / m
اجاره
آپارتمان ۲ خوابه
با ۲ سرویس
کاملا مبله، کوتاه مدت

Yonge / Steeles $349,900
SOLD
کاندو بر
پنت ها
۳ سرو
پارکینگ +۱ لاکر

اجاره $2,400/m
SOLD
Yonge
آپارتما
در شرایت

وب سایت می خواهید؟

تعداد نامحدود صفحه

فقط ۹ دلار در ماه
بسیار سریع اما پُرقدرت.
بر اساس آخرین تکنولوژی‌های روز که آنرا خودتان به سادگی و بصورت اینترکتیو می‌سازید.

با ما تماس بگیرید:
647-674-4048
info@IranStar.com

لطفا توجه فرمایید که تلفن ایران استار عوض شده است

تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

روانشناسی- اُتیسم

روش‌های تخصصی برای کمک به مدیریت قشقرق‌ها و بهم‌ریختگی‌ها

ترجمه: شیدا معنوی
روانشناس

هر والدی تجربه لحظات خجالت‌آور، نا امیدکننده و سرشار از خستگی بابت رفتارهای کودکش را دارد. مهم نیست چه اختلالی تشخیص داده شده - هم برای والدین تازه‌کار و هم والدین باتجربه این اتفاق افتاده است. بناچار اگر شما کودکی دارید خودتان را در حال مدیریت رفتارهای طغیانی او خواهید یافت!

اگر شما والد کودک مبتلا به اتیسم هستید، در واقع قدرت ماورایی بیشتری دارید: مدیریت رفتار فروپاشی (بهم ریختگی، از دست دادن کنترل و رفتارهای پرخطر). احتمال اینکه بتوانید علت این رفتارها و فروپاشی‌های عاطفی را در زندگی روزانه، در موقعیت‌های مختلف و در محیط‌های گوناگون پیش‌بینی کنید کم است. ممکن است یک مادر-پدر خارق‌العاده با کیسه‌ای پر از ابزار آماده‌اش، منعطف، و با حس ششم لازم باشد تا بتوان به کودک در آن لحظات حساس کمک کرد.

قشقرق‌ها و رفتار فروپاشی: هیچ کدام جالب نیستند ولی برای بسیاری از خانواده‌ها و کودکان اتفاقات رایجی هستند که باعث ایجاد استرس می‌شوند. مهم است که تفاوت بین خصوصیات این دو رفتار را تشخیص دهید. اینها شبیه هم نیستند و نباید شبیه هم مدیریت شوند.

قشقرق خلقی چیست؟

بهم‌ریختگی وقتی رخ می‌دهد که جلوی آنچه کودک می‌خواهد داشته باشد یا می‌خواهد انجام دهد گرفته می‌شود. والدین در مرحله‌ای که کودک شروع به درخواست استقلال می‌کند این قشقرق‌ها را زیاد می‌بینند. در حقیقت این مرحله برای کودکان بین ۱ تا ۴ سال رخ می‌دهد و مدتی طول می‌کشد تا مهارت‌های لازم فیزیکی، زبان و حل مشکل را پیدا کنند. کودکان ۱۸ ماه تا ۴ سال از لحاظ رشدی بیشتر مستعد این قشقرق‌ها هستند زیرا هیچ‌گونه مهارتی برای مدیریت احساساتشان در راستای آرام کردن خودشان ندارند. این موضوع به این علت است که:

• یک نیرویی در آنها پدیدار شده که می‌خواهد مستقل شوند ولی مهارت‌های فیزیکی و شناختی محدودی دارند (برنامه‌ریزی، استدلال) که کاملا مستقل شدن را غیرممکن می‌سازد.

- مهارت زبان در آنها پدیدار شده و بطور غیرکامل رشد کرده که ایجاد ارتباط برای درخواست و رفع نیاز را کلافه کننده می‌سازد

• کرتکس پیش پیشانی مغز هنوز کامل رشد نکرده است. این بخش مسئول تنظیم عواطف و رفتار اجتماعی است. در نتیجه قادر نیستند احساساتشان را تنظیم کنند.

• کودکان مشغول رشد درک دنیایشان هستند و این موضوع اغلب استرس تولید می‌کند. این اضطراب و فقدان نیروی کنترل آن اغلب باعث قشقرق می شود- وقتی که همه چیز از کنترل خارج می‌شود.

نشانه این قشقرق‌ها این است که رفتار کودک وقتی که به او توجه می‌شوداغلب پایدارتر می‌شود. ولی با بی‌توجهی فرو می‌نشیند. وقتی کودکان قشقرق راه می‌اندازند کنترل رفتارشان را دارند و می‌توانند درجه این کج خلقی را بر اساس واکنش دیگران در اطرافشان تنظیم کنند. این کج‌خلقی‌ها یا وقتی کودک آن چیزی که می‌خواهد را به دست می‌آورد حل می‌شود یا وقتی که می‌فهمد این رفتار در به دست آوردن چیز دلخواهش تاثیری ندارد. وقتی والدین تسلیم این رفتار می‌شود بیشتر احتمال دارد که دفعه بعد هم که کودکان در مقابل خواسته‌شان نه می‌شنوند این رفتار را نشان دهند.

با بزرگتر شدن بچه‌ها، مهارت‌های خود-تنظیمی درآنها نیز رشد می‌کند تا بتوانند عواطف مرتبط با اضطراب و خشم را درست مدیریت کنند. اگر مقاوت در قشقرق‌ها از مرز آنچه مناسب رشد کودک است گذشت، مشکلات عاطفی- اجتماعی احتمالی ناشی از پاسخ نامناسب به خشم و اظطراب ممکن است رخ دهد.

به هم‌ریختگی چیست؟

وقتی رخ می‌دهد که کودک کنترل رفتار خودش را از دست می‌دهد و و فقط می‌تواند یا توسط والدین آرام شود یا به نقطه خستگی مفرط برسد.

به هم‌ریختگی عکس‌العملی نسبت به احساس غوطه‌ور شدن است و اغلب نتیجه تحریک بیش از حد است. قشقرق می‌تواند منجر به بهم‌ریختگی شود در نتیجه اگر همراه و متوجه نشانه‌های حسی کودکان نباشید فهمیدن تفاوت بین این دو (و دادن پاسخ درست) سخت است.

وقتی فرد اتیستیک تحریک حسی بیش از حدی را تجربه می‌کند سیستم عصبی مرکزی در هم می‌شکند و قادر به پردازش این همه ورودی نخواهد بود. از لحاظ فیزیولوژیکی سیستم عصبی مرکزی‌دچار ترافیک شده است و تحریک بیش از حد حسی شبیه رفتار نامناسب و مخرب به پاسخ "ترافیک" نیست. ما همگی تجربه رانندگی شاد و آرام به مقصد مورد نظرمان را داریم، پیچیدن در بزرگراه، آواز خواندن در مسیر، وقتی که ناگهان ترافیک وحشتناکی پیش رویمان ظاهر می‌شود. به جای آرام پیش رفتن (که انتظارمان از موقعیت است) ناگهان بین کامیون‌های بزرگ، گرمای بیش از حد ماشین‌ها، بوق‌های ممتد و داغی خورشید از پنجره گیر کرده‌اید.

اضطراب این موقعیت با حسی که در حال تجربه هستید همراه می‌شود و ناگهان موسیقی در ماشین خودتان غیرقابل کنترل می شود. آخرین چیزی که می‌خواهید این است که در ماشینتان در ترافیک باشد می‌خواهید خارج شوید. ولی هیچ جا نمی‌توانید بروید.... پاسخ مناسب کلافگی و آشفتگی است. ممکن است رادیو را خاموش کنید، چشمانتان را ببندید، و چند نفس عمیق بکشید تا آرام شوید (رفتار انطباقی). یا ممکن است کلا نتوانید اوضاع را تحمل کنید و خشمتان منفجر شود (پاسخ نامناسب و مخرب).

در زمان استرس و اضطراب بخش‌های سمپاتیک سیستم عصبی خودکار هورمون کورتیزول تولید می‌کنند و پاسخ جنگ یا گریز را تحریک کند.

وقتی افراد اتیستیک یا افرادی که دچار اختلال در پردازش حسی هستند تحریک بیش از حد را تجربه می‌کنند قادر نخواهند بود ورودی‌های حسی از محیط اطرافشان را تنظیم کنند و بدنشان این ورودی‌ها را تهدید قلمداد می‌کند.

در زمان‌های بهم‌ریختگی، سخت است که تشخیص دهیم رفتارها نوعی پاسخ بیولوژیکی هستند یا عکس‌العمل رفتار قابل کنترل.

اگرچه لازم است که این نکته را در نظر داشته باشید که به عنوان والدین، نمی‌توانید از کودک انتظار داشته باشید وقتی بدن او این همه ورودی‌های حسی را تهدید می‌بیند پاسخی منطقی و عقلانی بدهد.

پاسخ‌های بیولوژیکی در هنگام به هم ریختگی‌ها در مقابل عکس‌العمل رفتاری در هنگام قشقرق‌ها نیازمند استراتژی‌های متفاوتی است که بتوان هر کدام را درست مدیریت کرد.

در مقاله بعد استراتژی‌های لازم را خواهم گفت.

نویسنده: السیا فورد-لانزا،
مجله والدین اتیسم

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

Making the Impossible , Possible

مهاجرت تضمینی
از طریق Eb3 به آمریکا
ناصر تحریری
Nasser Tahriri
President
ROYAL USA IMMIGRATION
گرین کارت آمریکا
در کمتر از ۲۴ ماه
دانستن زبان انگلیسی و یا هرگونه تخصص
و یا داشتن پول و سرمایه الزامی نیست
Job Guarantee
کلیه امور مهاجرت به کانادا
www.royalusaimmigration.com
info@royalusaimmigration.com
Tel: (437) 991 - ROYAL
7692
5409 Yonge St.,Unit 207
Toronto , On. M2N 5R6 Canada

سحر راد
مشاور املاک
Sahar Rad
Sales Representative
416.459.4204
www.saharrad.com | info@saharrad.com
RIGHT AT HOME
Right At Home Realty Inc. Brokerage
300 West Beaver Creek, #202,
Richmondhill, On. L4B 3B1
Bus: 905.695.7888
کلیه امور
املاک مسکونی
Yonge / York Mills Road
خانه مستقل ۲+۵ خوابه ،۱۱ سرویس
همراه با بیسمنت آپارتمان W/O
با ۸ پارکینگ، معماری بسیار زیبا
در منطقه اعیانی Hoggs Hollow
$4,799,900
York Mills/Yonge
خانه مستقل ۲+۵ خوابه ،۵ سرویس
همراه با بیسمنت تکمیل شده
با ۶ پارکینگ، معماری بسیار زیبا
در زمینی به مساحت 60X125 Ft.
$3,748,000

آیا مایلید شغلی تخصصی با درآمد مناسب و آینده تضمینی داشته باشید؟
آموزش مهارت های سونوگرافی
آموزش مهارت‌های سونوگرافی
مناسب جهت گروه‌های پزشکی (پزشک، پرستار، ماما) و دارندگان لیسانس
کسب آمادگی جهت امتحانات ARDMS یا سونوگرافی کانادا
معرفی به کلینیک سونوگرافی جهت آشنایی با روتین کار و observation
آموزش به صورت تئوری و عملی زیر نظر متخصصین رادیولوژی، زنان و اورلوژی با بکارگیری مدرنترین تکنیک‌های آموزش و جدیدترین دستگاه‌ها
ULTRASOUND & BEYOND INC.
www.ultrasoundandbeyond.ca
905.597.6767
647.927.2717
647.918.0197

FREE AFTER SCHOOL SUPPORT PROGRAMS
FOR HIGH SCHOOL STUDENTS, GRADE 9-12 (MONDAYS)
Program Dates
Program will operate from Oct. 2nd, 2017 to June 11th, 2018 (from 5:00 pm to 8:00 pm)
Holidays Closing
• New Year's Holidays: Dec. 21st, 2017 -Jan. 5th, 2018 (Class will start again on Jan. 8th, 2018)
• March break and Nowruz Holiday: March 12th - March 28th, (Schools March break : March 12th - 16th, 2018)
Registration Contact
Ms. Daneshmand
416-477-9398 Ext.232
PLACE
THORNHILL SECONDARY SCHOOL
167 DUDLEY AVE. (CLARK, EAST OF YONGE)
ROOM #157 OR #114
The budget for the provision and operation of this & other such programs is provided by IC Youth Organization.
All IC Youth Organization programs are offered free of charge to the user.
This program is offered by:
IC YOUTH ORGANIZATION
سازمان حمایت از جوانان ایرانی - کانادایی
Our Youth, Our Future
جوانان ما، آینده ما
www.icyouth.ca
کلاسهای رایگان تقویتی
بمنظور پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی کلاسهای ۹ تا ۱۲ (دوشنبه ها)
تاریخ برگزاری کلاسها:
شروع کلاسها از تاریخ ۲ اکتبر ۲۰۱۷ تا ۱۱ جون ۲۰۱۸
(از ساعت ۵ تا ۸ عصر)
ایام تعطیلات:
تعطیلات سال نو ۲۱ دسامبر ۲۰۱۷ تا ۵ ژانویه ۲۰۱۸
(کلاسها از ۸ ژانویه ۲۰۱۸ شروع خواهد شد)
تعطیلات مارچ و نوروز : ۱۲ تا ۲۸ مارچ ۲۰۱۸
(تعطیلات مارچ در مدارس: ۱۲ تا ۱۶ مارچ ۲۰۱۸)
برای دریافت اطلاعات بیشتر در مورد این برنامه با خانم دانشمند ، شماره تلفن: 9398-477-416 (داخلی 232) تماس حاصل نمایید.
هزینه برگزاری این برنامه توسط سازمان حمایت از جوانان ایرانی – کانادایی فراهم شده و استفاده از این کلاسها برای دانش آموزان رایگان می باشد
محل ثبت نام
THORNHILL SECONDARY SCHOOL
167 DUDLEY AVE. (CLARK, EAST OF YONGE)
ROOM #157 OR #114
Program Supervisor: Afrouz Sarmadi, OCT
BEng-Certified Internet WebMaster
afrouz.sarmadi@yrdsb.ca

CedarRidge STUDIO GALLERY
Solo Art Exhibition
By Manizhe Sabet Sarvestany
www.beingwithart.com
647 528 9428
November 18th to 30th
Reception: November 19th, at 1 to 4pm

نوجوان

علائم اعتیاد به مواد مخدر در نوجوانان

اعتیاد در نوجوانان

حتی از شنیدن کلمه اعتیاد هم پشت انسان می‌لرزد، چه برسد به این که با آن رو به رو شویم، شاید خیلی‌ها ترجیح می‌دهند که فرزندشان یک بیماری داشته باشد تا این که معتاد باشد، اعتیاد به مواد مخدر، بلایی است که واقعا خانه و خانواده را می‌سوزاند، آنهم نه یک آن، بلکه ذره ذره جان فرد معتاد و همه اعضای خانواده او را می گیرد.

