

محمد رضا فدوی
مشاور - تجاری - سرمایه گذاری
416.732.7777
ROYAL LEPAGE REALTY BROKERAGE

انواع بیمه
Commercial - Auto - Home Life - Disability
ناله آجورلو
Insurance Broker
416.558.6454

ارز مشقال
416-844-5555
6121 Yonge St. پلازای ایرانیان

ارز تهرانتو
416-225-2345
416-590-0066
Tehran: 912 317 6602

خانواده
ارز پاسارگاد
حواله از کویت
قیمت عالی
905.508.2580
اولین در رجیستری

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

افسر پلیس تورنتو و رابطه جنسی نامناسب با نوجوانان

ایران استار - فرزندان ما تا چه اندازه برای برخورد صحیح و واکنش سریع، در چنین حوادثی از سوی مجریان قانون آموزش دیده‌اند؟ پس از یک اتفاق ناآرام، افسر پلیس تورنتو به داشتن رابطه جنسی نامناسب با افراد نوجوان یک گروه تحقیقاتی اعتراف کرد.

یک دادگاه انضباطی افسر پلیس "کونین‌وارد" را به داشتن رابطه جنسی با یکی از اعضای گروه نوجوانان "دیویژن ۲۲" که در پرونده تشکیل شده "سی‌اچ" نام گرفته است گناهکار تشخیص داد.

متأسفانه افسر پلیس متهم، خود از تأسیس کنندگان گروه "دیویژن ۲۲" می‌باشد.

گروه "دیویژن ۲۲" در رابطه با برنامه تحقیقاتی، توسط پلیس تورنتو، کالج "هامبر" و "اسکات" کانادا تشکیل شده است. شرکت‌کنندگان در این گروه بین ۱۸ تا ۲۶ سال هستند. یکی از اعضای زن گروه "دیویژن ۲۲"، به نام "ال کیو" گفت: او طی انجام یکی از برنامه‌های سال ۲۰۱۶، نیاز به تغییر لباس داشته و به جادر خودش می‌پوشد. بلافاصله بعد از او "کونین‌وارد" وارد جادر می‌شود کونین به "ال کیو" می‌گوید که می‌تواند در حضور او لباسش را عوض کند ولی وقتی "ال کیو" تحت پوشش کیسه خواب در حال تعویض لباس می‌شود پلیس به او تعرض می‌کند ارتباط "کونین‌وارد" با "سی‌اچ" افسر ۱۰



ارز سرمایه
پرداخت همزمان با دستگاه کارت خوان
10097 - 1 Yonge St.
905.237.9050
416.616.0714

صرافی مرکزی
ارسال ارز به ایران و بانکی
905.482.7847

حسین علی نژاد
مشاور املاک آگاه شما
416.223.8885

کارشناس وام
مجید حبیبی
416.553.3394

Taheri Exchange
5775 Yonge St.
1-888-712-9999
416.488.8822

صرافی طاهری
416.488.8822

صرافی یزدان پرست
22526080
416.300.1070

خدمات حسابداری
905.597.0740
416.840.2769

امید گرگانی
416.315.6643

ارز پرسیکا
647.345.9325 - 26

صرافی تاج
647.345.3336

وام مجدد
647-922-6739

بیمه
905.370.0011

رستوران دربار
647.351.4242

دانیال نیلی
647-668-2200

ارز پرسیکا
647.350.4446

صرافی کیش
416-792-5777

صرافی اکسچنج
647.202.1318 / 289.597.8090

ارز تهران
416.901.6555

محمدرضا اوجی
416.225.2900

زینا شکرابی
1.888.411.ZENA

ارز گاما
416-227-9815
www.arzgamma.com

"باشما" در بخش خانواده

صفحه ۲۴

مریم رضایی، امید گرگانی، رویا گلرخی، مریم عزیز آبادی، عزیز نصیر، نیکا امامی، مایک بختیاری، رامین سیروسی، سیما بصیری، پیمان رامندی، ساسان امام، حمیرا عزیزی، غزال شکرایی، بهروز علی پور، مریم اکبری، مجید حبیبی

بلادی پائولو: دروغگویی به وقاحت ترامپ ندیده ام

ایران استار - "بلادی پائولو" دانشمند علوم اجتماعی که به صورت گسترده‌ای در خصوص روانشناسی دروغ تحقیق می‌کند گفته: من تا به حال دروغگویی به وقاحت دونالد ترامپ ندیده‌ام. دو دهه اول زندگی حرفه‌ای من به عنوان یک دانشمند علوم اجتماعی، به مطالعه در خصوص دروغ و دروغ‌های که توسط مردم گفته شده، گذشته است. من فکر می‌کردم که آنچه را باید در خصوص دروغ بدانم به دست آورده‌ام تا اینکه دونالد ترامپ رئیس جمهور آمریکا شد. دروغ‌های که او می‌گوید خیلی بدتر و مضرتر از افراد عادی است. این تحقیقات در اواسط دهه ۱۹۹۰، زمانی که من استاد دانشگاه "برجینیا" بودم شروع شد. من و همکارانم از ۷۷ دانشجوی کالج و ۷۰ نفر از افراد عادی جامعه درخواست کردیم تا دروغ‌های که در طول مدت یک هفته می‌گویند در برهه‌های بنویسند و بدون نام به ما تحویل دهند. ما میزان مشارکت دروغ‌گوینان را محاسبه کردیم و هر دروغ را به میزان خودخواهی دروغ‌گو طبقه‌بندی کردیم. یعنی اینکه شخص با دروغگویی قصد **بلادی پائولو - ۱۴**

امور حقوقی
ساسان امام
416.444.5555

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

خدمات ترجمه و مهاجرت در استکار
علیرضا در استکار
416.965.3867

مهمانسرای اسکان کانادا
416.913.9900
416.540.2379

سیامک شاهدی
647-209-2742

محسن حنا
وام مسکن
416.500.1010

مریم اکبری
416.704.9292, 1.877.739.7679

ارسال بسته‌های پستی شما
416.470.2566, 905.235.5554

ورشکستگی؟ آیا مشکل بدهی دارید؟
محسن نوروززاده
416.830.3414

ای نسیم سحر آرکیده یار کجاست



بدینوسیله در گذشت همسری مهربان،
پدری فداکار و برادری همراه

مهدی موسوی

داماد خانواده بینش، را با اطلاع می‌رساند.

مراسم خاکسپاری و یادبود آن عزیز در روز و مکان زیر برگزار می‌شود:

یادبود

یکشنبه ۱۷ دسامبر، ساعت ۲ تا ۴ بعد از ظهر

Elgin Mills Chapel,
1591 Elgin Mills Rd East,
Richmond Hill, ON L4S 1M9
(تقاطع لژی و الکین میلز)

خاکسپاری

شنبه ۱۶ دسامبر، حدود ساعت ۱۱:۳۰ صبح

Elgin Mills Cemetery, ۱۴
1591 Elgin Mills Rd East,
Richmond Hill, ON L4S 1M9
(تقاطع لژی و الکین میلز)

حضور شما عزیزان باعث شادی روح آن شادروان
و تسلی خاطر بازماندگان خواهد بود.

همسر: شهره بینش فرزندان: امیر، اشکان و ارمغان موسوی
خانواده‌های: بینش، نجفی، حمزه‌لو، ثقفیان،
آریانژاد، نمینی اصل، عقلائی، اقبالی، شهروز،
میرزایی، جلالی، سلامی





ایران استار
در سوگ مهدی موسوی (داماد خانواده بیش)
نشست



خانواده محترم بینش و موسوی

درگذشت عزیزتان، مرحوم

مهدی موسوی

را به همه شما عزیزان تسلیت گفته
و خود را شریک غمتان می دانیم.

نائله و سودابه آجورلو

کیومرث سعیدی،

ساسان حمیدی

خانواده های محترم موسوی و بینش

درگذشت عزیز تازه درگذشته، آقای مهدی موسوی

را به شما و خانواده های وابسته صمیمانه تسلیت می گوئیم.

برای همه بازماندگان شکیبایی و آرامش آرزو می کنیم.

دکتر منوچهر ریحانیان، دکتر اردشیر ریحانیان، کیومرث سعیدی،

علی و کیلی، خشایار کیا، جلال باب المراد، علی سیدی،

کارمندان پیتزا نوا، مسعود مرادی



صرافی پرسپولیس ارز راسکو

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



کریسمس مبارک
MERRY
CHRISTMAS

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

۲ امارات
دیرا، دبی
خیابان بن یاس
ساختمان ال اویس
طبقه ۱۲

۱ کانادا
۶۹۸۷ یانگ
نقاط خیابان استیلز
تورنتو، انتاریو

“ 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:
۷۵۴۹۷
۲۲۸۷۱۶۱۶
۲۲۸۷۱۷۱۷
۲۲۸۷۱۸۱۸
۲۲۸۷۱۹۱۹
۲۲۹۱۰۰۵۰/۷۰
۰۹۱۲۲۳۷۱۷۱۶۳

416.229.0000
www.Roscotrading.ca



Let 45 Mortgage Lenders Work For You!

ادغام بدهی های شخصی و جایگزینی آن در یک وام مسکن



تهیه وام مسکن برای تازه واردین



تهیه وام مسکن آنهایی که مقیم کانادا نیستید



مجید حبیبی
416.553.3394

کارشناس وام

MAJID HABIBI
Lic. #1278

5409 Yonge St,
Unit 208, Toronto,
ON, M2N5R6

tribe
You belong.



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 ریچموند هیل

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

دفتر تورن هیل

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

info@dorostkar.ca , www.dorostkar.ca

خانم شهره بینش
و خانم شهلا،
بیژن و شهرام بینش گرامی

غم از دست دادن آقای
مهدی موسوی
همسر شهره بینش را به یکایک شما
تسلیت می گویم و از صمیم قلب با شما همدلم.

فرح آریا



دفتر حقوقی
و ترجمه

رضاناظر و آذین وکیلی

از مبدا تا مقصد با شما هستیم



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



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

خدمات

جرایم رانندگی:

رانندگی بدون بیمه، سرعت غیر مجاز، تصادفات، و غیره...

جرایم جنایی: (دزدی از فروشگاه)

Summary Convictions

و تهیه دعوتنامه رسمی، تأیید 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

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

انجمن ساختمان سازان ایرانی - کانادایی

ICBA YALDA GALA



SAT, DEC 16TH 2017 AT 6:00 PM
LE PARC BANQUET HALL

8432 LESLIE ST, THORNHILL, ON L3T 7M6



BELLA LEE
REAL ESTATE

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

شش جشن یالدا

TICKET
FOR PUBLIC
\$180

FARVIZ
KITCHENS

DORLAND
GROUP

Eddy's
DEMOLITION & RESTORATION
416-656-5755

ACADIAN
FLOORING CENTER
18 142 Bullock Street, Mississauga, Ontario M5C 2H4 (P37)

RONA

MANSTEEL
REBAR

GTA
Central
Electric

Marble
Design

ARISTA

IDEAL
PLUMBING
& DRAIN

Canex SOHO TILES
STUCCO FINISH SYSTEMS

Elegance
Elegance Marble & Granite
Fabrication of Stone Countertops



International
From The Paintings



Traditional
Live Music
& Song

Sharghi Group
Fariba Davoodi
Kourosh Babaei



SHAHRAM
SOLATI

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



وام مسکن

- ✓ تازه واردین
- ✓ صاحبان مشاغل
- ✓ ویزیتور
- ✓ اگر برای سرمایه گذاری قصد خرید چندین واحد را دارید



مریم اکبری

کارشناس وام مسکن
با سال ها تجربه

416.704.9292
1.877.739.7679
maryam.akbari@cibc.com

Banking that fits your life.



All mortgages are subject to credit approval
CIBC Cube Design & "Banking that fits your life" are trademarks of CIBC.

سر دفتر استادر 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



Family Law

حقوق خانواده و امور مالی

- طلاق
- حضانت و حق دیدار فرزندان
- حقوق مالی و همسر و فرزندان
- قرار داد جزایی
- اموال خانواده
- قرار داد ازدواج

Immigration & Citizenship

مهاجرت و سیتی زنی

- مهاجرت و اقامت از طریق سرمایه گذاری و استانی
- بررسی موارد بازداشت
- فرجام و پژوهش در دادگاه IRB و سایر امور مهاجرتی
- مهاجرت نیروی متخصص، رفع شرط مهاجرتی
- تهیه و تنظیم دعوتنامه سیتی زنی و دادگاه های شهروندی

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

Civil Litigation

دعاوی حقوقی

Business & Corporate Law

امور تجاری و شرکتهای

- خرید و فروش شرکتهای، تنظیم قراردادهای تجاری
- ثبت و تاسیس شرکتهای

Real Estate

خرید و فروش املاک و مستغلات تجاری و مسکونی

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)



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



نادر خداپرست

416.576.7766

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



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



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 لحظه ای قیمت ارز، سکه، طلا و حوالجات ارزی
- ❖ خرید و فروش طلا و جواهرات و انواع سنگ های قیمتی

416.830.6500

5859 A Yonge St.

North York (at Cummer)

arze.melal@gmail.com



ارز ملل

www.melal.ca

انتاریو در تسخیر زامبی‌ها



می‌کنند می‌توانند بار اول ۵۰ دلار بار دوم، ۷۵ دلار برای بار سوم و بعد از آن ۱۲۵ دلار جریمه شوند. هفته گذشته "زنجانیستون" عکاس خبری، روزنامه "استار" تصمیم گرفت به طور آزمایشی و با استفاده از یک دوربین وضعیت عبور عابران پیاده را در تقاطع بانک و دانداس در نظر بگیرد و بیند میزان اخذ جریمه چقدر خواهد بود او می‌گوید همانطور که حدس می‌زدیم تعداد زیادی از عابرین پیاده با استفاده از تلفن‌هایشان از تقاطع عبور کردند و این یعنی میزان زیادی پول جریمه که به دولت تعلق می‌گیرد.

ایران استار- قانون "زامبی" در انتاریو اجرا می‌شود. حدس بزنید چند نفر عابر پیاده در حال استفاده از تلفن‌های همراه خودشان از عرض خیابان عبور می‌کنند؟ قانون "زامبی" می‌تواند خبر بدی برای عابران پیاده در انتاریو باشد. عضو لیبرال مجلس "یوان بیکر" است که مورد تأیید اولیه قرار گرفته است، در صورت تأیید نهایی آن در ماه مارچ برگه‌های جریمه را مردم به ارمغان می‌آورد. با توجه به قانون پیشنهادی، عابرین پیاده‌ای که در هنگام عبور از خیابان از تلفن همراه خود استفاده



ولی قاضی "بری سینگر" معتقد بود که زندان مشکلی را حل نمی‌کند و حکم هارل را به حبس تعلیقی تغییر داد. هارل در دادگاه اشک را از چشمانش پاک کرد و عذرخواهی نمود، و از افرادی که در زندگیش تغییر ایجاد کرده بودند قدردانی نمود.

شخص بسیار آرامی شده است. "مایکل سچ" دادستان دادگاه استانی ساسکاتون خواستار ۲ سال زندان برای او بود و استدلال می‌کرد که تهدید به مرگ رهبر کانادا که به طور عمومی در شبکه های اجتماعی منتشر شده می‌تواند باعث خشم عده زیادی از مردم شود.

جاستین تردو به مرگ تهدید شد

جاستین تردو بگذارم و شلیک کنم و این کار هدیه‌ای برای کانادا خواهد بود پلیس آدرس اینترنتی "هارل" را ردیابی و او را که مجرم شناخته شده بود دستگیر نمود

"لریل کایسباس" وکیل مدافع او به دادگاه گفت: "هارل" دارای دیدگاه‌های خاصی درباره تردو است ولی او هرگز تهدید خود را عملی نخواهد کرد.

او متوجه شده آنچه را در فضای مجازی نوشته در زندگی واقعی قابل دستیابی نیست کایسباس به هارل توضیح داده که حتی اگر نخست وزیر از تهدید او آگاه

نماید، تیم امنیتی تردو بسیار هوشیار و جدی هستند. کایسباس برای دادگاه توضیح داد که هارل برای درمان افسردگی و خشم خود تحت نظر روانپزشک قرار دارد کایسباس خاطر نشان کرد: که هارل در حال حاضر

ایران استار- مردی از شهر "بوردن" ایالت "ساکساکوان" به خاطر تهدید به مرگ نخست وزیر "جاستین تردو" در فضای مجازی به ۲ سال حبس تعلیقی محکوم شد. "درک هارل" ۳۴ ساله، باید آزمایشاتی را انجام دهد که مشخص گردد از نظر روانی در وضعیت مناسبی قرار دارد. در طول این مدت باید به طور مرتب به یک افسر پلیس گزارش بدهد، او همچنین اجازه حمل اسلحه و مواد منفجره را ندارد و وارد شدن او به شبکه‌های اجتماعی ممنوع است

"مایکل سچ" دادستان دادگاه استانی ساسکاتون گفت: در روز ۱۶ مارس پلیس به یک پست فیس‌بوکی که در ماه ژانویه ساخته شد مضمون گردید. در آن پست کسی از ساسکاتون نوشته بود من می‌خواهم یک اسلحه را بر سر

۶ ساله میلیارد در یوتیوب



ایران استار- "رایان" شش ساله که با اسباب بازی‌ها در یوتیوب بازی می‌کند، میلیون‌ها کودک را از سرتاسر جهان به سمت خود جلب کرده است.

اکثریت مردم وقتی به زمان یچگی خود فکر می‌کنند، احتمالاً ستاره‌های فیلم‌های کودکان را به یاد می‌آورند. ستاره‌هایی مانند "ماری کیت"، "اشلی اولسن" یا "ماکاولی کارسون" از فیلم "تنها در خانه" با این حال، امروزه بزرگترین ستاره‌ها بازیگران فیلم‌ها نیستند، بلکه ستارگان یوتیوب هستند.

مادر رایان می‌گوید او از تماشای بازی بچه‌ها با اسباب بازی بسیار لذت می‌برد. همه چیز از آنجایی شروع شد که رایان از من سوال کرد وقتی که همه بچه‌ها در یوتیوب هستند چرا من کانال خودم را نداشته باشم. بنابراین ما تصمیم گرفتیم که کاری برای او انجام دهیم پس به فروشگاه رفتیم تا اولین اسباب بازی‌اش را بگیریم.

و یکی از معروفترین آنها "رایان" فقط ۶ سال دارد که با اسباب بازی‌ها بازی می‌کند. از زمانی که او ۳ ساله بود، پدر و مادرش فیلم‌هایی را از او در کانال یوتیوب به نام "رایان اسباب بازی تست می‌کند" قرار دادند. در این فیلم‌ها نام خانوادگی و محل اقامت رایان به صورت مخفی نگهداشته شده بود.

بر اساس برآورد مجله "فوربس" رایان رتبه هشتم را در میان چند میلیونر یوتیوب دارد.

او مبلغ ۱۱ میلیون دلار آمریکایی را از اول ژوئن ۲۰۱۶ تا اول ژوئن ۲۰۱۷ یوتیوب دریافت کرده است در واقع او از نظر طرفداران با کانال کمندی "اسموش" که توسط "انتونی پدیلو" و "ایان هکس" ایجاد شده برابری می‌کند.

بچه‌ها در مناطق مختلف دنیا، ساعت‌ها از وقت خود را صرف تماشای فیلم‌های رایان می‌کنند، حتی از او تقلید می‌کنند و کانال‌های یوتیوب خود را شروع می‌کنند. برای بعضی از جوانان رایان فقط یک غریبه نیست بلکه او دوست آنها است. به گفته "فوربس" ۱۰ ستاره اول یوتیوب

بچه‌ها در مناطق مختلف دنیا، ساعت‌ها از وقت خود را صرف تماشای فیلم‌های رایان می‌کنند، حتی از او تقلید می‌کنند و کانال‌های یوتیوب خود را شروع می‌کنند. برای بعضی از جوانان رایان فقط یک غریبه نیست بلکه او دوست آنها است. به گفته "فوربس" ۱۰ ستاره اول یوتیوب

۱- افریس

و توجه‌اش را بر روی خانواده‌اش متمرکز کرده است! "گری کلیولی" وکیل مدافع متهم به گذشته کاری مثبت "کوبین‌وارد" اشاره کرد و گفت او از گروه "دیویژن رورور ۲۲" اخراج شده و باید به طور کتبی از

دختر دیگر این گروه، به طور خاص به رابطه جنسی شدید منتهی شده است. یکی دیگر از مواردی که "کوبین‌وارد" در رابطه با آن مجرم شناخته شده است نشان دادن فیلم رابطه‌اش با "سی‌اچ"



به بقیه اعضا گروه "دیویژن رورور ۲۲" بود. دادگاه شخص مجرم را به پرداخت جریمه‌ی ۱۳ روز به خاطر رابطه نامشروع و ۵ روز به خاطر تهیه فیلم محکوم کرد ولی تصمیم نهایی هنوز صادر نشده است. دادگاه گفت او از کرده خود پشیمان شده

به بقیه اعضا گروه "دیویژن رورور ۲۲" بود. دادگاه شخص مجرم را به پرداخت جریمه‌ی ۱۳ روز به خاطر رابطه نامشروع و ۵ روز به خاطر تهیه فیلم محکوم کرد ولی تصمیم نهایی هنوز صادر نشده است. دادگاه گفت او از کرده خود پشیمان شده



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 بی درآمد

✪ 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
آنلایندر پلازای
ایرانیان

سوپر ارزان



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

اسپیشیال های این هفته سوپر ارزان:

فروش فوق العاده این هفته

<p>کلوچه نوشین \$2.99 ۲ تا \$5</p>	<p>رب گوجه زردین و الماس هر عدد: \$2.99 ۲ تا \$5</p>	<p>میرزا قاسمی کامچین سبزی آش کامچین هر عدد: \$2.99 ۲ تا \$5</p>	<p>انواع دمنوش های طبی و ارگانیک نیوشا رسید</p>
<p>تی تاپ بسته ای: \$6.99 ۵ تا \$3</p>	<p>آبغوره یک و یک \$2.99 ۲ تا \$5</p>	<p>بیسکوئیت مادر بزرگ بسته ای: \$1.99 ۳ تا \$5</p>	<p>بیسکوئیت مادر کوچک بسته ای: \$0.99 ۳ تا \$2</p>
<p>خیار شور زردین هر عدد: \$2.49 ۳ تا \$6</p>	<p>رب گوجه صدف یا یکویک هر عدد: \$3.99 ۲ تا \$7</p>	<p>دلستر بسته ۱۲ تایی \$9.99</p>	<p>پسته کله قوچی خام وزعفرانی پوندی \$9.99</p>
<p>ترشی لپته و مخلوط یک و یک هر عدد: \$2.99 ۲ تا \$5</p>	<p>تن ماهی جنوب هر عدد: \$2.49 ۳ تا \$6</p>	<p>قند کاترین \$3.99</p>	<p>رشته آش ان سی و سبزدانه بسته ای: \$2.99 ۲ تا \$5</p>
<p>بیسکوئیت فرخنده و التیا هر عدد: \$3.49 ۲ تا \$6</p>	<p>سبزی سبزدانه بسته ای: \$3.99 ۲ تا \$7</p>	<p>سبزی سیبون بسته ای: \$2.99 ۳ تا \$8</p>	<p>خورشت قیمه و سبزی قورمه بسته ای: \$3.99 ۲ تا \$7</p>

اسپیشیال های هفتگی غذا

پنجشنبه ها خوراک مرغ + سبزیجات \$6.99
جمعه ها خورشت قورمه سبزی + پلو \$6.99

دوشنبه ها خورشت کرفس + پلو \$6.99
سه شنبه ها خورشت بامیه + پلو \$6.99
چهارشنبه ها خورشت آلو اسفناج + پلو \$6.99



انواع سفارشات کیترینگ و مجالس پذیرفته می شود

همه روزه شیرینی های 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 می شود

www.arzon.ca

6103 Yonge St. (South of Steeles)

416-590-1234

416-222-4726

آیا شما هم قبلا از طرف شرکت بیمه رد شده‌اید؟ راه‌های جدیدی برای شما وجود دارد

کنار بگذار؟ پس علاج واقعه را قبل از وقوع باید کرد. حال اگر بنا به هر دلیلی شما در زمان سلامتی، بیمه تهیه نکردید ولی الان به فکر داشتن پوشش مناسب هستید، امکان خوبی برای شما وجود آمده است. افرادی که قبلا موفق به تهیه بیمه عمر نگشته‌اند و یا تقاضای بیمه آنها توسط شرکت‌های بیمه پذیرفته نشده است، حال می‌توانند بیمه‌های عمر را از تعداد معدودی از شرکت‌های بیمه تهیه کنند. این گروه از شرکت‌های بیمه تخصص در زمینه بیمه کردن این گروه از افراد را دارند. تنها ۳ تا ۴ شرکت بیمه عمر در کانادا هستند که اینگونه بیمه‌ها را عرضه می‌کنند. شما می‌توانید در صورتیکه سن کمتر از ۶۰ سال داشته باشید و با پاسخ دادن تنها چند سوال ساده و بدون دادن نمونه خون، یا سوال و جواب از پزشک شما، یا حتی دیدن پرستار، این بیمه‌ها را دریافت کنید. حداکثر مبلغی که شما در کل از تمام این بیمه‌ها با جواب دادن به چند سوال ساده می‌توانید بگیریید، حدود یک میلیون دلار است که برای بسیاری از هموطنان کفایت می‌کند. پس شما از این چند شرکت کلا با چند سوال ساده تا سقف یک میلیون دلار می‌توانید بیمه عمر یا بیمه وام مسکن اخذ نمایید.

پیشنهاد من به شما پس از سال‌ها تجربه در زمینه امور بیمه آنست که تا هنگامی که سالم هستید بیمه خود را تهیه کنید، اما اگر به دلیل مسئله سلامتی الان قصد تهیه بیمه و پوشش خانواده خود را دارید، حتما با من تماس بگیرید. به خاطر داشته باشید که در خیلی از موارد برای شما می‌شود بیمه تهیه کرد، به شرطی که وضعیت سلامتی شما پایین‌تر نرود. آماده شنیدن صحبت‌های شما هستم. هفته شما خوش.

رامین سیروسی پزشک از دانشگاه تهران و مشاور ارشد بیمه

416-418-8587

جوانان و نیاز به بیمه سکت



دچار گرفتگی است این جراحی را انجام می‌دهد. این لوله دارای یک بادکنک در انتهای آن است. زمانی که این لوله در مکان قرار می‌گیرد پزشک در بادکنک می‌دمد تا پلاکی را که موجب گرفتگی شده به سمت خارج از رگ برود. این عمل موجب باز شدن رگ و بازگشت جریان خون به حالت قبل می‌شود.

پزشکان جراحی باز کردن گرفتگی را در این موارد انجام می‌دهند:

- کاهشی درد سینه در اثر کاهش جریان خون به قلب
 - کم کردن خطر صدمه ماهیچه قلب در اثر حمله قلبی
- بیشتر مردم روز پس از جراحی به خانه می‌روند و یک هفته پس از بازگشت به خانه قادر به انجام کارهایشان هستند. بیمه بیماری‌های سخت، به صورت دوره‌های ۱۰، ۲۰، ۴۵، و همچنین ۷۵ سالگی فرد بیمه شده عرضه می‌شود. در نمونه کاملتری، بیمه شده می‌تواند در صورت عدم وقوع بیماری، تمامی مبالغ پرداختی حق بیمه را دریافت نماید.

اقتباس: www.cover4u.ca
از خوانندگان و علاقمندان دعوت به عمل می‌آوریم که تجربه‌های خوب و بد خود را پیرامون بیمه با ما در میان بگذارند. مطالب این مقالات صرف در جهت اطلاع رسانی 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 کانادا به شماره ثبت ۲۰۶۵۸۱۷ است.
www.insufin.com
www.sherkatebimeh.com
9053700011

رامین سیروسی
مشاور ارشد بیمه



با سلام و آرزوی اوقاتی خوش برای شما. در هفته‌های قبل تماس‌های زیادی داشتیم از هموطنانی که در جستجوی بیمه عمر هستند. در خیلی از موارد این افراد بعد از آنکه بطور اتفاقی متوجه یک بیماری جدی شدند به فکر تهیه بیمه عمر و پوشش دادن خانواده خود افتادند. برای مثال تلفنی داشتیم از فردی که بدنبال دیدن خون در ادرار خود به پزشک خانواده مراجعه کرده بود و پس از انجام معاینات مختلف، تشخیص بدخیمی کلیه و سرطان برای او داده بودند. یا فرد دیگری که خیلی هم ورزش می‌کرد، به ناگهان در حین ورزش دچار درد سینه و تنگی نفس شده بود و حالا با نگرانی دنبال تهیه بیمه می‌گشت.

