

ارز ملل آپ چلیڈ: Metal Exchange
 • بهترین نرخ حواله فوری ۲۸ ساعه
 • پرداخت همزمان ارز با کارت
 • کار با تمامی ایران
416.830.6500 6024 Yonge St.

ایران استار

صرافی پهنی
 با مجوز رسمی از بانک مرکزی
 ۱ سال سابقه درخشان
416.319.0000
 خیابان پانک، شماره ۲۸
 روبروی پلازای ایرانیان

محمدرضا فدوی
 مشاور، تجاری، سرمایه گذاری
416.732.7777
 ROYAL LEPAGE
 REALTY BROKERAGE

بیمه ارزان و مطمئن
 Auto, Home, Business
 Life, Travel
شاهین شیردره
 Insurance Broker
416.876.7799
 7000 St. Lawrence - Unit 10

حسین علی نژاد
 مشاور املاک آگاه شما
416.223.8885
 Century 21
 1400 Sheppard Ave. East, Unit 101

صرافی اسن
 همراه امن شما در ارایه کلیه خدمات
 ارزی - حوالجات شخصی و تجاری
416.491.1080
416.820.5060
 Shops on Yonge
 #164, 7181 Yonge

تخصص و تجربه ما ← حفظ سرمایه شما
حسابداری کوروش
 6105 Yonge St. 2nd floor
 پلازای ایرانیان
647.247.2097

صرافی آرگ
 6085 Yonge St. پلازای ایرانیان
416.224.0000

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

جواهری آنتیک
 فروش فوق العاده
 انواع سکه، طلا و
 جواهرات
647.554.8000
 6024 Yonge St.

بیمه
 بیمه های سخت ص. ۱۲
محمد رحیمیان
905.370.0011
 sherkatbimeh.com

صرافی اکسچنج
 خدمات همزمان با دستگاه کارتخوان
647.202.1318 / 289.597.8090
 7181 Yonge St.
 (Shops on Yonge Unit)
 Unit 150 / Unit 4

صرافی بهارستان امن ترین و سریع ترین خدمات ارزی
+1 416 221 5151
+1 905 737 1717

شکست سرطان؛
قرار بود فقط ۶ ماه زنده بمانم!
 گفتگوی اختصاصی ایران استار -
شهرزاد فروش، زنی مقاوم و جنگنده
 است که برای رسیدن به سلامتی، راه سخت و دشواری را طی کرد. وی متأسفانه علازم همه درمانها، به مقطعی از زندگی رسید که پزشکان او را جواب کردند، اما همسر او از جستجو خسته نشد و متوجه شد پزشکی ایرانی در آمریکا می تواند "سرطان" را درمان کند. گفتگوی زیر مسیر معالجه شهرزاد را نشان می دهد. مسیری که اکنون می تواند

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

صرافی لومیر
 با مدیریت اسماعیل هناره
416 542.1111
 8167 Yonge St. پلازای سوپر پارسیان

صرافی ملی
 همراه شما در ارائه خدمات ارزی
 7181 Yonge St. #40 (World on Yonge)
416.388.8200 / 647.640.9949 / 416.804.0830

داروخانه Q
 OPHARMACY
 • دلیوری رایگان
 • تخفیف ویژه سالمندان
 • مشاوره دارویی
416.733.7999
 50 Sheppard Ave. West (North York)
 Yonge & Sheppard (Bescoff)

دفتر حقوقی پوریا همتی
 Bradley Charles Wyndham Professional Corporation
 • امور قانونی، خرید، فروش و سرمایه گذاری، املاک
 • نمایندگی چندین شرکت وام چند ملیتی معتبر
 • انجام امور قانونی انواع وام های شخصی در انتاریو
416.802.9191

افشین بهرامشاهی
 Personal & Corporate Realty Inc.
 Broker, M.B.A., C.M.A.
416.841.9160
 100 Yorkville Rd., Toronto, Ont. M5X 1C4

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.