قبل از پرداختن به موضوع راهکارهای برخورد با اعتیاد نوجوانان به یک مقدمه نیاز است تا اهمیت موضوع واضح‌تر شود. وقتی با خانواده‌های معتادان در رابطه با پیامدهای اعتیاد صحبت می‌شود آن‌ها مسائلی مثل فقر، طلاق، بیکاری، مشکلات روانی، مشکلات خانوادگی و ... را مطرح می‌نمایند. اما اگر از دید کلان‌تر به موضوع نگاه شود شاید با مسائل مهم‌تری نیز مرتبط باشد به عنوان نمونه مصرف مواد یکی از مشکلات اصلی جهان کنونی است که در حال حاضر بیش از سرطان یا ایدز دل مشغولی متخصصان بهداشت جهانی را برانگیخته است.

بررسی‌ها نشان می‌دهد، تقریباً نیمی از بزرگسالانی که به علت جرائم وخیم مانند قتل، سرقت مسلحانه یا تهاجم دستگیر می‌شوند به هنگام دستگیری از مواد استفاده کرده اند، همچنین ۴۰٪ تا ۵۰٪ از کسانی که به علت جرایم وخیم در زندان به سر می برند به هنگام ارتکاب جرم تحت تأثیر مصرف الکل یا مواد مخدر بوده اند.

نتایج یک نظرسنجی در نمونه‌ای متشکل از ۱۰ هزار نفر در سراسر امریکا نشان داد که دو سوم از پاسخ دهندگان، علت اصلی جرم را فروش و مصرف مواد می‌دانند. بررسی ولفگانگ در باره افرادی که مرتکب قتل شده بودند نیز نشان داد که ۵۵٪ از مجرمان و ۵۳٪ از قربانیان، مشروبات الکلی یا مخدر مصرف کرده بودند و بسیاری از محققان دیگر هم یافته‌های مشابهی به دست آوردند.

لذا با توجه به رابطه بین مصرف مواد مخدر و وقوع خشونت، جرم و جنایت، به نظر می‌رسد پرداختن به موضوع از اهمیت ویژه‌ای برخوردار باشد. زیرا چنانچه بتوانیم از وقوع اعتیاد و مصرف مواد مخدر بکاهیم شاید بتوان از وقوع بسیاری از معضلات مهم جامعه از جمله جرم و جنایت نیز پیشگیری نمود. معمولاً والدین تصور می‌کنند که اعتیاد، فرزندانشان را تهدید نمی‌کند و فقط برای دیگران پیش می‌آید، در صورتی که اعتیاد یک معضل اجتماعی است و والدین باید به محیط دوستان فرزندان خود توجه داشته باشند.

علائم و نشانه‌های مصرف مواد مخدر در نوجوانان را بدانید:

در اینجا به ذکر مسائلی که لازم است والدین به آن ها توجه داشته باشند اکتفا می‌شود:

گاه والدین علائم مصرف مواد مخدر و اعتیاد را نمی‌دانند. این موضوع می‌تواند باعث برچسب زدن بی‌مورد و گمانه‌زنی‌های نابجا و حتی برخوردهای ناجور شود. برعکس امکان دارد مدتهاست فرزند ما معتاد بوده، ولی از علائم آن آگاهی نداریم. لذا بهتر است به منظور پیشگیری از عواقب احتمالی، بعضی از علائم اعتیاد به مواد مخدر را بشناسیم.

۱- اعتیاد نوجوانان و تغییرات آنها در مدرسه:

- افت تحصیلی
- غیبت های مکرر
- انجام کارهای بزهکارانه در مدرسه
- دیرآمدن‌های غیر عادی

۲- علائم جسمانی اعتیاد نوجوانان

- کاهش وزن و اشتها
- بی توجهی به شکل ظاهری و زیبایی (البته گاه به منظور سرپوش گذاشتن این مورد مشاهده نمی شود)
- سرماخوردگی مکرر و خون دماغ به ویژه در مصرف کوکایین
- بیش‌فعالی مخصوصا در مصرف اکستازی و کوکایین
- سیاه شدن دور چشم‌ها
- قرمز شدن چشم، و خشک شدن دهان به ویژه از علائم مصرف حشیش است.
- تغییر در رنگ چهره

۳- اعتیاد نوجوانان و تغییرات رفتاری آنها

- زیاد شدن بیماری‌های جسمی
- کاهش ارتباط با اعضای خانواده و دعوا با آنها
- تغییر در خلق و خوی
- پر حرفی یا تمایل به گوشه‌گیری ر رفتارهای ضد اجتماعی از جمله دزدی و دروغ
- مطالبه مکرر پول از پدر و مادر
- زود رنجی و علائم افسردگی

۴- علائم فیزیکی اعتیاد نوجوانان

- بسته بودن مکرر درب اتاق
- شلخته شدن
- سوختگی در لباس
- استفاده افراطی از عطر و ادکلن

۵- اعتیاد نوجوانان و تغییر روابط اجتماعی آنها

- کاهش روابط با فامیل و دوستان قدیمی
- تغییر دادن دوستان
- رابطه با افراد مسن تر
- رابطه با افرادی که سابقه مصرف یا در حال حاضر مصرف کننده هستند
- بی نظمی در ساعات ورود و خروج منزل

برخورد با نوجوان دروغگویمان...

شاید تعجب کنید، ولی تحقیقی که این اواخر در بیش از ده هزار دبیرستان انجام شد، نشان داد که در طی ده سال گذشته تعداد نوجوانانی که در طول سال یک یا دو بار به والدین‌شان دروغ گفته اند، تا ده درصد افزایش یافته است و جالب اینکه قریب به نود درصد این نوجوانان، هنگامی که مشت شان باز می‌شود و دروغ‌شان لو می‌رود، بابت آنکه صداقت نداشته متاسف نمی‌شوند؛ بلکه آنها از این بابت ناراحت می شوند که نتوانسته‌اند خوب دروغ بگویند!

دروغگویی در نوجوانان به سه شکل اتفاق می افتد:

۱. حذف حقیقت

۲. تحریف حقیقت به شکل گفتن نیمی از حقیقت

۳. دستکاری کردن حقیقت

چه باید کرد؟

صرف نظر از اینکه نوجوان شما به چه دلیل دروغ می‌گوید و از کدام یک از شیوه‌های بالا استفاده می‌کند، شما در برابر دروغگویی او چاره‌ای ندارید جز اینکه:

۱. ابتدا خوب گوش کنید، سپس واکنش نشان دهید.

تصور کنید با صحنه‌ای مواجه شده اید که برایتان غیر قابل باور است؛ مثلاً نوجوان‌تان را در جمع دوستانش، سوار بر یک ماشین می‌بینید که با سرعت غیر مجاز در حال ویراژ دادن در خیابان است. به احتمال زیاد این بدین معناست که فرزند شما، در تمام فعالیت‌های غیر اخلاقی آن گروه(مثلا سیگار کشیدن) نیز شرکت داشته یا دارد؛ البته باید پذیرفت که اگر در چنین کارهایی شرکت نداشته، حداقل در معرض خطر اقدام به آن قرار گرفته است.

اما تا زمانی که مطلب کاملاً روشن نشده باشد، شما نمی‌توانید قضاوت کنید. شما تنها زمانی می‌توانید حقیقت را کشف کنید که با دقت به سخنان فرزند نوجوان‌تان گوش دهید. نگران نباشید؛ شما به عنوان یک فرد بالغ و یک والد با تجربه، می‌توانید حقیقت را به وضوح در بسیاری از نکته‌ها، حرف‌ها، باورها و دفاع‌هایی که نوجوان‌تان در هنگام صحبت با شما ابراز می‌کند، پیدا کنید. (البته بدون احساساتی شدن و تحقیر آنها). اگر احساس کردید که نوجوان شما برای سرپوش گذاشتن بر روی حقیقت، سکوت کرده است، منتظر نمانید؛ برای آنکه هر چه سریع‌تر میزان صدمه و آسیب وارده را بررسی کنید، خودتان پیش قدم شوید و پرسش‌های زیرکانه و دقیقی را در موقعیت‌های مناسب مطرح کنید. اگر احساس کردید که حقیقت همچنان پنهان مانده، کمی صبر کنید و زمان بدهید تا ببینید چه اتفاقی می‌افتد(مثلا یک روز). جالب است بدانید که بهترین پاذهر در برابر طفره رفتن های نوجوانان، صبر است.

۲. مُتهم نکنید؛ زیرک باشید و غیر مستقیم عمل کنید.

مهمترین اصل در برخورد با یک نوجوان، حفظ ارتباط با نوجوان است و از آنجا که اتهام بستن(درست یا غلط) با سختگیری‌های بی مورد، این ارتباط را قطع می‌کند، مطلقاً توصیه نمی‌شود. دقت کنید که تحت هیچ شرایطی پدر و مادر نباید آمرانه و مستبدانه با نوجوان برخورد کنند، زیرا نوجوان در پی فرآیندهای رشد مغزی، هورمونی و روانی، در برابر برخوردهای خشن، آمرانه و مستبدانه، واکنش بسیار سختی نشان می‌دهد. او برای خود ارزش زیادی قائل است و خود را یک فرد برخوردار از عقل، شعور و قدرت انتخاب می‌بیند؛ بنابراین بهترین راه حل این است که والدین، قوانین خانواده، اجتماع و عرف را با یکدیگر به بحث بگذارند و بدون آنکه نوجوان را مجبور به پذیرش یا اطاعت کنند، دلایل خود را ارائه دهند و دلایل او را نیز در مورد موضوع مورد بحث، بشنوند. سر تکان‌دادن‌های سرسری، نُچ نُچ کردن‌های عجولانه و دیکته کردن دستورات به نوجوان، بدون در نظر گرفتن حق انتخاب او و شنیدن نظراتش، شروع یک بازی خطرناک است؛ بازی‌ای که نوجوان علی رغم میل باطنی، صرفاً برای ابراز وجود و اثبات منیت خود به خانواده، آن را در پیش می‌گیرد؛ بی آنکه به عاقبت آن فکر کند. همواره به خاطر داشته باشید که رعایت احترام، پذیرش عقاید طرفین(در وضع قوانین خشک و مستبدانه و گفتگوی چهره به چهره، همراه با آرامش و به دور از هر گونه توهین، تحقیر و اتهام، تنها چیزی است که می‌تواند والدین یک نوجوان را در صلح کامل، به نتیجه دلخواه برساند.

۳. به عنوان الگو، خودتان همه یک انسان راستگو باشید.

بسیاری از والدین، پیش چشم تیزبین و هوشیار فرزندان شان دروغ می‌گویند؛ در حالی که مکرراً به آنها هشدار می‌دهند که دروغ نگویند! خودتان را جای نوجوان‌تان بگذارید؛ اگر ببینید والدین تان در مورد چیزی به شما اخطار می‌دهند که خودشان آن را رعایت نمی‌کنند، چه حالی خواهید داشت؟ شاید برایتان جالب باشد، اما حقیقت این است که نوجوانان، هر سه سبک دروغگویی را از والدین‌شان می‌آموزند و در اغلب موارد، از همان شیوه‌ای برای پنهان کردن حقیقت استفاده می‌کنند که از بزرگترهایشان آموخته‌اند.

بنابراین می‌شود گفت بهترین راه تشویق نوجوانان به راستگویی آن است که خود شما به عنوان والدین، چنان زندگی کنید که هر روز، دروغ گفتن را برای نوجوان‌تان سخت‌تر و دشوارتر کنید. برای رسیدن به این مقصود لازم است خودتان تحت هر شرایطی راستگو باشید؛ بی آنکه برای رسیدن به اهداف‌تان حقیقت‌های سرهم‌بندی شده را به جای واقعیت، بر سر منطق و شعور خانواده‌تان آوار کنید.

سالمندان

همه آنچه باید در دوران سالمندی بدانید

۳

پوشش پاها

۱. جوراب: بهتر است نخی بوده و کش آن سفت نباشد و بهتر است ساق آن بالاتر از برآمدگی مچ پا قرار گیرد.

۲. کفش: بهتر است کاملا اندازه پا بوده و کف آن سر خورنده و خشک نباشد و برای این منظور کفشی مناسب است که :

- رویه کفش تمام پا را بپوشاند و به پا فشار نیاورد
- پاشنه آن پهن بوده و بلندی آن بیشتر از ۳ سانتی متر نباشد
- پا در آن عرق نکند(چرمی و یا نخی باشد)
- کف آن لیز و صاف نباشد

۳. دمپایی: یکی از حوادث شایع در منزل فرو رفتن اجسام نوک تیز یا برنده در کف پاست که می‌تواند موجب زخم یا سوراخ شدن کف پا شود به این علت بهتر است در منزل از دمپایی استفاده کنید و دمپایی مناسب باید:

- کاملا اندازه پا باشدو اگر تنگ و یا گشاد باشد احتمال زمین خوردن با آن بیشتر است
- انگشتی نباشد چون پا را خوب محافظت نمی‌کند
- ابری نباشد چون در محیط‌های خیس، روی سرامیک و کاشی و یا سنگ بسیار لیز و خطرناک است

ماساژ پاها

این کار باعث افزایش جریان خون و کاهش ورم پاها شده وخستگی پا را از بین می‌برد و برای انجام ماساژ پا، باید تمام قسمت‌های کف پا، رویه پا، پاشنه پا و انگشتان پا را به آرامی ماساژ داد.