مواردی مشابه این زیاد دیده می‌شود و اینجانب به دلیل سابقه کاری قبلی خود در ایران و آشنایی با شرکت‌های بیمه در کانادا با این هموطنان تماس زیادی داشتم. در اینجا لازم است نکته‌ای را به شما درمیان بگذارم. به عقیده من سلامتی و تندرستی بالاترین موهبت و لذتی است که هر یک از ما داریم. پول و ثروت، شغل و پرستیژ، هیچکدام جایگزین بدن سالم نمی‌شود. لذتی که یک فرد تندرست از خوردن نان و پنیر دارد، بیشتر از لذتی است که یک میلیونر با سرطان خون از خوردن غذا در بهترین رستوران‌ها می‌برد. باید در زمان سلامتی از این موهبت به درستی استفاده کرد. حالا برمی‌گردیم به مسئله بیمه عمر، تا زمانی که شما سالم هستید می‌توان با هزینه بسیار کم بیمه عمر تهیه کرد و خانواده را پوشش داد. تهیه ۶۰۰ هزار دلار بیمه مورگنج برای یک فرد سالم ۴۵ ساله، هزینه‌ای در حد ۳ دلار در روز دارد و اگر فرد یک خانم باشد، هزینه‌ی آن نصف می‌شود. چند نفر از ما نمی‌تواند برای خانواده و فرزندان خود روزی ۳ دلار

دکتر رامین سیروسی LLQP, IFIC
متخصص و کارشناس رسمی بیمه با سالها تجربه در بخش
پزشک فارغ التحصیل از دانشگاه تهران و آشنا به تمام مسائل پزشکی بیمه‌ها - نماینده رسمی و قراردادی ۲۴ شرکت اصلی بیمه در کانادا

مداقت بهترین تبلیغ است

416.418.8587

تمام سوالات شما بصورت صادقانه پاسخ داده می‌شود.

- ✓ ارزاترین نرخ بیمه مسافرتی و ویزیور 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 شرکت‌ها و بیزینس‌ها با پوشش دندان و دارو تا ۳ هزار دلار در سال برای هر کارمند
- ✓ بیمه مورگنج شما با نصف هزینه بیمه مورگنج از بانک
- ✓ بیمه‌های دارویی و دندان‌ها با بهترین شرایط و مناسب‌ترین قیمت
- ✓ بیمه پرداخت هزینه مورگنج شما در صورت از کار افتادگی و بیماری
- ✓ بیمه برای افرادی که به دلایل پزشکی شانس گرفتن بیمه ندارند
- ✓ مشاوره اولیه کاملا رایگان و بدون هیچ تعهدی

100th Anniversary

MITSUBISHI MOTORS

NO-CHARGE WINTER TIRE PACKAGE

WORTH UP TO \$1,400*

On select vehicles.

INCLUDES:

- / TIRES
- / WHEELS
- / SENSORS
- / BALANCING
- / MOUNTING
- / INSTALLATION

YOKOHAMA

BUILT BETTER. BACKED BETTER.

MANDATORY - INSERT LEGAL DISCLAIMER AND DEALER INFO HERE.

10 YEAR 100,000 KM POWERTRAIN WARRANTY

MITSUBISHI-MOTORS.CA

Built Better. Backed Better.

10 YEAR 100,000 KM POWERTRAIN WARRANTY

MITSUBISHI-MOTORS.CA

905.770.0005
11262 Yonge St., Richmond Hill, ON L4S 1K9

BUILT BETTER, BACKED BETTER
MITSUBISHI-MOTOR.CA

Gamble 19th Elgin Mills Yonge



رویا گل سرخی

Bsc. Msc.

همراه شما در تمام مراحل

مهاجرت

تخصصی | سرمایه گذاری | خوشاوندی
ویزا | دعوتنامه | تمدید PR

416.301.7420
www.get2canada.com

1937 Leslie St.,
Toronto, M3B 2M3
با تعیین وقت قبلی

اقتصاد - ارز

پاسخ به پرسش در مورد وضعیت کنونی و آینده اقتصاد ایران



گردآوری: ارز ملل
شاپور تنباکویی

به منظور جلوگیری از طولانی شدن پاسخها و پراکنده شدن آنها، پرسشهای اقتصادی کاربران را برآموشش مقوله اصلی طبقه بندی کردهام: وضعیت کنونی و آینده اقتصاد ایران، برویم یا بمانیم، آینده بازارها، ورشکستگی بانکها، ایران و چین و، سرانجام، نقش قدرت های خارجی در اقتصاد ایران.

وضعیت کنونی و آینده اقتصاد ایران شماری از کاربران در توصیف وضعیت کنونی اقتصاد ایران از کلماتی چون "بن بست" یا "ورشکستگی" استفاده کرده اند و در این رابطه، ایدهها و پرسشهایی را پیش کشیده اند از جمله اینکه:

- چرا مسئولان نظام جمهوری اسلامی بی خیال هستند و اصلاحات نمی کنند؟
- آیا می توان تاریخ ورشکستگی و فروپاشی اقتصاد ایران را پیش بینی کرد؟
- ساختمانهای سیاسی ایران تغییر نکنند، اقتصاد آنهام دگرگون نمی شود. بدون تغییر حاکمیت کشور، در زمینه اقتصادی کاری از دست کسی ساخته نیست.
- با توجه به تسلط سپاه پاسداران بر اقتصاد ایران، آیا می توان از وضعیت فعلی بیرون آمد؟
- اقتصاد ایران به بادکنکی می ماند که هفتاد جای آن سوراخ شده. یک تیم اقتصادی، هر اندازه هم که قوی باشد، آیا می تواند چنین اقتصادی را به جایی برساند؟

پاسخ: پرسش کنندگان گرامی در تشخیص خود درباره وضعیت بسیار بد اقتصاد ایران اشتباه نمی کنند. کم نیستند مسئولان ارشد اقتصادی در جمهوری اسلامی که در بدبینی آنها سهیم اند و بی آنکه به صراحت بگویند، با اظهارات پراکنده خود درباره بخش های گوناگون تولیدی و مالی و بازرگانی کشور، نومی د شدید خود را به نمایش می گذارند. در واقع استفاده از کلمه "ورشکستگی" برای توصیف وضعیت بانکها یا صندوق های ورشکستگی در رسانه های کشور دیگر یک رویداد استثنایی نیست. زمین گیر شدن واحد های تولیدی، تعطیل شدن و یا زیر ظرفیت کار کردن آنها نیز مورد بحث دایمی محافل کارشناسی است. و این فهرست را می توان ادامه داد.

به بیان دیگر کار از "سیاه نمایی" منسوب به "رسانه های بیگانه" گذشته و کمتر کسی منکر از کار افتادن قطار اقتصاد ایران است. مرکز پژوهش های مجلس شورای اسلامی آشکارا می گوید که برای بودجه عمرانی در سال آینده خورشیدی، کفنگری به ته دیگ خورده و دیگر پولی در بساط نیست. دکتر مسعود نیلی مشاور اقتصادی رئیس جمهور می گوید که میزان تولید ناخالصی سرانه کشور در حال حاضر حدود سی درصد کمتر از میزان آن در سال ۱۳۵۵ است. و در مورد آب، مهم ترین ماده استراتژیک برای جامعه ایرانی،

با درود به ایرانیان عزیز
نرخ ارز در ایران پس از مشخص شدن بودجه طی هفته جاری به شدت افزایش یافت. بانک مرکزی ایران هم هنوز نرخ درهم و دلار را کاهش نداده است. اما وعده کاهش می دهد.

آخرین نرخ انواع ارز:

دلار نقدی کانادا	از ۳۳۵۰ تا ۳۳۹۰
دلار حواله کانادا	از ۳۳۳۰ تا ۳۳۸۰
دلار نقدی آمریکا	از ۴۳۰۰ تا ۴۳۷۰
دلار حواله آمریکا	از ۴۲۰۰ تا ۴۳۲۰
طلا	از ۱۵۹۰ تا ۱۶۲۵
درهم	از ۱۱۵۵ تا ۱۱۶۲
نفت	از ۵۶ تا ۵۸

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

لیستینگ های فروش و اجاره استثنایی در این هفته

Bathurst / Jefferson



فروش

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

Bayview / Major Mac



فروش

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

Danforth / Victoria Pk



فروش

خانه ۱+۳ خوابه، در ۲ طبقه
با ۳ سرویس
با زیر زمین تکمیل شده
\$719,900

Markham / 16th Ave



اجاره

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

Warden / Hwy7



اجاره

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

Pine Valley / Hwy 7



اجاره

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

Bristol / River Grove



بیزینس

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

Holland St East



بیزینس

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

بهادر دوانی

Sales Rep

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



کرده به کار دیگری می‌پردازند. واقعیت اینست که تصور غلط و انتظارات ناپجا از این بی‌زیست همکاری را که به امید موفقیتی آسان به این رشته رو می‌آورند خیلی زود از گردونه رقابت خارج خواهد کرد. اما تفاوت همکاری ارائه سرویس به مشتریان خود مشغولند که در این حرفه زود سر می‌دهیم، تفاوت در چیست؟ چیزی باعث می‌شود که ما در هر فرصتی به بررسی نقاط ضعف خود می‌پردازیم و برای بهتر شدن، تلاش می‌کنیم تا موفقیت را انجام می‌دهیم، تفاوت در چیست؟ به نظر من تفاوت در جواب دادن به یک "چرا" است، چرا اصلا ما در این بی‌زیست هستیم، چرا ما اینکار را با شوق انجام می‌دهیم، چه هدفی را از اینکار دنبال می‌کنیم؟ دلایلش برای خود مشتریانمان بسیار روشن است، ما معتقدیم در پانزده سال گذشته شرایط برای خرید مسکن بسیار خوب بوده است، هیچ دلیلی ندارد که در آینده نزدیک و قابل پیش بینی این وضعیت تغییر کند، ما از اینکه به شما کمک می‌کنیم تا با خرید ملک به وضعیت خانواده خود سر و سامانی بدهید لذت می‌بریم، اینکه مشتریان ما با خرید ملک متمول تر و ثروتمندتر می‌شوند برای ما مایه مباهات است. به همین سادگی، از همه دوستان و مشتریانی که معاملات ملک خود را از طریق ما انجام می‌دهند و این شادمانی را به ما هدیه می‌کنند و سپس گزاییم و امیدواریم که هر روز پیش از دیروز و هر سال بیشتر از سال قبل جواب شایسته‌تری به اعتماد شما بدهیم. مهم اینست که موقعیتی را که در سال‌های گذشته به عنوان یک منبع قابل اتکا برای مراجعان و مشتریان خود با زحمت و تلاش فراوان کسب کرده‌ایم حفظ کنیم و ارتقا دهیم. امیدواریم تعطیلات خوب و خوشی در انتظار شما باشد، طبق معمول از شما دعوت می‌کنم اگر در سال آینده قصد خرید، فروش یا سرمایه‌گذاری در زمینه مسکن دارید برای نتیجه بهتر از هم اکنون ما را در جریان قرار دهید، به امید دیدار.

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



دروغین به میانگین ۶ دروغ در روز دست پیدا کرده‌است که بسیار بالاتر از میانگین دروغگویی در مطالعات ما بوده است. البته خبرنگاران فقط به مجموعی از اظهارات دروغین ترامپ که او به طور عمومی منتشر می‌کند دسترسی دارند و گرنه نرخ واقعی دروغ‌های ترامپ قطعاً بالاتر از اعداد به دست آمده است. تقریباً دو سوم از دروغ‌های که ترامپ می‌گوید از روی خودخواهی است. مثلاً او گفته: کاهش مالیات بزرگترین اتفاق در تاریخ کشور آمریکاست. البته دروغ‌های ترامپ معمولاً به طور همزمان چندین هدف را با هم نشانه می‌گیرند.

خرید ملک استفاده می‌شود نگران است، نگرانی دیگر اینست که اگر نرخ‌های بهره در آینده بالا رود آیا صاحبان خانه قادر به باز پرداخت وام‌های خود هستند یا باید در مورد آن نگران بود. برای همین هم از آغاز سال جدید همه وام‌گیرندگان با هر مقدار پیش پرداختی باید قابلیت پرداخت وامی با بهره دو در صد بالاتر از بهره‌ای که عملاً دریافت می‌کنند را نشان دهند، که به آن استرس تست می‌گویند و در حال حاضر شامل پیش پرداخت‌های بیست در صد و بالاتر نمی‌شود. شرایط اقتصادی و سیاسی دنیا هم غیرقابل پیش‌بینی شده و روشن نیست که چه تأثیری روی بازار مسکن و نرخ‌های بهره در کانادا می‌گذارد. به هر حال این نگرانی‌ها چندین سال است که وجود دارد و خریداران خانه با وجود این نگرانی‌ها کار خودشان را می‌کنند و تا کنون بدهی‌های خود را با بهره‌های بسیار نازل پرداخت کرده‌اند این نرخ‌های ناچیز قدرت خرید را بالا برده و انگیزه مضاعف به خریداران و سرمایه‌گذاران مسکن داده است. اما روند بازار هر طور که پیش برود، در این فصل سال ما مشغول برنامه‌ریزی هستیم تا خود را برای ارائه خدمات بهتر به شما در سال آینده آماده کنیم. بزرگترین مشغله تیم ما در این روزها اینست که عوامل لازم برای ارائه یک سرویس منحصر به فرد برای مشتریان در سال پیش رو را پای کار بیاوریم و با تدارکات کافی سال جدید را آغاز کنیم. انتظار بازاری شبیه روزهای آغازین سال جاری را در سال جدید نداریم که خریداران به سختی برای خرید ملک با هم رقابت می‌کردند اما همچنان بازار برای فروشندگان و خریداران بازار خوب و متعادلی است، در هر حال بازار هر طوری که باشد داغ یا سرد همواره مشتریانی هستند که تیم ما باید آماده باشد تا بهترین خدمات را به آنها ارائه کند از نظر تنوعی آمار می‌گوید بیش از چهار هزار همکار در کلاشهر تورنتو مشغول فعالیت هستند، همین آمار می‌گوید تعدادی که عملاً و بطور مستمر و دائمی در این رشته فعال هستند در صد کمی از این مجموعه بزرگ را شامل می‌شود. به عبارت دیگر تعداد بسیاری همکاران به امید کاری راحت با ساعت کاری قابل انعطاف و با آرزوی کسب درآمدی آسان وارد این حرفه می‌شوند و با روبرو شدن با مشکلات و سختی کار به همان سرعتی که وارد می‌شوند آنرا رها

چرا؟

کامران انواری
بروکر املاک



در بین مشتری‌هایی که با آنها کار می‌کنیم تعدادی هستند که به قصد سرمایه‌گذاری در این بازار قصد خرید دارند، چندی پیش برای این دوستان ایمیلی فرستادم و از آنها خواستم که گوش بزنند باشند چون فروشنده‌های با انگیزه و جدی که تمایل به فروش فوری ملک خود دارند بزودی و دو سه هفته مانده به تعطیلات کریسمس خود را نشان خواهند داد و همانطور هم شد، از مناطق و شهرهای شمال تورنتو، مثل نیومارکت، آرورا، ریچموند هیل تا مناطقی در داخل شهر تورنتو خانه‌هایی با قیمت‌های استثنایی به فروش رسیدند و خریدارانی که پند و اندرزهای رایگان ما توجه کردند خریدارانی انجام دادند که چند ماه پیش حتی در خواب هم نمی‌دیدند.

همین دیشب (این مطلب را سه شنبه دوازدهم دسامبر برای شما می‌نویسم) یک خانه مستقل (دو تخته) در زمینی به ابعاد ۶۴ فوت در صدو پنجاه فوت در منطقه‌ای خوب در نیومارکت به قیمت ۴۸۵,۰۰۰ دلار فروخته شد، و دو روز قبل از آن یک تاون‌هاوس در منطقه درجه یک آرورا به همین قیمت به فروش رسید. در حالیکه بسیاری از همکاران تعطیلات را آغاز می‌کنند، و ایمیل من پر است از تبریکاتی به مناسبت ایام آخر سال اما تیم ما کاملاً آماده است تا بتواند جوابگوی عموماً خریدارانی باشد که در انتظار لحظه مناسب برای یک خرید عالی لحظه شماری می‌کردند. بدون شک یکی از دلایل بالا رفتن قیمت‌ها در سال‌های اخیر وجود نقدینگی فراوان در بازار بوده است، این سرمایه هنوز هم در بازار وجود دارد و حالا با سخت‌گیری بانک‌ها برای پرداخت وام، کار برای خرید سرمایه‌گذارانی که دارای وجوه نقد هستند راحت‌تر از قبل هم شده است.

در هر حال به روزهای پایانی سال میلادی نزدیک می‌شویم، سال ۲۰۱۷ با تمام فراز و نشیب‌هایش در حال اتمام است. در ابتدای این سال یا وجود زمستانی سرد بازار مسکن بسیار داغ شروع شد بطوریکه در مواردی فروشنده یک خانه با بیش از سی آفر از طرف خریداران مواجه میشد و صدها هزار دلار بیش از قیمت خواسته شده آنرا به فروش می‌رسانید.

اینکه بازار ملک در تورنتو سال‌هاست که به اصطلاح بازار فروشنده است شکی نیست ولی تب بازار در ابتدای سال جاری بسیار غیر منتظره بود، در ماه‌های اخیر این وضعیت معتدل‌تر شده است و فراوانی عرضه شرایط را برای خریداران راحت‌تر کرده است. از طرف دیگر پائین بودن نرخ‌های بهره از نظر تاریخی شرایط بی‌نظیری را برای خریداران ایجاد کرده است و قدرت خرید آنها را بالا نگه داشته است، دولت فخریه همچنان از اینکه بدهی مردم بالا می‌رود و از این نرخ‌های پائین با تمام وجود برای

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

Leslie / Sheppard 609,900
NEW
آپارتمان ۲+۱ خوابه، ۲ حمام، پارکینگ و انباری، بالکن بزرگ، اتاق ورزش و استخر...

Yonge / Edgar \$415,000
NEW
کندو آپارتمان تازه ساز، ۱+۱ خوابه، پارکینگ و انباری و ترانس بسیار زیبا

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

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

Bayview / Wellington \$597,900
NEW
خانه ۳ خوابه، ۳ سرویس، زیرزمین تکمیل و واک اوت

Dufferin / Steeles \$849,999
SOLD
خانه ۳ خوابه مستقل، زیرزمین تکمیل و واک اوت

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

York / Bremner \$568,000
SOLD
کندو آپارتمان ۱+۱ خوابه، پارکینگ 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 purchase)

مهاجرت از طریق سرمایه‌گذاری . تحصیلات و

تجربه کاری . ویزای سریع کار و تحصیلی
دفاع از پرونده‌های 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.

مهندس بهروز علی پور

همراه و همگام با شما، از آغاز تا پایان راه

647-922-6739

وام
تضمینی،
با هر شرایطی

GUARANTEED

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

خانه‌تان را
با من بفروشید
اگر نفروختم،
خودم میخرم

GUARANTEED

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



MA
MORTGAGE
ARCHITECTS
M17001675

Tel: 647-922-6739
Fax: 905-889-4155
360 Highway 7 East, Unit 28, Richmond Hill, ON L4B 3Y7

SOLTANIAN
REAL ESTATE INC.
BROKERAGE

Tel: 416-901-8881
Fax: 416-901-9881
175 Willowdale Ave, North York, ON M2N 4Y9

انجام کلیه امور ساختمانی، از ابتدا تا انتها

همراه با شما تا خانه رویایی‌تان



647-922-6739 مهندس بهروز علی پور

647-832-6362 مهندس نیکروز علی پور

- 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

عضو انجمن مهندسين حرفه‌ای
انتاریو



Professional Engineers
Ontario

www.caspiangroup.ca › caspiangroup.ca › nalipour@caspiangroup.ca

در روابط انسانی هیچ عاملی بهتر از سکوت کردن و عمیق گوش کردن نیست



متوجه شد که طرد شدن و اذیت شدن او را خشمگین و عصبانی کرده است. پس وقتی به اندازه کافی آرام گرفت تا بتواند بدون گرفتن حالت دفاعی به حرف‌های همسرش گوش فرا دهد، به طبقه بالای منزل رفتند و نزدیک خانم نشست. ابتدا خانم شروع به حرف زدن نمود و گفت متاسفم که تو را با آنچه که گفتم ناراحت نمودم، ولی این برای من خیلی مهم است که بدانی من در حال حاضر واقعا به چه چیزی نیاز دارم. من اصلا نمی‌خواستم که شما حرفی بزنی که احساسات مرا عوض نماید. من فقط می‌خواستم احساس کنم که تو با من هستی و می‌فهمی که من دارم چه چیزی را تجربه می‌کنم و من احساس تمامیم که خیلی با هیجانانتم تنها نیستم. من می‌خواستم احساس نمایم که تو با من هستی و همه توجه تو را با خود دارم. هنگام رانندگی تو خیلی بحث کردی و من احساس کردم که فقط کمی از توجه تو را بخود جلب کرده‌ام. در واقع من درست در آن لحظه به تمام توجه تو احتیاج داشتم. احتمالا چقدر بهتر بود که صبر می‌کردیم تا به خانه برسیم تا موضوع را بیان نمایم. من بسیار نگران بودم که به تو بگویم، نه به خاطر اینکه تو آنرا درست کنی، بلکه احساس نمایم که تو مرا درک کرده‌ای و بنحوی با من همسو و در ارتباط بوده‌ای. این آن چیزی بود که من می‌خواستم و آن واقعا به من کمک می‌کرد.

دکتر صفر داعی
روان‌درمانگر



و اما سکوت و عمیقاً گوش کردن در زندگی زناشویی. بسیاری از جوان‌ها در دوران رشد و بزرگ شدن اعتقاد پیدا می‌کنند که هرچه بیشتر کوشش نمایند تا همسر آینده خود را خوشحال و خوشبخت نمایند، بدین معنی که کوشش نمایند اگر همسرشان از موضوعی و یا فردی ناراحت است به او کمک نمایند. مثلا نصیحت کنند که موضوعی را تشریح نمایند، لامپ‌های خانه را عوض کنند، به فروشنده‌ای که نسبت به همسرشان پر رو بوده باشد داد بزنند، خانه را مرتب و تمیز نمایند و بالاخره آنچه را که بتوانند انجام دهند تا او احساس بهتری پیدا کند. بنابراین زمانی که بزرگ شدند و ازدواج نمودند این شیوه را در زندگی زناشویی خود اعمال نمایند. البته کمک‌کم متوجه می‌شوند که این روش مورد نظر آنها بعضی مواقع موثر و بعضی مواقع موثر واقع نمی‌شود. مشکل اصلی اینست که زمانی که همسر او به کوشش‌ها و نصایح او توجه نمی‌کند و آنها را تقدیر نمی‌نمایند، او احساس خشم و ناراحتی می‌نماید و غالبا از خود می‌پرسد آیا آنچه را که همسر از او خواسته است انجام نداده است. می‌پرسد آیا او نمی‌خواهد آنچه را که از او می‌دهد، به همسر خود بگوید و از او بخواهد کاری بکند تا مشکل را حل نماید. حال به یک پیشامد واقعی بین یک زن و شوهر اشاره می‌نمایم.

در یک مهمانی وقتی خانم همسر با شنیدن حرف‌های ناخوار یکی از مهمانان ناراحت شده بود و داشت برای شوهر خود احساسش را مطرح می‌کرد، شوهر در حالیکه داشت رانندگی می‌کرد، پاسخ‌های خود را در درون برای همسر بیان می‌نمود و البته به او گوش می‌داد. او فکر کرد بهتر است مشکل را حل کند و او را شاد نماید که احساس بهتری داشته باشد و همسرش فکر کند که عجب شوهر لایق و کمک‌کننده‌ای دارد. بنابراین به محض اینکه خانمش شروع به ابراز احساسات خود نمود، او فوراً توی حرف‌های او پرید و به او نظرات خود را داد و شروع به پند و اندرز نمود. هرچند هدف او این بود که به خانمش بگوید مسائلی را که می‌شود جدی نگذرد و بخود نسبت ندهد، به او گفت آن آقا در مجلس مهمانی شخص عوضی و ناخجوری بود و اظهار عقیده‌اش ناپیوستگی برای او معنایی داشته باشد، وقتی متوجه شد که خانمش اصلا به حرف‌های او گوش نمی‌دهد و توجهی ندارد، متعجب ماند که چرا همسرش هنوز روی حرف‌های آن آقا دارد فکر می‌کند و او را ناراحت کرده است. او به خود می‌گفت ممکن است این درست مطلبی نباشد که او دارد به خانمش می‌گوید. در اینجا خانم به او پاسخ داد که آنچه را تو می‌گویی چیزی نیست که من می‌خواهم بشنوم. بنابراین گفته‌ها احساسات مرا بهتر نمی‌کنند. شوهر به او اشاره نمود اگر تو نمی‌خواستی که من به تو کمک کنم، چرا این را از ابتدا به من نگفتی. متاسفانه حرف‌های شوهر نه جنبه پرسشی داشت و نه اینکه نشان دهنده آن بود که دارد به او توجه می‌نماید. در واقع اصل پیام او این بود که به چشم که نمی‌خواهی به حرف‌های من توجه کنی و گوش دهی، من دارم سعی می‌کنم که به درخواست تو کمک کنم و پاسخ‌های مناسبی بدهم اما تو تنها چیزی که می‌گویی اینست که حرف‌های من مناسب و خوب نیستند، جدا به من بگو از من چه می‌خواهی. البته روشن بود که او از دست خانمش عصبانی بود که چرا علاقه‌ای به شنیدن حرف‌های او و ادامه بحث ندارد. نظر همسرش این بود که در هنگام رانندگی بحث نکنند و صحبت‌ها را نگاهدارند تا به خانه برسند و بعد صحبت کنند. این موضوع شوهر را حتی بیشتر هم ناراحت نمود و چون خانمش در بحث خود او را دخالت نمی‌داد، لذا در طول راه عصبانی بود، حتی زمانی که به منزل رسیدند. اما در آن ۲۰ دقیقه سکوت، او

مجلس مهمانی شخص عوضی و ناخجوری بود و اظهار عقیده‌اش ناپیوستگی برای او معنایی داشته باشد، وقتی متوجه شد که خانمش اصلا به حرف‌های او گوش نمی‌دهد و توجهی ندارد، متعجب ماند که چرا همسرش هنوز روی حرف‌های آن آقا دارد فکر می‌کند و او را ناراحت کرده است. او به خود می‌گفت ممکن است این درست مطلبی نباشد که او دارد به خانمش می‌گوید. در اینجا خانم به او پاسخ داد که آنچه را تو می‌گویی چیزی نیست که من می‌خواهم بشنوم. بنابراین گفته‌ها احساسات مرا بهتر نمی‌کنند. شوهر به او اشاره نمود اگر تو نمی‌خواستی که من به تو کمک کنم، چرا این را از ابتدا به من نگفتی. متاسفانه حرف‌های شوهر نه جنبه پرسشی داشت و نه اینکه نشان دهنده آن بود که دارد به او توجه می‌نماید. در واقع اصل پیام او این بود که به چشم که نمی‌خواهی به حرف‌های من توجه کنی و گوش دهی، من دارم سعی می‌کنم که به درخواست تو کمک کنم و پاسخ‌های مناسبی بدهم اما تو تنها چیزی که می‌گویی اینست که حرف‌های من مناسب و خوب نیستند، جدا به من بگو از من چه می‌خواهی. البته روشن بود که او از دست خانمش عصبانی بود که چرا علاقه‌ای به شنیدن حرف‌های او و ادامه بحث ندارد. نظر همسرش این بود که در هنگام رانندگی بحث نکنند و صحبت‌ها را نگاهدارند تا به خانه برسند و بعد صحبت کنند. این موضوع شوهر را حتی بیشتر هم ناراحت نمود و چون خانمش در بحث خود او را دخالت نمی‌داد، لذا در طول راه عصبانی بود، حتی زمانی که به منزل رسیدند. اما در آن ۲۰ دقیقه سکوت، او

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

دکتر محمد کاشفی

جراح دندانپزشک

فارغ التحصیل از دانشگاه تورنتو

Bsc., D.D.S.



مطب
ریچموند هیل

905.780.8444

Bayview Plaza Dental Clinic
10610 Bayview Ave., Unit 13B
Richmond Hill, ON L4C 3N8

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

AM + Your Trust = Sold

Alex Moazemi
Sales Representative

Community
ROYAL LEPAGE
Canada's #1 Brokerage

- Investment
- Commercial land development
- Many exclusive listings in oak ridges and lake Wilcox
- Exclusive Lots for sale for builders the GTA

416.898 - SELL (7355)

EXPERT IN
"LUXURY HOMES"

more than 20 years of experience in real estate sales in the GTA

Built to suit: full construction package: design, obtaining building permits and build your dream home with our team.

