

دفتر جدید: 6024 Yonge
بهترین نرخ حواله فوری ۲۸ ساعته
پرداخت همزمان ارز با کارت
علاوه‌های ایران
ارز ملل
416.830.6500 6024 Yonge St.

ایران استار

ارز پرسپولیس
416.229.0000
تبادل: ۲۵ ارز جهانی و بهترین نرخ برای تبدیل دلار آمریکا به کانادا
PERSEPOLIS EXCHANGE

محمد رضا فدوی
مسکونی، تجاری، سرمایه گذاری
416.732.7777
ROYAL LEPAGE
ROYAL LEPAGE TERRACOTA
REALTY BROKERAGE

Thu, 30 Aug 2018 - V. 25 - No.1202 | 169 Steeles Ave. E. Toronto, ON M2M 3Y5 | www.iranstar.com | info@iranstar.com | Tel: 647.674.4048 | ۱۲۰۲ ش ۲۵ - سال ۱۳۹۷ - شهریور ۱۳۹۷

ایران استار، هر هفته، حداقل ۱۲ نویسنده متخصص محلی دارد
پاورقی: کتاب پُرفروش "نگاهی به شاه عباس میاهلی" - ۲۲ هزار نسخه

ارز سرمایه
حواله از کویت
بی نظیر، با قیمت عالی و
سریع (مستقیم)
چک بانکی در اسرع وقت
پرداخت همزمان با دستگاه کارتخوان
905.237.9050
905.237.2231
416.616.0714
10097 - 1 Yonge St.

انواع بیمه
Commercial - Auto - Home
Life - Disability
نائله آجورلو
سازگار از ۱۹۸۶ در کانادا
416.558.6454

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

مردان ثروتمند ۸ سال بیشتر عمر می کنند
ترجمه ایران استار - با توجه به بررسی‌های به عمل آمده توسط موسسه "سی‌دی‌هاو" که یک موسسه غیر انتفاعی است، امید به زندگی مردانی که درآمد بیشتری دارند به نسبت مردان کم‌درآمدتر ۸ سال بیشتر خواهد بود. برای زنان، این شکاف عمر میان ثروتمندان و فقیران بسیار کمتر است و به حدود سه سال می‌رسد. زنان ثروتمند می‌توانند انتظار داشته باشند که تا ۸۶ فقط ۸۲ سال است. برای مردان، این میزان تقریباً ۲۰ درصد بالاتر می‌باشد. یعنی امید به زندگی در مردان ثروتمند ۸۳ سال است، در حالی که کارگران کم درآمد می‌توانند انتظار داشته باشند تا ۷۵ سالگی زندگی کنند. این مطالعات با استفاده از آمار بدست آمده از "طرح بازنشستگی کانادا" برای بازنشستگان متولد بین سال‌های ۱۹۲۳ تا ۱۹۵۵ تکمیل شده است. ۱۲

خدمات حسابداری
و مالیاتی بهمین
905.597.0740
416.840.2769
7191 Yonge St.
Suite 313
West York, Ontario

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

بیمه
حساب پس انداز تحصیلی ص. ۱۳
محمد رحیمیان
905.370.0011
sherkatebimeh.com

حسین علی‌نژاد
مشاور املاک آگاه شما
416.223.8885
Central St. Suite 101
UT Stoughton

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

به زودی در قلب پلازای ایرانیان: با قیمت‌های باور نکردنی
صرافی با متد جدید

صرافی یزدان پرست (ارز تورنتو)
با مجوز رسمی از بانک مرکزی ایران
حواله ارزان و سریع از کویت
416.300.1070

تضمین فروش املاک شما
با ۲۵ سال تجربه کاری من
امید گرگانی
مشاور املاک
416.315.6643

کارشناس وام
مجید حبیبی
416.553.3394
www.majidhabibi.com
5400 Yonge St.
Unit 208, Toronto,
ON, M2N 6R6

ارز صرافی آرگ
6085 Yonge St. پلازای ایرانیان
416.224.0000

انواع وام
مهندس بهروز علی‌پور
647-922-6739
مشاور رسمی در وام‌های مسکونی و تجاری
همه مشکلات وامی شما را حل می‌کنیم
REFINANCING

بیمه
شیده میریان
289.809.8116
Allstate

مناسبترین وام مسکن
تضمین تصویب اولیه سریع و آسان وام مسکن
CIBC
Daniel H. Neely
647-668-2200
11666 Yonge St.
تلفن دفتر: ۱۵

به این میگویند
ساندویچ!
8199 Yonge St. پارسی ساندویچ

صرافی تاج
پرداخت همزمان با دستگاه کارتخوان
647.345.3336
۶۰۸۷ خیابان بانک
پلازای ایرانیان
ایران، یونیا میاویلیا ۷۸-۷۷-۳۳۹۱۰۷۶-۴۱۱

ارز نیویورک
پرداخت همزمان با کارت‌های عابر بانک ایران
(بدون کارمزد)
905-597-8787
7368 Yonge St.

ترجمه و رسمی
لیلا فاروقی
مشاور رسمی فارسی به فارسی
ATIO
6075 Yonge St., Suite 308, Toronto
416-619-0933

پرداخت همزمان ارز با دستگاه کارتخوان
صرافی پاک سیما
416.731.9797 , 416.221.1308
8185 Yonge St. Unit 202

دانیال نیلی
کارشناس وام مسکن
416-668-2200

تور کامل ۳ روزه، شامل هتل، رفت و آمد، صبحانه
تور استثنایی کبک و مونترال
416.730.8687 (پاراضهای فارسی‌زبان)

صرافی Nationwide Exchange
با مجوز رسمی از دولت کانادا
در اسرع وقت و بهترین نرخ ممکن
647-669-7555
7181 Yonge St. Unit #4, Toronto, ON, L3T 0C7
(WORLD ON YONGE)

رستوران دربار
647.351.4242

کریسانچ خوشمزه رستوران است
JASMIN SANDWICH
سازنده بیسکویت

محمدرضا اوچی
TOP PRODUCER
416.225.2900
MICHAEL OWAT
مشاور املاک مسکن، با تجربه و آگاه

IRAN STAR

املاک پاسارگاد
بابت پیش‌پرداخت خریداران
ملک مسکونی با تیم پاسارگاد
www.pasargadrealtors.com
Hasti Tagh Jamal Sheidaei Moor Sabet
ROYAL LePAGE
West Real Estate Services
تخفیف ویژه ۲٪
خرید دلار از ارز پاسارگاد
10159 Yonge St. Richmond Hill
Tel: 905-731-2000 Fax: 905-886-7556

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

Income Tax Etc.
با استفاده از تخصص ما:
بیشتر مالیات پس بگیرید!
Tel: 647.352.5556 | 6013 Yonge St., Suite 306A
کلیه امور حسابداری و مالیاتی اشخاص، شرکتها و بیزینسها

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

خدمات ترجمه درستکار
علیرضا درستکار
ATIO Certified Translator
Tel: 647-965-3867
10271 Yonge St., Unit 224 - 7368 Yonge St. Unit 10A
Email: dorostkar.translation@gmail.com www.persianttranslation.ca

ارز نیویورک
حواله مستقیم از صرافی کویت
✓ دریافت بانکی سریع
✓ پرداخت با دستگاه
✓ ارسال ارز به ایران
416.628.1020
905.910.0710
#107 - 10255 Yonge St., Richmond Hill

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

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

بیمه ارزان
سیروس آقازاده
416.829.7877
یا ۳۳ سال سابقه کانادا

رستوران خانوادگی ۲۴ ساعته ایرانی،
انواع غذاها با کیفیت بالا و قیمت مناسب
در بند شعبه دیگری در تورنتو و کانادا ندارد
در بند
کیت‌رینگ در بند: 647-832-8232
رستوران در بند، پانوق خانواده‌ها و ورزشکاران و هنرمندان
879 York Mills Road, North York, ON M3B 1Y5
رستوران در بند: 416-445-1777
کله‌پاچه ✓
دیزی سنتی ✓
حلیم ✓

اخبار کانادا - تورنتو

تی تی سی به مسافران پرس تو ۲ ساعت جابجایی رایگان می دهد



ترجمه ایران استار - از این پرس مسافران با خوشحالی از کارت های تخفیفی پرس تو خود استفاده می کنند زیرا آنها خواهند توانست از سرویس حمل و نقل شهری شرکت تی تی سی تورنتو نیز به مدت ۲ ساعت، به رایگان استفاده نمایند. بدین ترتیب مسافران خواهند توانست چندین سفر درون شهری را در یک زمان دو ساعته انجام دهند در حالیکه تنها برای اولین سفر خود کرایه پرداخت کرده اند. "بریتنی استوارت" یکی از دارندگان کارت پرس تو گفت: این سیاست جابجایی دو ساعته که اخیراً اضافه شده، برنامه ریزی روزانه او را بسیار ساده تر می کند. او افزود: "من فکر می کنم این واقعا عالی است، طبق طرح جدید، جابجایی مسافران با وسایل نقلیه عمومی خیلی به صرفه تر خواهد شد زیرا مسافران خواهند توانست در مدت ۲ ساعت مسیریهای رفت و برگشت خود را نیز طی کنند بدون اینکه نگران پرداخت هزینه ۳ دلاری دیگری باشند".

استفاده از این سرویس دو ساعته تنها با داشتن کارت های تخفیف الکترونیکی پرس تو امکان پذیر خواهد بود و مسافرانی که از پول نقد، "توکن" یا بلیط برای جابجایی شان استفاده می کنند شامل این طرح نمی شوند.

شهردار تورنتو، جان توری نیز روز یکشنبه توضیح داد که زمان دو ساعته به محض اولین استفاده از کارت پرس تو محاسبه می شود و این زمان شامل اولین و آخرین استفاده ی کارت در سیستم نخواهد بود. بنابراین مسافران بدون پرداخت کرایه بیشتری می توانند در مدت ۲ ساعت در هر مسیری، از جمله در مسیریهای متفاوتی حرکت کنند.

هیئت مدیره تی تی سی سیاست جابجایی دو ساعته را در ماه نوامبر تایید کرده بود. براساس گزارشی که در آن زمان به هیئت مدیره ارائه شد، اجرای این طرح، حدود ۵۰۰۰۰۰۰ جابجایی را در هر سال به این شرکت اضافه خواهد کرد. این گزارش تخمین زده است که اگر این طرح در ماه اوت اجرا شود، این شرکت در سال جاری حدود ۱۱ میلیون دلار هزینه خواهد داشت که هزینه سالانه آن بالغ بر ۲۰/۸ میلیون دلار خواهد بود.

ترجمه ایران استار - دادگاه عالی کانادا روز پنجشنبه اعلام کرد که درخواست تجدیدنظر سازمان املاک و مستغلات تورنتو در منع انتشار داده های فروش خانه ها را رد کرد.

این تصمیم دادگاه ممکن است منجر به یک نزاع طولانی قانونی شود که طی آن موضوع دسترسی آنلاین خریداران املاک به اطلاعاتی مانند قیمت فروش خانه، تاریخ خانه و روند بازار املاک در یک محله داشته باشند مورد بررسی و تصمیم گیری مجدد در مرجعی بالاتر شود.

سازمان املاک تورنتو دادگاه عالی کانادا را باخت



یک خانه در طول مدت ۳۰ تا ۴۰ روز فروش نرود آن را از بازار خارج می کنند و شاید بیش از یک سال بعد به فروش برسانند، و دانستن این امر به خریدار کمک شایان توجهی می کند". او افزود نگرانی سازمان املاک و مستغلات تورنتو درباره حفظ حریم خصوصی نیست، بلکه درباره کنترل بازار است، طوری که تنها مشاوران و نمایندگان املاک با دسترسی به سیستم "ام ال اس" بتوانند به اطلاعات دسترسی داشته باشند.

"جو زف زنگ" که سایت اینترنتی "هوم سیگما" که یک سایت اطلاعات املاک در کانادا است را مدیریت می کند گفت: فکر می کنم این تصمیم خیلی دیر گرفته شده است. وی افزود که سایت او آماده ارائه کلیه اطلاعات در خصوص خرید و فروش خانه به همه بازدیدکنندگان آنلاین است و او معتقد می باشد که این نوع نوآوری باعث می شود مشتری از شرایط بازار مطلع گردد.

در حال حاضر کسانی که به دنبال اطلاعات املاک هستند معمولاً باید به نمایندگان و کارگزاران بازار املاک مراجعه کنند چون اینگونه افراد هستند که به پایگاه داده ها دسترسی دارند و برای بدست آوردن این دسترسی هزینه های مربوط به آن را نیز پرداخت می کنند.

سازمان املاک و مستغلات تورنتو از سال ۲۰۱۱ تاکنون در تلاش بوده تا بگذارد اینگونه اطلاعات در اختیار عامه مردم قرار گیرد و چنین استدلال می کرده که این دسترسی آزاد همگانی، حریم خصوصی افراد را نقض می کند.

در سال ۲۰۱۱ "کامپتیش بورو" که یک سازمان مستقل برای رقابت سالم و حفاظت از حقوق مصرف کنندگان است، از طریق کمیته نظارت فدرال ادعای سازمان املاک و مستغلات تورنتو را به چالش کشید و گفت که اینگونه اعمال نفوذ مانع رقابت و نوآوری دیجیتال می شود. بدین ترتیب در ابتدا دادگاه قضایی در آوریل ۲۰۱۶ تصریح کرد که نمایندگان املاک و مستغلات باید داده ها را عمومی کنند؛ و سپس در سال ۲۰۱۷ دیوان دادگستری فدرال این حکم دادگاه قضایی را تایید نموده و لاجرم سازمان املاک و مستغلات تورنتو شکایت خود را به دیوان عالی کشور برد تا بتواند ادعای خود را به کرسی بنشاند. نتیجه این دادگاه تایید دیگر دادگاهها و به ضرر سازمان املاک و مستغلات تورنتو بود

دفتر حقوقی

DANSON RECHT LLP

BARRISTERS AND SOLICITORS

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

مرجان دلاور

وکیل رسمی

با پروانه وکالت در استان انتاریو

از سال ۲۰۰۲

فارغ التحصیل از دانشکده حقوق

دانشگاه یورک

OSGOODE HALL LAW SCHOOL

B.A. (Hons.), J.D.

(Jurisprudence Doctorate)

Member of:

Canadian Bar Association

Ontario Bar Association

Iranian Canadian

Legal Professionals

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

ACCESS

Paralegal Services

دفتر حقوقی

- کلیه دعاوی حقوقی تا سقف \$ ۲۵,۰۰۰
- کلیه امور مربوط به مالک و مستاجر
- دست گذاشتن روی ملک
- 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

دفتر جدید ریچموند هیل:

34 Centre St., Thornhill,

Ontario, L4J 1E9

www.accessparalegal.ca

Direct: 416-910-7182

Access
Paralegal
Services

کارن میراعلمی

مشاور املاک

647-267-7373

www.toplistings.net

Homelife Cimerman
Real Estate LTD.
Brokerage *
Tel: 416-226-9770



اخبار کانادا

سازمان خون کانادا احتیاج به خون دارد اما مردم نمی‌توانند به راحتی خون دهند



می‌توانند در بیمارستان‌های محلی‌شان خون اهدا کنند. در ضمن مردم می‌توانند در هنگام سفر به شهرهای بزرگ نیز خون اهدا کنند. یک گروه بزرگ دیگر که می‌خواهند خون اهدا کنند اما به راحتی نمی‌توانند: مردان همجنسگرا هستند. در حال حاضر، مردانی که با مردان دیگر رابطه جنسی دارند، تنها در صورتی می‌توانند خون خود را اهدا کنند که حداقل یک سال بصورت مجرد زندگی کرده باشند. این دوره زمانی کوتاهتر از قبل از سال ۲۰۱۶ است. در آن زمان مردان مجبور بودند حداقل پنج سال صبر کنند و قبل از سال ۲۰۱۳، هر مردی که حتی یک بار از سال ۱۹۷۷ با یک مرد رابطه جنسی می‌داشت، مجاز به اهدا خون نبود.

سازمان انتقال خون کانادا در بیانیه‌ای گفت که از ساکنین دور از شهرهای بزرگ سیاسگزار است ولی به دلیل فواصل زیاد جغرافیایی امکان نگهداری مراکز اهدا در فواصل دور و کم جمعیت را ندارد. بدین ترتیب با وجود حمایت زیاد مردم کانادا از اهدا خون، در واقع به دلیل کمبود امکانات، خدمات‌رسانی به همه میسر نمی‌باشد.

اگر چه کانادایی‌ها در خارج از شهرهای بزرگ ممکن است قادر به اهدا خون نباشند ولی سازمان خون کانادا صراحتاً به مردم توضیح می‌دهد که آنها همواره

ترجمه ایران استار - سازمان خون کانادا اخیراً گفته است که تا ۲۶ اوت به ۲۲۰۰۰ کانادایی نیاز دارد تا خون اهدا کنند تا خون کافی برای پاسخگویی به بیماران نیازمند برای بقیه تابستان موجود باشد. ولی واقعیت آنست که برای بسیاری از مردم حتی اگر بخواهند نیز اهدای خون خیلی آسان نخواهد بود. "ونسا رولیزرز" گفت: "من هیچ وقت در طول عمرم خون نداده بودم تا اینکه چند سال پیش تصمیم گرفتم برای پی‌بردن به گروه خونی خودم هم که شده یکبار خون بدهم، آنجا بود که دریافتم گروه خونی من "او" منفی است و بدین ترتیب من می‌توانم به همه خون رسانی کنم".

رولیزرز می‌گوید دوست دارد کمک کند اما در نزدیکی خانه‌اش در "گرند پریری آلتا" مرکز انتقال خونی وجود ندارد. او اخیراً متوجه شده که تمام واحدهای متحرک اهدای خون از منطقه گرند پریری رفته‌اند و او برای اهدای خون مجبور است به آمونتون یا کالگری برود و این یعنی ۵ ساعت رانندگی.

لیستی از محل‌هایی که امکان اهدای خون در آنجا وجود دارد در سایت اداره انتقال

بالا آمدن آب اقیانوس، خانه‌های ونکوور را می‌بلعد



استریت، در بیانیه‌ای گفت: "ما همه می‌دانستیم که مشکلات مربوط به سیل از بالا آمدن سطح دریا بدتر است ولی از دست رفتن ارزش خانه‌ها به طور حتم حیرت‌انگیز می‌باشد. الان موقع عمل است".

این مشکل می‌تواند بر کانادا نیز تاثیر بگذارد، به خصوص بر روی بازار املاک و مستغلات گران قیمت ونکوور. نقشه‌های تعاملی از سازمان هواشناسی مرکزی آمریکا نشان می‌دهد، در صورتی که زمین می‌تواند کلیه بخش‌های جنوبی منطقه بزرگشهر ونکوور و مناطق پایین‌تر ونکوور شمالی را با خطر سیلاب روبرو کند، این افزایش یک درجه‌ای دمای زمین تقریباً اجتناب‌ناپذیر است. این موضوع فقط مختص و یا محدود به ونکوور نیست، بلکه بندر "هالیفاکس" نیز می‌تواند به زیر آب رود، همینطور کل محله‌های "چاروت‌تاون" و بخشی از "نیوآرژونیک" نیز با همین مسئله روبرو هستند.

ترجمه ایران استار - کارشناسان آب و هوا هشدار داده‌اند که سیلاب‌های ناشی از بالا آمدن سطح آب دریا ممکن است اقتصاد محلی را نابود کند. تحقیقات جدید نشان می‌دهد که این اتفاق هم اکنون در حال وقوع است و صاحبان خانه در بزرگشهر ونکوور بیشترین خسارت‌ها را خواهند خورد. براساس تحقیقات جدید بنیاد "فرست استریت" که یک سازمان آمریکایی غیر انتفاعی بررسی تغییرات اقلیمی است، از سال ۲۰۰۵ تاکنون ارزش خانه‌ها در ۸ ایالت ساحلی آمریکا به دلیل بالا آمدن سطح آب، ۱۴/۱ میلیارد دلار سقوط کرده است.

این مطالعات که نخستین بار در خصوص شناخت جمعیتی و تنظیم سیاست‌های دولت بر طبق آن انجام پذیرفته، نشان داد که به علت خطر بالا آمدگی آب و یا سیل، ارزش املاک در حال کاهش هستند و یا در واقع با تخفیف زیاد فروخته می‌شوند. این تخفیف‌ها که روزبه‌روز بیشتر می‌شوند به‌طور مستقیم بالا آمدن سطح آب دریاها ارتباط دارند. برای مقایسه، فروش املاکی با قیمت مشابه در مناطقی که در خطر سیلاب قرار دارند، به نسبت مناطقی دیگر که در چنین خطری قرار ندارند ۸۲۰۰۰۰ عدد از کل ۳۸۴۰۰۰ در فلوریدای آمریکا کمتر بوده است.

"ماتیو اپی" مدیر اجرایی بنیاد فرست

وام مسکن

- ✓ تازه‌واردین
- ✓ صاحبان مشاغل
- ✓ ویزیتور
- ✓ اگر برای سرمایه‌گذاری قصد خرید چندین واحد را دارید

مریم اکبری کارشناس وام مسکن با سال‌ها تجربه

416.704.9292
1.877.739.7679
maryam.akbari@cibc.com

Banking that fits your life. CIBC

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



بیمه

از سال ۱۹۸۸ در کانادا

انواع بیمه و سرمایه‌گذاری

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

به تیم حرفه‌ای ما بپیوندید

نادر
خداپرست
416.576.7766

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



بیمه با قیمت‌های بسیار مناسب



بیمه فیونرال
درگذشتن و فوت



بیمه اتومبیل
دوطرفه - کامل و ...

سجادی 416-493-1082

اخبار کانادا

رای اجلاس محافظه کاران:

با بدنیا آمدن در کانادا کسی کانادایی نمی شود



ترجمه ایران استار - محافظه کاران روز شنبه در گردهمایی این حزب در هالیفاکس رای دادند تا دیگر بچه های بدنیا آمده در خاک کانادا توسط مادران جهانگرد و غیر مقیم، "کانادایی" محسوب نگردند.

"الیس وانگ" نماینده بریتیش کلمبیا در پارلمان گفت: "کانادا باید امکاناتش را در اختیار بچه های خودش قرار دهد، بچه های گذرنامه ای فقط از منابع و امکانات کانادا استفاده می کنند."

"دیپک ابهاری" نماینده آلبرتا در مخالفت با این طرح گفت: "مسئله اساسی در اینباره موضوع برابری انسان هاست؛ وقتی کسی در کانادا به دنیا آمده است، طبق قانون حق دارد یک کانادایی باشد و ما نمی توانیم انتخاب کنیم که چه کسی را کانادایی کنیم و چه کسی را الکترونیکی انجام گرفت و در نهایت با اختلاف کمی به تصویب رسید و "اندرو شیر" رهبر حزب محافظه کار، نیز از نتیجه این رای گیری حمایت کرد. در بیانیه محافظه کاران آمده، پایان دادن به اهدای شهروندی به بچه های متولد شده در کانادا از مادران غیر مقیم، اهداف سیاسی ما بود. ما می دانیم بچه هایی در کانادا متولد می شوند که پدر و مادر آنها آمده اند تا در کانادا کار

"جو پوشیسیدو" نماینده لیبرال مجلس به پایان رسید. استرالیا و نیوزیلند قوانین مربوط به بچه های گذرنامه ای را در سال های ۱۹۸۶ و ۲۰۰۶ تغییر دادند. بر اساس قانون جدید در این کشورها، تنها در صورتی که حداقل یکی از والدین شهروند یا دارای اقامت دائم باشند، شهروندی به نوزادان تعلق خواهد گرفت.

بسیاری از افراد با پرواز از کشور خود عمدتاً آسیای شرقی) خود را برای زایمان به کانادا می رسانند و تقریباً بلافاصله پس از زایمان با فرزندانشان راهی کشورشان می شوند. در این میان فرزند بدنیا آمده صاحب پاسپورت کانادایی "تیز" می گردد، بعلاوه اینکه هزینه هایی هم روی دست بیمارستان ها و خدمه آنها باقی می ماند.

و زندگی کنند بنابراین امکانات باید برای این دسته از بچه ها فراهم گردد (اما برخی دیگر نماینده اند تا در کانادا زندگی کنند).

"جاگمنت سینک" رهبر فدرال حزب "ان دی پی" در "توتیتی" گفت: "حتی در ماه مارس گذشته یکی از ساکنان ترامپ در مقابل چنین ایده ای مقاومت کرده است." قانون "بچه های گذرنامه ای" از گذشته با انتقادات شدیدی مواجه بوده است؛ در ماه مارس گذشته یکی از ساکنان ونکوور درخواست کرد که دولت برای پایان دادن به این سیاست، اقدام کند؛ قانونی که افراد صرفاً برای بدست آوردن مزایای کشور کانادا برای فرزندانشان از آن استفاده می کنند. این کمیسیون در ماه ژوئیه با بیش از ۱۰۰۰۰ امضا و تأییدیه

فرار پولداران کانادایی از دادن مالیات

درصد بوده است. وزیر دارایی گفت: "انتظار می رود که تغییرات درآمد حاصل از کاهش مالیات برای گروه دوم مالیاتی، مطابق با پیش بینی باشد."

داده های اداره مالیات کانادا نشان می دهد که درآمد حاصل از مالیات تقریباً ۵ میلیارد دلار کاهش داشته است یعنی از مجموع ۱۳۹٫۳ میلیارد دلار در سال ۲۰۱۵ به ۱۳۴٫۳ میلیارد دلار در سال ۲۰۱۶ کاهش یافته است.

منتقدان برنامه مالیاتی لیبرال می گویند افزایش مالیات برای طبقه مرفه جامعه به تلاش های کانادایی ها برای افزایش رقابت و جذب استعداد های برتر تلمه می زند، آنها همچنین می گویند که ارقام اداره مالیات این نظریه را ثابت می کند که بالا بردن نرخ مالیات باعث ایجاد تغییرات رفتاری در افراد می شود و آنها را تشویق می کند تا به نوعی از پرداخت مالیات فرار کنند.

"یابون کینگستون" اقتصاددان سابق دولت فدرال که اکنون معاون مسائل بین المللی، مالی و تجاری کانادا است می گوید: "واقعاً نباید تعجب کرده این نظریه اقتصادی پایه است که اگر نرخ مالیات را افزایش دهید انگیزه برای عدم پرداخت آن را نیز افزایش می دهید."



در نتیجه، دولت می گوید پرداخت مالیات در سال ۲۰۱۶ کمتر از سال ۲۰۱۵ شده است. به نظر می رسد کاهش در فعالیت های بخش انرژی آلبرتا نیز از عوامل اصلی کاهش پرداخت مالیات بوده است. بیش از ۹۰ درصد از کاهش درآمد ۴٫۶ میلیارد دلاری مربوط به این استان می باشد. حزب لیبرال انتخابات فدرال سال ۲۰۱۵ را با تعهد به کاهش مالیات برای طبقه متوسط و اصلاح مالیات برای گروه پنجم مالیاتی، که به افرادی که بیشتر از ۲۰۰۰۰۰ دلار درآمد دارند تعلق می گیرد، به پیروزی رسید. لیبرال ها برای حصول این میزان از بودجه باید نرخ مالیاتی را برای گروه پنجم مالیاتی به ۳۳ درصد برسانند تا از این طریق کاهش درآمد مالیاتی از گروه دوم را جبران کنند تا درآمد جدید مالیاتی از گروه پنجم به ۲ میلیارد دلار برسد. کاهش نرخ مالیات بر درآمد گروه دوم از ۲۲ درصد به ۲۰٫۵

ترجمه ایران استار - وعده های دولت لیبرال برای گرفتن مالیات از افسار ثروتمند جامعه در سال ۲۰۱۶ محقق نشد! این افراد در مجموع ۴٫۶ میلیارد دلار مالیات کمتری به دولت پرداخت کردند. در طی مبارزات انتخاباتی، حزب لیبرال اعلام کرد که مالیات بر درآمد سالانه به ۳ میلیارد دلار افزایش خواهد یافت، اما تجزیه و تحلیل داده هایی که اخیراً منتشر شده نشان می دهد که این میزان محقق نشده است. آخرین سوابق مالیاتی موجود نشان می دهد که درآمد کانادایی ها که بیش از ۱۴۰،۰۰۰ دلار در سال پول بدست می آورند، یعنی کسانی که بالاترین مالیات باید به آنها تعلق بگیرد، در سال ۲۰۱۶ به میزان ۴٫۶ میلیارد دلار کاهش یافته است! سال ۲۰۱۶ اولین سال کامل مالیاتی برای لیبرال ها بود. در واقع ۳۰۳۳۰ کانادایی در آمد سال ۲۰۱۶ خود را کمتر از سال قبل از آن گزارش کرده اند.

دفتر "بیل مورنو" وزیر دارایی گفت: "کاهش درآمد افراد دارای درآمد بالا، یک رویداد جدید است. از آنجا که تغییرات مالیاتی در اواخر سال ۲۰۱۵ اعلام شد، مالیات دهندگان فرصت تغییر درآمد خود در سال مالیاتی ۲۰۱۵ را نداشتند و این کار را در سال ۲۰۱۶ انجام داده اند."

نازی واقف



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

416.454.6274
8185 YONGE (SOUTH OF HWY7) SUITE 200

Ask Me About The Following Products And Programs:

- Welcome To Canada Program
- Mortgage For Self Employed Program
- New Construction & Renovation Financing Program
- Commercial & industrial mortgages
- Approval & Pre-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 می شود

Mortgage Agent با آموزش فصولی، دفتر فصولی و کمسیون بالا استفاد می شود

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

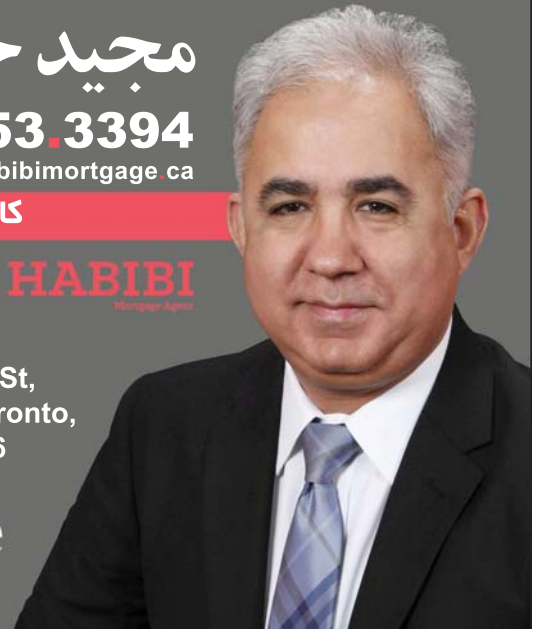
www.majidhabibimortgage.ca

کارشناس وام

MAJID HABIBI
Lic. #12782

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

tribe
You belong.



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

نقد شوندگی در هر زمان

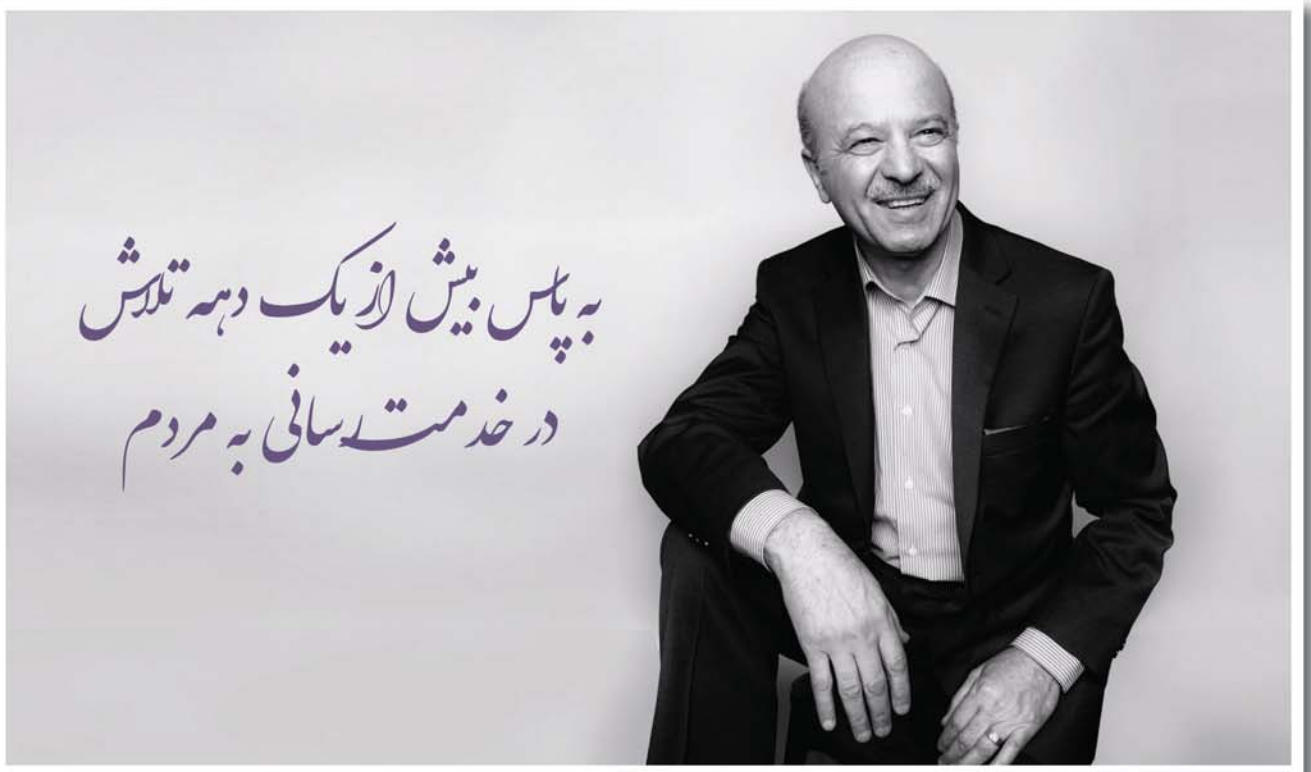
بازدهی بالا و شفافیت اطلاعاتی

سرمایه گذاری متنوع برای هر سطح از ریسک

بهره مندی از مدیریت حرفه ای

Pioneer

ایرانیان کانادا برگزار می‌کنند:
آیین قدردانی از دکتر رضا مریدی



PIONEER Celebrating the achievements of REZA MORIDI

Le Parc 8432 Leslie Street
Thornhill, ON L3T 7M6

دکتر رضا مریدی،
وزیر دولت پیشین اونتاریو،
نماینده مجلس
و پژوهشگری با تجربه،
که خدمتگزار مردم است و از اهالی امروز.

In support of



Mackenzie
Health
Foundation

Net proceeds of this event
will be donated to Mackenzie
Health Foundation

FRIDAY	جمعه
OCTOBER	اکتبر
12	۱۲
5:30pm	۵:۳۰ عصر

این مراسم شامل بخش‌های متنوع از جمله رقص‌های سنتی ایرانی، موزیک زنده و همچنین شام خواهد بود.
قیمت هر بلیت ۱۰۰ دلار و هر میز پذیرای ۱۰ مهمان است.

برای تهیه بلیت و یا اطلاعات بیشتر، لطفاً با خانم سالومه مساوات تماس بگیرید.

ایمیل: pioneeroct2018@gmail.com

تلفن: ۴۱۶-۷۹۹-۶۳۵۹

اخبار کانادا - جهان

کانادا باید به نفتا و دونالد ترامپ بگوید نه!



روز دوشنبه، دونالد ترامپ، رئیس جمهور ایالات متحده، اعلام کرد که ایالات متحده و مکزیک معاهده جدید تجارت دوجانبه را امضا کرده‌اند و در مورد سیستم مدیریت عرضه محصولات لبنی و مرغاری از کانادا خواسته‌اند که این قرارداد را امضا کند. ترامپ از کانادا نیز خواست ظرف ۵ روز درباره پیوستن خود به این پیمان که جایگزین نسخه قبلی نفتا خواهد شد تصمیم‌گیری کند. در حالیکه کانادا دقیق زبانی روی درآمد پایدار کشاورزان و تامین ثابت شیر، مرغ، بوقلمون و تخم مرغ به عمل می‌آورد، از آنسوی دیگر، آمریکا، به شدت به کشاورزان خود یارانه می‌دهد، و همین میزان اختلاف در کمک به این صنایع آغاز درگیرهای میان ترامپ و تروود بوده است.

هرمان لورنس، محقق ارشد موسسه سیدی هاو در تورنتو که سابقه طولانی در زمینه مناسبات تجاری میان آمریکا و کانادا دارد می‌گوید در جریان مذاکرات جدید میان سه کشور که به گفته او بر مبنای سیاست "تفرقه بیانداز و حکومت کن" شکل گرفته، با کانادا "بدرفتاری" شده است.

جاستین تروود، نخست‌وزیر کانادا هم گفته: "مصمم است که به یک توافق منصفانه که منافع همگان را تامین کند دست یابد" و این روند را تا جایی که برای کانادا و کانادایی‌های طبقه متوسط خوب باشد با جدیت دنبال خواهد کرد. تروود افزوده که نداشتن توافق نفتا بهتر از داشتن توافقی بد در این زمینه است.

این در حالی است که کارشناسان می‌گویند ترک پیمان نفتا به این راحتی‌ها که آقای ترامپ گفته هم نیست چرا که تصمیم‌گیری نهایی در این باره با کنگره آمریکا است. "کریستیا فری‌لند" وزیر امور خارجه کانادا، که در سفر دیپلماتیک به اروپا به سر می‌برد به سرعت به خاطر شرکت در این دور ۳ کشوری اجلاس به واشنگتن رساند. او پس از سپری شدن روز اول این اجلاس گفت: "گفتگو آمریکا با مکزیک راه را برای مذاکرات مهم، سازنده و کارایی هفته ما با آمریکا باز کرده‌است". ترامپ در اینبار گفته که کشورش موفق شده به یک "شرایط قراردادی عالی" با مکزیک دست یابد. مکزیک اعلان کرده است که نتیجه نهایی نفتا با حضور کانادا تعیین خواهد شد.

ترامپ قبل از ورود فری‌لند تهدید کرد در صورتی که کانادا پیمان‌نامه جدید را که بر اساس نظرات آمریکا تهیه شده امضا نکند بر روی واردات کامیونت و اتومبیل از کانادا تعرفه‌های سنگین خواهد بست. البته اعمال بر روی وسیله‌های نقلیه‌ای که در کانادا مونتاژ می‌شوند فقط به مصرف‌کنندگان آمریکایی آسیب می‌رساند. در صورت عدم رسیدن به توافق آمریکا مجبور خواهد بود توافق با مکزیک را به پارلمانش برود، جایی که احتمال موفقیت این قرارداد کم خواهد بود. بزرگترین صدمه اقتصادی لغو قرارداد تجاری نفتا، بنا به نظر کارشناسان متوجه کانادا است و بنظر می‌رسد اتاوا حاضر باشد از برخی شرایط خود کوتاه بیاید.

بیل گیتس: قانون عرضه و تقاضا در اقتصاد دیگر

بدر نمی‌خورد

ترجمه ایران استار - در تاریخ سرمایه‌داری، تعداد افراد شبیه "بیل گیتس" بسیار کم بوده است. اما این مرد که عنوان یکی از ثروتمندترین مردان جهان را با خود پدک می‌کشد، فکر می‌کند که مدل اقتصادی موجود اشتباه است و شرکت‌هایی مانند شرکت نرم‌افزاری وی این موضوع را ثابت می‌کنند. پایه سرمایه‌داری بر اساس قانون عرضه و تقاضا است و آنرا اظهار من الشمس می‌نامند. اما بیل گیتس می‌گوید این سیستم دیگر مُرده است، "سیلیکون ولی" آن را کشته است.

هفته گذشته میلیارد ۶۲ ساله اظهار داشت: "این مفهوم به سرعت رشد می‌کند و به اقتصاد امروز نیز مربوط نمی‌شود چرا که روش‌هایی که شرکت‌های بزرگ از آن کسب درآمد می‌کنند دیگر از طریق تئوری‌های سنتی نیست، در نتیجه روش‌های تولید نیز متفاوت شده است". گیتس بر اساس نمودار عرضه و تقاضا کلاسیک می‌گوید: "دو فرضیه را می‌توانید بر اساس این نمودار مطرح کنید. اولین فرضیه امروزه کم و بیش درست است وقتی تقاضا برای یک محصول افزایش می‌یابد، عرضه نیز افزایش می‌یابد و قیمت پایین می‌رود. اگر قیمت محصول بیش از حد بالا باشد تقاضا کاهش می‌یابد. نقطه تلاقی این دو خط نقطه تعادل نامیده می‌شود؛ نقطه حداکثر فروش و سود با قیمت مناسب، اما برای شرکت‌هایی مانند "مایکروسافت"، "گوگل"، "نت فلیکس"، "فیس بوک"، "آمازون" و "ای‌بی" ... شما می‌توانید اساس این نمودار را به داخل سطل اشغال بیاندازید".

فرض دوم این نمودار این است که هزینه کل تولید با افزایش عرضه افزایش می‌یابد. تصور کنید فورد یک مدل جدید از ماشین را تولید کرده است. اولین ماشین برای تولید هزینه بیشتری دارد، زیرا شما باید هزینه طراحی و آزمایش را بر روی آن صرف کنید. اما هر وسیله نقلیه پس از آن نیاز به مقدار مشخصی



از مواد و کار کارگری خواهد داشت. این موضوع بدیهی در تولید نرم‌افزار صادق نیست. مایکروسافت ممکن است مقدار زیادی پول برای ایجاد یک برنامه جدید صرف کند، اما تمام نرم‌افزارهای تولیدی بعد از آن تقریباً رایگان است. گیتس می‌گوید بسیاری از رهبران اقتصادی، نظام‌های مالیاتی و قوانین اقتصادی به این تغییرات توجه نمی‌کنند. گیتس نوشت: "به عنوان مثال، ابزارهایی که بسیاری از کشورها برای اندازه‌گیری دارایی‌های نامشهود استفاده می‌کنند، بسیار قدیمی هستند، بنابراین آنها تصویر ناقصی از وضعیت اقتصادی خود بدست می‌آورند. مسائل اقتصادی مربوط به نرم‌افزار زمان بیشتری برای درک نیاز دارد، به عنوان مثال ایالات متحده تا سال ۱۹۹۹ نرم‌افزار را در محاسبات تولید ناخالص ملی لحاظ نکرده بود".

این در حالی است که به درستی انجام نشده بلکه شماری از سولات بزرگ نیز وجود دارد که با همکاری کشورها باید مورد بحث قرار گیرد. به عنوان مثال آیا علامت تجاری و قوانین ثبت اختراع بیش از حد سخت و یا خیلی سخاوتمندانه است؟ آیا سیاست‌های مالیاتی باید به روز شود؟ آیا باید سیاست‌های مالیاتی تغییر کند؟ بهترین راه برای تحریک اقتصاد در یک جهان سرمایه‌داری ولی بدون مرکزیت چیست؟ گیتس به یک کتاب جدید "کپی‌تالیسم ویدئو" کپی‌تال "از جانان هاسلک" و "استیون وست لیک" اشاره می‌کند که در این کتاب اینگونه مسائل تشریح می‌شوند. رئیس مایکروسافت لزوماً نمی‌گوید که این روند جدید ذاتا خوب است یا ذاتا بد، او صرفاً اشاره می‌کند که کارهای تولیدی متفاوت شده و ظهور فن‌آوری‌های بزرگ به این معنی است که ما باید رویکردمان را به اقتصاد عوض کنیم.

با دسترس با همزمان به MLS

اوکازیون این هفته:

فقط **TOP LISTING: \$899,000**

منطقه اونیور روود
خانه ۲ طبقه، ۱+۳ خوابه،
با ۳ سرویس و ۲ آشپز خانه،
به روز شده، با بیسمنت
تمام شده با ورودی مجزا
Richmond Hill,
Avenue Rd & Carville

لطفاً بقیه اوکازیون‌ها را در وبسایت ما پیدا کنید

همه املاک شهر را با وبسایت زیر
تحت کنترل داشته باشید:

www.realtorhome.ca

Sales Rep. **شان شاهواری**
416-829-5953
SUTTON GROUP - ADMIRAL REALTY INC., BROKERAGE

دفتر حقوقی
و ترجمه
رضا ناظر 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

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

تخفیف ۲۰٪
با استفاده از تخصص ما؛
بیشتر مالیات پس بگیرید!
Tel: 647.352.5556 | 6013 Yonge St., Suite 306A
کلیه امور حسابداری و مالیاتی اشخاص، شرکت‌ها و بیزینس‌ها

۲۴ ساعته

با فروش
آنلایندر پلازای
ایرانیان

سوپر ارزان



خورشت خوشمزه
آلو اسفناج با پلو
دوشنبه‌ها،
چهارشنبه‌ها،
جمعه‌ها



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



زرشک پلوی
خوشمزه با مرغ
سه شنبه‌ها،
پنجشنبه‌ها

اسپیشال های این هفته سوپر ارزان

انجمنه تازه:

هویج بستنی \$5
هویج پرتقال \$5
هویج کرفس \$5

نوبرانه ها:

زردآلوی شکرپاره ارگانیک
از بهترین باغات ایران رسید
بی نظیر

تازه

بیسکوئیت
پتی بور
بسته ای: \$49
۲ تا \$99

تازه

خورشت فسنجان بدون گوشت
چیکا
هر عدد: \$299
۲ تا \$5

تازه

نقل خلال بادام
فردیار
هر عدد: \$299
۲ تا \$5

انواع دمنوش های
طبی و ارگانیک
نیوشا
رسید

بیسکوئیت فرخنده و
التیا
هر عدد: \$349
۲ تا \$6

بیسکوئیت
مادر بزرگ
بسته ای: \$399
۲ تا \$7

بیسکوئیت
متوسط
بسته ای: \$299
۲ تا \$5

بیسکوئیت
مادر کوچک
بسته ای: \$99
۳ تا \$2

خیار شور بزرگ حسنی
سایز سوپر اسمال
هر عدد: \$799
۲ تا \$15

خیار شور بزرگ حسنی
سایز بزرگ
هر عدد: \$549
۲ تا \$10

رب گوجه حسنی
و الماس
هر عدد: \$299
۲ تا \$5

رب گوجه
صدف
هر عدد: \$399
۲ تا \$7

رشته آش ان سی
و سبزدانه
بسته ای: \$299
۲ تا \$5

تن ماهی
جنوب
هر عدد: \$249
۳ تا \$6

قند کاترین
\$3
۲ تا \$3

پسته کله قوچی خام
وزعفرانی
پوندی
\$1299

ایستک
بسته ۱۲ تایی
\$1399

سبزی سبزدانه
بسته ای: \$399
۲ تا \$7

سبزی سیبون
بسته ای: \$299
۳ تا \$8

سبزی قورمه، سبزی رخ شده
خورشت سبزی بدون گوشت
بسته ای: \$299
۲ تا \$5

همه روزه: شیرینی های گردویی، نارگیلی و بادامی، کیک باقلوایی، داغ و خوشمزه

انواع سفارشات کیتترینگ
و مجالس پذیرفته می شود

نان تازه پخت و با کیفیت سوپر ارزان



پلوپز ایرانی پارس خزر

\$95	۴ نفره
\$115	۸ نفره
\$135	۱۲ نفره

سفارشات آنلاین با دلیوری:

پذیرفته می شود

www.arzon.ca

6103 Yonge St. (South of Steeles)

416-590-1234 , 416-222-4726

اخبار - اقتصادی

افزایش بهای خودروهای ایرانی
به بهانه افزایش بهای دلارگردآوری: ارز ملل
شاپور تنیاکویی

در حالیکه بیشتر خودروهای تولید شده در شرکت‌های خودروسازی ایرانی ارزی کمی دارند، این شرکت‌ها با ایجاد انبار و عرضه کم خودروها سبب ایجاد تنش در بازار خودرو شده‌اند تا به بهانه افزایش قیمت دلار، قیمت‌هایشان را افزایش دهند. این شرکت‌ها حالا با تلاطم ایجاد شده در بازار خودرو به دنبال آزادسازی قیمت‌ها هستند تا بتوانند قیمت‌های کارخانه را هم با توجه به نوسانات شدید بازار افزایش دهند. خودروسازان ایرانی طی چند ماه اخیر بهانه‌های مختلفی را برای افزایش قیمت مطرح کرده‌اند. با اینکه ارزی بیشتر تولیدات این شرکت‌ها زیر ۱۰ درصد است، این شرکت‌ها قیمت برخی تولیداتشان را تا ده‌ها میلیون تومان افزایش داده‌اند.

افزایش بهای خودروها و مقدار
قطعات خارجی در آن‌ها

ایران خودرو/ بیش از ۹۰ درصد ساخت داخل/ از ۴۶ میلیون به ۸۳ میلیون تومان
سایپا/ تنها ۵ درصد از قطعات وارداتی/ از ۲۷ میلیون به ۴۰ میلیون تومان

سمنند
ایران خودرو/ زیر ۵ درصد قطعه غیر ایرانی/ از ۲۳ میلیون به ۵۷ میلیون تومان

پراید
سایپا/ زیر دو درصد قطعه وارداتی/ از ۲۲ میلیون به حدود ۲۹ میلیون تومان
در این شرایط و در وضعیتی که تنش‌های اقتصادی و سیاسی و عرضه کم خودرو توسط خودروسازان برای افزایش قیمت خودروهای داخلی، کارساز شده، ظاهراً خودروسازان ایرانی به دنبال رسیدن به هدف دیگری هستند. مدیران عامل سایپا و ایران خودرو، طی نامه‌ای از

وجود خواهد داشت؟ اظهار کرد "احتمالاً در آن صورت بازار خودرو به رکود می‌رود و دولت باید با اقداماتی همچون افزایش حقوق و دستمزد و پرداخت تسهیلات، قدرت خرید مصرف‌کنندگان را تقویت کند".