خدمات حسابداری و مالیاتی بهمین
 905.597.0740
 416.840.2769
 7191 Yonge St. Suite 313
 (World on Yonge)

کارشناس وام مجید حبیبی
416 553 3394
 www.majidhabibmortgage.ca
 580 Yonge St. Unit 208, Toronto, ON, M5Y 1R5

وام مسکن دانیال نیلی
 کارشناس وام مسکن
647-668-2200
 Daniel H. Neely
 BMO Mortgage Specialist
 Call: 647-668-2200
 اطلاعات بیشتر من ۵۸
 BMO Financial Group
 We're here to help.

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

IRAN STAR

کرایه انواع خودرو اسنپ
905.677.5422
1.855.542.7278
 www.snapautorental.ca
 3275 Derry Rd. East, Mississauga, L4T 1A8
 سواری، SUV
 مینیون ۷ و ۸ نفره
 کوتاه و بلند مدت
 رانندگان لیفت و اوبر؛
 بجای خرید، از ما کرایه
 کنید؛ کلبه هزینه ها
 مانند سرویس و تعمیر
 بعهده ما می باشد
 با قیمت های مناسب
 همراه با
 بیمه شخص ثالث
 و سرویس فرودگاه
 پیرسون (تورنتو)

امور حقوقی ساسان امام
 Access Paralegal Services
 7191 Yonge St., Suite 709B, Thornhill, ON L3T 0C4
416.444.5555

خدمات مهاجرت و ترجمه در ستکار
علیرضا در ستکار
 Tel: 647-965-3867
 Email: dorostkar.translation@gmail.com
 www.persiantranslation.ca

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

صرافی لومیر
 با مدیریت اسماعیل هناره
 • دریافت و ارسال حوالجات ارزی به اقصی نقاط جهان
 • پرداخت همزمان ارز با کلیه کارتهای اعتباری بانکهای ایران
 • بهترین نرخ در خرید و فروش نقدی ارزهای رایج جهان
Tel: 416 542 1111 , 905 747 9999
8167 Yonge St. Thornhill
 پلازای سوپر پارسیان، محل سابق رویال بانک

مریم اکبری
 مدیر وام مسکن
 • کارشناس امور وام با سال ها تجربه
416.704.9292, maryam.akbari@td.com

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

Income Tax Etc.
بیشتر مالیات پس بگیرید!
 • عیال E-File
 • حسابداری شخصی/بیزینس
 • اظهارنامه های مالیاتی
 • کسب و کارهای فرزندان
 • امیر تیریزی
Tel: 647.352.5556 | 6013 Yonge St., Suite 306A
 (BSc Finance & Accounting)

در بند
 رستوران خانوادگی ۲۴ ساعته ایرانی،
 انواع غذاها با کیفیت بالا و قیمت مناسب
 در بند شعبه دیگری در تورنتو و کانادا ندارد
کترینگ در بند:
647-832-8232
رستوران در بند، پاتوق خانواده ها و ورزشکاران و هنرمندان
879 York Mills Road, North York, ON M3B 1Y5
رستوران در بند:
416-445-1777

خبر - تورنتو

عقب نشینی فورد از تعدیل بودجه فرزندان انتاریو



شود که بر خدمات حیاتی مردم در تورنتو تأثیر را نگذارد اگر با هم کار کنیم می‌توانیم این کار را انجام دهیم".

"جورج کرسی"، رئیس هیئت مدیره سازمان بهداشت تورنتو، گفت: "دولت با معکوس کردن کاهش بودجه کار درستی را انجام داده است البته او تأکید کرد این کار برای سال جاری‌ست و در خصوص سال آینده باید فکری کرد و اضافه کرد ما باید به صحت بپردازیم تا اطمینان حاصل کنیم که بهداشت و سلامت و خدمات مراقبت از انتاریو ۴۴۴ شهرداری دارد و بسیاری از آنها در خصوص کاهش بودجه ابراز نگرانی کرده‌اند. با توجه با کاهش بودجه اسمال شهرداری‌ها شهرداری شهر "لندن" (انتاریو تخمین می‌زند که حدود ۴ میلیون دلار را از دست داده باشد و این کسری مالی گریبان سلامت عمومی و حفظ آرامش شهر توسط پلیس را خواهد گرفت.