اکس معظمی

✓ سرمایه‌گذاری

✓ پروژه‌های زمین‌های تجاری

✓ خرید و فروش املاک ویژه در اوک ریجز و کنار دریاچه

✓ املاک مناسب برای ساختمان سازان در مناطق و شرایط ویژه

Contact me for new and exciting project not on the market



برای خرید خانه دلخواهتان
فقط با یک تلفن با من فاصله دارید

Open 24 Hours

شیراب و آبجو سرو می شود

پنجشنبه ها هر هفته شب خنده و شادی همراه با مسافه و سرگرمی های متنوع

پارکینگ

شیرینی های تازه

با هنر نمایی هنرمند تاپ و محبوب شیر "پاری"

کودکان زیر ۱۰ سال \$25

کودکان ۱۰ سال و بالاتر \$25

شیرینی های تازه

همراه با فال حافظ

شیرینی های تازه

هندوانه انار و آجیل شب یلدا

اولین چهارشنبه هر ماه

با حضور شعرا و فرهیختگان تورنتو

با هنر مندی نوازنده و خواننده محبوب شهر (زرنگ یلو یا مرغ یا چلو گوینده، نونابه همراه با جاسی و باقلوا)

\$25

شب یلدا

۲۱ تا ۲۴ دسامبر (از پنجشنبه تا یکشنبه)

کودکان زیر ۱۰ سال \$25

کودکان ۱۰ سال و بالاتر \$25

لطفا برای برنامه های شب یلدا بلیط تهیه فرمایید:

پنجشنبه و یکشنبه قیمت: \$40 شامل: وزیری ران همراه با تورج نونابه و جای، هندوانه، انار و آجیل

جمعه و شنبه قیمت: \$45 شامل: نوازنده وزیری ران همراه با تورج نونابه و جای، هندوانه، انار و آجیل

این قیمتها فقط شامل شب یلدا می شود

پلازای ایرانیان به علت محدودیت جا برای رزرو میز خود هر چه سریعتر تماس حاصل فرمایید

416-222-3335 6123 Yonge St.

دعوت به همکاری و سرمایه گذاری

تا **۲۱% سود** تضمین شده سالیانه به سپرده گذاران به همراه تضامین کافی و بیمه نامه معتبر برای اصل و سود سرمایه جهت توسعه فعالیت در امور اقتصادی و مالی در یک شرکت معتبر

647-669-7555

سرمایه گذاری سریع و بدون واسطه

قابلیت نقد شوندگی در هر زمان

بازدهی بالا و شفافیت اطلاعاتی

سرمایه گذاری متنوع برای هر سطح از ریسک

بهره مندی از مدیریت حرفه ای

تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

- لطفا توجه فرمایید که تلفن ایران استار عوض شده است

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.

Age	2014 GMC Sierra 1500 Crew Cab 4WD	2015 Kia Optima LX 4DR	2010 Toyota Camry LE 4DR	2015 Hyundai Sonata GLS 4DR
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

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

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

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

Allstate
You're in good hands.

تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

- لطفا توجه فرمایید که تلفن ایران استار عوض شده است

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

Yonge / Eglinton \$1,269,000

منطقه عالی

خانه ای در یکی از پُرطرفدارترین منطقه های midtown برای زندگی و سرمایه گذاری؛ ۴+۱ خوابه با زیرزمین آماده زندگی

HWY 7 / PineVally \$1,449,000

منطقه ایتالیایی نشین

خانه ای ۴+۲ خوابه به ابعاد ۶۰x۱۲۵، نوسازی شده در منطقه ای ایتالیایی نشین

Ajax \$899,000

دو قدمی دریاچه

خانه ای ۳+۱ خوابه به ابعاد ۵۰x۱۰۵، کاملا نوسازی شده، منطقه ای دلنشین دسترسی آسان به خطوط نقلیه عمومی

Richmond Hill

- آیا با پول کم می خواهید صاحب خانه شوید؟
- آیا به سرمایه گذاری علاقه دارید؟
- آیا دوست دارید در یک آپارتمان تازه ساخت زندگی کنید؟
- فقط چند آپارتمان کاملا نو و مجلل با قیمت های فوق العاده و باور نکردنی باقی مانده
- برای اطلاعات بیشتر با من تماس بگیرید

ایوب افتخارنژاد

مشاور املاک، فارغ التحصیل معماری از ایتالیا

416.420.9598

Century 21

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

بنیاد پریا

زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر برای حضور در این کلاسها سطح یابی اولیه زبان انگلیس الزامی می‌باشد.

• اطلاع می‌رسانیم در تاریخ ۱۵ دسامبر از ساعت ۱۱ تا ۱۲ در این روز برنامه نقلی اجرا می‌گردد.

• مشاوره سلامت روان، استرس، اضطراب، اختلافات خانوادگی و مشکلات روحی ناشی از مهاجرت

توسط دکتر مجید کاوه عضو هیات علمی و روانشناسی دانشگاه های تهران و عضو انجمن مشاوره و روان درمانی انتاریو پنجشنبه ها از ساعت ۱۶ تا ۱۸ تلفن ۸۹۶ ۸۳۳۵ ۶۴۷

• مشاور خانواده

توسط شهزاد شهبازی: 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، 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

John Street, Markham 344
Tel: 905 764 0202 ext.108
Fax: 905 764 3775
Email: admin@parya.org
www.parya.org

بنیاد فرهنگی فرودین:

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

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

تلفن: ۷۳۳۷-۸۴-۴۱۶
180 West Beaver creek U#34

اطلاعیه ارشدان ایرانی / ریچموند هیل، آرورا، نیومارکت

برنامه‌های این کانون، روزهای جمعه در ریچموند هیل 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

خدمات سازمان Settlement University

قابل توجه تازه واردین به کانادا: این مرکز ارائه اطلاعات و مشاوره در زمینه‌های ذیل را برای افرادی که دارای اقامت دائم یا پناهندگی پذیرفته شده می‌باشند، بر عهده دارد.

• خدمات ما شامل:

• آنچه که یک تازه وارد به کانادا باید درباره این کشور و قوانین آن بداند

• باز کردن حساب بانکی، کارت اعتباری و اهمیت آنها

• تحصیل در مقاطع مختلف و ثبت نام در مرکز آموزشی

• آموزش زبان انگلیسی در کلاس های LINC، ESL

• شرح کارگاه‌های آموزشی در ماه دسامبر:

• English Cafe

• کلاس‌های مکالمه انگلیسی

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

انجمن ادبی شبی با دوستان

برنامه های این انجمن شامل: شعر، هنر، ادبیات و موسیقی ایرانی است. مکان: اوربول کمپویتی سنتر شماره ۲۹۷۵

زمان: هر پنجشنبه شب ساعت ۷ عصر مدیر مسئول پرویز محمدخانی
تلفن: ۹۹۸۲۲۰۹۰ ۴۱۶

خدمات به تازه واردین:

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

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

تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

• کمک و اطلاع رسانی به تازه واردین و ستیزان ها جهت پر کردن فرمهای دولتی و شخصی

• اطلاعات در مورد وافر، بازنشستگی، مهاجرت • نوشتن نامه اداری و کمک و ترجمه در تماسهای تلفنی با ارگانهای دولتی.

• آمادگی جهت اشتغال؛ هدایت شغلی و پشتیبانی مریگری - Skills for Change

• اگر شما دارای تخصص و تحصیلات در رشته‌های برق کاری، کارگران فنی، مکانیک‌ها، لوله‌کش‌ها و کارگران ماهر در تهیه مطبوع هستید برای آموزش بین‌المللی و دریافت اجازه کار ماهر فرمز 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 جمعه‌ها در جهت مسکن دولتی، به زبان ارمنی و فارسی

• خدمات مربوط به خانه دولتی، کمک به تازه واردان در پیدا کردن مسکن

• لطفاً جهت گرفتن وقت ملاقات با دفتر پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• کلاسهای در سطوح مختلف ESL - رایگان این کلاسها در سطوح مختلف روزهای دوشنبه الی جمعه از ساعت ۹ صبح الی ۳ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد.

• جهت شرکت در امتحان شهروندی (Citizenship) تمام سطح ۴ کلاسهای ESL الزامی می‌باشد.

• برنامه شهروندان ارشد (پاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا 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

هر تکنیک، برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۶۱۳۷ ۶۷۳ ۶۴۷ تماس حاصل فرمایید.

• آموزش ساخت زیورآلات مهرای 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 ازینا امیرابراهیمی ۱۳۴۸ ۸۶۲ ۶۴۷

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

• کلاسهای آموزش زبان فارسی برای جوانان و بزرگسالان توسط خاتم مهشید تاج، روزهای شنبه از ساعت ۱۲ صبح تا ۴ بعد از ظهر

• خدمات عمومی از دوشنبه تا جمعه با تعیین وقت قبلی - رایگان

شنبه از ساعت ۱۰ تا ۱۱ صبح و سه شنبه‌ها از ساعت ۶:۳۰ تا ۷:۳۰ برگزار میگردد، برای کسب اطلاعات بیشتر با خانم سارامیرنظامی حاصل فرمایید.

• کلاس‌های آموزش یوگا روزهای سه شنبه و پنجشنبه از ساعت ۳ تا ۴ بعد از ظهر، جلسه رایگان معارفه و آشنایی روز ۳۰ نوامبر ساعت ۳ برگزار می‌گردد برای کسب اطلاعات بیشتر با دفتر پریا داخلی ۱۰۸ و یا ۶۴۷ ۶۸۵ ۸۳۷۸ ۴۴۷

• آموزش نقاشی توسط خانم فلورا یختیاری منش فارغ التحصیل دانشگاه هنر ایران و سابقه تدریس ۲۰ ساله در هنرستان و دانشگاه‌های ایران روزهای شنبه از ساعت ۱۰ تا ۱۲ برای کودکان و ۱۲ تا ۲ برای بزرگسالان

• آموزش نقاشی و چاپ پارچه توسط خانم آزاده، یک جلسه ۳ ساعته برای

• جمعه ۱۵ دسامبر ، جمعه بازار در بنیاد پریا ، بازدید برای عموم آزاد می‌باشد.

• شب یلدا در بنیاد پریا دسامبر ۲۱ از ساعت ۶:۳۰ تا ۱۱ شب به همراه شام و رقص و دی جی بنیامین و فال حافظ توسط سرکار خانم مسروره بنی هاشمی.

• نمایشگاه گروهی آب رنگ از گروه Art on the Lake بمناسبت یلدا : همراه شوید با نغمه افشین جاه و شاگردانش در ۱۶ و ۱۷ دسامبر . جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۶۴۷ ۹۹۴ ۷۷۶۸ ۶۴۷ 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.

سریعتر و آسانتر از دیگران وارد دانشگاه شوید.

RWS
Richmond Hill World School
Private High School

دیرستان و هنرستان خصوصی صیوخی آکادمی

After School . Night School
Adult Credit Courses

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

International Students Welcome!

تعمید ویزا و درخواست ویزا با داشتن ویزای توریستی

توجه

توجه

- ادامه تحصیل در دانشگاه برای (بزرگسالان) که دیپلم دیرستانی ندارند در عرض ۶ ماه (داشتن دیپلم ایران و یا کانادایی الزامی نمی باشد)
- ارائه کلیه کردیت کورسهای دیرستانی ۱۰۰٪، مورد قبول دانشگاهها
- ثبت نام کاملا رایگان با داشتن معدل ۷۸.۵٪ به بالا از مدارس دولتی انتاریو
- ورود به دانشگاه بدون نوشتن امتحانات تافل، حتی اگر ۴ سال در دیرستان تحصیل نکرده اید (از ۲۴ سال به بالا و برای دوره های لیسانس)

\$399

مناسب ترین شهریه در سراسر آنتاریو

مشاوره رایگان تحصیلی



با تضمین ۱۰۰٪ قبولی

آموزش و تهیه Art Portfolio

توسط مهرداد صیوخی موسس اولین آکادمی هنر ایرانی در کانادا
لیسانس هنرهای زیبا ، لیسانس هنر و لیسانس آموزش از دانشگاه تربیت معلم دانشگاه بزرگ



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

416-221-2111

www.RWSschool.com , www.MTCschool.ca

10087 Yonge St. Richmond Hill, ON L4C 1T7
در قلب ایران هیل (Downtown Richmond Hill)

دفتر حقوقی

DANSON RECHT LLP

BARRISTERS AND SOLICITORS

- Serious Personal Injury (Car accident, slip & fall)
- مصدومیت‌های ناشی از تصادفات رانندگی، زمین خوردگی
- Criminal Law دعاوی کیفری و کلیه جرائم جنایی
- 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.

نازی واقف



MORTGAGE MANAGER
Brokerage Licence # 10801
License #M08004237 (Nazi 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-approval
- Business Loan and Line of Credit



MORTGAGE ALLIANCE

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

Agent پذیرفته می‌شود

Mortgage Agent با آموزش فصولی، دفتر فصولی و کمسیون بالا استفاده می‌شود

ACCESS

Paralegal Services

دفتر حقوقی

- 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
- 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 کار افتادگی شما پذیرفته نشده است با ما تماس بگیرید

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



خلیل هناره

- حضور سبی انجمن مشاورین املاک انتاریو.
- همراه و مجام باشار برای تصمیم‌گیری بهترین خرید و فروش املاک تجاری، پیش‌ساز، سکونی و مزرعه.
- کمک در تهیه انواع وام های سکونی و تجاری.
- ارزیابی ملک شایسته خرید و یا فروش.
- آماده باسکول و برآورد خواسته های شاد امور املاک.

تعدادی آپارتمان، منزل سکونی و دفترکار برای اجاره و فروش موجود می‌باشد. برای اطلاعات بیشتر با تلفن 416-275-8747 تماس بگیرید.

Khalil Henareh

B.Sc., Sales Representative
Experience Excellence

Direct: 416.275.8747
Office: 905.764.7111 Ext.1397
Fax: 905.764.1274
Email: Khalil.henareh@century21.ca

Century 21

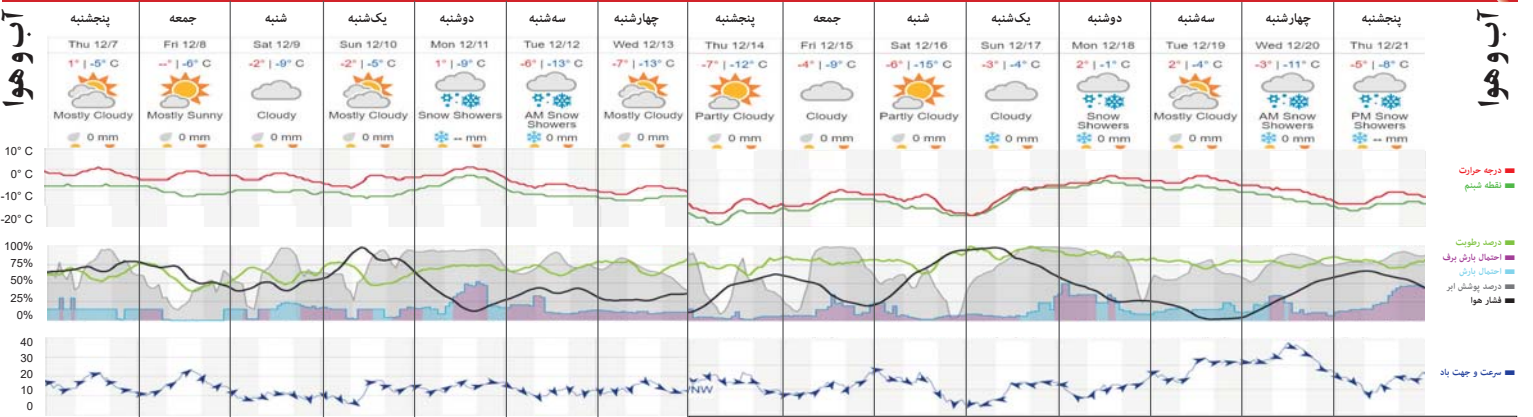
HERITAGE GROUP LTD.
BROKERAGE*

Independently owned and operated



Trust, Honesty and Integrity... Always.

از یک هفته قبل تا یک هفته بعد در یک نگاه



مهمترین اخبار

آتش سوزی - عظیم لس آنجلس به محله اعیان نشین رسید - تروود دست خالی از چین برگشت - قاضی آرژانتینی صدور حکم دستگیری کریستینا کروشچی، رئیس جمهور سابق را صادر کرد - دو دانش آموز نوجوان در تیراندازی در یک مدرسه نیومکزیکو آمریکا کشته شدند - هم‌مسلوبی رضا ضراب، مردی ۶۲ ساله از ساحل عاج، او را به تجاوز متهم کرد - سناتور آل فرزنک، در سخنرانی کنگره آمریکا گفت که استعفا می‌دهد - خانه مگان مارکل، عروس جدید ملکه بریتانیا، در تورنتو برای فروش - اعضای اروپایی می‌روند - ژنرال‌های امریکایی علیه آمریکا بیانه صادر کردند - توافق اولیه - پس از ۱۰ سال: گشایش بزرگترین فرودگاه ناتمام سنگال با ۶۰۰ میلیون دلار هزینه آغاز اجلاس اقتصادی افریقا در مصر - فلسطین از آمریکا به دلیل به رسمیت شناختن اورشلیم به عنوان پایتخت اسرائیل، به مذاکرات خروج بریتانیا از اتریش - شانزده زخمی در چهارده کشته - ۵۳ مجروح از صلح‌بانان سازمان ملل در حمله مخالفان کنگو - شاهزاده سعودی خریدار است - هندوها یک مرد اسرائیلی به بخاطر تظاهرکنندگان زخمی و سپس زنده در آتش سوزاندند - ارتش روسیه پایان اعلام در سوریه را اعلام کرد - تصویب قانونی بودن ازدواج همجنس - قاره آفریقا - قاره آسیا - قاره اقیانوسیه - ایران

ایران - اجرای کامل فرمان ضدسافرتی ترامپ آغاز شد - گسترش سریع آتش‌سوزی کالیفرنیا ۳ کشته - تیم فوتبال تورنتو اف‌سی - قهرمان ام‌ال‌اس - مسیحیان و مسیحیان - نمایشگاه هزاران نفری در اتاوا در حمایت از فلسطین و برعلیه ترامپ - سرت ۸۰ - ساخت و ساز میلیون دلار بیت کوین توسط هرکیها - جنگنده اس‌وی ۳۵ روسیه، اف ۲۲ آمریکایی را - سقوط ارز بیت کوین به ۱۴۰۰۰ - مگان مارکل، عروس جدید ملکه بریتانیا، در تورنتو برای فروش - اعضای اروپایی می‌روند - ژنرال‌های امریکایی علیه آمریکا بیانه صادر کردند - توافق اولیه - پس از ۱۰ سال: گشایش بزرگترین فرودگاه ناتمام سنگال با ۶۰۰ میلیون دلار هزینه آغاز اجلاس اقتصادی افریقا در مصر - فلسطین از آمریکا به دلیل به رسمیت شناختن اورشلیم به عنوان پایتخت اسرائیل، به مذاکرات خروج بریتانیا از اتریش - شانزده زخمی در چهارده کشته - ۵۳ مجروح از صلح‌بانان سازمان ملل در حمله مخالفان کنگو - شاهزاده سعودی خریدار است - هندوها یک مرد اسرائیلی به بخاطر تظاهرکنندگان زخمی و سپس زنده در آتش سوزاندند - ارتش روسیه پایان اعلام در سوریه را اعلام کرد - تصویب قانونی بودن ازدواج همجنس - قاره آفریقا - قاره آسیا - قاره اقیانوسیه - ایران

کسرت برای تعطیلات با اپری کودکان
 ۱۶ دسامبر - پنجشنبه ۸ شب - ۲۵ تا ۶۴ دلار
Harbourfront Centre Theatre
 231 Queens Quay W

ART OF TIME ENSEMBLE
TO ALL A GOOD NIGHT 3
 The Different Holiday Concert

موسیقی آفریقایی و لاتین
 ۱۶ دسامبر - پنجشنبه ۸ شب - ۱۵ تا ۲۰ دلار
Revival Bar
 783 College

بازار کریسمس همراه با آرامش!!!
 ۱۷ دسامبر - یکشنبه ۱۱ صبح - رایگان
Ildsje Collective 4 Carlaw

Merry Moose Market
 ildsje.com

هایشگاه هنری "فن" - درآمد اهدا می‌شود به مبارزه با MS
 ۱۵ دسامبر - جمعه ۷ شب - همت عالی
Hashtag Gallery
 830 Dundas W

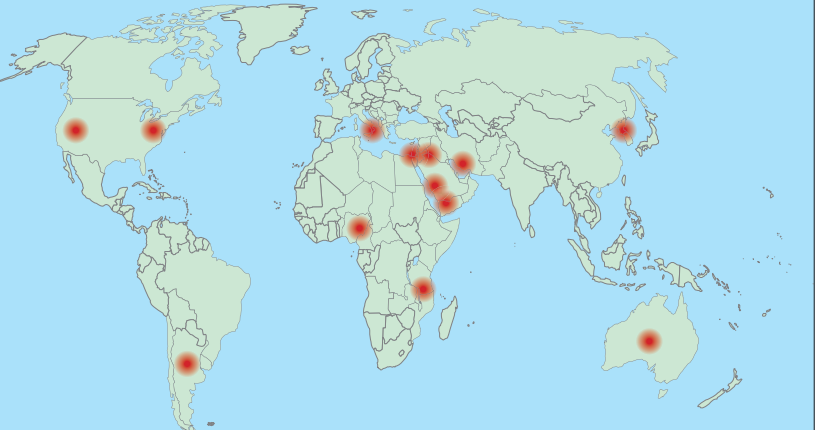
FANARTSHOW.COM PRESENTS
OFFICIALLY FANART SHOW
 MURS DEC 14 2017
 UNOFFICIAL
 PROCEEDS TO FUMS
 #HASHTAG CURATED BY

تفریح زمستانی همراه با مخلفات!
 ۱۶ دسامبر - شنبه ۱۰ صبح - رایگان
Evergreen Brick Works
 550 Bayview

EVERGREEN'S WINTER VILLAGE

بازار کریسمس همراه با آرامش!!!
 ۱۷ دسامبر - یکشنبه ۱۱ صبح - رایگان
Ildsje Collective 4 Carlaw

اخبار محلی تورنتو و ایرانیان
 در صفحه ۱۸



حتی زمانی که 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

۲۹ < نوجوان < با بی احترامی در رفتار نوجوانان چگونه برخورد می‌کنید؟

۲۸ < تغذیه < دندان مصنوعی موجب سوء تغذیه می‌شود کالج کینگز لندن

۲۷ < روانشناسی - آتسم < ۱۱ رنگ خطر نشانه اختلال پردازش حسی شیدا معنوی

۲۶ < سلامت < کاهش اندک وزن از خطر ابتلا به سرطان سینه می‌کاهد تیم آنکولوژی کالیفرنیا

۲۴ < با شما < هفت سوال از ما و ۱۷ نگاه متفاوت شما شهروندان تورنتو

۲۲ < کتاب < زندگی نامه هنری فروغ فرخزاد قسمت ۱۷ دکتر فرزانه میلانی

۳۰ < خانواده < تأثیر کمبود اعتماد به نفس بر روی رابطه زوجین

۳۳ < آشپزی - کیتینگ کدبانو < دسر شکلاتی انار زله هندوانه موس انار "ویژه شب یلدا" پروین تریبی

۳۲ < رمان دنباله دار < نقطه تسلیم قسمت ۲۲ شهره وکیلی

اطلاعات عمومی - نیازمندی ها < سودوکو، فال < استفاده و اجاره < جدول



نغمه افشین جاه در گفتگو با ایران استار: نقاش که باشی یک سیب سرخ، هزار رنگ است

بعنوان شروع برویم به نقطه‌ای که به کانادا رسیدی، قبلاً جایی گفته بودی: من شاخ داشتم، مهاجرت شاخم را شکست. مهاجرت برایت چه سختی‌هایی داشت که فراموششان تا حالا نکرده‌ای؟

بنظرم، مهاجرت مثل اینه که یک درختی که جایی حاصلخیز بوده و ریشه دوانده بوده را قطع می‌کنی و می‌گذاری در خاکی که اصلاً هیچ آشنایی با آن ندارد و باید ببینیم که می‌گیره یا نمی‌گیره. اتفاق بسیار سختی است، مهاجرت برای من مثل یک تولد دوباره بود، مثل یک بیجه که باید یاد بگیرد که راه برود و حرف بزند، خودش را نشان دهد، خودش را ثابت کند. هرکدام از ما، مثل من، بالاخره در کشورمان به اندازه‌ای شناخته شده بودیم، طبیعتاً من برای موقعیت حرفه‌ای که در ایران داشتم سختی و زحمت زیادی کشیده بودم و در زمانی که مهاجرت کردم درست در نقطه‌ای بودم که شاید همه زندگی آرزو داشتم در آن نقطه از نظر کاری باشم، و در اینجا همه مهمی دارد که انسان در زندگی‌اش بشکند و از نو دوباره خودش را محک بزند. بعضی از آدم‌ها نمی‌توانند، بعضی از آدم‌ها تا ابد خودشان را با گذشته مقایسه می‌کنند. من شخصاً تمام پل‌های پشت سرم را خراب کردم وقتی که مهاجرت کردم. با توجه به این که تو در ایران هنرمند موفقی بودی، آیا اینجا به همان اندازه پیشرفت کرده‌ای؟ آیا الان به نقطه‌ای رسیدی که خودت از آن راضی باشی؟

پاسخ به این سوال خیلی سخت است، چون مقوله هنر خیلی نامحدود است، توقعی که من از خودم داشتم، یا بهتره بگویم آرزویی که برای خودم داشتم خیلی فراتر از این نقطه‌ای است که در آن هستم، ولی من خوب یادگرفتم که با

عاشقانه شروع کردیم درست در نقطه‌ای بودم که شاید همه زندگی آرزو داشتم در آن نقطه از نظر کاری باشم، و در اینجا همه مهمی دارد که انسان در زندگی‌اش بشکند و از نو دوباره خودش را محک بزند. بعضی از آدم‌ها نمی‌توانند، بعضی از آدم‌ها تا ابد خودشان را با گذشته مقایسه می‌کنند. من شخصاً تمام پل‌های پشت سرم را خراب کردم وقتی که مهاجرت کردم. با توجه به این که تو در ایران هنرمند موفقی بودی، آیا اینجا به همان اندازه پیشرفت کرده‌ای؟ آیا الان به نقطه‌ای رسیدی که خودت از آن راضی باشی؟

پاسخ به این سوال خیلی سخت است، چون مقوله هنر خیلی نامحدود است، توقعی که من از خودم داشتم، یا بهتره بگویم آرزویی که برای خودم داشتم خیلی فراتر از این نقطه‌ای است که در آن هستم، ولی من خوب یادگرفتم که با

416-879-7010
www.pixelman.ca
info@pixelman.ca

7378 Yonge Street Unit 368-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

است. آیا تا کنون با خود فکر کرده‌اید که یک متخصص هنر دیجیتال و یا چند رسانه‌ای می‌تواند برای چه تعداد شغل حرفه‌ای اقدام کند. برای روشن شدن موضوع توجه‌های به لیست مشاغل زیر داشته باشید.

Animator/3D Animator- Art/ Creative Director- Brand Manager- Broadcast Technician- Digital Composer- Desktop Publisher- TV or Radio Director- Exhibit Designer- مشاغل ۳۱

نیروی جدید را نداشتند فقط در هفته گذشته چهار تلوزیون اصلی شهر تورونتو شامل: CityTV, Omni TV- CTV, Ontario TV

آگهی استخدام بیش از ۲۲ نفر در رشته‌های مختلف هنر متحرک دیجیتال داشتند و اینها همه نشانگر توان و گستردگی این دسته از فنون و تکنیک‌های هنری است که در آن برای اثبات توانایی‌های خود نیاز به هیچ یک از مدارک دانشگاهی ندارند و به تنها چیزی که نیاز دارید یک نمونه کار قدرتمند

زندگی کنیم و به فکر مشاغل وابسته به طراحی‌های کامپیوتری نداشته باشیم. جهان پیرامون ما به سرعت در حال پیشرفت است و پیشرفت در دنیای امروز بدون تکیه به دیجیتال شدن غیر ممکن است.