موفقان آزاد سازی قیمت‌گذاری خودرو معتقد هستند در صورت آزادسازی قیمت خودرو و فروش خودروهای داخلی توسط خودروسازان با پنج درصد قیمت کمتر در حاشیه بازار، مشکلات نقدینگی خودروسازان و قطعه‌سازان حل خواهد شد. به گزارش روزنامه ندای اقتصاد شرایط بازار خودروهای داخلی طی ماه‌های اخیر بیاتر آن است که دو عامل سبب ایجاد تلاطم در بازار شده: عامل اول، کاهش عرضه خودروسازان به بازار است و عامل دیگر افزایش تقاضای غیرمصرفی و حضور سرمایه‌های سرگردان در این بازار. از نظر بخش دیگری از کارشناسان، خودروسازان و قطعه سازان دنبال این هستند که از آب گل آلود فعلی ایران، بیشترین استفاده را ببرند و ماهی بزرگی را برای خود صید کنند حال آنکه این افزایش قیمت در دراز مدت می‌تواند سبب کاهش شدید مشتری برای این کارخانه‌ها شود. چرا که به عنوان مثال درآمد قشر متوسط به پایین ایران، توانایی خرید پراید ۳۰ یا ۴۰ میلیون تومانی را در تیراز ۴۰۰ هزار دستگاه در سال ندارد.

و با موتور کار می‌کنم و به دلیل خودکشی دچار ۵۱ درصد سوختگی شده‌ام!"
بر اساس دستور آیت‌الله علی خامنه‌ای، آرای صادر شده از این دادگاه اعدام، "قطعی و لازم‌الاجرا" است.

لازم به ذکر است که احمد عراقچی، معاون ارزی بانک مرکزی ایران، از جمله افرادی است که در هفته‌های گذشته بازداشت شده است. اقدامات قوه قضائیه در حالی انجام شده که بیش از این، بسیاری از تحلیلگران اعلام کرده‌اند که "برخورد‌های امنیتی" هر چند ممکن است در کوتاه مدت از افزایش قیمت ارز جلوگیری کند، در بلند مدت تأثیری نخواهد داشت، همانگونه که با وجود "برخورد‌های امنیتی" در دولت سابق، قیمت ارز همچنان افزایش یافته است. اقتصاد ایران در ماه‌های گذشته و با اعلام تصمیم نهایی دونالد ترامپ برای خروج از برجام، با تلاطم و تنش‌های شدیدی روبه‌رو شده است. ریال ارزش خود را در برابر دلار به‌طور چشم‌گیری از دست داده، بهای سکه و کالاهای دیگر افزایش یافته و موجی از اعتراضات در چندین شهر ایران شکل گرفته است.

نزدیکان رهبر جمهوری اسلامی دلیل مشکلات اقتصادی ایران را نه تحریم‌های آمریکا، بلکه عملکرد "ضعیف" دولت و همچنین به گفته آنان "سوء استفاده افراطی" می‌دانند.

با درود به ایرانیان عزیز
همان طور که پیش‌بینی می‌شد وضعیت اقتصادی آشفتہ‌تر از همیشه و نرخ انواع ارز در حال افزایش است. با حضور آقای روحانی هم در مجلس مشخص شد فعلاً از کسی کاری ساخته نیست و توافقات پشت پرده در آینده وضعیت ایران را مشخص خواهد کرد. با این شرایط دلار ۲۰ هزار تومانی را خواهیم دید.

آخرین نرخ انواع ارز طلا و نفت:

دلار نقدی کانادا.....	از ۸۱۰۰ تا ۸۶۰۰
دلار حواله کانادا.....	از ۸۱۲۰ تا ۸۶۵۰
دلار نقدی امریکا.....	از ۱۰۶۰۰ تا ۱۱۲۰۰
دلار حواله امریکا.....	از ۱۰۷۰۰ تا ۱۱۳۰۰
درهم.....	از ۲۸۵۰ تا ۲۹۹۰
طلا.....	از ۱۵۵۰ تا ۱۵۶۰
نفت.....	از ۶۶ تا ۷۰

شاپور تنیاکویی، روزنامه‌نگار و متخصص امور ارزی است،
و مدیریت ارز ملل در تورنتو را به‌عهده دارد.
416-830-6500

سردفتر 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
حقوق مالی و همسر و فرزندان
اموال خانوادگی

حضانة و حق دیدار فرزندان
قرارداد جزایی
قرار داد ازدواج

Immigration & Citizenship

مهاجرت و سیتی زنی

مهاجرت و اقامت از طریق سرمایه‌گذاری و استانی
مهاجرت نیروی متخصص، رفع شرط مهاجرتی
تهیه و تنظیم دعوت‌نامه سیتی‌زنی و
دادگاه‌های شهروندی

موارد انسان دوستانه
بررسی موارد بازداشت
فرجام و پژوهش در دادگاه IRB و
سایر امور مهاجرتی

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

Civil Litigation

دعاوی حقوقی

Business & Corporate Law

امور تجاری و شرکتها

خرید و فروش املاک و مستغلات تجاری و مسکونی
ثبت و تاسیس شرکتها

خرید و فروش شرکتها، تنظیم قراردادهای تجاری

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)

خلیل هناره

عضور رسمی انجمن مشاورین املاک انتاریو.

همراه و محکم با مشاوران تصمیم‌گیری بهترین خرید و فروش

املاک تجاری، پیش‌فروش، سکونی و مزمنه.

مکمل در تهیه انواع وام های سکونی و تجاری.

ارزانی ملک شایسته خرید و یا فروش.

آماده پاسخگویی و آوردن خواسته‌های شما در امور املاک.

تعدادی آپارتمان، منزل سکونی و دفتر کار برای اجاره و فروش موجود می‌باشد.

برای اطلاعات بیشتر با تلفن 416-275-8747 تماس بگیرید.

Khalil
HenarehB.Sc., Sales Representative
Experince ExcellenceDirect: 416.275.8747
Office: 905.764.7111 Ext.1397
Fax : 905.764.1274
Email : Khalil.henareh@century21.caCentury
21

HERITAGE GROUP LTD.

BROKERAGE*
Independently owned and operatedMultiple Listing Service
Trust, Honesty and Integrity... Always.

سریع ترین حواله به سراسر دنیا

سرعت
دقت
امنیت

ارز ملل

افتتاح دفتر جدید

ارز ملل از اول سپتامبر ۲۰۱۸ پاسخگوی مشتریان گرامی در محل جدید خواهد بود:

6024 Yonge St.

North York (at Cannaught Ave., M2M 3W5)



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 آمریکا 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

~~5859A Yonge St.~~ → **6024 Yonge St.**

~~North York (at Cummer)~~ → **North York (at Cannaught)**

arze.melal@gmail.com



ارز ملل

www.melal.ca

رامین فرجی، استاد جوان، کاندید منطقه یورک از شهر ایرانی نشین ریچموند هیل:

هیچ دانشگاه و یا کالجی در شهر ریچموند هیل نداریم



سعید سلطانپور
مستول بخش بین‌المللی
انجمن خبرنگاران

رامین فرجی در انتخابات ۲۲ اکتبر ۲۰۱۸ شهرداری‌های انتاریو، به عنوان نامزد منطقه یورک (یورک ریجن) از شهر ایرانی‌نشین ریچموند هیل مشارکت دارد. وی حسابداری و استاد جوان کالج جورج براون است. او از ۱۲ سالگی همراه با خانواده به کانادا آمده و سال‌هاست که همراه با خانواده‌اش در ریچموند هیل زندگی می‌کند. وی اکنون با همسرش ساکن ریچموند هیل است.

رامین فرجی، به مسایل شهر و مشکلات عدیده آن و بی‌براهگی در طی ۱۰ سال شهرداری آشناس و برای آن برنامه‌های مدون و قابل اجرا دارد. پای صحبت‌های رامین می‌نشینیم:

سعید: رامین از خودت بگو

رامین فرجی: من بیست و خورده‌ای سال است که در شهر ریچموند هیل زندگی می‌کنم. وقتی ما به این شهر آمدم، جمعیت شهر ۸۰ هزار نفر بود، حالا شده ۲۰۲ هزار نفر و طی چند سال آینده به ۲۳۰ هزار نفر می‌رسد.



چه شد تصمیم گرفتی وارد انتخابات شهرداری‌ها بشوی؟

در ۲۰ سالگی که در این شهر زندگی می‌کنم، دیدم که منطقه نبوده است. کسب و کارهای زیادی بودند که شهر را ترک کردند. هیچ دانشگاه و یا کالجی در این شهر نیامده است. یکی از شاخص‌های شهر مدرن و جامع، داشتن مراکز آموزش عالی است که ما از آن محرومیم. شورای شهر ریچموند هیل در این موارد تلاشی نکرده است. من با اعضای شورای شهر در این سال‌ها در تماس بودم و برای اجرای شدن برنامه‌ها، تلاش می‌کردم و لی کمتر گوش شنوایی بود. به همین دلیل مصمم شدم آستین را بالا بزنم. به عنوان نامزد شورای شهر - منطقه یورک - در ماه مه ثبت نام کردم و از آن زمان در زندگی‌های ساکنین و شنیدن نظرات و خواسته‌ها و مشکلات مردم را از نزدیک، آغاز کردم. تا بحال در چند هزار خانه رزده‌ام. می‌خواهم ریچموند هیل، هر بار برای ساکنینش بهتر از قبل باشد و مردم زندگی راحت‌تری داشته باشند.

ما الان در خیابان میجرمکنزی و ۴۰۴ هستیم، تعمیر و بازسازی خیابان‌ها در تابستان، مشکلات فراوانی برای ساکنین ایجاد کرده است، برنامه‌ات چیست؟

ان بازسازی و آسفالت در چند خیابان لژی، بی‌ویو و یانگ در شهر همزمان انجام می‌شود. باید برنامه‌ریزی به گونه‌ای باشد که خیابان‌ها با فاصله زمانی و سرعت بیشتری، آسفالت شوند. خیابان بی‌ویو، شمال الگین میز برای تعریض خیابان دو سه کیلومتری تا استافویل، بیش از یک سال جاده‌ای یک خطه بود که مشکلات فراوانی برای مردم ایجاد کرده بود. شهرداری باید کنترل خاصی داشته باشد. باید اطمینان پیدا کنیم، چه ساعتی تردد در چه مسیرهایی بیشتر است و در آن ساعت، جاده‌سازی در آن مسیر انجام نشود. در برخی از استان‌ها، این وظیفه مقاطعه‌کاران (کانتراکتورها) است که مطالعه ترافیکی کنند و در صورت تخلف، جریمه می‌شوند. من به عنوان نماینده مردم در شورای شهر به شما اطمینان می‌دهم که وظیفه خودم می‌دانم که مقاطعه‌کاران در شهر ریچموند هیل را در این موارد نظارت و کنترل کنم. کاری که در این ده ساله غفلت شده است.

برنامه‌ات راجع به حمل و نقل شهری (اتوبوسرانی) چیست؟

ان در خیابان میجرمکنزی هستیم، شاهد ترافیک هستیم. مسلمان در آینده ساخت و سازهای زیادی در این خیابان انجام خواهد شد. بنابراین باید از حالا به فکر تردد ماشین‌ها و مردم بود. الان این خیابان باید عرض و روی پیاده‌روها کار شود. باید با مردم در تماس نزدیک باشیم و با مشارکت آنها این توسعه انجام بگیرد. متأسفانه شهرداری، سیاست و برنامه منسجمی نداشته است.

ان در خیابان میجرمکنزی در کنار ایستگاه قطار در سرخیابان "تیوکرک" هستیم. خط دوچرخه سوارها وجود ندارد. در این ۲۰ ساله شهرداری دست روی دست گذاشته است. وقتی خط دوچرخه سوار بود، رانندگان هم در طی این مدت که عجله کمتر بود و زندگی سرعت کمتری داشت، با دوچرخه سوارها تعامل می‌کردند. الان این تطابق خیلی سخت تر است. کند عمل کردن شهرداری تورنتو در خط دوچرخه، عملاً باعث شده هفته‌ای یک دوچرخه سوار زخمی و یا کشته شود. دوچرخه، یک محیط محیط زیستی هم هست. باید مطمئن شویم که خطوط دوچرخه، ایمن باشد. مثل برخی از کشورهای اروپایی، باید بخشی از پیاده رو، خط‌کشی شود.

جنگ و ستیز با مالکان خیابان یانگ را متوقف کند و در عوض با آنها و مردم شهر برای تغییر چهره شهر و جذب مردم، تلاش کند. داون‌تان ریچموند هیل و خیابان یانگ باید مرکز جذب و مرکز خرید باشد. متأسفانه فرصت‌های چند ساله از دست رفته است.

برنامه‌ات برای اجرایی شدن خط مترو به ریچموند هیل چیست؟

من خیلی متأسفم که حمل و نقل عمومی در شهر ریچموند هیل وجود ندارد. نمی‌شود با مالیات خانه‌های مردم هر کاری دلمان می‌خواهد بکنیم. ۷۸ درصد مردم ریچموند هیل روزانه برای کار و زندگی شهر را ترک می‌کنند. باید کاری کرد که مترو به شهر بیاید. باید کار در خود شهر ریچموند هیل ایجاد کرد. برای شرکت‌های بزرگ تسهیلات قائل شد تا در ریچموند هیل سرمایه‌گذاری کنند. در سال‌های آینده مترو تا "های‌وی ۷" بیشتر نخواهد آمد. برای کشیدن مترو به شهر ریچموند هیل نیاز به برنامه‌ریزی است. من به عنوان نماینده مردم، در تمامی مراحل برای آوردن خط مترو به ریچموند هیل در شهرداری و تماس با دولت انتاریو و فدرال تلاش می‌کنم.

فکر می‌کنی اگر شورای شهر انتخاب بشوی چه کاری برای جامعه ایرانی می‌توانی انجام دهی؟ جامعه ایرانی می‌تواند در شهر ریچموند هیل هم از نظر مالی و هم از نظر تعدادی می‌تواند چندتا شورای شهر انتخاب کند. ما در استان و فدرال نماینده داشتیم ولی در سطح شهرداری‌ها و تراستی مدارس، ایرانی نداشته‌ایم که ضعف جدی محسوب می‌شود.

در مدت کوتاهی که ایرانی‌ها مهاجرت کرده‌اند، از نظر سیاسی به دستاوردهای خوبی رسیده‌ایم. بنظر من شهرداری از همه جا مهمتر است، برای اینکه روی زندگی روزمره ما تأثیر دارد. ترافیک روزانه شهری، برقروری خیابان‌ها و کوچه‌ها که خودش مضطرب شده است، مالیات خانه‌ها که هر سال گرانتر می‌شود. کارهایی که من می‌خواهم انجام دهم برای همه مردم شهر است که بخش مهمی از آن ایرانی‌ها هستند، ولی به جامعه ایرانی این قول می‌دهم که نماینده خوب و درستی از جامعه ایرانی برای آنان در شهرداری باشیم. ما ملیت درس خواندنی هستیم و می‌توانیم کمک زیادی به بهتر و زیباتر شدن شهر کنیم. ما باید این شهر را بسازیم.

جامعه ایرانی چه کمکی می‌تواند به تو کند تا صدای مردم شهر بهتر شنیده شود؟

من تنها ایرانی در بخش عضو انجمن منطقه‌ای هستم. دو عضو منطقه‌ای انتخاب می‌شوند. دو نماینده قبلی خودشان را بازنشسته کردند. من از دوستان می‌خواهم اگر سوالی دارند از من بپرسند. وقتی از توانایی‌های من و برنامه‌هایم راضی شدند، من را به دوستان و فامیل‌هایشان در شهر ریچموند هیل، معرفی کنند. حرف افراد بهترین تبلیغ است. من می‌خواهم برای مردم کار کنم. نیاز به کمک شما دارم. سابقه اجتماعی و تحصیلاتی و کار من، تضمین خوبی برای اعتبار برنامه‌های من است.

برای دوستانی که مایل به تماس با رامین فرجی هستند، راه‌های ارتباطی با او ضمیمه می‌شود:

تلفن: ۹۰۵۳۹۲۰۰۰۱

وبسایت: raminfaraji.com

سعید سلطانپور
مستول بخش بین‌المللی انجمن خبرنگاران و نویسندگان قومی امریکای شمالی است.
ssultanpour@yahoo.com



صرافی اکسچنج

با مجوز رسمی و ثبت شده دولت کانادا

قرعه کشی

ارزتان را با ما تبدیل کنید و با قرعه‌کشی جوایزه این ماه را برنده شوید

بلیط رایگان برنامه‌های ایرانی شهر اسپانسر شده توسط صرافی اکسچنج



REGISTER & WIN

FOR MORE INFORMATION BUSINESS LEADERS CA 416 332 3277 ext 893 4447

BUSINESS LEADERS

647-202-1318

www.sarafxchange.com , info@sarafxchange.com

7181 Yonge St. Unit 150 & 276, Toronto, ON, L3T 0C7 (Shops On Yonge Mall)

برای شرکت در قرعه‌کشی‌های ویژه هر ماه صرافی اکسچنج فقط کافیست ارز خود را با ما تبدیل کنید!

خدمات مهاجرت و حقوقی در ستکار

Dorostkar Immigration Services Inc.



خدمات حقوقی

- ✓ دعاوی کوچک تا سقف ۲۵ هزار دلار
- ✓ دعاوی مستاجر و صاحبخانه
- ✓ دعاوی کارگر و کارفرما
- ✓ جرائم رانندگی
- ✓ رفع سوء پیشینه کیفری

خدمات مهاجرت

- ✓ وکالت شما در دادگاه وزارت مهاجرت
- ✓ تقاضای پناهندگی از داخل کانادا
- ✓ بررسی پرونده‌های ردی اسپانسرشیپ
- ✓ تهیه دعوتنامه و پرونده‌های دیدار
- ✓ مهاجرت از طریق کفالت همسر
- ✓ سرمایه‌گذاری و کارآفرینی در استان‌های کانادا
- ✓ تقاضای Citizenship و تقاضای تمدید PR Card

دفتر تورن هیل

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

دفتر ریچموند هیل

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

www.drlegalsservices.ca , info@dorostkar.ca

مژده

مژده

به زودی در قلب پلازای ایرانیان

صرافی بامتد جدید



قیمت‌های باور نکردنی

منتظر باشید!

ایران

سقوط دولت روحانی؟

میزان قانع شدن نمایندگان: ۷۴ موافق، ۱۹۰ مخالف، ۸ ممتنع

۵- **نوسانات بازار ارز**

روحانی دلیل نوسانات بازار ارز را بیشتر عوامل روانی، اجتماعی و سیاست خارجی دانست تا مسائل اقتصادی؛ وی دلیل تغییر تصمیمات سیاست‌های ارزی مانند ارز مسافری را آغاز تحریم‌های آمریکا خواند تا بتواند بازار را کنترل کند.

میزان قانع شدن نمایندگان: ۶۸ موافق، ۱۹۶ مخالف، ۸ ممتنع

مجتبی ذوالنور، نماینده قم، ناکارآمدی ارتباط با سیستم بانکی را ناشی از ناتوانی برنامه از رسیدن به اهدافش توصیف کرد و گفت که عدم مشورت خواستن از کارشناسان علت ناپه‌سامانی بازار ارز است.

وی گفت: "مشکل ساختن کاخ آرزوها برای مردم با برنامه و ایجاد رابطه با آمریکا بود که با لگد ترامپ فرو ریخت". روحانی در پاسخ گفت که در پنجم دی‌ماه ۱۳۹۶ مردم ناگهان دیدند "عده‌ای در خیابان‌ها بطور کم‌نظیری شعار هنجارشکنانه می‌دهند..."

حادثه دی‌ماه ترامپ را به طمع انداخت تا بگوید من در برنامه نمی‌مانم... با ناآرامی داخلی و تهدیدهای بیرون ناآرامی بیشتر شد... ما سؤنیفت را باز گردانیم و بی‌ام‌دی

را حل کردیم، قلعلمناها را برداشتم و تحریم‌های تسلیحاتی تا ۲ سال و نیم دیگر برداشتم می‌شود... ولی سوده‌های برنامه هرگز کاملاً محقق نشدند... این گونه نیست که دو راه داشته باشیم که یا در برنامه بمانیم یا

نمانیم... اگر اروپا به تعهدات خود عمل نکند، ما راه سومی که بعداً اعلامش می‌کنیم را

پیش می‌گیریم... اگر اختلاف نداشته باشیم تحریم‌ها را پشت سر می‌گذاریم.

پیش از این دو وزیر اقتصاد و کار با نظر مجلس استیضاح و برکنار شده بودند.

این نخستین باری نیست که در اجرای اصل ۸۸ قانون اساسی، سؤال از رئیس جمهوری مطرح می‌شود. در اسفندماه سال ۱۳۹۰

نیز محمود احمدی‌نژاد، رئیس جمهوری وقت، در مجلس حاضر شد و به سؤالات نمایندگان پاسخ داد.

۲۲ نماینده خواستار یا استناد به ماده ۱۲۴ آئین‌نامه داخلی مجلس خواستار رای‌گیری علنی یا فرقه برای قانع شدن یا نشدن از پاسخ‌های روحانی شدند که این طرح با نظر

نمایندگان، رد شد. طبق قانون اگر موضوع مورد سؤال، نقض یا استتکاف قانون باشد،

سوال به قوه قضائیه ارسال می‌شود که قوه قضائیه نظرش را به هیئت رئیسه مجلس

گزارش خواهد داد. طبق اصل ۱۱۰ قانون اساسی، رهبر از طریق دیوان عالی کشور

که بخشی از قوه قضائیه است امکان عزل رئیس جمهور را دارد اما این روند طبق

برداشت‌های متفاوت قانون، با درخواست هیئت رئیسه مجلس از قوه قضائیه کلید

خواهد خورد.

علی لاریجانی، رئیس مجلس، روز چهارشنبه درباره سخنان روحانی گفت: با

اینکه پاسخ‌ها نمایندگان را راضی نکرد اما هیچکدام از پاسخ‌ها مصداقی از نقض قانون

یا استتکاف را نیز نداشته‌اند و بدین ترتیب مراجع آن به قوه قضائیه را مرود دانست.

طبق گزارشات رسیده از مجلس تعدادی از نمایندگان در حال رایزنی با هیئت رئیسه مجلس هستند و در عین حال هیئت دولت

نیز به دیدار خامنه‌ای رفت.

کم درآمد به سمت کم شدن در حال حرکت است و این موضوع با پیامدهای اجتماعی و سیاسی زیادی مواجه شده،

نتایج این مطالعات نمی‌تواند علت منحنی تندتر و تفاوت میان فقیر و ثروتمند در ایالات متحده را توضیح دهد."

نویسندگان این نظریه را مطرح می‌کنند که ترکیبی از تفاوت‌ها در نظام بهداشتی،

مالیاتی و مالی در کانادا که پول بیشتری را در اختیار مردم فقیر قرار می‌دهد و

تفاوت‌هایی در سبک زندگی مانند سیگار کشیدن، رژیم غذایی و ورزش ممکن

است شکاف بین آمریکا و کانادا را توضیح دهد.

چرا این شکاف برای زنان کمتر است؟ میگلان گفت که یافته‌های مربوط به

اختلاف بین زنان غنی و فقیر ممکن است به این دلیل باشد که کسانی که در

گروه زنان با درآمد کم طبقه‌بندی شده‌اند شاید هرگز خارج از خانه کار نکرده‌اند و یا

اینکه همیشه در خانواده‌ای مرفه زندگی کرده‌اند. او گفت که یک زن متولد دهه

۱۹۲۰ "حتماً" چیزی از نیروی کار بوده است، در حالی که یک زن متولد دهه

۱۹۵۰ "احتمالاً" دارد که کار کرده باشد، بدین ترتیب آمار و ارقام منتج از

این مطالعه ممکن است نتواند مقایسه درستی ارائه دهد.

حسن روحانی رئیس جمهوری ایران برای پاسخ به پرسش‌های نمایندگان، صبح روز سه‌شنبه ۶ شهریور به صحن مجلس رفت.

نمایندگان مجلس به عدم موفقیت دولت در کنترل قاچاق کالا و ارز، استمرار تحریم‌های بانکی، عدم اقدام شایسته دولت درباره

کاهش نرخ بیکاری، رکود اقتصادی شدید چند ساله و افزایش شتابان نرخ ارز خارجی

و کاهش شدید ارزش پول ملی اعتراض داشتند.

روحانی در ابتدا این جلسه برای مردم، کشور، دموکراسی و مردم‌سالاری دینی،

مبارک خواند و گفت که "پاسخگو بودن" نباید نقطه ضعف دولت به شمار آید و افزود

که امیدوار است این جلسه شامل بهترین کلامها، جملات، و رعایت توصیه‌های

خامنه‌ای باشد.

او در ادامه گفت: "ما نخواهیم گذاشت یک مشت صدابرداری که در کاخ سفید جمع

شده‌اند علیه ایران توطئه کنند. آنها امروز و در پایان این جلسه نامید خواهند شد."

۱- **قاچاق کالا و ارز و عدم موفقیت دولت در مهار آنها**

روحانی یارانه‌های دولتی را دلیل اصلی به وجود آمدن انگیزه قاچاق دانست و گفت:

"وقتی به کالاها یارانه می‌دهیم قیمت کالاها بالا می‌رود... برای جلوگیری از قاچاق

باید از تولید داخلی حمایت کنیم... مبارزه با قاچاق فقط کار دولت و قوه مجریه نیست..."

اکنون میزان قاچاق با کمک نیروهای انتظامی از ۲۵ میلیارد به رقم ۵/۱۲ میلیارد دلار رسیده که کافی نیست... و باید به صفر

برسد."

میزان قانع شدن نمایندگان: ۱۲۳ موافق، ۱۳۸ مخالف، ۶ ممتنع

۲- **برجام برای چه بود و چرا تحریم‌های بانکی باقی مانده است؟**

حسن روحانی درباره برجام گفت: "برجام آمد تا بگوید برنامه هسته‌ای ایران صلح‌آمیز

است... پس از برجام شورای امنیت بجای تحریم می‌گوید که فعالیت ایران صلح‌آمیز

است و کشورها باید به ایران در این راستا کمک کنند... مضافاً اینکه برجام بخش

بزرگی از مشکلات اقتصادی را حل کرد... اما تحریم‌های بانکی و دیگر مسائل هنوز

باقی‌ست... تصویب ۴ لایحه بانکی ضد پولشویی مجلس می‌تواند در زمینه روابط

بانکی ایران و جهان بسیار گره‌شا باشد... میزان قانع شدن نمایندگان: ۱۳۷ موافق،

۱۳۰ مخالف، ۳ ممتنع

۳- **اشتغال و مقابله با بیکاری**

رئیس جمهور ایران کارنامه دولتش را در اینباره درخشان دانست و گفت: "برنامه ما

بیکاری را به جای ۲۲٪ به ۱۲٪ رساند... اما درست است... هنوز بیکاری فراوان است..."

میزان قانع شدن نمایندگان: ۱۱۶ موافق، ۱۵۰ مخالف، ۶ ممتنع

۴- **رکود اقتصادی و کاهش بیکاری**

حسن روحانی اظهار داشت که طبق آمار، در طول چهار سال و نیم، دولت در ایجاد

رشد اقتصادی، کاهش تورم، ایجاد اشتغال و تعادل قیمت ارز و رونق اقتصادی موفق بوده

و بررسید: "در این هفت هشت ماهه اخیر چرا ناگهان شرایط نوبی آغاز شد؟ ممکن

است بفرمایند که این شرایط از اشتغال، ارز و رکود و قاچاق و یا سیستم بانکی بود اما به

نظر بنده اشکال از تصور مردم و ترسیم ملت ایران نیست به آینده ایران بود، ناگهان تصور

مردم نسبت به آینده ایران دچار تغییر شد و این درد، بزرگ است..."

استاد اقتصاد دانشگاه ونگور گفت: "البته بهبود میزان امید به زندگی از جنبه‌های اساسی رفاه

است ولی ما داریم در مورد نابرابری در درآمد صحبت می‌کنیم و این موضوع از

اساسی‌ترین نابرابری‌هاست..."

طبق آخرین آمار، امید به زندگی برای همه گروه‌های درآمدی بهبود یافته، و در

مجموع امید به زندگی در کانادا به طور پیوسته افزایش یافته است. انتظار می‌رود

در حال حاضر مردان ۷/۷ سال بیشتر از آنچه که در سال ۱۹۶۵ عمر می‌کردند

زندگی کنند و این شاخص برای زنان ۶/۴ سال عمر بیشتر است.

از جمله یافته‌های کلیدی این مطالعه این است که شکاف طول عمر میان مردان

غنی و فقیر نسبتاً ثابت باقی مانده و امید به زندگی برای مردان فقیر و متوسط از

نظر درآمدی به یک میزان افزایش یافته است. خلاف این موضوع در آمریکا اتفاق افتاده، جایی که تقریباً هیچ تغییری مثبتی در طول عمر ۲۰ درصد جمعیت فقیر به وجود نیامده است؛ شکاف طول عمر بین افراد ثروتمند و فقیر همچنان ۱۴ سال می‌باشد.

میگلان گفت: "در آمریکا طول عمر افراد

دکتر محمد کاشفی

جراح دندانی پزشک

فارغ التحصیل از دانشگاه تورنتو

Bsc. , D.D.S.



کلیه خدمات دندانپزشکی عمومی، روت کانال، زیبایی، ارتدووزی...



مطب
ریچموند هیل

905.780.8444

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

سریعتر و آسانتر از دیگران وارد دانشگاه شوید.

RWS
Richmond Hill World School
Private High School

دبیرستان و هنرستان خصوصی صبحی آکادمی

After School . Night School
Adult Credit Courses

Grade 9-12

Online Credit Courses

Established in 2011



Advanced Function
Calculus & Vector
English
The Writer's Craft
Biology
Challenge & Change
Physics
Family Study
Philosophy
Canadian Law
World Issues
Visual Arts
Computer
French
ESL
TOEFL
IELTS

و سایر کورسهای دبیرستانی

مشاوره رایگان تحصیلی

بزرگترین، مجهزترین، کاملترین و موفقترین
مجمع 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!

تمدید ویزا و درخواست ویزا با داشتن ویزای توریستی

توجه

توجه

- ادامه تحصیل در دانشگاه برای (بزرگسالان) که دیپلم دبیرستانی ندارند در عرض ۶ ماه (داشتن دیپلم ایران و یا کانادایی الزامی نمی باشد)
- ارائه کلیه کردیت کورسهای دبیرستانی ۱۰۰٪ مورد قبول دانشگاهها
- ثبت نام کاملاً رایگان با داشتن معدل ۸۵٪ به بالا از مدارس دولتی انتراریو
- ورود به دانشگاه بدون نوشتن امتحانات تافل، حتی اگر ۴ سال در دبیرستان تحصیل نکرده اید (از ۲۴ سال به بالا و برای دوره های لیسانسی)



با تضمین ۱۰۰٪ قبولی

آموزش و تهیه Art Portfolio

توسط مهرداد صبحی موسس اولین آکادمی هنر ایرانی در کانادا

لیسانسی هنرهای زیبا ، لیسانسی هنر و لیسانسی آموزش از دانشکده تربیت معلم دانشگاه بزرگ



Mehرداد 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)

دوران انتخاب و پول خرج کردن!



محمد رحیمیان
مشاور ارشد بیمه



روزهای کوتاه تابستان تورنتو رو به پایان است و کم‌کم فرزندان ما برای بازگشت به مدارس آماده می‌شوند. برخی هم اسنال، برای نخستین بار، تجربه مدرسه رفتن را لمس می‌کنند.

دوران مدرسه یعنی دوران خرید کردن، انتخاب کردن و پول خرج کردن و در این زمان است که جوانان می‌توانند برای درست خرج کردن تمرین کنند. و شما به عنوان یک فرد باتجربه می‌توانید راهنمایی‌هایی جهت انتخاب‌هایشان به آنها دهید که بر اساس مقدار پول برنامه‌ریزی شده باشد. به عبارتی کودکان شما از سنین پایین از شما می‌آموزند که چگونه و در چه شرایطی باید خرید کنند و نیازهای ضروری و غیر ضروری‌شان را از هم تفکیک کنند.

بین امروز و فردا به عبارتی، روز رسیدن به مقطع دانشگاهی فرزندان به نظر راه درازی در پیش است، اما در حقیقت همانطور که خود شما گویی به لحظاتی به امروز رسیدید، آنها نیز به سرعت به مراحل بالای تحصیلی خواهند رسید، بنابراین هرگز هزینه‌های تحصیلی را ناچیز نشمیرید. به چشم برهم زدن فرزند شما به مقطع دانشگاه، خواهد رسید. خوب است بدانید برای مثال در رشته‌هایی به چندین تخصصی هزینه ثبت نام حدود ۴۸۰۰ دلار می‌باشد، این دانش‌آموز نیاز به کتب درسی دارد که به همراه هزینه رفت و آمد و خوراک او بر

طبق آمار حدود ۹۰۰۰ دلار خواهد شد. همه اینها در شرایطی است که فرزند ما باز هم کنار ما و نزدیک دانشگاهش زندگی کند، که در غیر اینصورت هزینه اجاره مکانی برای دوران تحصیلش هم به اعداد بالا اضافه خواهد شد که آنهم برای یک اتاق چیزی معادل ۵۹۶۰۰ دلار در سال خواهد بود. اگر این شخص در طول سال فقط ۸۰۰ دلار هزینه‌های دیگر داشته باشد، ما با پرداخت حداقل ۲۴ هزار و دویست دلار در سال مواجه خواهیم بود. اگر قرار باشد این هزینه را برای ۴ سال پرداخت کنیم، باید رقمی معادل ۹۶ هزار و هشتصد دلار برای تحصیلش بپردازیم، ضمن اینکه در چه رشته‌ای تحصیل خواهد کرد؟ بی‌شک در رشته‌های پزشکی و حقوق این هزینه‌ها بیشتر خواهد بود. همه اعداد بالا بر اساس امروز محاسبه شده و ناگفته نماند که هزینه تحصیل فرزندی که امروز به دنیا می‌آید، در زمان ورود به دانشگاه به مراتب بیشتر و بالغ بر ۱۳۰،۰۰۰ دلار خواهد بود.

آیا توانایی پرداخت این رقم را داریم؟ اگر فرزندان کوچک است آیا خود را برای رقمی شاید چندین برابر (بنا به رشد ارقام) در سال‌های آینده آماده کرده‌ایم؟ طرح پس انداز تحصیلی در سال ۱۹۶۰ به تصویب رسید و از سال ۱۹۹۸ کمک دولتی نیز به آن اضافه شد. ما می‌توانیم از زمان تولد کودکانمان تا پایان سن ۱۷ سالگی در این صندوق پس‌انداز مشارکت کنیم. به محض افتتاح حساب پس‌انداز تحصیلی از ۵۰۰ دلار مشارکت دولتی برخوردار می‌گردیم و تا سقف ۹۲۰۰ دلار نیز می‌توانیم از کمک دولتی بهره‌گیریم.

صرافی

Nationwide EXCHANGE



کمک دولتی در این حالت از ۲۰ تا ۴۰ درصد می‌باشد و قطعا رقم جمع شده می‌تواند در زمان ورود فرزندانمان به هر مرکز تحصیلی عالی (موسسات آموزشی، کالج و دانشگاه) کمک شایانی به وی بنماید. شاید اینجا برایتان این سوال پیش بیاید که چنانچه فرزندانمان در آینده به هیچ تحصیلی مایل نبود تکلیف پول شما چه خواهد شد؟ در این حالت و در صورتی که نخواهید مشمول کسورات شوید شما می‌توانید این پول جمع‌آوری شده را به فرزند دیگری یا به صندوق بازنشستگی برای خودتان منتقل نمایید.

فرزندان بزرگترین دارایی ما محسوب می‌شود. برای آنها آرزوها داریم، چه خوب که به فکر امروز و آینده فرزندانمان یا تهیه بیمه بیماری‌های کودکان و جوانان باشکال مختلف آن و برنامه‌ریزی‌های متنوع مالی مناسب در بهترین زمان باشیم. اقتباس: www.cover4u.ca

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

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

از خوانندگان

آیا به راستی ایران تجزیه نشده است؟

جمشید پارس نژاد

اهورامزدا را یک شبه از اوج عرش به فرش آورده و حکومت را دو دستی تقدیم اندک تازیان ضبوطن و ضداپرانی کرد. تا کی می‌بایست این نسل استحان پس داده به فکر منافع ناچیز خود باشند و تا حرکتی از سوی جوانان پاک آن سرزمین می‌شود، آن را به ظن ترس از تجزیه ساکت کنند. باید چشمان خود را باز کنیم و بدانیم، ایران در سال ۵۷ تجزیه شد، کردها را کشتند، آذری‌ها را مسخره کردند، قم و مشهد را جدا ساختند، خوزستان مهد دلبران ایران را به گدایی انداختند، سیستان را به خاک سیاه نشاندند، ایران دوستان را فقط به جرم وطن‌پرستی در بالای مدرسه حقانی کشتند. برآستی آیا این خود تجزیه ایران نیست؟ آری ایران را تجزیه کرده‌اید، دیگر نسل ما را از فردا نترسانید. لطفاً شورشیان سال ۵۷ را بی‌مورد روشنفکر قلمداد نکنید. دولت‌آبادی‌ها را جلو نیندازید تا هم اکنون

نکنه‌ای که این روزها در همه جا شنیده می‌شود ترس از تجزیه ایران و جنگ و درگیری‌های داخلی است که امکان دارد در اثر سستی در حکومت مرکزی ایران در ماه‌های آینده بوجود بیاید، ولی برآستی تا به حال پدران ما که طبق معمول کاسه داغتر از آتش شده‌اند به این موضوع فکر کرده‌اند که با شورش‌های سال ۵۷ برآستی ایرانی و وطنی به اسم ایران از هم گسسته شده است یا نه؟ آیا شما در حال حاضر به راستی وطنی به اسم ایران برای نسل ما و نسل‌های آینده باقی گذاشته‌اید یا نه؟ نسل شورشی سال ۵۷ که نمی‌شود اصلاً نقد بشود، چون هنوز هم در این تصویرهای هستند که حق با آنها می‌باشد، آیا فراموش کرده است که ایران ما، سرزمین پاک

با مجوز رسمی از دولت کانادا

در اسرع وقت و بهترین نرخ ممکن

ارسال همه نوع حواله از کویت، دبی،

شرکتی و شخصی به کانادا و تمام نقاط

جهان و بالعکس

صادر انواع چک و سرتیفای چک کانادایی

ارائه مشاوره درباره کلیه خدمات ارزی و

سرمایه‌گذاری

مجهز به دستگاه کارنخوان متصل به

شبکه‌های شتاب تمامی بانک‌های ایران

647-669-7555

7181 Yonge St. Unit #4,
Toronto, ON, L3T 0C7
(WORLD ON YONGE)

خدمات ساختمانی The Best



خدمات برقی و لوله‌کشی

کف‌سازی و رنگ‌کاری

حمام و دستشویی

اتمام زیرزمین

آشپزخانه

سروش یزدانی

647.721.5004

www.thebestconstruction.ca

املاک و مسکن

سهل انگاری در اینمورد جایز نیست!!



هزینه‌ای دریافت نمی‌کنیم. در اینصورت شما فروشی بی دردسر با بهترین نتیجه خواهید داشت. شرکت‌هایی هم هستند که از شما ابتدا چندین هزار دلار دریافت می‌کنند و چند تا فلاپر و تابلو به شما تحویل می‌دهند و منزل شما را هم آگهی می‌کنند و بقیه کارها را به خود شما واگذار می‌کنند منزل فروش برود یا نرود آنها کاری ندارند اجرت خودشان را گرفته و رفته‌اند. خواهش من از همه دوستان خریدار و فروشنده اینست که نسبت به این معامله بزرگ و مهم زندگی خود کاملا حساس باشند و اینکار را به کسانی بسپارند که بارها امتحان خودشان را پس داده‌اند نه کسانی که می‌خواهند با سعی و خطا اینکار را به نتیجه ای احتمالی برسانند و اگر هم نرسند چیزی از دست نمی‌دهند. لطفا توصیه‌های ما را جدی بگیرید، اگر با همکار دیگری قرارداد ندارید از مشورت رایگان ما قبل از تصمیم‌گیری نهایی استفاده کنید

در پایان تقاضا برای خرید کاندو مخصوص پیش خرید آن بسیار بالاست و احتمالا باید همچنان شاهد افزایش قیمت این کالا باشیم، فعلا تمام شاهد حکایت از این موضوع داریم. تمرکز اصلی تیم ما هم در ماه‌های اخیر به روز نگه داشتن اطلاعات و مقایسه قیمت‌ها در پروژه‌های مختلف پیش فروش این کلاشتهر بوده است تا قادر باشیم که بهترین پروژه‌ها را به مشتری‌هایمان ارائه کنیم و جویاگوی تقاضای فراوان و نیاز مشتری باشیم، اگرچه طبق معمول باید یادآوری کنیم که توصیه‌های ما برای تمام مراجعان یکسان نیست بلکه توجه به خواسته‌ها و شرایط هر مشتری ما را قادر می‌سازد تا بهترین توصیه را برای ایشان داشته باشیم. در هر حال در این صفحه مجال بررسی بیشتر این مطلب نیست چنانچه تمایل دارید در اینمورد بیشتر بدانید در صورت تماس با کمال میل آماده پاسخگویی به پرسش‌های شما هستیم. پیش‌بینی می‌کنم که با آغاز ماه سپتامبر شاهد بازاری خوب از نظر تعداد معاملات باشیم و شاهد چندین پروژه پیش‌فروش بسیار داغ از جمله پروژه‌های بسیار پرسودا در منطقه غربی تورنتو از شرکت خوشنام تریادل خواهیم بود. چنانچه منتظر یک پروژه عالی برای پیش خرید هستید حتما تماس بگیرید. به امید دیدار

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

مردم می‌بندد ولی در اولین قدم صد دلار نمی‌تواند برای بازاریابی خانه خرج کند و یا یک عکاس بی‌بورد دوتا عکس درست حساسی از خانه بیندازد، چه برسد به فعالیت‌های دیگر. دو تا عکس خوب که دیگر ساده‌ترین و پیش پا افتاده‌ترین شکل معرفی یک خانه است. نتیجه اینکه ایچنت محترم یک عکس کج و کوله از خانه مشتری با سلفونش می‌گیرد، یک تابلو عظیم هم از خودش آویزان می‌کند جلوی در که با اولین نسیم صبحگاهی تا زاویه چهل و پنج درجه خم می‌شود، اگر بخواهی شماره تلفن ایشان را از روی تابلو برداری باید حتما دراز بکشی روی زمین، این می‌شود ارائه منزل مشتری. خوب پیش خود فکر کرده و ولخرجی جایز نیست...خانه هم که معلوم نیست فروش برود و با شیوه توکل به خدا به بازار عرضه شده، کار را هم که مجانی و فقط بخاطر افتخارش انجام می‌دهد اینجوری ورشکست می‌شود، همین تعداد اندک از همکاران و مشتری‌هایی که به جای توجه به منافع خود به فکر هزینه کردن هستند، کار همکارانی که می‌خواهند شیوه‌های درست و اصولی رادر جامعه جا بیندازند تحت تاثیر قرار می‌دهد، باعث می‌شود جو عدم اعتماد تسری پیدا کند. ریشه کن کردن این آداب و رسوم نادرست یک عزم عمومی هم از طرف مشتریان و هم از طرف همکاران محترم می‌طلبد. از شما مشتریان محترم خواهش می‌کنم به منافع خود بی‌توجه نباشید. تمام مردم موفق همواره بهترین و کلا، بهترین حسابدارها، بهترین ایچنت‌ها و بهترین دکترها را در اطراف خود جمع می‌کنند و دستمزد آنها را تمام و کامل می‌پردازند تا برایشان زحمت بکشند. فروش خانه یک کار تئسی است که بهترین نتیجه با بدترین نتیجه‌اش ده‌ها هزار دلار تفاوت می‌کند. فروشنده و مشاور املاکش باید هر دو وظایف خود را به بهترین نحو انجام دهند تا بهترین نتیجه را کسب کنند. بازاریابی برای خانه خرج دارد. هنگامی که شما برای فروش ملک خود به ما مراجعه می‌کنید ما برای فروش منزل شما از آماده سازی مقدماتی تا بازاریابی، تهیه عکس و بروشورهای حرفه‌ای، تبلیغات، بررسی آفر یا آفرهای موجود و مذاکره برای قبول بهترین پیشنهاد، همه را تقبل می‌کنیم و در صورت لزوم آموزش‌های لازم به فروشنده اگر ایشان در خانه زندگی می‌کنند همه این کارها را بدون تحمیل یک سنت به فروشنده خانه قبول می‌کنیم و تا پایان کار هنگامی که معامله در دفتر وکیل ثبت نشود هیچ

کامران انواری
بروکر املاک

دوستان گرامی، هر هفته از خوانندگان محترم این صفحه تلفن‌های بسیاری دریافت می‌کنم که از یک طرف موجب خوشحالی‌ست که تعداد مخاطبان ما روز به روز بیشتر می‌شود و از طرف دیگر بعضی وقت‌ها هم ناراحت کننده می‌شود، چون تعداد بسیار اندکی از دوستان هنگامی یاد ما می‌افتند که تصمیمی اشتباه گرفته‌اند و معامله‌ای انجام داده‌اند که از آن خوشحال نیستند و هنگامی که دیگر کار از کار گذشته و آب رفته دیگر به جوی بر نمی‌گردد یک زندگی هم به ما می‌زنند و گله و شکایت و تقصیر رابه گردن این و آن می‌اندازند... شکایت‌هایی شبیه اینکه من تازه وارد بوم و نمی‌دانستم... ایچنت من مرا درست راهنمایی نکرد... یا اینکه من... من متوجه شده بودم که معامله خوبی نیست و می‌خواستسم آنرا بهم بزنم ولی ایچنتم گفت نمی‌شود معامله را بهم زد ... که نحوه فسخ کردن یک معامله خودش می‌تواند موضوع یک مطلب باشد که احتمالا هفته بعد به آن می‌پردازیم. همانطوری که عرض کردم خوشبختانه این مسائل فقط برای بخش کوچکی از مشتریان که عموما تازه وارد هستند اتفاق می‌افتد، ولی در هر حال باید در مورد آن صحبت کرد

بنسبت دوستان نحوه ارتباط ما مشاوران املاک و شما به عنوان مشتری اگر اصلاح شود، مسائلی از این قبیل بوجود نمی‌آید. این شما هستید که باید به فکر منافع خودتان باشید. شیوه کار در اینجا با سرزمین مادری متفاوت است. اینطوری نیست که شما کارتان را به چندین نفر ارجاع کنید و توقع داشته باشید تمام آنها برای شما کار کنند. از طرف دیگر با همکاران عموما تازه کاری طرفیم که برای جلب مشتری به بذل و بخشش کردن حق‌الزحمه خود مشغول می‌شوند و تبلیغاتی عجیب و غریب. آیا تا به حال دیدماید که یک ایچنت موفق و قدیمی از این جور آگهی‌ها بدهد؟ آخر کسی که قادر نیست حقوق خودش را بگیرد چگونه می‌خواهد حق مشتری خودش را کامل و صحیح حفظ کند؟ آیا تا به حال دیده‌اید که یک وکیل خوب یا معلم باتجربه در هر حرفه‌ای بگوید من بخش از دستمزد را به شما می‌دهم اگر کارتان را بدهید من انجام دهم؟ نتیجه‌اش این می‌شود که قرارداد را برای فروش خانه

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

پیش خرید کاندو آپارتمان

برای دریافت فهرست جدیدترین و بهترین پیش‌فروش‌های آپارتمان در تورنتو و ریچموند هیل از خوشنام‌ترین سازندگان فعال کلاشهر تورنتو با آدرس ایمیل زیر مکاتبه فرمائید:

anvariteam@gmail.com

Bayview / Finch \$429,900



آپارتمان ۱+۱،
خواه،
۳ سال ساخت،
با پارکینگ و
انباری و بالکن

Yonge / Sheppard \$1,388,000



خانه مستقل،
۱ طبقه،
زیرزمین تکمیل
و واک اوت
زمین:
۵۰x۱۳۱ ft

Yonge / 16th \$408,800



آپارتمان ۱+۱
خواه نوساز،
با پارکینگ،
انباری،
تراس،
در منطقه عالی

Call Now To Book Your Private Home Tour!



Richmond Hill \$1,269,000



خانه مستقل در
یکی از بهترین
محلات
ریچموند هیل،
بسیار شیک و
زیبا

Loaded with upgrades

Bathurst / Steeles \$1,198,000



خانه یک طبقه
۳+۲ خوابه،
۲ حمام، زیرزمین
تکمیل، بازسازی
شده، بسیار زیبا

Leslie / Sheppard



آپارتمان ۲+۱
خواه با ۲ حمام،
پارکینگ، انباری و
بالکن بزرگ،
نزدیک ایستگاه
سابوی و GO

Yonge / 16th \$1,850/m



آپارتمان ۱+۱
خواه نوساز،
بزرگ،
روشن و دلپاز،
با پارکینگ،
بالکن، انباری، استخر و...