توجه:

در صورت وجود برآمدگی‌های گوشتی و یا میخچه در پا از دستکاری آن خودداری کرده و برای درمان باید به پزشک مراجعه کرد.گاهی بعضی تغییرات ایجاد شده در پاها ناشی از بیماری‌های دیگر است مثل ورم پا ، زخمی که خود بخود بوجود آمده و یا زخمی که خوب نمی‌شود. در صورت مشاهده همچنین مواردی بدون هیچگونه اقدام خودسرانه جهت درمان باید در اسرع وقت به پزشک مراجعه کرد.

پوکی استخوان و پیشگیری از حوادث

استخوان در معنی عامه یعنی محکم وسفت و سخت بودن را می‌رساند. و ماده اصلی که سختی و شکل استخوان را بوجود می‌آورد کلسیم است که ذخیره شدن این ماده در استخوان از قبل از تولد آغاز و تا سن ۳۰ سالگی ادامه دارد و دراین سن استخوان‌های یک فرد به بیشترین سختی خود می‌رسند و اگر فعالیت بدنی وجود نداشته باشد و یا غذاهای حاوی کلسیم کم مصرف شود بتدریج کلسیم استخوانها کم شده و استخوانها شکننده می‌شوند که به این حالت پوکی استخوان می‌گویند.

پوکی استخوان را گاهی بیماری خاموش می‌نامند زیرا بدون هیچ علامتی کم‌کم بوجود می‌آید.

معمولاً فرد مبتلا از بیماری خود بی اطلاع است و زمانی متوجه می‌شود که در اثر یک ضربه کوچک مثل نشستن ناگهانی، لغزیدن و پیچ خوردن پا، زمین خوردن یا برخورد با اشیاء، شکستگی استخوان‌های قسمت‌های مختلف بدن مثل استخوان لگن و یا لەشدگی ستون فقرات کمری برای فرد پیش می‌آید. با افزایش سن احتمال ابتلا به پوکی استخوان بیشتر بوده و افراد مسن باید برای آگاهی از وضعیت استخوانهای خود به پزشک مراجعه نمایند.

چه کسانی بیشتر دچار پوکی استخوان می‌شوند؟

- افراد مسن
- زنان یائسه
- کسانی که حرکت، ورزش و فعالیت بدنی ندارند
- کسانی که در غذای روزانه آنها لبنیات و مواد غذایی حاوی کلسیم، کم است
- افراد سیگاری
- افراد الکلی
- زنانی که تعداد زایمان زیاد و با فاصله کمتر از ۳ سال داشته‌اند.

برای پیشگیری از پوکی استخوان و یا جلوگیری از پیشرفت آن چه باید کرد؟

ورزش منظم: چون ورزش یکی از عوامل مهم قرار گرفتن کلسیم در داخل استخوانها و محکم شدن آنهاست (در صورت ابتلا به پوکی استخوان قبل از آغاز هر گونه تمرین ورزشی با ید با پزشک خود مشورت کنید)

مصرف مواد غذایی کلسیم دار: لبنیات کم چربی (شیر، ماست، پنیر،کشک و ...) و در این مورد اضافه کردن چای، پودر نسکافه، پودر کاکائو و قهوه به شیر از جذب شدن کلسیم آن جلوگیری می‌کند. شربت‌های کاهش دهنده اسید معده مانع جذب کلسیم می‌شوند بنابراین باید از مصرف خودسرانه آنها خودداری و با نظر پزشک مصرف نمایید.

نوشابه‌های گازدار مانع جذب کلسیم شده پس باید تا حد امکان کمتر مصرف شوند. استعمال دخانیات و مصرف الکل برای همه در هر سنی و در هرشرایطی مضر بوده و از جمله عوارض آنها تشدید پوکی استخوان است.

ویتامین D با افزایش جذب کلسیم از پوکی استخوان جلوگیری کرده و برای تامین آن باید هر روز درمقابل نور مستقیم خورشید قرار گرفت (تابش نور خورشید از پشت شیشه اثری ندارد)

چگونه از حوادثی که باعث شکستگی استخوانها می‌شوند پیشگیری نما ییم ؟

حادثه در هر سنی و برای همه افراد ممکن است پیش بیاید و همه باید مراقب خود باشند اما سالمندان باید بیشتر مراقب خود باشند. زیرا در صورت بروز حادثه احتمال شکستگی در آنها بیشتر بوده و مدت زمان لازم برای ترمیم و بهبود شکستگی طولانی‌تر است.

زمین خوردن ساده در اثر لیز خوردن کف حمام یا حیاط و یا نور کم راه پله و یا افت فشار خون و سرگیجه و بهم خوردن تعادل.

برای پیشگیری از چنین حوادثی باید علل ایجاد کننده آن را برطرف وباید از محیط خانه شروع کنیم.

۱. پله‌ها: شایعترین محل زمین خوردن در محیط خانه می‌باشند و معمولا در پله آخر اتفاق می‌افتد به دلیل تصور بر اینکه پله‌ها تمام شده است و دلایل دیگر نور راه‌پله و پاگرد پله، مشخص شدن لبه پله‌ها، وجود نرده و محافظ پله، لیز بودن پله و ثابت و چسبانده نبودن کف پوش پله و ...

۲. آشپزخانه: لیز بودن کف پوش آشپزخانه و یا براق بودن کف پوش

۳. حمام: بدلیل خیس و لیز بودن کف حمام باید دمپایی مناسب استفاده شود (ابری نباشد)

بهتر است میله‌هایی را بعنوان دستگیره بر روی دیوار حمام نصب کرد تا با گرفتن از آنها تعادل خود را حفظ نمود

استفاده از یک صندلی و دوش دستی در صورت سخت بودن ایستادن

۴. اتاق:

- کلید برق در نزدیکی درب اتاق باشد تا مجبور نشوید برای روشن کردن در تاریکی را بروید
- فرش کف اتاق طوری باشد که لبه‌های آن به پا گیر نکند
- پتو یا روفرشی روی فرش پهن نکنید زیرا امکان جمع شدن و لیز خوردن و گیر کردن به پا را زیاد می‌کند
- وسایل خانه طوری چیده شود که در مسیر راه نباشد بخصوص مسیر اتاق خواب به توالت و آشپزخانه که احتمال دارد شبها مورد استفاده قرار گیرد
- سیم لوازم برقی حتماً از کنار دیوار و از زیر فرش و یا موکت رد شود و در مسیر رفت و آمد نباشد
- در صورت امکان خانه‌ای را باید"بخصوص برای دوران سالمندی" تهیه کرد که بین اتاقها و آشپزخانه و توالت اختلاف سطح (پله) نداشته باشد.

۱. سرگیجه و عدم تعادل: علل مختلفی دارد نظیر خم کردن سر به عقب- بلند شدن ناگهانی- مصرف خودسرانه داروها

۲. مشکلات بینایی: عادت کردن چشمها به تاریکی، پیر چشمی، آب مروارید، عفونت چشمی

۳. مشکلات شنوایی: کم شدن قدرت شنوایی به دلیل افزایش سن، جمع شدن جرم در گوش، سوراخ شدن پرده گوش

برای کنترل فشارخون و قند خون به پزشک مراجعه کنید ، زیرا عدم تشخیص و درمان به موقع آنها می‌تواند عوارض چشمی شدیدی را بوجود بیاورد.

نقش دندان‌ها در بدن:

نقش مهم در خوردن غذا ، هضم غذا، صحبت کردن:

مهمترین کار دندانها، جویدن است.

یکی از مشکلات سالمندان، مشکل گوارشی است که یکی از شایع‌ترین علت‌های آن مشکلات دندانی (نداشتن دندان یا دندان مصنوعی نامناسب) است که باعث می‌شود غذا خوب جویده نشده و سبب مشکلات گوارشی گردد.

چند نکته:

عدم رعایت بهداشت دهان و دندان، باعث ایجاد عفونت لثه و دندانها می‌شود.

عفونت و پوسیدگی‌های دندانی عامل مهم بوی بد دهان است .

در صورت بی توجهی به پوسیدگی‌ها و عفونت‌های لثه و دندانها، ممکن است عفونت از طریق خون به سایر قسمت‌های بدن مثل قلب رسیده و باعث آسیب آنها شود.

مراقبت از دندانهای طبیعی:

- در صورت پوسیدگی دندان ، هر چه سریعتر برای درمان آن به دندانپزشک مراجعه کنید.

حتی اگر فکر می‌کنید هیچ مشکلی ندارید، سالی یکبار برای معاینه به دندانپزشک مراجعه کنید.

- روزی یکبار با استفاده از نخ دندان، سطح بین دندانها را تمیز کنید. نخ دندان را قبل از مسواک زدن استفاده کنید.
- حداقل روزی دو بار مسواک کنید.
- موهای مسواک نباید خیلی نرم یا خیلی سفت باشد .هر چند وقت یکبار مسواک را عوض کنید.
- شیار بین لثه و دندان، محل مناسبی برای گیر کردن مواد غذایی و تشکیل جرم دندانی است. تمیز کردن این ناحیه از دندانها در پیشگیری از بیماریهای لثه بسیار موثر است.

مراقبت از دندانهای مصنوعی:

دندان‌های مصنوعی نیز همانند دندان‌های طبیعی باید مرتب مسواک شوند.

اگر می‌توان دندان مصنوعی را از دهان خارج کرد، حداقل یکبار در روز آنها را از دهان خارج کرده و با مسواک نرم شسته شود.

- خمیر دندان برای شستن دندان مصنوعی مناسب نیست. برای شستن دندان‌های مصنوعی، از مایع ظرفشویی استفاده کنید و سپس آن را به خوبی با آب بشوئید.
- بعد از خارج کردن دندان مصنوعی از دهان، لثه‌ها و زبان خود را با یک مسواک نرم بشوئید و بعد لثه‌ها را با انگشت ماساژ دهید.

شب‌ها دندان مصنوعی را از دهان خارج کرده و در یک ظرف آب یا آب نمک تمیز قرار دهید.

در موارد زیر حتما به دندانپزشک مراجعه شود:

- اگر دندان مصنوعی شل است .
- اگر دندان مصنوعی به لثه فشار می‌آورد.
- اگر در هر قسمت از دهان زخم به وجود آمده است.
- اگر قسمتی از دندان مصنوعی شکسته است.
- اگر نمی‌توانید با دندان مصنوعی غذا بخورید.
- اگر بعد از خارج کردن دندان مصنوعی از دهان احساس می‌کنید لثه شما برجسته است.

خشکی دهان:

از مشکلاتی است که باعث سخت شدن جویدن و قورت دادن غذا می‌شود و به این دلیل طعم و مزه غذا کمتر احساس می‌شود.

علت خشکی دهان:

با افزایش سن به طور طبیعی ترشح آب دهان کم می‌شود.

مصرف داروهای مدر و داروهای آرام بخش، دهان را خشک می‌کند.

گرفتگی بینی و تنفس با دهان به خصوص موقع خواب موجب خشکی دهان می‌شود.

کشیدن سیگار از علل خشکی دهان است.

برای برطرف شدن خشکی دهان چه کنیم:

- حل کردن نصف قاشق چایخوری نمک در یک لیوان آب و شستن دهان با آن چند بار در روز
- نوشیدن مایعات زیاد (ترجیحا آب ساده) در طول روز (حداقل ۶ تا ۸ لیوان)
- مرطوب نگه داشتن دهان با نوشیدن کم کم و جرعه جرعه آب در طول روز
- شستن دهان قبل از خوردن غذا
- اجتناب از مصرف خودسرانه دارو
- عدم مصرف دخانیات
- مصرف بیشتر میوه و سبزی
- بیوست و بی اختیاری ادرار

ادامه دارد

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

کیوان شاهرخی
Broker of Record/Owner
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 سرمایه‌گذاری 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

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)

دانش- سلامت

محققان دانشگاه موسکو:

مریخ می‌تواند قابل سکونت باشد

سیاره مریخ برای زندگی به شکلی که بشر می‌شناسد، مکان دوستانه‌ای به نظر نمی‌آید، نوسان شدید دمای هوا در فصل‌های تابستان و زمستان و پایین بودن فشار هوا نسبت به فشار هوا در سیاره زمین و بالا بودن میزان تشعشعات کیهانی در این سیاره از جمله عواملی هستند که مریخ را به مکانی غیرقابل سکونت تبدیل می‌کنند.

براساس گزارش ساینس الرت، تا به امروز کسی از زنده ماندن در محیط خشن مریخ اطمینان نداشت اما به لطف مطالعه‌ای جدید که توسط محققان دانشگاه مسکو انجام گرفته، اکنون می‌توان محدودیت‌هایی را برای شرایطی که ریزارگانیزم‌ها می‌توانند در آن زنده باقی بمانند تعیین کرد.

محققان برای انجام این پژوهش تنها تشعشعات کیهانی را به عنوان عامل بهبود دهنده شرایط حیات درنظر گرفتند و آزمایش‌هایی را روی توده‌های میکروبی که در خاک رگولیتی شبیه‌سازی شده مریخ قرار داشتند انجام داده و آنها را در معرض تابش تشعشعات مریخی قرار دادند.

رگولیت یا خاک بستر مریخی شبیه‌سازی شده شامل سنگ‌های رسوبی از لایه منجمد اعماق زمین بود که تحت تاثیر دما و فشار پایین قرار داشتند.

محققان تاثیر مشترک عوامل فیزیکی مختلفی نظیر تشعشعات گامایی، فشار و دمای کم را روی توده‌های میکروبی کشت داده شده در لایه منجمد زمین مورد بررسی قرار دادند.

برای شبیه‌سازی خاک مریخ محققان از مخزن آب و هوای ثابت که می‌توان در آن دما و فشار هوا را پایین نگه داشت، استفاده شد. پس از آن ریزارگانیزم‌ها در معرض سطوح مختلفی از تشعشعات گامایی قرار گرفتند.