به خودمان بر گردیم اول از هر چیز باید ببینیم عضو کدام گروه از افراد هستیم. آنهایی که هنوز معتقد به علوم تئوری و کلاسیک هستند یا آنهایی که میخواهند بطور عملی و اجرایی هنر خود را در معرض نمایش قرار دهند. اگر جزء گروه دوم هستید باز خودتان را بازبایی کنید

مشاغل پنهان ولی پردرآمد

فرید قاسم اسد
Toronto Star/Lead Designer
Pixelman.ca

در ابتدای ششمین مقاله از سلسله مقالات هنر دیجیتال و مشاغل مربوطه می‌خواهم خدمت همه شما عزیزان عرض کنم که در هر رشته‌ای که درس خوانده‌اید یا

بیمه برای رانندگان
High Risk
بیمه بیزینس
اتومبیل، خانه، تجاری، مسئولیت

Small Business Owners

- رانندگان Uber
- Commercial Vans
- شرکت‌های ساختمانی
- Dental Office
- Renovators
- General Contractors
- Food Courts
- Plumbers
- و انواع بیمه‌های کامرشیا
- ساتوران‌ها
- تانوایی‌ها
- مراغی
- داروخانه
- Contractors
- Rented Homes
- Roofers
- Electricians
- HVAC Technicians

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

دکتر فرامرزارجمند
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)

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 وصیت نامه و وکالت نامه
- تایید رسمی اسناد

416 777.2244 x720
R.Bahrami@LevyZavet.com
201-315 Eglinton Ave West Toronto Ontario M5N 1A1
www.LevyZavet.com
Fax: 416 477.2847

مهاجرت به کانادا Salam Toronto.com

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

○ تجاری و سرمایه گذاری

○ تخصصی و کاری

○ استانی و فدرال

○ ازدواج و اسپانسر شپ

○ دعوتنامه توریستی

○ سوپر ویزا

○ تمدید کارتهای PR

○ کلیه امور حقوقی در ایران

○ گواهی امضاء و کپی برابر اصل

○ اسکان تازه واردین

ترجمه
رسمی

کامران نقوی

کارشناس رسمی مهاجرت

416.733.4050



icccrc crcic
IMMIGRATION CONSULTANTS OF CANADA REGISTRY COUNCIL
CONSEIL DE REGISTRATION DES IMMIGRANTS PROFESSIONNELS



Freight Services International



حمل و نقل بین الملل

● حمل و نقل هوایی 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

وقتی شروع می‌کنی به نقاشی کردن تازه متوجه می‌شوی که اطرافت را تاکنون "می‌دیدهای"، و "نگاه نمی‌کرده‌ای". نگاه کردن یا دیدن خیلی تفاوت دارد. من به شاگردانم یاد می‌دهم که همه چیز را خوب نگاه و درک کنند. برای مثال، وقتی که ما نقاشی نمی‌کنیم، یک سیب رنگش قرمز است. وقتی تصمیم می‌گیریم که نقاشی کنیم متوجه می‌شویم که سیب قرمز است ولی روش انعکاس آبی افتاده، سایه‌ی زیرش به بنفش می‌زند، پشتش کمی نارنجی دارد، رنگ زمینش... یعنی یکدفعه برای ما تعریف یک سیب عوض می‌شود. این مثال در همه‌ی موارد صادق است، اولین چیزی که از شاگردانم می‌خواهم اینست که آنها را بیرون می‌برم و برایشان همه چیز را توضیح می‌دهم و آنها متوجه می‌شوند که عجب پس به این علت است که یک درخت بُعد دارد، سایه دارد که اینجاست، بافتش این شکلی است، درخت سبز و قهوه‌ای نیست، یک درخت از هزار رنگ تشکیل شده که نتیجه‌اش درخت می‌شود. ابرهای اینگونه و آنگونه هستند، انوقت است که آنها می‌گویند خدای من، ما دیگر نمی‌توانیم رانندگی کنیم، ما هم‌اش داریم دور و برمان را نگاه می‌کنیم... تازه شروع می‌کنند به دیدن.

دیگر اینکه چشمشان را پرورش می‌دهم. به عبارت دیگر، چون کلاس من به خود کلاس محدود نمی‌شود برای همه‌ی آنها گروه‌های اینستاگرامی درست کردم و دائما برای آنها کارهای هنرمندان درجه‌ی یک دنیا را می‌فرستم و آنها را به روز نگه می‌دارم. نتیجتاً سطح توقع آنها از خودشان بالا می‌رود و به سرعت چشم می‌کنند. یعنی من از اول چشم آنها را عادت می‌دهم به دیدن و دنبال کردن کارهای خیلی خوب.

قبلا سابقه‌ی تدریس داشتی؟
بله، در ایران حدود ۲ سال در دانشگاه آزاد رشته‌ی معماری طراحی درس می‌دادم.

در مورد نمایشگاهت برایمان بگو

مناسبت و اسم نمایشگاه را گذاشتیم "بلدا"، البته خیلی کار با "تیم" پیدا داریم ولی لزوماً همه‌ی کارها بلدایی نیستند. نمایشگاه در بنیاد پریا برپا خواهد بود در تاریخ ۱۶ و ۱۷ دسامبر (همین شنبه و یکشنبه) از ۴ بعدازظهر تا ۹ شب برای هنرمندان است که همه‌ی آنها آنجا خواهند بود، ولی برای عموم از ۱۰ صبح آغاز می‌شود و فروش کارها، از همان ۹ تا ۹ شب است که خود هنرمندان حضور دارند. بنظرم برای هدیه‌ی کریسمس شرایط خوبی است، چون ما طیف گسترده‌ای از قیمت‌ها را خواهیم داشت، از کارهای کوچک و ارزان تا کارهای بزرگ و گران. همه‌ی کارها واقعا زیبا هستند و با ملاحظه کارها انتخاب شده‌اند.

در انتها چه چیزی دوست داری که به هنرجویانت بگویی؟

بیشترین چیزی که من به بچه‌ها همیشه یاد می‌دهم اینست که وقتی شما کار هنری می‌کنید بیشترین درسی که می‌گیرید از خطاهای خودتان است نه از موفقیت‌هایتان. باید ارزش خطاهایتان را خیلی بدانید چون تا خطا نکنید یاد نمی‌گیرید که مسیر درست کدام است.

نظر من کسی که کار هنری انجام می‌دهد قطعا این موضوع را در همه‌ی ابعاد زندگی‌اش تعمیم می‌دهد. از طرف دیگر شاگردانی که به کلاس من آمده‌اند برایم موهبتی هستند، همه‌ی آنها موجودات بسیار نازنینی هستند که با آنها آشنا شدم. من فکر می‌کنم آنهایی که به واسطه‌ی هنر دور هم جمع می‌شوند در واقع بسیار آدم‌های خالصی هستند و به من احساس بسیار خوبی از این اشتیاق می‌دهند. ما همه با هم دوست هستیم و دور هم جمع می‌شویم. شاگردان گروه‌های مختلف طوری دور هم جمع و صمیمی شده‌اند که یک بخش موفقیت‌آمیز کلاس را تشکیل داده‌اند. من خیلی خوش شانس بوده‌ام که این همه شاگرد ایرانی دارم (بیشتر تبلیغ من روی فیس‌بوک بوده که بیشتر دوستانم ایرانی هستند، به همین علت بیشتر شاگردانم هم ایرانی شدند) و کوچکترین مشکلی هم نداریم. من با جان و دل همه‌ی دانشه‌هایم را در اختیار شاگردانم قرار می‌دهم، چیزهایی که سال‌ها برای آموختنشان وقت صرف کرده‌ام یا روش‌های میانبر شخصی که بکار می‌برم به آنها آموزش می‌دهم. به عبارت بهتر همه‌ی فوت‌های کوزه‌گری را در طبق اخلاص در اختیارشان قرار می‌دهم.

اگر قرار باشد که تغییر مهمی از خودت را بگویی، آن چه خواهد بود؟

من خیلی عوض شدم. زندگی در جامعه‌ی جدیدی که به آن وارد شدم، با تمام سختی‌هایی که دارد نه لزوماً بواسطه‌ی زندگی بلکه بخاطر مهاجرت و بخاطر تمام چیزهایی که سر راه من قرار گرفت، از من آدم دیگری ساخت، امیدوارم بتوانم بگویم که از من آدم بهتری ساخت. بخاطر اینکه درس بزرگی از زندگی آموختم، خصوصاً در مورد هنرمند بودن. قبلاً من فکر می‌کردم برای هنرمند بودن باید در اوج قله ایستاده باشی، ولی الان به این نتیجه رسیده‌ام که نگاه کردن به زندگی و لذت بردن از آن خودش هنر بزرگی است. برای هنرمند بودن لزوماً نیایستی یک کار خیلی عجیب و غریب انجام داد. اینکه در لحظه بتوانی آنرا تبدیل به زیبایی کنی، خودش هنر خیلی خیلی بزرگی است، چه با کارهای هنری و چه با نگاه کردن به زیبایی‌های زندگی. می‌توانم بگویم نگاه و توقع من نسبت به زندگی خیلی تغییر کرده، مثلاً قبلاً خیلی آدم جاهللی بودم و دلم می‌خواست کارهای بزرگی کنم، خیلی رویاهایی برای خودم داشتم که به خیلی از آنها رسیده‌بودم و به خیلی از آنها هم نه. الان آنها دیگر رویای من نیستند. رویای من الان خوشحالی در همین لحظه است و اینکه این شادی را با دیگران و به خصوص شاگردانم تقسیم می‌کنم.

شاگردانت چطور در مدت کوتاه این همه پیشرفت کردند؟

اولین چیزی که به شاگردانم یاد می‌دهم نگاه کردن است. خیلی از شاگردانم به من گفته‌اند: شاید ما نتوانیم یک نقاش بزرگی بشویم ولی مطمئناً از تو که چگونه نگاه کردن به دنیا را به ما آموختی.



وقتا هم‌طور است. یک چیز جالبی که من را خوشحال و رضایت‌مند می‌کند نسبت به کاری که دارم می‌کنم، نقطه نظرات شاگردانم است که بیشتر آنها می‌گویند یک درب جدیدی به روی زندگی آنها باز شده است. خیلی از شاگردانم دوستانم هستند که سال‌ها با هم معاشرت می‌کردیم و هرگز نقاشی نمی‌کردند و بعد ترغیب شدند و الان خیلی از آنها دارند نقاشی می‌کنند و برای خودشان از یک سال و نیم پیش تا حالا "آرتیستی" شده‌اند، و این برای من خیلی باعث خوشحالی است.

در نمایشگاهی که روزهای شنبه و یکشنبه داری چند تابلو برای علاقمندان در نظر گرفته‌ای که در معرض دید آنها قرار دهی؟

باورم نمی‌شود، فکر می‌کردم که حدود ۲۰۰ اثر برای نمایش داریم که همه‌ی آنها در یکسال گذشته توسط ۳۰ شاگرد انجام شده‌اند، ولی سرشماری آخر ما نشان می‌دهد که ما نزدیک به ۴۰۰ اثر داریم که می‌خواهیم آنها را در معرض دید عموم قرار دهیم. ما نمی‌دانیم چگونه می‌توانیم همه آنها را در بنیاد پریا جا دهیم، شاید مجبور شویم تعدادی از آنها را بخاطر محدودیت‌ها نمایش ندهیم و حذف کنیم.

در حال حاضر شاگرد جدید قبول می‌کنی؟ یا یک زمان بندی خاصی داری که در آن دوره‌ی این گروه باید به اتمام برسد تا بتوانی شاگرد جدید بگیری؟

خودم پیش‌بینی نمی‌کردم به اینجا برسم. خودم به عنوان یک آدم، ظرفیت بیشتر از این برای تدریس ندارم. لویت بعدی من اینست که بتوانم مدرسه‌ی هنر خودم را تأسیس کنم و افراد مستعد را استخدام کرده و آموزش دهم طوری که آنها بتوانند با شاگردان کار کنند. این قدم بعدی ذهن من است که قطعاً نیازمند حمایت در این زمینه هستم چون از عهده‌ی خودم به تنهایی بر نمی‌آید. خیلی دوست دارم که باز هم شاگرد بگیرم ولی با توجه به شرایط زندگی من، کار تمام

با شما

۷ سوال از ما، ۱۷ نگاه متفاوت از شما

هدف از این قسمت، ایجاد رابطهای صمیمانه‌تر با افراد جامعه، بواسطه طرح سوال‌هایی دور از شغل آنهاست. این شما و پاسخ ۱۷ نفر از هموطنان عزیزمان که از آنها به دلیل همراهی شان صمیمانه متشکریم.

سوالات:

۱. اگر در ایران مانده بودید از نظر کاری موفق‌تر بودید یا اکنون که مهاجرت کردید؟
۲. آیا به آنچه از زندگی می‌خواستید، رسیده‌اید؟
۳. بزرگترین پشتیبان شما در زندگی چه کسی بوده؟ پشتکار خودتان؟ خانواده‌تان و یا ...؟
۴. در این چند سال اخیر، بهترین اتفاق زندگیتان چه بوده؟
۵. به عشق در زندگی مشترک، تا چه اندازه اعتقاد دارید؟
۶. چقدر با همسران در کارهای خانه همکاری دارید؟
۷. جمله‌ای که مایل هستید به همسران (یا کسی که برایتان عزیز است) بگویید؟

بهروز علیپور



۱. ایران، چون همکاران من در ایران شرایط خیلی خوبی دارند
۲. تقریباً تا ۸۰ درصد رسیدم
۳. پشتکار و سماجت خودم
۴. موفقیت در کارم
۵. خیلی زیاد
۶. به دلیل کارم خیلی فرصت ندارم، اگه باشم خیلی دوست دارم ولی از آنجا که نیستم در حقیقت هیچ کمکی نمی‌تونم کنم
۷. همراه من با تمام مشکلاتم بودی

ساسان امام



۱. فرقی نمی‌کرد، آنجا هم موقعیت‌های کاری داشتم و از این نظر تفاوتی نداشت
۲. به آرزوهای معقولم بله رسیدم
۳. از نظر کاری خودم بودم
۴. فکر می‌کنم توی این چند سال اخیر، دنیا آمدن دو خواهرزاده‌ام، اتفاق خوبی بوده.
۵. خیلی زیاد، اگه عشق نباشه در حقیقت زندگی چه معنایی داره؟ فقط کنترل احساسات بیشتر با عبور سن بیشتر میشه ولی وجود داره و نمیشه کنعان کرد.
۶. تا جایی که بتونم هر کاری را انجام می‌دهم، و هر وقت خانه باشم همکاری می‌کنم.
۷. زمانی که آشنا شدیم، تازه از ایران آمده بودم و چیزی نداشتیم، و او بدون هیچ انگیزه مالی با من ماند. پس باید بگم از نظر معرفت، هیچ کس مانند تو در زندگیم ندیدم.

مریم اکبری



۱. مهاجرت کردن برای من بهتر بود
۲. بله به آرزوهایم رسیدم
۳. همسر بزرگترین پشتیبانم بوده.
۴. اتفاق خاصی اخیراً نیفتاده، ولی کمی عقب‌تر، داشتن فرزندانم بهترین اتفاق بوده.
۵. ۱۰۰ درصد در زندگی لازم.
۶. شاید ۲۰ درصد می‌تونه بهم کمک کنه، به دلیل اینکه وقتش کمه.
۷. همیشه بهترین دوستم بودی

رامین سیروسى



۱. با توجه به رشته‌ای که خواندم (بزشکی) طبعاً اگر در ایران بودم خیلی شرایط کاری خوبی داشتم
۲. از نظر خانوادگی به چیزی که می‌خواستم رسیدم
۳. همسر
۴. شاید بهترین کاری که در این چند سال اخیر انجام دادم این بود که آدمم توی RealEstate
۵. از نظر من عشق مانند روغن می‌مونه و توی بالا و پایین زندگی باعث میشه جلوی اصطکاک‌ها گرفته شود و فراز و نشیب‌های زندگی با عشق، به راحتی سپری میشه
۶. توی کارهای خونه خیلی کم، اما در اموری که به فرزندان ما برمیگرده، اگر ۵۰-۵۰-۵۰-۵۰-۵۰ تا اونجا که پیش می‌ره فکر کنم بعد از ازدواج باید همه کارها را خودم انجام بدم.
۷. امیدوارم گذشت زمان و اتفاقات خوب و بد آنها را عوض نکنه و ما همینجور که هستیم همیشه بمونیم.

مایک بختیاری



۱. اینکه مهاجرت کردم خیلی بهتر بوده
۲. بله به چیزی که می‌خواستم رسیدم
۳. پشتکار خودم بوده
۴. بهترین اتفاق این بود که با نامزدم آشنا شدم
۵. بیشتر از صد در صد به عشق در زندگی معتقدم.
۶. تا اونجا که پیش می‌ره فکر کنم بعد از ازدواج باید همه کارها را خودم انجام بدم.
۷. توی بهترین اتفاقی بودی که در زندگی من افتاد.

مجید حبیبی



۱. از نظر کاری، فکر کنم مهاجرت برای من بهتر بوده
۲. تا حدودی
۳. پشتکار خودم بوده
۴. تولد دخترم
۵. خیلی زیاد به عشق در زندگی مشترک معتقدم
۶. در حد توانم و تا اندازه‌ای که وقت داشته باشم کمک می‌کنم
۷. روی من همیشه حساب کن.

عزیز نصیری



۱. بله ایران برایم بهتر بود و حالا مهاجرت کردم
۲. نه ترسیدم اما دست از تلاش بر نمی‌دارم
۳. از زمان که خودم را می‌شناسم خودم کار کردم تا زندگی کنم و زنده بمانم البته پدر و برادرانم بوده در کنارم
۴. بهترین اتفاق زندگیم ازدواج با یک همسر خوب و داشتن یک دختر و یک پسر که دنیای منه
۵. کاملاً معتقدم که عشق باید در زندگی مشترک باشد
۶. من و همسرم خیلی باهم صمیمی هستیم حتی گاهی وقت من آشپزی میکنم و همسرم غذا هر جور باشد خیلی لذت می‌بره از دست پخت من جا داره که همینجا به قلب براش بگذارم
۷. شعر و آهنگ از استاد معین تقدیم به آرزو و عمران پسرم که میگه: دل شادم از شادی تو سرستم از خنده تو اما ته دل نگران برای آینده تو

سیما بصیری



۱. برای من ایران بهتر بود چون با قوانین کاری آشناتر بودم و به موفقیت نزدیکتر
۲. بله بد نبوده و شکر خدا همه چیز خوبه
۳. من پشتیبانی نداشتم
۴. که دختر گلم بزرگ شده و دوستم و همراهم هست
۵. عشق صد در صد
۶. با یاری دخترم زندگی خوبی ساختم
۷. دخترم پاره تنم خدا را شکر که هستی از اینکه دنیای منو زیبا کردی ممنونم دست حق پاورت

Art on the lake
YALDA

Watercolor Group Exhibition
نمایشگاه گروهی نقاشی
آب و رنگ

به مناسبت یلدا

شنبه ۱۶ دسامبر و یکشنبه ۱۷ دسامبر ۲۰۱۷

۴ بعدازظهر تا ۹ شب با حضور هنرمندان
ساعات بازدید عمومی ۱۰ صبح تا ۹ شب

در بنیاد پریا
344 John St, Thornhill, ON L3T 5W6
بخشی از منافع فروش آثار صرف امور خیریه خواهد شد.

بنیاد پریا
BENHAM FOUNDATION OF ONTARIO

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 دهنده 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

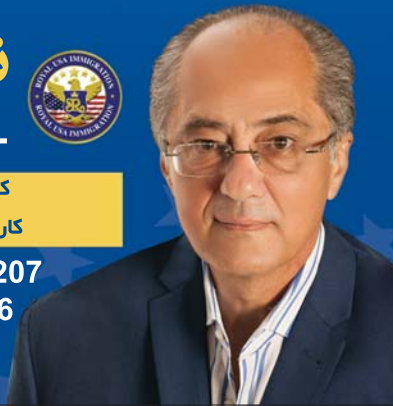
مهاجرت تضمینی

- ✓ به آمریکا با تضمین داشتن کار
- ✓ دریافت گرین کارت در کمتر از ۲۴ ماه
- ✓ نیازی به داشتن پول و سرمایه نیست
- ✓ دانستن انگلیسی یا تخصص الزامی نیست

ناصر تحریری
437-991-ROYAL
7 6 9 2

کلیه امور مهاجرت به کانادا
با همکاری
کارشناس رسمی امور مهاجرت

5409 Yonge St. Unit 207
Toronto, ON M2N 5R6
www.royalusa.com
info@royalusa.com



با بهترین قیمت

شستشوی فرش های خود را به ما بسپارید

قالیشوئی ماژیک

خدمات ما

تعمیرات، رفوگری، لکه برداری، رنگرزی و ریشه کشی

کلیه قالی های نفیس و ابریشمی

شستشوی فرشهای دستباف و ماشینی

با بیش از ۲۰ سال تجربه در ایران و کانادا

416-856-9491

Free Delivery
and Estimate

فرش های دست دوم
یا نو شما را خریداریم



امید گرگانی

۱. ایران از نظر کاری بهتر بود.
۲. بله صد در صد.
۳. مادر، برادرها و خواهرم.
۴. اینکه تا چند ساعت دیگر فرزندم به دنیا میاد و من پدر می شم.
۵. کم و بیش.
۶. تقریباً نصف نصف با هم همکاری داریم.
۷. انشالله با گذشت زمان، عوض نشیم و همینجور بمونیم.



رویا گلرخی

۱. این سوالیه که همیشه از خودم می پرسم، اگر موفقیت را دانش و وقت و رسیدگی به فرزندان بدوین در ایران وقت بیشتره و به عبارتی کیفیت زندگی از این لحاظ بیشتره. در مورد کار خودم هم فکر می کنم اگر منم اونجا بودم برای من بد نبود.
۲. بله.
۳. همیشه پشتکار و حمایت خانواده باید توام باشه، بخصوص برای خانمها همیشه در کار حمایت همسر به نوعی باید باشه و در مورد من هم هر دو با هم بود.
۴. از دواج موفقم و تولد فرزندم.
۵. صد در صد.
۶. خیلی زیاد، تا اونجایی که بتونه حتما کمک می کنه.
۷. همیشه بزرگترین حامی و بهترین دوستم بوده ای.



حمیرا عزیزی

۱. از نظر کاری ایران بهتر بود چون در زمینه تحصیلاتم می توانستم بهتر کار کنم
۲. بله تا حد زیادی رسیدیم.
۳. بزرگترین پشتیبان من همسرم بوده.
۴. بهترین اتفاق زندگیم وقتی بود که بعد از شیمی درمانی دخترم، رو به بهبودی رفت و دکترها امیدوار شدن.
۵. عشق صد درصد مهمه.
۶. همسرم وقت کمی داره که کمک کنه و منم که بیشتر وقتم توی بیمارستان و توام با داستانهای بیماری دخترمه ولی هر زمان بتونه کمک می کنه
۷. از درک بالات نوی سختیها ممنونم و تا زمانی که نفس می کشم عاشقت خواهم بود.



غزال شکری

۱. تقریباً برابر
۲. بله تا حد زیادی
۳. مادرم و پشتکارم
۴. صعود به قله دماوند ۵۶۷۱ متر و علم کوه ۴۸۴۸ متر
۵. کاملاً چون رابطه عاشقانه و دوستانه پدرمادرم رو دیدم
۶. مجردم
۷. این نوشته خطاب به مادرمه: هر اونچه که تو زندگی دارم مدیون تو هستم.



مریم رضایی

۱. در ایران هم فعالیت های تولیدی داشتم کارخانه ی بزرگ تولید مواد ضد عفونی کننده یی را مدیریت می کردم و پایه های استواری را آنجا بنا نهادم که خوشبختانه هنوز دارد کار می کند و شرکت موفق است. اما نگاه جنسیتی و دخالت های حکومتی در ایران موجب می شود کار زنان بسیار سخت تر باشند و موفقیت در آنجا هر چند میسر است و هم اکنون ما زنان بسیار موفق در ایران داریم اما این الزاما به معنای رضایت درونی نیست.
- از وقتی که به کانادا مهاجرت کردم هر چند در اینجا هنوز سقف شیشه یی بالای سر زنان است که برای پیشرفتشان مانعی مرعی و نامرعی ایجاد می کند اما قابل مقایسه با سقف بتونی موجود در ایران نیست. در اینجا موفقیت شغلی با رضایت درونی و آزادی های اجتماعی توأم است، و یا دست کم برای من اینطور بوده است، و نسبت به زندگی در ایران زندگی رضایت مندتری دارم.



۲. سوال دشواری ست زیرا زندگی تا در جریان است خواستن هم به آن گره خورده است. شاید وقتی نیازهای مادی اولیه زندگی تامین شود کم کم خواسته های معنوی و فکری و فرهنگی و هنر جوی آن را بگیرد. در چرخه ی پول درآوردن برای زندگی کردن و زندگی کردن برای پول درآوردن که اسیر شوی برده ی کار می شوی درحالی که این کار و پول و امکانات است که باید در خدمت تو باشد نه برعکس.
- همیشه اولین خواسته و آخرین خواسته ام این بوده است که انسان مفیدی برای خودم، خانواده ام و جامعه ام باشم هر موفقیتی که با رضایت درونی و رشد اطرافیان و جامعه یی که در آن زندگی می کنیم همراه نباشد موفقیتی زودگذر است. قله ها روی خوراه ها خاک و سنگ به آسمان می رسند و در اوج می مانند اما ابرها می آیند و می روند و ماندگار نمی شوند.
۳. بیشک هر موفقیتی از دو عامل درونی و بیرونی ناشی می شود. "درونی" همون پشتکار و اعتماد بنفس و عرق ریختن بی وقفه و تلاش کردن مدام است و "بیرونی" هم از خانواده و طبقه یی که در آن به دنیا می آیم تا اطرافیان دور و نزدیکی که با آنها معاشرت و زندگی می کنیم تا جامعه و حکومت را شامل می شود همه ی اینها در این که آدمی چقدر بتواند استعداد های بالقوه ی درونی خودش را به بالفعل کند نقش دارند و البته نقش شانس و اقبال را هم نباید نادیده گرفته هر چند شانس و اقبال در خانه ی همه را می زند اما بعضی ها در راه ی آن باز می کنند.
۴. بهترین اتفاق زندگیم آشنایی با مصطفی عزیزی، که هر چند آغاز تلخی داشت به دلیل اتفاقاتی که برای مصطفی افتاد، اما سرانجام شیرینی داشت و تاثیر زیادی در روحیه و مضاعف کردن تلاش های مان گذاشت. اکنون هم در کنار یکدیگر تلاش می کنیم برای رشد و رویش همدیگر مایه بازگازیم و به هم کمک کنیم.
۵. مصطفی در زمان جدیدش "روزگار شیرین" از زبان شیرین تعریفی برای عشق می ده که من کاملاً با اون موافق هستم، راستش را بخواهید این جمله از دل گفت و گوهای خودمونه درآمده، خوبه بخشی از رمان را نقل کنم تا منظورم مشخص بشه: "سهراب مستأصل سر جایش ایستاد و جم نخورد. شیرین در پاگرد پله ها چرخید و سهراب سرش را از بالای نرده برد وسط راه پله ها و داد زد:

- من عاشقتم، می فهمی؟ بفهم!

شیرین میان پله ها ایستاد برگشت سرش را بالا آورد، چشم در چشم شد با سهراب و با صدای بلند، فریادوار گفت:

- عشق ورزیدینه، نه فهمیدی، نفهم بوزرا!

- عشق اگر در عمل و هنگام ورزیدن خودشو نشون بده حتما می تواند منشا بسیاری از سعادت مندی های آدمی باشد. در زندگی من هم همیشه نقش داشته و موجب موفقیت در زندگی ام بوده است هر دوره ی زندگی به شکلی.
۶. من همیشه مانند زنی سنتی و خانه دار کارهای خانه را انجام داده ام و می دم. هر چند این کار خسته کننده و طاقت فرسا ست اما از آب و گل درآوردن پنج فرزند و به بار و بر نشاندن شان کاری بس شاق است. همسرم تلاش می کند در کارهای خانه و آشپزی و اینجور کارها پیش قدم باشد و وظیفه خود می داند نه به عنوان کمک به من اما حساسیت های من به بویژه در آشپزی باعث می شود که اجازه ندم زیاد آشپزی کند.
۷. برای همسرم می گویم: "عشق نه سراسری ست که از سر به در شود".

پیمان رامندی

۱. قطعاً ایران بهتر بود و موفق تر بودم (حداقل تا الان).
۲. بله رسیدیم.
۳. بزرگترین پشتیبان من همسرم سپیده بوده.
۴. تولد دخترم
۵. خیلی خیلی زیاد، همان عشق هست که زندگی را جلو می بره و من به خاطر عشق به خانواده ام الان اینجا هستم.
۶. خیلی زیاد، هر کدام تا هر جا که بتونیم همکاری می کنیم، به عبارتی هر کسی زودتر برسه، کارهای خانه را انجام می دهد.
۷. دوست دارم.



مریم عزیزآبادی

۱. اینجا خیلی بهتره و من اصلاً نمیتونم اون سمت کار کنم.
۲. تا حدود کمی.
۳. پدرم و پشتکار خودم
۴. جدا شدن از کسی که مدت ها آزارم دادم بهترین اتفاق چند سال اخیر قیل من بوده.
۵. بیش از صد در صد مهمه
۶. همسری ندارم ولی هر وقت بتونم به پدرم که با من زندگی می کنه کمک می کنم.
۷. این جمله برای پدرمه که امیدوارم چاپش کنید بخونه: تو نفس منی و بهترین مرد روی زمینی.



سلامت

روان چلوبوسکی، سرپرست تیم تحقیق از دیارتان آنکولوژی سیتی هوپ کالیفرنیا: خانمها! کاهش وزن حتی اندک شما از خطر ابتلا به سرطان سینه کم می کند

می تواند از سرطان سینه پیشگیری کند. در این مطالعه داده های بیش از ۶۱ هزار زن بعد از سن یائسگی مورد بررسی قرار گرفت. رده سنی زنان ۵۰ تا ۷۹ سال بود که بین سال های ۱۹۹۳ تا ۱۹۹۸ وارد مطالعه موسسات ملی سلامت آمریکا شده بودند. هیچ یک دارای سابقه سرطان سینه نبودند و همگی در ابتدای مطالعه دارای نیجه نرمال در تست ماموگرافی بودند.

به گفته چلوبوسکی، وزن زنان در آغاز مطالعه و مجدداً ۳ سال بعد اندازه گیری شد. سپس سلامت شان به طور میانگین بیش از ۱۱ سال تحت نظر بود.