اجاره فوری



Oak Ridges

\$1,319,888

فروش

خانه ۳ خوابه، با زیرزمین همکف در منطقه
ایرانی نشین - با زمین ۴۰x۱۱۵



HWY 7 / Wingwoss

\$1,299,999

فروش

خانه مجزا ۴ خوابه با ۴ سرویس و زیرزمین
تمام شده و سونا در منطقه ایتالیایی نشین



Finch / DonMills

\$1,598,000

فروش

خانه مجزا ۴+۱ خوابه، با زیرزمین تمام شده
و قابل اجاره



Yonge / Finch

\$1,260,000

فروش

خانه ۴+۲ خوابه بسیار مناسب
با زمین ۷۲x۱۱۵



Finch / DonMills

\$799,000

فروش

خانه نیمه مجزا ۳ خوابه، با زیرزمین تمام شده
و قابل اجاره



Caledon

\$1,499,000

فروش

خانه ویلا بی ۳+۲ خوابه،
در زمین ۱۰ ایکری نزدیک تورنتو



فروش

فروش پمپ بنزین
- فروش ساختمان پزشکان (Medical Building)

ایوب افتخارنژاد

مشاور املاک، فارغ التحصیل معماری از ایتالیا

416.420.9598

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

دکترای روان‌شناسی از دانشگاه لندن انگلستان
فوق دکتری روان‌شناسی از دانشگاه یورک تورنتو
عضو رسمی کالج روان‌مدانگران انتراریو CRPO
عضو دائم انجمن روان‌شناسی انتراریو OPA

Ph.D.
صفر داعی

روان در مانگر CRP ۳۰ سال تجربه حرفه‌ای

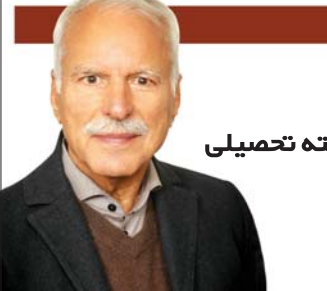
اختلافات خانوادگی

مشکلات شخصی، مدیریت خشم

مشاوره و راهنمایی حرفه‌ای و رشته تحصیلی

Cell: 416.303.5730

Office: 905.770.4556



کمک هزینه کشورهای اروپایی به خانواده‌ها برای فرزندان



قانون اتحادیه اروپا تصریح می‌کند که دولت‌ها باید به خانواده‌ها برای بزرگ کردن کودکان کمک کنند و این کمک هزینه‌ها باید از سوی کشوری پرداخت شود که والدین به عنوان شهروندان اروپا و صرف‌نظر از ملیت آنها، در آنجا برای کار یا زندگی اقامت دارند.

با وجود این قانون، دولت‌های عضو اتحادیه اروپا در اجرا محدود گسترده‌تری را در نظر گرفته‌اند و بر این اساس، والدین مقیم حتی اگر شهروند اروپا نباشند نیز می‌توانند تحت شرایطی از کمک هزینه‌های کودکان بهره ببرند.

آلمان

دولت آلمان برای اولین و دومین کودک تازه متولد شده خانواده‌ها ماهانه ۱۹۴ یورو می‌پردازد و این مبلغ برای کودک سوم تا ۲۰۰ یورو و برای کودک چهارم تا ۲۲۵ یورو افزایش می‌یابد. این مبلغ صرف‌نظر از میزان درآمد خانواده‌ها پرداخت می‌شود و تنها شرط لازم، اقامت دائم پدر و مادر در آلمان است. بنا بر آمار منتشر شده، شمار والدینی که در آلمان زندگی می‌کنند و خواستار دریافت کمک هزینه برای فرزندان خود شده‌اند در شش ماه گذشته ۱۰ درصد افزایش یافته است؛ این در حالی است که برخی از این کودکان در کشوری غیر از آلمان به سر می‌برند.

بنا بر اعلام سخنگوی وزارت دارایی آلمان، در حال حاضر سالانه مبلغ ۶۰۰ میلیون یورو از بودجه دولت صرف پرداخت کمک هزینه به ۲۶۸ هزار و ۳۳۶ کودک می‌شود که در خارج از آلمان، در یکی دیگر از کشورهای اتحادیه اروپا یا یکی از کشورهای عضو منطقه اقتصادی یورو زندگی می‌کنند. این موضوع اختلافات زیادی را میان دولت‌های موجود آورده است، بویژه آنکه شهرداری‌ها که محل فعالیتشان میزان جمع قابل توجهی از مهاجران است، بیش از دیگران در این زمینه تحت فشارند. این شهرداران ادعا می‌کنند که برخی از مهاجران مخصوصاً آلمان برای مهاجرت انتخاب کرده‌اند تا از سیستم‌های حمایتی آن سود ببرند.

ترکیه

در ترکیه پدر و مادر برای تولد هر کودک، تنها یک بار مبلغی را به عنوان کمک هزینه دریافت می‌کنند. این مبلغ برای تولد اولین کودک ۲۰۰ لیر ترکیه (۴۵۲۱ یورو)، برای تولد دومین کودک ۴۰۰ لیر (۶۰۲۸ یورو) و برای تولد دیگر فرزندان ۶۰۰ لیر (۹۰۴۳ یورو) است. علاوه بر این ماهانه مبلغ ۱۲۲ لیر نیز به آنها پرداخت می‌شود. شرط لازم برای دریافت این کمک هزینه

این است که یکی از والدین دست‌کم برای چهار ماه کار کرده باشد. آن دسته از شهروندان ترکیه‌ای که در آلمان زندگی می‌کنند و دارای "کارت آبی" صادر شده توسط دولت ترکیه هستند نیز می‌توانند از این کمک هزینه‌ها بهره ببرند.

بریتانیا

در بریتانیا به همه خانواده‌ها برای تولد اولین نوزاد، بطور هفتگی کمک هزینه پرداخت می‌شود. مبلغ این کمک هزینه در سال ۲۰۱۸ میلادی ۲۰۷۰ پوند (۳۳۱۶ یورو) بوده است. خانواده‌ها از این کمک هزینه تا زمانی که فرزندان شان ۱۶ ساله شوند (چنانچه تمام وقت مشغول آموزش باشند تا حدود ۲۰ سال) بهره می‌برند و با هر فرزند اضافه نیز به درآمد هفتگی خانواده ۱۳۷۰ پوند (۱۵۳۳ یورو) اضافه می‌شود.

در بریتانیا آن دسته از خانواده‌های متعلق به کشورهای عضو منطقه اقتصادی اروپا که فرزندان شان با آنها زندگی نمی‌کنند نیز در صورت داشتن پارای شرایط، می‌توانند از این درآمد بهره مند شوند. این جمله شرایط اینکه یکی از والدین باید مالیات پرداخت کرده باشد، همچنین اگر والدین در حالی که بیکار بوده‌اند پس از ژوئیه ۲۰۱۴ میلادی به بریتانیا وارد شده‌اند، باید دست‌کم سه ماه در این کشور کار کنند تا بتوانند از این مزایا برای کودکانشان بهره مند شوند.

ایرلند

در ایرلند، همسایه بریتانیا نیز سیستم تقریباً مشابهی حاکم است و به والدین به ازای هر کودک تا سن ۱۶ سالگی ماهانه مبلغ ۱۴۰ یورو پرداخت می‌شود. پرداخت این مبلغ برای کودکانی که تمام وقت مشغول تحصیل یا آموزش هستند یا دارای معلولیت هستند و نمی‌توانند از خود حمایت کنند تا ۱۸ سال ادامه خواهد یافت.

خانواده‌ها برای دریافت این کمک هزینه باید شرایط متعددی را در موضوع حق اقامت و مدت زمان اقامت در این کشور داشته باشند.

روسیه

کمک هزینه کودکان در روسیه "سرمایه مادری" نام دارد و مبلغ آن با توجه به درآمد و محل سکونت خانواده می‌تواند کم یا زیاد شود. این مبلغ در شهر مسکو از ۲۰ تا ۲۰۰ یورو متفاوت است و این کمک هزینه برای فعالیت‌هایی از جمله آموزش، پرداخت هزینه پرستاری از کودک یا بهبود شرایط زندگی او صرف می‌شود. خارجی‌ها اجازه استفاده از این کمک هزینه را ندارند اما اگر مالیات بپردازند، می‌توانند پس از تولد کودکانشان از برخی مزایای مبتنی بر درآمد بهره‌مند شوند.

دانمارک

کمک هزینه‌های کودکان در دانمارک بستگی به سن کودک دارد. این کمک هزینه‌ها با بزرگ شدن فرزندان کمتر شده و در نهایت در ۱۷ سالگی متوقف می‌شود. مبلغ این کمک‌ها بین ۴۵۰۶ کرون (۶۰۵ یورو) تا ۲۸۰۸ کرون (۳۷۷ یورو) برای هر فصل است. این کمک هزینه‌ها بستگی به درآمد والدین دارد. اگر پدر و مادر کودک سالانه درآمدی بیش از ۷۶۵۸۰۰ کرون (۱۰۲۳۲۰ یورو) داشته باشند، میزان این کمک هزینه‌ها کاهش می‌یابد.

آیا در فکر خرید خانه هستید؟

دانیال نیلی

کارشناس وام مسکن

647-668-2200



مناسب‌ترین وام مسکن برای شما

- ✓ مشاوره وام مسکن بدون هیچ گونه الزام
- ✓ راه حل وام مسکن متناسب با شیوه زندگی شما
- ✓ تصویب اولیه سریع و آسان وام مسکن تا بتوانید با اطمینان خرید کنید



CIBC Cube Design

تمام وام‌های مسکن خود به‌تایید اعتبار می‌باشند. شرایط و محدودیت‌های خاص در مورد آنها تعریف می‌شود. CIBC Cube Design علامت تجاری CIBC می‌باشد.

Daniel H. Neely
CIBC Mortgage Adviser

Cell: 647-668-2200

Tel: 1-866-205-3552



Rumanek & Company Ltd.
Licensed Insolvency Trustee

نگران بدهی هستید؟

ما بطور کاملاً خصوصی مشکلات مالی شما را حل می‌کنیم

ARE YOU STRESSED AND DESPERATELY TRYING TO GET OUT OF DEBT?

WE CAN HELP!!

FREE CONFIDENTIAL APPOINTMENTS, NO UPFRONT FEE

KNOW YOUR RIGHTS

Corporate and personal debts, Line of Credits, Credit Cards, Business loans, CRA Taxes & HST

We can settle your debts without filing Bankruptcy

Interest will be stopped one small monthly payment for all your creditors

We can protect your assets: house, cars, RRSP, RESP, etc.

We can stop the collection calls and garnishments

Know your options:
consumer or informal proposal,
insolvency counselling or bankruptcy



9 Locations
to Serve you better:
Scarborough, North York,
Etobicoke, Mississauga
and more...
by appointment call Aisha to schedule:

Aisha Munawar & Ammar Hussain
Experienced BIA Insolvency Counselors
and Estate Administrator

416.428.2165
aisham@rumanek.com

4 Robert Speck Parkway,
Suite 1500, Mississauga,
L4Z 1S1

تدریس پیانو



توسط
پدیس عمانیان
با ۱۶ سال
سابقه تدریس



647.878.2021
pardis101@hotmail.com

در قطعات کلاسیک بر اساس متد RCM و قطعات ایرانی

آشنایی با سیستم آموزشی انترابو - ۱۰

ارزشیابی و سنجش تحصیلی در مشکلات یادگیری



یادگیری دیده نشد، باید انتظارات آموزشی را کم کرد. اینجاست که شیوه نگاه مدرن در آموزش و پرورش خودنمایی می‌کند: به یاد بیابوریم که در نسل‌های گذشته ممکن بود فشار بیشتری به کودک تحمیل شود به خیال اینکه قصد کمک کردن در میان است و آینده وی در خطر است. اینک اما، به مدد علم روانشناسی و با متدهای سنجش متخصصان آموزش استثنایی، تمام اطلاعات گردآوری شده به کار می‌آیند که برای تحصیل این دانش‌آموز، یک بسته ویژه طراحی شود تا انتظارات آموزشی، در حد یادگیری دانش‌آموز باشد. به این بسته، که بر اساس همان سند آموزشی یا کوریکولوم انترابوست اما سطح متفاوتی از یادگیری را دنبال می‌کند، طرح آموزش فردی (Individual Educational Plan: IEP) گفته می‌شود.

فاز پنجم، تطبیق سطح آموزش و ارزیابی برای این دانش‌آموز است، طوری که معلم و دانش‌آموز بدانند که انتظارات آموزشی چه است. دانسته این تغییرات ممکنست خیلی کم یا خیلی زیاد باشد. مثلاً به دانش‌آموزی که خیلی آهسته می‌نویسد، بگوید از همه تمرین‌های این صفحه فقط سه تایش را حل کند؛ در صورتی که بقیه دانش‌آموزان باید هشت تمرین را حل کنند. یا دانش‌آموزی که کمی مشکل تحلیل دارد، اجازه داشته باشد از وسایل کمک آموزشی برای حل مساله ریاضی استفاده کند درحالی‌که بقیه همکلاسی‌ها بطور ذهنی مساله حل می‌کنند. در مواردی دانش‌آموز، اختلاف زیادی با بقیه همسن‌های خود دارد، مثلاً بدیهی‌ست که هم تدریس و هم ارزیابی به همان حد کلاس سوم خلاصه می‌شود اما در سطح درسی او در حد کلاس سوم باشد. بدیهی‌ست که هم تدریس و هم ارزیابی در همان حد کلاس سوم خلاصه می‌شود اما در مقوله طرح آموزش فردی او، در کارنامه دانش‌آموز هم ذکر خواهد شد که این ارزیابی تحصیلی مربوط به طرح آموزش فردی است.

فاز ششم مربوط به آموزدن این طرح فردی آموزش است. یعنی معلم بایستی ارزیابی کند که آیا اکنون که توقع آموزشی از دانش‌آموز را تغییر داده‌اند، کارکرد دانش‌آموز بهبودی دارد یا خیر؛ آیا خود این طرح فردی، باید کم و زیاد شود؛ خلاصه مرتب ارزیابی و باز هم ارزیابی...

حالا ست که به اهمیت خاص ارزیابی و سنجش تحصیلی در سیستم آموزش و پرورش امروزی بی می‌بریم، چرا که هر لحظه معلم باید به فکر تک تک دانش‌آموزانش باشد تا اطمینان حاصل کند

یادگیری دیده نشد، باید انتظارات آموزشی را کم کرد. اینجاست که شیوه نگاه مدرن در آموزش و پرورش خودنمایی می‌کند: به یاد بیابوریم که در نسل‌های گذشته ممکن بود فشار بیشتری به کودک تحمیل شود به خیال اینکه قصد کمک کردن در میان است و آینده وی در خطر است. اینک اما، به مدد علم روانشناسی و با متدهای سنجش متخصصان آموزش استثنایی، تمام اطلاعات گردآوری شده به کار می‌آیند که برای تحصیل این دانش‌آموز، یک بسته ویژه طراحی شود تا انتظارات آموزشی، در حد یادگیری دانش‌آموز باشد. به این بسته، که بر اساس همان سند آموزشی یا کوریکولوم انترابوست اما سطح متفاوتی از یادگیری را دنبال می‌کند، طرح آموزش فردی (Individual Educational Plan: IEP) گفته می‌شود.

فاز پنجم، تطبیق سطح آموزش و ارزیابی برای این دانش‌آموز است، طوری که معلم و دانش‌آموز بدانند که انتظارات آموزشی چه است. دانسته این تغییرات ممکنست خیلی کم یا خیلی زیاد باشد. مثلاً به دانش‌آموزی که خیلی آهسته می‌نویسد، بگوید از همه تمرین‌های این صفحه فقط سه تایش را حل کند؛ در صورتی که بقیه دانش‌آموزان باید هشت تمرین را حل کنند. یا دانش‌آموزی که کمی مشکل تحلیل دارد، اجازه داشته باشد از وسایل کمک آموزشی برای حل مساله ریاضی استفاده کند درحالی‌که بقیه همکلاسی‌ها بطور ذهنی مساله حل می‌کنند. در مواردی دانش‌آموز، اختلاف زیادی با بقیه همسن‌های خود دارد، مثلاً بدیهی‌ست که هم تدریس و هم ارزیابی به همان حد کلاس سوم خلاصه می‌شود اما در سطح درسی او در حد کلاس سوم باشد. بدیهی‌ست که هم تدریس و هم ارزیابی در همان حد کلاس سوم خلاصه می‌شود اما در مقوله طرح آموزش فردی او، در کارنامه دانش‌آموز هم ذکر خواهد شد که این ارزیابی تحصیلی مربوط به طرح آموزش فردی است.

فاز ششم مربوط به آموزدن این طرح فردی آموزش است. یعنی معلم بایستی ارزیابی کند که آیا اکنون که توقع آموزشی از دانش‌آموز را تغییر داده‌اند، کارکرد دانش‌آموز بهبودی دارد یا خیر؛ آیا خود این طرح فردی، باید کم و زیاد شود؛ خلاصه مرتب ارزیابی و باز هم ارزیابی...

حالا ست که به اهمیت خاص ارزیابی و سنجش تحصیلی در سیستم آموزش و پرورش امروزی بی می‌بریم، چرا که هر لحظه معلم باید به فکر تک تک دانش‌آموزانش باشد تا اطمینان حاصل کند

لیلا کاظم‌زاده
معلم رسمی انترابو



بررسی فزای‌های شش‌گانه در آموزش ویژه (استثنایی)

هفته پیش ارزیابی تحصیلی در نظام آموزشی انترابو را مرور کردیم. این بار می‌خواهیم بدانیم وقتی دانش‌آموزی پیشرفت تحصیلی نشان نمی‌دهد قدم‌های بعدی چیست. پس از مدتی که از سال تحصیلی گذشت و آموزش و ارزیابی کلاس کمی جلو رفت، زمانی که معلم متوجه شود دانش‌آموزی میزان یادگیری متفاوتی از بقیه همکلاسی‌هایش دارد، زنگ هشدار کوچکی به صدا در می‌آید، البته فقط در گوش خود معلم.

این فاز اول یا شناسایی است. باید به بررسی علت‌های احتمالی پرداخته شود و در عادات یادگیری و حضور در کلاس دقت شود. گاهی در همان مرحله نیازهای ساده‌ای که برآورده نشده‌اند خودنمایی می‌کنند، مثلاً کندنویسی یا ناتوانی در کمک گرفتن و سوال پرسیدن. معلم چندین حالت را بنا به تجربه و حوصله خود بررسی می‌کند.

فاز دوم آموزش با رویکرد تشخیصی است. معلم در شیوه کلاس‌داری خود و دستورالعمل‌های آموزشی، مشخصاً برای این دانش‌آموز راه‌چندگانه‌ای را امتحان می‌کند، مثلاً محل نشستن او را عوض می‌کند، یا موقع درس دادن بیشتر از قبل به دفتر و کتاب او نگاه می‌کند و راهنمایی بیشتری می‌کند و بررسی می‌کند آیا این تغییرات کمکی برای بهبود می‌کند یا نه.

فاز سوم وقتی است که تغییرات اعمال شده قبلی، نتیجه‌ای نداشته‌اند و معلم ناگزیر به ارجاع و کمک خواستن از تیم مدرسه است که معمولاً در این مرحله به والدین هم اطلاع داده می‌شود. او اطلاعات مربوط به کارکرد دانش‌آموز را با معلم‌های مربوطه به تیم درمیان می‌گذارد. نمونه‌هایی از نوشته‌ها در حل تمرین‌ها و دفترها و یا هر نوع محصول آموزشی نظیر نقاشی یا کار دست، که نشان‌دهنده مشکلات اوست را با همکارانش بررسی می‌کند. گاهی در این مرحله تجربیات اعضای تیم راهگشاست. پیشنهادت‌ها در جدیدی در ارتباط با ابزارهای مورد استفاده در آموزش (accommodation) و انتظارات آموزشی (modification) گفته و شنیده می‌شود.

فاز چهارم وقتی که پیشنهادت‌ها تیم موثر نبود و به واسطه تغییرات اعمال شده تفاوتی در

AMIN
the name you can trust

خدمات حسابداری

امین

کلیه امور حسابداری و مالیاتی

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

- ✓ 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

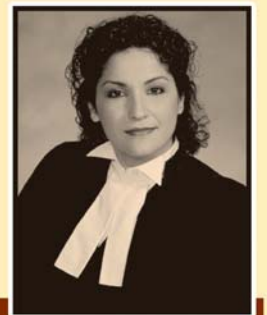
5927 Yonge St, Suite 202, North York, ON M2M 3V7
(between Finch & Steeles)

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.

مجتمع
پویا

✓ خدمات مالی و حسابداری

✓ خرید، فروش و اجاره مسکن

✓ خدمات امور مهاجرتی

416.225.6600 , 6347 Yonge St.

pouyacommercial.com



دکتر رامین سیروسی
مشاور رسمی املاک مسکونی و
دارای دکترای پزشکی از دانشگاه تهران
416.418.8587

ژاله وحدت پناه
متخصص وام مسکن و
تهیه بهترین وام برای واجدین شرایط
416.826.9797

**نام‌های آشنا و مطمئن با
سال‌ها تجربه صادقانه**

بورس پیش‌خرید مستقیم از بیلدر

- گرفتن بهترین قیمت از بیلدر تخصص ماست
- تا ۲,۰۰۰ دلار تخفیف زیر قیمت رسمی بیلدر
- پیش‌خرید از بیلدر با حق واگذاری قبل از تحویل
- تهیه وام مسکن بدون کارمزد برای واجدین شرایط

KINGSWAY
REAL ESTATE BROKERAGE

LIC# M12001035
Brokerage# 10266

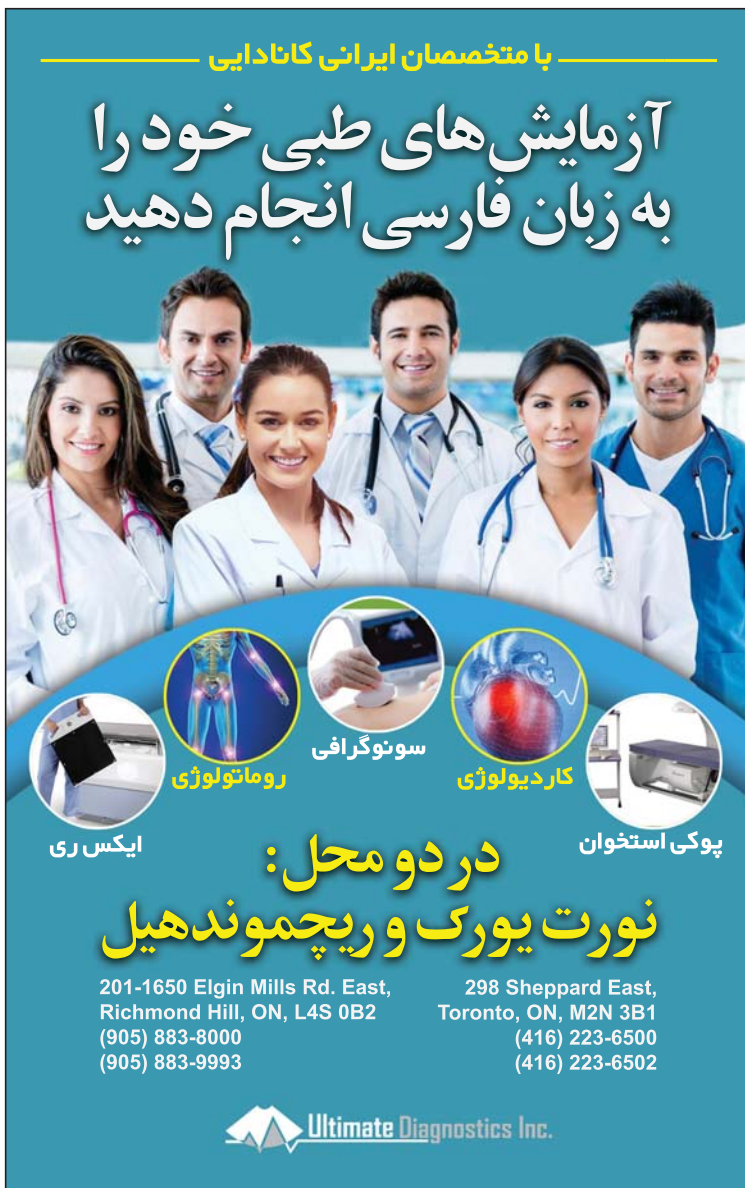
CENTUM

www.Dr-Homes.ca

مقاله معرفی بهترین پروژه‌های روز در همین صفحه

با متخصصان ایرانی کانادایی

**آزمایش‌های طبی خود را
به زبان فارسی انجام دهید**



پوکی استخوان

در دو محل:

نورت یورک و ریچموند هیل

201-1650 Elgin Mills Rd. East, Richmond Hill, ON, L4S 0B2 (905) 883-8000 (905) 883-9993

298 Sheppard East, Toronto, ON, M2N 3B1 (416) 223-6500 (416) 223-6502

یکس ری

سونوگرافی

روماتولوژی

کار دیولوژی

Ultimate Diagnostics Inc.

پیش‌خرید - املاک

فرستی استثنایی برای خانه‌دار شدن افراد بالای ۵۵ سال: پیش‌خرید قسطی دو خوابه فقط ۴۰۰ هزار دلار



امکانات خود ساختمان بهره ببرند. علاوه بر آن، این ساختمان یک اتوبوس Shuttle اختصاصی دارد که همه روزه ساکنان را به مال بزرگ نزدیک برای خرید می‌برد و به صورت رایگان حمل و نقل ساکنین را انجام می‌دهد.

از لحاظ پیش‌خرید، شرکت سازنده، این هفته به من اطلاع داد که متقاضیان می‌توانند واحدهای موجود را به صورت اقساطی بخرند. این Promotion که فقط فقط برای مدت کوتاهی قابل اجراء است به شما اجازه می‌دهد که پس از پرداخت ۵٪ اول قیمت خرید، بقیه مبلغ را در ظرف دو سال و به صورت قسطی برای پدر و یا مادر خود پرداخت و آپارتمان را پیش‌خرید نمایید.

برای مثال برای پیش‌خرید یک واحد دو خوابه به قیمت ۴۱۰ هزار دلار در طبقه نهم شما حدود ۲۰ هزار دلار آن را در ظرف مدت یک ماه به شرکت سازنده می‌پردازید. بعد از آن قسط ماهانه شما برای مدت ۲۴ ماه به شرکت سازنده شروع می‌شود که معادل ماهانه ۱۷۵۰ دلار خواهد بود و همان‌طور که عرض شد شما برای دو سال ماهانه ۱۷۵۰ دلار به سازنده پرداخت می‌کنید. ۵٪ آخر در زمان تحویل و در انتهای سال ۲۰۲۰ از شما اخذ خواهد شد.

رامین سیروسی
پزشک از دانشگاه تهران، مدرس سابق دانشگاه و متخصص املاک در کانادا
416-418-8587

دکتر رامین سیروسی
مشاور املاک



با سلام و آرزوی اوقاتی خوش برای شما، در این هفته قصد دارم در مورد امکان منحصر به فرد پیش‌خرید آپارتمان به صورت قسطی با شما صحبت کنم. این ساختمان که در سال ۲۰۲۰ آماده خواهد شد به واجدین شرایط امکان می‌دهد تا با پرداخت قسطی ماهیانه بتوانند آپارتمانی را پیش‌خرید نمایند.

این پروژه به این منظور تهیه و برای فروش عرضه شده که افرادی که در آن زندگی می‌کنند به امکاناتی مجهز باشند که در ساختمان‌های معمولی یافت نمی‌شود، برای مثال امکانات پزشکی و درمانی و همچنین امکانات تفریحی این مجتمع بی‌نظیر است. این ساختمان که از هر لحاظ مانند یک کاندومینیوم لوکس است در طبقه همکف خود محلی برای پزشک و پرستار دارد تا اگر ساکنین به امکانات پزشکی نیاز داشتند سریعاً بتوانند از آن استفاده کنند. همین‌طور در داخل ساختمان مکان خاصی برای رستوران و سالن آرایش Hair Salon تهیه شده به طوری که ساکنین بتوانند بدون خارج شدن از ساختمان در صورت نیاز از

هنرمند افغان مشکلات جامعه را با کارتون نقاشی می‌کند



"مناسفانه در افغانستان زمانی که می‌خواهیم درباره موضوعی انتقاد کنیم یا مخالفت خود را با موضوعی نشان دهیم، تنها کاری که می‌کنیم انتقادهای تند کلامی و جنگ‌های لفظی است." وی اضافه می‌کند: "جنگ‌های زبانی و ناسزا معمولاً به درگیری‌های فیزیکی منجر می‌شود."

رضایی در عین حال می‌گوید: "من تصمیم گرفتم روشی را بیان انتقاد و مخالفت خود انتخاب کنم که هم به میزان بسیار زیاد تأثیرگذار باشد و هم مردم بتوانند بسیار راحت آن را متوجه شوند، جذابیت بیشتری داشته باشد و به سمت ابتدال و درگیری فیزیکی و کلامی هم نرود و از سوی دیگر محدود به یک زبان خاص هم نباشد و مردم سراسر دنیا بتوانند آن را متوجه شوند."

وی، کارتونی را یکی از بهترین و موثرترین روش‌ها برای بیان نظرات و انتقادات عنوان می‌کند و می‌گوید: "این هنر می‌تواند در سطح جامعه فرهنگ سازی کند."

رضایی سال گذشته در جشنواره بین‌المللی کشور رومانی برنده جایزه ویژه شد و با سایت "کارتون موومننت" قرارداد همکاری دارد.

کارتونیست افغان یکی از تأثیرگذارترین روش‌های بیان انتقاد در جامعه را کارتونی عنوان می‌کند و می‌گوید: "من تصمیم گرفتم روشی را برای بیان انتقاد انتخاب کنم که هم به میزان بسیار زیادی تأثیرگذار باشد و هم اینکه مردم بتوانند راحت‌تر آن را متوجه شوند."

وی درباره فعالیت خود به‌عنوان کارتونیست می‌گوید: "شش سال پیش نقاشی را شروع کردم و تقریباً یک سال و نیم است که به شکل مستمر کارتونی می‌کنم." این کارتونیست، نمایشگاه‌هایی خارج از افغانستان برگزار کرده است اما تاکنون در داخل کشور خود نمایشگاهی نداشته است. وی درباره دلیل این کار تأکید می‌کند: "دوست دارم در افغانستان نمایشگاه برگزار کنم اما چون کارتونی بسیار انتقادی است ممکن است با مشکلاتی روبرو شوم." یکی از موضوعاتی که حسین رضایی در کارتون‌های خود به آن پرداخته است، موضوع "صلح" است. وی می‌گوید: "تقریباً پنج یا شش کار با موضوع صلح دارم و سعی کرده‌ام با یک نگاه انتقادی به فقدان صلح در افغانستان بپردازم و تأثیرات آن بر روی جامعه و زندگی مردم را با یک طنز تلخ نشان دهم."

این کارتونیست افغان ادامه می‌دهد:

FOR RENT

اجاره - Newmarket/Yonge

خانه نوساز - بزرگ (۳۷۰۰ اسکورفیت)

۴ خوابه، واقع در East Gwilliambury

نیومارکت - نزدیک خیابان یانگ

۲۳۰۰ دلار

647-874-2200

خبر - جهان

سناتور جان مک کین، سیاستمدار آمریکایی
در ۸۱ سالگی از دنیا رفت

سناتور جان مک کین، سیاستمدار آمریکایی و نامزد پیشین انتخابات ریاست جمهوری آمریکا پس از یک دوره مبارزه با بیماری سرطان مغز در ۸۱ سالگی از دنیا رفت.

جان سیدنی مک کین سوم که شش دوره نماینده ایالت آریزونا در کنگره و سنای آمریکا و از تاثیرگذارترین سیاستمداران دوران خود در سپهر سیاسی ایالات متحده بود، ساعت ۴:۲۸ عصر روز شنبه ۲۵ اوت کنار همسرش سیدنی و دیگر اعضای خانواده درگذشت.

باراک اوباما که سال ۲۰۰۸ با غلبه بر مک کین راهی کاخ سفید شد، یکی از انبوه چهره‌هایی بود که برای مرگ این سیاستمدار کارکنته پیام تسلیت فرستاد. دونالد ترامپ، رئیس جمهوری آمریکا هم که دشمن خوبی مک کین بود و در هفته‌های اخیر حتی نام او را بر زبان نمی‌آورد، در توئیتر خود بدون آنکه تحسینی نثار سیاستمدار فقید کند، در متنی کوتاه نوشت: "عمیق‌ترین همدردی‌ها و احترام من نثار خانواده سناتور جان مک کین. قلب‌ها و دعاها ما با تو است."

مک کین با وجود جمهوریخواه بودن، به شدت با سیاست‌های ترامپ مخالفت می‌کرد و تا روزهای آخر زندگی این مخالفت را ادامه داد.

مک کین در ۶۰ سال حضور خود در صحنه سیاسی آمریکا هرگز با حاشیه و جنجال بیگانه نبود و از جدی‌ترین حامیان جورج دبلیو بوش در حمله نظامی به عراق در ۲۰۰۳ به شمار می‌رفت. حمایت او از سارا پیلین در نامزدی برای انتخابات ریاست جمهوری آمریکا هم با ناکامی محض همراه شد، نمونه‌ای از سیاست‌های پوپولیستی حزب جمهوریخواه بود که در نهایت به ظهور ترامپ به نمایندگی از این حزب انجامید.

مک کین در جنگ آمریکا علیه ویتنام در ۱۹۶۷ خلبان نیروی دریایی آمریکا بود و همان سال تا یک قدمی مرگ پیش رفت؛ آن هم زمانی که موشک ویتنامی‌ها نزدیک مخازن سوخت ارتش آمریکا به زمین خورد و ۱۳۴ نفر را کشت. سه ماه بعد، هواپیمای او در آسمان ویتنام مورد اصابت قرار گرفت و مک کین جوان با دو دست و یک پای شکسته به اسارت نیروهای ارتش ویتنام شمالی درآمد.

از آنجا که پدر خلبان ارتش آمریکا یک ژنرال چهار ستاره بود، خیلی زود حکم آزادی او صادر شد اما مک کین ترجیح داد تا آزادی دیگر زندانیان جنگ در زندان ویتنامی‌ها بماند. این دوره پنج سال طول کشید و دو سال آن در سلول انفرادی یا شکنجه‌ها و آزارهای جسمی و روحی شدید گذشت. هر چند ترامپ در مبارزه‌های انتخاباتی سال ۲۰۱۶ اسیر شدن مک کین را به سخره گرفت و گفت: "او قهرمان جنگ نیست. من قهرمانانی را دوست دارم که اسیر نشده‌اند."

مک کین در ۱۹۸۱ از خدمت در ارتش بازنشسته شد و سال بعد از ایالت آریزونا برای ورود به کنگره اقدام کرد. او در ۱۹۸۷ از کنگره وارد سنا شد و در ۲۰۰۰ پس از یک مبارزه کثیف با بوش پسر، در کسب رای جمهوریخواهان برای ورود به عرصه رقابت ریاست جمهوری ناکام ماند. هشت سال بعد اما میت رامنی را شکست داد تا بخت خود را برای ورود به کاخ سفید بیازماید، هر چند دست تقدیر اوپاما را مقابلش قرار داد که نخستین رئیس جمهوری رنگین پوست آمریکا لقب گرفت.

سناتور فقید آمریکایی سال گذشته مخالفت رسمی خود را با اعمال قانون جلوگیری از ورود شهروندان شش کشور مسلمان به آمریکا اعلام کرد و از مخالفان جدی انتخاب جینا هاسیل به مدیریت سازمان سیا به دلیل گذشته تارک این مک کین آخرین ماه‌های زندگی را همراه همسر دومش سیندی در مزرعه‌ای در آریزونا گذراند و به دلیل دست و پنجه نرم کردن با سرطان، مدت‌ها در محل کارش در واشنگتن حضور نداشت.

سناتور فقید آمریکایی سال گذشته مخالفت رسمی خود را با اعمال قانون جلوگیری از ورود شهروندان شش کشور مسلمان به آمریکا اعلام کرد و از مخالفان جدی انتخاب جینا هاسیل به مدیریت سازمان سیا به دلیل گذشته تارک این مک کین آخرین ماه‌های زندگی را همراه همسر دومش سیندی در مزرعه‌ای در آریزونا گذراند و به دلیل دست و پنجه نرم کردن با سرطان، مدت‌ها در محل کارش در واشنگتن حضور نداشت.

سناتور فقید آمریکایی سال گذشته مخالفت رسمی خود را با اعمال قانون جلوگیری از ورود شهروندان شش کشور مسلمان به آمریکا اعلام کرد و از مخالفان جدی انتخاب جینا هاسیل به مدیریت سازمان سیا به دلیل گذشته تارک این مک کین آخرین ماه‌های زندگی را همراه همسر دومش سیندی در مزرعه‌ای در آریزونا گذراند و به دلیل دست و پنجه نرم کردن با سرطان، مدت‌ها در محل کارش در واشنگتن حضور نداشت.

تحت قیمت ۷۰٪ تا ۳۰٪
زیر قیمت

هر هفته
فروشگاه

حراج بزرگ
تابستانی
زیر قیمت

The Furniture Mall
Furniture • Persian Rugs • Lighting • Accents



آوتلنتی از بهترین مبلمان‌ها
فرش‌ها، لوسترها و تزئینات
با کمترین قیمت‌ها



- ✓ با مساحت ۷۰،۰۰۰ اسکوئرفیت در ۳ طبقه
بیشترین و بهترین انتخاب‌ها در انتظار شماست.
- ✓ هفت فروشگاه بزرگ برای تمامی نیازهای شما
- ✓ بیش از ۱۵،۰۰۰ لوازم منزل
- ✓ همه نوع طراحی: مدرن، سنتی، آسیای شرقی، اروپایی، امروزی، سلطنتی و...
- ✓ انواع لوستر، فرش، دکوراسیون و صنایع دستی
- ✓ و هزاران لوازم خانه دیگر

8400 Woodbine Avenue,
just South of Hwy. 7
با علامت بزرگ قرمز رنگ

دوشنبه تا جمعه:

۱۰ صبح تا ۸:۳۰ شب

شنبه:

۱۰ صبح تا ۶ عصر

یکشنبه:

ظهر تا ۵ عصر



www.thefurnituremall.ca

سرویس

رفت و آمد
به فرودگاه

خدمات
ترجمه حضوری
پذیرفته
می‌شود
(در همه زبان‌های
دوستانه و رسمی)

با قیمت‌های مناسب

فریده 416.903.7030

پایان چهار دهه سیاست تنظیم خانواده در چین - دو فرزند و بیشتر



آن از سال ۲۰۲۰ کلید می‌خورد. به این ترتیب، تا دو سال دیگر هم همان سیاست دو فرزند در چین اعمال می‌شود. حزب کمونیست چین سال ۱۹۷۹ برای جلوگیری از روند رشد عجیب جمعیت سیاست تلفرزدی را در پیش گرفت و آن را سال ۲۰۱۶ به حداکثر دو فرزند تبدیل کرد تا بر جمعیت جوان کشوری با ۱/۴ میلیارد نفر جمعیت افزوده شود. بالا رفتن میانگین سن و کاهش روزافزون نیروی کار بزرگترین تهدید در مقابل رشد اقتصادی چین است که برخی آن را پر قدرترین اقتصاد دنیا می‌دانند. ضمن اینکه بر هم خوردن تعادل جنسیتی هم بحرانی است که جامعه چین را تهدید می‌کند. با وجود اعمال سیاست دوفرزدی در دو سال اخیر، سال ۲۰۱۶ (نخستین سال اعمال سیاست جدید) ۱۷/۸ میلیون بچه در چین به دنیا آمد که فقط ۱/۳ میلیون بیش از آخرین سال سیاست تلفرزدی بود. دولت چین پیش‌بینی کرده بود سال ۲۰۱۷ آمار تولدها به بالای ۲۰ میلیون برسد که این پیش‌بینی خوش‌بینانه اشتباه از آب درآمد و فقط ۱۷/۲ میلیون تولد ثبت شد؛ ۷۰۰ هزار نفر کمتر از سال ۲۰۱۶. کارشناسان معقدند تا کمتر از ۱۵ سال آینده هندی جای چین را به عنوان شلوغ‌ترین کشور دنیا می‌گیرد.

سیاست تنظیم خانواده چنان در پرجمعیت‌ترین کشور دنیا اجرا می‌شد که تخطی از آن مساوی با جرمه‌های سنگین بود. ضمن اینکه چین با مشکل سقط جنین (قانونی و غیرقانونی) و بحران نازا کردن زوج‌ها هم دست به گریبان بود اما یکی از روزنامه‌های دولتی چین در گزارشی اعلام کرد بخش مربوط به تعداد فرزندان از قانون جدید حذف شده است. هر چند مشخص نیست این حذف همیشگی است یا باز هم برای تعداد بچه‌های هر خانواده سقف تعیین می‌شود. پیش‌نویس قانون جدید خانواده این هفته در کنگره ملی چین به بحث گذاشته می‌شود و به احتمال فراوان اعمال دولت چین در تلاش برای جلوگیری از روند کاهش نرخ رشد قصد دارد اجرای سیاست‌های قدیمی تنظیم خانواده را لغو کند. به گزارش گاردین، خانواده‌های چینی که از ۱۹۷۹ تا ۲۰۱۶ فقط می‌توانستند یک فرزند داشته باشند، حالا یکی دو سالی می‌شود که اجازه یافته‌اند خانواده چهار نفری هم تشکیل بدهند. با توجه به کاهش جمعیت چین در سال‌های اخیر و ادامه‌دار بودن این روند، دولت می‌خواهد سیاست تنظیم خانواده را کنار بگذارد و به این ترتیب زنان چینی برای نخستین بار در بیش از چهار دهه اخیر می‌توانند بیش از دو فرزند هم به دنیا بیاورند.

گزارش جدید آژانس مهاجرت سازمان ملل:

بیش از ۱۵۰۰ پناهجو در سال جاری میلادی در مدیترانه غرق شده‌اند



بحران پناهجویان این تعداد ۲۷۲۶۱۲ نفر گزارش شده است. به این ترتیب امکان دارد در پایان سال جاری میلادی با کاهش اندک مهاجرت پناهجویان از طریق دریا به خاک اروپا روبرو شویم.

تاکنون در سال ۲۰۱۸ تعداد پناهجویان وارد شده به خاک اسپانیا از طریق دریا ۴۲ درصد کل پناهجویانی است که در این سال از طریق دریا وارد قاره سبز شده اند. اسپانیا برخلاف سال‌های گذشته دو برابر یونان و چهار برابر ایتالیا در ماه اوت میزبان پناهجویان بوده است. به گفته این آژانس، ۱۵۴۹ پناهجو در سال ۲۰۱۸ در آب‌های مدیترانه تا امروز جان باخته‌اند. در گزارش آژانس مهاجرت سازمان ملل می‌خوانیم که دو سوم از پناهجویان از بخش غربی دریای مدیترانه راهی اروپا شده‌اند.

آژانس مهاجرت سازمان ملل می‌گوید ۶۷۱۲۲ مهاجر و پناهجو از طریق دریا در سال ۲۰۱۸ وارد قاره اروپا شده‌اند. اسپانیا با پذیرش ۲۷۹۹۴ اولین کشور اروپایی میزبان این پناهجویان بوده است.

هزاران خزننده و مار به خانه‌های سیل زدگان کراالا در هند هجوم بردند



شستشوی کامل ماشین‌ها، لباس‌ها و پاکسازی کامل منازل در اسرع وقت را ضروری اعلام کرد. وی همچنین درخصوص حضور مارها در خانه‌ها و رعایت شرایط ایمنی نیز هشدار داد. در حال حاضر نیز بیمارستان‌ها آماده مقابله با مسمومیت‌ها و بیماری‌های احتمالی هستند. بیمارستان‌های مناطق مرکزی و شمالی ایالت کراالا از افزایش شمار بیماران مبتلا به مسمومیت و نیش‌زدگی خبر داده‌اند.

در پی بارش بیش از حد باران‌های موسمی در ایالت کراالا هند تاکنون حدود ۴۰۰ نفر جان خود را از دست داده و بیش از یک میلیون نفر نیز آواره شده‌اند. درحال حاضر نیز بیش از ۸۰۰ هزار نفر در پناهگاه‌های موقت استقرار پیدا کرده‌اند. این بارش‌ها که از حدود ۱۰ روز پیش آغاز شده‌اند، شدیدترین بارندگی این منطقه در یک قرن اخیر بوده است.

شمار زیادی از جانوران و خزنندگان بی‌وقوع سیل در ایالت کراالا هند به خانه‌های سیل‌زدگان وارد شده‌اند. به گزارش مهر، قربانیان سیل در ایالت کراالا هند که به‌تازگی به خانه‌های خود بازگشته بودند، حال با خطر نفوذ خزنندگان و مارها به منازل و وسایل خود روبرو شده‌اند. به گفته مقامات هندی، طی سیل اخیر هزاران خزننده و جانور دیگر از جمله مار و عنکبوت وارد خانه‌ها شده‌اند. یکی از سخنگوهای دولت روز گذشته،

قاتل پسر ۱۱ ساله هلندی پس از ۲۰ سال بازداشت شد



رقم خورد. این پرونده درست دو دهه باز بود و پلیس شهر جنوبی ماستریخت روز پنجشنبه اعلام کرد بیش از ۲۰۰ شهروند اروپایی برای دادن اطلاعات مربوط به محل احتمالی زندگی جاس برش ۵۵ ساله با پلیس تماس گرفته‌اند. گفته می‌شود این مظنون میانسالی متخصص دوام آوردن در شرایط سخت زندگی در حیات وحش است و آخرین بار در یک منطقه کوهستانی در شرق فرانسه دیده شده بود؛ جایی که در یک کلبه زندگی می‌کرد.

متهم اصلی قتل پسرک ۱۱ ساله هلندی پس از ۲۰ سال در اسپانیا به دام افتاد. به گزارش همشهری آنلاین به نقل از ای‌اف‌بی، نیکی ورشتاین ۱۱ ساله شامگاه روز ۹ اوت ۱۹۹۸ در یک اردوگاه تابستانی نزدیک مرز هلند و آلمان ناپدید و چنان‌هاش عمر روز بعد نزدیک اردوگاه پیدا شد. روز یکشنبه پلیس منطقه لیمبورگ که اردوگاه در آن واقع شده، بیانیه‌ای صادر و در آن اعلام کرد جاس بی. ۵۵ ساله به عنوان متهم قتل نیکی در اسپانیا بازداشت شده و خیلی زود

بهترین ساندویچ‌ها با طعم لذیذ ایرانی در تورنتو

به این می‌گن ساندویچ!



بهترین خاطرات خود با ساندویچ‌های لذیذ ایران را در تورنتو تجدید کنید!

بهترین همبرگر و ساندویچ مرغ در تورنتو، مغز، زبان الویه، کتلت، سوسیس بندری، سوسیس آلمانی ایرانی، ساندویچ استیک بالاترین مرغوبیت کباب‌های ایرانی در پارسی ساندویچ:

Tel: 905.597.1188
پارسی ساندویچ
8199 Yonge St.

هر روز هفته تا ۱۰:۳۰ شب، جمعه و شنبه تا ۱۲ شب

بلیت بهترین تور

(با راهنمای فارسی‌زبان)

رگتورز

TIDS tico.ca 416.730.8687

مجری تورهای تفریحی لوکس ارزان

تور استثنایی کبک و مونترال

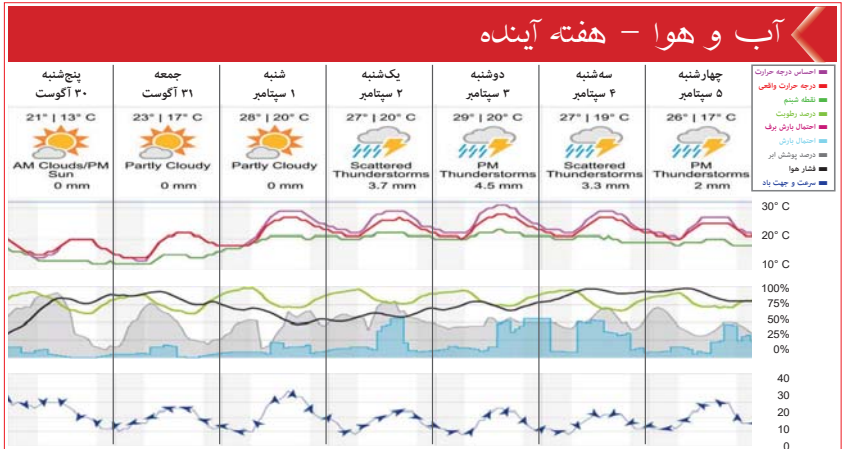
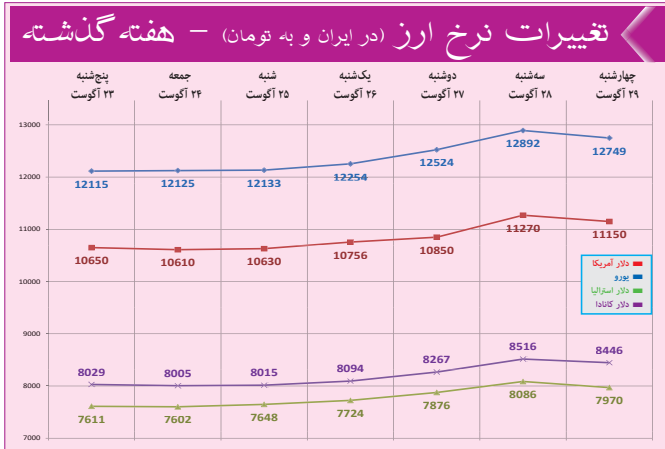
تور کامل ۳ روزه، شامل هتل، رفت و آمد، صبحانه

بهترین تور
۱۳ سپتامبر

تور الگوان پارک، پاییز هزار رنگ

تور کامل یک روزه، شامل رفت و آمد، ناهار، قایق سواری

بهترین تور
۱۳ اکتبر



اخبار کامل و کوتاه جهان - هفته گذشته

چهارشنبه ۲۹ آگوست	سه‌شنبه ۲۸ آگوست	دوشنبه ۲۷ آگوست	یکشنبه ۲۶ آگوست	شنبه ۲۵ آگوست	جمعه ۲۴ آگوست	پنجشنبه ۲۳ آگوست
۱۱ - وکیل کاس سفید - آمریکا، دادگاه لاهه صلاحیت رسیدگی به شکایت ایران را نداشت.	۱۲ - ترامپ، گوگل اخبار ضد ترامپ را بیشتر نشان می‌دهد؛ گوگل: ترامپ صحیح نمی‌گوید.	۱۳ - کشته‌های طوفان در پورتوریکو ۳۰۰۰ نفر است.	۱۴ - مردم عامل زلزله ۴۰۰ هتند.	۱۵ - زان قهرمان شد - از فردا آجیو ۱ - در فدراسیون فوتبال در انتاریو ضدجنایت برزیل می‌شود.	۱۶ - بانک مرکزی آمریکا نرخ بهره را بالا می‌برد.	۱۷ - اولین توییت ترامپ درباره افریقا به خشم آنها انجامید.
۱۸ - ترامپ، گوگل اخبار ضد ترامپ را بیشتر نشان می‌دهد؛ گوگل: ترامپ صحیح نمی‌گوید.	۱۹ - کشته‌های طوفان در پورتوریکو ۳۰۰۰ نفر است.	۲۰ - مردم عامل زلزله ۴۰۰ هتند.	۲۱ - زان قهرمان شد - از فردا آجیو ۱ - در فدراسیون فوتبال در انتاریو ضدجنایت برزیل می‌شود.	۲۲ - بانک مرکزی آمریکا نرخ بهره را بالا می‌برد.	۲۳ - اولین توییت ترامپ درباره افریقا به خشم آنها انجامید.	۲۴ - ترامپ، گوگل اخبار ضد ترامپ را بیشتر نشان می‌دهد؛ گوگل: ترامپ صحیح نمی‌گوید.
۲۵ - کشته‌های طوفان در پورتوریکو ۳۰۰۰ نفر است.	۲۶ - مردم عامل زلزله ۴۰۰ هتند.	۲۷ - زان قهرمان شد - از فردا آجیو ۱ - در فدراسیون فوتبال در انتاریو ضدجنایت برزیل می‌شود.	۲۸ - بانک مرکزی آمریکا نرخ بهره را بالا می‌برد.	۲۹ - اولین توییت ترامپ درباره افریقا به خشم آنها انجامید.	۳۰ - ترامپ، گوگل اخبار ضد ترامپ را بیشتر نشان می‌دهد؛ گوگل: ترامپ صحیح نمی‌گوید.	۳۱ - کشته‌های طوفان در پورتوریکو ۳۰۰۰ نفر است.