نتایج نشان داد که میکروارگانیزم‌ها در شرایط شبیه‌سازی شده، نسبت شرایط دمایی و فشار هوا مقاومت بسیار بالایی از خود نشان می‌دهند. با این‌همه زمانی که تابش تشعشعات آغاز می‌شود، میان نمونه‌های تحت تابش و نمونه‌های کنترل تفاوت‌های زیادی مشاهده می‌شود.

اگرچه تعداد سلول‌های پروکاریوت و سلول‌هایی که از نظر متابولیکی فعال هستند در گروه نمونه یکسان باقی ماندند، اما در گروهی که تحت تابش قرار گرفتند،تعداد این سلول‌ها به ترتیب دو برابر و سه برابر کاهش پیدا کردند.

محققان همچنین دریافتند در نمونه‌ای که تحت تشعشعات قرار گرفته، تنوع بالایی از گونه‌های باکتریایی ایجاد شده‌است که پس از تابش، دچار تغییرات ساختاری فراوانی شده‌اند. برای مثال جمعیت آرتروباکتر، نوعی از باکتری‌هایی که در خاک به وفور یافت می‌شوند، در نمونه تحت تابش قرار گرفته چند برابر شد. نتایج نشان می‌دهند ریزارگانیزم‌ها در سطح مریخ از قابلیت بقای بیشتر از حد تصور برخوردارند که علاوه بر اینکه می‌توانند در برابر فشار و دمای پایین مقاومت کنند، می‌توانند تحت تشعشعات کیهانی معمولی نیز دوام بیاورند. محققان ثابت کردند باکتری‌های پروکاریوت توانایی زنده ماندن تحت تشعشعاتی با شدتی بالاتر از حد تصور برخوردارند و این یعنی در مریخ هنوز ریزارگانیزم‌هایی وجود دارند که با وجود شرایط خشن و مرگبار سطح سیاره، امکان زنده ماندن آنها بسیار بالاست.

این اطلاعات جدید و بی سابقه می‌تواند برای آینده ماموریت‌های مریخی و دیگر مقاصد سامانه خورشیدی کارایی فراوانی داشته‌باشد. دانستن شرایطی که حیات می‌تواند در آن زنده باقی بماند می‌تواند به انسان کمک کند تا مقصدی دقیق‌تر را برای یافتن حیات تعیین کند.

محققان دانشگاه کمبریج:

گوسفندها چهره انسان را می‌شناسند

نتایج تحقیقی جدید که توسط محققان دانشگاه کمبریج صورت گرفته نشان می‌دهد گوسفند توانایی شناسایی چهره‌های آشنا را در انسان‌ها دارد.

محققان در کمبریج توانستند گوسفندی را آموزش دهند تا بتواند چهره هنرپیشگانی مانند جیک جیلنهال و اما واتسون، باراک اوباما رئیس‌جمهور سابق آمریکا و فیونا بروس مجری اخبار BBC را تشخیص دهد.

پس از پایان دوره آموزشی، گوسفند توانست تصاویر افرادی که به نظرش آشنا می‌آمدند را از میان تصاویر ناآشنا تشخیص دهد.

این نشان می‌دهد گوسفندان نیز از قابلیت تشخیص چهره‌ای مشابه پستانداران نخستین برخوردارند. مطالعات پیشین نشان داده بود گوسفندان توانایی شناسایی گوسفندان دیگر و چوپانانی که از آنها نگهداری می‌کنند را دارند.

دکتر آندرئا باکارلی از دانشگاه کلمبیا:

هوای آلوده خطر پوکی استخوان و شکستگی استخوان در سالمندان را بالا می‌برد.

به گزارش هلث‌دی نیوز پژوهشگران داده‌های مربوط به ۹.۲ میلیون نفر تحت پوشش بیمه سالمندان در منطقه شمال شرقی/ مید- آتلانتیک آمریکا که به علت شکستگی در فاصله سال‌های ۲۰۰۳ تا ۲۰۱۰ بستری شده بودند، تجزیه‌وتحلیل کردند.

این پژوهشگران دریافتند که حتی افزایش اندکی در میزان قرارگیری در معرض ذرات معلق آلاینده هوا با نام P2,5 با افزایش خطر شکستگی در سالمندان همراهی دارد. PM2.5 عنوانی است که به ذرات ریز قابل استنشاق با قطر ۲.۵ میکرومتر و کمتر داده می‌شود.

این پژوهشگران همچنین به بررسی پیگیری‌ها در میان ۶۹۲ فرد میان‌سال با درآمد پایین شرکت‌کننده در تحقیق سلامت بوستون پرداختند.

یافته‌های آن‌ها نشان داد که افرادی که در مناطق با میزان بالای P2.5 و دوده (کربن سیاه) - نوعی از آلاینده در دود خروجی ماشین‌ها- زندگی می‌کنند، نسبت به افرادی که در معرض میزان‌های پایین‌تر این دو آلاینده قرار دارند، دارای میزان‌های پایین‌تر یک هورمون مهم مربوط به کلسیم و استخوان و کاهش بیشتر در تراکم مواد معدنی استخوان هستند. نتایج این بررسی در ۹ نوامبر در ژورنال The Lancet Planetary Health منتشر شده است.

دکتر آندرئا باکارلی، سرپرست این پژوهش و صاحب کرسی علوم بهداشتی محیطی در دانشکده بهداشت عمومی میلمن دانشگاه کلمبیا در نیویورک درباره این نتایج گفت: "دهه‌ها پژوهش دقیق خطرات بهداشتی آلودگی هوا از بیماری‌های قلبی- عروقی و تنفسی تا سرطان و اختلال قوای فکری را نشان داده است و اکنون رابطه آلودگی هوا با پوکی استخوان مطرح می‌شود."

"پژوهش ما نشان می‌دهد که ازجمله سودمندی‌های هوای پاک بهبود سلامت استخوان و پیشگیری از شکستگی استخوان هستند."

البته این بررسی همراهی میان آلودگی هوا و مشکلات استخوانی را نشان می‌دهد، و رابطه مستقیم سببی بین این دو را ثابت نمی‌کند.

نگرانی مالی خطر حمله قلبی را ۱۳ برابر تشدید می‌کند

پزشکان هشدار دادند استرس و فشار مالی خطر حمله قلبی را تا ۱۳ برابر افزایش می‌دهد.

به نقل از مدیکال نیوز تودی، پزشکان در این مطالعه همچنین دریافتند که استرس ناشی از کار، این خطر را تا شش برابر افزایش می‌دهد.

طبق مطالعه جدید انجمن روان شناسی آمریکا، مردم زیاد نگران پول و شرایط مالی خود هستند و ۷۲ درصد آمریکایی‌ها حداقل یک بار در ماه گذشته فشار مالی تحمل کرده‌اند.

همچنین ۲۲ درصد دیگر اعلام کرده‌اند در ماه گذشته استرس مالی شدیدی را متحمل شده‌اند. از سال ۲۰۰۷ میلادی پول و مسائل مالی از عوامل استرس‌زای اصلی در آمریکا بوده است.

انجمن روان شناسی آمریکا اعلام کرده است استرس ناشی از موضوعات مالی می‌تواند تاثیر چشمگیری بر سلامت و رفاه مردم این کشور داشته باشد.

قرار است این مطالعه در هجدهمین کنگره سالانه انجمن قلب آفریقای جنوبی که در ژوهانسبورگ برگزار می‌شود ارائه شود. یکی از متخصصان این مطالعه گفت: نقش عوامل روان شناختی در ایجاد بیماری، بخشی فراموش شده در مطالعات پزشکی است که در آفریقای جنوبی انجام می‌شوند و شاید به این خاطر که مردم این منطقه با چالش‌های بیشتر و جدی‌تری نظیر سل و HIV دست به گریبان هستند.

دوست و همکار گرامی

آقای فرید قاسم اسد

می‌دانیم که اندوه از دست دادن پدر در قامت واژه‌ها نمی‌گنجد،
افسوس که در برابر تقدیر، چاره‌ای جز تسلیم نیست.

درگذشت پدر گرامیتان را تسلیت عرض کرده
و در غمتان شریکیم.

ایران استار

Aiding People presents: جمعیت کمک به مردم برگزار می‌کند:

همه باهم برای ایران

دوباره می‌سازمت وطن

گروه کمک به مردم در ششمین سال و پس از ده‌ها حرکت کمک مستقیم مردم به مردم، جهت جمع‌آوری کمک به زلزله‌زدگان، از شما دعوت می‌کند تا دوباره دست در دست هم بگذاریم.

شنبه ۲۵ نوامبر، ساعت ۲ تا ۴، رستوران شیراز

9737 Yonge Street, Richmond Hill, ON L4C 1V7

کمک‌های جمع آوری شده در انتهای برنامه شمارش و سپس توسط خانمی از اهالی کرمانشاه که ساکن تورنتو است و اکنون به ایران رفته مستقیما به دست نیازمندان خواهد رسید. مانند همیشه رسید پول و چگونگی روند کمک‌های شما به اطلاع همگان می‌رسد.

پویا | ایران جوان IRAN JAVAN MAGAZINE | SHIRAZ RESTAURANT | ایران استار iranstar.com | رادیو صدای ایران

رمان دنباله‌دار

نقطه تسلیم

شهره وکیلی

۱۸

سرانجام چند روز بعد یگانه و بچه‌ها، همراه مستانه و دکتر وحید، دکتر را به خانه آوردند. یگانه دو سه روز قبل از ترخیص دکتر از بیمارستان، به خانه‌ی او رفته با کمک نصرت خانم تمام ملافه‌ها و لباس‌های دکتر را شست و جوشاند و اتو کرد. و با انعام چشمگیری که به حبیب آقا داد، از او خواست همه جا را تمیز و آب استخر را عوض کند و باغچه‌ها را صفا بدهد.

حبیب آقا و نصرت خانم ظرف دو روز چنان دست به کار نظافت ساختمان و باغ و استخر شدند که چهره خانه به کلی عوض شد و همه جا رنگ طراوت گرفت. وقتی یگانه و بچه‌ها و دکتر به خانه آمدند، یگانه از آن همه تغییر و تحول تعجب کرد، و در فرصتی مناسب انعام دیگری به حبیب آقا داد و گفت: دستت درد نکند، دلم باز شد، کاش اینجا همیشه این قدر تمیز و مرتب باشد.

تاجی برای اینکه از غافله عقب نماند، قهر و غضب نازان و ساسان را با اهدای دو هدیه‌ی گرانبها به ملایمت کشید. از جاویدان و خانواده‌اش خبری نبود.

در طول سه هفته‌ای که نازان و ساسان در ایران بودند، جز برای خواب شب، دکتر را ترک نمی‌کردند. دکتر با دیدن آن دو جانی دوباره یافته و غرورش را زیر پا له کرده از فرزندانش تقاضای بخشش کرد. او به انگلیسی به آنها گفت: پاپا را ببخشید، گناهکاری هستم که دیگر فرصت جبران ندارم. باغ را به نام عمه نجمی کردم چون وارث نداشت، به او دست‌خط دادم به محض آنکه شما را پیدا کرد، باغ را به نامتان کند. این تنها کاری بود که از من برمی‌آمد. به مادرتان کمک کنید، نگذارید باغ از دست برود. می‌خواهم با آرامش بمیرم.

روزی که نازان و ساسان عازم رفتن بودند، در صحن باغ، با جاویدان که پس از چند روز به خانه برگشته بود، روبرو شدند. بچه‌ها او را نمی‌شناختند، یگانه به آنها فهماند این همان مردی است که می‌خواهد باغ را از چنگ عمه‌شان دربیاورد. با توضیح او چهره‌ی نازان درهم رفت، و ساسان مشتش را به عنوان تهدید گره کرد و به سوی او گرفت.

پس از رفتن آن دو، یگانه جز شب‌ها که به خانه‌ی خود می‌رفت، تمام طول روز را در کنار دکتر می‌ماند. داروهایش را سرِ ساعت به او می‌خوراند، به تغذیه‌اش می‌رسید و مواظب نظافت و بهداشتش بود.

حضور دائمی و مستمر او نزد دکتر، تاجی را دچار کلافگی کرده بود. اما یگانه آرام و صبور و خستگی‌ناپذیر ایستاده بود تا زندگی را به کام او و جاویدان تلخ کند.

محمودی معتقد بود باید قبل از تشکیل دادگاه با کارمند بانک وارد معامله شوند. دکتر هم همین نظر را داشت، اما یگانه معتقد به رشوه دادن و معامله کردن نبود. حتی اختلاف نظر شدیدش با محمودی را به پرتو گفت: من هیچ وقت به این طور کارها دست نزده‌ام. برخلاف اخلاق است. اما سرانجام پرتو به او قبولاند که باید کارمند بانک را ببیند و دست‌کم او را در تنگناهای اخلاقی قرار دهند تا حقیقت را در دادگاه بگوید:

- یگانه، کلید این معما در دست آن کارمند بانک است. باید به هر شکل شده او را وادار به اقرار حقیقت کنیم. راه دیگری نداریم

- اگر قاضی بفهمد با او تماس گرفته‌ایم اعتمادش از ما سلب می‌شود. شاید قاضی متوجه کثافت‌کاری‌های او و جاویدان شده باشد و به قول خودت به همین دلیل خواسته در جلسه‌ای دیگر شهود را ببیند

- ما نه به او پیشنهاد رشوه می‌کنیم، و نه وعده وعید می‌دهیم. فقط او را در جریان زندگی بی‌سر و سامان تو و بچه‌هایت می‌گذاریم، شاید وجدانش بیدار شود و حقیقت را به قاضی بگوید

- ما هیچ سرِ نخی از او نداریم. نه اسمش را می‌دانیم، نه خانه‌اش را بلدیم، و نه با قیافه‌اش آشنا هستیم

- شناسایی‌اش را به عهده‌ی آقای محمودی می‌گذاریم. او پرونده را می‌بیند و نشانی را به تو می‌دهد

- پرتو جان، می‌دانم تو را درگیر مشکلات خودم کرده‌ام. اما باور کن دلم نمی‌خواهد بیش از این باعث دردسرت شوم

پرتو نفس عمیقی کشید و گفت: کاش نازان و ساسان را ندیده بودم. با دیدن چهره‌های پاک و معصوم و در عین حال محزون و غم‌گرفته‌ی آنها دیگر نمی‌توانم نسبت به قضیه بی‌اعتنا باشم.