در طول این مدت بیش از ۳۰۰۰ زن به سرطان سینه تهاجمی مبتلا شده بودند. از بین تعداد اصلی زنان، بیش از ۸۱۰۰ زن ۵ درصد یا بیشتر از وزن شان را از دست داده بودند. محققان این زنان را با بیش از ۴۱،۱۰۰ زن که وزن شان ثابت مانده بود مقایسه کردند.

محققان همچنین دریافتند زنانی که کاهش وزن بیشتری داشتند، یعنی ۱۵ درصد یا بیشتر، ریسک سرطان سینه شان هم ۲۷ درصد کاهش یافته بود.

به گفته چلوبوسکی، شمار زیادی از فاکتورهای پرخطر، نظیر کاهش التهاب، با کاهش وزن مرتبط هستند که می تواند موجب کاهش ریسک سرطان باشد.



در این باره می گوید: "کمی کاهش وزن که البته پایدار باشد می تواند منجر به پیامدهای خوب سلامت شود."

وی در ادامه می افزاید: "یافته های این مطالعه ترغیب کننده هستند چراکه فقط بر وزن ایده آل تاکید ندارند. از طرفی ۵ درصد کاهش وزن هم به راحتی امکان پذیر است."

چاقی فاکتور پرخطر اصلی در سرطان سینه است. اما چلوبوسکی عنوان می کند که هنوز مشخص نیست آیا کاهش وزن

یک مطالعه جدید نشان می دهد زنان می توانند با کاهش وزن ریسک ابتلا به سرطان سینه را کاهش دهند.

به گزارش خبرنگار مهر، محققان دریافتند ۵ درصد یا بیشتر کاهش وزن بعد از یائسگی می تواند احتمال ابتلا به سرطان سینه را تا حدود ۱۲ درصد کاهش دهد. برای یک زن ۷۷ کیلویی، ۵ درصد کاهش وزن حدود ۴ کیلو است.

روان چلوبوسکی، سرپرست تیم تحقیق از دیارتان آنکولوژی سیتی هوپ کالیفرنیا،

سرطان های ارثی تا چه درصدی اهمیت دارد؟

است، ممکن است کار مشکلی باشد. این موارد می تواند بیانگر امکان وجود نشانگان سرطان خانوادگی در افراد باشند: بروز موارد متعدد نوع مشابهی از سرطان (به خصوص اگر آن سرطان نادر باشد) در اعضای یک خانواده.

سرطانی که در اعضای از یک خانواده که جوان تر از حد معمول برای سن شیوع آن نوع سرطان هستند، رخ می دهد (برای مثال بروز سرطان روده بزرگ در فرد در ۲۰ سالگی).

سرطانی که در هر دو جفت یک عضو (برای مثال در هر دو چشم، هر دو کلیه یا هر دو پستان) رخ می دهد.

سرطانی که در یک جنسیت رخ می دهد که معمولاً آن نوع سرطان را نمی گیرد (برای مثال سرطان پستان در مردان).

سرطانی که در چندین نسل پست سر هم رخ می دهد (مثلاً پدر بزرگ، پدر و پسر)



نشانگان سرطان خانوادگی ناشی از یک ژن غیرطبیعی است که از نسل پیش به افراد به ارث می رسد. به گفته انجمن سرطان آمریکا تصور

نشانگان سرطان خانوادگی ناشی از یک ژن غیرطبیعی است که از نسل پیش به افراد به ارث می رسد. به گفته انجمن سرطان آمریکا تصور

شکل بدنتان چه هشدارهایی درباره وضعیت سلامتتان می دهد؟

قلبی هستند. مقرر اصلی لایه های از چربی به نام آنتنوم است. آنتنوم به چربی داخل شکمی هم معروف است و به دلیل نزدیک بودنش به ارگان های مهم شکمی به سرعت می تواند خود را به بزرگدانی و یا از دیواره رگ ها وارد جریان خون شود. چربی شکمی یکی از علائم ابتلا به سندرم متابولیک است و با بیماری قلبی عروقی و دیابت مرتبط است. پزشکان برای تشخیص رسمی سندرم متابولیک، چاقی را با داشتن حداقل دو مورد ۱۰۱ سانتی متر برای مردان و ۷۶ سانتی متر برای زنان شناسایی می کنند. هرچند که این سائز می تواند در نژادهای مختلف متفاوت باشد.

هیكل گلابی شکل: اندام گلابی شکل نشانه ای از داشتن رژیم نامناسب غذایی است و ریسک ابتلا به پوکی استخوان را افزایش خواهد داد. نتایج مطالعات اخیر می دهد که در آمریکا انجام شده نشان می دهد که چربی های ذخیره شده در باسن (چربی های گلوئال) نیز با خطر ابتلا به بیماری قلبی ارتباط مستقیم دارند. **پاهای استخوانی:** پاهای و بازوهای لاغر و واقع توده عضلانی کم هم می تواند یکی از فاکتورهای داشتن بیماری قلبی و زندگی کوتاه باشد. در طول چند سال گذشته مطالعاتی پژوهشی نشان داده اند که توده عضلانی به طور مستقیم با سلامت و طول عمر در ارتباط است. با افزایش سن، توده عضلانی به تدریج شروع به کوچک شدن می کند. توده عضلانی به طور طبیعی در سنین جوانی با نرخ یک درصد در سال کاهش میابد و این میزان در ۴۰ سالگی به ۸ درصد می رسد. پس از این سن نیز درصد کاهش بازن هم افزایش خواهد یافت. اما کاهش بیش از این مقدار می تواند خطرناک باشد.

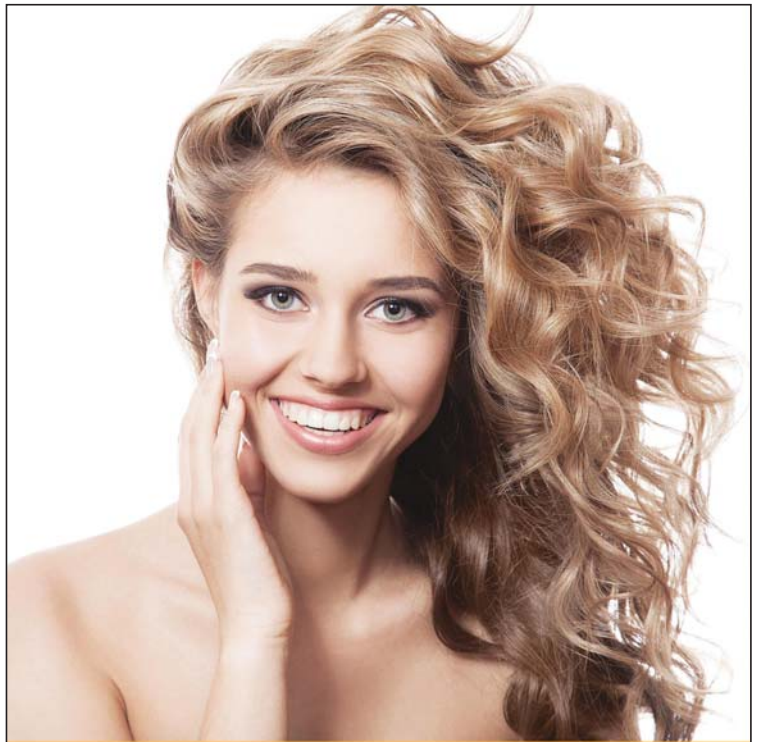


شکل بدن تنها ظاهر یک نفر را توصیف نمی کند، بلکه اطلاعاتی درباره وضعیت کلی سلامت نیز می دهد. در اینجا پنج فرم بدنی و هشدارهای آنها در مورد وضعیت سلامت شما معرفی شده است: **پاهای و مچ پای ضخیم:** ضخیم شدن تدریجی مچ پا می تواند نشانه ورم و تجمع مایع در بافت های پای شما باشد. در بسیاری از زنان این مورد ممکن است در دوره قاعدگی اتفاق بیفتد. در برخی از افراد نیز خوردن نمک زیاد موجب تورم مچ پا خواهد شد. بسیاری از ما نیز به هنگام پرواز یا هواپیما با این عارضه مواجه می شویم. اما در طولانی مدت این عامل می تواند نشانی از بروز عارضه قلبی و یا کلیوی باشد و نشان دهنده آن است که این ارگان ها نمی توانند به طرز صحیح مایعات و سموم را از بدن خارج کنند. از آنجایی که تجمع مایع در دراز مدت با خطرات جدی همراه است بهتر است که با دیدن این علامت هرچه

شکل بدن تنها ظاهر یک نفر را توصیف نمی کند، بلکه اطلاعاتی درباره وضعیت کلی سلامت نیز می دهد.

در اینجا پنج فرم بدنی و هشدارهای آنها در مورد وضعیت سلامت شما معرفی شده است:

پاهای و مچ پای ضخیم: ضخیم شدن تدریجی مچ پا می تواند نشانه ورم و تجمع مایع در بافت های پای شما باشد. در بسیاری از زنان این مورد ممکن است در دوره قاعدگی اتفاق بیفتد. در برخی از افراد نیز خوردن نمک زیاد موجب تورم مچ پا خواهد شد. بسیاری از ما نیز به هنگام پرواز یا هواپیما با این عارضه مواجه می شویم. اما در طولانی مدت این عامل می تواند نشانی از بروز عارضه قلبی و یا کلیوی باشد و نشان دهنده آن است که این ارگان ها نمی توانند به طرز صحیح مایعات و سموم را از بدن خارج کنند. از آنجایی که تجمع مایع در دراز مدت با خطرات جدی همراه است بهتر است که با دیدن این علامت هرچه



کلینیک پوست و لیزر 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

Agincourt Mall
3850 Sheppard Ave. E., Unit 235, Scarborough, ON. M1T 3L4
647-350-5757
www.samiralaserclinic.com

Our Services:

- Wrinkle Erasing
- 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 Needling

کلینیک لیزر و درمان پوست اسکاربورو

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

50% Breast Enlargement

BEFORE AFTER

Non-Surgical, No side Effects Pain, Downtime, or Medicine

Permanent Laser Hair Removal

Up to 50% Off Weight Loss

Weight Loss Without:
1- Diet, Medicine, Operation Sports, Needle Pain, Downtime, or Suction of the Fat with Skin Rejuvenation
Cool Sulpting Technology

Only with the Energy of ULTRASOUND

2 - Stretch Marks
3 - Micro Dermabration (Crystal & Diamond)
4 - Micro Needling & Stretch Mark

65% OFF MICRO NEEDLING REJUVENATION OR STRETCH MARKS

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

روانشناسی - اُتسم

۱۱ زنگ خطر نشانه‌ی اختلال پردازش حسی

مترجم: شیدا معنوی
روانشناس

قبل از اینکه به این لیست بپردازیم، می‌خواهم بدانید که این زنگ خطرها به معنای این نیست که کودکان مبتلا به اُتسم، اختلال پردازش حسی یا هر گونه تشخیص دیگری است. اغلب این رفتارهای ذکر شده در لیست بطور آشکارا نشان می‌دهد که کودک شما یا شدیداً به دنبال محرک‌های حسی است و یا شدیداً از آنها فراری است و همه‌ی این‌ها به این معنی است که شما باید او را حمایت کنید. امیدوارم که وقتی کودک شما یکی از رفتارهای زیر را نشان می‌دهد بتوانید درک درستی از علت آن داشته باشید. حالا نگاهی به ۱۱ زنگ خطر حسی که ممکن است شما متوجه آنها نشده بودید، بیاندازیم:

۱) به هم ریختگی در مغازه. هر دفعه و همیشه - لحظه‌های تامل کنید و از خودتان بپرسید آیا چراغ فلورسنت در مغازه برای کودک شما ناراحت کننده است. ممکن است برای شما قابل درک نباشد ولی این چراغ‌ها می‌تواند از لحاظ حسی اطلاعات بسیار زیاد بصری برای کودک به همراه داشته باشد. در حالیکه این موضوع ممکن است آشکار باشد، بسیاری از کودکان کوچکتر نمی‌توانند این ناراحتی از نور را توضیح دهند و وقتی به هم میریزند نیز به سختی می‌توانند حرف بزنند. البته که طبیعی است اگر کودکان هر از چند گاهی در مغازه قشقرق به پا کنند، ولی اگر موضوع چیز دیگری باشد شما خواهید فهمید. گاهی کودکان به خاطر صدادای زیادی که در مغازه می‌شنوند، صدای ویز چراغ‌ها یا ترکیبی از هر دو، این گونه واکنش نشان می‌دهند.

۲) به نظری‌رسد هیچ وقت سرگیجه نمی‌گیرند. برخی کودکان می‌توانند طولانی مدت بچرخند و بعد بايستند و راه بروند. بیشتر شبیه یک نمایش است ولی ۷۰٪ زنگ خطر پردازش حسی است. هیچ توضیح دیگری نمی‌تواند داشته باشد. اتفاقی که اینجا افتاده است این است که جسی وستیبولار (تعادلی) کودک شما

اطلاعات را پردازش نمی‌کند. اگر متوجه این زنگ رفتارها و نیازهای حسی هم در لایه زیرین نهفته است.

۳) همیشه شل و آویزان بودن این‌ها همراه با شماره ۲ معنا پیدا می‌کند. کودکان که ورودی‌های حسی وستیبولار و حسی عمقی را درست پردازش نمی‌کنند، قدرت مرکزی ضعیفی نیز دارند. به همه چیز آویزان می‌شوند و اغلب برای صاف نشستن مشکل دارند.

۴) وحشت زده شدن موقع به پشت خوابیدن برای تعویض پوشک یا شستن مو: به آن سوی دیگر طیف که نگاه کنیم، یعنی وقتی بچه‌ها اطلاعات وستیبولار و تعادل را بیش از حد پردازش می‌کنند، به آن معناست که به این محرک‌ها بسیار حساس هستند. به پشت خوابیدن وحشتناک است زیرا هیچ ایده‌ای ندارند بدنشان به کجا می‌رود. شبیه این است که انگار از بلندی می‌افتند.

۵) بیرون از خانه پاره‌ها راه نمی‌روند. والدین اغلب در داستان‌هایشان ناخودآگاه اشاره می‌کنند که فرزندشان روی پتو نشسته و حاضر نیست روی چمن یا شن راه برود. بعدا معلوم میشود که حساسیت برخی دیگر خبر.

اگر کودک شما از راه رفتن روی چمن و شن خودداری می‌کند یا به وضوح از تماس بافت‌های متنوع آشفته می‌شود، یعنی سیستم پردازش حسی او بیش از حد اطلاعات را پردازش می‌کند و احتمالاً اطلاعات این اطلاعات حسی را دردناک تجربه می‌کنند.

۶) وسواس در مورد لباس: اگر کودکان به خاطر درز جوارب‌هایش گریه می‌کند، از کلاه بیزار است یا از پوشیدن لباس‌هایی با جنس خاص پرهیز می‌کند (اغلب جین و لباس‌های رسمی)، احتمالاً اطلاعات حسی لامسه را بیش از حد پردازش می‌کند. جدا از اینکه این موضوع برایشان آزاردهنده است، اغلب دردناک نیز هست.

۷) برای هر چیزی، راه خاص خودش را دارد. در حالیکه ممکن است این موضوع به رفتارها و جنبه‌های روانی دیگری ربط

برای بی‌زیس خودتان

شبکه‌های اجتماعی، ریویو و دایرکتوری عالی داشته باشید



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

با ما تماس بگیرید:

647-674-4048
info@IranStar.com

آیا مایلید شغلی تخصصی با درآمد مناسب و آینده تضمینی داشته باشید؟

آموزش مهارت‌های سونوگرافی

آموزش مهارت‌های سونوگرافی
 مناسب جهت گروه‌های پزشکی (پزشک، پرستار، ماما) و دارندگان لیسانس کسب‌آمادگی 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 اروالژی با بکارگیری مدرترین 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

تاریخ برگزاری کلاسها:
شروع کلاسها از تاریخ وکتبر ۲۰۱۷ تا ۵ ژانویه 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 عید پاک و نوروز: ۱۴ تا ۱۷ مارچ ۲۰۱۸
(تعطیلات مارچ در مدارس: ۱۲ تا ۱۵ مارچ ۲۰۱۸)

محل ثبت نام
THORNHILL SECONDARY SCHOOL
167 DUDLEY AVE. (CLARK, EAST OF YONGE)
ROOM #157 OR #114

Program Supervisor:
Afrooz Sarmadi, OCT
IB/Certified Internet Webmaster
afrooz.sarmadi@ydrsb.ca

برای دریافت اطلاعات بیشتر در مورد این برنامه با خانم دانشمند، شماره تلفن: 416-477-9398 (داخلی 232) تماس حاصل فرمایید.

کلاسهای رایگان تقویتی
بنظور بیشتر تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی کلاسهای ۱۲ و ۹ (دوشنبه ها)

هزینه برگزاری این برنامه توسط سازمان حمایت از جوانان ایرانی - کانادایی فراهم شده و استفاده از این کلاسها برای دانش‌آموزان رایگان می‌باشد

۱- هفت

مهرداد م.



۱) در مهاجرت موفق تر هستم زیرا در کانادا با رغم مسایل فرهنگی به راندمان کاری انسانها ولو با دید کاملاً سرمایه‌دانه می‌نگرند.
 ۲) در زندگی چه در دوران جوانی و رویاهای سیاسی و چه در دوران میان‌سالی هیچگاه به خواسته‌هایم نرسیدم زیرا خواسته‌هایم همگام با شرایط روز همواره فراتر می‌رفت و می‌رود. انسان بدون تکامل خواسته‌ها انسان امروزی نمی‌شد.
 ۳) پشتکار و سخت کوشی.
 ۴) پایان دادن به یک بدی و پذیرش یک پایان بد (زندگی سرد و بی‌انگیزش با طلاق)
 امروز یا شهادت یک پایان بد را به یک بدی یا پایان ترجیح می‌دهم.
 ۵) من عاشقانه به یک زندگی مشترک وارد شدم و پس از سالانی دراز دریافتیم که زنان ایرانی از زنان غربی بسیار عقب مانده‌تر هستند (در کلیت ونه در استثنا) زنان در کشورهای اسلامی فقط به عقد مردی در آمده‌اند، در حالی که زنان در غرب پذیرفته‌اند که در غم و شادی، در فقر و ثروت، و در سلامت و بیماری در کنار همسرانشان بایستند.
 ۶) در تمام دوران زندگی مشترک با همسر سابقم به جز بخش اقتصادی که تقریباً کاملاً بر عهده من بود، در تمام کارهای خانه موظف و متعهد بودم و انجام دادم.
 ۷) به فرزندنام آنچه در توانم بود آموختم و با یک یا حتی هزاران جمله نمی‌توانم گفت.

نیکا امامی



۱) اینجا برای من بهترین رتبه الان دوسال بیشتره که به دلیل مرخصی کار نمی‌کنم ولی یکی دویاری که به ایران رتقم متوجه شدم از جهت کاری اینجا بهتره.
 ۲) نه هنوز به اونجه می‌خواستم نرسیدم.
 ۳) بزرگترین پشتیبان من پدرومادم بودن که توی دوران بیماری من یک تائیه تنهام نگذاشتن.
 ۴) بهترینش وقتیکه دکترگفت داروها جواب داده و من خوب می‌شم.
 ۵) عشق انگیزه واسه زندگی و بدون اون همه چیز بی‌معنی می‌شه.
 ۶) ازدواج نکردم ولی توی خونه تا وقتی که سالم بودم سعی می‌کردم کمک کنم، متأسفانه مدتی که اصلاً نمی‌توانم.
 ۷) مامان و بابای نازنینم بهتون افتخار می‌کنم واسه همه دردهایی که بخاطر بیماری من می‌کشید متأسفم. کاش بتونم روزی جبران کنم.

ایران استار از همه عزیزان فوق که در پاسخ به سوالات ما، با محبت و لطف، کمال همراهی را نشان دادند، سپاسگزاری می‌کنم

تلفن جدید ایران استار 647.674.4048

- لطفاً توجه فرمایید که تلفن
- ایران استار عوض شده است

تغذیه

دندان مصنوعی موجب سوء تغذیه می شود



خوراکی‌هایی که نیاز به جویدن بیشتر دارند محروم می‌شوند. متخصصان اظهار داشتند: نتایج این مطالعه نشان می‌دهد حفظ سلامت دهان و دندان‌ها در حفظ سلامت کل بدن تا چه میزان اهمیت دارد.

که برای سلامتی ضروری هستند مصرف کنند. اگرچه دندان‌های مصنوعی جویدن را بهبود می‌دهند قدرت گاز زدن با آنها نسبت به دندان‌های طبیعی کمتر است و در نتیجه این افراد اغلب از مصرف برخی

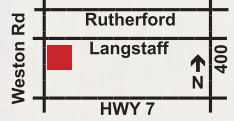
تا جایی که امکان دارد، زربار کشیدن دندان نروید. چرا؟ در یک بررسی که در کالج کینگز لندن انجام شد متخصصان دریافتند افرادی که از دندان مصنوعی استفاده می‌کنند به دلیل اینکه توانایی خود را در جویدن مواد غذایی سالم از دست می‌دهند در معرض سوء تغذیه قرار می‌گیرند. متخصصان علوم پزشکی این کالج تأکید کردند: به علاوه افرادی که تعدادی از دندان‌های خود را از دست داده‌اند نیز به دلیل اینکه نمی‌توانند مواد خوراکی را به خوبی بجوند در معرض سوء تغذیه هستند.

به گفته متخصصان در هر دو حالت یعنی از دست دادن دندان‌ها و کم شدن تعداد آنها و همچنین استفاده از دندان‌های مصنوعی با ضعیف شدن مفاصل و ماهیچه‌ها همراه است که می‌تواند فرد را در معرض شکستگی‌های استخوانی قرار دهد. این ضعف عضلانی و مفصلی ناشی از نداشتن تغذیه مناسب است.

کارشناسان اظهار داشتند: افرادی که از دندان مصنوعی استفاده می‌کنند یا تعداد دندان کمتری دارند نمی‌توانند خوراکی‌هایی همچون سبزیجات و میوه‌های فیبردار، خشکبار و گوشت را

تخفیف
تابستانی

حراج بزرگ شاهانی

تنها بوتیک لباس در تورنتو که برای هر سایز
مدل و جنس، برای شما لباس را آماده می‌کند8099 Weston Road, Unit 18-19
Vaughan, Ontario, L4L 1A6
www.shahanicouture.com
info@shahanicouture.com
Tel: 905.264.6115
Fax: 905.264.611750% to
80%
OFFSUMMER CLEARANCE
SALE ON NOW!!

50-80% off

Dresses for all occasions!

قهوه و چای را داغ می نوشید؟ اینکار را نکنید



معدی می‌شود. وی یادآور شد، مصرف سیر و پیاز برای افرادی که سابقه این بیماری را دارند توصیه نمی‌شود، زیرا این مواد و همچنین دوغ‌های گازدار باعث تشدید و بروز عارضه سوء هاضمه می‌شود.

نوشیدنی‌هایی مثل چای و یا قهوه عادت دارند معمولاً در طولانی مدت دچار بیماری سوء هاضمه می‌شوند. غفرانی تأکید کرد: مصرف مواد کافئین‌دار، نوشابه گازدار و همچنین جویدن آدامس سبب ایجاد سوء هاضمه و عارضه نفخ

به گفته محمد غفرانی متخصص گوارش، عارضه سوء هاضمه یکی از بیماری‌های شایع در بین مردم دنیا است که به دلیل عملکرد نامناسب دستگاه گوارش و یا ورود میکروب و ویروس‌های مختلف در سیستم گوارشی و معده بروز پیدا می‌کند. وی بیان کرد: افرادی که پس از غذا خوردن و حتی در مواردی خاص بدون آنکه مواد غذایی را مصرف کرده باشند در ناحیه معده دچار ورم و درد شوند این موضوعات از نشانه‌های بیماری سوء هاضمه است.

غفرانی با بیان اینکه اختلالات حرکت گوارشی و حتی زخم گوارش می‌تواند تبدیل به بروز عارضه سوء هاضمه در افراد شود، افزود: وقتی که حرکت سیستم گوارشی به خوبی انجام نشود افراد دچار بیماری سوء هاضمه می‌شوند که تهوع، احساس سیری، برجسته شدن معده از جمله عوامل این بیماری محسوب می‌شود.

عوامل ایجاد سوء هاضمه
و بروز عارضه نفخ معده
وی عنوان کرد: افرادی که به مصرف

توصیه‌هایی به کسانی که گوشت قرمز نمی‌خورند



دریابی، ماهی، تخم مرغ و لبنیات نیز یافت می‌شود و تنها منبع آن گوشت قرمز نیست. به اندازه آهن مصرف کنید: مکمل‌های آهن در کسانی که محصولات حیوانی از جمله گوشت قرمز را مصرف نمی‌کنند، تحت نظر پزشک ضروری است. با این حال اگر شما دچار کم خونی فقر آهن نیستید، می‌توانید از محصولاتی مانند اسفنج، اجیل‌هایی مانند پسته، جعفری، چغندر قند، عدس، جو و کلم بروکلی بهره ببرید.

پروتئین سبزیجات را فراموش نکنید: بسیاری از غذاهای گیاهی منابع غنی از پروتئین هستند و برای کسانی که میلی به مصرف گوشت قرمز ندارند، اضافه کردن اجیل و دانه‌ها، حبوبات، دانه‌های کامل مانند گندم و جو، و نخود فرنگی به رژیم غذایی توصیه می‌شود.

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

از انتخاب ماهی‌های بزرگ چرب مانند ماهی آزاد یا تن اجتناب یا مصرف آنها را محدود کنید زیرا این نوع ماهی‌ها ممکن است حاوی مقادیر زیادی فلزات سنگین باشند که البته برای کودکان و مادران باردار بسیار خطرناک هستند. می‌توانید ماهی‌های چرب مانند ماهی ساردین و ماهی سفید را با خیال راحت مصرف کنید.

از منابع مختلف کلسیم بهره ببرید: شیر تنها منبع کلسیم نیست و شما می‌توانید از منابع دیگر این ماده معدنی مانند دانه کنجد، کلم بروکلی و بادام بهره ببرید.

مراقب کمبود ویتامین ب ۱۲ باشید: کمبود ویتامین ب ۱۲ در کسانی که از مصرف محصولات حیوانی اجتناب می‌کنند، رایج است و در موارد شدید احتیاج به مصرف مکمل دارد. این ویتامین در محصولاتی از قبیل غذاهای

حذف گوشت از رژیم غذایی اگر به درستی انجام نشود، عواقب جدی به همراه دارد، متوقف کردن مصرف گوشت باید در قالب یک رژیم غذایی سالم و متعادل باشد. برخی پیشنهادها موثر غذایی برای کسانی که مایل به مصرف هیچ نوع محصول حیوانی نیستند، از این قرار است: تخم مرغ بخورید: تخم مرغ یک غذای کامل و سرشار از پروتئین حیوانی است. اگر گوشت قرمز مصرف نمی‌کنید و در روزانه از مزایای این ماده غذایی سود ببرید. هنگام خرید تخم مرغ، سعی کنید که نوع ارگانیک آن را انتخاب کنید.

لبنیات کم چرب مصرف کنید: بسیاری از افرادی که از مصرف گوشت پرهیز می‌کنند، علاقه وافری به مصرف محصولات لبنی دارند. با این حال نوع پرچرب این محصولات، مضرتی از آنچه شما تصور می‌کنید، هستند و باعث اختلالات هضم می‌شوند. نوع کم چرب و یا بدون چربی محصولات لبنی را انتخاب کنید و یا سراغ شیرهای گیاهی مانند شیرسویا و یا شیر بادام بروید. زیاد آرد نخورید: اشتباه بزرگ اکثر افرادی که به مصرف گوشت علاقه‌ای ندارند، مصرف بیش از حد آرد است. مصرف آردهای تصفیه شده ضمن این که شما را دچار اضافه وزن فوری می‌کند، عاملی برای ابتلا به سوء تغذیه است. به جای مصرف آرد سفید موجود در شیرینی‌ها، کوکی‌ها و یا انواع نان‌ها و ماکارونی، می‌توانید سبزیجات، سالاد و یا آب سبزیجات را انتخاب کنید تا از این طریق ویتامین‌ها، مواد معدنی، و فیبر کافی را دریافت کنید.

انواع ماهی‌ها را درست انتخاب کنید: اگر به مصرف گوشت قرمز رغبت ندارید، اما ماهی هنوز جزو رژیم غذایی‌تان است،

وب سایت می خواهید؟

تعداد
نامحدود
صفحه

فقط ۹ دلار در ماه

بسیار سریع اما پُر قدرت.

بر اساس آخرین تکنولوژی‌های روز که آنرا خودتان به سادگی
و بصورت اینترنتی می‌سازید.

با ما تماس بگیرید:

647-674-4048

info@IranStar.com



نوجوان

بابی احترامی در رفتار نوجوانان چگونه برخورد می کنید؟



بسیاری از مادران اگر سر و کارشان به مشاور دبیرستان بیافتد، به دنبال جواب این سوال هستند: "نمی‌دانم با دختر نوجوانم چطور رفتار کنم؟ دیگر خسته شده‌ام. هر کاری که فکرتش را بکنید انجام داده‌ام اما او عوض شده، دیگر حرف ما را گوش نمی‌دهد. مدام با ما جر و بحث می‌کند. همیشه روبروی آینه نشسته. مدام گوشه موبایلش دستش است. به حرف دوستانش بیشتر از ما گوش می‌دهد و..."