عموم مردم خواهد داشت. مقامات شهرداری گفتند که کل کاهش در سال ۲۰۱۹ تا به حال به ۱۷۷ میلیون دلار رسیده است. علاوه بر کاهش مستقیم بودجه، محاسبات جدید همچنین شامل یک تغییر پیشنهادی در نحوه تقسیم هزینه‌های موجود نیز بوده است. تحت سیستم فعلی، سیستم بهداشت تورنتو ۲۵ درصد بودجه را تأمین می‌کند و دولت استانی ۷۵ درصد باقی مانده را ولی در برنامه ارائه شده توسط فورد تا سال ۲۰۲۱ این درصد به ترتیب ۴۰-۶۰ و بعد ۵۰-۵۰ خواهد شد. دولت می‌گوید فعلاً این نسبت را تغییر نخواهد داد تا اینکه شهرداری راه‌حلی را ارائه دهد. شهردار تورنتو از فورد به خاطر بازگشت بودجه به حالت قبل تشکر کرد و گفت: "دولت و شهرداری تا قبل از تصویب بودجه سال ۲۰۲۰ باید با هم همکاری بیشتری داشته باشند". توری نوشت: "این کار باید با روش محتاطانه و همکاری مشترک انجام

ترجمه ایران استار - نخست وزیر انتاریو، فعلاً از کاهش کمک هزینه‌های شهرداری در سال جاری، از جمله کمک هزینه‌های مهد کودکان، بهداشت عمومی و خدمات اورژانس پزشکی "ای‌ام‌اس" صرف‌نظر کرده است ولی امکان اجرای طرح در آینده همچنان وجود دارد.

"داگ فورد" روز دوشنبه صبح در محل مجلس انتاریو به خبرنگاران گفت: "این دولت، دولتی است که به حرف مردم گوش می‌کند... ما قصد داریم زمان بیشتری را به شهرداری اختصاص دهیم. ما قصد داریم با آنها همکاری کنیم".

دولت محافظه‌کار بیشترین کاهش بودجه را در بهار امسال اعمال کرده، این موضوع در حالی اتفاق می‌افتد که شهرداری تورنتو گفته که میلیون‌ها دلار برای تأمین هزینه‌های خود برای بهداشت عمومی و مراقبت از کودکان را از دست داده است. ۳۱۰۰۰ نفر از ساکنان تورنتو در سال ۲۰۱۹ طوماری را امضاء کردند که در آن به کاهش بودجه اعمال شده در حوضه سلامت و آموزش اعتراض کرده بودند. "جان توری" شهردار تورنتو برای جمع‌آوری این امضاءها به درب خانه‌ها نیز مراجعه کرده بود. "استیو کلارک" معاون امور شهری، گفت: "این طومار علامت بسیار خوبی است که مردم به هشدارهای شهرداری در خصوص کاهش بودجه از خود نشان دادند". کاهش بودجه به همراه لغو سهم شهرداری از مالیات کربن به این معنی است که شهرداری سالیانه نیم میلیون دلار از درآمدهای خود را از دست داده است. شهرداری تورنتو گفته بود این کاهش بودجه تأثیر منفی زیادی بر

دولت انتاریو زیر قراردادش با آبجوفروشی‌ها زد



آبجو سرمایه‌گذاری کنند تا به این ترتیب با اضافه شدن قفسه‌های فروش آبجو در فروشگاه‌ها قیمت محصولات مولسن و لایات به مدت ۱ سال ثابت بماند. این قرار داد همچنین شامل این موضوع می‌شد که بئر استور بتواند در فروشگاه‌های خود بسته های ۱۲ و ۲۴ عددی آبجو را نیز ارائه دهد این در حالی بود که فروشگاه‌های کوچک حق ارائه بسته‌های ۶ عددی را داشته باشند. "سندی شاو"، منتقد مالی از حزب "ان‌دی‌سی" گفت: "لغو این قرار داد یک پیام برای آبجی و کارها دارد و آن این است که توافق با دولت ارزشی ندارد و فاقد اعتبار است".