تورنتو چه خبره؟ هر روزم را به کجا بروم؟ - هفته آینده

پنجشنبه ۳۰ آگوست - عصر ۶ - از ۲۰ دلار
The Globe and Mail Centre, 351 King E, Toronto
هفته مد افریقا در تورنتو (۴ روز)

شنبه ۱ سپتامبر - از ظهر - رایگان
Downsview Park 70 Canuck, Toronto
فستیوال دنده و کباب خوران! (ریب)

دوشنبه ۲ سپتامبر - صبح ۸:۴۵ - رایگان
University Avenue at Queen, Toronto
راهپیمایی روز جهانی کارگر

سه‌شنبه ۳ سپتامبر - عصر ۶:۳۰ - رایگان
Toronto Reference Library, 789 Yonge, Toronto
سخنرانی درباره مد و تکنولوژی‌های مربوط به آن

چهارشنبه ۴ سپتامبر - عصر ۶:۳۰ - رایگان
300 City Centre, Toronto
فستیوال بزرگ مسلمانان

پنجشنبه ۵ سپتامبر - عصر ۶:۳۰ - رایگان
300 City Centre, Toronto
فستیوال فیلم تورنتو از پنجشنبه ۶ سپتامبر آغاز می‌شود

جهان در یک نگاه - هفته گذشته



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

بهترین نرخ حواله فوری
۴۸ ساعته
پرداخت همزمان ارز با
کارت اعتباری بانکی ایران

ارز ملل

416.830.6500 5859 A Yonge St.

ایران استار خانواده

169 Steeles Ave. East, Toronto, ON M2M 3Y5 | www.iranstar.com | info@iranstar.com | Tel: 647.674.4048
Thu, 30 Aug 2018 - V. 25 - No. 1202 21 پنجشنبه ۸ شهریور ۱۳۹۷ - سال ۲۵ - ش ۱۲

ارز پرسپولیس
416.229.0000 PERSEPOLIS EXCHANGE

تبادل ۴۵ ارز جهانی و بهترین نرخ برای تبدیل
دلار آمریکا به کانادا

آشپزی < ۳۹&۳۸

زیتون پرورده
دمپخت سیرترگسی
املت دنور- رولت گوشت

پروین ترابی



تغذیه < ۴۰&۴۱

مصرف شیر در وعده
صبحانه موجب کاهش
قندخون می شود

محققان دانشگاه گلک



تغذیه < ۴۰&۴۱

توت فرنگی بخورید
تا دچار التهاب روده نشوید

دانشگاه ماساچوست



رمان دنباله دار < ۴۲

قسمت ۵۴


شهره وکیلی



تندرستی < ۴۴


افراد دیابتی
روزانه دو بار
مسواک بزنند

انجمن دیابت آمریکا



به کجا سفر کنیم- ۵ < ۴۹

شهرهای دیدنی و کوچک
اروپا



اطلاعات عمومی - نیازمندی ها <

اخبار محلی < ۴۸
استخدام و اجاره < ۵۱
سودوکو، فال < ۵۲
جدول < ۵۴



پژوهشگران دانشگاه آریزونا:

کارمندان زمانی که در فضای بزرگ و کنار هم کار می کنند سالمترند



در این بررسی ۲۲۱ کارمند اداری در ساختمان‌های دولتی در آمریکا، کارمندان در دفاترهای باز بدون پارتیشن بین میزهای کار نسبت به کارمندان در اتاق‌های خصوصی تا ۳۲ درصد و نسبت به کارمندانی که در اتاق‌های جدا از یکدیگر کار می‌کردند، ۲۰ درصد از لحاظ جسمی فعال‌تر بودند.

کارمندان با فعالیت جسمی بیشتر نسبت به کارمندان با فعالیت جسمی کمتر ۱۴ درصد میزان استرس کمتری داشتند. شرکت‌کنندگان در این بررسی همچنین به پرسش‌هایی درباره خلق‌وخوی‌شان هر ساعت روی تلفن هوشمندهایشان در حین زمان کار پاسخ می‌دادند.

کارمندان اداری در اتاق‌های کوچک و تنها با میزان و احتمال بالاتری استرس داشتند. البته این افراد در خانه نیز بیشترین میزان استرس را نشان دادند. این بررسی همچنین نشان داد که مردان کارمند نسبت به زنان فعالیت جسمی بیشتری دارند.

پزشکی < ۳۶

فیل‌ها می‌توانند
سرطان را شکست دهند


دکتر جاشوا شیفمن



اعصاب < ۳۴

لرزش دست در سنین پایین
را باید بررسی کرد


دکتر جوزف جانکوویک



زندگی نامه - کتاب < ۲۲

نگاهی به شاه
قسمت پانزده

دکتر عباس میلانی



سخن و اندیشه ۲۷ < ۲۴

استفاده ابزاری
حکومت‌رانان از شعرا،
نویسندگان و اهل قلم- ۲


دکتر حسن گل‌محمدی



تاریخ < ۲۶

آنه ماری شیمل


محمدعلی اختری



روانشناسی - اُتیسیم < ۲۸

واکسن‌ها ارتباطی به
اُتیسیم ندارند، ولی سم
دفع آفات ممکن است

شیدا معنوی



طنز < ۳۰

اندر حکایت دکتر گرفتار
بساز و بفروش محله ما

فضول خان کامیونیتی



سلامت < ۳۲

دلایل بیدار شدن از
خواب در میانه‌های شب
چیست؟



سلامت < ۳۳

شناخت و درمان
سرردهای سینوسی
بسیار مهم است

دکتر ابراهیم رزم پا



یک روز فراموش نشدنی در آب‌های دریاچه انتاریو

بلیط رایگان
برای مشتریان
ارز پرسپولیس، تاج، کیش
رستوران شیبستان

شبستان کروز 647.780.3744

* Terms and conditions apply

نگاهی به شاه



دکتر عباس میلانی
استاد دانشگاه - پژوهشگر
milanibooks.com



بودند. گفته می‌شد که "شواهد فراوانی مؤید این واقعیت است که وزرا همه گزارش‌هایی سخت مجمل اما امیدوارکننده به رضاشاه می‌دهند." کمبود نان در تهران به ایجاد صف‌هایی طولانی انجامیده بود و به نارضایتی حتی بیشتر مردم دامن می‌زد. دست کم به روایت سفارت انگلیس در آن زمان در ایران هیچ کدام از اعضای خاندان سلطنت، از جمله ولیعهد، در میان مردم محبوبیتی نداشتند.

بر اساس همین گزارش سالانه سفارت انگلیس، رضاشاه کماکان "به شکلی بیمارگونه" نسبت به هر اشاره غیر مثبتی که در مطبوعات خارجی ظاهر می‌شد حساس بود. به همین خاطر در ظرف دو سال قبل از این گزارش ایران با "دولت‌های آمریکا، سوئد و سوئیس" مناقشه‌هایی دیپلماتیک پیدا کرده بود. در سال ۱۹۳۹ ایران کلاً روابط دیپلماتیک خود با فرانسه را بر سر کارتونی که از شباهت لفظی کلمه فرانسه برای گربه (Chat) و واژه شاه استفاده‌ای فکاهی کرده بود قطع کرد. دو سال بعد مقاله دیگری در یکی از نشریات دیگر فرانسه به تعلق مجدد روابط دو کشور انجامید. ظاهراً ولیعهد در تعیین نحوه پاسخ ایران به مطالب چاپ شده در نشریات فرانسه نقشی مستقیم و تعیین کننده داشت. هم او بود که گویا به پدر تاجدارش یادآور شده بود که در فرانسه قانونی وجود دارد که حمله به سران کشورها را منع می‌کند. در واقع در اوج اختلافات میان ایران و فرانسه بر سر این مطالب، وزرای امور خارجه و فرهنگ ایران به جای ملاقات با رضاشاه، آن چنان که رسم آن زمان بود، با ولیعهد دیدار می‌کردند و دستورات لازم برای نحوه مذاکره با نمایندگان فرانسه را هم از او دریافت می‌کردند. این تجربه، و نیز مشاهده حساسیت پدرش نسبت به آنچه در مطبوعات غرب به چاپ می‌رسید، ظاهراً تأثیری ماندگار در شاه بجا گذاشت. او نیز همه عمر نگران مضمون مقالات این مطبوعات بود و حتی در پس مقاله‌ای بی مقدار در نشریه‌ای محلی در یک کشور کوچک غربی، آن چنان که علم در خاطراتش می‌گوید، توطئه‌های عظیم می‌دید و به خاطرش نگران می‌شد.

"گزارش سالانه" سفارت انگلیس در ارائه شرحش از اوضاع مملکت تأکید می‌کند که "رضاشاه به رشد اقتصادی مملکت علاقه‌ای شدید دارد و در برخی موارد منافع شخصی‌اش با

در هر حال در مراسم جشن ۱۹۴۰ برنامه اصلی پیشاهنگان، علاوه بر رژه و حرکات منظم مألوف، برپا کردن سریع چادرهای صحرایی و توانشان در فرو خواباندن آتش از طریق دست به دست گرداندن سطل‌های آب بود. به همین خاطر یکی از چادرهای تازه برپاشده را به آتش کشیدند و هنوز چند لحظه‌ای از آتش زدن اولین چادر نگذشته بود که حریق به سرعت به چادرهای دیگر کشیده شد و پیشاهنگان ترسان و شتابان صحنه آتش‌سوزی را ترک کردند و جان خود را از مهلکه‌ای که صرفاً نتیجه بی‌کفایتی مدیرانشان بود نجات دادند. شگفت اینکه در شش هفته‌ای که برای مراسم تمرین کرده بودند حتی یک بار هم چادری را محض آزمایش آتش نزدند و لاجرم از احتراق‌پذیری سریع همه چادرها بی‌خبر بودند. مراسمی که قرار بود نماد انضباط و چیرگی جوانان بیگناه باشد، به مضحک‌های بالقوه سخت خطرناک بدل شد. حال که به گذشته می‌نگریم، بی‌تدبیری مسئولان برنامه پیشاهنگی، فروپاشی ناگهانی هرگونه انضباط در صفوف جوانان به درستی وحشت‌زده، عدم آمادگی‌شان برای مواجهه با آتش واقعی - نه آنچه در ذهن مدیرانشان شکل گرفته بود - همه انگار تمثیلی گویا و هشدار دهنده در باب سرنوشت شومی بود که در انتظار ایران و ارتشش بود.

با آنکه در مراسم جشن تولد ولیعهد و برخی دیگر مراسم رسمی سعی می‌شد وضعیت را عادی جلوه دهند، اما اگر گزارش سفارت انگلیس در سال ۱۹۴۰ را که در حکم ارزیابی سالانه آنها از وضع ایران بود ملاک بگیریم، اوضاع هر روز به وخامت بیشتر می‌گرایید. به روایت سفارت، "رضاشاه کماکان کانون همه تصمیمات مهم کشور است. بسیاری از دیپلمات‌ها، به ادعای سفارت انگلیس، رضاشاه را "حریص‌تر، از خودراضی‌تر و نامحبوب‌تر از همیشه" می‌دانند. در همان زمان بود که به روایت برخی منابع ایرانی هم فضای کشور وحشت زده‌تر از همیشه بود. شایع شده بود که پلیس همه جعبه‌های پست را تحت نظارت دائم دارد و اگر کسی پاکتی مشکوک به جعبه بیاندازد، یا اگر کسی چیزی در نقد رضاشاه بنویسد و در جعبه پست بیاندازد قطعاً پلیس نه تنها مطلع خواهد شد بلکه خاطی را در جا بازداشت و مجازات خواهد کرد.

در آن سال‌ها، رضاشاه دیگر با سفرای خارج به ندرت ملاقات می‌کرد. تنها استثنا "مراسم رسمی" بود که در آن از دیدار با این دیپلمات‌ها گزیر نداشت. برای مثال، در سال ۱۹۴۰ سه سال می‌شد که سفیر انگلیس با رضاشاه دیداری نکرده بود. گزارش‌های سفارت آمریکا حکایت از آن دارد که نمایندگان آن کشور هم فرصت دیدار با پادشاه را پیدا نکرده



Freight Services International



حمل و نقل بین‌الملل

- 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 آمریکا، 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

مهاجرت به کانادا Salam Toronto.com

- تجاری و سرمایه گذاری
- تخصصی و کاری
- استانی و فدرال
- ازدواج و اسپانسرشپ

**ترجمه
رسمی**

- دعوتنامه توریستی
- سوپر ویزا
- تمدید کارتهای PR
- کلیه امور حقوقی در ایران
- گواهی امضاء و کپی برابر اصل
- اسکان تازه و آردین

Tel: 416.733.4050

Fax: 647.477.4151

www.salamtoronto.com

e-mail: info@salamtoronto.com

7191 Yonge St. Suite 914

Toronto, Ontario, L3T 0C4

Canada

کامران نقوی

کارشناس رسمی مهاجرت

416.733.4050



جنگ هرگز از ذهن و زبان مردم و حال و هوای کشور دور نبود. حتی تلاش رضاشاه در ژوئیه ۱۹۴۱ (مرداد ۱۳۲۰) برای تطمیع و برطرف کردن نگرانی‌های انگلستان از راه برگماردن علی منصور به نخست‌وزیری که به انگلوفیلی بودن شهرت داشت و برکنار کردن احمد متین‌دفتری که به طرفداری از آلمان شهره بود، مفید فایده نشد.

چهار روز بعد از حمله آلمان به شوروی، دو دولت انگلیس و شوروی یادداشتی تهدیدآمیز تقدیم دولت ایران کردند و حضور شمار فراوانی از عوامل آلمان نازی در ایران را خطری برای دو کشور شمردند. در این یادداشت آمده بود که پنج هزار آلمانی در آن زمان در ایران مصدر کارهایی مهم‌اند. هر کدام از این اتباع آلمانی، در ذهن مأموران دولت انگلیس یا شوروی، می‌توانستند بالقوه بخشی از "ستون پنجم" آلمان باشند. در واقع با حمله به شوروی هیتلر قرارداد دوستی و مودتی را که بین آلمان و شوروی امضاء شده بود زیر پا گذاشت. البته ظاهراً هر دو کشور، حتی در زمان امضای آن قرارداد کذایی، می‌دانستند که امضای آن ترفندی بیش نیست و جنگ محتوم آلمان و شوروی را صرفاً برای مدتی به تعویق می‌اندازد و به هر دو کشور فرصت می‌دهد که برای این جنگ محتوم بیشتر تدارک بچینند. با این حال، زمان حمله آلمان دست کم برای استالین غیرمترقبه بود و او را در چند روز اول جنگ به نوعی بی‌عملی و فلج فکری دچار کرد. به علاوه بعد از حمله آلمان، دولت شوروی و انگلیس که تا ساعاتی پیش خصم یکدیگر به شمار می‌رفتند یکباره متحد شدند و هر دو نگران حضور اتباع آلمانی در ایران بودند. آنچه حضور این شهروندان آلمانی را برای انگلیس و شوروی دوچندان بالقوه مخاطره‌انگیز می‌کرد این واقعیت بود که شمار فراوانی از آنها در راه‌آهن ایران مشغول به کار بودند و از زمان آغاز جنگ آلمان و شوروی، و پیروزی نیروهای آلمانی آشکار شد که خط راه‌آهن سرتاسری ایران کلید تقویت قوای ارتش سرخ شوروی است. نیروهای هیتلری به سرعت در جهت مناطق نفت‌خیز شوروی و شهر باکو در حرکت بودند و در صورت رسیدن به اهداف خود چندان فاصله‌ای با مرزهای ایران نمی‌داشتند. علاوه بر حضور کارشناسان آلمانی

این رشد اقتصادی گره خورد هاند. "اما به‌رغم رشد اقتصادی در مملکت، به گفته سفارت، ناراضیاتی در سطحی وسیع وجود دارد و تنها درمان دولت برای این ناراضیاتی "پلیس همیشه فعال، مطبوعات سخت کنترل شده و از چندی پیش برنامه‌های کنترل شده رادیو است که از قضا در آوریل (اردیبهشت) امسال افتتاح شد." در مراسم افتتاح رادیو ایران، ولیعهد حضور داشت و زمانی که او خود به سلطنت رسید، رادیو نقشی بسیار مهم در ترویج نظرات او و دولت‌های وقت بازی کرد.

ترس از طغیان ناگهانی مردم و واهمه رژیم از رواج فکر شاه‌کشی در مملکت در حدی بود که حتی خبر توطئه نافرجام علیه جان فاروق، پادشاه مصر و نیز گزارش‌های مربوط به طرح ناموفق قتل هیتلر در شهر مونیخ سانسور شدند و مطبوعات و رادیو موظف بودند از هرگونه اشاره به این گونه موارد خودداری کنند. ابعاد این ناراضی‌ها و آنچه به گمان سفارت انگلیس بی‌کفایتی کامل دولت به شمار می‌رفت سبب شد که در گزارش تحلیلی سال ۱۹۴۰ سفارت به این نتیجه برسد که "امکان بقای دودمان پهلوی سخت اندک به نظر می‌رسد." البته الزاماً نباید این پیش‌بینی سفارت انگلیس را نشانی از درایت سیاسی آنها دانست. وقتی به یاد می‌آوریم که همین سفارت در اکتبر ۱۹۲۶ (۱۳۰۵) به این استنتاج رسیده بود که "هیچ انسان عاقلی در ایران امکان بقای رضاشاه در سلطنت را شدنی نمی‌داند"، آنگاه قاعدتاً معقول‌تر به نظر می‌آید که بپذیریم نتیجه‌گیری سفارت پیرامون پایان قریبالوقوع سلطنت پهلوی در ایران در سال ۱۹۴۰ (۱۳۱۸) بیشتر ریشه در خصومت و عنادی داشت که در آن زمان میان رضاشاه و انگلستان پدیدار شده بود، نه الزاماً خرد سیاسی.

در آن سال پر حادثه، شاید تنها خبر خوش برای خاندان سلطنتی ایران در ۲۷ اکتبر (۵ آبان) آن سال رخ داد، یعنی وقتی که دربار در اعلامیه‌ای تزلزل‌ناپذیر فرزند ولیعهد و فوزیه را به مردم اطلاع داد و متذکر شد که این اولین فرزند، دختری به نام شهناز است.

در حالی که رضاشاه هر روز بیشتر نگران تحولات داخلی ایران بود، دامنه پرخون جنگ جهانی دوم هر روز به ایران نزدیک‌تر می‌شد. به‌رغم تلاشش برای عادی جلوه دادن شرایط مملکت،



حسن گل محمدی
نویسنده و شاعر

قسمت دوم و پایانی

استفاده ابزاری حکومت‌رانان از شعرا، نویسندگان و اهل قلم

هر سر به هوای سر و سامانی ما را در دل به جز آزادی ایران هوسی نیست در راه طلب "فرخی" ار خسته نگردید دانست که تا منزل مقصود بسی نیست ***

این ستمکاران که می‌خواهند سلطانی کنند عالمی را کشته تا یکدم هوسرانی کنند تا یکی با پول این یک مشت خلق گرسنه صبح عید و عصر، جشن و چراغانی کنند اگر چه با آغاز مشروطیت جامعه ادبی ایران دستخوش تغییرات و تحول عمیق شد و فضای باز سیاسی و اجتماعی به شاعران و روزنامه‌نگاران فرصت داد تا اندیشه‌های خود را دگرگون کنند و روحیه اعتراضی و حق‌طلبی به خود بگیرند و آن را در شعر خود انعکاس دهند، ولی چندی بعد، هرچند نه به اندازه گذشته، ولی تا حدودی، روحیه تملق‌گویی درباری، حزبی و گرایش‌های سیاسی باز رواج پیدا کرد.

پس از انقلاب اسلامی، توجه حکومت به شاعران بیشتر شد ولی اغلب شعرای بزرگ گرایش به نزدیکی نشان ندادند ولی هنگامیکه یک غزل از رهبر انقلاب به مطلع:

من به خال لب‌ت ای دوست گرفتار شدم

در سنوات اخیر بویژه پس از انقلاب مشروطه که ادبیات دگرگونی زیادی به خود دید، شاعران این دوره نه تنها از مدح و ثنای حاکمان اغلب دوری جستند بلکه بر علیه سیاست‌ها و حاکمان دوران قاجار و مداخله بیگانگان و ضعف پادشاهان و بی‌لیاقتی آنان نیز سخن گفتند. میرزاده عشقی، مدیحه‌سرایی را در قضاوتگاه تاریخ منجر به شکست می‌داند و می‌گوید:

تاریخ اگر چه زین عمل آرد به من شکست خواند مرا مدیحه‌سرا همچو انوری قانلی‌ام نه من، که ز من خامه بهر آز نه چامه‌ساز بهر درم، همچو عنصری حاشا گمان مدار که من کرده‌ام شعار لاشه‌خوری طریقتم از راه شاعری فرخی یزدی، نمونه‌ای دیگر از شاعران این دوره است که حکومت را زیر سوال می‌برد و بر حاکمان می‌تازد و می‌گوید:

هر لحظه مزین در، که در این خانه کسی نیست بیهوده مکن ناله، که فریادرسی نیست شهری که شه و شحنه و شیخش همه مستند شاهد شکند شیشه که بیم عسسی نیست آزادی اگر می‌طلبی، غرقه به خون باش کاین گلبن نخواست بی‌خار و خسی نیست

چشم بیمار ترا دیدم و بیمار شدم در جرید و در میان جامعه انتشار یافت، اغلب مردم شاعر شدند و به آن جواب دادند. در اوایل انقلاب حتی شاعران مارکسیست، توده‌ای و چپ هم به تعریف و تمجید از حکومت پرداختند ولی وقتی دیدند از این گذر برای آنها منفعتی نیست، عقب‌نشینی کردند. بعنوان مثال هوشنگ ابتهاج(سایه) که در خرداد ۱۳۵۷ در بحبوحه آغاز انقلاب در ایران در شعر "حصار" - در حالیکه خود او با رژیم پهلوی همکاری داشت(در رادیو و تلویزیون) - سروده بود:

ای عاشقان، ای عاشقان، پیمان‌ها پر خون کنی وز خون دل لاله‌ها رخساره‌ها گلگون کنی زین تخت و تاج سرنگون تا کی رود سیلاب خون این تخت را ویران کنی، این تاج را وارون کنی هنگامی که در سال ۱۳۶۱ سران حزب توده به خیانت و توطئه گسترده برای براندازی نظام جمهوری اسلامی اقرار کردند و این حزب متحل شد و سایه به جرم عضویت و فعالیت در حزب توده به زندان افتاد، این‌گونه سرود:

دل شکسته ما همچو آئینه پاک بهای دُر نشود گم اگر چه در خاک است سحر به باغ دراز کز زبان بلبل مست بگویمت که گریبان گل چرا چاک است

در اوایل انقلاب حتی شاعران مارکسیست، توده‌ای و چپ هم به تعریف و تمجید از حکومت پرداختند ولی وقتی دیدند از این گذر برای آنها منفعتی نیست، عقب‌نشینی کردند. بعنوان مثال هوشنگ ابتهاج(سایه) که در خرداد ۱۳۵۷ در بحبوحه آغاز انقلاب در ایران شعر "حصار" - را در حالیکه با رژیم پهلوی همکاری داشت(در رادیو و تلویزیون) - سرود.

ز دوست آنچه کشیدم سزای دشمن بود فغان ز دوست که در دشمنی چه بی‌پاک است غروب و گوشه زندان و بانگ مرغ غریب بنال(سایه) که هنگام شعر غمناک است بدیهی است هر خطاکاری که به زندان می‌افتد، خود را بی‌گناه می‌داند و در صدد توبه بر می‌آید. در یک بررسی کلی در رابطه با استفاده ابزاری حاکمان از شعرا و نویسندگان وابسته به خود، می‌توان چنین بیان داشت که ادبیات هر کشوری آئینه تمام‌نمای فرهنگ و هویت ملی آن کشور است. حال اگر این ادبیات فرمایشی، وابسته و تحت امر حاکمان خودکامه و دیکتاتور باشد، بدیهی است که از روی آن نمی‌توان به فرهنگ و هویت واقعی آن کشور پی برد. در بررسی اجمالی به این فرایند در کشور ما به‌طور

افرانتر از اینترنت!

پکیج‌های کروژ کوبا، مکزیک، دومینیک و تورهای اروپا

دنبال بلیت ارزون می‌گردی؟! **به/از**

بهترین قیمت ایران

مشهد - تبریز - شیراز - اصفهان - اهواز

- ✓ کلکسیون بهترین قیمت بلیت برای کلیه نقاط دنیا
- ✓ تورهای تفریحی - کروژ - هتل - اجاره خودرو
- ✓ بلیت داخلی ایران و سرویس CIP فرودگاهی
- ✓ تور و ویزای دبی
- ✓ فروش بلیت ارزان از ایران به کانادا و آمریکا
- ✓ تورهای ارزان زمینی، ۳-۴ روزه کانادا و آمریکا

فروش مستقیم پروازها و چارترهای داخلی ایران

416.642.2372
647.23456.97
1-855-642-2372

6120 Yonge St., #206, M2M 3W7 (روبروی پلازا ایرانیان)

با مدیریت پیوند کامران و همکاری مجرب‌ترین مشاوران امور مسافرتی

Reg# 50018858
tico.ca
416.642.AFRA (2372)
افرا، آغازگر خاطره خوش سفرهای شما

با خیال راحت

مووینگ خود را به ما بسپارید

- ✓ بهترین قیمت
- ✓ خانه، آپارتمان، آفیس
- ✓ پرسنل باتجربه، با کلیه ابزار لازم
- ✓ تهیه کارتن خالی، با بسته بندی حرفه‌ای

تورنتو مووینگ 416.558.1301

سریع - مطمئن - ۷ روز هفته



صادق سرمد

وحید دستگردی

میرزاده عشقی

فرخی یزدی

عارف قزوینی

غالب نمی‌توان گفت که همه ادبیات و آثار باقی مانده از شعرا، نویسندگان و اهل قلم در قالب افکار و ذهنیت‌های حاکمان است. در این میان هم ادبیات وابسته داریم و هم ادبیات مستقل و متعهد. برای تفکیک و ارزیابی این نوع آثار، تحقیق و پژوهش گسترده با توان و دانش بالا نیاز است تا بتوان درست و نادرست را از هم جدا کرد و هویت ملی را در آثار باقی‌مانده جستجو نمود. بعنوان نمونه اگر بخواهیم به هویت ملی ایران در دوره غزنویان پی ببریم، می‌توانیم از روی اثر سترگ حکیم فردوسی یعنی شاهنامه به این موضوع بسیار مهم، دسترسی پیدا کنیم. بدیهی است این کار مطلقاً از روی آثار شعری و مدیحه‌سرای این دوره مانند فرخی سیستانی و منوچهری امکان‌پذیر نیست.

ادبیات متعهد هر دوره‌ای، بازتاب اوضاع و احوال آن دوره است. برای پژوهش در تاریخ، جامعه و طرز تفکر و اندیشه مردم، مراجعه و استناد به ادبیات از ضروری‌ترین کارهای اولیه است که باید صورت بگیرد. به عبارت دیگر اطلاع و تحقیق درباره پیشینه کشورمان بدون توجه و بررسی روی ادبیات و آثار باقی مانده از بزرگان اهل قلم، کامل و جامع نخواهد بود. اینجاست که موضوع پیوند و نزدیکی میان سیاست و ادبیات مطرح می‌شود و این دو مقوله رو به هم تاثیر بسزایی دارند. در موازنه بین آنها گاهی و در دورانی، سیاست بر ادبیات مسلط می‌شود و آثار ادبی تحت‌تاثیر سیاست بوجود می‌آید و در بعضی از موارد ادبیات بر سیاست اثر می‌گذارد و راه و روش حاکمان و سیاستمداران را تغییر

می‌دهد. از موضوع تفوق و سیطره سیاست بر ادبیات نمونه‌های فراوانی می‌توان در آثار ادبی باقی‌مانده از گذشته تاکنون در کشورمان پیدا کرد. اغلب آثار مربوط به دوره غزنویان و قاجاریه، از این‌گونه ادبیات هستند. در دیوان قائنی شیرازی که در زمان فتح‌الشاه، محمد شاه و ناصرالدین شاه قاجار می‌زیست، اثری جز مدح و ستایش سلاطین، درباریان و عمال حکومت چیز دیگری پیدا نمی‌شود. در این رابطه برخورد امیرکبیر با او یکی از موارد مهمی است که به عنوان نمونه آن را در اینجا ذکر می‌کنیم.

قائنی که در مدح و ثنای حاج میرزا آقاسی وزیر بی‌تدبیر محمدشاه قاجار، قصیده‌ها سروده و او را مدح گفته و این آدم بی‌لیاقت را انسان کامل با قدرت و توانایی خارق‌العاده، مانند آنچه که در شعر زیر آمده نامیده بود:

ازین سان کابر نیسانی مدام گوهر افشاند
اگر ترک ادب نبود به دست خواجه می‌ماند
درختان را چه شد کامروز می‌رقصد از شادی
مگر بر شاخ گل بلبل مدیح خواجه می‌خواند
جناب حاجی آقاسی که ریزد طرح صد گردون
اگر شخص جلالش گردی از دامن برافشاند
اگر با عتاب او زند یک لطمه بر هستی
چه جای هفت گردون کافرینش را بجنباند
وگر برق خلاف او کشد
یک شعله در گیتی
چه جای خار صحرا کاب دریا را بسوزاند
خداوندان بدان ذات خداوندی که گر خواهد

به قدرت چرخ را در دیده موری بگنجاند
به قهاری که قهرش پشه‌یی را گر دهد فرمان
به زخم نیش او خرطوم پیلان را بپیچاند
که تا امروز جز مدحت
زبانم حرفی ار گفته
مران را چون زبان لاله ایزد لال بگرداند

هنگامی که امیرکبیر به صدارت رسید و در حقیقت جانشین حاج میرزا آقاسی شد، قائنی در قصیده‌ای غرا که برای امیر سرود، عنوان کرد:
نسیم خلد می‌رود مگر به جویبارها
که بوی مشک می‌دهد هوای مرغزارها
فراز خاک و خشت‌ها دمیده سبز کشت‌ها

[استفاده، ادامه در صفحه ۴۵ ←]

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

کلیه امور مهاجرت به کانادا
با همکاری
کارشناس رسمی امور مهاجرت

ناصر تحریری

437-991-ROYAL

7 6 9 2



5409 Yonge St. Unit 207, Toronto, ON M2N 5R6

www.royalusaimmigration.com , info@royalusaimmigration.com



شرق شناسی (۶۶)

آنه ماری شimmel

محمدعلی اختری
تاریخ شناس

پاکستان می گذرانید. پروفیسور شimmel در سال ۱۹۹۲ از دانشگاه هاروارد باز نشسته شد. وی سفرهای بسیاری به کشورهای اسلامی و شرقی انجام داد و دوبار هم به ایران رفت. جایزه‌ها و دکترای افتخاری متعدد دریافت نمود از جمله نشان جمهوری اسلامی پاکستان در سال ۱۹۸۳ و نشان درجه یک خدمات در قلمرو هنر و علم از مصر در سال ۱۹۹۶ و دکترای افتخاری از دانشگاه الزهرا و نشان وزارت علوم جمهوری اسلامی ایران. بیشترین پژوهش‌های "شimmel" در رشته پدیدارشناسی ادیان است، از این رو بسیاری از آثار شاعران بزرگ ایران و فارسی زبان را به زبان آلمانی ترجمه و پژوهش‌های فراوانی درباره مولانا جلال‌الدین مولوی بلخی (رومی) تهیه و منتشر کرد و سرانجام این پروفیسور عالی‌قدر در زمینه ایران‌شناسی در سال ۲۰۰۳ میلادی در شهر "بن" درگذشت (۱).



خانم دکتر مریم میراحمدی دانشمند سرشناس ایرانی که خود از ایران‌شناسان مشهور ایران است در کتاب خود از این پروفیسور آلمانی چنین یاد می‌کند: خانم آنه ماری شimmel از نسل جدیدترین محققان مشهوری است که در جهان شرق و غرب از شهرت وافر برخوردار است. این بانوی دانشمند از افراد نادری است که عنوان شرق‌شناس، اسلام‌شناس و ایران‌شناس براننده اوست. زیرا او به کلی حیات علمی خود را وقف ایران، مطالعات اسلامی و اشعار عرفانی مولوی و دیگر شاعران پارسی‌گوی جهان مانند اقبال لاهوری کرد. ایشان چهره جدیدی از شرق

به علت نبودن حرف "ق" بدل از گ فارسی "درخط لاتین با حرف "Q یا K" تبدیل گردید و نام "انگوره‌انقره" شد "انکارا".

به هر حال از مقصد دور نیفتیم که پروفیسور شimmel در سال ۱۹۵۹ به آلمان برگشت و از آن به بعد در کنفرانس‌های گوناگون علمی و خاورشناسی شرکت کرد. در سال ۱۹۶۷ م. به دانشگاه هاروارد آمریکا دعوت شد و ضمن تدریس آثار "میرزا غالب دهلوی" کتاب "میر" را هم به زبان انگلیسی ترجمه نمود. پس از آن شش ماه در دانشگاه هاروارد درس می‌داد و شش ماه در

یکی دیگر از خاورشناسان آلمان که در نوشتن شرق‌شناسان آلمانی زبان در این سلسله مقالات مورد غفلت قرار گرفت دانشمند بزرگ و خاورشناس برجسته خانم پروفیسور آنه ماری شimmel است. خانم آنه ماری شimmel (Annemarie Schimmel) از اهالی آلمان است که در هفتم آوریل سال ۱۹۲۲ در شهر "رفورت" آلمان به دنیا آمد. از ۱۵ سالگی به زبان‌های شرقی علاقه پیدا کرد و نزد "هانس النبرگ" (Hans Ellenberg) به آموختن زبان تازی پرداخت و پس از تحصیلات مقدماتی در سال ۱۹۳۹ در دانشگاه "هومبالت" برلین به تحصیل در رشته شیمی و فیزیک پرداخت ولی به زودی تغییر رشته داد و به شرق‌شناسی روی آورد و نزد پروفیسور "هانس هاینریش شدر" (Hans Heinrich Schader) درس خواند و در سال ۱۹۴۱ مدرک دکترای گرفت. از سال ۱۹۴۱ تا ۱۹۴۵ میلادی در وزارت خانه امور خارجه آلمان کار میکرد و کارش ترجمه متون ترکی به زبان آلمانی بود. ولی در همان سال از طرف ارتش ایالات متحده آمریکا اسیر شد و تا سال ۱۹۴۶ اسیر بود. پس از رهایی از اسارت رساله استادی‌اش را به دانشگاه "ماربوک" ارائه کرد و به استادی در دانشگاه مرقوم به کار مشغول گردید و این تدریس تا سال ۱۹۵۴ به درازا

کشید. او در ضمن در سال ۱۹۵۱ رساله دیگری برای دریافت دکترای در زمینه ادیان ارائه نمود و به درجه دکترای در ادیان هم نائل شد. در سال ۱۹۵۲ به کشور ترکیه سفر نمود و پس از تدریس در دانشگاه "ماربوک" به پروفیسوری در دانشگاه "انکارا" و تا سال ۱۹۵۹ در آنجا به تدریس پرداخت. بد نیست در اینجا به عرض خوانندگان عزیز برسانم که نام شهر معروف ترکیه که امروز "انکارا" تلفظ می‌شود پیش از تغییر الفبای ترکیه به حروف لاتین "انگوره / انقوره" یک نام فارسی بود که در اثر تغییر خط

ورشکستگی؟؟؟

قادر به بازپرداخت بدهی خود نیستید؟

ما بطور کاملاً خصوصی شما را از بدهی خلاص می‌کنیم،

مشکلات مالی شما را حل می‌کنیم.

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

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

Pay just one affordable payment each month
Keep your house, keep your car, keep your RRSP.
Be free of debt. Come talk to us, you can avoid bankruptcy.Free Calls, Free Information, Free Consultation
No Extra Fees, No Upfront Fees, No Hidden Fees

Call us for a FREE, confidential consultation.

RISMAN ZYSMAN INC.
LICENSED INSOLVENCY TRUSTEE

با ۳۰ سال سابقه

4580 Dufferin St., North York Ontario M3H 5Y2

416-222-4600

INCOME TAX
E-FILE

Personal, Small Business & Corporate

خدمات حسابداری و مالیاتی

رضا پورلطفی

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

- خدمات حسابداری و دقتاری
- تهیه و تنظیم صورتهای مالی
- خدمات مالیاتی اشخاص و شرکتهای
- برنامه ریزی مالیاتی برای اشخاص و شرکتهای
- خدمات حقوقی و دستمزد
- تهیه و تکمیل فرمهای HST, GST و WSIB
- تهیه طرح توجیهی برای اخذ وام
- ثبت، تغییرات و انحلال شرکتهای

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 2C6Tel: (416) 900-4188 www.HarmonicTeam.com
Fax: (416) 900-4189 info@harmonicteam.comدر پلازای
سوپر پارسیان

نگاهی به آثار آنه ماری شیمیل:

۱. در باره چند بیتی از سروده‌های مولانا جلال‌الدین رومی چاپ شده در ۱۹۶۷.
۲. سحر جاودانه شعر کهن فارسی چاپ ۱۹۷۰.
۳. یک روز بهاری در قونیه بر اساس آثار مولانا جلال‌الدین چاپ ۱۹۷۵.
۴. لطیفه‌ای از جامی چاپ ۱۹۸۱.
۵. هانس هانریش شدر، گوته و ادبیات فارسی چاپ ۱۹۸۱-۸۲.
۶. دیوان انوری (تصحیح با همکاری) چاپ ۱۹۸۳.
۷. موضوع حلاج و ادبیات نوگرایی اسلامی چاپ ۱۹۸۴.
۸. شکوه شمس چاپ ۱۹۹۳ این کتاب توسط حسن لاهوتی به فارسی ترجمه شده و در تاریخ ۱۳۹۵ در تهران از سوی انتشارات شرکت علمی و فرهنگی چاپ شده است.
۹. گزیده مثنوی معنوی مولانا جلال‌الدین رومی (ترجمه) چاپ ۱۹۹۴.
۱۰. منطق الطیر عطار (مقدمه) چاپ ۱۹۹۸.
۱۱. دیوان غربی - شرقی: تاثیر شعر فارسی در شرق و غرب چاپ ۱۹۹۸.
۱۲. اسلام از دیدگاه آنه ماری شیمیل: ترجمه فارسی از دکتر عبدالرحیم گواهی چاپ ۱۳۸۷.
۱۳. نگاهی پدیدارشناسانه به اسلام ترجمه فارسی از دکتر عبدالرحیم گواهی چاپ ۱۳۷۶.
۱۴. زبان تصاویر چاپ ۱۹۴۹.

ته ← ۵۰

ایران دوبار از او تجلیل به عمل آمده است، یک بار در سال ۱۳۸۰ در دانشگاه تهران و بار دوم در شانزدهمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب در تهران در سال ۱۳۸۱ و از طرف دانشگاه تهران و دانشگاه الزهرا به او دکترای افتخاری داده شده است (۲). وی چندین بار به ایران سفر کرده و معتقد است که شرق‌شناسان بسیاری درباره اسلام و شناخت آن در اروپا و غرب غرض‌ورزی کرده‌اند. در سال ۱۹۹۵ از طرف ناشران آلمان جایزه صلح به ایشان اهدا شد و نویسنده برتر نمایشگاه بین‌المللی کتاب فرانکفورت معرفی گردید و چون در غرب از افکار اسلامی دفاع می‌کرد از طرف برخی از اعضای جامعه مطبوعاتی آلمان مورد انتقاد قرار گرفت ولی از کوشش‌های خود دست برنداشت و از عقاید خود دفاع نمود (۳). و دکترای افتخاری از پاکستان و سوئد و ترکیه و ایران و ازبکستان را دریافت نمود. تعداد کتاب‌های او در باره ایران و اسلام و عرفان اسلامی بالغ بر ۱۰۵ فقره است (۴). یکی از آثار پروفیسور خانم آنه ماری شیمیل که مورد نقد و بررسی قرار گرفته کتاب "ستاره و گل" است که اصل آن نقد به وسیله "بزرگ علوی" صورت گرفته و در مجله O.L.Z چاپ برلین منتشر شده و ترجمه فارسی آن به درخواست ایرج افشار توسط مجید جلیل‌وند انجام شده است. بزرگ علوی درباره این کتاب نوشته است که: نویسنده تقریباً کلیه آثار منظوم زبان پارسی را که کمابیش هشتصد سال شامل می‌شود مورد مطالعه قرار داده تا از میان صنایع شعری، تشبیهات و استعارات و مضامین و تصاویر شاعرانه را استخراج و ارائه نماید (۵).

در دانشنامه آزاد ویکی‌پدیای فارسی درباره آنه ماری شیمیل مختصری آمده که به شرح آتی است: آنه ماری شیمیل که تنها فرزند از یک خانواده فرهنگی متوسط بود در پائیز سال ۱۹۳۹ وقتی که ۱۷ ساله بود وارد دانشگاه برلین شد و در رشته زبان و ادبیات عرب و علوم اسلامی آغاز به تحصیل نمود و بنا به سفارش استادش "هانس هاینریشدر" به مطالعه و تحقیق در باره افکار و آثار مولوی بلخی (مولانا رومی) پرداخت و در سال ۱۹۴۱ در حالیکه ۱۹ ساله بود با نوشتن رساله‌ای درباره ادبیات اسلامی مصر، دکترای ادبیات از دانشگاه دریافت نمود و ده سال بعد با رساله "عشق عرفانی در اسلام" به عنوان پایان‌نامه موفق به دریافت درجه دکترای دوم گردید. وی جزء نویسندگان و مؤلفین تاریخ ایران کمبریج هم هست. ایشان در سال ۱۹۵۰ به ترکیه رفت و تا سال ۱۹۵۳ ریاست بخش تاریخ ادیان را در دانشکده الهیات دانشگاه آنکارا به عهده داشت. در سال ۱۹۶۳ و بار دیگر در ۱۹۶۶ به ایران سفر کرد. سرانجام در سال ۱۹۶۷ در دانشگاه هاروارد آمریکا در بخش فرهنگ اسلامی و هنری مشغول تدریس شد و از سال ۱۹۷۰ که به رتبه پروفیسوری ارتقا یافته بود همه ساله در فصل پائیز به پاکستان سفر می‌نمود و سرانجام در ۲۶ ژانویه ۲۰۰۳ دگذشت. (۶). آنه ماری شیمیل با نوشتن فصلی از کتاب "تاریخ ایران" دانشگاه کمبریج با عنوان "حافظ و معاصرانش" جزء مولفان دوره تاریخ ایران کمبریج هم بود (۵). چون بیشتر آثار آنه ماری شیمیل مورد توجه ایرانیان شیعه قرار گرفته است از طرف دولت



را برای محققان غربی ترسیم کرد و به نوعی فرهنگ والای اسلامی را از متون و منابع اصلی به جهانیان شناساند و از تالیفات متعدد پروفیسور شیمیل، چند اثر به زبان فارسی ترجمه شده است مانند کتاب "شکوه شمس" که سیری در افکار و آثار مولانا است، اما شاهکار او در مطالعات اسلامی، کتاب "محمد رسول خدا" است. (۷). پروفسور آنه ماری شیمیل، ایران‌شناس آلمانی و استاد دانشگاه "بن" معتقد بود که بسیاری از دانشمندان بزرگ، در قرون گذشته و حال در راه نشر افکار و آثار مولانا خدمت کرده‌اند و در این زمان، عشق مولوی در تحقیقات و تدقیقات بدیع‌الزمان فروزانفر به صورت کامل منعکس است. (۷).



Rose Bahrami

Partner
B.Sc., LL.B.
Member of the Law Society of Upper Canada
Member of Ontario Bar Association

فیروزه بهرامی

وکیل رسمی دادگستری کانادا
عضو انجمن وکلای ایرانی - کانادایی

- حقوق املاک
- حقوق تجاری
- امور مهاجرت و اقامت
- تنظیم وصیت‌نامه و وکالت‌نامه
- تایید رسمی اسناد

647.847.7276

416.777.2244 x720

Fax: 416.477.2847

RBahrami@LevyZavet.com www.LevyZavet.com

201-315 Eglinton Ave, West, Toronto, Ontario, M5N 1A1

حسابداری ایده‌ال

Personal, Small Business & Corporation E-File

Ideal Accounting



مجتبی فریور

K TIME

آیا می‌دانید با تکمیل فرم‌های مالیاتی اگر در سال ۲۰۱۷ درآمدی نداشته باشید، ممکن است صدها دلار به شما پرداخت شود! اگر حتی در آخرین روز سال ۲۰۱۷ وارد کانادا شده‌اید، ممکن است صدها دلار به شما پرداخت شود! آیا می‌دانید در صورت عدم تکمیل فرم‌های مالیاتی: Child Tax Benefit فرزندان شما از جولای سال جاری پرداخت نخواهد شد؟

خدمات حسابداری

- حسابداری و دفترداری شرکت‌ها و اشخاص
- تهیه صورت‌های مالی
- تهیه فرم‌های GST, PST و Payroll
- ثبت شرکت‌ها




تکمیل فرم‌های GST و Child Tax ریگن است

905 59-777-59

World on Yonge
7191 Yonge St. Suite 609, Thornhill, ON L3T 0C7
acc@idealtteam.ca

واکسن‌ها ارتباطی به اُتیسْم ندارند، ولی سم دفع آفات ممکن است ربط داشته باشد



ترجمه: شیدا معنوی
روانشناس بالینی



مایک مکری - آگوست ۲۰۱۸:

درد خوشحال نبودند. این حشره‌کش اثری بسیار عالی برای مدیریت پخش مالاریا با کشتن حامل آن، یعنی پیشه مالاریا، داشت. اگرچه که امروزه ما نگرانی کمتری برای این بیماری در ملل غربی داریم، ولی همچنان یکی از قاتلان بزرگ انسان است.

حتی امروزه، سازمان سلامت جهانی، پیشنهاد می‌کند که استفاده از ددت در داخل خانه‌ای که ممکن است مالاریا وجود داشته باشد نیز همانقدر خطرناک است. بسیاری از کشورهای آفریقایی همچنان بصورت مرتب از این حشره‌کش استفاده می‌کنند و همچنان جدل و بحث ادامه دارد.

خود محصول شیمیایی جز مواد سمی متوسط لیست شده است، یعنی باید فرد در معرض مقدار بسیار زیادی قرار بگیرد تا از اثراتش از بین برود. در خلال دهه‌ها، مدارک کمی ولی جدی دال بر اثر حشره‌کش روی سلامتی افراد روی هم جمع شد، و شهرت ددت به عنوان یک عامل بد و منفی تقویت شد. حالا می‌توانیم اُتیسْم را نیز به اثرات و عوارض این لیست اضافه کنیم.

این تحقیق به خودی خود نمی‌تواند دلیل اینکه چطور ددت روی رشد مغز اثر می‌گذارد یا حتی ادعای اینکه متابولیت باعث اُتیسْم - با توجه به ذات پیچیده این اختلال - می‌شود را به ما بگوید. خصیصه‌های این اختلال دشواری در پردازش حسی، ارتباط و اجتماعی شدن است و به نظر می‌رسد که مسیرهای عصبی مختلف و عملکرد مغز را تحت تاثیر قرار می‌دهد. امروزه به اختلال طیف اُتیسْم شناخته شده است و گستره وسیعی از خصیصه‌های بسیار شدید تا تنها نمونه کوچکی از این خصیصه‌ها را شامل می‌شود. ژنتیک قطعاً نقش اساسی در رشد این اختلال دارد ولی تاثیرات محیطی را نمی‌توان نادیده گرفت. با توجه به نگرانی برای زیاد شدن اُتیسْم در غرب، آلاینده‌ها و سایر جوانب زندگی مدرن اغلب اولین گزینه برای سرزنش است. جدا کردن علت اصلی این اختلال بین تعداد زیادی دلیل می‌تواند سخت باشد و مثل همیشه تحقیقات بیشتری لازم است.

تحقیقاتی مثل این مورد ممکن است اشاره به راه حل شفافی نکند ولی ما به این نوع تحقیقات برای گرفتن تصمیمات مهم نیاز داریم. این تحقیق در ژورنال روان پزشکی آمریکا چاپ شد.

در معرض سم شناخته شده ددت (دی‌کلرو دی فنیل‌تری کلرواتان) بودن در حین بارداری ممکن است احتمال مبتلا شدن کودک به اُتیسْم را افزایش دهد.

این کارخانه برای اثرات محیطی که در دهه ۱۹۶۰ ایجاد کرد مورد انتقاد قرار گرفت و از آن موقع در اکثر نقاط دنیا ممنوع شد. ولی همچنان تعدادی از کشورها از این سم استفاده می‌کنند و قانون منع استفاده از آن در سطح جهانی کاملاً واضح نبوده است.