در مقابل، دختران نوجوان معتقدند درک نمی‌شوند. شاید بیشترین جمله‌ای که از زبان دختران نوجوان شنیده شده، این جمله است: "باور کنید هیچ کس ما رو نمی‌فهمه، پدر و مادرمون اصلا ما را درک نمی‌کنند."

در این نوشته قرار است در مورد ویژگی‌های نوجوانی دختران بگویم و راهکارهایی برای برقراری ارتباط درست و سالم با یک دختر نوجوان را مطرح کنیم. **اصلی‌ترین ویژگی‌های دوره نوجوانی** برای اینکه وارد جهان نوجوانان شوید، قبل از هر چیز باید این جهان را بشناسید.

۴- خودمکزیبت
اکثر نوجوانان در دوران بلوغ تصور می‌کنند زیر ذره‌بین دیگران مخصوصا همسن و سال‌های خودشان هستند و به همین دلیل وقت زیادی را صرف تفکر در مورد خصوصیات ظاهری خود می‌کنند و زمان زیادی را روبروی آینه می‌گذرانند. دختران فکر می‌کنند هنگام رفتن به مهمانی همه به او نگاه می‌کنند و اگر یک لکه کوچک روی لباسش باشد همه متوجه خواهند شد!

۵- تصور آسیب ناپذیری خود
نوجوانان در این سن فکر می‌کنند اتفاقات بد فقط برای دیگران می‌افتد و فقط دیگران آسیب می‌بینند. آنها به اندازه کافی عاقل هستند و به خوبی می‌توانند از مشکلات بگریزند. البته این افکار چیزی نیست جز یک توهم مخصوص دوران نوجوانی. این توهم می‌تواند پایه خطرات و انحرافات بسیاری در دختر نوجوان شما باشد. مثلا "اگر سوار ماشین یک غریبه می‌باشم برای من هیچ اتفاقی نخواهد افتاد. من می‌دانم چطور می‌توانم از آن دور باشم".

۶- همسالان، پادشاهان ذهنی
در این سن دستان و همسالان برای فرد اهمیت زیادی پیدا می‌کنند و برای پذیرفته شدن و تعلق داشتن به همسالان خود، همنوایی و شبیه شدن با آنها را انتخاب می‌کنند، به طوری که بودن در میان همسالان و تشابه با آنان به یک نیاز اساسی در دوران نوجوانی تبدیل می‌شود. نگران نباشید! بودن در گروه همسالان و اهمیت نفوذ همسالان برای دختر شما یک ویژگی طبیعی دوران نوجوانی است. نوجوان با بودن در گروه همسالانش، احساس استقلال را خواهد آموخت.

۷- کاهش علاقه به درس
معمولا اکثر نوجوانان با افت تحصیلی روبرو می‌شوند. یکی از اصلی‌ترین دلایل این افت تحصیلی ورود فعالیت‌ها و موقعیت‌های جدید به زندگی است. باید است. تلاش می‌کند به یک من مستقل دست یابد. خلاصه کلام اینکه می‌خواهد خودش را تعریف کند.



طوری رفتار می‌کند که شما از او خواسته بودید. برخی مواقع بی‌احترامی نوجوان به معنای بی ادبی او نیست. در چنین مواقعی از او بپرسید "این صحبت تو تا حدودی حالت حمله داشت. می‌خواستی با بی ادبی رفتار کنی؟" سعی کنید برای تشویق نوجوان خود برای ارتقا رابطه مثبت از جملات توصیفی استفاده کنید. زمانی که تعاملی مثبت دارید، این را برای فرزند خود روشن کنید. با این کار به او می‌گویید که نظر او را محترم شمرده و برایش احترام قائلید. نکاتی برای روابط برای او الگو باشید.

زمانی که با فرزند خود هستید، طوری رفتار و برخورد کنید که از او توقع دارید رفتار و برخورد کند. اگر تنش زیادی بین شما و فرزندتان وجود دارد، بزرگسالی قابل اعتماد مانند عمه/خاله، دایی/عمو یا دوستی خانوادگی می‌تواند پشتیبان فرزند شما باشد. درگیر کردن فردی قابل اعتماد در اینگونه مواقع می‌تواند مفید باشد. رفتارهایی که در مقابل بی‌احترامی نوجوان نباید استفاده کرد بحث کردن معمولاً کارا نیست. زمانی که عصبانی می‌شویم، ممکن است چیزهایی بگوییم که واقعا مد نظر ما نبوده است. بهتر است در این گونه مواقع به خود فرصتی دهید تا آرام شوید. اگر عصبانی شده‌اید و در حال مشاجره هستید، صحبت کردن در مورد آنچه که از نوجوان خود انتظار دارید دشوار به نظر می‌رسد. می‌توانید به او بگویید که می‌خواهید در مورد این موضوع صحبت کنید اما در زمانی مناسب. حالت تدافعی داشتن کمتر به

قانون‌گذاری سبب می‌شود تا در مواقعی که مورد نیاز است به او یادآوری کنید که خودش در قانون‌گذاری سهیم بوده است. بر رفتار نوجوان خود و احساسی که در مورد آن دارید تمرکز کنید. از هرگونه اظهار نظر در مورد شخصیت فرزند خود بپرهیزید. به جای اینکه بگویید "تو خیلی بی‌ادبی" این جمله را امتحان کنید که "وقتی ما من اینطوری حرف می‌زنی ناراحت می‌شم" برخی مواقع نیز می‌توانید احساس خود را به صورت مستقیم نام ببرید. من الان از دست تو عصبانی هستم". عواقب رفتارهای ناپسندش را برایش مشخص کنید و آنها را اجرا نمایید، اما مراقب باشید خیلی قانون نگذارید. بسیاری از مواقع می‌توانید برای بی‌احترامی‌ها یا استفاده از الفاظ نامناسب این عواقب را عملی کنید. نکاتی برای برقراری ارتباط آرام باشید و آرام بمانید. زمانی که فرزند شما نظر خود را در مورد مسئله‌ای ابراز می‌کند بسیار مهم است که آرامش خود را حفظ کنید. برای لحظه‌ای حرف زدن خود را متوقف کنید، نفسی عمیق بکشید، و صحبت خود را با آرامش ادامه دهید. از شوخی استفاده کنید. خنده با او سبب شکستن موقعیت نامناسب شده، ممکن است نحوه صحبت کردن را تغییر داده و بحث را به گونه‌ای دیگر پیش ببرد. شوخ طبعی هم چنین داغ بودن بحث را تعدیل می‌کند اما مراقب باشید او را مسخره نکنید، دست نیاندازید به این معنی که ما به دیگران برچسب نمی‌زنیم و از الفاظ نامناسب استفاده نمی‌کنیم. "درگیر کردن فرزند در

بی‌احترامی در رفتار نوجوانان شاید این روزها بیشتر به چشم بخورد. بسیاری از مواقع ممکن است متوجه شده باشید که تعاملات شما با فرزندتان به چیزی شبیه به این تبدیل شده:

شما: تکلیف مربوط به درسهات چطور پیش میره؟

فرزند شما: چرا انقدر بهم گیر میدین؟ بهم اعتماد ندارین؟ همیشه نمره‌های خوب می‌گیرم، چرا در موردش انقدر سوال می‌پرسید؟

شما: من فقط پرسیدم! فقط می‌خواستم ببینم اوضاع چطوره.

فرزند شما: آره حتما.

به عنوان یک والد ممکن است نگران و آزرده خاطر شده، و مطمئن نباشید در چنین مواقعی دقیقا چه اتفاقی می‌افتد. فرزند شما به ارزش‌ها و علاقه شما احترام می‌گذاشت، حالا چه اتفاقی افتاده که حتی ساده‌ترین مسائل هم به یک بحث طولانی تبدیل می‌شود! دلایل متعددی برای این رفتار فرزند شما وجود دارد و باید این خبر خوب را به شما بدهیم که: این دوران نیز می‌گذرد!

بی‌احترامی
تمامی نوجوانان بی‌احترامی نمی‌کنند، اما برخی بی‌احترامی‌ها با توجه به دوره رشدی که در آن قرار دارند طبیعی است. فرزند شما در حال یادگیری است که چگونه خود را ابراز کند و به طور مستقل از ایده‌هایش دفاع کند، بنابراین گاهی اوقات شما با آنها مخالفت می‌کنید. رشد استقلال یکی از اصلی‌ترین بخش‌های رشدی این دوران است. همچنین، خلق فرزند شما به صورت مداوم تغییر می‌کند. به دلیل رشد مغز آنها نمی‌توانند به سرعت به این تغییر خلق پاسخ داده یا به مسائلی که ناگهان رخ می‌دهد پاسخ مناسبی بدهند. بنابراین ممکن است بسیار حساس شوند. در این مرحله نوجوانان نسبت به کودکی خود عمیق تر فکر کرده و ممکن است احساسات و افکاری داشته باشند که قبلاً با آنها مواجه نشده بودند. برخی از نوجوانان با دیدی تعارضی و افراطی به همه چیز نگاه می‌کنند. این انتقال به تفکر عمیق بخشی از رشد نوجوان به حساب می‌آید.

چگونه با رفتار بی‌احترامی نوجوانم برخورد کنم؟

نکاتی برای قانون‌گذاری در مورد رفتارها و نوع برخوردش قانون وضع کنید. به عنوان مثال ممکن است بگویید "در خانواده ما با دیگران با احترام صحبت می‌کنیم. این به این معنی که ما به دیگران برچسب نمی‌زنیم و از الفاظ نامناسب استفاده نمی‌کنیم. "درگیر کردن فرزند در

www.TrilliTires.com

رینگ و لاستیک

"زمستانی و چهار فصل"
به قیمت‌های عمده فروشی

مکانیکی و تعویض روغن

رینگ و لاستیک فروشی ایرانی در ریچموند هیل
(تقاطع یانگ و الکن میلز)

به مدیریت ویگن
905-883-1118

TrilliTires

130 Industrial Rd.
Richmond Hill ON. L4C 2Y3

www.TrilliTires.com

مشاوره رایگان

برای فروش سریع ملک خود با من تماس بگیرید

آیا علاقمند به سرمایه‌گذاری در زمینه ساخت خانه و پروژه‌های ساختمانی هستید؟
برای آگاهی از چگونگی مراحل لازم در زمینه یافتن محل مناسب طراحی-مهندسی و اجرای پروژه‌ها با تیم مجرب ما مشاوره نمائید.

(کازمی)

تینا بهرامی

Tina Bahrami
Real Estate Broker
Royal LePage Signature Realty
416.834.4205
Office: 416.443.0300

Official sponsor of
Homa Volleyball Team

ROYAL LEPAGE

HARMONIC
Accounting, Tax & Financial Services

INCOME TAX E-FILE

Personal, Small Business & Corporate

خدمات حسابداری و مالیاتی

رضا پورلطفی

- خدمات حسابداری و دفتر داری
- تهیه و تنظیم صورتهای مالی
- خدمات مالیاتی اشخاص و شرکتها
- برنامه ریزی مالیاتی برای اشخاص و شرکتها
- خدمات حقوق و دستمزد
- WSIB & HST, GST فرمهای
- 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 بلاری
سوپر پارکس

تأثیر کمبود اعتماد به نفس روی رابطه زوجین



یک رابطه عاطفی می‌تواند بهترین تجربه زندگی‌تان باشد و عواطف و احساسات را رشد دهد و احساس امنیت ایجاد کند. اما همیشه اینطور نیست. رابطه عاطفی بد می‌تواند آسیب و جراحتی جدی برای روح و روان و سلامت جسمی‌تان باشد. این یک حقیقت است که رابطه‌ها روی میزان اعتماد به نفس و خودباوری آدم‌ها اثر دارند.

در بسیاری از موارد کمبود اعتماد به نفس باعث می‌شود بسیاری از افراد یک ازدواج بد را ادامه بدهند. اگر در رابطه با همسران دائماً خودباوری‌تان هدف قرار بگیرد احتمال اینکه به هر ترتیبی این رابطه را ادامه بدهید نیز زیاد است هرچند که همیشه احساس بدی داشته باشید. زیرا ترک رابطه برایتان بسیار دشوار است.

کمبود اعتماد به نفس نه تنها باعث می‌شود در این رابطه باقی بمانید بلکه مانع از آن می‌شود که در برابر چیزهایی که باعث ناراحتی‌تان می‌شود بایستید و اعتراضی نکنید. افرادی که خودباوری ندارند از هرگونه مواجهه با مشکلات و تنش‌ها پرهیز می‌کنند. بخاطر عدم امنیتی که آنها نسبت به شریک زندگی خود احساس می‌کنند و ترسی که بخاطر از دست دادن دارند از هرگونه مواجهه و برخورد اجتناب می‌کنند هرچند که بتوانند اختلافات و تنش‌ها را از طریق یک تعامل دوستانه و گفتگوهایی صلح‌جویانه حل کنند.

اگر شریک زندگی‌تان بر همه جنبه‌های زندگی شما تسلط دارد و در همه چیز دخالت می‌کند و حریم شخصی را رعایت نمی‌کند این طبیعی است که به مرور زمان اعتماد به نفس‌تان را از دست بدهید.

گاهی کمبود اعتماد به نفس باعث می‌شود بسیاری از افراد یک ازدواج بد را ادامه بدهند.

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که اعتماد به نفس می‌تواند در میزان رضایت از رابطه زوج‌ها تأثیرگذار باشد. زمانی که نسبت به خودتان احساس بدی دارید، دائماً سعی می‌کنید در رابطه تأیید و امنیت طلب کنید. تأیید شدن و احساس امنیت از آن لذت نمی‌برید و باور نمی‌کنید که یک نفر دوست‌تان دارد. ممکن است جلوی آینه بایستید و از ظاهرتان شرمنده شوید، و یا خود را بخاطر افکار و احساسات‌تان سرزنش کنید.

این مساله ممکن است سال‌ها شما را آزار داده باشد و یا بخاطر تجربه بد و قرار گرفتن در یک رابطه نامناسب دچار شده باشید.

در هر صورت برای بازسازی اعتماد به نفس باید افکار منفی را از خود در سرتان حذف کنید. تا زمانی که صدای انتقاد از خود در سرتان بلند است نمی‌توانید چیزی را تغییر

مقابل را آزار می‌دهید. در این وضعیت حساسیت‌های رابطه بیشتر می‌شود و شما کاری می‌کنید که شریک زندگی‌تان هم به اندازه شما در این رابطه احساس امنیت نکند.

بخاطر کمبود اعتماد به نفس شما همیشه مضطرب و نگران هستید، بخاطر هر مساله ساده‌ای در زندگی‌تان وحشت‌زده می‌شوید، خود را لایق زندگی نمی‌دانید، از آن لذت نمی‌برید و باور نمی‌کنید که یک نفر دوست‌تان دارد. ممکن است جلوی آینه بایستید و از ظاهرتان شرمنده شوید، و یا خود را بخاطر افکار و احساسات‌تان سرزنش کنید.

این مساله ممکن است سال‌ها شما را آزار داده باشد و یا بخاطر تجربه بد و قرار گرفتن در یک رابطه نامناسب دچار شده باشید.

در هر صورت برای بازسازی اعتماد به نفس باید افکار منفی را از خود در سرتان حذف کنید. تا زمانی که صدای انتقاد از خود در سرتان بلند است نمی‌توانید چیزی را تغییر

این چرخه وحشتناک و مهلکی است. ضعف در خودباوری باعث می‌شود برخی از افراد در آن گیر کنند و نتوانند از آن بیرون بیایند. برای اینکه از چنین رابطه‌ای دور بمانید باید نشانه‌هایی که اعتماد به نفس شما را هدف گرفته‌اند را بشناسید.

زمانی که خودتان نیستید

کار مورد علاقه‌تان را انجام نمی‌دهید؟ به موسیقی مورد علاقه‌تان گوش نمی‌دهید؟ او در هر کاری اظهار نظر کرده و شما ناچار به رعایت آن هستید؟ در رابطه‌ای که همسران با قدرت تمام اعتماد به نفس شما را تضعیف می‌کند شما به راحتی آنچه که هستید دست می‌کشید. دست کشیدن از خود یعنی کنار کشیدن از انجام کارهایی که دوست‌شان داشتید و متناسب با شخصیت و روحیات شما بوده‌اند.

همسران کنترل می‌کنند

اگر شریک زندگی‌تان بر همه جنبه‌های زندگی شما تسلط دارد و در همه چیز دخالت می‌کند و حریم شخصی را رعایت نمی‌کند این طبیعی است که به مرور زمان اعتماد به نفس‌تان را از دست بدهید افراد پرخاشگر و خودخواه همیشه طوری رفتار می‌کنند که همه چیز را در اختیار اراده خود داشته باشند.

وقتی به همسران شک می‌کنید

یک نشانه از دست دادن اعتماد به نفس در رابطه این است که نسبت به خود رابطه شک کنید. زمانی که دائم نگران این باشید که آیا همسران دوست‌تان دارند یا نه و نیاز شدیدی به توجه داشته باشید اگرچه همه گاهی به خاطر برخی ناگامی‌ها یا اشتباهات گذشته دچار کمبود اعتماد به نفس می‌شوند اما مداوم آن می‌تواند اثر بدی روی رابطه عاطفی نیز داشته باشد.

بازن تندخویان چگونه باید برخورد کنید؟

کمکش کن

قبول کنید که انصاف نیست تمام کارهای کسالت بار خانه و امور مربوط به فرزندان را فقط همسران به عهده بگیرد. شما هم باید بخشی از این نوع کارها را به عهده بگیرید.

مرخصی بده

چند روز در ماه را به همسران مرخصی بدهید. نه اینکه او را به مسافرت چند روزه بفرستید و شما در خانه با خیالی آسوده در خانه باشید. او را چند روز از کار خانه معاف کنید و خودتان به تنهایی کار منزل را انجام دهید. مطمئناً همسران از لحاظ اخلاقی تغییر بزرگی خواهد کرد. اگر زن تندخویی دارید کمی رفتارتان را بررسی کنید.

وقت بگذار

میادای همسران حتماً باید احساس کند که شما او را در برنامه روزانه‌تان لحاظ می‌کنید.

گوش کن

همسران توقع دارد که حرفایش را نه فقط با گوش، بلکه با دل و جان بشنویید.

مودب باش

چند وقت به چند وقت کلمات و عباراتی خسته نباشی و مانند اینها را به همسران بگویند. متأسفانه خیلی از زوج‌های جوان فراموش میکنند که رعایت ادب و نشان دادن محبت برای حفظ و تداوم ازدواج چقدر اهمیت دارد.

علاقات را مخفی نکن

ما همگی نیاز به دوست داشتن داریم و زنان بیشتر از مردان به دوست داشتن نیاز دارند. می‌توانید با چند جمله ساده و کوتاه این علاقه را ابراز کنید.

بگذر

هیچ انسانی کامل نیست و حتماً ممکن است روزی ناراحت یا دلتنگ باشد و حوصله نداشته باشد. او حق دارد که از درک و گذشت شما بهره‌مند شود. این را بدانید که هیچ رابطه‌ای بدون گذشت و درک متقابل پایدار نمی‌ماند. بگذرید.

حرف بز

همه حرفه‌ایان را در محل کارتان خرج نکنید. کمی را هم برای خانه و خانواده نگه دارید.

عامل مهم گرایش به خشونت در مردان که احتمالاً

حدس نمی‌زنید!



مردان جوانی که در خانه والدین‌شان زندگی می‌کنند نسبت به آنهایی که باید روی پای خودشان بایستند، خشونت‌گرا تر هستند. پژوهشگران دانشگاه کوبین مری در پایتخت انگلیس برای این تحقیق از حدود ۸۴۰۰ مرد بالغ نظرسنجی کرده‌اند. این تحقیق نشان می‌دهد عامل مهم گرایش به خشونت نزد مردان در سنین بین ۲۰ تا ۲۴ سال، زندگی آنها با والدین‌شان است.

این محققان که تحقیق خود را در مجله "روانشناسی اجتماعی و اپیدمیولوژی روانپزشکی" به چاپ رسانده‌اند، دلیل این امر را مسئولیت نداشتن مردان جوان در

خانه والدین‌شان و این مساله می‌دانند که بیشتر آنها مسئولیتی در قبال خانواده خود حس نکرده و کمترین تأثیر مثبت را از دوستان خود می‌گیرند. علاوه بر این، آنها پول بیشتری را می‌توانند صرف

ورشکستگی؟؟؟

Are you in a Financial Mess?

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

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

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

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

Call us for a FREE, confidential consultation.



RISMAN & ZYSMAN INC.

TRUSTEE IN BANKRUPTCY

Helping the community for over 30 years.

4580 Dufferin St., North York Ontario M3H 5Y2

416-222-4600



The Little House Of Kebobs North

بایستی از ۲۰ سال سابقه



در قلب ریچموند هیل با مدیریت ایرانی

رستوران ایرانی

با انواع غذاهای اصیل ایرانی

905-787-9988

1480 Major Mackenzie Dr. East
Major Mackenzie & Leslie



تجربه ، اعتبار و اعتماد

در امور حمل و نقل بین المللی



METRAS SHIPPING & FORWARDING INC.

دارای نمایندگی‌های فعال در اقصی نقاط جهان

شرکت حمل و نقل بین المللی

متراس

- حمل لوازم شخصی و تجاری
- با قیمتهای غیر قابل رقابت
- از طریق دریا و هوا به ایران

- حمل کالاهای تجاری و شخصی با کانتینر به اقصی نقاط جهان
- اجرای اعتبارات استادی برای کالاهای بازرگانی
- پیعه حمل برای کالاهای تجاری و شخصی

2175 Sheppard Ave. East, Suite 215, Toronto, Ontario M2J 1W8
Tel: 416-497-0377 Fax: 416-497-0783
Info@metrasshipping.com www.metrasshipping.com

ورشکستگی؟؟؟

Are you in a Financial Mess?

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

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

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

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

Call us for a FREE, confidential consultation.



RISMAN & ZYSMAN INC.

TRUSTEE IN BANKRUPTCY

Helping the community for over 30 years.

4580 Dufferin St., North York Ontario M3H 5Y2

416-222-4600

به پدر و مادر سالمندان، امروز نهنی نکند



نمی‌توانند عشق و علاقه‌ای را که دریافت نکرده‌اند، تقدیم کنند و در واقع قادر به انجام آن نیستند، چون هیچ‌وقت، چیزی در این زمینه یاد نگرفته‌اند. این گروه از فرزندان، از طرف دیگر از نوعی فشار اجتماعی شدید نیز رنج می‌برند که باید والدین را دوست داشت و به کارهای آنها رسیدگی کرد، صرف نظر از اینکه نوع رفتار آنها چگونه بوده است، این فشار اجتماعی یک نوع احساس گناه را در آنها به وجود می‌آورد و این حس را منتقل می‌کند که: حالا که آنها پیر شده‌اند و گذشته‌ها گذشته، تو می‌توانی ناراحتی‌ها را فراموش کنی و آنها را ببخشی و از آنها مراقبت کنی. اما متأسفانه چنین فرزندان قادر به این کار نیستند، یکبارش ما از جوانی بتوانیم با محبت به اطرافیان و خصوصاً فرزندانمان و ایجاد حس احترام به بزرگترها، شرایط بهتری را برای سالخوردگی خود آماده کنیم. و در ضمن هرگز از یاد نبریم که این دوره از سن، برای ما هم در پیش است.

کدام فرزندان؟
آیا فرزندی که از والدین خود محبت دریافت نکرده، می‌تواند در سالمندی به آنها رسیدگی و محبت کند؟ خوب یا بد، تحقیقات نشان داده‌اند که شیوه رفتار با والدین در سن پیری و ارتباط فرزندان با آنها تا حد زیادی به شرایط خانوادگی سال‌های قبل و حتی تا دوران کودکی برمی‌گردد. در مواردی که فرزندان همیشه از محبت پدر و مادر برخوردار بوده‌اند و احساس خلا عاطفی نمی‌کنند، خود را مدیون آنها دانسته و با مهربانی و احساس قدرشناسی سعی می‌کنند تا هر کاری که از دست‌شان بر می‌آید، برای آنها انجام دهند. اما در خانواده‌هایی که فرزندان همیشه از بدرقاری‌های جسمی و روحی رنج برده‌اند و در جو خانه فقط تنبیه، سرزنش، ناراحتی و بی‌توجهی حاکم بوده است، وابستگی عاطفی چندان قوی با والدین ندارند و یا اینکه خیلی کم به آنها ابراز محبت می‌کنند. به عبارت بهتر، آنها

برابر بیماری‌ها به شدت نگران و مضطرب است که می‌باید سلامت او به مخاطره بیفتد. از سوی دیگر و علاوه بر این نگرانی، به خاطر تغییر شرایط زندگی و کم‌مشغله‌تر شدن، نسبت به گذشته‌ها، این افراد تا حدی دچار کاهش اعتماد به نفس می‌شوند. بنابراین همواره در تلاشند و با این درگیری ذهنی می‌کوشند که به خود و اطرافیان بگویند هنوز هم مانند گذشته فرد موثری هستند. حالا اگر ما خودمان به اشکال مختلف، به فرد سالمند کمک کنیم که از نظر ذهنی، آسودگی اینکه هنوز جایگاه قبلی، یعنی موثر و مفید بودن را دارد، در نتیجه از اضطراب سالمند کم شود، جایگاه خود را در مخاطره نمی‌بیند و دچار کاهش اعتماد به نفس نمی‌شود. همان‌طور که شما و دیگر کسانی که در خانواده‌های فرد سالمندی را دارند، به وضوح مشاهده می‌کنید وقتی به هر دلیلی جایگاه قبلی والدین شما که در دوران طلایی بزرگسالی آن را به سختی تثبیت کرده بودند، در معرض آسیب قرار می‌گیرد.

فرد سالمند به دنبال به دست آوردن جایگاه قبلی، ممکن است به حوزه‌هایی وارد شود که شاید برای شما و یا بعضی از افراد خانواده ورود به این حوزه نوعی دخالت تعبیر شود و یا تا حدی هم سخت باشد؛ مثلاً مادر شما چنین قصدی ندارد که در امور تربیت فرزند شما و یا روابط خانوادگی‌تان دخالت کند، بلکه فقط می‌خواهد نشان دهد که هنوز هم مثل گذشته فردی مفید و توانمند است و دیگران می‌توانند به او رجوع کرده و در حوزه‌های مختلف از او نظر بخواهند. اگر هر کدام از ما برحسب علاقه، توان و تخصص سالمندان، جایگاهی را به او تقدیم کنیم و با رفتارمان به او نشان دهیم که هرگز از نظر ما به فردی سربرابر و غیر موثر تبدیل نشده است، بسیاری از مسائلی و مشکلاتمان حل خواهد شد. اکثر سالمندان توانمندی‌های خاصی دارند. اگر به آنها این فرصت و موقعیت را بدهیم که توانایی خود را به نوجوانان و کودکان خود و یا فامیل بیاموزند، احساس مفید بودن آنها را افزایش داده‌ایم. یا اگر مثلاً می‌توانند به کودک ما دیکته بگویند یا در حساب ساده به آنها کمک کنند خوب است که از آنها کمک بگیریم.

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

انتقال حس مفید بودن
دوره سالمندی هم مانند هر دوره دیگری در زندگی خصوصیات و دغدغه‌های مربوط به خود را دارد به طور خلاصه، شاید بتوان تنها یک نکته مهم را در مورد رفتار با سالمندان اشاره کرد. آن نکته مهم این است که ما باید همواره در ذهن خود یادآوری کنیم که این سالمند (پدر، مادر یا هر عضو دیگر خانواده) به دلیل ضعف قوای جسمانی و آسیب‌پذیری در

که با او طرف هستیم شان و مرتبه خاصی دارد که در رفتار با آنها باید مراقب به خطر نیفتادن آن شان و مرتبه باشیم. در بسیاری موارد وقتی صحبت از مراقبت و نگهداری از پدر و مادر سالمندان به میان می‌آید، گمان می‌کنیم چون آنها را دوست داریم، این مراقبت بسیار ساده است. برای همین با یک نگرش سنتی با آنها که یا به سن گذشته‌اند، رفتار می‌کنیم؛ رفتارهایی که گاهی مناسب سن والدین سالمندان (چه سالم و چه بیمار یا معلول) نیست. گاهی اوقات ما سعی داریم همان‌طور که از فرزندان مراقبت می‌کنیم، با آنها برخورد کنیم و فراموش می‌کنیم که ما هرگز نمی‌توانیم والدین و مادر خود باشیم و مراقبت از آنها مهارت‌های خاصی نیاز دارد. **نکته مهم** این است که این مهارت‌ها که باید در تکنیک رفتارهای ما نمود داشته باشد، آموختنی هستند اما بیشترمان این مهارت‌ها را بلد نیستیم و صرفاً با مهر و محبت هم نمی‌توان این مهارت‌ها را در خود ساخت. شاید اگر به طریقی یاد می‌گرفتیم که چه‌طور با فرد سالمند خانواده رفتار کنیم، این همه گلاب و ناراضی‌تی در خانواده‌ها به وجود نمی‌آمد.