محمودی اطلاعات کاملی از کارمند بانک بدست آورد. او جمشید حدیثی نام داشت. سی و پنج ساله بود و در یکی از محلات شلوغ پایین شهر در یک خانه‌ی نود متری با زن و سه فرزندش زندگی می‌کرد، و چند ماه بود اقساط وامی که برای خرید خانه گرفته بود، عقب افتاده و از سوی بانک برایش اخطاریه صادر شده بود. پرتو با آگاهی بر این اطلاعات با تاسف بسیار گفت: او را ندیده، می‌گویم آدم بدبخت و ضعیفی است که خودش را خیلی ارزان فروخته!

محمودی اضافه کرد: پس اگر قیمت را کمی بالا ببریم ما برنده‌ایم.

یگانه اعتراض کرد: من نمی‌خواهم از راهی که جاویدان و تاجی رفته‌اند بروم، پس فرق ما و آنها چیست؟

محمودی محکم و قاطع گفت: فرق ما این است که ما برای گرفتن حقمان تلاش می‌کنیم، نه کلاهبرداری و شیادی. بهتر است پیش‌داوری هم نکنیم. شما و خانم پرتو به دیدنش بروید و ببینید چه جور آدمی است. اگر احتیاج به کمک دارد، می‌توانیم کمکش کنیم اقساط وام خانه‌اش را بپردازد تا خانه از دستش نرود و هر وقت توانست قرضش را پس بدهد. ما به او رشوه نمی‌دهیم، بلکه یک کار انسانی می‌کنیم، همین.

یگانه سری از روی تاسف تکان داد و گفت: داریم به فکرهای ناصوابمان لباس زیبا می‌پوشانیم که خوب جلوه‌اش دهیم. وگرنه هر سه نفرمان می‌دانیم اگر او و هزاران نفر مثل او گرفتار و درمانده را، در شرایط عادی ببینیم، خودمان را موظف به کمک و مساعدتش نمی‌دانیم. می‌پرسم اگر به شهادت او احتیاج نداشتیم، بازهم دنبالش می‌رفتیم و به فکر حل مشکلات زندگی‌اش می‌افتادیم؟

محمودی معترضانه با صدای بلند گفت: شما با این طرز فکر چرا اصولا از قضیه چشم‌پوشی نمی‌کنید؟ این‌طور که شما به مسائل نگاه می‌کنید نباید در بند مادیات باشید. اما بدانید وضع بد اقتصادی اولین و مهمترین عامل قدم کج برداشتن آدم‌هاست. ارزش‌های اخلاقی هم کارآیی‌شان در مرزهای متفاوت متوقف می‌شود. مثلا در مورد اینکه این آقای کارمند بانک، ارزش‌های اخلاق تا آنجا کاربرد دارد که اقساط وام خانه‌اش عقب نیفتد و بیم حراج خانه‌اش از سوی بانک نرود.

پرتو بحث را کوتاه کرد: یگانه، فکرهایت را بکن، تا روز دادگاه فرصت مناسبی داری. اگر راه‌حل بهتری به نظرت رسید، از آن راه استفاده می‌کنیم. آنچه را که نمی‌توانیم انکار کنیم این است که شخص مورد نظر ما برای خودش نرخ تعیین کرده، او فروشنده است، بنابراین به کسی که قیمت بیشتری پیشنهاد کند، جواب مثبت می‌دهد. در حال حاضر رای دادگاه در گرو شهادت شهود است، و برای قاضی او موثرترین شاهد به حساب می‌آید.

- خیلی خوب، به ظاهر چاره‌ای نیست. در جواب آقای محمودی باید بگویم اگر از ادامه‌ی این راه منصرف نمی‌شوم، فقط برای فرزندانم است، که وضع مالی خوبی ندارند.

محمودی با چهره‌ای پیروزمند گفت: پس به حرف من می‌رسیم که رعایت اخلاق برای هر کس سقفی معین دارد. به شما توهین نمی‌کنم، از اینکه صریح صحبت می‌کنم مرا ببخشید، ولی برای نادیده گرفتن اخلاقیات، هرکس عذر خودش را دارد.

پرتو نگذاشت محمودی بیش از آن به پر و پای یگانه بپیچد: خواهش می‌کنم موضوع را کِش ندهید.

محمودی ابروها را درهم کشید و گفت: چرا باید از حقایق فرار کنیم؟ درصد بالایی از مردم برای تحقق بخشیدن به هدف‌هایشان از روش ماکیاولی استفاده می‌کنند. یعنی وسیله‌ی رسیدن به هدف برایشان فرق نمی‌کند. فقط رسیدن مهم است، نه چگونه رسیدن.

یگانه عصبی به نظر می‌رسید، پرتو متوجه حال دگرگون او بود. ادعای محمودی را قبول داشت؛ به سراغ کارمند بانک رفتن و او را به نوعی همدست خود کردن، همان وسیله‌ای بود که هدف را توجیه می‌کرد. اما با این جمله بحث را متوقف کرد: توجیهات اخلاقی بماند برای مصلحین جامعه.

ساعت سه بعدازظهر بود که پرتو و یگانه با آدرسی که در دست داشتند به کوچه‌ی بیست و سوم رسیدند. کوچه تنگ و غیرقابل عبور برای اتومبیل بود. پرتو اتومبیل را سرِ کوچه پارک کرد و از آن پیاده شدند. در وسط کوچه جوبی کثیف و متعفن خودنمایی می‌کرد و صدای هیاهوی بچه‌های قد و نیم‌قدی که در آن وقت بعدازظهر بازی می‌کردند، آزار دهنده بود. جلوی درب بعضی از خانه‌ها زنانی ایستاده بودند و بلندبلند صحبت می‌کردند. پرتو از یکی از آنها سراغ خانه‌ی آقای حدیثی را گرفت. خانه در انتهای کوچه بعد از سه راهی قرار داشت، با درب آبی رنگ.

کوچه‌ی باریک و طولانی را طی کردند. هر دو با دستمال جلوی بینی‌شان را گرفته بودند. یگانه گفت: دارم از بوی گند این جوی خفه می‌شوم.

در انتهای کوچه جلوی درب آبی رنگ سه چهار دختر بچه لی‌لی بازی می‌کردند. پرتو از آنها سراغ خانه آقای حدیثی را گرفت. دختر هشت نُه ساله‌ای گفت: همین جاست، الان مامانم را صدا می‌کنم.

دخترک درب خانه را باز کرد و به طرف ساختمان دوید. در آن سوی درب، ساختمان کوچک محقری دیده می‌شد که در مرحله‌ی سفت‌کاری متوقف مانده بود. اندکی بعد زن جوان و لاغر و رنگ‌پریده‌ای در آستانه‌ی درِ خانه ظاهر شد:

بفرمائید، کاری داشتید؟

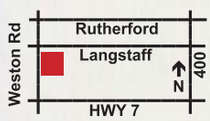
ادامه دارد

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



50% to 80% OFF

SUMMER CLEARANCE
SALE ON NOW!!
50-80% off
Dresses for all occasions!

برای بیزینس خودتان

شبکه‌های اجتماعی، ریویو و دایرکتوری عالی داشته باشید

راه اندازی حرفه‌ای همه‌ی شبکه‌های اجتماعی و به‌روز نگه داشتن آنها
افزایش رنکینگ گوگل

با ما تماس بگیرید:
647-674-4048
info@IranStar.com

آشپزی - کیترینگ کدبانو

رول مرغ و سس کره لیمو

پروین ترابی
کیترینگ کدبانو

احتیاج به فیله مرغ داریم که فیله‌هارا خیلی آرام با چاقو شروع به ورقه کردن می‌کنیم به طوری که فیله از وسط نصف ولی در انتها بهم وصل باشند بعد فیله‌های آماده شده را با زعفران وپودر پاپریکا نمک وفلفل مزه دار کنید بگذارید دوسه ساعت در یخچال بماند بعد هر کدام از فیله‌ها را روی تخته بگذارید و آرام لوله‌شان کنید و از طرفی که فیله روی هم اومده در یک تابه بگذارید،که مرغها را آماده کرده و گذاشتید داخل تابه کمی روغن بریزید و اجازه دهید تا کاملا سرخ و آب اضافه‌اش کشیده شود. فقط دقت کنید که خشک نشوند. بعدکه دوطرفشان سرخ شد داخل ظرف سرو بگذارید و داخل همان روغن اضافه مرغها؛ قارچ ورقه شده و گوجه گیلاسی را با نمک و فلفل تفت دهید و بعداز سرخ شدن کنار رولها قرار دهید. سپس داخل ظرف جدا دوقاشق غذاخوری کره، کمی زعفران آب کرده و آب دوتا لیموترش تازه را بریزید و بگذارید روی حرارت تا کاملا سسی خوشرنگ و رقیق بدست بیاید. بعد روی رولها ریخته و فقط دقت کنید که کره و لیمو نسوزد. چون زود قهوه‌ای رنگ می‌شود.

بورک گوشت

مواد لازم:
خمیر یوفکا: ۱۰ عدد
گوشت چرخ کرده: ۳۰۰ گرم
پیاز: یک عدد بزرگ
روغن: به میزان لازم
فلفل دلمه: یک عدد
رب: یک قاشق غذاخوری
نمک و فلفل سیاه: به میزان لازم
کره ذوب شده: به میزان لازم

طرز تهیه

پیاز را خرد کرده و درون مقداری روغن تفت می‌دهیم. سپس گوشت را به آن اضافه کرده و به همراه رب نمک و فلفل تفت داده تا گوشت تغییر رنگ دهد. یک لایه از خمیر را برداشته و سطح آن راکاملا به کره ذوب شده آغشته می‌کنیم، سپس لایه دوم را برداشته و بر روی لایه اول قرار داده و آن را نیز مطابق قبل به خوبی مرطوب می‌کنیم. مقداری از مواد را روی کناره طول خمیر ریخته و سپس لبه‌های خمیر را به سمت داخل بر روی مواد تا می‌دهیم. مابقی رول‌ها را نیز به همین ترتیب آماده می‌کنیم. سپس سینی مخصوص فر را چرب کرده و بورک‌ها را داخل سینی می‌چینیم. یک عدد زرده تخم‌مرغ زده شده و یک قاشق کره آب شده را مخلوط می‌کنیم وبا برس روی بورک‌ها می‌مالیم. روی آن کنجد ریخته و بعد در فر با دمای ۱۸۰ درجه طبقه وسط به مدت ۲۰ دقیقه میگذاریم تا این خوشمزه‌ها بپزند.

کیک ژله‌ای

مواد لازم:
تخم مرغ: ۴عدد
شکر: ۱۵۰ گرم
روغن مایع: یک پیمانه
آرد: ۳۰۰ گرم
پودرژله: یک بسته
نمک: به میزان دلخواه
بکینگ پودر: یک قاشق مرباخوری
آب یا آب میوه هم طعم با ژله: دوسوم پیمانه

طرز تهیه:

تخم‌مرغ‌ها را با شکر حسابی مخلوط می‌کنیم وسپس روغن مایع را اضافه و درحد مخلوط شدن هم می‌زنیم. مواد خشک را که شامل آرد، نمک، بکینگ‌پودر و پودر ژله است را با هم مخلوط کرده و به همراه آبمیوه به مواد فوق اضافه کرده ومواد را با لیسک مخلوط می‌کنیم. مواد را داخل قالب ریخته و در فر از قبل گرم شده ۱۸۰ درجه به مدت ۴۵ دقیقه میگذاریم.
(من از ژله توت استفاده کردم).

خورش ماست غذای سنتی اصفهان

مواد لازم:
- گوشت گردن بدون استخوان ۲۵۰ گرم (با استخوان ۳۰۰ گرم)
- ماست چکیده بی نمک ۲/۵ کیلوگرم
- شکر ۱ پیمانه سرخالی
- زرده تخم مرغ ۲ عدد
- آب ۲ تا ۳ پیمانه
- پیاز ۱ عدد
- گلاب، زردچوبه، نمک، زعفران ساییده به اندازه کافی
- خلال پسته، بادام و زرشک به اندازه کافی (برای تزیین)

طرز تهیه:

گوشت گردن را با پیاز، زردچوبه، نمک و آب کاملا بپزید. استخوان‌ها را جدا کرده و گوشت را با گوشت کوب، درون یک ظرف مسی یا تفلون خوب بکوبید تا سفید و یکدست شود (این بخش کار بسیار اهمیت دارد).

زرده‌های تخم مرغ، ماست و شکر را خوب مخلوط کرده و روی حرارت بگذارید. مواد را خوب به هم بزنید تا جوش بیایند. هنگامی که مایه جوش آمد، گوشت گردن کوبیده شده را در تابه ریخته و مخلوط ماست، زرده تخم مرغ و شکر را بدان بیفزایید و خوب مخلوط کنید. اگر کل مراحل را به خوبی انجام داده باشید، غذایی به دست می‌آید که حسابی کش می‌آید. حالا زعفران آب کرده و در صورت تمایل گلاب را به آن اضافه کنید. خورش ماست به دست آمده را با زرشک، خلال بادام و پسته تزیین نمایید. بهتر است خورش را ۲۴ ساعت پیش از سرو کردن تهیه کرده و در یخچال نگهداری کنید تا جا بیفتد. این خورش سرد سرو می شود.
نوش جان

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

Kadbanoo Catering
کیترینگ کدبانو
647-466-3845
@kadbanoo.p
kadbanooCatering

پکیج‌های اسپشیال این ماه کدبانو:

۲۰ نفره — فقط ۳۲۰ دلار
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

۳۰ نفره — فقط ۴۵۰ دلار
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

۴۰ نفره — فقط ۵۹۰ دلار
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

اجاره فوری دفتر کار
یک واحد کامل
با کاربری دفتر کار به همراه پارکینگ بزرگ
در بهترین نقطه خیابان استیلز
آماده از اول اکتبر
416-816-1010

فال

فروردین

شما امروز احساس می‌کنید قدرت جسمانی‌تان ته کشیده است، در حالیکه با استراحت کردن می‌توانید تضمین کنید که انرژی‌تان باز می‌گردد. وقتی که اصلا دوست ندارید هیچ کاری انجام دهید، به جای اینکه به خودتان سخت گرفته و الکی سرتان را شلوغ کنید، به آنچه بدنتان بهتان می‌گوید گوش دهید! اگر قبول کنید استراحت کردن کار خوبی است، بیشتر از گذشته لذت خواهید برد. گاهی وقتها حتی برج نور بسیار فعال نیز احتیاج دارد که زنگ تفریحی داشته باشد!!