تیم تحقیق دانشگاه کلمبیا از داده‌های تحقیقاتی که مادران فنلاندی در تحقیق قبل از زایمان روی اُتیسْم انجام داده بودند، استفاده کرد. آنها ۷۷۸ کودک که بین سال‌های ۱۹۸۷ و ۲۰۰۵ تشخیص اُتیسْم گرفته بودند را شناسایی کردند و آنها را با نمونه خونی که در دوران بارداری از مادران گرفته شده بود جور کردند. گروه دیگری نیز برای مقایسه شامل ۷۷۸ کودک در نظر گرفتند.

نمونه‌های خون برای دو مورد سم ددت و متابولیت آن (که وقتی ددت در بدن می‌شکند به وجود می‌آید -- پ-پ ددای) مورد آزمایش قرار گرفت. علاوه بر این، تیم تحقیق میزان گروه دیگری آلاینده‌های سمی به نام پولیکروئیتید بیفنیلز (پ س ب) را نیز آزمایش کردند.

هیچ ارتباطی بین اُتیسْم و سم پ-پ پیدا نشد، ولی دانشمندان به افزایش چشمگیر خطر ابتلا به اُتیسْم را بین مادرانی که میزان ددت خون آنها، در ۲۵٪ بالای جدول بودند، پی بردند. همچنین احتمال ابتلا به معلولیت مغزی کودکان مادران ۷۵٪ دیگر جدول، دوبرابر بود.

هیچ کدام از این سم‌ها دیگر شهرت مثبتی ندارند. می‌توانیم از طرفداران محیط قرن ۲۰ به خاطر این موضوع تشکر کنیم.

ددت سم ترکیبی رایجی بود که در دهه ۱۹۴۰ به منظور تمیز کردن محیط از پشه‌ها در مقیاس بزرگ استفاده می‌شد. بسیار موثر بود، و روی همه چیز استفاده می‌شد از محصولات مزارع گرفته تا میز آشپزخانه، برای حذف هر نوع حشره. یک زیست شناس به نام ریچل کارسون اولین کسی بود که زنگ هشدار را در مورد خطرات محیطی این سم به صدا درآورد. او کتابی با نام "بهار خاموش" در این باره نوشت. با تشکر از نوشته معروف او، ایده اینکه برخی مواد شیمیایی سمی بطور بالقوه می‌توانند به چرخه مواد غذایی برسند و در آنها متمرکز شوند، بصورت عمومی به اطلاع مردم دنیا رسید. در سال ۱۹۷۲، ۱۰ سال بعد از انتشار کتاب او، دولت امریکا استفاده از حشره‌کش را ممنوع کرد.

برای طرفداران محیط و سلامت، این ممنوعیت به عنوان بُردی بزرگ بود ولی همه از قانون منع

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)



The Little House
Of Kebobs North

با بیش از ۲۰ سال سابقه



دو قلب ریچموند هیل با مدیریت ایرانی

رستوران ایرانی
با انواع غذاهای اصیل ایرانی

905-787-9988

1480 Major Mackenzie Dr. East
Major Mackenzie & Leslie

شیدا معنوی

لیسانس روان شناسی بالینی از دانشگاه علامه تهران

دانشجوی رشته اُتیسْم و علم رفتار

Telegram.me/ABAutism

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

اندر حکایت دکتر گرفتار بساژ و بفروش محله ما



سطح سواد ابتدایی هستند، آشنا شده بودیم که آن اتفاق جالب برایمان افتاد که اینک حکایت آن را برای شما به سبک حضرت سعدی در گلستان بیان می‌کنیم تا در ذهن عزیزان این جرعه را بزنیم که از خواندن کتاب شیخ مصلح‌الدین غافل نشوند که جهانی در قالب حکایت‌های گوناگون در آن مستتر بوده و بهترین کتاب برای مطالعه در غربت است. حال آن حکایت خودمان را با جناب معمارباشی جوان برایتان نقل می‌کنیم:

فضول‌خان کامیونیتی

از خدا پنهان نیست، از شما هم پنهان نباشد آن‌که نمی‌دانم در این مدارک دانشگاهی چه خاصیتی نهفته است که همه به دنبال آن هستند. برای ما که چندین فقره از آن را به قول قدیمی‌ها با دود چراغ خوردن و خرخوانی کسب کرده‌ایم جز کارمندی و خرچمالی دیگران چیز دیگری از آنها عایدمان نشده است. ولی اکنون مدتی است که این کالا بین بزرگان، آقازاده‌ها و خانم‌زاده‌ها به صورت اپیدمی خواهان پیدا کرده است. حتی بقال محله هم وقتی که به مغازه‌اش می‌روی برای خریدن شیر و ماست، اگر بفهمد که معلم دانشگاه هستی، هزار سوال و جواب درباره چگونگی اخذ مدرک دانشگاهی از شما می‌پرسد.

"بساژ و بفروشی در همسایگی ما در تهران سکونت داشت. بدین علت با اویم فراغت دیدار می‌افتاد، نه از روی رفاقت، بل از طریق کراحت. روزی مرا به خود فراخواند و پرسیدن آغاز کرد که: چگونه می‌توان مدرک دکتر را به دست آورد تا از محنت بی‌سودی خلاصی یافت. وی را تصور بر این بود که اساتید دانشگاه از این گونه مدارک در کیف خود دارند و او که از قیل کسب و کار، مال و منال وافر اندوخته، لیاقت اخذ این مدرک را دارد. بر وی نظری افکندم و به حرف‌هایش بی‌غرض خندیدم. آشفته حال شد و گفت: "مگر ما را چه از دیگران کمتر است که دکتر بودن را نتوانیم؟" گفتم: "به خدا هیچ چیز." گفت: "پس علت چیست که بر سوال من خندیدی؟" من را جوابی نبود اندر عتاب او. لذا سکوت کردم و سر بر فکرت از کنارش دور شدم.

آن بینوا نمی‌دانست که جامعه تحصیل کرده چه زجری از این گونه عناوین می‌کشند که گاهی از بردن نام خود هم ننگ دارند، ولی چه چاره کنند که ننگ از همین عناوین حاصل شده است.

روزی از روزها که در وطن بودیم و از کنار سر در دانشگاه رد می‌شدیم، صدای بازارباب رشته‌های دانشگاهی گوشمان را کر می‌کرد. آنها تهیه پایان‌نامه‌های لیسانس، فوق‌لیسانس و دکترا را به بهای ده، پانزده و بیست میلیون تومان به حراج گذاشته بودند. انسان از معلمی خود در دانشگاه هنگام عبور از کنار این واسطه‌ها خجالت می‌کشید و سر را به زیر می‌افکند تا آنها را نبیند.

از میان این همه کسب و کار، شغل و بیزینس‌های حقیقی و کاذب، دلالی و واسطه‌گری، اگر مقداری پول و پله داشته باشی و یا بتوانی با موسسه‌ای مالی زد و بند کنی، شغل شریف بساژ و بفروشی حتی در زمانی که ملک و ساختمان را راکد هم باشد، در کشورمان، کاری پر درآمد و نان و آبدار است.

سال‌های قبل که در وطن زندگی می‌کردیم. در همسایگی ما چندین خانه کلنگی را معماری جوان خریده و در حال ساخت مجتمعی عظیم بود. ما که هر روز برای رفتن به سر کار از کنار این ساختمان در حال ساخت عبور می‌کردیم، با معمارباشی آن که برخوردشان نشان می‌داد در

از نام چه گویی که مرا ننگ ز نام است و از ننگ چه پرسه که مرا نام ز ننگ است اینک خود حدیث مفصل بخوانید از این حکایت مجمل، که در بلاد پدریمان چه بر سر ما رفته است.

سایه‌تان مستدام باد.



با بهترین قیمت

شستشوی فرش های خود را به ما بسپارید

قالیشوئی ماژیک

خدمات ما

تعمیرات، رفوگری، لکه برداری، رنگرزی و ریشه کشی

کلیه قالی‌های 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



اوکازيون: املاک برای فروش

Don Mills / O'Conner \$2,228,000

خانه مجزای ۲ طبقه ۴ خوابه

- Detached Two Story House. It's a beautiful new home. Occupancy was issued in November 2016.
- Lot size: 35.25 x 99.54 Feet.
- Four Bedrooms with a finish Basement. Entrance from Garage to the House. Beautiful Espresso Hardwood Floor.
- 2,720 Sq Feet. Unique looking house with a wide Driveway. Beautiful Indiana Lime Stone in Front. Marble Foyer, Powder Room and Master Ensuite. Beautiful Landscape. Built in Speakers in Basement, Master and main Floor.
- Stainless Steele Kitchen Aid (Fridge, Counter Top Gas Stove, Built-In Stove and Microwave, Built-In Dishwasher, Hood Fan) Washer and Dryer in the Basement and Stack-up Washer and Dryer on 2nd Floor.
- Two Gas Fireplaces. CAC, Cvac, Security and Camera System. Mix of Contemporary and Modern Home. Attention to all details. In quiet Cul De Sac East York Neighbourhood. 5-Pc Ensuite in Master, 3-Pc Ensuite in 2nd Bedroom, 4-Pc Semi Ensuite for 3rd and 4th Bedrooms, 2-Pc Ensuite on Main and 3-Pc in the Basement.

Note: High Ceiling in the basement with Walk out

Central Newmarket \$900,000

خانه بانگلو ۳ خوابه در نیومارکت

- Detached Bungalow in Central Newmarket
 - Lot size: 60 x 122 Feet
 - Three bedrooms upstairs with a one bedroom and sauna in finish basement. Updated Bathroom upstairs with skylight. Recently painted, High efficiency Furnace (2011) and Humidifier, Cac (2011), Roof (2012), S/S Fridge, B/I Oven, B/I Stainless Steele Dishwasher, Countertop Gas Stove, Hood Fan, washer and Dryer, Fridge and Stove in the Basement, Bamboo Flooring Upstairs and Laminate in the Basement. one three pc and one two pc bathrooms in the Basement.
 - Open Concept Kitchen Upstairs
 - Large Driveway to Park minimum 7 cars
 - Separate entrance to the Basement
- Option:** The Seller is willing to Lease back the property for one Year

RichmondHill & Thornhill

NEW

پلازا با مشتریان A

با درآمد و قیمت مناسب در خیابان یانگ در ریچموند هیل

رستوران نقلی با لایسنس مشروب

با ملک در تورن هیل

Brampton \$9,000,000

پمپ بنزین با درآمد بالا

- Commercial Property. It's a Brand name Gas Station in Brampton.
 - All gas pumps and Camera systems were updated three years ago.
 - 6 Tanks. (2 Regular, one Super, Three Diesel), All the Tanks will be changed sometimes in April or May, 2018 (Approx Cost is Between \$400,000 to \$500,000),
 - Includes Convenience Store with ATM Machine, Lotto Machine, Tobacco Sales, Gift Cards and Phone Cards.
 - Includes Country Style Coffee Shop and Chester Chicken as well.
 - The mechanic Shop has been Leased by Franchise Oil Changing Company Since April, 2010 and they renewed their Lease in April, 2015 for another five years.
 - There is a Coin Car wash, Air Pump and Vacuum. The Fuel sales are Approx 6.5 Million liters Annually.
 - The Cross Lease is around 0.0175.
 - The Owner might be willing to Consider to get a permit for Automated Car Wash and three offices and removed the Coin car Wash. This is a very good income producing property.
- Note:** The Owner had an offer in 2013 for \$7,500,000 as is without changing anything but he did not sell it.

Bayview / YorkMills \$3,200,000

خانه بانگلو ۳ خوابه در منطقه عالی

- Detached Bungalow
 - Lot size is 75.6 x 151.29 Feet
 - Three bedrooms upstairs and a one bedroom in finish basement.
- Note:** Had an offer in 2014 from a Builder for \$2,750,000 but didn't sell it.

416.816.1010

Sales Rep. شهرام بینش



دلایل بیدار شدن از خواب در میانه‌های شب چیست؟



کنید. پیش از خواب، همه چیز شامل نگرانی‌ها، فهرست کارهایی که باید انجام شوند، برنامه‌ها و حتی پرسش‌ها را یادداشت کنید. از این رو دیگر لازم نیست تا آنها را بارها و بارها در ذهن خود مرور کنید.

حدود ۲۰ دقیقه پیش از خواب خود را از هر چیزی، به ویژه دستگاه‌های الکترونیکی، جدا کنید. از تکنیک‌های تنفس عمیق استفاده کنید. به یک آهنگ آرامش بخش گوش کنید، یا هر کار دیگری که شما را پیش از خواب از اتفاقات روزانه جدا می‌کند، انجام دهید.

فراگیری نه گفتن به فعالیت‌هایی که زمان شما را در طول روز بیهوده تلف می‌کنند، اهمیت دارد و زمانی را برای مطالعه، پیاده‌روی یا هر فعالیتی دیگری که از آن لذت می‌برید، اختصاص دهید.

خستگی بیش از حد

بدن ما به طور طبیعی چند ساعت پس از غروب خورشید برای به خواب رفتن تمایل دارد. همه ما از یک زمان ایده‌آل برخوردار هستیم و اگر برای چند شب به بدن خود توجه کنید متوجه آن می‌شوید.

اگر پس از آن زمان ایده آل همچنان بیدار باقی بمانید تجدید انرژی را تجربه خواهید کرد که برای انجام کارها خوب به نظر می‌رسد اما به واقع احساسی عجیب و غریب را در شما ایجاد کرده و آمادگی شما برای خوابیدن از بین می‌رود.

الکل

برخی افراد برای به خواب رفتن راحت‌تر مصرف نوشیدنی‌های الکلی را مد نظر قرار می‌دهند اما الکل در ریتم خواب انسان اختلال ایجاد می‌کند. در ابتدا شاید به خوابی عمیق فرو بروید اما مصرف نوشیدنی‌های الکلی اغلب به بیدار شدن‌های شبانه منجر می‌شود.

داروها

داروهای ضد افسردگی، به ویژه بنزودیازپین‌ها، از جمله داروهای بدنام و مخل خواب انسان هستند. حتی برخی داروهایی که برای بهبود خواب طراحی شده اند، مانند امبین، نیز می‌توانند اثر منفی بر شرایط خواب انسان داشته باشند. برای ایجاد تغییر در دوز و زمان مصرف داروها همواره با پزشک خود مشورت کنید. از دیگر داروهایی که می‌توانند در شرایط خواب انسان اختلال ایجاد کنند می‌توان به قرص‌های سردرد حاوی کافئین نیز اشاره کرد.

اگر یک روتین وقت خواب منظم را دنبال و احساس خواب آلودگی می‌کنید، در زمانی مشابه از شب به خواب می‌روید اما در نیمه‌های شب از خواب بیدار می‌شوید و در به خواب رفتن مجدد یا دشواری مواجه هستید یا پدیده‌ای به نام بی‌خوابی میانی مواجه هستید.

گاهی اوقات این بیدار شدن‌های شبانه عادی بوده و به مساله خاصی اشاره ندارند.

اما اگر به طور مداوم در میانه‌های شب از خواب بیدار می‌شوید و صبح روز بعد با احساس خستگی مواجه هستید، برخی دلایل می‌توانند در پس این رخداد، باشند.

افت قند خون

انتخاب‌های غذایی می‌تواند با هر جنبه از شرایط سلامت ما مرتبط باشد و توانایی‌مان در تجربه خواب خوب شبانه نیز از این مساله مستثنی نیست. برخی رژیم‌های غذایی مانند رژیم غذایی غربی سرشار از کربوهیدرات‌ها و قندهای پالایش شده هستند. حتی مصرف مقدار کمی از این غذاها در طول روز می‌تواند یک کابوس قند خونی را رقم بزند که موجب بیداری شما در میانه‌های شب می‌شود.

هورمون استرس کورتیزول نیز در مدیریت قند خون نقش دارد. برای بدن شما، یک تغییر بیش از حد سریع در قند خون می‌تواند مشابه با یک حمله هراس یا انفجار خشم، ترس یا سرخوردگی احساس شود.

هر زمان که قند خون شما به سرعت افت می‌کند، همانند پس از خوردن یک دسر شیرین و بزرگ، بدن وارد یک واکنش استرسی می‌شود و زمانی که این اتفاق در میانه شب رخ می‌دهد، واکنش استرسی موجب اختلال در خواب شما می‌شود.

یک رژیم غذایی سالم و سرشار از غذاهای کامل پاسخی به این مشکل است اما به عنوان اقدامی سریع می‌توانید مصرف یک مشت بادام یا یک قاشق کره بادام یا روغن نارگیل را پیش از خواب امتحان کنید.

یک واکنش استرس خارج از کنترل

برای بسیاری از ما، جدا شدن کامل از اتفاقاتی که در طول روز تجربه کرده‌ایم، دشوار است. افکار، وظایف انجام نشده، نگرانی‌ها و برنامه‌ریزی‌ها برای روز پیش‌رو ما را رها نمی‌کنند.

اما شما باید نگرانی‌های خود را برون‌سپاری

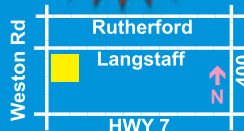
تخفیف
بهاره

حراج بزرگ شاهانی

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



50% to
80%
OFF



8099 Weston Rd., Unit 18-19
Vaughan, Ontario, L4L 1A6
info@shahanicouture.com
shahanicouture.com
905.264.6115



دکتر ابراهیم رزم پا، استاد دانشگاه علوم پزشکی: شناخت و درمان سردردهای سینوسی بسیار مهم است

راه‌های پیشگیری از سینوزیت

- رعایت بهداشت (دست‌های خود را بطور منظم بشویید؛ به ویژه قبل از غذا و پس از دست دادن است، سردردهای سینوزیتی را از دیگر انواع سردرد، تشخیص دهید.

علل بروز سینوزیت

از جمله عواملی که موجب سینوزیت می‌شود، انحراف تیغه بینی، بزرگی شاخک‌های موجود در بینی است. سرماخوردگی نیز ممکن است موجب سینوزیت شود، اما زمانی که التهاب و تورم ایجاد شده از سرماخوردگی همراه با عفونت باشد، ممکن است هر سرماخوردگی همراه با سردرد با سینوزیت اشتباه گرفته شود.

آلرژی نمی‌تواند در ایجاد سینوزیت موثر باشد، زمانی که آلرژی پیشرفته می‌شود، موجب پلیپ می‌شود. این نوع آلرژی و پلیپ ممکن است موجب سینوزیت شوند اما باز هم نباید هر نوع آلرژی را عامل بروز سینوزیت دانست.

انواع سینوزیت

سینوزیت به دو صورت حاد و مزمن بروز می‌کند. در صورت حاد بودن، سینوزیت بین ۲ تا ۴ هفته بطول می‌انجامد. سینوزیت حاد عمدتاً در پی سرماخوردگی و آنفلوآنزا بروز می‌کند. عفونت اولیه به مخاط سینوس‌ها هجوم آورده و التهاب در آن‌ها ایجاد می‌کند. سینوزیت حاد علائمی چون سردرد، سنگینی سر و ترشحات بینی دارد.

سینوزیت وقتی بیش از چهار هفته تداوم می‌یابد، مزمن می‌شود. سینوزیت مزمن ممکن است تا سال‌ها گریبان‌گیر بیمار شود و عموماً توسط عوامل آلرژی‌زا و عفونت‌های باکتریایی ایجاد می‌شود. آسم و اختلالات آلرژیک مزمن نیز عموماً باعث ایجاد سینوزیت مزمن می‌شوند. ۲۰ درصد از بیماران مبتلا به سینوزیت مزمن، به پولیپ بینی نیز مبتلا می‌شوند. در عین حال در سینوزیت مزمن، سردرد نداریم و این بیماری با ترشحات پشت بینی همراه است. در این نوع سینوزیت، تغییر صدا و سرفه نیز دیده می‌شود. اگر در سینوزیت مزمن سردرد رخ دهد، فرد یا دچار عارضه دیگری شده یا سینوزیت روند حاد پیدا کرده است.

عوارض سینوزیت

اگر سینوزیت درمان نشود، عوارض خطرناکی در پی خواهد داشت. سینوزیت ممکن است عارضه چشمی، مغزی و عوارض جدی مانند مننژیت را به دنبال داشته باشد. همچنین عوارض مخفی این بیماری در موارد ندری ممکن است منجر به مرگ شود. توصیه این است بیمارانی که بیماری زمینهای به همراه سینوزیت دارند، حتماً باید درمان شوند.

آمار دقیقی از تعداد افرادی که مبتلا به سینوزیت می‌شوند در دست نیست. متأسفانه تعداد افراد واقعی که سینوزیت دارند از تعداد افرادی که به اشتباه تشخیص به سینوزیت داده می‌شوند، کمتر است. در این مواقع سردردهای سینوزیتی با سردردهای یک طرفه مانند میگرن و سردردهای عصبی یا بعضی از سردردهایی که با بروز آلرژی رخ می‌دهد، اشتباه گرفته می‌شود.

کم کردن وزن - بزرگ کردن سینه ها

ماکرودرم کریستال و دایمون
آخرین تکنولوژی سال
کم کردن وزن موضعی بدن

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

647-350-5757
www.samiralaserclinic

Agincourt Mall
2190 Warden Ave Unit 215, Scarborough, ON M1T 1V6
647-350-5757
www.samiralaserclinic.com

Our Services:

- پاک کردن چروک با 4 تکنیک مختلف
- فیشال
- حذف آکنه
- رفع موهای زائد
- تکان دادن پوست
- درمان زنگدانه
- مانیکیور / پدیکور
- شکل ولا (از دست دادن وزن)
- حذف موی دائمی لیزر (جلوگیری از رشد مو)
- میکرودرم ابریزن
- سفید کردن پوست
- حذف پوست اضافه
- Tranding
- Microneedling

درمانگاه لیزر و پوست در اسکاربورو

New Technology! HIFU Anti-Aging Instrument

ماشین زیبایی علیه پیری با استفاده از امواج سونوگرافی

HIFU ابزار ضد پیری جدید، با تولید کلاژن زیر پوست، پوست را جوان می‌کند. این تکنولوژی در درمان سرطان هم مورد استفاده قرار گرفته است، و اکنون در صنعت زیبایی برای سفت شدن پوست، سفید کردن، و هموئین حذف چین و چروک، عروفا می‌کند. این تکنیک باعث می‌شود حداقل 10 تا 20 سال جوانتر شوید! فقط به کمک سونوگرافی با انرژی، جوانی را بدون درد، سوزن، و هیچ عوارض جانبی تجربه کنید. نباید با پیری خداحافظی کنید و دوباره به جوانی‌هایمان برگردیم!

75% OFF Limited Time

BEFORE AFTER

بزرگ‌سازی سینه‌ها 50% Off

BEFORE AFTER

حذف موی دائمی با لیزر

Up to 50% Off وزن کم کنید

وزن خود با بدون مشکلات زیر کم کنید:

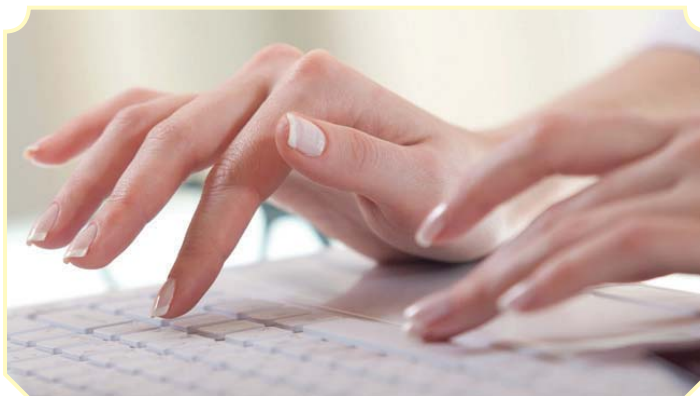
- ۱- رژیم غذایی، پزشکی، عملیات ورزشی، سوزن، درد فاسد شدن یا کم شدن چربی با جوان‌سازی پوست
- ۲- فقط با انرژی سونوگرافی (کریستال و الماس) خطوط و علائم کشش پوستی
- ۳- ماکرودرم‌پاراسیون (کریستال و الماس)
- ۴- مایکروویدینگ و علائم سوزنی شکل ریز

65% OFF

MICRO NEEDLING REJUVENATION OR STRETCH MARKS

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

دکتر جوزف جانکوویک، استاد پزشکی اعصاب در دانشکده بیلور: لرزش دست در سنین پایین را باید بررسی کرد



لرزش دست در انسان از جمله مشکلاتی است که ممکن است انسان را در هر سنی گرفتار کند، لرزش دست‌ها هنگام عصبانیت، اضطراب و خستگی بیش از حد و کار زیاد روزمره از موارد شایعی است که به چشم می‌خورد.

موقعی که لرزش دست‌ها در سنین پایین‌تر شروع می‌شود، یا با علائم دیگری همراه است و پیشرفت می‌کند را باید جدی گرفت.

هر چیزی ممکن است باعث لرزش دست‌ها شود، از جمله کار کردن زیاد یا دست‌ها یا ابتلا به یک بیماری.

ممکن است لرزش دست‌ها را بیشتر در هنگام صبح مشاهده کنید، زمانی که در حال نوشتن یک پیام کوتاه یا نوشیدن قهوه هستید. یا اینکه ممکن است به شکل یک مشکل همیشگی درآمده باشد.

دکتر جوزف جانکوویک Joseph Jankovic استاد پزشکی اعصاب و دارای صندلی متمایز در بخش اختلالات حرکتی در دانشکده پزشکی بیلور Baylor می‌گوید: "لرزش دست ممکن است بر اثر عوامل مختلفی بروز کند، از جمله برخی بیماری‌ها مانند پارکینسون یا مصرف بیش از حد قهوه."

چطور می‌توانید علت لرزش دست را مشخص کنید؟

در اکثر موارد نمی‌توانید خودتان علت لرزش دست‌ها را تشخیص دهید. اما پزشک می‌تواند زمان و چگونگی لرزش دست‌ها را مشخص کند.

به عنوان مثال ممکن است دچار لرزش عملکردی شوید و زمانی بروز می‌کند که در حال بلند کردن چیزی از زمین هستید یا با دست‌ها تان کاری انجام می‌دهید. جانکوویک می‌گوید این نوع لرزش زمانی مشخص است که در حال انجام کاری بر خلاف جاذبه زمین هستید، به عنوان مثال زمانی که در حال خوردن یا نوشیدن هستید یا زمانی که سعی می‌کنید چیزی را بلند کرده و جلوی صورت خود نگه دارید. همچنین ممکن است دچار لرزش دست در هنگام استراحت باشید، به این معنا که دست‌های شما در حالت بی‌حرکتی هم لرزش دارند.

دکتر جانکوویک می‌گوید: بدون در نظر گرفتن نوع لرزشی که با آن روبه رو هستید، اگر لرزش دست شما با فعالیت‌های روزانه تان تداخل پیدا می‌کند و یا باعث آزار دیگران می‌شود، زمان آن رسیده که به پزشک مراجعه کنید.

لرزش دست در نتیجه لرزش اساسی Essential tremor

دکتر گوردون بالتاک Gordon Baltuch، مددکار و استاد جراحی مغز و اعصاب دانشگاه پنسیلوانیا و مدیر پژوهش‌های بیماری پارکینسون، می‌گوید: تا حدودی رایج‌ترین نوع لرزش مزمن دست (یک نفر از هر ۲۵ نفر یا ۴ درصد جمعیت ممکن است این نوع لرزش را تجربه کنند) لرزش اساسی است که زمانی اتفاق می‌افتد که شما در حال انجام یک کار یا دست‌های خود هستید.

اگر دست‌های شما در هنگام تایپ کردن یا نوشتن می‌لرزد، یا زمانی که می‌خواهید وسیله‌ای مانند نمکدان را بلند کنید یا یک لیوان آب بنوشید متوجه لرزش دست خود می‌شوید، این‌ها نشانه‌هایی از لرزش اساسی هستند.

بدن انجام می‌شوند، رخ می‌دهد. این نوع لرزش، لرزش فیزیولوژیک نامیده می‌شود. جانکوویک می‌گوید: اما تحت شرایط خاص این لرزش می‌تواند قابل مشاهده شود.

یکی از این موقعیت‌ها استرس و اضطراب شدید است. اگر دست یا صدای شما قبل از صحبت کردن برای تعداد زیادی از مردم شروع به لرزیدن کرد، یا اگر هنگام نگاه کردن به پایین از لبه یک ساختمان بلند، زانو‌ها و پاهایتان شروع به لرزیدن کرد، دچار لرزش فیزیولوژیک افزایش یافته enhanced physiologic tremor شده‌اید.

این نوع لرزش ممکن است آزاردهنده یا ناراحت‌کننده باشد، بستگی به موقعیت دارد، اما اگر در تمام زمان‌ها این لرزش را تجربه و احساس می‌کنید تاثیر منفی بر روی زندگی شما می‌گذارد، بهتر است با پزشک مشورت کنید.

برخی فعالیت‌های کاهش دهنده استرس، مانند مدیتیشن، یوگا یا گوش دادن به موسیقی و همچنین داروهای ضد استرس می‌توانند موثر باشند.

لرزش دست بر اثر مصرف بیش از حد کافئین

دکتر جانکوویک می‌گوید: همانطور که استرس می‌تواند باعث تشدید لرزش فیزیولوژیک شود، کافئین هم همین تاثیر را دارد. اگر بعد از مصرف قهوه یا دیگر منابع کافئین دچار لرزش دست می‌شوید، زمان آن رسیده که مصرف کافئین خود را کاهش دهید.

گفته می‌شود کافئین و استرس باعث می‌شوند لرزش اساسی بیش از پیش به چشم بیاید. اگر فکر می‌کنید لرزش دست‌های شما علاوه بر مصرف بیش از حد کافئین به عوامل دیگری نیز بستگی دارد، بهتر است با پزشک مشورت کنید.

لرزش دست بر اثر مصرف برخی داروها

مانند استرس و کافئین، مصرف برخی داروها نیز باعث لرزش دست می‌شوند، به ویژه داروهای آسم مانند bronchodilator. داروهای دیگری که باعث لرزش دست می‌شوند، عبارتند از آمفتامین و Amphetamine، برخی از استاتین‌ها statin و مهارکننده‌های باز جذب سروتونین SSRI.

اگر بعد از مصرف دارو لرزش دست را در خود مشاهده کردید یا اگر به نظر می‌رسد لرزش دست بعد از مصرف یک داروی جدید شروع شده، پزشک می‌تواند داروی جایگزین برایتان تجویز کند تا لرزش دست‌های شما بهبود پیدا کند.

لرزش دست بر اثر خستگی بیش از حد

و باز هم عامل دیگری که باعث لرزش فیزیولوژیک می‌شود خستگی بیش از حد است. خستگی شما چه بر اثر کم خوابی باشد و چه در نتیجه تمرینات سخت و طولانی، در هر دو حالت خسته بودن عضلات منجر به لرزش دست‌ها و دیگر قسمت‌های بدن می‌شود. به این ترتیب هر چیزی که باعث مختل شدن خوابتان می‌شود، می‌تواند باعث لرزش دست شما نیز شود.

خستگی می‌تواند لرزش اساسی را بدتر کند. بنابراین اگر دست‌های شما همیشه می‌لرزد، اما زمانی که خسته یا کم خواب هستید بدتر می‌شود، بهتر است با پزشک مطرح کنید.

را نشان می‌دهد که دست‌های شما هیچ حرکتی ندارند.

نورودژنراتیو بیماری، فرایند یا وضعیتی است که سبب زوال سلول‌های طبیعی سیستم عصبی یا عملکرد آنها می‌گردد.

رزاک می‌گوید: زمانی که دست‌ها در دو طرف بدن آویزان هستند یا هیچ توان عضلانی در دست‌ها وجود ندارد، زمانی است که لرزش ناشی از بیماری پارکینسون مشاهده می‌شود.

همچنین نوع حرکت مربوط به لرزش اساسی بیشتر شبیه به لرزیدن و تکان خوردن است، اما لرزش مربوط به بیماری پارکینسون اغلب

دکتر گوردون بالتاک:

اگر دست‌های شما در هنگام

تایپ کردن یا نوشتن می‌لرزد، یا زمانی که می‌خواهید وسیله‌ای مانند نمکدان را بلند کنید یا یک لیوان آب بنوشید متوجه

لرزش دست خود می‌شوید،

این‌ها نشانه‌هایی از لرزش

اساسی هستند.

دارای ریتم است. برای بسیاری از بیماران لرزش به شکل نوعی حرکت دادن قرص بین انگشت شست و انگشت اشاره شروع می‌شود. بیماری پارکینسون یک بیماری نورودژنراتیو است که در آن برخی سلول‌های مغز به تدریج از بین می‌روند. علت اصلی اینکه چرا مرگ این سلول‌ها شروع می‌شود، هنوز مشخص نیست، به هر حال این مشکل در نهایت منجر به کاهش دوپامین dopamine در مغز می‌شود که منجر به لرزش دست‌ها و دیگر علائم حرکتی می‌شود، مانند تیک‌های صورت، وضعیت بدن و مشکل در تکلم.

بیماری پارکینسون معمولاً در سن ۶۰ سالگی به بعد بروز می‌کند، اما درصد کمی از افراد در سنین جوانی به این مشکل دچار می‌شوند. هیچ درمانی برای بیماری پارکینسون وجود ندارد، اما دارو و برخی فعالیت‌های جسمی به کنترل علائم کمک می‌کنند.

لرزش دست بر اثر استرس

هر شخصی دارای یک لرزش خیلی خفیف و غیر قابل مشاهده است که بر اثر ضربان قلب، گردش خون و دیگر فرایندهایی که در داخل

این لرزش ممکن است خفیف باشد - تقریباً غیر قابل تشخیص - و یا طوری واضح باشد که به خاطر آن نمی‌توانید فعالیت‌های روزانه خود را کامل کنید. بهترین اقدامی که در این شرایط می‌توانید انجام دهید، برای اطمینان بیشتر به پزشک مراجعه کنید. به نظر می‌رسد ژنتیک نقش مهمی در بروز این مشکل دارد، اما ما علت اصلی را نمی‌دانیم. علت این عارضه ممکن است مربوط به مشکلی در مخچه cerebellum ارسال و دریافت اطلاعات باشد. مخچه بخشی از مغز است که مهارت‌های حرکتی را کنترل می‌کند. اما جزئیات مبهم هستند.

لرزش اساسی معمولاً در یک دست شروع می‌شود و اغلب در دستی که فرد بیشتر استفاده می‌کند و در نهایت به دست دیگر می‌رسد. گرچه خطر ابتلا به لرزش اساسی با افزایش سن بیشتر می‌شود، اما ممکن است در هر سنی بروز می‌کند. بالتاک می‌گوید: در بین بیماران من حتی کودکانی هستند که به لرزش اساسی دچار هستند.

اگر لرزش اساسی خفیف است، نیاز به انجام کار خاصی نیست. این حالت ممکن است با افزایش سن بدتر شود و یا اصلاً اینطور نباشد. به هر حال درمان نکردن آن در سنین پایین مشکل خاصی به وجود نمی‌آورد.

لرزش دست بر اثر بیماری پارکینسون

دکتر مایکل رزاک Michael Rezak، مدیر بخش اختلالات حرکتی و بیماری‌های نورودژنراتیو Neurodegenerative در پزشکی شمال غربی می‌گوید: گرچه لرزش اساسی در دست‌ها زمانی مشاهده می‌شود که دست‌ها تان در حال انجام حرکت و فعالیت هستند، اما لرزش دست‌ها که ناشی از بیماری پارکینسون است، لرزش در حال استراحت نامیده می‌شود، زیرا زمانی خود



مشاوره
تلفنی
رایگان

ارائه کننده کلیه خدمات گرمایشی و سرمایشی

فروش . نصب . تعمیر

فرنیس، ایرکاندیشن، آبگرمکن، شومینه، 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

چرا باید ترموستات قدیمی را عوض کنیم؟ صفحه ۱۹

علل درد قفسه سینه در سالمندان چیست؟



• **آمبولی ریوی:** این عارضه هنگامی رخ می‌دهد که لخته خونی که در جایی دیگری از بدن (معمولاً وریدهای عمقی پا) تشکیل شده است، از جای خود کنده می‌شود و از راه گردش خون به ریه وارد می‌شود. این عارضه می‌تواند مرگبار باشد.

علائم این عارضه شامل درد یا ناراحتی در قفسه سینه است که با تنفس عمیق بدتر می‌شود، اشکال در تنفس، سرفه و بالا آوردن خون، ضربان سریع قلب، سیاهی رفتن ناگهانی چشم‌ها یا غش کردن می‌شود.

• **سایر مشکلات ریوی:** درد حاد و شدید قفسه سینه ممکن است در بیماری‌های دیگر ریه هم بروز کند، از جمله ذات‌الریه، برونشیت، آسم، پنوموتوراکس (در این عارضه ایجاد سوراخی در بافت ریه باعث راه یافتن هوا در فاصله ریه و قفسه سینه می‌شود و در سیگاری‌ها شایع‌تر است).

• **حمله وحشت‌زدگی:** درد حاد قفسه سینه (همراه با تنگی‌نفس، تپش قلب و سیاهی رفتن چشم‌ها) ممکن است در هنگام حمله وحشت‌زدگی یعنی تجربه کردن یک موج ناگهانی اضطراب هم رخ دهد. در این مورد درد قفسه سینه معمولاً زیاد طول نمی‌کشد.

• **التهاب غضروف دنده (کوستوکندریت):** جراحات ناشی از فشار بیش‌ازحد در ورزش‌ها یا بلند کردن اجسام سنگین ممکن است قفسه سینه را در محل اتصال غضروفی دنده‌ها به استخوان جناغ ملتهب کند. نتیجه حس درد حادی در قفسه سینه است که با گذر زمان و استراحت بهبود پیدا می‌کند.

عضله قلب کاهش می‌یابد. این کاهش خون‌رسانی به عضله قلب باعث درد قفسه سینه می‌شود که شبیه به حمله قلبی است، اما در این عارضه مرگ سلول‌های عضله قلب رخ نمی‌دهد.

• **سوزش سر دل:** گاهی اسید معده به درون مری، لوله‌ای که دهان شما را به معده متصل می‌کند، باز می‌گردد. در این حالت ممکن است دردی حاد، شدید یا سوزنده در قفسه سینه حس کنید، همچنین در دهانتان حس ترشی داشته باشید و دچار گلودرد و سرفه شوید.

ازتین شایع‌تر از حمله‌های قلبی واقعی است و ممکن است در گذر ماه‌ها بدتر شود. البته آنزیمی یا درد قلبی که شدت آن افزایش می‌یابد (آنزین ناپایدار) ممکن است نشانه‌ای از قریب‌الوقوع بودن حمله قلبی باشد.

• **پریکاردیت:** پریکاردیت به معنای التهاب پریکاردیوم تعداد سلول‌های فیل‌ها ۱۰۰ برابر انسان‌هاست و طبعاً باید ۱۰۰ برابر بیش از انسان‌ها در خطر ابتلا به سرطان باشند اما چرا فقط پنج درصد آنها از سرطان می‌میرند؟ تلاش چند دهه‌ای دانشمندان برای حل معمای مقاومت جانانه بزرگ‌ترین و در عین حال یکی از دوست‌داشتنی‌ترین حیوانات روی خشکی مقابل سلول‌های سرطانی امید به مبارزه با سرطان را در دل انسان‌ها زنده کرده است. آن هم در شرایطی که آمار مرگ و میر انسانی از سرطان ۲۵ درصد و درست ۲۰ درصد بیش از فیلهاست.

دکتر جاشوا شیفمن از مدرسه پزشکی دانشگاه یوتا: فیله‌ها می‌توانند سرطان را شکست دهند



دو عاملی است که این حیوان را مقابل سرطان آسیب‌پذیر نشان می‌دهد اما آنها هم مثل نهنگ‌های قطبی که عمری بیش از دو قرن دارند، به شدت با سرطان مبارزه می‌کنند.

دانشمندان با مطالعه بدن حیوان‌های بزرگ و شیوه کارگرد سلول‌ها و ملکول‌های آنها به این نتیجه رسیده‌اند که نوعی "ژن زامبی" در بدن این جانوران وظیفه مبارزه با سلول‌های سرطانی را بر عهده دارد. وقتی DNA آسیب می‌بینند، این ژن‌های مهاجم به وجود می‌آیند تا سلول‌های آسیب‌دیده را با بیرحمی تمام از بین ببرند. به این ترتیب، DNA آسیب‌دیده فرصت نمی‌یابد تغییر شکل بدهد و به تهدید یک سلول سرطانی تبدیل شود.

فیل‌ها و حیوان‌هایی شبیه آنها از جمله گاوهای دریایی نوعی ژن غیرفعال دارند که نسخه‌ای از ژن‌های معمولی و کارکردشان متفاوت با آنهاست. این ژن‌های زامبی یا مهاجم با آسیب دیدن سلول‌ها فعال می‌شوند و وظیفه‌شان از بین بردن سلول‌های آسیب‌دیده است. وینست جی. لینچ، زیست‌شناس دانشگاه شیکاگو می‌گوید: "چند اتفاق باید با هم بیفتد تا سلول‌ها برابر سرطان مقاومت کنند و ما تازه یک بخش از این پازل را در فیل‌ها پیدا کرده‌ایم." شیوه برخورد ژن‌های زامبی با ماجرای جهش سلولی و مقابله با DNAهای آسیب‌دیده در بدن فیل‌ها این امیدواری را در دانشمندان به وجود آورده است که برای مبارزه با سرطان در بدن انسان راهی تازه بیابند. هر چند راهی دراز در پیش است. شاید قدم اول این باشد که آنها ژن زامبی بدن فیل را وارد بدن موش آزمایشگاهی کنند که در مقابل سرطان چندان مقاوم نیست. هر چند تجربه مشابه پیشین نشان داده بود موش‌ها با این اقدام زودتر به سن بلوغ و پیری می‌رسند. ورا گوربونوا، استاد بیولوژی در دانشگاه روجستر که در پژوهشی جداگانه به موضوع مبارزه با سلول‌های سرطانی در بدن انسان‌ها و حیوان‌ها پرداخته است می‌گوید: "من معتقدم ما باید تمام این حیوان‌های مقاوم در برابر سرطان را مطالعه و مناسب‌ترین و آسان‌ترین راهکار را برای آزمایش کردن روی انسان انتخاب کنیم."

خدمات ساختمانی The Best

- ✓ خدمات برقی و لوله‌کشی
- ✓ کف‌سازی و رنگ‌کاری
- ✓ حمام و دستشویی
- ✓ اتمام زیرزمین
- ✓ آشپزخانه

سروش یزدانی

647.721.5004

www.thebestconstruction.ca

سالمندان به علل بیماری‌های متفاوتی ممکن است دچار احساس و ناراحتی در قفسه سینه شوند و علائم ممکن است آنقدر شدید باشد که آنان را به رفتن به بیمارستان مجبور کند.

درد قفسه سینه ممکن است این نگرانی را در شما ایجاد کند که دچار حمله قلبی شده باشید که در آن جریان خون به عضله قلب معمولاً به علت ایجاد لخته در شریان‌های کوچک متوقف می‌شود.

علائم معمول حمله قلبی شامل احساس فشار یا سنگینی بر روی قفسه سینه، سیاهی رفتن چشم‌ها، درد در شانه، بازو، گردن، فک یا پشت است. با این حال حمله قلبی در سالمندان ممکن است با این علائم معمول رخ ندهد.

در سالمندان دچار بیماری‌های دیگر مانند دیابت ممکن است حمله قلبی با علامت کلاسیک درد فشارنده و له‌کننده قفسه سینه بروز نکند. در این گروه سنی ممکن است حمله قلبی با تهوع، استفراغ، تنگی‌نفس یا خستگی بروز کند به طور ناگهانی بروز می‌کند و علت دیگری برای آن یافت نمی‌شود. از طرف دیگر درد قفسه سینه ممکن است ناشی از حمله قلبی نباشد و بیماری‌های دیگری باعث آن شده باشند.

• **برخی از شایع‌ترین علل درد قفسه سینه در سنین بالا اینها هستند:**

• **آنزین (درد قلبی) پایدار:** این عارضه هنگامی رخ می‌دهد که در شریان‌های تنگ‌شده به علت پلاک‌های چربی به آهستگی میزان جریان خون اکسیژن‌دار به

تعداد سلول‌های فیل‌ها ۱۰۰ برابر انسان‌هاست و طبعاً باید ۱۰۰ برابر بیش از انسان‌ها در خطر ابتلا به سرطان باشند اما چرا فقط پنج درصد آنها از سرطان می‌میرند؟ تلاش چند دهه‌ای دانشمندان برای حل معمای مقاومت جانانه بزرگ‌ترین و در عین حال یکی از دوست‌داشتنی‌ترین حیوانات روی خشکی مقابل سلول‌های سرطانی امید به مبارزه با سرطان را در دل انسان‌ها زنده کرده است. آن هم در شرایطی که آمار مرگ و میر انسانی از سرطان ۲۵ درصد و درست ۲۰ درصد بیش از فیلهاست.

بر اساس آنچه پژوهشگران دانشگاه یوتا پس از سال‌ها تحقیق به آن رسیده‌اند، تعداد ژن‌هایی که در فیل‌ها نسبت به خطر سلول‌های سرطانی هشدار می‌دهند، بسیار بیش از انسان‌هاست. همین هشدارها باعث می‌شود بدن فیل‌ها با استفاده از دو شیوه به مقابله با سرطان برخیزد؛ ترمیم سلول‌های آسیب‌دیده یا کشتن و از بین بردن آنها. این حیوان دارای ۲۸ گونه از یک نوع ژن است که از ژن سرکوبگر غده موسوم به پی ۵۳ رمزگشایی می‌کند.

نکته اینجاست که در بدن انسان صرفاً دو نوع از این ژن‌ها وجود دارد و همین ۳۶ گونه بیشتر از ژن سرکوبگر توضیحی است برای اینکه نشان دهد چرا بدن فیل‌ها تا این اندازه مقابل سلول‌های سرطانی مقاوم است. با هر استدلال منطقی و با توجه به تعداد سلول‌ها، بدن هر فیل می‌تواند به مقدار بسیار زیاد سلول سرطانی تولید کند و در طول تاریخ می‌بایست گونه این حیوان تا امروز منقرض و از روی زمین محو می‌شد.

اما دکتر جاشوا شیفمن از مدرسه پزشکی دانشگاه یوتا بر این باور است که تولید انبوه ژن سرکوبگر پی ۵۳ اسلحه پنهان فیل‌ها برای دوام آوردن مقابل سرطان و ماندن در چرخه طبیعت است. این استاد پزشکی کودکان و پژوهشگر موسسه سرطان هانتسمن می‌گوید: "اندازه بدن و طول عمر فیل

فراخوان حمایت از کاندیدهای شورای شهر ریچموند هیل - ۲۰۱۸

انجمن "ریچموند هیل کانکشنز"
Richmondhill Connections

در راستای توسعه امور شهری ریچموند هیل،
قصد حمایت از داوطلبان جوان و فعال و علاقمند
به حوزه امور شهری و اجتماعی و سیاسی کانادا در

انتخابات شورای شهر ریچموند هیل
در اکتبر ۲۰۱۸ دارد.

لطفا علاقمندان با شماره تلفن

۲۸۹-۳۷۹-۹۰۷۰

یا ایمیل

richmondhill.connections@gmail.com

تماس حاصل نمایند.

انجمن "ریچموند هیل کانکشنز" Richmondhill Connections

یک موسسه غیر انتفاعی ثبت شده در انتاریو برای توسعه
مشارکت‌های عمومی در توسعه شهری ریچموند هیل می‌باشد.



سودمندی‌های اندازه‌گیری فشار خون در خانه



فشار خون بالا از جمله بیماری‌هایی است یافتن بهترین دارو یا ترکیبی از داروها با دوز مناسب برای درمان آن مستلزم مقداری آزمون و خطا است. با توجه به اینکه فشار خون بالا شایع خطر حمله قلبی و سکته مغزی را بالا می‌برد، هر چه زودتر بتوانید فشار خونتان را پایین بیاورید و به حد سالم ۱۳۰ روی ۸۰ میلی‌متر جیوه و پایین‌تر برسانید، بهتر است.

شما می‌توانید نتایج را یادداشت کرده و با پزشکتان مطرح کنید. این اطلاعات به دکتر شما کمک می‌کند که نوع داروهایتان و دوزهای آن‌ها را تا زمان ویزیت مطبی بعدی تنظیم کند تا معلوم شود آیا این رژیم درمانی مؤثر هست یا نه.

دستگاه فشار خون خانگی به خصوص برای افرادی سودمند است که به تازگی فشار خون بالایشان تشخیص داده شده است یا هنوز نتوانسته‌اند فشار خونشان را تا حد لازم پایین بیاورند.

اندازه‌گیری فشار خون در خانه می‌تواند به شما کمک کند احساس کنید در روند درمان بیماری‌تان دخیل هستید و بنابراین انگیزه بیشتری به شما بدهد که برای بهبود سلامتتان کوشش کنید؛ اما همه بیماران ممکن است چنین احساسی نداشته باشند.

برخی از افراد از اندازه‌گیری فشار خون در خانه آگاه دارند، چراکه نگران هستند فشار خونشان بیش‌از اندازه بالا باشد؛ اما این اضطراب معمولاً با تداوم اندازه‌گیری خانگی کاهش پیدا می‌کند و فرد احساسی راحت‌تری خواهد کرد.

از مشکلات دیگر اندازه‌گیری خانگی فشار خون می‌توان به "خستگی از درمان" و "فشار زیاد داده‌ها" اشاره کرد.

خستگی از درمان به یادآوری مداوم، که شما بیماری مزمنی دارید، اشاره دارد که می‌تواند باعث فرسودگی افراد شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که مراقبت فشار خون در خانه برای یک هفته در ماه برای کنترل مناسب فشار خون کافی است.