بسیاری از فرزندان ترجیح می‌دهند والدینشان با آنها زندگی کنند زیرا از اینکه پدر یا مادر را به خانه سالمندان بیاورند احساس گناه می‌کنند و تصور خوبی از این مراکز ندارند. اگر تصمیم می‌گیریم که یکی از والدین با ما زندگی کند، باید توجه داشته باشیم که همه چیز مسلم و قطعی نیست. بهتر است در ابتدا شرایط زندگی و رفتارهای هر یک از اعضای خانواده را برای او توضیح دهیم تا بعداً دچار مشکل نشویم و احساس نکنیم که در دام افتاده‌ایم. زیرا در غیر این صورت ممکن است که متأسفانه از کسی که واقعا دوستش داریم، متنفر شویم.

چگونه باید با افراد سالمند رفتار کرد
همه این موارد نشان می‌دهند که ما به عنوان فرزندان یا نوه‌ها و حتی به عنوان اطرافیان افراد سالمند لازم است به آنها در بدست آوردن روحیه بهتر کمک کنیم. اما چگونه؟ در این مقاله می‌خواهیم برخی از این راه کارها را با شما در میان بگذاریم.

سالمند، کودک نیست
متأسفانه برخی از ما با سالمندان مانند کودکان رفتار می‌کنیم. به آنها امروز نهنی می‌کنیم و فراموش کرده‌ایم که سالمندی

۲۱ - مشاغل



گرفتن نرم افزارهای متنوع کامپیوتری برای به تصویر کشیدن ذوقتان میباشد که این مورد اساس بازاریابی بازرگانی می‌گنارد و شرکتها و کارفرمایان آمریکای شمالی این موضوع را به خوبی میدانند که هر شغلی در این زمینه به چه نرم افزارهایی نیاز دارند .

Fashion Designer- Graphic Artist- Graphic Designer- Graphic/Layout Technician- Illustrator- Children Books Illustrator- Comics Books Designer- Pre press specialist- Web Designer- Flash Designer- Movie special effect expert- Video Game Designer- Digital film Editor- Multimedia Engineer

چرا ما نباید یکی از این افراد باشیم.
هنر دیجیتال کاملاً وابسته به ذوق و خلاقیت هنری شما و همچنین به خدمت

Ubisoft 3D Artist
416-879-7010

تولا خداوند و نجات دهنده جهان

عیسی مسیح مبارک باد

۲۴ دسامبر ۲۰۱۷

ساعت: ۴:۳۰ ب.ه

جشن کریسمس

سرودهای شاد، نمایش، خبر خوش، پذیرایی همراه با شام

ورودی:
بزرگسالان (بالای ۱۲ سال)
کودکان (۴ تا ۱۲ سال)
کودکان (زیر ۴ سال)

۲۴ اوک اونیو، سمت جنوب غربی خیابان کارویل و شانزدهم، ریچموند هیل

تلفن: ۹۹۶۷-۳۵۶-۴۱۶

www.stctoronto.com

کلیسای روح راستین

Carvill 16th Ave

Spruce Ave

Oak Ave

Yonge St

رمان دنباله‌دار

نقطه تسلیم

شهره وکیلی

دقایقی بعد از آنکه علاء از خانه خارج شد، پرتو به سراغ تلفن رفت، شماره‌ی خانه‌ی یگانه را گرفت. بعد از چند زنگ یگانه گوشی را برداشت:

- الو؟
- سلام، خیلی دیر گوشی را برداشتی، حالت چطور است؟
- خوب نیستم، دلم گرفته
- خیر تازه‌ای شده؟
- نه، دلم برای بچه‌هایم تنگ شده است. نمی‌دانی نازان چقدر اصرار می‌کند که برگردم، می‌گوید به طور کل از باغ صرف نظر کن و زود بیا
- من و تو یک فرق بزرگ با هم داریم - چه فرقی؟
- دختر تو از فرط علاقه حالت را می‌گیرد، دختر من از فرط بی‌زاری!
- خیر تازه‌ای از دُره گرفتی؟
- نه، ولی باید بگیرم
- خوشحالم که در احساسات نسبت به او تجدید نظر کرده‌ای!

- احتیاج به تجدید نظر نبود، راه و روش خودم می‌توانست در طولانی مدت موثر باشد. اما علاء و خانم‌جان و آقاچان دست از سرم برنمی‌دارند. خانم‌جان و آقاچان عازم سفر حج هستند، قبل از تلفن تو

با خانم‌جان صحبت می‌کردم، اشک می‌ریخت و می‌گفت که باید قبل از رفتنش من و دُره را با هم ببیند. یگانه به خدا به دُره حسرت می‌خورم، او در همین سن و سال کم، استقلال رای و خود بودنش را حفظ کرده. اما من هنوز باید بیستم پدرم چه می‌گوید و مادرم چه دستور می‌دهد! در آرزوی یک زندگی

بدون امر و نهی می‌سوزم

- بلند شو ببیا اینجا با هم صحبت کنیم
- نه، آمادگی ندارم، به خانم‌جان قول داده‌ام، ولی نمی‌دانم از کجا شروع کنم.

- بگذار دیگران با در میانی کنند
- خیلی برای من خجالت‌آور است که به برادرهایم یا هر کس دیگری بگویم بین من و بچگام واسطه‌ی آشتی بشوید. تصمیم گرفتم خودم مستقیماً با او

صحبت کنم، ولی از عکس‌العملش خیلی نگران و مضطربم. تصور کن من به او تلفن کنم و بخواهم حرف بزوم، او یک مرتبه یا گوشی را بگذارد، یا چنان سردی نشان دهد که از غلط کردنم پشیمان شوم.

اما چاره‌ای نیست، اگر صدای گریه‌های مادرم را می‌شنیدی، می‌فهمیدی که جز این چاره‌ای ندارم. تو تصمیم را تایید می‌کنی؟

- شاید اگر ملاقاتی بین شما دوتا صورت بگیرد، بهتر بتوانی تصمیم بگیری. حرف مرا قبول کن و بگذار اول همدیگر را ببینید. هر دو شما با تصویری که از

جوایی هم در خاطر دارید، و خاطرات تلخ و شیرین آن روزگاران به هم فکر می‌کنید. ممکن است چهره و روحیات امروز همدیگر را نپسندید
- یگانه، باید صادقانه بگویم، از همین می‌ترسم. اگر هر دو نفر ما، در دیدارمان برداشت مساوی از هم داشته باشیم، از خوش‌شانسی است. چه مثبت و چه منفی فرقی نمی‌کند. اما اگر هر کداممان نتیجه‌ی عکس دیگری عایدش شود،

خوبی درانتگیز خواهد بود. فکر کن، او مرا با همین شکل و شمایل و مختصات امروزم بخواهد ولی من او را نپسندم. یا برعکس من او را در شرایط موجود نپسندم ولی او یک مرتبه از دیدنم یکه بخورد و از آسمان رویاهایش به زمین بیفتد، چه می‌شود؟!
- اصلاً به خودت عذاب نده. مطمئن باش اگر تو او را نپسندی، اتفاقی نمی‌افتد. او سال‌ها در میان مردمی با فرهنگی متفاوت زندگی کرده و از این چیزها ناراحت نمی‌شود. او هم تو را نپسندد، فاجعه‌ای رخ نمی‌دهد. چیزی از تو کم یا زیاد نمی‌شود. او با تربیت غربی که دارد، اگر خودش تو را نپسندد خیلی راحت حقیقت را می‌گوید و با یک معذرت‌خواهی می‌رود دنبال زندگی‌اش. مطمئن باش، به همین راحتی هم نظر تو را می‌پذیرد. اگر مدتی در غرب زندگی کرده بودی بهتر متوجه‌ی حرف من می‌شدی
- حرفت را رد نمی‌کنم، اما محیط و فرهنگ غرب هم روی آدم‌های مختلف تأثیرات متفاوت دارد. او پس از بیست و چند سال هنوز با خاطرات یک عشق قدیمی و کهنه زندگی می‌کند و تا به حال تن به ازدواج نداده
- مطمئن باش به زن دلخواهش برنخورده، و گرنه ازدواج می‌کرد!

- مسئله همین جاست که تا الان کسی نتوانسته جای مرا در قلب او بگیرد. یگانه، شاید خیلی خودخواهانه باشد، ولی من در این شرایط احساس خوشبختی و غرور می‌کنم. نمی‌خواهم این احساس از دستم برود. می‌فهمی چه می‌گویم؟ این رابطه در همین حد برای من شوراکنیز است. می‌ترسم، می‌ترسم با دیدن او شور و شادی‌ها دود بشود و به هوا برود!

- صحیح! در حقیقت می‌خواهی او همیشه عاشق و شوریده و منتظر باقی بماند. دوست‌داری التماس‌ها و تمناهایش را بشنوی. می‌ترسی یا روبرو شدنش، معادله‌ی نازهای تو نیازهای او به هم بریزد

- خودم سراپا نیازم. اقرار می‌کنم که حضور خسرو به زندگی پایان‌یافته‌ی من رنگ و جلا بخشیده. نمی‌خواهم این سعادت را از دست بدهم
- آخرش چی؟ این موش و گربه‌بازی درآوردن‌ها نه در شان توست، نه او. هنوز مکالمه ادامه داشت که صدای شماره گرفتن یک تلفن دیگر در گوشی پیچید. بعد از چند بار زنگ خوردن صدای تاجی شنیده شد و تمام حواس پرتو به طرف صدا رفت. تاجی با لحنی نوازشگر پرسید:

- از انگشتر خوشت آمد؟
- تاجی من، تاجی عزیزم، از دیروز تا به حال صدبار بوسیدمش!

- پرتو به یگانه گفت: یک خط روی خط تلفن‌مان افتاده است.
- من که چیزی نمی‌شنوم
- به هر حال از حرف‌های تسکین دهنده‌ات ممنونم. فعلاً باید مشکلم را با دُره حل کنم. بعد در مورد خسرو تصمیم بگیرم. نمی‌دانی چقدر دلم برای شروین تنگ شده، او روز به روز بزرگتر می‌شود و من از لذت دیدنش محروم! روزهای کودکی او که دیگر تکرار نمی‌شود
- به این مسائل زیاد فکر نکن، حضور خسرو می‌تواند التیامبخش باشد، از هیچکس نترس. وقتی قدم اول را برداری، کم‌کم راه‌ها باز و آسان می‌شود.
پرتو بیشتر حواسش به مکالمه‌ی تاجی و جاویدان بود، که اگر چه به وضوح شنیده نمی‌شد، ولی مفهوم بود. پس از یکی دو



دقیقه‌ی دیگر از یگانه خداحافظی کرد، و آخرین جمله‌ی او را فقط شنید:
- هر کاری از من بر می‌آید، بگو...
- خداحافظ، متشکرم.
صدای جاویدان شنیده می‌شد:
- تاجی بگو برای تولدت چه می‌خواهی؟
- باغ را می‌خواهم!
- به خدا قسم تا پای جانیم ایستاده‌ام. پرتو گوشی را به سینهاش چسباند. سرش را به دیوار تکیه داد. زیر لب نام خسرو را زمزمه کرد: "خسرو کاش می‌گذاشتی در همین دنیای شیرین خیال زندگی منم. من به اندازه‌ی تاجی پیر نیستم، ولی آن پرتویی هم نیستم که بیست و هفت سال پیش بودم. می‌ترسم این رویاهای جادویی با اولین ملاقاتمان در هم بریزد." خواست گوشی را دوباره روی گوشش بگذارد اما صدای سوتش بلند شد. گوشی را روی دستگاه گذاشت، به طرف آینه رفت. از روزی که سر و کله‌ی خسرو پیدا شده بود بارها خود را در برابر آینه ازرنمایی کرده و نتایج گوناگون گرفته بود. اما در آخر به یک حالت رسیده و ترس از موزی دلش را لرانده بود، ترس از برپاد رفتن رویاهای دل‌انگیز. اما آن روز، روز دیگری بود، غمی به سنگینی کوه بر سینهاش سنگینی می‌کرد. فکر و خیال دُره نمی‌گذاشت آرام باشد. به خانم‌جان و علاء قول داده بود که قضیه را حل کند. ماما حالا خود را سخت و ناتوان از اقدام می‌دید. از ذهنش گذشت که پیشنهاد علاء را بپذیرد و اجازه دهد او زمینه را آماده کند. اما غرورش اجازه نداد.

صبح روز بعد در سن نداشت. شب بدی را گذرانده بود، کسل و خسته به نظر می‌رسید. تلی از ورقه‌های صحیح نشده روی میز کارش خودنمایی می‌کرد، بی‌آنکه حوصله‌ی صحیح کردنشان را داشته باشد. تشویش و خیالات گوناگون خواب را بر او حرام کرده بود و احساس خستگی می‌کرد. آنقدر کسل بود که هنگام صبحانه، علاء با کجکاو

ازرنمایی‌اش کرد و گفت:
- مثل اینکه دیشب خوب نخوابیدی، خیلی خسته به نظر می‌آید!
- چیزی نیست، فکر می‌کنم سرما خورده باشم
- قرص سرماخوردگی بیاورم؟
- نه، اگر بهتر نشدم می‌خورم.
علاء وقتی می‌خواست از خانه خارج شود، با احتیاط گفت:

- می‌خواهید به جای شما من با دُره تماس بگیرم؟
و با این پیشنهاد نشان داد کاملاً متوجه علت خستگی و کسالت او شده است. پرتو به چهره‌اش سراسری نگاه کرد. زیر لب آن‌طور که او نشنود گفت: "تو چقدر خوب و پاکی عزیز دلم!" بعد با این جمله بدرقه‌اش کرد: "فکرت را ناراحت نکن، خودم حلش می‌کنم."

علاء رفت، ولی تا حدود ساعت یازده صبح دستش به تلفن نرفت. سرانجام با غذایی شدید کنار تلفنت نشست، گوشی را برداشت، ناخوسته و مردد شماره‌ی تلفن خانه دُره را گرفت. بعد از دو سه زنگ دُره گوشی را برداشت. پرتو با شنیدن صدای او دگرگون شد. یک لحظه تصمیم گرفت گوشی را بگذارد. اما تکلیفی که به دوشش گذاشته شده بود، را گریزش را می‌بست. با حال منقلب گفت:

- سلام دُره، منم مامان، می‌خواهم با تو حرف بزنم!
دانه دارد

مشاوره
تلفنی
رایگان

فروش . نصب . تعمیر

فرنیس، ایرکاندیشن، آبگرمکن، شوفاژ، روفتاپ باربیکیو، گرمایش از کف، اسپلیت یونیت، یونیت هیتر خدمات کانال کشی و گازکشی

کیفیت عالی، سرویس سریع، قیمت مناسب

Tel: 647.896.3025

Web: AirSolarSystem.com

Goodman

Goodman

Goodman

Goodman

Goodman

Goodman

آشپزی - کیتترینگ کدبانو

دسر شکلاتی انار ویژه شب یلدا

بروین ترابی
کیتترینگ کدبانو



مواد لازم:

انار دون شده: دو عدد
شکلات تلخ تخته‌ای آب شده به روش بن ماری: به مقدار لازم
کاغذ شکل دار شکلات: به اندازه لازم
طرز تهیه:
شکلات‌های تخته‌ای را درون ظرف فلزی ریخته و به روش بن ماری یا درون مایکروویو آب کنید.
کاغذهای شیرینی یا قالب را بسیار کم با روغن و قلم مو چرب کنید.
دانه‌های انار را درون قالب یا کاغذهای



شیرینی بریزید و سپس به آرامی شکلات آب شده را روی آن اضافه کنید.
دانه‌های انار را داخل قالب ریخته و روی آن‌ها شکلات آب شده بریزید.

قالب‌ها را به مدت ۳ الی ۴ ساعت درون یخچال و در طبقه بالا قرار دهید تا کامل شکلات‌ها بسته شود.
در انتها شکلات‌ها را از قالب جدا کنید.

ژله هندوانه‌ای ویژه شب یلدا



برای درست کردن این ژله که برای شب یلدا مناسبه، احتیاج به یک بسته ژله قرمز، نصف بسته ژله سبز و نصف بسته ژله آلو را داریم.

ابتدا قالب نودونی را کاملا چرب می‌کنید. قالب نودونی هم فلزی‌اش هست هم پلاستیکی.

ژله قرمز را با هر طعمی که دوست دارید داخل ظرف می‌ریزید. با یک لیوان آب جوش کاملا مخلوط می‌کنیم. می‌گذاریم کاملا خنک بشه. بعد بهش حدود دو قاشق شیر که به دمای محیط برسه، اضافه می‌کنیم. نصفش را داخل یک کاسه دیگه می‌ریزیم و داخل یخچال می‌گذاریم تا نیم‌بند بشه. بعد بهش شکلات چیپسی اضافه می‌کنیم. داخل قالب می‌ریزیم. داخل یخچال می‌گذاریم تا سفت بشه. بعد بقیه ژله قرمز را روش می‌ریزیم. دوباره در یخچال می‌گذاریم تا تقریباً سفت بشه. ولی نه خیلی

شروع به درست کردن قسمت سفیدش می‌کنیم. ژله آلو را با نصف لیوان آب جوش حل کردم. بعد از خنک شدن بستنی آب شده را روی آن ریختم. بعد از یکدست شدن، با قاشق روی ژله قرمز می

ریزیم. دوباره داخل یخچال می‌گذاریم. شروع به درست کردن ژله سبز می‌کنیم. مثل ژله قرمز عمل می‌کنیم. ولی من بهش یه قطره رنگ خوراکی سبز اضافه کردم که نزدیکتر به پوست هندوانه باشد.

بعد از خنک شدن بهش یک قاشق شیر اضافه کردم تا کمی مات شود. بگذارید حدود دو تا سه ساعت در یخچال بماند تا کاملا سفت بشه. نوش جان و شب یلدا خوش.

موس انار ویژه شب یلدا

مواد لازم:

زرده تخم مرغ: ۲ عدد
شیر: ۳ لیوان
ژلاتین: ۲/۵ ق غ (با نصف لیوان آب بن ماری کنید)
پودر ژله انار: ۲ بسته
آب انار: ۲ لیوان
خامه صبحانه: یک بسته
شکر: ۷۰ گرم
وانیل: نوک قاشق چای خوری

طرز تهیه:

ابتدا شکر و زرده و وانیل را با همزن می‌زنیم تا کشدار شود (حدوداً ۵ دقیقه با دور تند می‌زنیم)

شیر و زرده و شکر زده شده را با هم مخلوط و روی حرارت ملایم می‌گذاریم

بعد آب انار را اضافه می‌کنیم. سپس یکی از بسته‌های پودر ژله را اضافه کرده و هم می‌زنیم تا کامل حل شود. بعد خامه را اضافه می‌کنیم. با همزن دستی روی حرارت هم می‌زنیم تا یکدست شود. در آخر ژلاتین بن ماری شده را اضافه و شعله را خاموش می‌کنیم

آن یکی از بسته ژله را با یک لیوان آب



جوش حل می‌کنیم و می‌گذاریم کنار تا خنک شود. مقداری از دسر را داخل جام ریخته به صورت مورب داخل یخچال می‌گذاریم تا ببندد. بعد ژله را که درست کرده بودیم و خنک شده بود را روی جام ریخته و باز مورب داخل یخچال می‌گذاریم تا ببندد. در انتها مابقی دسر را ریخته و مجدداً می‌گذاریم تا ببندد.

برای ترین جام هم از میوه خشک انار و میوه کاکتوس و توت فرنگی و میوه کاج و گل طبیعی و بلوط استفاده کردم.

یک تیکه یونولیت را با چسب حرارتی به جام چسباندیم. بعد با همان چسب حرارتی گل و میوه های خشک را به یونولیت و میوه‌های تازه را با کمک خلال دندان بهش چسباندیم

سوپ گشنیز

مواد لازم:

جو پوست کنده: ۲۷۰ گرم (یک پیمانه)
روغن: یک قاشق سوپخوری
نمک: به مقدار لازم
هویج نگینی: ۲/۱ پیمانه
سیر رنده شده: ۲ حبه
آرد: ۲ قاشق سوپخوری
ماست سفت و کمی ترش: یک کیلو
گشنیز ساتوری: یک پیمانه
پودر فلفل قرمز: ۴/۱ قاشق مرباخوری
آب مرغ: ۲ پیمانه
سیب زمینی: یک عدد

طرز تهیه:

جو را یک روز قبل خیس کرده، آب آن را خالی می‌کنیم و با ۴-۵ برابر حجم جو خیس خورده آب و یک قاشق سوپخوری روغن درون قابلمه می‌گذاریم تا خوب جو پخته شود و لعاب ببندد. در پایان پخت، نمک، هویج و آب مرغ را اضافه کرده و می‌گذاریم تا بپزد. سپس سیب‌زمینی‌ها را



افزاده کرده، بعد از اینکه سیب زمینی‌ها پخت، ماست، آرد و سیر را با هم مخلوط کرده و خوب هم می‌زنیم تا مایع یکدست شود. سوپ را از روی حرارت برداشته و از سوپ به تدریج به ماست اضافه می‌کنیم تا ماست گرم شود، سپس مخلوط سوپ و ماست را روی حرارت ملایم قرار می‌دهیم

۲۰ نفره

۳۰ نفره

۴۰ نفره

کیتترینگ کدبانو با ارائه لاینرترین
غذاهای ایرانی آماده پذیرایی از
مهمان عزیز شماست

Kadbanoo
کیتترینگ کدبانو
Caterer

647-466-3845

@kadbanoo.p
kadbanooCatering

پکیج‌های اسپیشیال این ماه کدبانو:

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

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
فینگر فود ۱ ظرف
دسر (پاناکوتا، تیرامیسو یا پای میوه‌ای) ۲ ظرف

مرصع پلو با مرغ ۱۵ پرس
باقالی پلو با ماهیچه ۱۰ پرس
چلو و خورش قیمه بادمجان ۱۰ پرس
ته چین ۱ ظرف
کشک بادمجان ۱ سینی
سالاد الویه ۱ سینی
دسر (پاناکوتا، تیرامیسو) ۲ ظرف

فقط
۳۲۰
دلار

فقط
۴۵۰
دلار

فقط
۵۹۰
دلار



محمد

Registered Contractor

416 567 7353

خدمات کرماوسرما

آش برج بادال عدس

مواد لازم:

عدس: یک پیمانه پلویز
دال عدس: یک و نیم پیمانه پلویز
لوبیا چیتی: یک پیمانه پلویز
گندم: نصف پیمانه
پیاز خام: دو یا سه عدد
برنج: یک و نیم پیمانه پلویز
سبزی آش: نیم کیلو پاک کرده و خرد شده.

نمک و فلفل و زردچوبه: به میزان لازم
پیاز داغ و سیر داغ: به میزان دلخواه
در صورت تمایل آب قلم: یک لیتر (دلخواه) می‌توانید استفاده نکنید.

طرز تهیه:

لوبیا چیتی را جداگانه می‌پزیم و کنار می‌گذاریم البته می‌توانیم استفاده نکنیم ولی طعم خوبی به آش می‌دهد. در یک قابلمه بزرگ سبزی برنج، دال، گندم، پیازهای خام نگینی خرد شده و عدس را با مقدار لازم آب روی حرارت می‌گذاریم، کمی روغن اضافه می‌کنیم و زرد چوبه را همان ابتدای کار اضافه می‌کنیم و صبر می‌کنیم تا به جوش بیاید. سپس



درب ظرف را گذاشته حرارت را ملایم می‌کنیم و هر نیم ساعت یک بار آش را نمنا داغ سرو می‌کنیم این آش با کشک جور نیست ولی با ماست یا آب غوره یا رب آلوچه خیلی خوشمزه می‌شود.



Hamid Auto Service Inc.

تعمیرگاه، صافکاری و نقاشی در ریچموند هیل

- ✓ 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 آگزوز
- ✓ برچسب زرد
- ✓ تعویض شیشه
- ✓ سرویس تووینگ



دیگر نگران امیشن تست ماشین خود نباشید:
تست و تعمیر در ریچموند هیل

Tel: 416.967.1616
1.877.967.1616

www.HamidAuto.com
info@HamidAuto.com



28 Industrial Rd. Richmond Hill, ON L4C 2Y1

استخدام / سوپر ارزان

سوپر ارزان
به یک آقای

"کباب زن"
نیازمند است

416-841-6226

استخدام

به یک حسابدار
با حداقل دو سال سابقه کار
و تسلط کامل به کوئیک‌بوکز

نیازمندیم

905-597-0740

اجاره موقت

Yonge/Finch

آپارتمان دو خوابه،
دو حمام با پارکینگ و انباری
برای سه ماه اجاره داده می‌شود
ماهی \$2300

647-808-3450

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

اجاره

Steeles west/Bathurst

بیسمنت دو خوابه

Walk out

\$950+1/3 Utilities

647-247-1131

Over 30 Years of experience 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 ۱۵۷۷۹۵۱ - ۰۹۱۰ / ۸۱۰۶۶۱۵ - ۰۹۱۲

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

کترینگ کدبانو

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

647-466-3845

جویای همخانه

یک آقا ۵۰ سال به بالا

آپارتمان ۱ خوابه،

در بهترین نقطه داون تاون، کوئینزکی،
نزدیک به ایستگاه تی تی سی،
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 می‌شود
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

دفتر کار

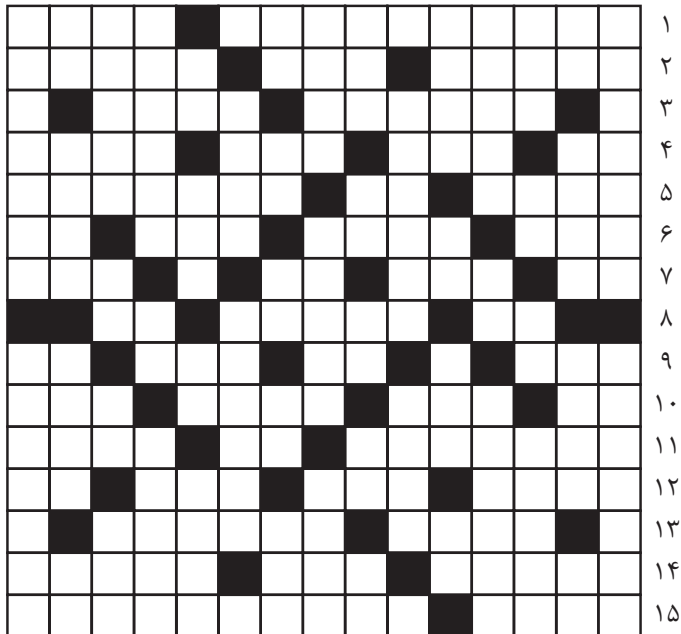
روبروی سوپر خوراک

416-500-1010

جدول

شماره ۱۱۶۶

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵



افقی

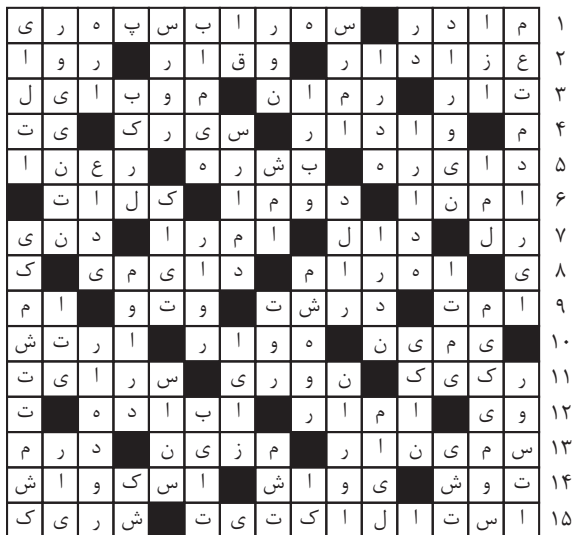
- ۰۱ به کسی گویند که نزد کسان یا دوستان خویش محبوب باشد. موزیک آهنگ نظامی
- ۰۲ دستگاه ردیاب الکترونیکی. دورویی و تظاهر. خوردنی مطلوب تابستان‌ها
- ۰۳ شهری در کشور ایتالیا. نگین انگشتر
- ۰۴ چاشنی خوشمزه سالاد. جامه. سخن بلیغ و شیوا. خواهان و مشتاق
- ۰۵ وقت و موسم. لنگه بار. پرنده غمخوار
- ۰۶ نی میان تهی. ترس‌آور و مهیب. بسته‌بندی استوانه‌ای. هزار کیلو
- ۰۷ عنصر شیمیایی از گروه هالوژن‌ها. قیمت و ارزش. صدایی در موسیقی. حرکت نوسانی آب
- ۰۸ از به پا کردنی‌ها. بهره‌ای از زندگی نگرفته. پرنده تنها
- ۰۹ عزم و اراده قوی. چه زمانی - غذای مزرعه و باغچه. شماره مخصوص
- ۱۰ آتش می‌گیرد. یک نوع سلاح جنگی. فریاد شادی. با "احوال" پرسند
- ۱۱ ایالت و دریاچه‌ای در آمریکا - از دامش مرد به معراج می‌رود. پرنده‌ای از نوع کبک
- ۱۲ ماه دهم از سال رومی. چین و چروک پوست. موی گردن سلطان جنگل. واژه تعجب
- ۱۳ از آلات موسیقی قدیم. پرندگان خانگی
- ۱۴ این دوست را دوستی ننشاید. شلوار لی. کرین خالص قدیمی
- ۱۵ اشاره به دور با تاکید. رمانی از "گوستاو فلور" نویسنده فرانسوی