اردیبهشت

شما دلتان می‌خواهد سبک و روش خود را داشته باشد و هم اکنون صبرتان تمام شده است. شما احساس می‌کنید خیلی سخت مبارزه کرده‌اید و فقط نتایج پیچیده‌ای برای نشان دادن تلاش‌هایتان حاصل شده است. تسلیم شدن بهتر از ادامه دادن این جنگ پوچ و بی فایده است، اما مواظب باشید شکست خوردن باعث بیدار شدن خشم و عصبانیت در وجودتان نشود. اگر هنوز فرد ناموفقی هستید، دوباره شروع کنید، آستین‌هایتان را بالا زده و گذشته را فراموش کنید

خرداد

شما باید از چند نفر معذرت خواهی کنید! و یا حداقل باید قول‌هایی که بهشان عمل نکرده‌اید را اجرا کنید. حتی اگر قبلاً قصد و نیت خوبی داشتید، ولی به خاطر مشکلات عدیده از مسیر اصلی خود خارج شده‌اید. ولی بالاخره این ایام نیز می‌گذرد. تا می‌توانید وقت گذاشته و موقعیت خود را در دوستی‌های جدیدتان مشخص کنید و برای بهتر کردنشان برنامه ریزی کنید.

تیر

حالا که ماه دوباره به نشانه اشک بار شما بازگشته است، شما بیش از اندازه حساس شده‌اید. اما تا موقعی که می‌توانید احساسات خود را مدیریت کنید، لزومی ندارد برنامه‌های خود را به تاخیر بیندازید. اهمیت دادن به احساسات خود بدون اینکه تسلیمشان بشوید با انکار کردن آنها کاملاً فرق می‌کند. پنهان کردن حقیقت از خود خوشبختی نمی‌آورد، این کار فقط نشان دهنده جهل و نادانی نیست. اگر نتوانید احساسات خود را کنترل کنید، مسبب مشکلاتی خواهید شد که شاید نتوانید به راحتی آن را حل و برطرف کنید.

مرداد

رویاهای شما امروز نسبت به همیشه خوش آب و رنگ تر شده‌اند، اما آنقدر دور از واقعیت به نظر می‌رسند که بعید می‌دانید بهشان برسید. این اتفاق موجب ناامیدی تان شده است، البته این ناامیدی زمانی به سراغتان می‌آید که نسبت به اولویت‌هایتان انتظارات غیرمعقولی داشته باشید. اگر امروز نتوانستید به اندازه‌ای که دوست داشتید سازنده باشید، خودتان را ناراحت نکنید. حتی اگر روند پیشرفتتان خیلی آرام است، باز هم در جهت رسیدن به اهدافتان کار کنید

شهریور

شما امروز احساس آسودگی و اطمینان خاطر می‌کنید، به خصوص اگر دوستان و همکارانتان حمایت‌های مخصوص‌شان را از شما دریغ نکنند. شاید قبول کردن کمک دیگران به نظر شما کار زشتی باشد! اما "بله" گفتن می‌تواند اولین قدم باشد. نشان دادن ضعف‌هایتان مرزبندی‌های بی مورد را از بین می‌برد و صمیمت بین شما را بیشتر می‌کند

مهر

شما امروز مثل اردک مادر که جوجه‌هایش پشت سرش رژه می‌روند شده‌اید و دیگران از شما پیروی می‌کنند!! باوجود اینکه شما قصد کرده‌اید از کسانی که دوستشان دارید حمایت کنید و هوای آنها را داشته باشید، اما بهترین کار این است که مرزهایی هم برای خود تعیین کنید، پس تمام وقت‌تان را برای سرویس دادن به دیگران تلف نکنید. وقتی را تعیین کنید که نیازهای خود را به دقت تعریف کرده و استقلال خود را نشان دهید

آبان

شما معمولاً وقتی که به آینده دور فکر می‌کنید، باتوجه به کلیات و اصول مبهم کار می‌کنید. باوجود این امروز به خاطر وجود ماه برج سرطان شما وسوسه می‌شوید که حتی اگر مسأله خیالی مطرح بود بیشتر به جزئیات و ریزه کاری‌ها توجه کنید. حتی اگر برنامه‌ای ندارید که به خاطرش از خانه بیرون بروید، به تخیل خود اجازه بدهید که راهنمای سفرتان باشد! فکر کردن واقعاً بهترین روش برای مسافرت رفتن است!!

آذر

حالا که وجود ماه درخشان برج سرطان باعث شده اعتماد شما از این رو به آن رو شود، وقت این رسیده که در برنامه‌های بزرگ خود تجدید نظر کنید. به جای اینکه با شجاعتی دروغین و بدون توجه به احساسات‌تان کار کنید، تفکر و تعمق درونی داشته باشید و بدون اینکه وانمود کنید که می‌دانید واقعاً چه اتفاقاتی افتاده است، در مورد تغییر دیدگاه‌هایتان راجع به موضوعات اساسی با یکی از دوستانتان صحبت کنید. شاید آنها چیزی که بهش نیاز دارید را بهتان بدهند.

دی

مروز دوستان و خانواده تان خیلی بهتان نیاز دارند و شما آنقدر صبور نیستید که بتوانید با رفتاری سیاست مدارانه احتیاجات آنها را برآورده کنید. اما به جای اینکه رفتار تندی از خود نشان دهید، ناراحتی خود از احساسات محبت آمیز را اعلام کنید. اگر به طور طبیعی ناراحتی‌های خود را ابراز کنید از میزان فشارهایی که روی دوش شماست کاسته می‌شود

بهمن

هم اکنون ماه وارد برج سرطان احساسی می‌شود و خشم و عصبانیت شدت می‌گیرد. این سخن به این معنی نیست که تمام متولدین برج دلو ناراحت و عصبانی می‌شوند! بلکه به خاطر کمتر شدن تقابل ونوس و بهرام میزان تفریح و خوشی‌ای که حق خودتان می‌دانستید محدودتر می‌شود. سخن گفتن در مورد دین و مذهب و همچنین آیین‌های مذهبی در کل این هفته امری فوق‌العاده مهم است

اسفند

باوجود ماه در پنجمین خانه تان- یعنی خانه تفریح و بازی- شما امروز می‌توانید بدون اینکه چیز زیادی بگویید گویا باشید! شما به سمت فعالیت‌های لذت بخش همراه با بچه‌ها گرایش پیدا کرده‌اید و نیز فعالیت‌های دیگری که نیازی به زیاد صحبت کردن ندارند. وقت‌هایی که به طبیعت می‌روید و یا زمانی که داخل خانه آرامش دارید، از تفکر کردن بیشتر از عملکرد مستقیم چیز یاد می‌گیرید

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 ۳۸

شماره ۳۹

پاسخ شماره ۳۶

۶	۷	۳	۵	۸	۲	۱	۹	۴
۸	۴	۵	۹	۶	۱	۲	۳	۷
۹	۱	۲	۴	۳	۷	۵	۶	۸
۱	۵	۸	۳	۹	۶	۴	۷	۲
۷	۹	۶	۸	۲	۴	۳	۵	۱
۲	۳	۴	۷	۱	۵	۹	۸	۶
۵	۲	۹	۱	۷	۸	۶	۴	۳
۳	۶	۷	۲	۴	۹	۸	۱	۵
۴	۸	۱	۶	۵	۳	۷	۲	۹

پاسخ شماره ۳۷

۲	۷	۹	۳	۶	۴	۵	۸	۱
۴	۸	۳	۵	۱	۷	۹	۲	۶
۱	۵	۶	۸	۹	۲	۳	۷	۴
۳	۲	۸	۴	۷	۱	۶	۵	۹
۵	۶	۴	۲	۳	۹	۷	۱	۸
۷	۹	۱	۶	۸	۵	۲	۴	۳
۶	۱	۲	۷	۴	۳	۸	۹	۵
۸	۴	۵	۹	۲	۶	۱	۳	۷
۹	۳	۷	۱	۵	۸	۴	۶	۲

۷ صبح تا ۱۲ شب
با آجیل و خشکبار تازه
سوپر هفت سین
لذت شب‌نشینی‌های خاطره‌انگیز خود را دو چندان کنید

در ریچموندهیل
Elgin Mills
Nofrills
N
Yonge
Levendale
Major Mac
26 Levendale Rd.,
Richmond Hill, ON
L4C 4H2
905-737-7934

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

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 وتعمیرات 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
905-883-5254 کوتاه‌کردن شلوار فقط ۴/۹۹ دلار
بانک بالاتر از میجرمکنزی
روبروی No Frills جنب سوپر هفت سین
تمام قیمتها با ارائه این آگهی

36 Levendale Road, RichmondHill, L4C 4H2

شرکت فضای سبز طاهر
با ۲۰ + سال تجربه
Taher landscaping
+ 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

استخدام/ سوپر ارزان

سوپر ارزان
به یک "کباب زن"
و یک خانم برای صندوق
نیازمندیم
416-841-6226

استخدام

به یک حسابدار
با حداقل دو سال سابقه کار
و تسلط کامل به کوئیک‌بوکز
نیازمندیم
905-597-0740

آشنایی و ازدواج

آقایی هستم ۴۸ ساله،سیتیزن کانادا
خواهان آشنایی و ازدواج
با خانمی بین ۳۵-۴۰ سال می باشم.
416-833-3498

آشنایی و ازدواج

آقایی هستم ۴۷ ساله،سیتیزن کانادا
خواهان آشنایی و ازدواج
با خانمی بین ۳۵-۴۵ سال می باشم.
416-564-5617

اجاره چند اتاق

Yonge/Steeles
چند اتاق روشن و بزرگ
نزدیک به امکانات رفاهی
با شرایط عالی
اجاره داده می‌شود
647-922-6739

اجاره

Yonge/16th
بیسمنت یک خوابه
تمیز و روشن
905-884-8781
416-454-7259

اجاره

16th/Yonge
بیسمنت تمیز و روشن
فوری اجاره داده می‌شود
416-454-1627

Hamid Auto Service Inc.

تعمیرگاه، صافکاری و نقاشی در ریچموندهیل

- 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 تووینگ

بدون وقت قبلی

در طول مدت تعمیر، اتومبیل اجاره‌ای در اختیار شما قرار می‌گیرد

با انجام هرگونه تعمیرات، یکسال خدمات تووینگ 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

جویای همخانه

یک آقا ۵۰ سال به بالا
آپارتمان ۱ خوابه،
در بهترین نقطه داون تاون، کوئینزکی،
نزدیک به ایستگاه تی‌تی‌سی،
روشن و تمیز و دلباز، روبروی پارکی
زیبا، نزدیک به کامیونیتی سنتر
647-741-1426

استخدام

آژانس مسافرتی آریا تراول
به همکاری یک نفر با حداقل
یک سال سابقه نیازمند است
حقوق ثابت و کمیسیون پرداخت می شود
لطفا رزومه خود را به ایمیل زیر ارسال فرمایید:
info@ariatravel.net

اجاره

یک واحد کامل
با کاربری دفتر کار
در بهترین نقطه خیابان استیلز
آماده از اول اکتبر
416-816-1010

اجاره

Bayview/Steeles
خانه سه خوابه،
تمیز و نزدیک به امکانات رفاهی
416-821-5656

اجاره

Steeles west/Bathurst
بیسمنت دو خوابه
Walk out
$950+1/3 Utilities
647-247-1131

Over 30 Years of experince in Franchise industry

خرید و فروش انواع بیزینس فرانچایز
خصوصی / کیوان شاهرخی
۴۱۶-۷۰۴-۹۶۹۶
وکیل پایه یک دادگستری تهران برای هر گونه کار حقوقی
مهرزاد امیری ۰۹۱۰ - ۱۵۷۷۹۵۱ / ۰۹۱۲- ۸۱۰۶۶۱۵

دعوت به همکاری و سرمایه گذاری

تا ۲۱ درصد
سود تضمین شده سالیانه
به سپرده گذاران به همراه تضامین
کافی و بیمه‌نامه معتبر
بابت اصل و سود سرمایه
جهت توسعه در امور اقتصادی و مالی
در یک شرکت معتبر
اطلاعات بیشتر در صفحه ۲
647-669-7555

اجاره

Stouffville Rd/Bayview
خانه ای سه خوابه
و بدون زیرزمین
از اول دسامبر
برای اجاره
416-677-3856

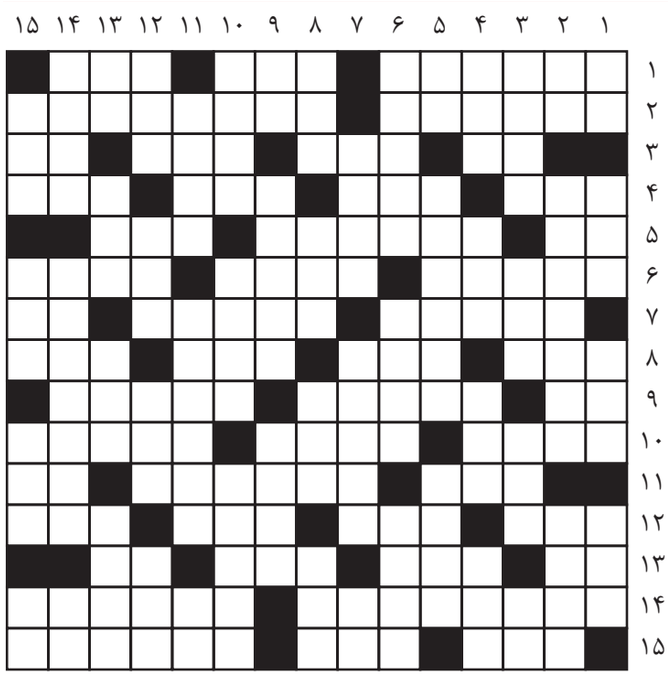
اجاره

دفتر کار روبروی سوپر خوراک
416-512-1010

کیترینگ کدبانو

انواع غذا، پیش غذا، دسر با کیفیتی عالی و طعمی
به یاد ماندنی مناسب برای مجالس و مهمانی‌های شما
647-466-3845