مسئله بعدی این است که آیا بیماران دارای فشار خون بالا می‌توانند همانند افراد دارای دیابت که سال‌هاست پزشکان بر اساس اندازه‌گیری قند خون در خانه اجازه تنظیم دارویشان را به آن‌ها می‌دهند، عمل کنند. کارشناسان می‌گویند درباره فشار خون بالا هنوز زود است به چنین مرحله‌ای وارد شد، اما می‌توانید در این مورد با پزشکتان بحث کنید.

برای مثال اگر در اندازه‌گیری فشار خون در خانه متوجه شدید فشار خونتان خیلی پایین است و چشمانتان سیاهی می‌رود و سرگیجه دارید، می‌توانید از دکترتان بپرسید آیا اجازه می‌دهد دوز داروی ضد فشار خون ادرار آور یا مدر را کاهش دهید یا نه. البته باید دست‌کم در طول یک ماه یا دکترتان تماس بگیرید و نتایج این تغییر را به او اطلاع دهید.



زیتون پرورده

پروین ترابی
کیترینگ کدبانو



مواد لازم:

زیتون بدون هسته: ۵۰۰ گرم
مغز گردو: ۳۰۰ گرم
رب انار: ۲ پیمانه
پودر نعنای خشک: ۱ قاشق غذاخوری
پودر آویشن: ۱ قاشق غذاخوری
آبلیمو: ۲ قاشق غذاخوری
روغن زیتون: ۲ قاشق غذاخوری
دانه انار خشک شده: ۲ قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

به زیتون‌ها اضافه و به خوبی با زیتون‌ها مخلوط کنید. گردو را دو بار چرخ کرده و سپس به زیتون اضافه کنید.
پس از آن نعنای خشک، آویشن خشک، روغن زیتون و دانه انار را اضافه و مواد را باید خیلی خوب مخلوط کنید تا کاملاً یکدست شوند. پس از اینکه مواد را مخلوط کردید درون یخچال قرار دهید تا خنک شوند، سپس به همراه غذاهای اصلی سرو می‌کنیم. اگر بخواهید رنگ زیتون پرورده روشن‌تر شود از گردوی بیشتری باید استفاده کنید.

در صورتی که زیتونی که تهیه کرده‌اید شور یا ترش بود بهتر است آنرا حدود ۱ ساعت درون آب بخیسانید. (اگر بیش از حد در آب بماند طعم اصلی‌اش را از دست می‌دهد) پس از خیساندن زیتون، آنرا آبکشی کنید و در یک ظرف مناسب بریزید. در مرحله بعد رب انار را به همراه آبلیمو



دمپخت سیرنگسی (غذای شیرازی)

مواد لازم:

برنج: ۳ پیمانه
عدس: یک فنجان
نرگسی: ۲ عدد بزرگ (هویج زرد)
پیاز: متوسط یک عدد
شوید تازه خردشده: ۲ قاشق غذاخوری پر
سیر تازه با مقداری از برگ سبز: ۲ شاخه
زردچوبه: یک قاشق چای‌خوری
لفل: یک دوم قاشق چای‌خوری
ادویه: یک دوم قاشق چای‌خوری
نمک: یک دوم قاشق چای‌خوری
دارچین: یک بند
روغن: به میزان لازم

طرز تهیه:

و در روغن تفت دهید سپس سیر را خرد کنید و به مواد اضافه کنید. زردچوبه، فلفل و ادویه را هم اضافه کنید و تفت دهید. شوید، نرگسی و عدس را به مواد داخل قابلمه اضافه کنید. برنج خیس خورده را نیز داخل ظرف بریزید.
در مرحله آخر آب را به اندازه‌ای که روی مواد را بگیرد، اضافه کنید. قابلمه را روی حرارت قرار دهید تا آب آن تمام شود سپس برنج را دم کنید پس از حدود ۴۵ دقیقه دم آماده سرو است.
برای ته دیگ یک عدد نرگسی بزرگ را با کمی نمک و آبغوره و یک عدد تخم مرغ خوب هم زده و باروغن کف قابلمه صاف کنید و بعد دم روی آن بریزید

برنج را در ظرفی بریزید و به مدت یک ساعت همراه کمی نمک خیس کنید.
عدس را پاک کرده، بشویید و در قابلمه‌ای روی حرارت قرار دهید تا پخته شود.
نرگسی‌ها را بشویید و بعد پوست آنها را جدا کنید. آنها را نگینی خرد و بخارپز کنید. در قابلمه‌ای به مقدار لازم روغن بریزید. پیاز را نگینی خرد کنید

ترفند آشپزی هفته

مایونز + جوجه کباب

پنیر پیتزا + فیله سوخاری
معمولاً بچه‌ها علاقه فراوانی به خوردن فیله سوخاری و مرغ کبابی دارند. شما می‌توانید برای بالا بردن کالری و بهبود طعم گوشت‌های سوخاری از کمی پنیر پیتزای رنده شده و آبلیموی تازه استفاده کنید. به این شکل طعم بسیار متفاوت و خوبی به مرغ می‌دهید، آنقدر که از خوردنش سیر نمی‌شوید.

اضافه کردن یک قاشق غذاخوری سس مایونز به مواد جوجه کباب می‌تواند هم طعم جوجه را دلپذیرتر کند و هم بافت آن را نرم‌تر، بنابراین اگر تصمیم به پخت این غذا دارید، کمی سس مایونز قبل از پخت تکه‌های گوشت به آن اضافه کنید.

Kadbanoo Catering
کیترینگ کدبانو

غذاهای ایرانی آماده پذیرایی از شما و نیز مهمانان عزیز شماست

647-466-3845

پکیج‌های اسپیشیال این ماه کدبانو:

<p>۲۰ نفره</p> <ul style="list-style-type: none"> 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 	<p>۳۰ نفره</p> <ul style="list-style-type: none"> 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 	<p>۴۰ نفره</p> <ul style="list-style-type: none"> 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
---	---	---



اسکون پنیری با رزماری

مواد لازم:

آرد نول: ۲۰۰ گرم
مایه خمیر ترش: یک دوم قاشق سوپخوری
خردل (پودر شده): یک و نیم قاشق چای خوری
نمک و فلفل سیاه (پودر شده): به مقدار لازم
کره سرد (مکعبی خرد شده): ۵۰ گرم
پنیر چدار (رنده شده): ۱۰۰ گرم
رزماری (خرد شده): ۲ شاخه
تخم مرغ (همزده شده): ۱ عدد
شیر ولرم (پرچرب): ۱۰۰ میلی لیتر
رزماری تعدادی برای تزیین

طرز تهیه:

فر را از ۱۵ دقیقه قبل، روی حرارت ۲۰۰ تا ۲۲۰ درجه سانتیگراد تنظیم و گرم کنید؛ در ظرفی، آرد، مایه خمیر، پودر خردل و مقداری نمک و فلفل بریزید و مخلوط کنید. کره را به آن اضافه کنید و با نوک انگشتان مواد را کاملاً مخلوط کنید سپس نیمی از پنیر و رزماری را به آن بیافزایید و کاملاً با یکدیگر مخلوط کنید؛ در ظرفی جداگانه، تخم مرغ و شیر را بریزید و با همزن دستی هم بزنید؛ در وسط مخلوط آرد، یک گودی ایجاد کنید و تمام مخلوط شیر به غیر از یک قاشق چایخوری را در آن بریزید و با دست ورز دهید تا خمیر نرم



تا سفت شود.

فلفل دلمه‌ای و پیاز خرد شده و ژامبون را در گوشه تخم مرغ‌ها می‌ریزیم و روی آن را با پنیر چدار رنده شده می‌پوشانیم و نیمه دیگر تخم مرغ‌ها را روی آنها بر می‌گردانیم. درب تابه را می‌گذاریم برای چند دقیقه تا پنیر آب شود. در نهایت در ظرف مورد نظر سرو می‌کنیم.

املت دنور

مواد لازم:

روغن زیتون: ۱ قاشق غذا خوری
پیاز خرد شده: ۱/۴ فنجان
فلفل دلمه‌ای قرمز خرد شده: ۱/۴ فنجان
فلفل دلمه‌ای سبز خرد شده: ۱/۴ فنجان
کره: ۱ قاشق غذاخوری
تخم مرغ: ۲ عدد
نمک و فلفل: به میزان لازم
کالیباس خرد شده: ۱/۴ فنجان
پنیر چدار: ۱۰۰ گرم
شیر: ۱/۲ فنجان

طرز تهیه:

فلفل دلمه‌ای و پیاز خرد شده و ژامبون‌ها را با روغن زیتون کمی تفت می‌دهیم تا نرم شود. تخم مرغ‌ها را در یک کاسه خوب هم می‌زنیم به همراه شیر و نمک و فلفل تا یک مایه یک دست شود. کف ماهی تابه را چرب کرده وقتی کره داغ شد نیمی از مایه تخم مرغ‌ها را کف آن می‌ریزیم

و یکدستی حاصل شود سپس خمیر را درون کیسه نایلونی قرار دهید و به مدت ۳۰ دقیقه استراحت دهید؛

خمیر را با وردنه، به شکل مستطیل به ابعاد ۲۵ در ۱۰ و به قطر ۳ سانتیمتر، روی سطح آردپاشی شده باز کنید سپس خمیر را به شکل مثلث برش دهید و روی سینی فر آردپاشی شده قرار دهید.

به وسیله قلم موی مخصوص آشپزی، مخلوط شیر باقیمانده را روی آنها بمالید سپس پنیر باقیمانده را روی آنها پخش کنید و روی هر کدام یک شاخه رزماری بگذارید؛

اسکون‌ها را به مدت ۱۲ تا ۱۴ دقیقه در طبقه وسط فر گرم شده، قرار دهید تا بپزند، طلایی رنگ شوند و کاملاً پف کنند. اسکون‌های پنیری را با رزماری تزیین و به صورت گرم سرو کنید.



سس رولت: طبق دستور

روغن مایع (مخصوص سرخ کردن): به مقدار لازم
خلال پسته (تفت داده شده): مقداری برای تزیین

زرشک (شسته، آبکش و تفت داده شده): مقدار برای تزیین

طرز تهیه:

در ظرفی، گوشت چرخ کرده را به همراه نمک ورز دهید تا حالت چسبندگی پیدا کند. تخم مرغ، فلفل، پیاز، تخم گشنیز، زردچوبه و مغز نان باگت را به آن اضافه کنید و ورز دهید تا کاملاً با یکدیگر مخلوط شوند سپس روی آن را با سلفون بپوشانید و به مدت یک ساعت در یخچال استراحت دهید. پس از این مدت، گوشت را بین دو لایه کیسه نایلونی قرار دهید و به وسیله وردنه آن را به ضخامت یک سانتیمتر باز کنید؛ زرشک را به همراه گشنیز، جعفری و گردو روی گوشت پخش کنید سپس گوشت را از عرض رول کنید و به مدت ۳۰ دقیقه دیگر در یخچال قرار دهید. در این فاصله سس رولت را آماده کنید؛

پس از این مدت، رول گوشت را از یخچال خارج کنید و در تابه ای حاوی روغن داغ، روی حرارت ملایم، از هر طرف سرخ کنید سپس سس رولت را به تابه اضافه کنید. در تابه را بگذارید و حرارت را ملایم کنید تا گوشت به مدت ۴۵ دقیقه بپزد. پس از این مدت، رولت گوشت را با خلال پسته و زرشک تزیین و سرو کنید.

نکته: قسمت سر و ریشه پیاز را با چاقو جدا کنید؛ چاقو را زیر لایه اول پوست پیاز قرار دهید



کباب چنجه

مواد لازم:

پیاز: ۲ عدد
لیمو: ۳ عدد
ماست: ۲۵۰ گرم
نمک و فلفل سیاه: به اندازه کافی
روغن زیتون: ۳ قاشق غذاخوری
فلفل دلمه‌ای: به اندازه کافی
گوشت ران یا فیله گوسفند: یک کیلوگرم
دنبه گوسفند: به میزان لازم

طرز تهیه:

نکته مهم در تهیه کباب چنجه اندازه برش‌های گوشت است، ابتدا گوشت را با دقت به قطعات دو سانتی متری برش می‌زنیم. این کار باعث می‌شود که کباب چنجه یکسان و همزمان کباب شود. پیاز را با رنده ریز رنده می‌کنیم و آبش را می‌گیریم و داخل یک ظرف مناسب می‌ریزیم. سپس ماست را داخل ظرف می‌ریزیم. آب لیموها را می‌گیریم و به ظرف اضافه می‌کنیم. نمک، فلفل و روغن زیتون را به ظرف اضافه می‌کنیم و خوب مواد را مخلوط می‌کنیم.

حالا قطعات گوشت را در مواد می‌خوابانیم و روی ظرف را سلفون می‌کشیم و داخل یخچال قرار می‌دهیم. برای اینکه گوشت طعم دار و نرم شود حداقل ۱۲ ساعت گوشت باید در یخچال قرار داشته باشد. بعد از خارج کردن گوشت‌ها از یخچال و آماده کردن برای سیخ کردن، با پشت

کارد روی گوشت‌ها می‌زنیم تا کمی تخت شوند، سپس شروع به سیخ کردن گوشت‌ها می‌کنیم. بعد از سیخ کردن هر تکه گوشت مقدار کمی دنبه سیخ می‌کنیم تا از سوختن کباب چنجه جلوگیری کند. اگر می‌خواهید کباب چنجه خوش طعم‌تری داشته باشید می‌توانید بین گوشت‌ها فلفل هم سیخ کنید. اگر می‌خواهید کباب چنجه خشک نشود، باید حرارت ذغال‌ها بسیار ملایم باشد. کباب را زیاد خشک نکنید هرچه آبدارتر باشه خوشمزه‌تره. می‌توانید در کنار کباب چنجه مثل کباب کوبیده و جوجه کباب چند سیخ جوجه کبابی هم آماده نمایید و با برنج سرو کنید. برای تزیین کباب می‌توانید از پیاز حلقه شده و گوجه و فلفل کبابی استفاده نمایید. هر چه دمیه بین کباب چنجه بیشتر باشد کباب چرب‌تر و نرم‌تر خواهد شد.

تخم مرغ: ۱ عدد

پیاز (رنده و آبگرفته شده): ۱ عدد

تخم گشنیز (پودر شده): ۱ قاشق چایخوری

زردچوبه (پودر شده): ۱ قاشق چایخوری

مغز نان باگت: حدود ۵۰ گرم

زرشک (شسته و آبکش شده): ۲۰ گرم

گشنیز (پاک و خرد شده): ۲۰ گرم

جعفری: ۲۰ گرم

مغز گردو (خرد شده): ۳۰ گرم

رولت گوشت و زرشک

مواد لازم:

گوشت چرخ کرده: (مخلوط گوسفند و گوساله) ۶۰۰ گرم
نمک و دانه فلفل سیاه: به مقدار لازم

و پوست پیاز را تا قسمت پایین پیاز برش دهید و جدا کنید. سپس پیاز را رنده کنید و با تنظیف آب اضافی آن را بگیرید.

* در تابه‌ای حاوی روغن داغ، روی حرارت ملایم، خلال پسته و زرشک را به مدت ۱ تا ۲ دقیقه تفت دهید.

سس رولت:

در تابه ای یک عدد پیاز را تفت دهید تا طلایی رنگ شود. در تابه‌ای گود حاوی روغن داغ، ۳ قاشق سوپ خوری رب گوجه فرنگی را تفت دهید تا خوش رنگ شود سپس پیاز داغ و یک حبه سیر را به آن اضافه کنید و تفت دهید ۲۰ میلی لیتر آب لیموترش تازه و ۳ قاشق سوپ خوری زعفران مقداری نمک و دانه فلفل سیاه و هم بزنید تا سس غلیظ شود. در صورت تمایل می‌توانید به هنگام سرو، سس را با گوشت کوب برقی کاملاً پوره کنید.

محققان دانشگاه گلف کانادا:

مصرف شیر در وعده صبحانه موجب کاهش قند خون می شود



نوشیدن شیر در وعده صبحانه بهترین راه تقویت انرژی موردنیاز بدن در طول روز است. مطالعه جدید محققان دانشگاه گلف کانادا نشان می دهد شیر دارای توانایی کاهش میزان گلوکز خون است. "داگلاس گاف"، سرپرست تیم تحقیق، تأثیرات مصرف شیر حاوی میزان بالا پروتئین را در وعده صبحانه بر میزان گلوکز خون بررسی کردند و دریافتند مصرف شیر در وعده صبحانه موجب کاهش غلظت گلوکز خون بعد از صرف ناهار می شود و لبنیات با میزان پروتئین بالا در مقایسه با لبنیات با میزان پروتئین عادی بیشتر موجب کاهش غلظت گلوکز خون بعد از صرف ناهار می شود. دکتر گاف در ادامه می افزاید: "بیماری های متابولیکی نظیر دیابت نوع ۲ و چاقی در جهان در حال افزایش هستند. از این رو باید در تلاش برای توسعه شیوه های رژیم غذایی برای کاهش ریسک و مدیریت چاقی و دیابت بود." متخصصان تغذیه همواره بر اهمیت صرف یک صبحانه سالم تأکید می کنند و این مطالعه مصرف کنندگان را به گنجاندن شیر در رژیم غذایی روزانه شان و بخصوص در وعده صبحانه تشویق می کند.

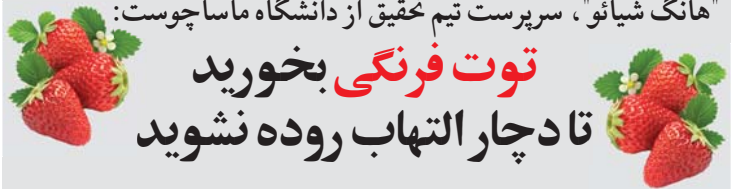
محققان دانشگاه هاروارد:

مصرف متعادل کربوهیدرات ها موجب افزایش طول عمر می شود



محققان دانشگاه هاروارد در یک مطالعه بیش از ۱۵ هزار نفر را در آمریکا به مدت ۲۵ سال تحت نظر داشتند و دریافتند رژیم های غذایی کم کربوهیدرات (کمتر از ۴۰ درصد کالری) و رژیم های غذایی با کربوهیدرات بالا (بیش از ۷۰ درصد کالری) با افزایش ریسک مرگ زودهنگام مرتبط بودند. آنها دریافتند مصرف به اندازه و متعادل کربوهیدرات ها (۵۰ تا ۵۵ درصد کالری) با کمترین ریسک مرگ زودهنگام مرتبط است. طبق برآورد محققان، از سن ۵۰ سال به بعد، افرادی که رژیم غذایی با میزان متوسط کربوهیدرات را دارند ۳۳ سال دیگر هم زنده می مانند. آنها همچنین داده های مربوط به بیش از ۴۳۲ هزار نفر از بیش از ۲۰ کشور دنیا را بررسی کردند و دریافتند افراد دارای رژیم غذایی حاوی میزان زیاد و کم کربوهیدرات در مقایسه با افراد دارای رژیم غذایی با میزان متوسط کربوهیدرات، میانگین سنی کوتاه تری داشتند. مهم ترین منابع کربوهیدرات ها شامل: برنج قهوه ای، جو دوسر، آرد کامل گندم، حبوبات، مغزیجات آجیلی، میوه هایی نظیر سیب، موز و هندوانه، سبزیجاتی نظیر سیب زمینی، هویج، و چغندر هستند.

"هانگ شیائو"، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه ماساچوست:



توت فرنگی بخورید تا دچار التهاب روده نشوید

محققان دریافتند یک تغییر ساده در رژیم غذایی می تواند التهاب در روده ها را تسکین داده و موجب بهبود سلامت روده ها شود. "هانگ شیائو"، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه ماساچوست، در این زمینه می گوید: "سبک زندگی بی تحرک و عادات غذایی نامناسب از جمله رژیم های غذایی پرچربی حیوانی و کم فیبر، می تواند منجر به التهاب روده شده و ریسک ابتلا به این بیماری را افزایش دهد." در این مطالعه، موش ها به چهار گروه تقسیم شدند: گروه موش های سالم با رژیم غذایی عادی؛ گروه موش های مبتلا به التهاب روده با رژیم غذایی عادی؛ گروه موش های مبتلا به التهاب روده با رژیم غذایی

آلو دارای خواص نجات بخش در رهایی از بیماری هاست

میوه ها دارای خواص طبیعی نجات بخش برای بدن در رهایی از انواع مشکلات سلامت هستند. در مورد افراد مبتلا به آسم یا افراد مبتلا به آرتروز، آلو باید بخش اصلی رژیم غذایی شان باشد. علاوه مصرف آلو به بدن در مقابله با سکنه گرمایی و سرطان کمک کرده و از آنجائی که سرشار از آنتی اکسیدان هاست، سرعت روند پیری را با آزاد کردن رادیکال های آزاد کاهش می دهد. آلو بسیار برای سلامت چشم ها مفید است، چراکه زاکسانتین، نوعی کاروتنوئید مهم موجود در آلو، به جذب انتخابی نور در شبکیه چشم کمک کرده و عملکردهای فیلترینگ نور UV را تقویت می کند. آلو به درمان اختلالات گوارشی کمک می کند، سلامت قلب و عروق را افزایش می دهد، با سلول های سرطانی مقابله می کند، میزان کلسترول خوب و سالم بدن را افزایش می دهد و به کاهش وزن کمک می کند. علاوه آلو منبع ویتامین C است و به بدن در مقابله با التهاب کمک کرده و با کمک به بدن در آزادسازی رادیکال های آزاد، همچون یک عامل فعال ضد پیری عمل می کند.



● آیا میدانید طراحی و ساخت بازیهای کامپیوتری چهارمین شغل پر درآمد در جهان است ● آموزش معماری سه بعدی و رندرینگ ●

Game Design

Organic Modelling

Low-Poly Modelling

● آموزش آکادمیک فیلمنامه و سینما توگرافی انیمیشن ● چگونه تصویرگری کتاب کودک را بصورت دیجیتالی یاد بگیریم ● با هم چیزی

مواد مغذی ضروری برای زنان در سنین مختلف

زودبختی و سایر مشکلات سلامت نظیر بیماری‌های مزمن ربوی، بیماری‌های تنفسی و غیره منجر می‌شوند. مواد خوراکی سرشار از اسیدچرب امگا ۳ شامل ماهی سالمون، گردو، دانه کتان، ساردین، دانه چیا و سویا است.



کلسیم برای حفظ سلامت استخوان‌ها، مصرف کلسیم ضروری است. زنان با افزایش سن با کمبود کلسیم مواجه می‌شوند. زنان باید برای غلبه بر این مشکل ویتامین D همراه با مواد خوراکی سرشار از کلسیم مصرف کنند.

ویتامین B12

توانایی بدن زنان در جذب انواع مختلف ویتامین‌های مهم با افزایش سن کاهش می‌یابد. از اینرو زنان مسن باید مواد خوراکی سرشار از ویتامین B12 مصرف کنند. این مواد خوراکی شامل ماهی سالمون، ماهی تن، حلزون، غلات، تخم مرغ، شیر و پنیر است.

زنان باید تمام انواع میوه و سبزیجات را در رژیم غذایی‌شان بگنجانند تا با مشکلات مرتبط با سلامت مواجه نشوند. در اینجا به مواد مغذی مورد نیاز زنان در سنین مختلف اشاره می‌شود.

آهن

بعد از شروع هر بار عادت ماهانه، زنان آهن زیادی را در هر ماه از دست می‌دهند. فقدان آهن منجر به کم خونی می‌شود. برخی مواد خوراکی نظیر بادام هندی، سبزیجات پرپرگ، عدس، لوبیا، ماهی تن و غلات کامل سرشار از آهن هستند.

پروتئین کم چرب

پروتئین‌ها به بهبود سلامت قلب و همچنین افزایش میزان انرژی فرد کمک می‌کنند. برخی مواد خوراکی سرشار از پروتئین‌های کم چرب هستند نظیر ماست، گوشت، شیر، محصولات لبنی کم چرب و سویا.

اسیدهای چرب امگا ۳

اسیدهای چرب امگا ۳ به کاهش ریسک زایمان

سازمان بهداشت جهانی:

در هفته یک یا دوبار ماهی مصرف کنید

سازمان بهداشت جهانی مصرف ۱ تا ۲ وعده روغن ماهی در هفته را توصیه می‌کند چراکه اسیدهای چرب امگا ۳ موجود در ماهی فواید متعددی برای سلامت دارند.

به تقویت بینایی کمک می‌کند: مطالعات

نشان داده‌اند افرادی که از دوره کودکی به قدر کافی امگا ۳ دریافت نکرده باشند با ریسک بیشتر بیماری چشمی روبرو هستند. همچنین با افزایش سن، میزان بینایی کاهش می‌یابد که منجر به

"دژنراسیون ماکولا" ناشی از سن می‌شود. سلامت مغز را بهبود می‌بخشد: یکی از شایع‌ترین فواید روغن ماهی از منظر عموم، توانایی آن در تقویت سلامت مغز است. روغن ماهی از بیماری آلزایمر پیشگیری می‌کند و مطالعات و تحقیقات زیادی نشان داده‌اند افرادی که ماهی می‌خورند با روند کندتر کاهش عملکرد مغزشان در دوره سالمندی مواجه هستند.

سازمان بهداشت جهانی مصرف ۱ تا ۲ وعده روغن ماهی در هفته را توصیه می‌کند چراکه اسیدهای چرب امگا ۳ موجود در ماهی فواید متعددی برای سلامت دارند.

در اینجا به پنج فایده اصلی روغن ماهی اشاره می‌کنیم: **برای سلامت قلب مفید است:** اسیدهای چرب امگا ۳ با افزایش HDL (کلسترول خوب) و کاهش میزان اسیدهای چرب کبد، روند سنتز اسیدچرب را کند کرده و مانع از آتروماتوزهای تولیدکننده تری‌گلیسرید در خون می‌شوند.

به کاهش التهاب کمک می‌کند: روغن ماهی می‌تواند به درمان بیماری‌های دارای التهاب مزمن نظیر چاقی، دیابت و افسردگی کمک کند. روغن ماهی به شکل چشمگیری موجب کاهش درد مفاصل، سستی ماهیچه‌ها و نیاز دارویی در افراد مبتلا به آرتروز می‌شود.

به کاهش وزن کمک می‌کند: روغن ماهی از طریق فعال سازی پروتئینی موسوم به UCP1، چربی



توسط محققان سنگاپوری؛

از تفاله سویا نوشیدنی مفید تولید شد

که باعث می‌شود مفای قابل قبول برای انسان داشته باشد. از جمله مواد مفید در این نوشیدنی که بر عملکرد روده انسان تاثیر مثبت دارند، می‌توان به حدود یک میلیارد باکتری پروبیوتیک، مقدار زیادی ایزوفلاون آزاد (آنتی‌اکسیدانی طبیعی و مفید برای قلب)، فیبر رژیمی و برخی امینواسیدها اشاره کرد.



محققان در سنگاپور موفق به تولید یک نوشیدنی سودمند از ماده‌ای به نام اوکارا شده‌اند.

تولید شیر و توفو (پنیر لوبیا) از گیاه سویا امر تازه‌ای نیست، اما امکان استخراج یک مایع خمیر مانند دیگر از سویا به نام اوکارا نیز وجود دارد که خواص فراوانی دارد.

اوکارا اگر چه ماده‌ای غنی و مغذی است، اما از آنجا که بوی ماهی داده و بافت زمختی دارد، معمولاً دور ریخته می‌شود. حال، دانشمندان فرایندی را برای تبدیل اوکارا به یک نوشیدنی خوشمزه سالم و پروبیوتیک ابداع کرده‌اند.

پژوهشگران سنگاپوری در دانشگاه ملی این کشور می‌گویند روشی را برای تخمیر اوکارا ابداع کرده‌اند

تهیه این نوشیدنی به یک روز و نیم زمان نیاز دارد و می‌توان آن را به مدت شش هفته در هوای آزاد نگهداری کرد بدون آن که نگرانی بابت خراب شدن آن وجود داشته باشد. این در حالی است که دیگر مواد پروبیوتیک حتماً باید در یخچال نگهداری شوند و حداکثر عمر مفید آنها چهار هفته است.

محققان موسسه تکنولوژی جورجیا:

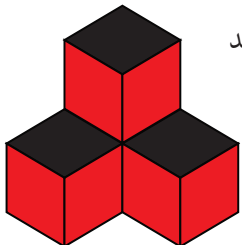
کم آبی بدن به مغز آسیب می‌رساند

محققان موسسه تکنولوژی جورجیا در مطالعه‌ای دریافتند گرمای شدید به عملکرد افراد شرکت کننده در تست آسیب می‌رساند، اما صدمه ناشی از کمبود آب، حدود دو برابر بیشتر است. "میندی میلارد استافورد"، پژوهشگر ارشد مطالعه، در این باره می‌گوید: "ما در این مطالعه به بررسی این مسئله پرداختیم که آیا ورزش و استرس گرمایی به تنهایی بر عملکرد شناختی مغز تاثیر دارند و تاثیر کم آبی را مورد مطالعه قرار دادیم."



در آزمایشات، زمانی که شرکت کنندگان ورزش کرده، عرق کردند و آب نوشیدند، فضاهای مملو از مایع موسوم به حفره در مرکز مغز منقبض شدند. اما در حالت فعالیت زیاد فیزیکی همراه کم آبی بدن، این حفره‌ها معکوس عمل کرده و بزرگ شدند. محققان دریافتند در واکنش به سیگنال کم آبی بدن، نواحی از مغز که الزامی به دخالت در انجام مهارت ندارند وارد عمل شده و فعالیت‌شان تشدید می‌شود و همین مسئله موجب دشواری عملکرد مغز در انجام مهارت‌های عادی می‌شود.

همیشه برای یک گرافیکست یا طراح صفحات وب یک کار خوب هست. اگر بصورت درست و کاربردی آموزش دیده باشید



Pixelman
Education



Infographic



Rendering



Motion Graphics

Animation

WWW.PIXELMAN.CA | Tel: 416-879-7010

یاد بگیریم که کمتر کسی آن را میداند

نقطه تسلیم

شهره و کیلی

۵۲

پدرم در حالی که پیدا بود هیجان دارد پرسید: "آقا زاده‌ها کجا هستند؟" آقای میرفندرسکی جواب داد: "امشب به یک پارتی دعوت داشتند و گرنه برای عرض ادب خدمت می‌رسیدند."

چشمم به پدرم بود. دیدم مثل یخ وا رفت. همه آنچه را که برای خودش بریده و دوخته بود نقش بر آب می‌دید. حالش دگرگون شده بود. می‌دانستم او هم مثل من سرریز این سوال است که "پس چرا امشب ما را دعوت کردید؟" پدرم با یک سوال اوج کنجکاویش را نشان داد: "حتما دعوت غیرمنتظره و بدون برنامه قبلی صورت گرفته!" خانم میرفندرسکی در جواب او گفت: "خیر، از دو هفته پیش دعوت شده بودند. پارتی خیلی مفصلی است."

از اینکه پدرم خیط شده بود خوشحال بودم. او نمی‌بایست من و خودش را آنقدر کوچک می‌کرد و به اینجا می‌آمدیم. هر دو حال بدی را می‌گذرانیدیم که صدای زنگ در بلند شد. با شنیدن صدای زنگ آقا و خانم میرفندرسکی مثل فتر از جا پریدند و به طرف در سالن رفتند. من و پدرم تنها ماندیم. هیچ حرفی برای گفتن نداشتیم. نیم‌نگاهی به چهره‌اش انداختم. حالت و رشک‌سنگان به تقصیر را داشت. دلم خنک شده بود. هر کدام غرق افکار خودمان بودیم که در تالار باز شد، خانم و آقای میرفندرسکی که به استقبال رفته بودند، با دکتر شاهکار به سالن بازگشتند.

من و پدرم از جا بلند شدیم و به احترام ایستادیم. در یک لحظه از اینکه او را تنها و بدون طلا می‌دیدم خدا را شکر کردم او با پدر دست داد و سپس دست مرا گرفت و جلوی چشم دیگران بوسید. صورتم آتش گرفته بود و قلبم به تخت سینام می‌کوبید. با آمدن او اوضاع کاملا عوض شد و گفتگوها به مسیری دیگر افتاد او و پدرم شروع کردند از دانشگاه و مسائل علمی صحبت کردن و من فراموش شدم. وقتی بحث خیلی گرم و مردانه شد خانم میرفندرسکی با کمال بی‌رحمی مرا تنها گذاشت و با ادای این جمله رفت: "ببخشید چند دقیقه دیگر بر می‌گردم." من بیچاره ماندم و آن سه مرد و یک مشت گفتگوهایی که نه از آن سر در می‌آورد و نه علاقه داشتم. با این حال چنان محو تماشای دکتر شاهکار بودم که یادم رفته بود در آن جمع تنها هستم. بخصوص که گهگاه نگاهش به چهره‌ام دوخته می‌شد و وقتی نگاهمان با

او با خوشحالی به سوی دیگر سالن اشاره کرد و پیانو را نشان داد و گفت: "پس امشب هنرنمایی شما را می‌بینیم." سپس خطاب به شوهرش که با پدرم گرم صحبت بود گفت: "امشب یگانه جان برایمان پیانو می‌زند." چشمم به پدرم افتاد چنان مفتخر بود که تمام اعضای صورتش می‌خندید. با لحنی مغرور گفت: "در ضمن یگانه هم انگلیسی می‌داند هم ایتالیایی." آقای میرفندرسکی با تحسین براندازم کرد و گفت: "چطور ایتالیایی؟" فهمیدم وقتی من و همسرش صحبت می‌کردیم او حواسش به ما نبوده. به جای من پدرم جواب داد: "بچه‌ها را در تهران گذاشته بودم مدرسه ایتالیایی‌ها."

به به! پس چرا همانجا به تحصیلشان ادامه ندادند؟ پدرم با من گفت: "دلیلش مفصل است." پدرم کسر شانش بود که بگوید از همسرش جدا شده. حرف‌ها از همین دست ادامه داشت و من هر لحظه فکر می‌کردم پسرهای آنها به جمع‌مان خواهند پیوست، ولی از آنها خبری نبود. این حالت انتظار را در پدرم هم می‌دیدم. حدود یک ساعت از ورود ما گذشته و جز پذیرایی و همین حرف‌های معمولی هیچ اتفاق دیگری نیفتاده بود. از چند لحظه فرصت مناسبی که پیشش آمد استفاده کرده با حرکت لب به پدرم گفتم: "دیگر برویم." اما او هنوز عکس‌العملی نشان نداده بود که پیش خدمت لای در تالار را باز کرد و خطاب به میرفندرسکی گفت: "آقای دکتر شاهکار تلفن کردند و گفتند اگر دیر شده معذرت می‌خواهند تا یک ربع دیگر می‌رسند."

از شنیدن نام دکتر شاهکار تکان خوردم. دیدم پدرم هم به به اندازه من غافلگیر شده. در درونم غوغا شده بود و دیگر نمی‌گذاشت صحبت‌ها را درست بشنوم. پدرم پرسید: "مگر ایشان هم قرار بود امشب تشریف بیاورند؟" دیگر چیزی نشنیدم. در دل خدا را شکر کردم که لباس و سر و وضع مناسب است. یک لحظه به زبانم آمد ببرسم استاندار و خانواده‌اش هم می‌آیند؟ اما انگار از خواب پریدم و به هوش آمدم و چیزی نگفتم. حال عوض شده بود. نمی‌دانستم چه حالی دارم. خوشحال بودم یا غمگین! از ذهنم گذشت: "اگر با طلا بیاید دق می‌کنم."



هم تلاقی می‌کرد، لبخندی دلنشین می‌زد و قلب من فرو می‌ریخت. دیگر نه احساس خستگی و کسالت می‌کردم نه تنهایی.

حدود نیم ساعت بعد خدمتکار آمد و اعلام کرد که شام حاضر است. آقای میرفندرسکی از جا بلند شد و با دست تعارف کرد: "بفرمایید تشریف

ببرید سالن غذا خوری." با گفته او دکتر شاهکار و پدرم از جا بلند شدند. من هم به تبعیت از آنها ایستادم. آن وقت دکتر شاهکار با دست به من اشاره کرد که جلو بیفتم. نگاهی به پدرم انداختم. او لبخندی تحویلیم داد که معنی‌اش را نفهمیدم.

خلاصه من جلو افتادم و سعی می‌کردم آرام قدم بردارم که هم گامشان باشم. تا به سالن غذاخوری برسیم مردم و زنده شدم. خوشبختانه خانم میرفندرسکی در آنجا انتظارمان را می‌کشید. سر میز که رسیدیم، دکتر یک صندلی را عقب کشید و مرا به نشستن دعوت کرد و خودش در صندلی روبرویم قرار گرفت. وقتی نزدیکم بود از بوی عطر دلواپزش، هوش از سرم رفت.

او طوری با من رفتار می‌کرد که یک لحظه از ذهنم گذشت: "چیزی از طلا کم ندارم." با این فکر اعتماد به نفسم بیستر شد. از زیر چشم به غذا خوردنش توجه داشتم. خیلی با آداب غذا می‌خورد عین همان که در مدرسه ایتالیایی‌ها به ما یاد داده بودند. وقتی مشروب سرو کردند، او با لحنی دل‌انگیز از من پرسید: "عزیزم شما مشروب می‌نوشید؟" از شنیدن کلمه "عزیزم" جلوی پدرم انقدر خجالت کشیدم که می‌خواستم زمین دهان باز کند و مرا ببلعد. در جوابش آهسته گفتم: "خیر، متشکرم." آن وقت او گیلاسش را بلند کرد و گفت: "پس به سلامتی دوشیزه یگانه." یک لحظه خشکم زد. بی اختیار به پدرم نگاه کردم، سرخوش و مغرور گیلاسی را به دست گرفته بود و به لب نزدیک می‌کرد.

سروش را به علامت تحسین تکان داد و گفت: "به سلامتی دکتر شاهکار!" غذا خوردن و گپ زدن سرمیز بیش از یک ساعت طول کشید خیلی دیر شده بود اما برعکس شب‌های دیگر نه خوابم می‌آمد و نه دیگر احساس خستگی می‌کردم.

کم‌کم صحبت‌های خودمانی و سر سوالات باز شد. دکتر در یک فرصت غافلگیرانه از پدرم پرسید: "چرا خانم همراهتان نیستند؟"

پدرم که پیدا بود اصلا انتظار شنیدن چنین سوال خصوصی را نداشت، لحظاتی سکوت کرد و بعد با اندکی دلخوری که من متوجهش شدم گفت: "من به جز یگانه دو دختر دیگر هم دارم. نمی‌توانستیم تنه‌ایشان بگذاریم." تا اینجای قضیه نسبتا خوب گذشته بود حالا دیگر دلم می‌خواست پدرم هم همین سوال را از او بکند و اتفاقا او این کار را کرد متقابلا پرسید: "شما چطور بدون خانم تشریف آوردید؟" دکتر برخلاف پدرم ساده و راحت گفت: "خانم و بچه‌ها در آلمان زندگی می‌کنند. خانم آلمانی هستند. ما تصمیم گرفته‌ایم دور از هم زندگی کنیم. من ایران را دوست دارم و او هم آلمان را. هیچ کدامان نتوانستیم به نفع دیگری از وطنمان چشم ببوشیم. این طوری هم من راحت‌ترم، هم او و هم بچه‌ها."

پدرم بلافاصله سوال بعدی را مطرح کرد: "بچه‌ها بزرگ هستند؟"

- بله فرزند اولم حدود سی سال دارد. دخترم هم بیست و پنج ساله است

\$69

Per Month

شنبه هر هفته همراه با

- کتاب آموزشی رایگان
- لوازم تحریر رایگان
- تغذیه سالم رایگان

مدرسه فارسی بچه‌های ایران

در قلب ریچموند هیل

RWS Farsi Credit Courses

Grades 9-10-11-12

University Level

امکانات برتر

آموزش بهتر

کلاسهای کم جمعیت

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

با په این منجلا بگذار تا گردن فرو می‌رود. همان‌طور که گفتیم علاقات را بگذار روی پیانو. بعد هم طوری که نفهمیدم مرا مورد خطاب قرار داد یا خودش را گفت: "نفهمیدم میهمانی امشب به چه مناسبتی بود!" در دلم جوابش را دادم: "به هر مناسبتی بود، به آن مناسبتی که شما آرزو داشتید نبود. خانواده می‌فرستد مرا برای پسرشان در نظر نگرفته‌اند!"

وقتی به خانه رسیدیم دیگر چیزی به صبح نمانده بود و من مژه بر هم نزنم، نه احساس خستگی می‌کردم، نه خواب! فقط به دکتر و حرف‌ها و حرکتش فکر می‌کردم و هر بار به یاد دستش که روی شانهم گذاشته بود می‌افتم، دلم فرو می‌ریخت و غرق در لذت می‌شدم. دلم می‌خواست هر چه زودتر صبح بشود و به مدرسه بروم و پز میهمانی دیشب را بدهم. اما یاد سفارش پدرم می‌افتمم و اگر چه آرزوی گفتنش را داشتم، ولی نه فردا و نه روزهای دیگر از آن میهمانی حرفی نزنم.

معمای میهمانی آن شب چند روز بعد با تلفن خانم می‌فرندرسکی به پدرم حل شد. او به پدرم گفته بود: "دکتر شاهکار توسط من بازن دختر شما خواستگاری کرده." و اضافه کرده بود که آن شب دکتر کیفش را در خانه آنها جا گذاشته و فردا که می‌فرندرسکی به او تلفن کرده و گفته بود نگران کیف نباشد و کیف در خانه آنها جا مانده، دکتر در جوابش گفته بود: "هم کیفم جا مانده، هم قلبم." بعد هم توضیح داده بود که میهمانی آن شب به پیشنهاد خود دکتر شاهکار بوده. همان شب میهمانی مفصلی که من و پدرم هم در آن حضور داشتیم، در یک فرصت مناسب به خانم می‌فرندرسکی گفته بود: "این دومین بار است که دختر آقای آریایی را می‌بینم. دلم می‌خواهد از نزدیک ببینمش. آیا پدرش او را شوهر می‌دهد؟" خانم می‌فرندرسکی هم گفته بود: "هر وقت آمادگی داشتید بفرمایید من به طور خصوصی دعوتشان می‌کنم اینجا تا بیشتر با هم آشنا شوید."

پرتو نمی‌دانی پدرم با چه شعفی این خبر را به من داد. او که سعی می‌کرد همچنان سنگین و باوقار و پراپرت باشد، پس از تلفن خانم می‌فرندرسکی، موقعی که من مشغول انجام تکالیف مدرسه بودم، به اتاقم آمد و گفت: "یگانه، آمادگی داری با صحبتی با تو داشته باشم؟"

من که از همه جا بی‌خبر بودم و فقط صدای پدرم را در تماس تلفنی با خانم می‌فرندرسکی شنیده بودم، خیال کردم او در ارتباط با یک مسئله حقوقی با پدرم صحبت می‌کند. باور نمی‌کردم تلفنش ربطی به حضور پدرم در اتاق من داشته باشد، نگرانم گفتم: "بله، آمادگی دارم، چه شده؟ خانم به شما حرفی زده؟"

پدرم تسمی کرد و گفت: "نه، مسئله به خانم مارال مربوط نمی‌شود." دلم آرام گرفت و منتظر شدم حرفش را بزند. او ادامه داد: "صریح می‌گویم، میهمانی منزل آقای می‌فرندرسکی برای آشنایی بیشتر ما با دکتر شاهکار بوده."

از شنیدن اسم دکتر شاهکار سرچاپم می‌خکوب شدم. نگاه مبہوت من پدرم را وادار کرد توضیح بدهد: "میهمانی به پیشنهاد خود دکتر شاهکار بوده. او خواسته تو را از نزدیک ببیند. خانم می‌فرندرسکی هم چنین نقشه‌ای چیده."

وصل شده بود که بی اختیار می‌لرزیدم، پدرم از تحسین‌های او غرق شعف بود و خلاصه در حالی که احساس می‌کردم روی ابرها پرواز می‌کنم از خانه بیرون رفتم و در کنار پدرم در اتومبیل نشستیم و به طرف خانه حرکت کردیم. چند دقیقه‌ای به سکوت گذشت، آنقدر احساس سعادت می‌کردم که نمی‌دانستم کجا و با کی هستم. می‌توانستم فردا به مدرسه بروم و به همه بگویم در میهمانی خانه آقای می‌فرندرسکی دکتر شاهکار را دیده‌ام و او از من چه تعریفها و تمجیدها کرد.

غرق افکارم بودم که با صدای پدرم به خود آمدم: "یگانه، از میهمانی امشب با دوستان حرفی نزن، صلاح نیست." داشتم از گفته او شاخ در می‌آوردم، انگار صدای فکر مرا شنیده بود. آرام گفتم: "چشم." او ادامه داد: "اگر چه نقش کولی را در نمایش مدرسه خوب بازی کردی، بولی هیچ وقت به فکر ستاره سینما شدن نباش! فهمیدی؟ اگر پیانو را ادامه بدهی هنرمند قابلی می‌شوی. این خیلی باارزش است."

فهمیدم چرا این حرف را می‌زند. خیال می‌کرد من هم مثل مادرم چنین هوایی در سر دارم. او بدون اینکه جوابی از من شنیده باشد دوباره گفت: "مادر زن شایسته‌ای نبود. نمی‌خواهم پا جای پای او بگذارم."

من همچنان می‌شنیدم و ساکت بودم او با تحکم پرسید: "چرا حرف نمی‌زنی؟" با ترس گفتم: "نه، من هیچ وقت دلم نمی‌خواهد هنرپیشه شوم." با اہبت گفت: "آفرین، محیط هنری مملکت ما خیلی فاسد و آلوده است. زن یا دختری که

شدم و جلیوشان تعظیم کردم و آمدم بنشینم که دکتر گفت: "چقدر باید بی‌سلیقه باشیم اگر به همین یک قطعه راضی شویم." پدرم دنباله گفته او را گرفت و گفت: "خواب‌های طلایی را بزنی." خجالتم ریخته بود و از آن همه تشویق سر شوق آمده بودم. دوباره پشت پیانو نشستیم و قطعه "خواب‌های طلایی" را نواختم.

باور کن پرتو، شاهکار کردم. پنجه‌هایم چنان نرم و راحت روی ساسی‌ها حرکت می‌کرد تا آن موقع سابقه نداشت. تمام وجودم توی قلبم بود و قلبم توی دست‌هایم. وقتی آن قطعه هم تمام شد، خوشحال و راضی از جا بلند شدم و باز تعظیمی کردم و به سر جایم برگشتم. دکتر شاهکار گفت: "حیف که خیلی دیر شده و فردا صبح زود کارهای زیادی دارم و گرنه به این آسانی دست از سر شما بر نمی‌داشتم."

هنوز مجلس گرم بود که پدرم اجازه رفتن خواست. دکتر هم به ساعتش نگاه کرد از جا بلند شد و گفت: "دو سه ساعت دیگر صبح می‌شود. شب به یاد ماندنی‌ای بود." با آقا و خانم می‌فرندرسکی خداحافظی کردیم و از پله‌ها سرازیر شدیم. دکتر مرا جلو فرستاد و خودش از پشت سر آمد. در آخرین پله دستش را روی شانهم گذاشت و گفت: "نقش کولی را در نمایشنامه مدرسه خیلی خوب ایفا کردی. مثل یک آرتیست حرفه‌ای! در نواختن پیانو هم واقعا مهارت دارید، خیلی لذت بردم." بعد پدرم را مورد خطاب قرار داد و گفت: "آقای آریایی برای داشتن چنین دختری به شما تبریک می‌گویم." انگار از تماس دستش جریان برق به تنم

- ازدواج کرده‌اند؟

- نخیر، تا الان تصمیم به این کار نگرفته‌اند تا بعدها چه شود!

خانم می‌فرندرسکی یک مرتبه گفت: "پس دکتر شما در حقیقت مجرد هستید! دلان نمی‌خواهد با یک زن ایرانی ازدواج کنید؟"

دکتر خنده رضایت‌بخشی کرد و جواب داد: "تا به حال چنان درگیر و سرگرم راه اندازی دانشگاه بودم که وقت فکر کردن نداشتم ولی به تازگی احساس تنهایی می‌کنم." او بعد از این حرف مشتاق و خریدارانه به من نگاه کرد. نگاهی که وجودم را لرزاند. سرم را پایین انداختم. خانم می‌فرندرسکی با صدای بلند خندید و گفت: "خوب چرا اقدام نمی‌کنید؟ این شهر پر از دخترهای زیبا و جذاب و اسم و رسم دار است."

یک مرتبه یاد طلا افتادم و قلبم فرو ریخت. فکر کردم الان خانم می‌فرندرسکی نام او را می‌برد. اما خوشبختانه این طور نشد و دکتر در جواب گفت: "اتفاقا مدتی است خواهرم در تهران کسانی را برایم در نظر گرفته من هم مشغول مطالعه هستم."

پدرم در حالی که از تاثیر مشروب گونه‌اش گل انداخته و سرچال بود گفت: "دکتر جان این مطالعه قرار است چند وقت طول بکشد؟" از گفته پدرم همه با هم خندیدند. من هم لبخندی زدم. آقای می‌فرندرسکی گفت: "جناب دکتر فرصت زیادی برای مطالعه ندارد سن و سال بالا می‌رود!"

- نگران سن و سال من نباشید. آنقدر احساس جوانی و نیرومندی می‌کنم که می‌دانم حال‌حالاها وقت دارم.

زمانی که از سر میز غذا بلند شدیم و دوباره به تالار رفتیم موضوعات مختلفی مطرح شد، موضوعاتی که من هیچ رغبتی به شنیدنشان نداشتم ولی سعی می‌کردم خودم را بی‌توجه نشان دهم.

خانم می‌فرندرسکی که دید مجلس دارد از رونق می‌افتد بدون مقدمه گفت: "خوب است از یگانه جان خواهش کنیم که برایمان پیانو بزند. آن شب در مدرسه غوغا کرد."

در مقابل این پیشنهاد غیرمنتظره یک دفعه هول برم داشت. آمدم بگویم "آمادگی ندارم" که خانم می‌فرندرسکی به گوشه‌ای از سالن که پیانویی در آنجا بود اشاره کرد و گفت: "آن پیانو، این هم شما!"