عمودی

- ۰۱ سبک شعری شاعران فارسی‌زبان در قرن چهارم تا اوایل قرن ششم هجری. پایتخت دولت ماد نخستین پادشاهی ایران
- که "دیاکو" بنیانگذارش بود
- ۰۲ هنوز داغ نشده. توانایی خواندن و نوشتن. از گل‌های سفید و نامی برای خانم‌ها. مادر تازی
- ۰۳ فرهنگ و معرفت. زانو از آن می‌ترسد. پراکندگی. غذای آبکی بیمار
- ۰۴ ایوان کوچک جلو عمارت. خشکی، میوه. از مهمان پذیرایی می‌کند
- ۰۵ خواننده سبیده دمان. ابر زمینی. ظرف بزرگ خوراکی. مظهر زندگی و روشنایی
- ۰۶ درمانده و ضعیف. جاننشین
- ۰۷ بی‌گناه. صدای ناله‌کنندگان. صدمه و آسیب. یکی از دو جنس. مرغ می‌رود
- ۰۸ زادگاه. از بخش‌های چشم. تخلص شعری زنده‌یاد "مهدی اخوان ثالث"
- ۰۹ حرف جمع. دشنام دادن. من و جنابعلی. آشفنگی موی سر. کتابی از "دافنه دوموریه"
- ۱۰ خاستگاه خورشید. تعمیرکار فنی خودرو
- ۱۱ پسوند آش‌ساز. از پسران فریدون در شاهنامه فردوسی. بزرگشت
- ۱۲ شکل چهارگوش هندسی. نیم صدای مرغ. درخشان
- ۱۳ به انجام رسانیدن. درختی در تاجیکستان. زنده. در معرض دید ساختمان
- ۱۴ رودی در کشور فرانسه. نردبان ریسمانی. گیاهی جالبی با برگ‌های انبوه و درهم رفته. واحد سطح
- ۱۵ غذای ایرانی و نماد آدم‌های وارفته. انتظار و نگرانی

پاسخ شماره ۱۱۶۵

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵



Arwin Painting & Renovation Group (Insured)

نقاشی ساختمان

آروین تکمیل بیسمنت

تمیز و مطمئن
ارزان و سریع

تیم مجرب دارای لایسنس معتبر میباشند
انواع فلورینگ (لمینت، هاردوود، کاشی کاری)

گارانتی محسنی

897-7719 (416)

انجام کلیه امور برق صنعتی و خانگی

خدمات الکتریکی
برق صنعتی و خانگی

Master Pot Light
Commercial-Residential-Industrial

باداشتن لایسنس انتراریو

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

آموزش رانندگی پرهام

کاربردی ترین و سریع ترین آموزش
وقت سریع جهت امتحان G2, G
ماشین جهت Road Test

فخر آبادی 647-923-4700

آموزش رانندگی کیان

مدرس - آموزش تدریس (برای رانندگان با تجربه) و کامل (برای رانندگان نوآموز)
مگرن نوبت سریع امتحان برای آیین نامه و فوئر 2 و بزرگراه G
تجهیز برگ تخفیف بیمه و راهنمایی برای بافتن ارزاترین 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 آیین نامه با ترجمه بزبان انگلیسی و فارسی
مجانای برای شاگردان

416-897-6665

آموزش رانندگی آریا

گرفتن وقت سریع برای تورنتو بزرگ
به ویژه
Aurora

توسط مربی با تجربه در مناطق
ریچموند هیل، تورنتو
در خدمت ایرانیان عزیز

T. 905-737-0101
C. 416-873-0084

تدریس خصوصی

Tutoring

Grade 11 & 12

دبیرستان های ایران و کانادا
College & University

(647) 839-0990

مرتضی کتانی

AVESTA اوستا شرکت ساختمانی

Renovation Construction
حامد پیر

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

تلفن های مشاغل در تورنتو

آرایشگاه

دوستان 905-731-7536

آژانس مسافرتی

آبان (وبدا) 416-221-2792
آریا (رخشان) 416-229-1313
آسمان "میترا" 416-224-5464
اطلس 416-222-7776
افرا (کامران) 416-642-2372
پریشیا (افشار) 416-498-4726
سان شاین تورز 416-223-1441
وردلینگ 416-221-9199
یونایتد 416-225-5509
سیمیغ 905-597-9224
محسن امیدزاد 416-830-4554
مینا تراول 905-597-5717

آهنگاری 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، مصیبه 647-274-3050
دبیرستان Toronto Academy 647-274-3050
دبیرستان و هنرستان صوچی 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 صوچی 416-221-2111

الکترونیک

الکترونیک 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 مدبری (وام) 416-817-7756
حسین علیزاد 416-223-8885
محسن حنا 416-500-1010
نفری 416-450-3350

بازرسی ساختمان

افشین افشاری 416-830-3347
Delta 416-666-0555
نورالدین حقیری 416-888-7972
حسن نصر 416-722-3452
منوچهر ترکمنی 647-669-0639
محمد باقر پور 416-890-8091

بیمه

آجولو، 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
یغماتی-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
کفانی (دامپزشکی) 905-882-0078
ارجمند (چشم پزشکی) 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
الکتروگام 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 الکترونیک 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 (مصیبه) (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

ALLEN ELECTRONICS



فروش و نصب
جاروبرقی مرکزی

تعمیرات شرگرفه وسایل برقی منزل

یخچال-فریزر
لباسشوئی-خشک کن-مایکروویو
سیستم حرارتی منازل و فرنس
ظرفشوئی (خانگی و رستوران ها)

905-508-4111

BLUE SHADE
Custom Made Drapery and Shades

دوخت و نصب انواع پرده
در جدیدترین طرح ها و مدل ها

Tel: 416-847-2700
Cell: 416-418-7888

برای دیدن رایگان
هر 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 نشت یابی
با دستگاه و ترمیم قسمت مربوطه

لوله کشی رضا

سرویس، تعمیرات و نصب انواع
فرنس و ایرکاندیشن

سرویس سریع و مجرب در سطح تورنتو و حومه
نصب انواع آب گرم کن،
لباسشویی، ظرفشویی و یخچال

تجاری، مسکونی و صنعتی

با داشتن آیینس انٹاریو

416-661-9393 سرویس ۲۴ ساعته
416-876-6679

VISA MasterCard Interac R&Z

تلفن های مشاغل در تورنتو

حسابداری

ایده آل 905-59-777-59
امین 416-224-0540
تقی عبدالحسینی 416-658-4114
هارمونیک 416-317-3003
نشال (غایبی) 416-223-3336
هرمز 416-285-5858

حمل و نقل (اسباب کشی)

ارزان (مجید) 416-937-7525
Max 416-745-3725
عباس مووینگ (حمل زیاده) 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
دناکلاس (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
کاما 416-227-7799
پارسیان 416-512-8444
پرسیولیس 416-229-0000
پاسارگاد 905-508-2580
تهران تو 416-225-2345
تورنتو 416-300-1070
طاهری 416-488-8822
مرکزی 905-482-7847
مانی اسمارت 416-921-2899
بز دانپرست 416-300-1070

طلا و جواهر

پینو 416-367-4766

طبیعی درمانی

مهمیز آزاد 416-779-7901
هنری مساوات 647-222-6568
محسن رضوی 416-492-2111

رستوران

خانه کوچک کباب 416-595-9988
سنٹی شیبستان (۲۴ ساعته) 416-222-3335
شیراز 905-764-6900

عکاسی و فیلمبرداری

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

فروش و موکت

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

K.A. Signs K A SIGNS

تابلوسازی اهواز

ارزانتر و سریعتر از همه جا

140 Manville Rd. (Warden & Eglinton)

www.kasigns.ca
(416)755-7501

Tak Renovation Co. 16 Years experience
Mohammad Mellat Doust in Canada

سلام محمد هستم

کارهای ساختمانی شما از قبیل:

نقاشی، نجاری، کاشی کاری، مسکونی کردن زیرزمین، طراحی
و بازسازی خانه های قدیمی حمام و آشپزخانه پذیرفته می شود.

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 هر مورد تحصیلی
– تدریس ریاضی و فیزیک به زبان انگلیسی می باشد (در صورت نیاز فارسی)
– دروس گردیت مورد قبول دانشگاهها پذیرفته می شود

Grade 7-12, College, University
Calculus, Advanced Functions, Data, Physics

647-274-3050

خدمات گراماوسرما

محمد
Registered Contractor
416 567 7353

تینا بهرامی (کاتالی)

416.834.4205
Office: 416.443.0300

ROYAL LEPAGE
Tina Bahrami
Real Estate Broker
Royal LePage Signature Realty

Official sponsor of Homa Volleyball Team

خدمات جدید ایران استار

آگهی شما

آگهی شما روی شبکه اجتماعی خود شما

آگهی شما روی وب سایت خود شما

آگهی شما روی شبکه اجتماعی ایران استار

تیم والیبال

دختران و پسران هما
به سرپرستی
پریرا پیشوا و ناصر پیشوا
(۱۸ 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

بیمال ضمانت

خدمات کرماوسرما

محمد
Registered Contractor
416 567 7353

با کلیه لایسنس های مربوطه، ثبت شده، و بیش از ۳۰ سال سابقه کار
• یخچال های یونیتاری، خانگی، پاپ کولر، واک-این کولر، فریزر
• فرنیس، ایرکولر، شوینده گازی، لوله کشی گاز، مرطوب کننده هوا
• اجاق برقی و گازی، ماشین لباسشویی، خشک کن، ماشین ظرفشویی

تلفن های مشاغل در تورنتو

فروشگاه خوار و بار

ارزان..... 416-590-1234
تهران..... 905-482-1770
سوپرمدنی..... 905-773-2323

فنادی و ویکری

شمیرنی 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 بهمین..... 647-500-8003
Apple MacBook Setup..... 416-854-0192
خدمات کامپیوتر آر بانک..... 647-889-0024

کمک به سالمندان

AceHomeCare.ca..... (416) 628-8545

گلفروشی

باغ سبز..... 416-250-7070
گلفروشی گلخونه..... 416-227-1600

لوازم بدکی اتومبیل

دلنا - لوازم بدکی نو..... 416-292-7001

لوله کشی

احمد..... 416-661-9393
رضا..... 416-876-6679
میلا..... 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
خبریه پردیس..... 905-482-4822
مرکز ولیعصر (عج)..... 416-288-9868
انجمن ایرانیان..... 416-441-2656
سازمان زنان..... 416-496-9566
کانون مهندسیین..... 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

محصص

دفتر رسمی جم..... 905-216-8320
محصصین طباء ۱۱۰..... 416-228-9997
محصص 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

Miswebdesign.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
عظمی..... 905-731-0777
مهرانه طباطبائی..... 416-490-1931
مهدی مزین..... 416-222-0901
نوشین جوانشیر..... 416-591-4011
رویا گلسخی..... 416-301-7420
Top Immigration..... 416-871-4896
دکتر عابدی..... 416-666-6012

روانشناسی

شهرزاد حضرتی..... 647-726-2999

هتل و مهمانسرا

اسکان کانادا..... 416-540-2379

Friends Barber Shop

سالن آرایش مردانه
دوستان

7368 Yonge St. Unit 7A
905-731-7536

لطفاً با تعیین وقت قبلی

ادونس کامپیوتر Advanced Computer

ASUS - Toshiba - Lenovo

فروش انواع لپ تاپ، کامپیوتر و قطعات کامپیوتر
تعمیر انواع لپ تاپ، مک 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، PC و MAC (LED/LCD, Power Jack, Hinge)
Data & Password Recovery, Backup و بازیابی اطلاعات و پسورد ورودی
تبدیل انواع فیلم به DVD
آموزش کامپیوتر

سرویس در محل کار و منزل
We buy used/dead/ broken Laptop
Lowest Price For: Lap Top Sony Toshiba Lenovo ASUS

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

محصص رسمی تورنتو

وبگاه همکاری وکلای رسمی دادگستری کانادا و ایران

توجه ترجمه فوری توجه (ATIO Member) ترجمه رسمی کلیه اسناد رسمی

کلیه وکلای رسمی دادگستری کانادا و پایه یک ایران

10087 Yonge St. Richmond Hill
416-850-6455

توسعه و تکلیف های رسمی به ایران بدون تکلیف وکیل دارای اعتبار نمی باشد.

کلیه وکلای رسمی دادگستری کانادا و پایه یک ایران

توسعه و تکلیف های رسمی به ایران بدون تکلیف وکیل دارای اعتبار نمی باشد.

توسعه و تکلیف های رسمی به ایران بدون تکلیف وکیل دارای اعتبار نمی باشد.

مدرسه فارسی بچه های ایران

در قالب ریچموند هیل

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

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

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

۱۰٪ تخفیف برای ثبت نام در Farsi Summer School

امکانات برتر
آموزش بهتر
کلاسهای کم جمعیت

مطالب: متنوع، حرفه ای، علمی، بدون گرایش
منابع معتبر و غیر پروپاگاندی
سایز و طراحی: استاندارد جهانی
تمام رنگی: کاغذ تمام سفید (غیر بازیافتی: بدون سرپ)
هر شماره: در دو بخش خبری و زندگی
بدون متکنه: سبک، به راحتی تا می شود
قابل برگه برگ شدن: همه خانواده در یک لحظه آثاری خوانند
چاپ در بهترین چاپخانه های شهر
وضوح و کیفیت بالا در مطالب، آهنگی ها و چاپ
توازن در میزان آهنگی و مطالب

وب سایت
بیزینسی
از ماهی ۵۹ تا سایت های پیشرفته

روزنامه و طراحی
ایران استار قدیمی ترین، با کیفیت ترین و استاندارد، برای آهنگی شما

تبلینات
آنلاین
وبسایت، متن، مینا، وب رکتینگ Review

شبکه های اجتماعی
فیس بوک، گوگل، یوتیوب، توییتر، تگرام

IranStar.com
647.674.4048
169 Steeles Ave East

ایران استار

کامی را بر دم پیش مادر ت چون محیط منزل ما برای او خوب نبود. به علاوه، من خود در منزل وضعیت خوبی ندارم که او داشته باشد. به این جهت ترجیح دادم که از او دور باشم و او پیش مادر ت زندگی کند.

وقتی به تهران آمدی، علت این کار را مقتصلا برایت شرح می‌دهم. در منزلی که من هیچ‌گونه استقلالایی ندارم، چطور می‌خواهی کامی را بتوانم به میل خودم تربیت کنم. البته تقصیر همه به گردن خود من است و یک اشتباه کوچک خود باعث شد که زندگی‌مان به این صورت دربیاید. ولی مطمئن باش که اگر تو هم مرا بخشیده باشی، خودم را نمی‌بخشم.

فرخزاد از این جدایی پشیمان بود ولی کامیاب را که نزد مادر بزرگش و همسایه دیوار به دیوار او بود، نمی‌دید. "صدای کامی هم از آن خانه می‌آید. او در فاصله کمی از من زندگی می‌کند. من صدای او را می‌شنوم و آرزوی در آغوش کشیدنش در رومج می‌سوزد و خاکستری می‌شود. او همان‌طور پشت دیوار می‌خندد و من مثل دیوانه‌ها می‌خواهم هر چه که در اطرافم وجود دارد بخارم شود". ولی، به گفته خودش، "من کمتر به دیدن او می‌روم، چون این موضوع هم مرا عذاب می‌دهد و هم او را ناراحت می‌کند."

این بحثی پیچیده است که آیا مادر جوانی که ۲۱ سال بیش نداشت، و به دلایل فراوان و متفاوت کارش به آسایشگاه روانی و شوک‌درمانی کشیده بود، با سرنوشت فرزند خردسالش مسئولانه برخورد کرد یا نه. بهرآسانی، مگر با سرنوشت خود او مسئولانه برخورد شده بود؟ وانگهی، مگر مادر بودن تنها در مادر نمونه بودن خلاصه می‌شود؟ فرخزاد در نامه‌ای به شاپور با استیصال نوشت: "شاید تو و دیگران بعد از من فکر کنید که من خیلی بد بوده‌ام، من بچه‌ام را دوست نداشته‌ام. اما من نمی‌دانم چه بگویم، من فقط او را به تو می‌سپارم. تو می‌توانی حس کنی که در زندگی به کجا رسیده‌ام. فکر او اشک را به چشم می‌آورد. دلم می‌خواهد برایش مادر خوبی باشم، اما افسوس هر چه که در اطراف من وجود دارد، با آرزویم مخالفت می‌کند و پیوسته زندگی مرا از او دور می‌سازد."

قدر مسلم قوانین مدرستیز و اطرافیانی که می‌توانستند با هماهنگی و انعطاف از شدت طعمه این جدایی برای فرخزاد و فرزندش بکاهند، چنین نکردند. سرپرستی و نگهداری از فرزند یکی از مشکلات زنان شاعر و نویسنده بوده و هست. انتخاب ادبیات به عنوان حرفه مستلزم جایجا کردن الویت‌های زندگی است. با درگیری‌های روزمره زنان جور در نمی‌آید. سواي استقلال مالی و، به قول ویرجینیا وولف، "اتاقی از آن خود"، تعهد و تمرکز و تداوم می‌طلبد. فعالیت مستمر و پیگیر لازم دارد. نگاه گذرا به زندگی زنان نویسنده و شاعر، چه در ایران و چه در غرب، بیانگر این واقعیت است که زنان به‌ندرت توانسته‌اند، بدون از هم پاشیدن قاطعیت‌های سنتی، زندگی خانوادگی را با استعدادهای هنری خود اشتی دهند. طاهره قهرالعین مجبور به ترک همسر و سه فرزند خود شد. ازدواج تاج‌السلطنه پس از مدت کوتاهی به متارکه انجامید و دخترانش را از او جدا کردند. پروین اعتصامی تنها برای چند ماه مزدوج ماند. زنده‌دخت شیرازی هرگز ازدواج نکرد. سمین دانشور فرزند نداشت. مهشید امیرشاهی، گلی ترقی، و شهرنوش پارسی‌پور طلاق گرفتند.

از همین رو، هوشنگ گلشیری، که خود نویسنده‌ای توانا و پدر دو فرزند بود، می‌گفت:

"من اغلب نگران زنانی هستم که می‌خواهند بنویسند و راهی به جایی ندارند، یعنی محرومانند از امکاناتی که در اختیار مردان است. بسیاری از آن‌ها را می‌شناسم که پس از آموزش اولیه بچه به بغل منتظر بزرگ شدن فرزند مانده‌اند، که نمی‌دانند دست را نمی‌توان واگذاشت تا مگر روزی وقتش برسد."

ادامه دارد

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

نی‌نیستم، ولی فقط برای مدت کوتاهی دچار اشتباه شده بودم." تصویری که از خود در نامه‌هایش به پرویز شاپور در این دوره و در نخستین اشعارش ارائه می‌دهد، کلافی است سردرگم. تصویر زنی است که میان دو تعلق خاطر معلق مانده ولی تعهد قاطعش به شعر و شاعری است. گاه به شکل انسانی آزادی‌خواه و مدافع حقوق زن جلوه می‌کند و زمانی به هیئت انسانی آسیب‌دیده درمی‌آید. از اندوه و تنهایی‌اش می‌گوید. از احساس گناهش، از خودکامی‌اش، از فردگرایی‌اش و از فقدان روح مادرانه‌اش. ولی سرانجام نگهداری از کودک و اداره امور روزمره او را با حرفه شاعری در تناقض می‌بیند و طفلی را که «به زاری / ماتم از هجر

مادر گرفته» می‌گذارد و آشیانه را ترک می‌گوید. "دانم اکنون کز آن خانه دورا / شادی زندگی پر گرفته / دانم اکنون که طفلی به زاری / ماتم از هجر مادر گرفته // لبک من خسته‌جان و پریشان / می‌سپارم ره آرزو را / یار من شعر و دلدار من شعر / می‌روم تا به دست آرم او را".

فرخزاد، به حکم شرایط نامطلوب زندگی‌اش، تصمیم می‌گیرد نگهداری از کامیاب را به خانواده شاپور بسپارد. در نامه‌ای به تاریخ ۱۹ دی ۱۳۳۴، یعنی دو ماه پس از طلاقش، برای پرویز می‌نویسد:



می‌دهم، چشم‌هایم پر از اشک می‌شود و حس می‌کنم که خیلی خوشبخت هستم و از خدا می‌خواهم که بتوانم او را آن‌طور که آرزو دارم تربیت کنم. می‌شد، شب تا صبح نمی‌خوابید و به راز و نیاز می‌نشست و ناله سر می‌داد که "خدایا! / جانم بگیر و کم بده آزارش". ولی با آغاز کار شاعری و سفرهای بی‌دربی فرخزاد از اهواز به تهران با سیمای زنی آشنا می‌شویم که به‌دفعات از اشتباهاتی که ناخواسته یا نادانسته مرتکب شده سخن می‌گوید. "من فطرتا

احساس مسئولیت می‌کنم...

اندوخت‌ترین بخش "در دیاری دیگر" و جزئی‌ترین مضمون اشعار فرخزاد درباره جدایی از فرزندش است. هر چند شایعات پراکنده درباره جدایی این مادر و فرزند فراوان است، روایت خود فرخزاد و کامیاب شاپور از همه مشروح‌تر و معتبرتر است. در نامه‌ها، اشعار، و سفرنامه صدای مادری که یگانه فرزندش را به جان دوست می‌دارد با صدای شاعر جوانی که هم می‌آمیزد که در اطاعت از "خدای شعر" خانه و آشیانه را رها کرده است، و به آستان برجلال الهه خون‌آشام شکوه می‌برد که "او را از هر چه داشته جدا کرده" است. از درهم‌آمیختگی این دو صدای با هم در جدال است که فضا

و ابعاد وسیع شعر او ساخته می‌شود و ناگفته‌ها و ناگفتنی‌ها به قلم می‌آید. فرخزاد با مادر بودن ضدیت نداشت. برعکس آن را سرشار از عشق و لذت می‌دانست. شیرین‌ترین و عمیق‌ترین خواب‌ها را به خوابی تشبیه می‌کرد که با تکان‌هایی که "دست‌های مادران به گاهواره کودک‌کان می‌دهند" پدید می‌آید. می‌گفت: "من به بسرم علاقه زیادی دارم و شاید هیچ‌کس را به اندازه او دوست نداشته باشم. من هروقت که او را توی بغلم می‌گیرم و به سینمام فشار

زندگی‌نامه ۲۲

خلاف طبیعت" دانست. از همین رو افعالی همچون پرواز کردن، برخاستن، در راه بودن، توقف نکردن، در جریان بودن، از قفس پریدن و آواخ گرفتن در شمار متداول‌ترین واژه‌ها در سروده‌های اوست. اگر تجدد را نفی ایستایی و یقین بدانیم، آثار او از شاخص‌ترین نمونه‌های تجدد در ایران است. "آه راهی که به دریا می‌بوید / از فرو رفتن چه پرواییم بود / گر به مردابی ز جریان ماند آب / از سکون خویش نقصان یابد آب / جانم اقلیم تنباهی‌ها شود / زرفنایش گور ماهی‌ها شود". پس هیچ جای تعجب نیست که تنها نخستین قسمت سفرنامه منتشر شده بود که نویسنده‌اش به ماجراجویی محکوم شد. هرچند او تأکید کرده بود که "هدف من از رفتن به اروپا دیدن چیزهای تازه و یا لمس لذت‌ها، شادی‌ها و زندگی‌های رنگین‌تری نبود". مصحح مجله "بود" را به "می‌نمود" تبدیل کرده و خواننده‌های از خرمشهر به این نتیجه رسیده بود که "بله، تنها حرف راستی که زدی همین بود، اگر هم صریحا نمی‌نوشتی، ما می‌توانستیم خودمان موضوع را حدس بزیم. اصلاً اول معلوم بود". فرخزاد در یک جبهه نمی‌جنگید. "با این گروه زاهد ظاهرساز / دانم که این جدال نه آسانست / شهر من و تو فلفلک شیرینم / دیربست کاشیانه شیطانست".

"در دیاری دیگر" عاری از توصیف ماجراجویی‌های عاشقانه و درگیری‌های جنسی است. به گفته خود مسافر، "صمیمی‌ترین دوستان مرا در تمام مدت می‌گفتند که در اروپا زندگی می‌کردم، بچه‌های کوچک تشکیل می‌دادند و من آن‌ها را دوست دارم و از باکی و صفای روحشان لذت می‌برم". در برگ‌برگ صفحات این سفرنامه ردپای ذهن متفحص و دقیق زن جست‌وجوگری دیده می‌شود که می‌خواهد فرهنگ میزبانش را بهتر بشناسد و در این روند شناخت بهتری از خود به دست بیاورد. "خوشحال بودم که در قالب یک "بیگانه" به میان آن‌ها می‌روم. این موضوع به من کمک می‌کرد که آدم‌ها را با لاقال آن‌ها را بهتر بشناسم، زیرا همیشه آشنایی آدم‌ها تولید تکلفاتی می‌کند که چون حجایی در میان آن‌ها حائل می‌شود و نمی‌گذارد که آن‌ها به خوبی و همان‌طور که هستند یکدیگر را بشناسند. ولی وقتی انسان بیگانه بود، در دور می‌نشیند و به دیگران چشم می‌دوزد، به دیگران که با هم آشنا هستند، و در این میان نه تنها موفق می‌شود که دیگران را حقیقتاً بشناسد، بلکه رفته‌رفته با خودش هم آشنایی پیدا می‌کند."

راوی "در دیاری دیگر" در تمام طول سفر یک گردشگر تصادفی یا یک مسافر حرص خرید نیست. به راه‌پیمایی‌های طولانی می‌رود. به سیر و سلوک در درون خود می‌پردازد. "در مورد نوع و نام درختان کنجکاو" می‌شود. در کوچه پس‌کوچه‌های مهتابی و در کنار دریا سلاسه‌سلاسه قدم می‌زند. به موزه‌ها و اماکن تاریخی و تئاتر و سینما می‌رود و هرگز طبیعت را از نظر دور نمی‌دارد. به نوبی نسیم در میان شاخه‌های درختان، به زمزمه فواره و ریزش باران گوش می‌سپرد. از خش‌خش برگ‌ها، که پای برهنه‌اش را نوازش می‌کنند، لذت می‌برد. آفتاب را در اوج جلال و سخاوتش پذیرا می‌شود. و اندک‌اندک در سرزمین بیگانه سلامت خود را بازمی‌یابد و، همان‌طور که در نامه‌ای به پدرش می‌نویسد، در آزادی به آرامشی می‌رسد که در خانه خود نداشت. حالا آدم‌ها این‌جا، آزاد هستند، همان آزادی که شما ترس داشتید. به من بدهید و من پنهان از شما تلاش می‌کردم به دست بیاورم و به همین دلیل دچار اشتباه می‌شدم. در حالی که حق این بود که شما در به دست آوردن این آزادی از راه صحیح به من کمک می‌کردید... برعکس تصور شما، من زن خیال‌بازگردی نیستم، بلکه خودم هستم. زنی که دوست دارد کنار میز نشیند و کتاب بخواند و شعر بنویسد و فکر کند. چرا؟ چون حس می‌کنم مال خودم هستم. حس می‌کنم در خانه راحت هستم. دیگر چشم‌های کسی با تنفر و تحقیر مرا نگاه نمی‌کند؛ دیگر کسی به من نمی‌گوید این کار را بکن، این کار را نکن. کسی مرا یک بچه فقه نمی‌داند و من برای خودم، برای حفظ وجودم و شخصیت خودم

مجموعه کتاب‌های دکتر عباس میلاتی ، دکتر فرزانه میلاتی

فرزانه میلاتی

عباس میلاتی

قابل خرید در:

milanibooks.com

دو کتاب فروغ فرخزاد و نگاهی به شاه را علاوه بر آنلاین، از بنیاد پریا و یا کتابفروشی‌های شهر تهیه فرمائید

- مطالب منتشره با نام، مصاحبه و یا رسیده از خوانندگان، نظرات آنان را بیان می‌کند و مسئولیت آن به عهده ایران استار نیست.
- ایران استار در صورت لزوم حق ویرایش، ترجمه و کوتاه کردن مطالب را برای خود محفوظ می‌دارد.
- آخرین فرمت ارسال با تصحیح مطالب دوشنبه ۱۲ ظهر و آگهی‌ها سه‌شنبه ۵ عصر است.
- از انتشار هر گونه مطلب نادرست، اهانت و تهمت‌آمیز، و آگهی غیر قانونی، معذوریم.
- هر گونه استفاده از مطالب، طراحی و تصاویر این رسانه منوط به اجازه کتبی می‌باشد.

ایران استار

Iran Star Marketing Inc.
Tel: (+1) 647-674-4048 | Web: www.iranstar.com
169 Steeles Ave East, North York, ON M2M 3Y5, Canada