جدول



افقی

۱- برابر فارسی میکروسکوپ • جام قهرمانی • کبک کوهستان
۲- نقاشی متحرک و انیمیشن • ساحل
۳- بلی روسی • دخمه و مزار • ریسمان • نفس خستگان
۴- بین دو کوه • حیوان بزرگ اندام • وصف لباس زیبا • عدد فوتبالی
۵- حرف مشابعت • هواپیمای جنگی آمریکا • پایداری به قول و قرار
۶- دارای یک حرفه‌اند • گل خشمناک • مرطوب و خیس
۷- اثری از "ژرژ ساند" نویسنده فرانسوی • حقیقی • حرف ندا
۸- قعر جهنم • محموله • مذهب • مزه ترش و شیرین
۹- بوییدن • رفع عطش نموده • هنر تصویرگری
۱۰- لقب امپراتوران روسیه • سرشماری • استخوانی در گوش
۱۱- کیسه حمام • فیلمنامه • ضمیر غیبت کرده
۱۲- پسوندی که معنای بالا بودن را به اسم می‌دهد • الفت • سرازیری • صلح و آشتی
۱۳- خبری که رسوا می‌کند • سپس • میوه تنبل • پیشوند نفی
۱۴- کشوری در غرب قاره آفریقا• مدرسه "افلاطون"
۱۵- نجیب جانوران • حس کردنی زبانی • ممیزی کتاب و فیلم

عمودی

۱- حرف صریح • سرپیچی از قول • جلگه و صحرا • پولک ماهی
۲- واژه تردید • شهری در استان خوزستان • خواب خوش
۳- یکی از دو قسمت تخم مرغ • نوعی دوخت و دوز • به غیر از آن • خاک کوزه‌گران
۴- بعد از آلفا • چراغ راهنمایی کشتی‌ها • پشت سر هم • هر فصل از کتاب
۵- الهه اساطیر یونان باستان • فیلسوف نامی ایرانی ملقب به معلم ثانی که در خرسان بزرگ زاده شد • انجام دهنده کار دستوری
۶- زشت نام • فیلمی از داریوش مهرجویی با بازی نیکی کریمی • همنشین
۷- مخترع ایتالیایی پیل الکتریکی • نام چند تن از فراعنه مصر • صدای بال پشه یا مگس
۸- تیره و تار • نوعی حق ویژه در شورای امنیت سازمان ملل متحد
۹- امر به آوردن • درختی زینتی و همیشه سبز • راه راست هدایت شونده
۱۰- بخشی از زندگی • از مرحله شک گذشته • گیاه خورشتی
۱۱- شهر استان آذربایجان شرقی• به زودی زود • ویتامین انعقاد خود
۱۲- شبه جزیره‌ی بزرگ آسیایی • تکنیکی • دستگاه تکرارکننده صوت • دست‌پخت خباز
۱۳- رود و شهری در فرانسه • گاه با "نشان" می‌آید • حکمت ارسطو • ششمین
۱۴- تکیه کلام درویش • از ورزش‌های گروهی • دقیق پیچش آن را ببینید
۱۵- ننگ و فرصت طلب • نخ تابیده • روز عرب • مساوی عامیانه

پاسخ شماره قبل

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
■				■				■							۱
								■							۲
		■				■				■			■	■	۳
			■				■				■				۴
■	■				■							■			۵
				■					■						۶
		■						■						■	۷
			■				■				■				۸
■						■						■			۹
					■					■					۱۰
		■							■				■	■	۱۱
			■				■				■				۱۲
■	■					■		■				■			۱۳
						■									۱۴
						■				■				■	۱۵

۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
ه	د	ن	ن	ا	و	خ		ن	ا	ت	س	ا	۱
ی	ر	ا	ک	ت	ب	ا		ی	س	ر	ا	و	۲
ه	و		ا	ر	ا	س			ی	ا	ر	س	۳
ا	ن	م				ت	م		س	ن	و	ت	۴
ت	ی	ا	ر	س		ه	ا	گ	ت	س	ی	ا	۵
			ا	و	د		ل	ی	ا				۶
ن	د	ز	ن	م	ا	د		ج	ن	ر	ا	ن	۷
ا	ی	ن	د		م	ه	ا			ت	ف	م	۸
س	و	ج	م			ا	ی	ر	د		ت	ا	۹
و	ه	ی	ا	ه		ن	ا	ش	ف	ا	ر	ز	۱۰
د	ا	ر	ن	ک		ه	م	ا	ن	د	ا	ی	۱۱

"Did you ever feel like you're part of something greater than yourself?"

Arwin Painting & Renovetion Group (Insured)
نقاشی ساختمان
آروین
تکمیل بیسمنت
با ۱۷ سال تجربه
تمیز و مطمئن
ارزان و سریع
تیم مجرب دارای لایسنس معتبر میباشند
انواع فلورینگ (لمینت، هاردوود، کاشی کاری)
گارانتی محسن (416) 897-7719

انجام کلیه امور برق صنعتی و خانگی
خدمات الکتریکی
برق صنعتی و خانگی
Master Pot Light
Commercial-Residential-Industrial
باداشتن لایسنس انتاریو
416-833-3831

CYAN SIGN تابلوسازی سایان
CNC Cut Print Channel Letter
Light Box LED Sign
خطاط، نقاش، (عضو انجمن خوشنویسان ایران)
طراحی و ساخت انواع تابلوهای تبلیغاتی و هنری Custom Made
چاپ بنر فلایر و بیزنس کارت
461 Esna Park Dr. Unit 12, Markham, ON L3R 1H8
416-732-0222
cyansign@live.com

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 توزر 416-223-1441
ورلدلینک 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
حسین علینژاد 416-223-8885
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
حسن نصر 416-722-3452
منوچهر ترکمنی 647-669-0639
محمد باقرپور 416-890-8091

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

آموزش رانندگی پرهام
کاربردی‌ترین و سریع‌ترین آموزش
وقت سریع جهت امتحان G,G2
ماشین جهت Road Test
با تخفیف ویژه
فخر آبادی 647-923-4700

آموزش رانندگی کیان
-دوره آموزش تکدرس (برای رانندگان با تجربه) و کامل (برای رانندگان نوآموز)
-گرفتن نوبت سریع امتحان برای آیین نامه و شهر G2 و بزرگراه G
-تهیه برگ تخفیف بیمه و راهنمایی برای یافتن ارزانترین شرکت بیمه کننده اتومبیل
-اتومبیل برای روز امتحان و سوار و پیاده کردن در جلو منزل
ترجمه سریع گواهینامه
ثبت نام برای آزمایش آیین نامه و معاینه چشم
اصل سئوالات امتحانی آیین‌نامه با ترجمه بزبان انگلیسی و فارسی
مجانی برای شاگردان
416-897-6665

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

تدریس خصوصی
شیمی
Tutoring
Grade 11 & 12
دبیرستان های ایران وکانادا
College & University
(647) 839-0990
مرتضی کتانی

شرکت ساختمانی اوستا AVESTA
حامد پیر
Renovation Construction
تعمیرات اساسی و بازسازی منزل شما، رستوران و ..
Basement Kitchen
Bathrooms Painting
Drywall Plumbing
Electrical
Cell: 416-879-8900
70 Gold Brook Cres., Richmond Hill, ON, L4S 1V3

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

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 (اسباب کشی)
ارزان(مجید) 416-937-7525
Max 416-745-3725
عباس موونگ (حمل زباله) 416-490-9000

حمل و نقل بین المللی
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
اکسپرس 416-356-6666
تاج 647-345-3336
پرسیکا 647-345-9325-26
پرسیکا 647-350-4446
کیش 416-792-5777
تهران 416-901-6555
ملل 416-830-6500
گاما 416-227-7799
پارسیان 416-512-8444
پرسپولیس 416-229-0000
پاسارگاد 905-508-2580
تهرانتو 416-225-2345
تورنتو 416-300-1070
طاهری 416-488-8822
مرکزی 905-482-7847
مانی اسمارت 416-921-2899
یزدانپرست 416-300-1070

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
سنتی شبستان(۲۴ ساعته) 416-222-3335
شیراز 905-764-6900

عکاسی و فیلمبرداری
رضا و مجید 416-222-9773
سایان 647-947-9191

فرش و موکت
فرش ایران 416-356-6666
فرش شوئی تهران 416-654-0114
خانه فرش 416-569-1314
Top Quality 416-665-1510

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 کردیت مورد قبول دانشگاه‌ها پذیرفته می شود
(دبیرستان، کالج و دانشگاه) Grade7-12 , College , University
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
Tina Bahrami
Real Estate Broker
Royal LePage Signature Realty
ROYAL LEPAGE
Official sponsor of Homa Volleyball Team

خدمات جدید ایران استار
آگهی شما
آگهی شما روی شبکه اجتماعی ایران استار
آگهی شما روی وب سایت ایران استار
آگهی شما روی وب سایت خود شما
آگهی شما روی شبکه اجتماعی خود شما

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

Friends Barber Shop
7368 Yonge St. Unit 7A
905-731-7536

سالن آرایش مردانه
دوستان
لطفاً با تعیین وقت قبلی

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

6012-A Yonge St.
(Just north of Cummer)
Tel: 416-226-6939

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 تائیدیه وکیل دارای اعتبار نمی باشد.

محضر رسمی تورنتو
و با همکاری وکلای رسمی دادگاههای انتاریو کانادا و ایران

. 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

$69 Per Month
شنبه هر هفته همراه با
- کتاب آموزشی رایگان
- لوازم تحریر رایگان
- تغذیه سالم رایگان

مدرسه فارسی بچه های ایران
در قلب ریچموندهیل

۱۰٪ تخفیف
برای ثبت نام در
Farsi Summer School

RWS Farsi Credit Courses
Grades 9-10-11-12
University Level

امکانات برتر
آموزش بهتر
کلاسهای کم جمعیت

10087 Yonge St. Richmond Hill Tel: 416-221-7274

تبلیغات آنلاین
ویدئو، متن، مدیا
وب رتکینگ
Review

وب سایت بیزینسی
از ماهی $۹
تا سایت‌های پیشرفته

روزنامه و طراحی
ایران استار قدیمی‌ترین، باکیفیت‌ترین و استاندارد، برای آگهی شما

شبکه‌های اجتماعی
فیس‌بوک، گوگل، یوتیوب، توییتر، تلگرام

مطالب : متنوع، حرفه‌ای، علمی، بدون گرایش
منابع معتبر و غیر پروپاگاندی
سایز و طراحی : استاندارد جهانی
تمام رنگی؛ کاغذ تمام سفید (غیر بازیافتی: 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

ایران استار
IranStar.com
647.674.4048
169 Steeles Ave East

تلفن های مشاغل در تورنتو

فروشگاه خوار و بار
ارزان 416-590-1234
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

مراکز ایرانی
مرکز امام علی(ع) 416-759-3019
بنیاد پریا ..... 905-764-0202 EX 108
کمک به مهاجرین ..... 416-431-4847 EX 235
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
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

روانشناسی
شهرزادحضرتی 647-726-2999

هتل و مهمانسرا
اسکان کانادا 416-540-2379

زندگینامه ← ۲۱

ولی هنگامی‌که کتاب از زیر چاپ بیرون می‌آید، با کمال تعجب متوجه می‌شود که شخص دیگری بر آن مقدمه نوشته است. نادرپور فرخزاد را آدم تأثیرپذیری می‌دانست که خود را به دست عقاید و حرف‌های دیگران می‌سپرد. معتقد بود این تصمیم «بر اثر "خیراندیشی مقدمه‌نویسان دیگر" بوده". از شفا دربارهٔ مقدمهٔ مفقود یا محذوف پرسیدم. اظهار بی‌اطلاعی کرد. پرسیدم آیا می‌داند چرا فرخزاد سراغ او آمده بود. گفت: "شاید به این خاطر که در آن زمان من کتابی از پیر لوبیس را از فرانسه به فارسی ترجمه کرده بودم. اسم کتاب تِرانه‌های بیلیتیس بود و در تهران سروصدای زیادی کرد."

"پژمان بختیاری و عده‌ای دیگر بر اساس آن چکامه‌هایی سروده بودند. فروغ تِرانه‌های بیلیتیس را خوانده بود و ظاهراً به همین دلیل به دیدن من آمده بود."

سوای تِرانه‌های بیلیتیس، شفا کتاب شاعره‌ها را هم به سال ۱۳۳۳ به چاپ رسانده بود. برگزیدن او برای نوشتن مقدمه بر اسیر انتخابی منطقی به نظر می‌آید. ولی برای کمک به درک دقیق‌تر فضای روشنفکری آن دوران و شناخت بهتر جوّی که فرخزاد در آن قلم می‌زد، بد نیست بخشی از مقدمهٔ شاعره‌ها را در اینجا بیاورم. کتابی که اکنون در دست شماست، نه یک اثر تحقیقی است و نه یک "تاریخچهٔ" هنری... در تنظیم این مجموعه نظر آن‌که یک کتاب تحقیقی نوشته شده باشد در کار نبوده است، زیرا اصولاً آن‌جا که پای "زن" در میان باشد، تحقیق و تتبع معنی ندارد... در انتخاب قطعات این کتاب بیش از هر چیز بدان توجه داشته‌ام که اشعاری را که گوینده صمیمانه سروده و در آن‌ها راز دل گفته است، نقل کنم، و قطعات "فاضلانه" یا "فضل‌فروشانه" را برای فضل‌فروشان حرفه‌ای، یعنی خود ما مردان، باقی گذارم، که باطناً راضی نیستیم جنس لطیف و زیبا از این حیث پا در کفش ما کرده باشد.