پدرم که حال مضطرب مرا دید خوشحال و بشاش گفت: "یک قطعه ایرانی بزنی." دکتر رو به پدرم کرد و گفت: "دخترتان پنجه شیرینی دارد. خیلی با مهارت می‌نوازد. در جشن مدرسه من هم از شنیدن صدای پیانوی لذت بردم."

آنها خودشان می‌بریند و خودشان هم می‌دوختند هیچ کدام از من نمی‌پرسیدند آیا من هم به این کار تمایل دارم یا نه! ناچار از جایم بلند شدم و ناخواسته رتم پشت پیانو نشستیم.

اگر چه از این توقع بی‌جای آنها خیلی دلخور بودم، ولی وقتی پشت به آنها شروع به نواختن کردم چشم‌هایم را بستم و به دکتر شاهکار فکر کردم که داشت مرا نگاه می‌کرد و گوش به سازم داشت. کم‌کم آرامش پیدا کردم و قطعه‌ای را که شروع کرده بودم در نهایت تسلط به پایان رساندم. هنوز چشم‌هایم را باز نکرده بودم که کف زدن محکم آنها مرا به خود آورد. از جایم بلند



مجموعه کتاب‌های دکتر عباس میلاتی، دکتر فرزانه میلاتی






قابل خرید در:

milanibooks.com

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

انجمن دیابت آمریکا:**افراد دیابتی روزانه دو بار مسواک بزنند**

حفظ سلامت دهان کمک می‌کند. انجمن دیابت آمریکا عنوان می‌کند رابطه بین بیماری لته و دیابت بسیار جدی و دوسویه است. افراد دیابتی نه تنها در مورد ابتلا به بیماری حاد لته آسیب‌پذیرتر هستند، بلکه بیماری حاد لته بر کنترل قندخون تأثیر گذاشته و در روند پیشرفت بیماری دیابت نقش دارد.



دیابت و سلامت دهان ارتباط متقابل با یکدیگر دارند چراکه حفظ میزان قندخون مصرفی موجب حفظ سلامت دندان‌ها می‌شود و بالعکس.

افراد دیابتی باید توجه زیادی به بیماری‌شان داشته باشند و تنها مراقبت‌شان را به کنترل قندخون، رژیم غذایی مناسب و ورزش کردن معطوف نکنند. این بیماری تمام

اعضای بدن را تحت تأثیر قرار می‌دهد و منجر به بروز مشکلات دیگری نظیر مشکلات قلبی یا کلیوی می‌شود. در حقیقت دیابت می‌تواند بر بهداشت دهان هم تأثیر گذارد.

قندخون بالای می‌تواند عامل شروع انواع بیماری‌ها و عفونت‌های لته باشد. از سوی دیگر، بیماری لته می‌تواند کنترل دیابت را سخت‌تر کند.

به مرور زمان پلاک‌ها بر روی سطح دندان‌ها انباشته می‌شوند، سخت شده و به حالت رسوب در می‌آیند و بر روی لته قرار می‌گیرند. در نتیجه تمیز کردن بین دندان‌ها را دشوار کرده و منجر به لته‌های دردناک و متورم می‌شوند.

همچنین گلوکز موجود در بزاق بر سلامت دندان‌ها و بافت زبان، سقف دهان و پشت دهان تأثیر می‌گذارد. از این رو توصیه می‌شود افراد دیابتی روزانه دو بار مسواک زده و حداقل روزی یکبار از نخ دندان استفاده کنند.

شستشوی دهان با آب هر دو ساعت یکبار هم به

افراد مبتلا به دیابت با ریسک بالا ابتلا به مشکلات سلامت دهان نظیر ورم لته (مرحله ابتدایی بیماری لته) و بیماری حاد لته مواجه هستند چراکه در ابتلا به عفونت باکتریایی آسیب‌پذیرتر هستند و توانایی کمی هم در مقابله با باکتری‌های تهاجمی به لته‌ها دارند. اگر کنترل میزان قندخون ضعیف باشد، احتمال ابتلا به بیماری‌های حاد لته و از دست دادن دندان‌ها بیشتر می‌شود.

همانند تمامی عفونت‌ها، بیماری حاد لته هم موجب افزایش قندخون می‌شود و ممکن است کنترل دیابت را سخت‌تر کند.

سایر مشکلات مرتبط با دیابت عبارتند از برفک (عفونت ناشی از قارچ‌های که در دهان رشد می‌کنند)، و خشکی دهان که می‌تواند موجب درد، زخم، عفونت و کرم خوردگی دندان‌ها شود. از این رو به افراد دیابتی توصیه می‌شود مراقب بهداشت دهان و دندان‌هایشان باشند.

دکتر "اولاند اسکیرول"، سرپرست تیم تحقیق:**چین و چروک‌های عمیق پیشانی****با مرگ ناشی از بیماری‌های قلبی مرتبطند**

افراد نمره داده شد. نمره صفر برای عدم وجود چین و چروک و نمره ۳ برای وجود چین و چروک‌های عمیق بود. در طول مدت ۲۰ سال، ۲۲۳ نفر به دلایل مختلف فوت کردند. از بین این تعداد، ۱۵.۲ درصد دارای نمرات ۲ و ۳ بودند، ۶.۶ درصد نمره ۱ گرفته بودند و ۲.۱ درصد هیچ چین و چروکی نداشتند.



محققان دریافتند افراد دارای تعداد بالای چین و چروک‌های عمیق در پیشانی ۱۰ برابر بیشتر با مرگ ناشی از بیماری‌های قلبی مواجه‌اند.

به گفته محققان، چین و چروک‌ها تنها باعث ایجاد ظاهر بد و پیر به نظر رسیدن شما نیستند، بلکه مشکلات جدی را می‌توان از طریق آنها پیش‌بینی کرد.

محققان عنوان می‌کنند هرچقدر چین و چروک‌ها عمیق‌تر باشند، احتمال مرگ به دلیل بیماری‌های قلبی بیشتر خواهد بود. تحقیقات نشان می‌دهد هرچقدر افراد نسبت به سن و سال‌شان، چین و چروک‌شان بیشتر باشد، در معرض ریسک بالاتر مرگ ناشی از این مشکل قرار دارند.

همچنین محققان دریافتند چین و چروک‌ها می‌توانند با "تصلب شریان" هم مرتبط باشند؛ عارضه‌ای که در آن، در اثر سفت شدگی عروق، پلاک‌هایی تشکیل می‌شود. تصلب شریان با حملات قلبی مرتبط است.

در این مطالعه، ۳۲۰۰ فرد سالم در سنین مختلف به مدت ۲۰ سال تحت نظر بودند و براساس تعداد و عمق چروک‌های پیشانی به این

محققان نتیجه گرفتند افراد دارای نمره یک، با ریسک نسبتاً بالا حمله قلبی روبرو بودند، اما افراد دارای نمرات ۲ و ۳، در مقایسه با افراد فاقد چین و چروک، ۱۰ برابر بیشتر با مرگ ناشی از مشکلات قلبی جان‌شان را از دست دادند. دکتر "اولاند اسکیرول"، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: "هرچقدر نمره چین و چروک‌ها بالاتر باشد، ریسک مرگ و میر ناشی از مشکلات قلبی عروقی افزایش می‌یابد. تنها با یک نگاه ساده به چهره افراد می‌توان متوجه این نشانه هشداردهنده شد و با برخی توصیه‌ها به کاهش این ریسک کمک کرد."

مفاوتی دارند.

وی اظهار داشت: درمان دوبینی به صورتی است که در گام نخست باید علت این مشکل پیدا شود و پس از آن درمان صورت گیرد که به همین منظور تزریق بوتاکس و اعمال جراحی بعد از رفع بیماری زمینه‌ای توسط چشم پزشکان، متناسب با شرایط جسمانی بیمار انجام می‌شود. افراد در مورد بیماری‌های چشمی به هیچ عنوان نباید خوددرمانی کنند؛ چراکه این مساله می‌تواند عوارض مختلفی را به همراه داشته باشد. بنابراین هنگام بروز مشکلات چشمی در بزرگسالان یا کودکان حتماً باید چشم‌پزشک، چشم فرد را مورد ارزیابی و بررسی و سپس درمان قرار دهد.

دکتر مصطفی سلطان سنجری، فوق تخصص اعصاب چشم:**سکته‌های چشمی سبب دوبینی می‌شوند**

شریان مرکزی شبکیه،

انسداد ورید مرکزی

شبکیه یا شاخه‌های

آن و آسیب عصب به

کار می‌برند. وقتی به

بیماری گفته می‌شود

سکته چشمی کرده،

یعنی به یکی از این سه مشکل

دچار شده است که هر کدام درمان‌ها و علائم



می‌دانیم در اثر سکته، ناگهان

کارکرد بافت موردنظر

مختل می‌شود اما گاهی

متخصصان چشم، به

بیمار می‌گویند دچار

سکته چشمی شده است.

چشم‌پزشک‌ها، به خصوص

متخصصان شبکیه، اصطلاح سکته

چشمی را برای چند بیماری از جمله انسداد

دکتر مصطفی سلطان سنجری، فوق تخصص اعصاب و انحرافات چشم گفت: بیماری‌هایی همچون ام‌اس، سکته‌های چشمی، افزایش فشار داخل مغز و سن بالا می‌توانند سبب دوبینی شود.

وی افزود: دوبینی معمولاً نشانه‌ای از بیماری‌های مغز و اعصاب و آسیب به اعصاب حرکتی چشم است؛ بنابراین این مساله باید جدی گرفته شود و فرد حتماً به متخصص چشم مراجعه کند که پس از آن در صورت نیاز به متخصص مغز و اعصاب نیز ارجاع داده می‌شود.

سکته چشمی حمله‌ای است ناگهانی و شدید که به بینایی آسیب وارد می‌کند. به گوش خیلی از ما سکته‌های مغزی و قلبی آشناست و

توجه ترجمه فوری توجه (ATIO Member)

ترجمه

کلیه اسناد رسمی

گواهینامه . شناسنامه مدارک تحصیلی

مدارک ازدواج و ...

و اداره مهاجرت کانادا

کلیه وکالتنامه های ارسالی به بدون تأخیر وکیل دارای اعتبار نمی باشد.

طلاق و ازدواج شرعی و کانادایی

نوسط وکلای رسمی دادگستری کانادا و پایه یک ایران

416-850-6455

محضر رسمی نورتنو

و با همکاری وکلای رسمی دادگاههای اتاریو کانادا و ایرلند

تنظیم و تأیید رسمی دعوتنامه . گواهی امضاء . وصیتنامه

تنظیم و تأیید اجازه سفر فرزندان . قسم نامه . کپی برابر با اصل

اجازه خروج مکرر . تنظیم، تایپ و تأیید وکالتنامه

10087 Yonge St. Richmond Hill

۲۵- استفاده

چه کشت‌ها بهشت‌ها نه ده نه صد هزارها خوش است کامش ای صنم خوریم می به یاد جم که گشته دولت عجم قوی چو کوهسارها به جای ظالمی شقی نشسته عادلای تقی که مومنان متقی کنند افتخارها امیر شه، امین شه یسار شه یمین شه که سر ز آفرین شه به عرش سوده بارها امیر مملکت‌گشا، امین ملک پادشا معین دین مصطفی، ضمین رزق‌خوارها شعرخوانی قآنی که به اینجا رسید، امیرکبیر اجازه نداد که او قصیده‌اش را تمام کند، دستور داد مقرریش را قطع کردند و به زندانش افکندند و گفت: تو که تا دیروز مدح حاج‌میرزا آقاسی را می‌گفتی و او را قلب گیتی و انسان کامل می‌نامیدی، حال چه شده است که اکنون به او نسبت ظالم شقی می‌دهی. قآنی در زندان ماند تا آنکه اعتضادالسلطنه واسطه شد تا آزاد شود. ولی امیر برقراری حقوق قآنی را که مقداری زبان فرانسه می‌دانست منوط به ترجمه کتابی از زبان فرانسه به پارسی درباره اصول کشاورزی کرد. اگر در طول تاریخ با شعرا و نویسندگان تملق‌گو این‌گونه برخورد می‌شد، اکنون مسیر ادبیات فارسی راه دیگری رفته و در رشد و تعالی فرهنگی جامعه ایران نقش درستی ایفا کرده بود. همین شاعر درباری، هنگامی که امیرکبیر از صدارت عزل شد، او را خصم دربار و اهریمن بدخواه نامید و در وصف ناصرالدین شاه سرود: من ازین پس می خورم می گر حلالست از حرام

نه ز منع مفتیان ترسم نه از غوغای عام ناصرالدین شاه غازی کز بداندیشان ملک خنجر خونریز او پیوسته گیرد انتقام بنده صادق خیانت کی کند با پادشه شیعه خالص جسارت کی نماید با امام از نمونه اشعاری که در آن شاعران و شعر آنها در سیاست نفوذ و برتری داشته‌اند، می‌توان به اشعار دوره مشروطیت اشاره کرد. سرآمد این‌گونه شعرا، فرخی یزدی، عارف قزوینی و میرزاده عشقی هستند. اصولا پس از انقلاب مشروطیت، شعر از دربار فاصله گرفت و بسیاری از شعرا بر اساس تعهد و رسالتی که در خود دیدند، به سرودن شهر پرداختند. ولی این دلیل نبوده که شعرا، مدیحه و تملق‌گویی را ترک کنند. حتی در دوره رضاشاه و محمدرضا شاه که آنها به شعرا مثل گذشته توجه چندانی نداشتند، افرادی نظیر وحید دستگردی و صادق سرمد، به مدیحه‌سرایی ادامه می‌دادند، بطوریکه وحید هر ساله قصیده‌ای می‌ساخت و به پیشگاه رضا شاه تقدیم می‌کرد و مقرر سالیانه می‌گرفت. صادق سرمد نیز که وابسته به دربار محمدرضا شاه وکیل حقوقی آنها بود و خودش را شاعر ملی می‌نامید، همواره در مدح محمدرضاشاه و فرح و درباریان شعر می‌سرود و صله می‌گرفت. از جمله سروده‌هایی که ادبیات و شاعر سیطره‌اش را بر سیاست و حکومت نشان داده است در دوران محمدرضا شاه می‌توان به شعر خلیل سامانی (موج) اشاره کرد که در آن شاعر به حکومت پهلوی‌ها و عملکرد آنها اعتراض داشته و از جشن‌های ۲۵۰۰ ساله شاهنشاهی و پنجاه

سال سلطنت پهلوی انتقاد کرده است. چند بیت از این قصیده بلند را در اینجا می‌آوریم: کسی که روز و شبان در بی چراغان بود مدیر عامل بنگاه برق تهران بود به نیم قرن که ظلمت به ما حکومت داشت چه روزها و چه شبها عبث چراغان بود چه بزم‌های طرب‌زای آریا مهری ز شام تا به سحرگاه در شمیران بود همه پاپاله‌ها به هم می‌زدند کاندز بزم جناب کارتر آن شب عزیز مهمان بود سپیده دم که ز تبری تنی به خون می‌خفت فرح به چهره مهمان شاه خندان بود به جان ملت ما سلطه داشت استعمار به نیم قرن که ما را به ملک سلطان بود دو پادشاه پدر جانی و پسر جلاد تباهاکراتر آن یک ازین، وزین آن بود هر آنچه نعمت و سرمایه بود ملت را به کام ایدن و اسمیت و موشه دایان بود به لرزه خلق ز سرما ولی به خارج شاه به کار اسکی، سرگرم در زمستان بود در آن زمان که جهان بود رو به آبادی دریغ و درد که این مرز و بوم ویران بود ز قتلخانه ساواک تا به اوج سپهر خروش و شیون و فریاد و بانگ و افغان بود این مطلب را با ذکر چند بیت از اشعار "خوشدل تهرانی" که مدح این و آن را وصله‌ای ناجور بر دامن شاعر مدیحه‌سرا می‌داند، به پایان می‌بریم: از بصیرت بهره باشد مردم مغرور را گر که باشد لذت از دیدار خوبان کور را نیست شاعر آنکه بهر سیم و زر گوید مدیح

فرق بسیار است با اهل ادب مزدور را مدح و ذم این و آن را از کتاب دل بشوی برکن از دامان جان این وصله ناجور را می‌نگاهد، شان ما روشندان از حبس و بند کم نگرده قدر، از زندان خم انگور را شعله اول دامن آتش‌زنه گیرد که هست این سزای آنکه بوسد آستان زور را فکر صائب ساخت "خوشدل" را کلیم طور نظم یافت از طبع غنی این نعمت موفور را

اسپانسرهای مطلب سخن و اندیشه:

رستوران خانوادگی دربند
۶۴۷-۸۹۳-۳۴۴۱

شرکت توریستی رهتورز
۶۴۷-۴۰۲-۸۶۸۷

شرکت گنجینه فرش
۹۰۵-۲۳۷-۴۳۹۴

آژانس مسافرتی شایان
۴۱۶-۸۳۸-۷۰۰۵

حسن گل محمدی، نویسنده، شاعر و روزنامه نگار ساکن تورنتو است. او عضو هیئت علمی در دانشگاه‌های ایران بوده و ده‌ها جلد کتاب و صدها مقاله از او در ایران و کانادا منتشر شده است.
golmohamm dihassan@yahoo.com

کیفیت برتر مجله و وبسایت ایران استار برای موفقیت شماست



بهترین برای شما

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



خدمات شبکه‌های اجتماعی می‌خواهید؟



راه اندازی حرفه‌ای همه نوع شبکه‌های اجتماعی و
به‌روز نگه داشتن آنها، افزایش رنکینگ گوگل

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





[ادامه از صفحه ۴۶. نگاهی به شاه]

در کار ساختمان و مدیریت راه‌آهن ایران، این واقعیت که در آن زمان هشت کشتی جنگی آلمان در بندرهای ایران در خلیج فارس لنگر انداخته بودند نگرانی‌های انگلستان و شوروی از ستون پنجم آلمان در ایران را جدی‌تر می‌کرد.

البته امروز که به گذشته می‌نگریم و می‌توانیم به بخش عمده اسناد دست کم دولت انگلیس در دوران جنگ رجوع کنیم، با تکیه به این اسناد، به گمانم، می‌توان گفت که برای انگلستان مبحث "ستون پنجم آلمان" هم یک نگرانی واقعی بود و هم یک مستمسک تبلیغاتی و دیپلماتیک برای متحقق کردن اهداف نظامی سیاسی خود. سفارت آمریکا در ایران شمار اتباع آلمانی در ایران را حدود ۲۵۰۰ نفر تخمین می‌زد. حتی خود سفارت انگلیس هم ادعای حضور پنج هزار نفر را که از طرف دولت متبوعش مطرح شده بود اغراق‌آمیز می‌دانست. در ژوئیه ۱۹۴۱ (تیر ۱۳۲۰)، سر بولارد "تعداد کل آلمانی‌های ساکن در ایران، حتی با در نظر گرفتن اعضای خانواده هر کدام را کمتر از دو هزار نفر" می‌دانست. وقتی بولارد گزارش خود را در باب شمار واقعی شهروندان آلمان در ایران به وزارت امور خارجه ارسال کرد، کار به چرچیل کشید. او بعد از خواندن گزارش سفیر انگلیس در تهران برآشفت. نامه‌ای به لحن گزنده به وزیر امور خارجه‌اش فرستاد و در آن نوشت، "سفیر شما در تهران آشکارا از اوضاع مطلع نیست... به نظر من این قضیه دخالت مستقیم شما را می‌طلبد." پیشتر چرچیل به صراحت گفته بود که "هدف ما این است که یک یک آلمانی‌هایی را که در ایران هستند بازداشت کنیم و برای این کار حتی حاضریم خود به تهران برویم... حتی حاضریم روس‌ها را هم به آنجا برای این کار دعوت کنیم... شکی نیست که در دوران جنگ ما باید بر ایران تسلط نظامی کامل داشته باشیم."

در مقابل، رضاشاه یادداشت‌های هر روز تندتر و تهدیدآمیزتر شوروی و انگلستان را نادیده می‌گرفت. به دیگر علائم و اشارات نگرانی این دو کشور از حضور آلمان‌ها در ایران هم توجهی نشان نمی‌داد. به نظر نمی‌رسد که ولیعهد که در آن روزها همدم و همراه دائمی رضاشاه بود برای تغییر نظر پدرش تلاشی کرده باشد. پدر و پسر هر دو بر این باور بودند که تنها دولت ایران می‌تواند و می‌باید در مورد چندوچون حضور اتباع دول دیگر، از جمله آلمان‌ها، در ایران اظهارنظر و تصمیم‌گیری کند. هردو بارها این نکته مهم را نه تنها با دیپلمات‌های خارجی بلکه با بسیاری سیاستمداران ایرانی در میان گذاشتند و بر حقانیت نظرگاهشان تأکید کردند.

در آن روزهای پرمخاطره، ولیعهد روزهایش را بیش و کم تماماً در کنار پدرش می‌گذراند. شب‌ها را هم با شماری از دوستان خود و فوزیه به ورق بازی، تماشای فیلم یا بازی‌های محفلی دیگر می‌گذراند. این حلقه دوستان و مهمانان بیش و کم همه یا خارجی بودند یا از تکنوکرات‌های ایرانی تحصیل کرده در خارج. دست‌کم یک جنبه از رابطه پدر و پسر را می‌توان از آنچه در یکی از این مهمانی‌های شبانه رخ داد دریافت. رضاشاه معمولاً در هیچ کدام از این

مهمانی‌ها شرکت نمی‌کرد. هرگز هم بدون اطلاع قبلی به دیدار ولیعهد و همسرش نمی‌رفت. اما ششی هنگامی که فوزیه و محمدرضا با گروهی از دوستانشان مشغول بازی بودند ناگهان در باز شد و رضاشاه بدون اطلاع قبلی وارد شد. مهمانان همه دمی به خمره زده بودند. آن روزها ولیعهد به سیگار سخت معتاد بود و در نتیجه در هنگام ورود پدر سیگاری روشن در میان انگشتانش بود. به محض ورود رضاشاه همه از جمله ولیعهد از جا بپا خاستند. سکوتی ناگهانی فضا را پر کرد. ولیعهد هم چون دیگران به محض دیدن پدر بلند شد و چون افسری در برابر مافوق خود به حالت خیردار ایستاد. تنها حالت غیرمتعارفش این بود که یک دستش را که سیگار روشنش در میان انگشتانش بود پشت خود پنهان کرد. نمی‌خواست رضاشاه او را در حال سیگار کشیدن ببیند.

آن شب دیدار غیرمترقبه رضاشاه به این خاطر بود که می‌خواست درباره چندوچون پیشرفت یکی از طرح‌های ساختمانی خیردار شود. گرچه دیدار چند دقیقه بیش طول نکشید، نفس عمل را شاید در عین حال بتوان از حال و هوای مضطرب و پراشتهای رضاشاه دانست. با این حال به دلایلی که هنوز هم کاملاً روشن نیست، به‌رغم این التهاب و اضطراب، رضاشاه بر آن شد که یادداشت‌های تند و تهدیدآمیز روس و انگلیس را به جد نگیرد. آیا این جدی نگرفتن نشان بی‌اطلاعی‌اش از وضع واقعی جنگ و شرایط تغییر یافته بین‌المللی بود؟

آیا نتیجه این محاسبه با‌مآل نادرستش بود که آلمان نازی در جنگ پیروز خواهد شد؟ آیا در انتظار موفقیت ارتش آلمان در شوروی بود؟ دست‌کم به گمان من هنوز نمی‌توان به قطع گفت که کدام یک از این علل گونه‌گون، یا علت‌هایی دیگر، سبب بی‌توجهی او به تهدیدهای روس و انگلیس بود. بعضی حتی گفته‌اند که این بی‌توجهی در واقع نتیجه توطئه انگلیس‌ها بود. می‌گویند انگلستان سیاستمداران ایرانی وابسته به خود را واداشت تا جدی بودن تهدیدات انگلیس را به اطلاع رضاشاه نرسانند. مدعی‌اند انگلستان قصد حمله و اشغال ایران را داشت و به مستمسکی برای این کار نیاز داشت و بی‌توجهی رضاشاه به نخستین اورتیماتوم‌های روس و انگلیس دقیقاً این مستمسک را در اختیار انگلستان و متحد تازه‌یابش شوروی قرار داد. با این‌که معمولاً این‌گونه تئوری‌های توطئه را نمی‌توان جدی گرفت، اما در این مورد بخصوص شواهدی در تأیید این توطئه در اسناد سرخ

می‌توان گرفت. برای نمونه، وقتی که بولارد برای تقدیم نخستین یادداشت تهدیدآمیز انگلستان با رضاشاه ملاقات کرد، در گزارش این دیدار متذکر شد که به گمانش "زیردستان رضاشاه او را به طوری جدی از واقعیت وضع موجود و کم و کیف مذاکرات متفقین با ایران نامطلع نگهداشته‌اند." اما خود رضاشاه هنگامی که در تبعید به این رخدادها اشاره کرد روایتی اندک متفاوت از وقایع داشت. به داماد محبوبش، فریدون جم، گفته بود، "ایران دلیلی نداشت که به متفقین کمک کند. به علاوه وضعیت جنگ چنان نبود که بتوان به قطع دانست که کدام طرف پیروز خواهد شد." شاه روایتی دیگر ارائه می‌کند. می‌گوید "متأسفانه هیأت وزیران که با متفقین مرتباً در مذاکره بودند جرات نداشتند پدرم را متوجه کنند که متفقین مصمم هستند که اختارهای خود را با قوه قهریه تأیید نمایند." به‌علاوه شاه در مورد روابط رضاشاه و هیتلر با صراحتی عجیب سخن می‌گوید. می‌گفت "سیاست جهانگیری هیتلر در اروپا پدرش را از هیتلر و هدف‌هایش "نگران کرد. آنگاه می‌افزاید، چون رضاشاه "خودش تمایلات دیکتاتوری داشت و وجود دیکتاتور دیگری مانند هیتلر برای وی تحمل‌ناپذیر بود."

وقتی ایران نخستین یادداشت تهدیدآمیز را دریافت کرد پاسخ تند و قاطعی داد. اعلان کرد کار شهروندان آلمانی در ایران مسأله‌ای داخلی است و به لحنی که غرور ملی از آن برمی‌آید تأکید داشت که هیچ کشوری حق دخالت در امور داخلی ایران را ندارد. دو روز بعد از دریافت این یادداشت، رضاشاه یکی دیگر از سخنرانی‌های طبق معمول کوتاه خود را، این بار در دانشکده افسری ایراد کرد. خطابش به افسرانی بود که فارغ‌التحصیل می‌شدند. گرچه اشاره مستقیمی به نامه تهدیدآمیز متفقین نکرد، ولی اعلان کرد که همهٔ مرخصی‌های افسران و سربازان ارتش لغو شده است. در پایان سخنانش گفت، "شاید بعضی‌ها پیش خودشان تصور کنند که امسال از یک ماه مرخصی معمول دانشکده محروم شده‌اند ولی البته بعد که علل و جهات آن را فهمیدند، تصور می‌کنم حس فداکاری‌شان تحریک شود. بیش از این لازم نیست توجه شما را به وظائف عمومی و موقعیت مخصوص امروز جلب کنم. همین قدر می‌گویم که لازم است ارتش و افسران ارتش کمال توجه را به بحران اوضاع داشته باشید."

[ادامه در شماره بعد]

ایران استار

تنها نشریه
ایرانی ست

که کاغذ و

جوهر و

چاپش

هیچگونه

خطری برای

انسان

ندارد

سلامتی شما
مهمترین
است

تبلیغات می خواهید؟



در دنیای
دیجیتال هم
تبلیغ
کنید

آنلاین، تلویزیون، رادیو، چاپی،
فیس بوک، گوگل،
ویدئو، عکس، متن

با ما تماس بگیرید:

647-674-4048

info@IranStar.com



سازمان زنان

سازمان زنان از دوشنبه تا جمعه، ساعت ۹ صبح تا ۵ بعدازظهر آماده پاسخگویی به اعضاء و علاقمندان می‌باشد. برای اطلاعات بیشتر در مورد برنامه‌های سازمان، لطفاً با شماره تلفن ۹۵۶۶-۴۹۶-۴۱۶ تماس بگیرید و یا به وب سایت ما مراجعه فرمایید www.iwontario.com
1761 Sheppard Ave E, Ground Floor,
Toronto, ON M2J 0A5

کلینیک رایگان سلامت روان

پنجشنبه‌ها یک هفته در میان، ۹ صبح تا ۱۲. برای اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید.

کلاس ریاضی تقویتی پایه دبیرستان - رایگان

دوشنبه و پنجشنبه هر هفته

برای گرفتن اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید

کلاس زومبا

چهارشنبه هر هفته از ساعت ۱ تا ۲ بعد از ظهر

برای گرفتن اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید

برگزاری کلاس هنر و فرهنگ (هنر درمانی)

بنیاد پریا

• تور یکروزه مخصوص جوانان ۱۲ تا ۲۵ سال به Toronto Island ۹ سپتامبر از ساعت ۱۰ تا ۲ بعد از ظهر.

• شروع مجدد کلاسهای آموزشی شطرنج برای جوانان و نو جوانان از ماه سپتامبر ثبت نام قبلی جهت این کلاس الزامی میباشد.

• شروع مجدد آموزش زبان اسپانیولی از ماه سپتامبر، ثبت نام جهت این کلاس الزامی میباشد.

• دو تور تابستانی یک روزه، اولین تور به کوهپایه آبی (Blue Mountain) در تاریخ یکشنبه ۹ سپتامبر، دومین تور به هزار جزیره در تاریخ یکشنبه ۲۳ سپتامبر به همراه ۲ ساعت کشتی همراه با نهار گرم و دسر بصورت بوفه داخل کشتی.

اطلاعات بیشتر: ۴۱۶ ۲۳۰ ۰۱۱۲

• کلاس نقاشی رنگ روغن تحت آموزش خانم نوشفر واسعی با ۲۰ سال سابقه آموزش در ایران و کانادا، روزهای دوشنبه از ساعت ۶ تا ۸:۳۰ شب برگزار می‌گردد. ثبت نام مستقیم: ۴۵۱۹ ۹۹۴ ۶۴۴
• برای اولین بار در بنیاد پریا، برنامه‌های "Karaoke" جمعه ۲۴ آگوست ساعت ۷ تا ۹ شب،

University Settlement

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 • ESL، LINC تحصیل در کلاس‌های آموزش زبان انگلیسی
• شرح کارگاه‌های آموزشی در ماه آگوست:

• English Cafe • کلاس‌های مکالمه انگلیسی روزهای دوشنبه از ساعت ۳ الی ۵ بعدازظهر.
• Tuesdays Cafe • کلاس‌های مکالمه انگلیسی روزهای سه شنبه از ساعت ۳ الی ۵ بعدازظهر.

هر چهارشنبه از ساعت ۱۰ تا ۱۱:۳۰ صبح برای گرفتن اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید

کلاس آمادگی سیتیزن‌شپ

سه شنبه هر هفته از ساعت ۱۰ صبح تا ۱۲ بعد از ظهر

برای گرفتن اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید

قصد گویی برای کودکان

سه شنبه هر هفته از ساعت ۶ تا ۸ عصر

برای گرفتن اطلاعات بیشتر با ما تماس بگیرید

جلسه یازدهم کارگاه صلح

جمعه ۳۱ آگوست، ۲:۳۰ تا ۵ بعد از ظهر

توسط میترا صفاری

بحث و گفتگو در مورد گفتگوی حقیقت، شفقت، عدالت و صلح نوشته جان پل لداچ

برنامه کلوب ادبی

دوشنبه دوم و چهارم هر ماه از ۵:۳۰ تا ۸:۳۰ عصر با حضور متناوب دو نویسنده، خانم مرضیه ستوده و آقای ساسان قهرمان در دفتر سازمان برگزار می‌شود.

گرداننده جلسه: خانم سلورا لوزجانی

برنامه ویژه شهروندان ارشد

ثبت نام برای شرکت در این برنامه الزامی می‌باشد، جهت ثبت نام با دفتر پریا تماس حاصل فرمایید.

• بورسیه تحصیلی بنیاد پریا: با کمال خوشحالی ارائه بورسیه تحصیلی به دانشجویان منتخب ایرانی که در موسسات عالی علمی کانادا مشغول به تحصیل هستند را به اطلاع عموم می‌رساند و از علاقمندان به حمایت از این برنامه دعوت به مشارکت می‌نماید.

• خدمات و سرویس جهت کاربایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی.

• برای اولین بار در بنیاد پریا، برنامه همخوانی، Karaoke - جمعه ۲۴ آگوست ساعت ۷ تا ۹ شب، ثبت نام برای شرکت در این برنامه الزامی می‌باشد، ثبت نام: دفتر پریا داخلی ۱۰۸.

• کلاس‌های تک نفره جهت آموزش و رفع مشکلات در زمینه‌های مختلف از جمله: نوشتن نامه اداری، مکاتبات، ترجمه در تماشای تلفنی با ارگان‌های دولتی.

• مشاور و روانشناسی رایگان خانواده روزهای چهارشنبه توسط روانشناس و مشاور خانواده فریده جلائی فر و جمع‌ها توسط دکتر مجید کاوه با تعیین وقت قبلی شهزاد شهریاری در بنیاد پریا برگزار می‌گردد، جهت کسب اطلاعات بیشتر و تعیین وقت قبلی می‌توانید با دفتر پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر Seniors Days، این برنامه پلی ارتباطی و دوست یابی است که روزهای جمعه از ساعت ۹ الی ۴ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد، آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر برای حضور در این کلاس‌ها

• خدمات و سرویس جهت کاربایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی.

• برای اولین بار در بنیاد پریا، برنامه همخوانی، Karaoke - جمعه ۲۴ آگوست ساعت ۷ تا ۹ شب، ثبت نام برای شرکت در این برنامه الزامی می‌باشد، ثبت نام: دفتر پریا داخلی ۱۰۸.

• کلاس‌های تک نفره جهت آموزش و رفع مشکلات در زمینه‌های مختلف از جمله: نوشتن نامه اداری، مکاتبات، ترجمه در تماشای تلفنی با ارگان‌های دولتی.

• مشاور و روانشناسی رایگان خانواده روزهای چهارشنبه توسط روانشناس و مشاور خانواده فریده جلائی فر و جمع‌ها توسط دکتر مجید کاوه با تعیین وقت قبلی شهزاد شهریاری در بنیاد پریا برگزار می‌گردد، جهت کسب اطلاعات بیشتر و تعیین وقت قبلی می‌توانید با دفتر پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر Seniors Days، این برنامه پلی ارتباطی و دوست یابی است که روزهای جمعه از ساعت ۹ الی ۴ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد، آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر برای حضور در این کلاس‌ها

• خدمات و سرویس جهت کاربایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی.

• برای اولین بار در بنیاد پریا، برنامه همخوانی، Karaoke - جمعه ۲۴ آگوست ساعت ۷ تا ۹ شب، ثبت نام برای شرکت در این برنامه الزامی می‌باشد، ثبت نام: دفتر پریا داخلی ۱۰۸.

• کلاس‌های تک نفره جهت آموزش و رفع مشکلات در زمینه‌های مختلف از جمله: نوشتن نامه اداری، مکاتبات، ترجمه در تماشای تلفنی با ارگان‌های دولتی.

• مشاور و روانشناسی رایگان خانواده روزهای چهارشنبه توسط روانشناس و مشاور خانواده فریده جلائی فر و جمع‌ها توسط دکتر مجید کاوه با تعیین وقت قبلی شهزاد شهریاری در بنیاد پریا برگزار می‌گردد، جهت کسب اطلاعات بیشتر و تعیین وقت قبلی می‌توانید با دفتر پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر Seniors Days، این برنامه پلی ارتباطی و دوست یابی است که روزهای جمعه از ساعت ۹ الی ۴ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد، آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر برای حضور در این کلاس‌ها

• خدمات و سرویس جهت کاربایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی.

• برای اولین بار در بنیاد پریا، برنامه همخوانی، Karaoke - جمعه ۲۴ آگوست ساعت ۷ تا ۹ شب، ثبت نام برای شرکت در این برنامه الزامی می‌باشد، ثبت نام: دفتر پریا داخلی ۱۰۸.

• کلاس‌های تک نفره جهت آموزش و رفع مشکلات در زمینه‌های مختلف از جمله: نوشتن نامه اداری، مکاتبات، ترجمه در تماشای تلفنی با ارگان‌های دولتی.

• مشاور و روانشناسی رایگان خانواده روزهای چهارشنبه توسط روانشناس و مشاور خانواده فریده جلائی فر و جمع‌ها توسط دکتر مجید کاوه با تعیین وقت قبلی شهزاد شهریاری در بنیاد پریا برگزار می‌گردد، جهت کسب اطلاعات بیشتر و تعیین وقت قبلی می‌توانید با دفتر پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر Seniors Days، این برنامه پلی ارتباطی و دوست یابی است که روزهای جمعه از ساعت ۹ الی ۴ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد، آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر برای حضور در این کلاس‌ها

• خدمات و سرویس جهت کاربایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی.

پنجشنبه هر هفته ساعت ۱۱:۳۰ تا ۳:۰۰ بعدازظهر نرمن مخصوص بزرگسالان جهت تقویت روحیه و سلامت فیزیکی، مسابقه و سرگرمی

• مهارت‌های تمرین مغز- بهبود حافظه و حفظ ذهن فعال با شرکت در بازی با کلمات

این برنامه در محل دفتر سازمان برگزار می‌شود.

برنامه روز ۳۰ آگوست بدلیل سفر یکروزه سازمان برگزار نخواهد شد.

خدمات رایگان استقرار به تازه واردین

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

• با تعیین وقت قبلی روزهای پنجشنبه از این خدمات بهره‌مند شوید:

• اطلاعات در زمینه مسکن

• تحصیلات، بهداشت

• مسائل حقوقی، مهاجرت

• کمک‌های مالی دولتی و تفریحات سالم

• راهنمایی و ارجاع متخصصان تحصیلکرده و صاحبان رشته‌های فنی و حرفه‌ای جهت اخذ لایسنس به

اشکال تبلت و گوشی از ۶ سپتامبر روزهای پنجشنبه از ساعت ۱۱ تا ۳ بعد از ظهر جهت استفاده از این سرویس گرفتن وقت قبلی از طریق داخلی ۱۰۸ الزامی می‌باشد.

• خدمات عمومی با تعیین وقت قبلی، رایگان

• کمک و اطلاع‌رسانی به تازه واردین و ستیزانها جهت پر کردن فرم‌های دولتی و شخصی

• اطلاعات در مورد وافر، بازنشستگی، مهاجرت، نوشتن نامه اداری

• کمک و ترجمه در تماشای تلفنی با ارگان‌های دولتی.

• مشاور و روانشناسی رایگان خانواده روزهای چهارشنبه توسط روانشناس و مشاور خانواده فریده جلائی فر و جمع‌ها توسط دکتر مجید کاوه با تعیین وقت قبلی شهزاد شهریاری در بنیاد پریا برگزار می‌گردد، جهت کسب اطلاعات بیشتر و تعیین وقت قبلی می‌توانید با دفتر پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر Seniors Days، این برنامه پلی ارتباطی و دوست یابی است که روزهای جمعه از ساعت ۹ الی ۴ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد، آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر برای حضور در این کلاس‌ها

• خدمات و سرویس جهت کاربایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی.

• برای اولین بار در بنیاد پریا، برنامه همخوانی، Karaoke - جمعه ۲۴ آگوست ساعت ۷ تا ۹ شب، ثبت نام برای شرکت در این برنامه الزامی می‌باشد، ثبت نام: دفتر پریا داخلی ۱۰۸.

• کلاس‌های تک نفره جهت آموزش و رفع مشکلات در زمینه‌های مختلف از جمله: نوشتن نامه اداری، مکاتبات، ترجمه در تماشای تلفنی با ارگان‌های دولتی.

• مشاور و روانشناسی رایگان خانواده روزهای چهارشنبه توسط روانشناس و مشاور خانواده فریده جلائی فر و جمع‌ها توسط دکتر مجید کاوه با تعیین وقت قبلی شهزاد شهریاری در بنیاد پریا برگزار می‌گردد، جهت کسب اطلاعات بیشتر و تعیین وقت قبلی می‌توانید با دفتر پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر Seniors Days، این برنامه پلی ارتباطی و دوست یابی است که روزهای جمعه از ساعت ۹ الی ۴ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد، آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر برای حضور در این کلاس‌ها

• خدمات و سرویس جهت کاربایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی.

• برای اولین بار در بنیاد پریا، برنامه همخوانی، Karaoke - جمعه ۲۴ آگوست ساعت ۷ تا ۹ شب، ثبت نام برای شرکت در این برنامه الزامی می‌باشد، ثبت نام: دفتر پریا داخلی ۱۰۸.

• کلاس‌های تک نفره جهت آموزش و رفع مشکلات در زمینه‌های مختلف از جمله: نوشتن نامه اداری، مکاتبات، ترجمه در تماشای تلفنی با ارگان‌های دولتی.

• مشاور و روانشناسی رایگان خانواده روزهای چهارشنبه توسط روانشناس و مشاور خانواده فریده جلائی فر و جمع‌ها توسط دکتر مجید کاوه با تعیین وقت قبلی شهزاد شهریاری در بنیاد پریا برگزار می‌گردد، جهت کسب اطلاعات بیشتر و تعیین وقت قبلی می‌توانید با دفتر پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر Seniors Days، این برنامه پلی ارتباطی و دوست یابی است که روزهای جمعه از ساعت ۹ الی ۴ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد، آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر برای حضور در این کلاس‌ها

• خدمات و سرویس جهت کاربایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی.

• برای اولین بار در بنیاد پریا، برنامه همخوانی، Karaoke - جمعه ۲۴ آگوست ساعت ۷ تا ۹ شب، ثبت نام برای شرکت در این برنامه الزامی می‌باشد، ثبت نام: دفتر پریا داخلی ۱۰۸.

• کلاس‌های تک نفره جهت آموزش و رفع مشکلات در زمینه‌های مختلف از جمله: نوشتن نامه اداری، مکاتبات، ترجمه در تماشای تلفنی با ارگان‌های دولتی.

• مشاور و روانشناسی رایگان خانواده روزهای چهارشنبه توسط روانشناس و مشاور خانواده فریده جلائی فر و جمع‌ها توسط دکتر مجید کاوه با تعیین وقت قبلی شهزاد شهریاری در بنیاد پریا برگزار می‌گردد، جهت کسب اطلاعات بیشتر و تعیین وقت قبلی می‌توانید با دفتر پریا داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر Seniors Days، این برنامه پلی ارتباطی و دوست یابی است که روزهای جمعه از ساعت ۹ الی ۴ بعد از ظهر تشکیل می‌گردد، آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر برای حضور در این کلاس‌ها

• خدمات و سرویس جهت کاربایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی.

منابع مربوط • پرکردن فرم‌های مختلف دولتی، ارجاع به کلاس‌های زبان انگلیسی و مراکز آموزش

• کسب مهارت جهت کاربایی

مکالمه زبان انگلیسی پایه (Basic)

این برنامه پنجشنبه‌ها از ساعت ۳ تا ۴ بعدازظهر زیر نظر خانم مؤگان پارسا برگزار می‌شود.

کلاس روز ۲۳ و ۳۰ آگوست بدلیل سفر یکروزه سازمان برگزار نخواهد شد.

مکالمه زبان انگلیسی (Intermediate)

این برنامه پنجشنبه‌ها از ساعت ۴ تا ۶ بعدازظهر زیر نظر خانم مؤگان پارسا برگزار می‌شود.

• یادگیری زبان انگلیسی در یک محیط دوستانه

• تقویت و مدیریت برای فراملاقات های شما

• برقراری ارتباط موثرتر

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

• خواندن کتاب‌ها، مقالات و روزنامه‌ها

• ارائه موثر نقطه نظر

• تماشای برنامه‌های تلویزیون و فیلم‌های زبان انگلیسی و درک مفاهیم.

ساختن پای اولیه زبان انگلیسی الزامی می‌باشد. • کتابخانه پریا جهت استفاده عموم رایگان می‌باشد. بنیاد پریا آماده برگزاری جشن تولد عزیزان شما و مراسم مختلف شما می‌باشد:

برای اطلاعات بیشتر با داخلی ۱۵۵ تماس حاصل فرمایید.

344 John Street, Markham,
Tel: 905 764 0202 ext.108
Fax: 905 764 377
Email: admin@parya.org
www.parya.org

بنیاد فرهنگی فرودین:

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

• آموزش کامپیوتر و رسانه‌های اجتماعی برای علاقمندان

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

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

تلفن: ۷۳۳۷-۴۱۶-۸۴۰-۱۸۰
180 West Beaver creek U#34

بنیاد خیریه کهریزک کانادا

بنیاد خیریه کهریزک کانادا یاریگر سالمندان، معلولان و بیماران ام. اس خیریه کهریزک ایران است.

بنیاد خیریه کهریزک کانادا یک موسسه خیریه ثبت شده در کانادا است و برای کمکهای مالی شما رسید مالیاتی صادر خواهد شد.

Tel: 3090-221-416
website:www.kahrizak.ca
info@kahrizak.ca

Bank: T.D. Canada Trust
Branch & Account: 10842-399
Website: www.kahrizak.ca

ساختمان سازان ایرانی - ICBA

کلاس آموزشی یک روزه

انجمن ساختمان سازان ایرانی - کانادایی (ICBA) یک دوره یکروزه برای مهندسين* آرشیتکت‌ها و فعالین بازار مسکن برگزار می‌نماید. سرفصل دوره:

Building Permit Types and Process
تاریخ: شنبه ۱۵/۰۹/۲۰۱۸
زمان: از ساعت ۱۰ صبح تا ۱ بعد از ظهر

ICBA Head Office, 7191 Yonge St.,
World on Yonge, Unit 1001
تلفن: ۹۰۵-۶۹۵-۰۱۰۴

وبسایت: www.icbuilders.ca
ایمیل: secretary@icbuilders.ca

به کجا سفر کنیم؟

شهرهای دیدنی و کوچک اروپا

۱. اسموگن (Smogen) - سوئد

در ساحل غربی کشور سوئد شهر کوچک اسموگن قرار گرفته است ، یک مقصد گردشگری ساحلی که چشم اندازی زیبا و محیطی آرام دارد. به بندرگاه که بروید خانه های کوچک رنگارنگی را می بینید که در کنار آب قرار گرفته اند. برخی از این خانه ها حتی در میان صخره ها ساخته شده اند و رنگارنگ بودن آنها در کنار آرامشی که این شهر کوچک دارد آن را به مکانی جذاب و دیدنی تبدیل کرده است.

هوساویک (Husavik) - ایسلند

شهر کوچک و آرام هوساویک که در شمال ایسلند واقع شده است شاید به اندازه ریکیاویک شلوغ نباشد اما ارزش دیدن دارد. این شهر کوچک را بعنوان پایتخت تماشای وال‌ها در اروپا می‌شناسند. در فصل تابستان توره‌ای قایق سواری برگزار می شود تا علاقه‌مندان بتوانند وال‌ها را از نزدیک تماشا کنند. اسب‌های ایسلندی نیز برای سوار کاری کنار ساحل آماده هستند.



بیبیری (Bibury) - انگلستان

در مرکز کشور انگلستان منطقه ای به نام کانس ولدز (Cotswolds) قرار دارد که منطقه ایست پر از تپه های سرسبز و زیبا. در مرکز این منطقه نیز یک روستای کوچک به نام بیبیری وجود دارد که به نظر می رسد در آن زمان ایستاده است. از زیباترین جاذبه های این شهر کوچک می توان به کلیه هایی که در یک خط کنار هم قرار گرفته اند اشاره کرد. بیبیری بسیار جذاب و فریبنده است و شاید با ورود به آن نخواهید حتی از آن خارج شوید.

روندا (Ronda) - اسپانیا

روندا شهریست که در ارتفاع قرار گرفته است و در آن می‌توان ساختمان‌های تاریخی و خارق‌العاده‌ای را دید. یکی از دیدنی‌های این شهر حمام‌های عربی آن است که در قرن ۱۴ ساخته شده‌اند. گذر کردن از پل Puente Nuevo که به روی تنگه ال تاجو ساخته شده است از محبوب‌ترین کارهای گردشگران این منطقه است. اطراف روندا ریزورت‌های اصلی نظیر مالایا و ماریلا واقع شده‌اند.



چسکی کروملوف (Cesky Krumlov) - جمهوری چک

با بازدید کردن از شهر کوچک و رویایی چسکی کروملوف به قرون وسطی سفر خواهید کرد. ساختمان‌های باروک قرن ۱۸ را می‌توان در کنار خیابان‌ها دید. این شهر توسط یک رودخانه به دو قسمت تقسیم شده است که در وسط آن یک قلعه زیبا به سبک گوتیک قرار گرفته است که مربوط به قرن ۱۳ می‌باشد.

اگویسهیم (Eguisheim) - فرانسه

در نزدیکی رود راین و مرز آلمان ، شهر کوچک اگویسهیم قرار دارد که همانند سایر دیدنی‌های فرانسه نمی‌باشد. این منطقه بیشتر بخاطر زمین‌های کاشت انگور در اروپا شهرت دارد. ساختمان‌های اگویسهیم به قرن‌ها پیش بازمی‌گردند و خیابان های باریک و سنگفرش آن نیز همین را می‌گوید. شهری است بینظیر و دوست داشتنی که فراموشش نمی‌کنید.



وب سایت بسیار پیشترفته ایران استار برای راحتی و موفقیت شما طراحی شده است

آب و هوا
(۱۰۵ روز آینده)
ساعت و تاریخ
تورتو و ایران در هر لحظه

آخرین اخبار روز کانادا

مهمترین خبر

اخبار مهم

تبلیغات

سر فصل‌ها
موضوعات دیدنی
کلیک کنید تا همه را ببینید

موارد
موضوعات دیدنی
کلیک کنید تا همه را ببینید

با شما
هر آنچه که باید از هر شغلی برای زندگی خودتان بدانید

از ما بپرسید

دایرکتوری

به ما بپیوندید

نظرتان در مورد ما چیست؟

در نظر سنجی شرکت کنید

آخرین نسخه چاپی این هفته نشریه

ایران استار در هر جا که هستید ۸ شبکه اجتماعی

برای داشتن خانه‌ای مرتب، چه چیزهایی را باید دور بریزیم

بالا هستند، اما حقیقت این است که هر چند مدت باید ادویه‌های قدیمی و بی‌استفاده خود را دور بریزید و جای آن‌ها را با ادویه‌های تازه و پر استفاده پر کنید.