به هر سبب، اسیر با مقدمهٔ شفا و غیاب چشمگیر شعر "گناه" به چاپ رسیده بود، گو این‌که کتاب با اشاره‌های غیرمستقیم به این شعر در پیش‌درآمد شفا و مؤخرهٔ فرخزاد آغاز می‌شد و پایان می‌گرفت. در واقع، شفا مقدمهٔ خود را با اشاره به این شعر تبعیدشده از اسیر آغاز می‌کند: "یک سال پیش، شاید کمی بیشتر بود که من برای نخستین‌بار شعری از خانم فروغ فرخزاد خواندم. این شعر به نظرم تند و بی‌پروا اما بسیار زنده و باروح آمد. شعری بود که در آن شاعر خود و احساس درونی خویش را بی‌تظاهر و پرده‌پوشی نشان داده بود، و شاید همین بی‌ریایی بود که بدان جاذبه‌ای خاص می‌داد."

عنوان شعر، نام مجله‌ای که "گناه" در آن منتشر شده بود، و تاریخ دقیق چاپش و این‌که چرا از این مجموعه حذف شده ناگفته ماند.

از نظر شفا، اشعار مجموعهٔ اسیر "تا حد کمال هنر فاصله زیاد دارد" و عناصر اصلی آن "قدرت توصیف، تجسم بی‌پرده عواطف و احساسات، توجه خاص جنبهٔ جسمانی عشق، زبردستی در تجسم صمیمانهٔ احساسات زنانه و دوری از تصنع و صداقت در بیان عواطف" است. او، که به استعداد شاعرانه فرخزاد و ذوق طبیعی او ایمان داشت، چندین‌بار تأکید می‌کند که نیّتش جانب‌داری و دفاع از گوینده این اشعار نیست: "او خودش، مثل هر شاعر، هر نویسنده، هر هنرمند، مسئول اثر هنری خویش است." این را هم اضافه می‌کند که "ارزشی که برای بسیاری از اشعار خانم فرخزاد قائل هستم، مستلزم انکار این حقیقت نیست که اشعار خانم پروین اعتصامی، "باوقارترین" شاعره معاصر ایران، به احتمال قوی عالی‌ترین اشعاری است که تاکنون یک شاعره ایرانی سروده است."

هر چند ارزیابی شفا از اسیر بیشتر حول جنبهٔ "اعترافی" و "احساسی" اشعار آن می‌چرخد، ولی از استقلال هنر دفاع می‌کند و عبث بودن برداشت‌های اخلاقی از هنر را یادآور می‌شود. "چماق تکفیر برداشتن و مُهر "آثار ضاله" بدین اشعار زدن و سراغ حاکم شرع رفتن، این کاری است که هزاران سال است کرده‌اند و به نتیجه نرسیده‌اند. کار آن‌هایی است که جنازه حافظ و فردوسی را به گورستان مسلمین راه ندادند و از انجام مراسم مذهبی مرگ برای بایرون و آناتول فرانس و کولت خودداری کردند و بسیار هنرمندان و متفکرین غرب را در طول قرن‌ها به دست دژخیمان انکیزیسیون سپردند." شفا با یادآوری این نکته که جامعه آن روز ایران غرق در فساد و گناهان شرعی و عرفی است و "هزاران گناه نابخشودنی، هزاران دزدی قانونی، هزاران کلاه شرعی، هزاران خیانت و فساد سیاسی و اجتماعی، هزاران دروغ و ریا و پاپوش‌دوزی و پرونده‌سازی" در آن اتفاق می‌افتد، از حق یک زن برای "اعتراف کردن" و توصیف صریح و آزادانهٔ احساسش دفاع می‌کند و می‌پرسد: "بین خودمان بماند، کدام‌یک از ما می‌توانیم ادعا کنیم که هرگز این تمناهای ناگفتنی را در دل خود احساس نکرده‌ایم؟ به قول عیسی، آن کس که گناه نکرده است، سنگ اول را به سمت گناهکار پرتاب کند."

اگر سنگی به سوی شاعرِ "گناهکار" پرتاب نشد، بی‌شمار کلامِ سنگواره و نامزا نثارش شد. با زخم زبان و نیش قلم سنگسار شد. گیرم به جای جسم، روح و روانش بود که آماج حمله قرار گرفت.

مقدمهٔ شفا بر اسیر با این جمله به پایان می‌رسد: "یقین دارم اگر گرفتاری‌های زندگی بگذارد و محیط پرتشویش و آشفتهٔ ما روح پرحرارت این شاعرهٔ تازه‌نفس را که صاحب قریحه و استعداد خداداد فراوانی است در هم نشکند، آیندهٔ خانم فرخزاد را یکی از شخصیت‌های جالب ادب امروز ما خواهد شمرد. منتها امیدوارم این پیشرفت برای او خیلی گران تمام نشود، زیرا عادتاً هنرمندان موفقیت خود را در عالم هنر به قیمت خوشبختی خویش خریداری می‌کنند." پیش‌بینی شفا کاملاً درست بود. موفقیت شاعر جوان برای خودش و خانواده‌اش بهایی سخت گزاف داشت. به قول پوران فرخزاد، "الان که بعد از سال‌های دراز فکر می‌کنم، می‌گویم فروغ چه خوب زکات زندگی‌اش را داد! او زکات شعر را داده! آدم باید زکات بدهد! او داد؛ قربانی شد. در واقع فروغ هیچ‌وقت زندگی نکرد. یعنی آن زندگی را که معمولاً بیشتر زن‌ها می‌کنند، نکرد ولی در عوض زکاتش را داد و جاودانگی را گرفت." فکر می‌کنم "قربانی" صفت برازنده‌ای برای فرخزاد نباشد، ولی شکی ندارم که هزینه سنت‌شکنی‌های فرخزاد در جامعه‌ای سنتی بس گزاف بود.

یکی از ویژگی‌های اسیر گرایش و گریز توأم از سنت است. کشمکش ها ی درونی و نوسانات میان دو دیدگاه متعارض از سرایندهٔ اشعار این کتاب چهره‌ای زنده ولی مغشوش تصویر می‌کند. او از درون متلاشی و میان دو تعلق خاطر، میان سنت‌های دیرین و آرمان‌های نوبنیاد، آونگ است. کتاب را با شعر "رمیده" آغاز می‌کند و گلایه از این‌که "نمی‌دانم چه می‌خواهم خدایا/ به دنبال چه می‌گردم شب و روز/ چه می‌جوید نگاه خستهٔ من؟/ چرا افسرده است این قلب پرسوز؟" گاه احساس پوچی می‌کند و گاه مفری هرچند کوتاه در عشق و درهم‌آمیختگی دو جسم می‌یابد. از این‌که همرنگ جماعت نیست و شاید هرگز نخواهد بود خوشنود است، ولی سرش مدام به سنگ می‌خورد. می‌خواهد در حرکت و تحول باشد، ولی در هر گوشه‌وکنار دیوارهای بلند و خطهای قرمز می‌بیند. می‌خواهد معیارهای رایج را کنار بگذارد، ولی، در عین حال، هنوز به همان قراردادها تا حدودی پایبند است.

سیمای زن در مجموعهٔ اسیر سیمای اسیری در بند است. اسیری که با تمام وجود اسارت در زندان را لمس می‌کند و مدام به فکر پرواز است. «بیا من هستم آن مرغی که دیریست/ به سر اندیشهٔ پرواز دارم/ سرودم ناله شد در بین لب‌ها/ تبه شد غرق حسرت ر و ز گا ر م . " ۸ همان‌طور که خودش در نامه‌ای به پرویز شاپور نوشته است، می‌خواهد زنجیرها را پاره کند، دیوارها را از میان برداردو خود را از قید همهٔ قوانین رها سازد:

شاید خنده‌ات بگیرد اگر بگویم من
دلم می‌خواهد پیاده دور دنیا بگردم.
من دلم می‌خواهد توی خیابان‌ها مثل
بچه‌ها برقصم. بخندم. فریاد بزنم. من
دلم می‌خواهد کاری کنم که نقض قانون
باشد. شاید بگویی طبیعتِ متمایل به
گناهی دارم ولی این‌طور نیست. من از
این‌که کاری عجیب بکنم لذت می‌برم.
من دلم می‌خواهد این لفظ (باید) از
زندگی دور شود. باید این کار را بکنی.
باید این‌طور لباس پوشید. باید این‌طور
راه رفت. باید این‌طور حرف زد. باید
این‌طور خندید. همه‌اش باید. همه‌اش
سلب آزادی و محدودیت. چرا باید؟
می‌دانم که به من جواب خواهند داد
زیرا قوانین اجتماع اجازه نمی‌دهد طور
دیگر رفتار کنی. اگر بخواهی بر خلافِ
دیگران رفتار کنی، دیوانه و احیاناً
جلف و سبکسر خطاب خواهی شد.
من نمی‌فهمم این قوانین را چه کسی
وضع کرده. کدام دیوانه‌ای بشر را به این
زندگی تلخ و پر از رنج محکوم کرده.

اسیر حدیث جدال زنی یاغی با نظامی کهن است. زنی که اغلب به صیغهٔ اول‌شخص مفرد سخن می‌گوید. عاشق و فارغ می‌شود. گریه می‌کند. فریاد می‌کشد. افسرده می‌شود. به اوج شور و شعف پرواز می‌کند. احساس غربت و جدا افتادگی می‌کند. خشمگین و متأسّل می‌شود. به ضمیر پنهان و اعماق اجتماعش سفر می‌کند. حقایقی از ذهن و زمان خود را افشا می‌کند و سفرنامه‌ای بدیع از گشت‌وگذار زنی شاعر در ایرانِ نیمهٔ قرن بیستم می‌آفریند. ولی شاعر به همان اندازه با هویت سنتیِ جمعی در جدال است که با خویشتنِ خویش.

همزبانی نیست تا برگویمش
راز این اندوه وحشت‌بار خویش
بی‌گمان هرگز کسی چون من نکرد
خویشتن را مایهٔ آزار خویش
از من است این غم که بر جان من است
دیگر این خودکرده را تدبیر نیست
پای در زنجیر می‌نالم که هیچ
الفتم با حلقهٔ زنجیر نیست.

زنِ راوی اسیر خود را بدبخت، سست، ناپایدار، لجنزار، ظلمت و تباهی جاوید، بدنام، سبکسر، فتنه‌جو، هوسباز و حتی هرجایی می‌خواند. احساس گناه می‌کند و واژه‌های گنهکار، گناه‌آموز، گنه‌کرده و گناه را هفده‌بار در تاروپود اسیر می‌یافد. خودش را بیست‌بار دیوانه و دیوانه‌خو می‌نامد. "دل من... ای دل دیوانهٔ من/ که می‌سوزی از این بیگانگی‌ها/ مکن دیگر ز دست دوست فریاد/ خدا را... بس کن این دیوانگی‌ها." گاهی از این‌که از این‌جا رانده و از آن‌جا مانده است شکوه می‌کند. از ناکامی‌هایش می‌نویسد و می‌خواهد به کنج همان قفسی که با دشواری ترک کرده، بازگردد:

اکنون منم که خسته ز دام فریب و مکر
بار دگر به کنج قفس رو نموده‌ام
بگشای در که در همه دوران عمر خود
جز پشت میله‌های قفس خوش نبوده‌ام
پای مرا دوباره به زنجیرها ببند
تا فتنه و فریب ز پایم نیفکند
تا دست پر ز قدرت امیال رنگ‌رنگ
بندی دگر دوباره به پایم نیفکند.

در شعر دیگری نجوا سر می‌دهد که "روحی مشوشم که شبی بی‌خبر ز خویش/ بر دامن سکوت به‌تلخی گریستم/ نادم ز کرده‌ها و پشیمان ز گفته‌ها/ دیدم که لایق تو و عشق تو نیستم." زمانی خانهٔ متروکی را تصویر می‌کند و فرزند جداافتاده‌اش را که در فراغ مادر گریه می‌کند: "دانم اکنون از آن خانهٔ دور/ شادی زندگی پر گرفته/ دانم اکنون که طفلی به زاری/ ماتم از هجر مادر گرفته." زمانی در عمق تنهایی خود را مادری گناه‌آلوده و نالایق می‌بیند. در شعری دیو شب خطاب به او می‌گوید: "دیوم اما تو ز من دیوتری/ مادر و دامن ننگ‌آلوده؟/ آه... بردار سرش از دامن/ طفلک پاک کجا آسوده؟!"

نیاز به مناسباتی متفاوت چون آتش زیر خاکستر لابه‌لای ابیات این مجموعه نهفته است. ولی استقلال جنسی اغلب به بهای عدم وابستگی میسّر می‌شود. شور و شوق جنسی هست، ولی از وابستگی متقابل و همبستگی دو دلداده خبری نیست. کام‌جویی هست، ولی از وفاداری خبری نیست. زن و مرد به دو جهان متفاوت متعلق‌اند و زبان یکدیگر را درک نمی‌کنند:

او شراب بوسه می‌خواهد ز من
من چه گویم قلب پرامید را
او به فکر لذت و غافل که من
طالبم آن لذت جاوید را
من صفای عشق می‌خواهم از او
تا فدا سازم وجود خویش را
او تنی می‌خواهد از من آتشین
تا بسوزاند در او تشویش را

روابط عقیم و ملالت‌بار در اسیر فراوان است. بیشتر صحبت از فراغ و دوگانگی است تا وصال و وحدت. "ای زن که دلی پر از صفا داری/ از مرد وفا مجو... مجو... هرگز/ او معنی عشق را نمی‌داند/ راز دل خود به او مگو هرگز." چهرهٔ مرد هم به‌سان چهرهٔ زن متناقض است. گاهی الهام‌بخش عشق و زندگی و شعر است و زمانی دیگر فریب مجسم، خودپرست، زندانبان، خودپسند و مغرور. زمانی به افق‌های فکری و احساسی تازه رهنمون می‌شود و زمانی دیگر قاتل عشق است و معتاد به شهوت. "به او جز از هوس چیزی نگفتند/ در او جز جلوهٔ ظاهر ندیدند/ به هر جا رفت در گوشش سرودند/ که زن را/ بهر عشرت آفریدند."

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