حذف لوازم آرایشی بی استفاده

همه ما مجموعه‌های کوچکی با بزرگ از مواد آرایشی داریم که بنا به هر دلیلی با پوست ما ناسازگار هستند و یا به مطابق با سلیقه ما نیستند بنابراین در روند مرتب کردن خانه خود باید به سرعت آن‌ها را دور بریزید و فضای خود را خالی از این عناصر کنید.

حذف تکنولوژی‌های قدیمی

جهان تکنولوژی جهان سرعت است و هر روز نسخه‌های جدید و پیشرفته‌تری از این تکنولوژی در اختیار ما قرار می‌گیرد. بد نیست به هر خود سری بزنید حتماً با تلفن همراه، واکمن و یا لوازم برقی قدیمی بسیاری مواجه می‌شوید که بهتر است در اسرع وقت آن‌ها را دور بریزید و فضای خود را خالی کنید.

حذف لوازم قدیمی اتاق کودک

بچه‌ها به سرعت در حال رشد هستند و نیاز به لوازم و اثاثیه تازه دارند بنابراین با رشد دلبندانتان باید لوازمی مانند تخت، کمد و لباس و اسباب بازی‌های قدیمی‌شان دور بریزید و یا اگر سالم هستند آن‌ها را به خیریه‌ها ببخشید و با این کار روند مرتب کردن خانه خود را به حداقل می‌رسانید و همیشه خانه منظم خواهید داشت.

حذف ویدئوهای قدیمی

همان طور که در بند قبل در رابطه با تکنولوژی و حذف لوازم با تکنولوژی قدیمی صحبت کردیم در رابطه با فیلم‌های ویدئویی قدیمی هم این موضوع صدق می‌کند، ویدئوی قدیمی را می‌توانید به سادگی تبدیل به سی دی کنید و یا در یک هارد ذخیره کنید و به سادگی یک نسخه از تمام آن‌ها را در اختیار داشته باشید تا فضای کمتری از شما اشغال کند و مرتب کردن دکوراسیون شما را به حداقل برساند.

حذف سی دی‌های قدیمی

سی دی‌های قدیمی هم مانند فیلم‌های ویدئویی نیاز به بازبینی دارند، می‌توانید این سی دی‌ها را دسته بندی کنید و فیلم‌ها، بازی‌ها و یا انیمیشن‌های قدیمی را به دیگران هدیه دهید و به سادگی فضای خود را مرتب کنید.



گرفته‌اید، قطعاً جایی در دکوراسیون شما نداشتند و یا برای مدت کوتاهی مهمان دکوراسیون شما بوده‌اند، با حذف این عناصر به سادگی می‌توانید فضای دکوراسیون خود را چند برابر کنید و زمان مرتب کردن خانه خود را کوتاه‌تر کنید.

حذف کتاب‌هایی که دوستشان ندارید

در خانه همه ما کتاب‌هایی است که خوانده‌ایم و بنا به هر دلیلی مطابق با سبک و سیاق سلیقه ما نبوده است بنابراین نیازی نیست گنجینه‌ای از آن‌ها تهیه کنید و مقابل چشمتان قرار دهید، کافی است جعبه‌ای بیاورید و همه آن‌ها را به کتابخانه اهدا کنید و به سادگی فضای خود را بزرگ تر و زمان مرتب کردن خانه خود را به حداقل برسانید.

حذف لوازم شکسته

یکی از مهمترین لوازمی که باید به سرعت از دکوراسیون داخلی خود دور بریزید لوازم شکسته مثل لیوان‌های لب پر، و یا ظروف ترک برداشته است که حتماً باید به سرعت آن‌ها را از دکوراسیون خود بیرون کنید.

حذف ظروف پلاستیکی ناقص

کابینت را باز کنید، ظروف پلاستیکی بدون درب و یا تغییر شکل یافته همه این جزئیات کالاهایی هستند که باید به سرعت از فضای داخلی خود دور کنید، این ظروف تنها فضای دکوراسیون شما را محدود و مدت زمان مرتب کردن خانه شما را طولانی‌تر می‌کند.

حذف ادویه های قدیمی

شاید در نگاه اول ادویه‌ها از جمله مواد غذایی با طول عمر

معمولاً مرتب کردن یک خانه در هم و برهم کار بسیار دشواری است، به همین دلیل برای مرتب کردن و نظم دهی چنین فضایی بهتر است جزئیات بیهوده و بلا استفاده خود را دور بریزید. با این کار فضایی بیشتری برای طبقه بندی و نظم دهی لوازم و وسایل خود خواهید داشت همچنین با حذف این عناصر مرتب کردن خانه خود را به کوتاه‌ترین زمان ممکن خواهید رساند. پس با ما همراه باشید تا شما را با این جزئیات بیشتر آشنا کنیم.

مرتب کردن خانه، لوازم امانت گرفته شده

عناصر و جزئیاتی که به شما امانت داده‌اند یا حتی خودتان امانت

Taher landscaping شرکت فضای سبز طاهر

با ۲۰+ سال تجربه

+ 20 Years Experience

فنس، دک، آلاچیق، گزیبو، و کلیه کارهای چوبی Outdoor

مشورت و مشاورت
بر آورد قیمت
مجانای میباشد

کلیه کارهای ما با گارانتی و بیمه همراه است

Tell: 647-802-3592
www.taherlandscaping.com
taherlandscaping@yahoo.ca

Homa Volleyball CLUB
Boys & Girls

ناصر پیشوا Nasser Pishva
با ۵۰ سال تجربه آموزش والیبال در ایران و کانادا

416-818-0940

تینا بهرامی (کانادایی)
416.834.4205 Office: 416.443.0300
ROYAL LEPAGE
Tina Bahrami Real Estate Broker
Official sponsor of Homa Volleyball Team

- ۴۵۰ چاپ تهران ۱۳۹۰ از انتشارات (پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی).
- ۲ دکتر مریم میراحمدی: تاریخ تحولات ایران شناسی دوران اسلامی ص ۶۹ چاپ تهران ۱۳۹۵ انتشارات طهوری.
- ۳ هوشنگ اتحاد: پژوهشگران معاصر ایران، جلد ۵ ص ۲۶۸ چاپ تهران ۱۳۸۱، از انتشارات فرهنگ معاصر.
- ۴ ویکی‌پدیا فارسی: مقاله آنه ماری شیمل.
- ۵ تاریخ ایران کامبریج، دوره تیموریان، فصل ۱۲ مقاله "حافظ و معاصرانش" ترجمه یعقوب آژند ص ۴۳۰-۴۴۷. چاپ تهران ۱۳۷۹ از انتشارات جامی.
- ۶ سایت اینترنتی ویکی شیعیه: مقاله آنه ماری شیمل.
- ۷ سایت اینترنتی حوزه: مقاله آنه ماری شیمل.
- ۸ سایت اینترنتی فرزانتان: مقاله آنه ماری شیمل.
- ۹ محمد رستمی: ایرانشناسان و ادبیات فارسی ص ۶۹۶-۷۰۱ چاپ تهران ۱۳۹۰ از انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، به نقل از مجله آینده سال ۱۴ شماره ۸-۶ ص ۳۵۵-۳۶۰ ترجمه مجید جلیل وند.

محمد علی اختری،

سردفتر باز نشستگان اسنادرسمی، ساکن تورنتو است

۹۰۵۷۵۸۹۳۲۵

- ۲۲- آته
۱۵. ادیان جهان، مختصر تاریخ ادیان چاپ ۱۹۵۱.
۱۶. گزیده‌ای از مقدمه ابن خلدون چاپ ۱۹۵۱.
۱۷. جاویدنامه از دکتر محمد اقبال لاهوری (ترجمه) چاپ ۱۹۵۷.
۱۸. بال جبرائیل از دکتر محمد اقبال لاهوری (ترجمه) چاپ ۱۹۶۳.
۱۹. پیام مشرق از دکتر محمد اقبال لاهوری چاپ ۱۹۶۳.
۲۰. مقدمه‌ای بر اسلام چاپ ۱۹۹۰. زبور عجم از دکتر محمد اقبال لاهوری (ترجمه).
۲۱. میرزا اسدالله غالب.
۲۲. اسلام در شبه قاره هند.
۲۳. فیه مافیه از پدیر مولانا رومی (ترجمه).
۲۵. مسیح و مریم در شعر فارسی چاپ ۱۹۹۳/۲۶.
۲۶. حضرت مسیح و مریم: صور خیال در شعر رومی چاپ ۱۹۹۴.
۲۷. ستاره و گل، دنیای تصویرها در شعر فارسی چاپ ۱۹۸۴.
۲۸. حافظ و معاصرانش از آنه ماری شیمل ترجمه از یعقوب آژند در کتاب تاریخ ایران کمبریج دوره تیموریان.
۱. محمد رستمی: ایران‌شناسان و ادبیات فارسی صص ۴۴۹-

استخدام

به یک نفر کاملاً مسلط به QuickBooks
Excel و امور حسابداری
با سابقه کار نیازمندیم
905-597-0740

استخدام - پیتزا نوا، اوکویل

به یک پیتزا میکر
نیمه وقت - تمام وقت نیازمندیم
می‌توانید نکست بزنید
905-407-7831
905-827-8063 PIZZA NOVA

استخدام - Pizza Hut

به تعدادی پیتزایمیکر و راننده
در منطقه ریچموند هیل نیازمندیم
(پرداخت روزانه نقدی)
10 Headdon gate, Richmond Hill
E-mail: ph.richmondhill@outlook.com


 دو موقعیت عالی برای اجاره

خانه بزرگ
پنج اتاق خوابه
در نزدیکی بهترین دبیرستان
ریچموند هیل
برای اجاره فوری
\$3650
647-808-3450

دعوت به سرمایه گذاری

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

رستوران خانوادگی ۲۴ ساعته دربند

کترینگ: ۸۲۳۲-۸۳۲-۶۴۷
کله پاچه
دیزی سنتی
حلیم
غذای تازه و لذیذ را
با ما امتحان کنید
رستوران: ۱۷۷۷-۴۴۵-۴۱۶
879 York Mills Road, North York, ON M3B 1Y5

 مجتمع
 پویا

- ✓ خدمات مالی و حسابداری
- ✓ خرید، فروش و اجاره مسکن
- ✓ خدمات امور مهاجرتی

416.225.6600 , 6347 Yonge St.
pouyacommercial.com

مهر

با برنامه بودن و با تاکتیک عمل کردن، تنها ویژگی مطلوب شما نیست. شما ویژگی‌های خوب بسیاری دارید، اما نسبت به احساسات دیگران بی‌توجه هستید. با این حال امروز اوضاع کاملاً فرق کرده است. امروز برای شما فرصت برای شروع دوباره است تا تغییراتی اساسی در زندگیتان ایجاد کنید. شما قابلیت این را پیدا خواهید کرد که احساسات و عقاید دیگران را درک کنید و به روشی منطقی و اصولی به آنها پاسخی مناسب دهید.

آبان

مطمئن باشید تلاش‌هایتان بی نتیجه نخواهند ماند، پس در عین خوش بین بودن تمام سعی خود را برای رسیدن به خواسته‌هایتان به کار بگیرید. تغییرات پیش‌بینی نشده در مسیر حرفه‌ای‌تان امروز شما را غافلگیر خواهد کرد. این در واقع هشدار است برای شما تا هر گونه شک و تردیدی که در وجودتان هست را مورد بررسی قرار داده و با افرادی که با آنها در ارتباط هستند در میان بگذارید و این مسائل را یک بار برای همیشه حل کنید.

آذر

شاید پیش از این در پا پیش گذاشتن و به کارگیری ایده‌هایتان درنگ کرده باشید، اما موفقیت‌های اخیرتان اعتماد به نفس لازم برای انجام این کار و دنبال کردن اهدافتان را در اختیارشان قرار داده‌اند. خوشبختانه اطرافیان و به ویژه آنهایی که نسبت به شما در موقعیت بهتر و بالاتری قرار دارند شما را مورد حمایت خود قرار خواهند داد.

دی

امروز شما احساس می‌کنید که همه چیز را تحت کنترل دارید و می‌توانید هر کاری که دلتان بخواهد را با موفقیت انجام دهید. اکنون زمان فوق‌العاده‌ای برای شروع پروژه‌های است که مدتی قصد آغاز آن را داشته‌اید اما به هر دلیلی موفق نشده‌اید. شما بدون شک موفق خواهید بود، اما باید مواظب باشید خودتان عامل شکست خود نشوید. به توانایی‌های خودتان اعتماد داشته باشید و در راه دست‌یابی به رویاهایان با قدم‌هایی محکم گام بردارید.

بهمن

امروز یک آشنایی ساده ممکن است به صورتی کاملاً غیر منتظره به احساسی عاشقانه تبدیل شود و هیچ کس به اندازه خودتان از این اتفاق غافلگیر نخواهد شد. پیش از هر اقدامی خوب فکر کنید، اگر احساس می‌کنید این حستان ممکن است زودگذر باشد دست نگه دارید و کاری نکنید که این دوستی و آشنایی تباه شود. شاید رفتاری از خودتان نشان دهید که احترامی که بین شما و طرف مقابلتان وجود داشته برای همیشه از بین برود و رابطه‌تان هیچ‌گاه به حالت قبلی باز نگردد.

اسفند

احساس می‌کنید قدرت فوق‌العاده‌ای را در اختیار دارید و می‌توانید کارهای زیادی را انجام دهید. به احتمال زیاد خلق یا شماست و می‌توانید در انجام تقریباً هر کاری که خودتان بخواهید موفق باشید. هرچیزی که ذهن و توجهتان را به آن معطوف کنید خیلی خوب پیش خواهد رفت. فقط مواظب باشید زیاد روی نکنید و با انجام کارهای بیش از حد خودتان را خسته نکنید و یا مسئولیت‌هایی که در حد توانتان نیستند را نپذیرید.

فروردین

امروز ارتباط برقرار کردن با دیگران برایتان سخت خواهد بود. از آنجا که شما فردی اجتماعی هستید، این وضعیت برایتان غیرعادی خواهد بود. در واقع وقتی با دوستانتان خوش و بش می‌کنید، حرف‌های آنها شما را گیج و سردرگم می‌کند و شاید منظور حرف‌های آنها را نفهمید. این موضوع، با توجه به شخصیت دوستانه شما، بسیار عجیب است. یک مدت به خودتان استراحت دهید.

اردیبهشت

آدم‌های جدیدی وارد زندگیتان می‌شوند. ممکن است افرادی امشب سر زده برای شام به مهمانی شما بیایند. امروز برای شما همه چیز غیر قابل پیش‌بینی می‌باشد. مقداری غذای اضافه در منزلتان نگه دارید و منتظر بمانید تا ببینید چه پیش خواهد آمد. یادتان باشد که استقبال گرمی از مهمانان داشته باشید. هر چند که بدون دعوت به مهمانی شما آمده باشد.

خرداد

حواستان را برای هر پیشامد غیر منتظره‌ای جمع کنید. ممکن است با کسی روبرو شود که برای شما اطلاعات ارزشمندی را به همراه داشته باشد. شاید در حال حاضر به اینک این اطلاعات مقدر ارزشمند هستند پی نبرید ولی این اطلاعات اگر درست به کار گرفته شوند تأثیر خیلی زیادی در زندگی شما خواهند داشت. این ممکن است آغاز یک تغییر بزرگ در زندگی شما باشد. تغییری که نه تنها زندگی شما را، بلکه زندگی تمام کسانی را که با شما زندگی می‌کنند، دگرگون خواهد کرد.

تیر

امروز روز برآورده شدن آرزوهای شماست. یک اتفاق بسیار غیر منتظره پیش خواهد آمد و از جایی که فکرش را نمی‌کنید پول زیادی به دستتان خواهد رسید. اندکی طول می‌کشد تا به این ثروت باد آورده عادت کنید. امروز روزی پر از شانس برای شما می‌باشد. شاید تصمیم بگیرید که با استفاده از این پول روش زندگیتان را تغییر دهید. ممکن است بخواهید به شهر دیگری نقل مکان کنید طوری زندگیتان را تغییر دهید که به نفعتان باشد.

مرداد

بهتر است زمان بیشتری را به ارتقای مهارت‌هایتان اختصاص دهید. اگر بخواهید زمانی که به نویسندگی اختصاص می‌دهید را کاهش دهید تا به دیگر کارهایتان برسید نمی‌توانید در این کار پیشرفت زیادی داشته باشید. کمی بیشتر برای انجام کارهای با ارزشی مانند نویسندگی و کارهایی که در آنها استعداد دارید وقت بگذارید. به یاد داشته باشید که در حال حاضر مهمترین چیز برای شما پیشرفت در کارهایی است که به آنها علاقه دارید. یک هفته را به نویسندگی اختصاص دهید و ببینید چه نتیجه‌ای خواهید گرفت!

شهریور

اگر همین امروز چمدانتان را نبندید و راهی یک سفر هیجان‌انگیز نشوید هم به زودی این کار را انجام خواهید داد. شما نیاز شدیدی به ماجراجویی احساس می‌کنید و هیچ چیزی نمی‌تواند به خوبی سفر کردن این عطش را برطرف کند. حواستان به کیف پول و رمز کارت‌های بانکی‌تان و هر چیزی که به حساب و کتاب‌های مالی مربوط می‌شود باشد، زیرا با یک بی‌احتیاطی کوچک ممکن است درگیر بحث در مورد مسائل مالی شوید.

با آجیل و خشکبار تازه
۷ صبح تا
۱۲ شب

سوپر هفت سین

لذت شب‌نشینی‌های خاطره‌انگیز خود را دو چندان کنید



در ریچموند هیل

Elgin Mills
Nofrills
Levendale
Major Mac

26 Levendale Rd.,
Richmond Hill, ON
L4C 4H2

905-737-7934

Hamid Auto Service Inc.
تعمیرگاه، صافکاری و نقاشی در ریچموند هیل



- ✓ سبقتی و امیشن تست (سواری، کامیون)
- ✓ قبول انواع بیمه، پرداخت "دیداکتبل"
- ✓ تعمیر جلوبندی و میزان فرمان
- ✓ خریدار اتومبیل‌های فرسوده
- ✓ سرویس گولر اتومبیل
- ✓ عیب‌یابی با کامپیوتر

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

بدون وقت قبلی
در طول مدت تعمیر، اتومبیل اجاره‌ای در اختیار شما قرار می‌گیرد
با انجام هر گونه تعمیرات، بکسل خدمات تویوتو و جنادهای رایگان بگردید

Tel: 416.967.1616
1.877.967.1616

www.HamidAuto.com
info@HamidAuto.com
28 Industrial Rd. Richmond Hill, ON L4C 2Y1

VISA MasterCard

آموزش عملی و تئوری اولتراسوند (مدیکال سونوگرافی)
برای پزشکان و گروه‌های غیر پزشکی

دروس پایه: فیزیک-آناتومی
Basic Courses: Physics-Anatomy

Specialities: دروس تخصصی: Abdomen, Pelvis, Vascular, Msk, OB/GYN(TV,Breast) Small parts(Thyroid, ...)

کلاسهای آماده‌ای برای امتحانات ARDMS شامل نمونه سوالات و تکمیل مدارک
Preparation for ARDMS Exams (Sample Questions - Scans)
معرفی نامه جهت کارورزی در کلینیک
Referral letter for training on real Patients

دکتر نظام طیاری
دکتر کوروش سرستی
ARDMS, CARDUP registered

647-219-6939 647-709-0233 torontoultrasoundpractice@yahoo.ca

خشک‌شوئی و تعمیرات البسه

PLUS 1 CLEANERS

PANTS HEMMING \$ 4.99
PANTS WAIST IN/OUT \$ 7.99 & UP
PANTS CHANGE ZIPPER \$ 7.99 & UP
JACKET SLEEVE SHORTENING & 20

905-883-5254
کوتاه کردن شلوار فقط ۴/۹۹ دلار

تمام قیمت‌ها با ارائه این آگهی
یا بگ بالاتر از میجر مکنزی
روربری هفت سین No Frills

36 Levendale Road, Richmond Hill, L4C 4H2



جدول سودوکو یک جدول زائپی هست که به آن جدول اعداد متقاطع هم گفته میشه. این جدول یک جدول مربعی شکل هست که از ۹ سطر و ۹ ستون تشکیل شده است. از طرفی به ۹ تا مربع مساوی هم تقسیم شده بطوری که آن مربع‌های ۳ در ۳ داخلی در دل مربع اصلی قرار دارند و به آنها بلوک گفته می‌شود.
قانون های این بازی شامل ۴ شرط اصلی و ساده است:

همه سطر و ستون ها شامل اعداد بین ۱ تا ۹ باشد.
 در هیچ سطری عدد تکراری نباشد. / در هیچ ستونی / در هیچ بلوکی عدد تکراری نباشد

چطور جدول سودوکو را حل کنیم؟

مهمترین عامل در رسیدن به جواب نهایی در بازی‌هایی مانند سودوکو بی تردید به کار بردن منطق و استدلال‌های منطقی می‌باشد. با تمرکز بر روی جدول و دنبال کردن ردیف‌ها و ستون‌ها و اعمال قوانین حاکم بر بازی می‌توان خانه‌ها را یکی پس از دیگری پر و راه را برای تکمیل جدول هموارتر نمود.

سخت

9				2	4			3
				4			8	
		8	3					7
5			8					
				9	7	2		
				3				
8								7 1
	6		9	2				4
		9				5		

۲۴۸

متوسط

	5						2	
1				3		8		9
2					6			4
				7				
	6			8			7	
7	8	4						1
					2		6	
	3			1				
	8							

۲۴۶

آسان

		2		4	5	6		1
4								
		8	3		1	2		
1				4				9
		7	8	6				1
3								7
		2						6
7		1		8	4			
8			2					

۲۴۴

1	7							4
				5	3			
		7		3	2			1
		3	9					5
	9		1					7
				9				
2			4		1			6
		9	5	7				

۲۴۹

		9						
		6			1			5
	5						7	3
	6	3						9
	7	5		2				
			8		6	4		
		4	1		9			
						5		1
	3					8		

۲۴۷

		4						3
		7		5		3		2
1	2			9	6			8
				9				
						7	8	4
6	1	7		4			9	3
3				7				
7	6	1			4			
						8		5

۲۴۵

1	5	4	9	3	8	6	7	2
7	2	9	6	4	1	8	3	5
8	6	3	7	2	5	9	1	4
2	7	5	8	9	6	3	4	1
9	1	6	4	7	3	2	5	8
3	4	8	1	5	2	7	6	9
4	8	1	3	6	9	5	2	7
5	3	7	2	8	4	1	9	6
6	9	2	5	1	7	4	8	3

۲۴۲ پاسخ

6	3	7	1	4	5	2	8	9
9	1	4	6	2	8	7	5	3
2	8	5	7	3	9	4	1	6
3	4	9	2	1	7	5	6	8
7	2	1	8	5	6	9	3	4
8	5	6	4	9	3	1	2	7
1	7	8	9	6	2	3	4	5
4	6	3	5	7	1	8	9	2
5	9	2	3	8	4	6	7	1

۲۴۰ پاسخ

6	3	9	4	5	7	8	2	1
7	5	8	3	1	2	4	9	6
1	2	4	9	6	8	3	5	7
5	1	2	6	4	3	7	8	9
9	7	6	8	2	1	5	3	4
8	4	3	5	7	9	6	1	2
2	6	1	7	3	5	9	4	8
3	8	7	1	9	4	2	6	5
4	9	5	2	8	6	1	7	3

۲۳۸ پاسخ

1	6	4	7	2	5	8	3	9
3	7	8	4	6	9	5	1	2
2	9	5	8	1	3	4	6	7
6	8	1	5	9	4	7	2	3
9	2	3	1	7	8	6	5	4
4	5	7	2	3	6	9	8	1
5	4	9	3	8	2	1	7	6
7	3	6	9	5	1	2	4	8
8	1	2	6	4	7	3	9	5

۲۴۳ پاسخ

7	5	1	8	2	6	3	9	4
4	2	9	5	7	3	6	8	1
8	6	3	4	9	1	7	5	2
2	7	6	1	8	9	4	3	5
3	4	5	2	6	7	8	1	9
9	1	8	3	4	5	2	6	7
1	9	2	6	3	4	5	7	8
5	3	4	7	1	8	9	2	6
6	8	7	9	5	2	1	4	3

۲۴۱ پاسخ

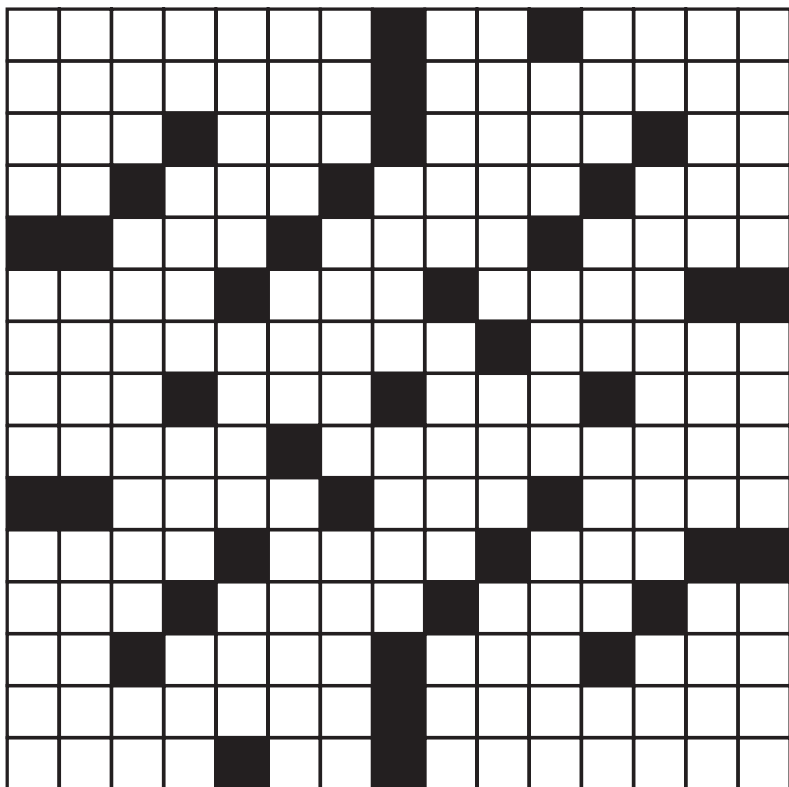
6	2	7	1	3	9	8	4	5
8	1	9	2	5	4	6	7	3
3	4	5	6	7	8	9	1	2
7	9	6	8	2	5	1	3	4
1	3	8	7	4	6	2	5	9
2	5	4	9	1	3	7	6	8
4	6	1	3	8	2	5	9	7
5	7	2	4	9	1	3	8	6
9	8	3	5	6	7	4	2	1

۲۳۹ پاسخ

جدول

شماره ۱۲۰۲ - الف

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



- افقی**
- ۱- بشقاب بزرگ - سرما - جوال بزرگ
 - ۲- پنجره‌ای که از میله‌های فلزی درست کنند (دریچه) - حلقه فلزی زینتی
 - ۳- واژدن - طایفه‌ای از اهلی هندوستان - روشنایی بخش - اهلی
 - ۴- معجزه - از آلات موسیقی قدیم - پرندۀ ملخ‌خوار - همه را شامل می‌شود
 - ۵- درودگر - نژاد ایرانی - مردم
 - ۶- بوی چوب عود - گوسفند شاختاری - فریاد و خروش
 - ۷- جمع مکتب - دوزخ و جهنم
 - ۸- رشد کردن - کلمه پرسش و سوال - حیوان نجیب - خنک
 - ۹- بهشت یا فردوس - نمایاندن
 - ۱۰- آتش‌زنۀ مدرن - صاحب همت - گشاده‌رو
 - ۱۱- منظره خارجی بنا و عمارت - پدر شعر نو - سرد و خنک
 - ۱۲- درون دهان - پنیر تازه - آرد گندم که آن را دوبار بیخته باشند - نی باریک
 - ۱۳- حسن معاشرت - از گندۀ برمی‌خیزد - تهی‌دست - رمق
 - ۱۴- تاخت و تاز و جولان - فرشته روز رستاخیز
 - ۱۵- جشن ایرانیان قدیم در روز دوم بهمن - صنم - زیور و پیرایه

عمودی

- ۱- نام یکی از منازل قمر در برج ثور - کمان پنهانی - نویسنده
- ۲- داربست انگور - قوس - کیسه زر
- ۳- نقش هنرپیشه - بردباری داشتن - گنگ شدن
- ۴- بی‌نظیر - پوشیدنی - کامل‌تر - کنسرو ماهی
- ۵- زشت - وخامت امر - رگ‌های گردن
- ۶- حیوان بی‌آزار از قبیل گاو و گوسفند - توانگری - منفذ
- ۷- مانند قمر - دهلیز - خون‌بها
- ۸- بی‌همتا - پوست دباغی شده
- ۹- روح و روان - گرمای داشتن - شهری در استان هرمزگان
- ۱۰- خوی گیرنده - ابریشم نخاله - اسراف کننده و تهی دست
- ۱۱- چشم‌براه - تن‌پوش - رشته مروارید
- ۱۲- شیار باریک - مایل - گمان - سِرّ و حرف نگفتنی
- ۱۳- ترکیب اسید با الکال - آراستگی و نظم در خانه و زندگی - قیمت بازاری
- ۱۴- دید و نظر - همراهی - شلوار جنگی در قدیم
- ۱۵- انتظار - برجی که کبوتران در آن خانه کنند - برهان و آنچه برای ثابت کردن امری بیاورند

پاسخ شماره ۱۲۰۱ - الف

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

س	ا	ک	ن	م	ط	ب	و	ع			ک	م	ی	ک
ا	س	ا	م	ا	ت	ر	ی	ا	ق		ا	ه	ل	ی
ت	ر	ا	ن	س	و	ا	ل	ر	ز	م	ن	ا	و	
ن	ا	ل	م	ر	ب	ی	ب	ا	ر	ا	ن	ی		
			ن	ر	م	ل	ب	س	د	ا	و			
پ	ل	ا	ن	ک	س	ا	ر	ه	ن	ی	ا	م		
ر	و	م	ا	ن	ی	د	و	ل	ت	س	ا			
گ	ا	ه	ن	ا	م	ه	د	ا	ر	د	ا	ن	ل	
ا	ز	ر	ا	م	ا	ک	ا	ر	س	ا	ز			
ر	م	ا	ن	م	ا	م	ن	ب	س	ت	ن	ی		
			ب	ا	د	م	ی	و	ه	ر	ا			
ت	ا	س	و	ع	ا	د	ر	ا	م	ن	ی	ا		
ا	م	ت	د	ا	د	و	ا	ل	ا	ت	ب	ا	ر	
ب	ا	ن	ی	ا	ه	ا	ن	ت	ا	و	ر	د		
ه	ل	ی	س	ک	ا	ر	ی	ر	ک	ل	ا	ه		

شرکت ساختمانی Jack



انجام کلیه کارهای پشت‌بام:
✓ Shingles, Flat, تعمیرات ..



چنانچه زیر زمین خانه شما
✓ نم و یا آب می‌دهد
Basement Leaking
✓ ناودان و کلیه کارهای آلومینیوم

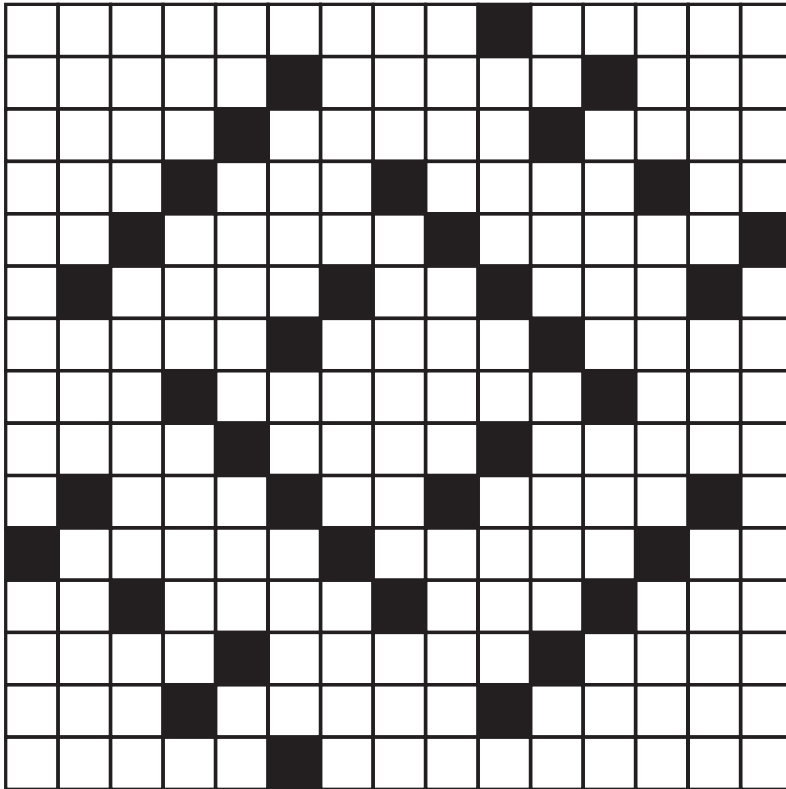
✓ رنگ، هاردوود و غیره

416-402-4917

جدول

شماره ۱۲۰۲ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱

۱
۲
۳
۴
۵
۶
۷
۸
۹
۱۰
۱۱
۱۲
۱۳
۱۴
۱۵

افقی

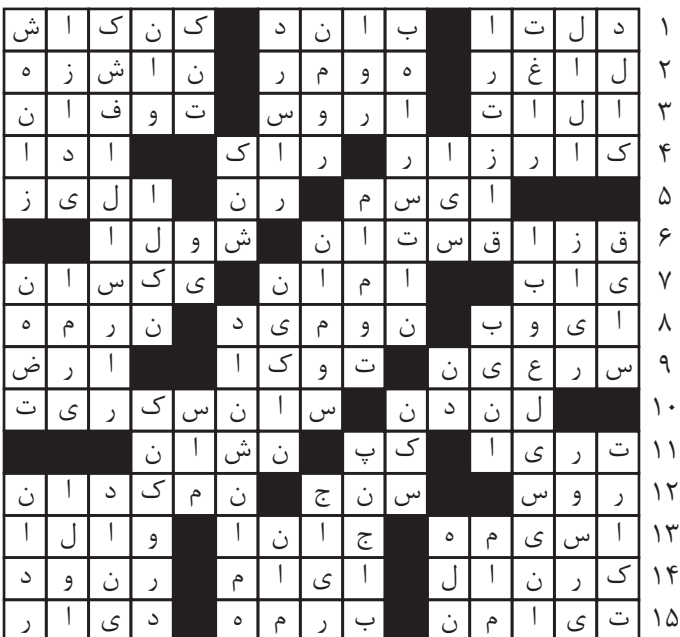
- ۱- قلعه حسن صباح - اثر معروف ویل دورانت، مورخ آمریکایی
- ۲- گهواره - پخت غذا در معده - سوپ وطنی
- ۳- سبزی صحرائی - نویسنده فرانسوی کتاب "کلمات" - وسیله پرواز انفرادی
- ۴- خاک سرخ - سنگی سفید و شفاف - از ادات شرط - برداشت محصول
- ۵- خواهش‌ها - فیلسوف و ریاضی‌دان فرانسوی و نویسنده "رساله در انفعالات نفسانی" - مساوی
- ۶- اهلی - پیشوند نداری - تیری که با کمان انداخته شود
- ۷- فرآورده نفتی و روان‌ساز قطعات فلزی - لوله‌ای یا - مجموعه تلویزیونی
- ۸- پایتخت کشور اتریش - کتابی از "اوهنری" - شهری در استان آذربایجان غربی
- ۹- سراینده مثنوی "جمشید و خورشید" - خشم گرفته - شالوده‌ها
- ۱۰- رونده راهی - بحر - ذوق ذاتی
- ۱۱- نشانه مفعول - ارث بجا مانده - خواب آشفته
- ۱۲- آلوچه ترش - سفینه مجهز دریایی - کلمه احترام‌آمیز برای خانم‌ها - حرص و طمع
- ۱۳- آگاه و خبره - کمیاب و بی‌مانند - شتر تندرو
- ۱۴- پیشگاه اتاق - نمای ساختمان - قدرت بینایی
- ۱۵- شاعر و ادیب ایرانی و مولف "حدایق السحر" - هدیه‌ای برای کاری خوب و شایسته

عمودی

- ۱- کارها و انفعال - نقاش فرانسوی تابلوی «رقص در آسیا»
- ۲- مرکز تبت - مکر و تزویر - ناخالصی
- ۳- نمونه و سرمشق - گوسفند استرالیایی با پشم مرغوب - شکل اجسام گرد
- ۴- آستانه در - واحد شیشه - فریاد عدالت‌خواهی
- ۵- تنها و یکتا - میوه کال - سفره بزرگ طعام - تازه
- ۶- جناح لشکر - چله کمان - پارچه نخی پنبه‌ای
- ۷- خاتمه و پایان - سرد و خنک - آمد و شد بسیار
- ۸- زادگاه حضرت ابراهیم - از شاخه‌های علم مکانیک - موجب شفا
- ۹- شاخه تازه درخت - پارسنگ ترازو - از آلات موسیقی قدیم
- ۱۰- کتاب داستان - یک لحظه کوتاه - روحانی مصریان باستان
- ۱۱- اختلال در طنین صدا - نویسنده کتاب "مدح دیوانگی" - بدان و آگاه باش - برجستگی لاستیک خودرو
- ۱۲- موی پیشانی اسب - پارچه مشبک - پرجمعیت و مملو
- ۱۳- هدف و مقصود - از پادشاهان کیانی - کاری که با دست انجام پذیرد
- ۱۴- شغل تدریس در دوره متوسطه - بانگ و صدا - خوش خلق
- ۱۵- از مکاتب ادبی جهان که "امیل زولا" بنیان‌ش نهاد - ذی‌حیات

پاسخ شماره ۱۲۰۱ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



FUTURLAND Homes

RENOVATION

بازسازی و نوسازی
خانه و آپارتمان‌های قدیمی

با بهترین کیفیت
و مناسب‌ترین قیمت

(416) 454-7259

Salumeh

تلفن های مشاغل در تورنتو

تلفن های ضروری

416-759-3019	البرز	416-752-9494	best Auto Services - صافکاری، خرید و فروش
905-764-0202 EX 108.....	صبوحی	416-736-8880	bell Auto (کامران) - نمایشگاه
416-431-4847 EX 235.....	مدرسه فارسی تورنتو	905-882-4726	Tehran Auto (بهروز) - تعمیرگاه
905-482-4822	Advanced Academy		
416-288-9868	دبیرستان راه سبز (Green Road Academy)		
416-441-2656	ریاضی، فیزیک مصیبی		
416-496-9566	دبیرستان Toronto Academy		
905-771-7147	دبیرستان و هنرستان صبوحی		
416-223-4120	فاطمی زاده		
416-665-6886	مدرسه فارسی سینا		
905-597-0096	دبیرستان انتگرال		
416-431-4847	اسحاقی (ریاضی و آمار)		
905-763-1061			
416-918-6950			

مرکز امام علی	بنیاد پریا	کمک به مهاجرین	خبریه پردیس	مرکز ولیعصر (عج)	انجمن ایرانیان	سازمان زنان	کانون مهندسين	کانون شهروندان ارشد	مرکز خانواده	حمایت از بیماران سرطانی	سازمان کاستی	تلویزیون ایران زمین	متوفیات و کفن و دفن
---------------	------------	----------------	-------------	------------------	----------------	-------------	---------------	---------------------	--------------	-------------------------	--------------	---------------------	---------------------

آموزش تحصیلی

416-875-0909	البرز	416-752-9494	best Auto Services - صافکاری، خرید و فروش
416-221-2111	صبوحی	416-736-8880	bell Auto (کامران) - نمایشگاه
416-843-3387	مدرسه فارسی تورنتو	905-882-4726	Tehran Auto (بهروز) - تعمیرگاه
905-737-8282	Advanced Academy		
905-770-3949	دبیرستان راه سبز (Green Road Academy)		
647-274-3050	ریاضی، فیزیک مصیبی		
647-274-3050	دبیرستان Toronto Academy		
416-221-2111	دبیرستان و هنرستان صبوحی		
416-497-3107	فاطمی زاده		
416-590-9479	مدرسه فارسی سینا		
416-497-3107	دبیرستان انتگرال		
416-224-1902	اسحاقی (ریاضی و آمار)		

آموزش ورزشهای رزمی

416-398-5958	جلیل زاده
--------------	-----------

آموزش رانندگی

416-873-0084	آریا
416-897-6665	کیان

آموزش موسیقی

416-571-4256	حسین افصلی (تار و سه تار)
--------------	---------------------------

آموزش نقاشی

416-221-2111	آکادمی صبوحی
--------------	--------------

الکترونیک

416-494-8136	الکترونیک سورا
--------------	----------------

اتومبیل - کرایه

905-853-5922	Thrifty Car Rental
--------------	--------------------

املاک، مسکن

416-315-6643	امید گرگانی
647-893-4447	امید امیری
416-804-0124	احسان صابری
416-400-1239	امید مصطفوی
416-731-2757	الی خادم
416-888-8848	الکس شرکت
647-800-7005	آرمین (Casalova Realty)
416-318-7878	الیه اردستانی
647-808-3450	کامران انواری
416-420-9598	ایوب افتخارنژاد
416-873-6477	آرمین یوسفی
416-834-4205	تینا بهرامی
647-922-6739	بهروز علی پور
416-704-6049	پیمان رنجبر
416-709-6008	حامد امیران
416-495-2368	پویان مقتدر
416-315-8596	حمید لواسانی
416-720-1020	رضا خادم
647-994-7073	آزاده پاینده

آژانس مسافرتی

416-221-2792	آبان (ویدا)
416-849-3748	آریا (رخشان)
416-224-5464	آسمان "میترا"
416-221-2792	اطلس
416-642-2372	افرا (کامران)
416-223-1441	سان شاین تورز
416-221-9199	وردلینگ
416-225-5509	یونایتد
905-597-9224	سیمرغ
416-830-4554	محسن امیدزاد

ALLEN ELECTRONICS



فروش و نصب
جاروبرقی مرکزی

تعمیرات هرگز نه وسایل پرتی منزل

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

905-508-4111

K.A. Signs

تابلوسازی اهواز

ارزانتتر و سریعتر از همه جا

140 Manville Rd. (Warden & Eglinton)

www.kasigns.ca

(416)755-7501

تلفن های مشاغل در تورنتو



دامپزشک

905-882-0078 دکتر کفایی

تاسیسات - دستگاه های سرمایی، گرمایی

647-896-3025 Air solar system (مهندس پیمان رامندی)

تدریس خصوصی

(416) 450 8223 کلیه دروس

(647) 274 3050 ریاضی و فیزیک (مصیبی)

ترجمه

647-965-3867 علیرضا درستکار

905-709-0062 جواد مددی ATIO

416-431-4445 اسکندر تدین ATIO

416-419-0476 سهیلا خاتمی ATIO

416-732-3278 دکتر رضا شیدفر

416-619-0933 لیلا فاروقی

647-470-0220 ماه بانو غلامی ATIO

416-274-7448 آذین وکیلی ATIO

تعمیرات اتومبیل

416-739-1010 اتو کروز

416-967-1616 اتو حمید

905-883-1118 TrilliTire

تعمیرات لوازم منزل

905-508-4111 الن الکترونیک

905-884-7227

چاپخانه

416-903-6060 Candoo

416-676-9-676 خردمند

برق و صنعتی

647-533-2681 فرزاد فروزنده

647-764-4787 خدمات برق KHMG

416-834-2532 آلفا "برق"

416-899-5563 الکتروکام

416-899-5279 برق بهروز

416-258-8794 برق موسوی

647-205-7977 آریا الکترونیک

ترجمه

416-528-2642 بهرام کاشانی

416-416-0476 سهیلا خاتمی

416-224-2829 ف. امامی

تابلسازی

416-755-7501 اهواز

416-487-2700

پزشکان خانوادگی و متخصص

905-882-8352 پروین زرین (همویتی)

416-548-6555 ارجمند (چشم پزشک)

416-939-5876 ناصر افخمی

647-222-6568 طبیعی درمانی

416-303-5730 صفر داعی (روانپزشک)

905-780-8444 محمد کاشفی (دندانپزشک)

دندانپزشکان

416-285-5003 رضوانی - نصیرزاده

647-352-8080 ساعتیان

905-780-8444 کاشفی

905-727-0007 کرمانشاهی

416-728-1082 پرستو رمضان پور

416-225-2900 محمد رضا اوجی

416-570-9773 علیرضا بساقی زاده

416-275-8747 خلیل هناره

647-466-4994 فتانه حمصی

416-904-9571 علی (ابوالقاسم) عسگری

416-817-7756 مهشید مدیرنیا (وام)

416-223-8885 حسین علی نژاد

416-648-8048 میترا نائینی

بازرسی ساختمان

416-666-0555 Delta

416-888-7972 نورالدین حقیری

416-722-3452 حسن نصر

647-669-0639 منوچهر ترکمنی

416-890-8091 محمد باقرپور

بازسازی و تعمیرات ساختمانی

647-721-5004 The best Construction (سروش)

416-887-8587 خدمات ساختمانی کوشا (پیمان کلهر)

بیمه و سرمایه گذاری

647-965-1346 رز ابری (انواع بیمه)

416-829-7877 آقازاده، سیروس (انواع بیمه)

416-558-6454 آجورلو، نائله

647-606-9794 امیر کرمی

416-584-7070 پویا جوادی

416-894-8944 فرحناز جاهد (بیمه و سرمایه گذاری)

416-576-7766 خداپرست، نادر

416-558-2138 رحیمیان، محمد

647-965-1346 رز ابری (انواع بیمه)

416-418-8587 سیروسی، رامین

416-970-7818 ضیابری، محمد

416-450-5787 میریان، شیده

416-836-4469 هوتن قره باغی

416-524-9484 فرناز رستمی FSB Group

416-500-0197 یغمائی-سیروس

905-482-0585 قره باغی-هوتن

آموزش رانندگی آریا

گرفتن وقت سریع برای تورنتو بزرگ
به ویژه

Aurora

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

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

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

www.blueshadeocan.com

facebook

تلفن های مشاغل در تورنتو



قنادی و بیکری	647-350-4446	پرسیکا	حسابداری
416-510-1050	416-792-5777	کیش	آرت
416-223-5551	416-901-6555	تهران	ایده آل
کابینت سازی	416-830-6500	ملل	اشنا
416-661-5101	416-227-7799	گاما	امین
Legend Kitchen	416-512-8444	پارسیان	آرش حسامی (حسابدار رسمی)
416-262-7551	416-229-0000	پرسپولیس	بهمن
Top Kitchen	905-508-2580	پاسارگاد	پویا
کامپیوتر	416-225-2345	تهران تو	تقی عبدالحسینی
416-226-6939	416-300-1070	تورنتو	جاهد
ادونس کامپیوتر	416-488-8822	طاهری	جیکوب
416-731-9300	905-482-7847	مرکزی	شایان
PC Laptop Wireless	416-921-2899	مانی اسمارت	شفقت
416-500-8003	416-300-1070	یزدانپرست	گیله وا
نوت بوک بهمن	طبیعی درمانی		یعقوب نصری (Jacob)
416-854-0192	416-779-7901	مهیبز آزاد	هارمونیک
Apple MacBook Setup	647-222-6568	هنری مساوات	نشنال (غایبی)
416-889-0024	416-492-2111	محسن رضوی	متین
خدمات کامپیوتر آریاتک	رستوران		یارخانی، بهروز
کمک به سالمندان	647-348-1067	آلتونا کباب	حمل و نقل (اسباب کشی)
AceHomeCare.ca (416) 628-8545	416-595-9988	خانه کوچک کباب	ارزان (مجید)
کیتزینگ	416-222-3335	سننتی شبستان (۲۴ ساعته)	Max
416-466-3845	647-351-4242	دربار	عباس مووینگ (حمل زباله)
کدبانو	416-445-1777	دربند	حمل و نقل بین المللی
کلفروشی	سفره عقد		FSI
416-250-7070	416-670-4240	سفره عقد مهری	متراس
باغ سبز	عکاسی و فیلمبرداری		داروخانه
416-227-1600	416-222-9773	رضا و مجید	مترو
کلفروشی گلخونه	فروش و موکت		خدمات شیشه
لوازم یدکی اتومبیل	416-858-9491	فروش شوئی مازیک	سعیدی (اتومبیل)
416-292-7001	416-654-0114	فروش شوئی تهران	دناگلاس (مسکونی)
دلتا - لوازم یدکی نو	416-569-1314	خانه فرش	صرافی و حواله پول
لوله کشی	فروشگاه خوار و بار		اکسپرس
416-661-9393	416-590-1234	ارزان	اکسچنج
احمد	905-482-1770	تهران	سرمایه
416-876-6679	905-773-2323	سوپرمدنی	تاج
رضا			پرسیکا
416-880-3680			
میلا			
416-708-4073			
لوله کشی محسن			
416-661-9393			
لوله کشی رضا			
ماهواره , WEB Design			
416-669-7001			
ماهواره			
416-490-9009			
WEB			
مالی و ورشکستگی			
416-830-3414			
محسن نوروززاده			
416-407-1119			
جمشید عامری			
416-658-4114			
تقی عبدالحسینی			
416-218-0660			
مینا راستان			

وب سایت می خواهید؟



تعداد نامحدود صفحه

فقط ۹ دلار در ماه

بسیار سریع و پُر قدرت، بر اساس آخرین تکنولوژی‌های روز که آنرا خودتان به سادگی و بصورت اینترنتی، بدون نیاز به ما آپدیت می کنید.

با ما تماس بگیرید:

647-674-4048

info@IranStar.com