"جان تاک" رئیس "یونایتد فود" در بیانیه گفت: "ما با این دولت و این نخست وزیر مبارزه خواهیم کرد تا مشاغل خود را حفظ کرده و مالیات دهندگان را از این مصیبت نجات بدهیم".

را قبول ندارد و با دولت از طریق دادگاه خواهد جنگید.

"تد موروز" رئیس بئر استور در بیانیه‌ای گفت: "دولت نمی‌تواند حق ما در این قرارداد را در نظر نگیرد؛ این مهم است که بدانیم این فروشگاه با توجه به قرار داد ۱۰ ساله خود با دولت، بیش از ۱۰۰ میلیون دلار برای مدرن‌سازی فروشگاه‌های خود سرمایه‌گذاری کرده است". وکلای فروشگاه بئر استور نامه‌ای را به دادستان فرستادند و گفتند که حق برگزاری مدرسی را به چالش می‌کشند و به دنبال گرفتن خسارت وارده هستند. آنها نوشتند: "این لایحه غیرقانونی است و بعضی از وزرا و مقامات مربوطه در ادارات دولتی مرتکب اشتباه شده‌اند".

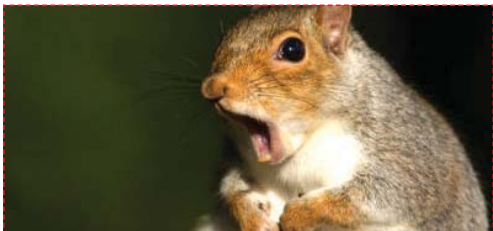
هنگامی که شرکت‌های تولیدکننده آبجو در سال ۲۰۱۵ این قرارداد را امضا کردند همزمان موافقت کردند که حدود ۱۰۰ میلیون دلار برای بهبود مکان‌های فروش

ترجمه ایران استار - دولت انتاریو قصد دارد قرارداد خودش را با فروشگاه‌های زنجیره‌ای فروشنده آبجو "بئر استور" لغو کند با این کار انحصار فروش آبجو به فروشگاه‌های دیگر از دست این شرکت خارج می‌گردد. البته این فروشگاه هم اعلام کرده این موضوع را در دادگاه پیگیری خواهد کرد. نخست وزیر داگ فورد بارها نشان داده است که قصد دارد فروش آبجو و شراب را به فروشگاه‌های کوچک گسترش دهد، اما او باید در ابتدا قرارداد فروش انحصاری توسط بئر استور و کارخانه‌های وابسته به آن منجمده "مولسن"، "لایات" و "اسلی‌من" را لغو نماید. محافظه‌کاران روز دوشنبه اعلام کردند که قرارداد ۱۰ ساله که دولت قبلی با بئر استور امضاء کرده را قبول ندارند. طبق این قرار داد ۱۰ سال به این فروشگاه اجازه فروش آبجو داده شده و دیگر فروشگاه‌ها (بجز برخی با شرایطی) اجازه فروش آبجو ندارند.

"وینکتر فدل" وزیر دارای گفت: "سیستم کنونی انحصاری است که طبق آن یک معامله بد برای مصرف‌کنندگان و کسب و کارها صورت گرفته است... در حال حاضر سیستم توزیع آبجو استان در دست سه غول جهانی است که قرار داد خوبی را با دولت پیشین امضا کرده‌اند، اما آنها کلاً در فکر سود خودشان هستند تا نفع مردم قشر متوسط".

پاره کردن قرارداد جریمه‌های شدیدی را به دنبال خواهد داشت اما این قرارداد شامل بندهایی است که این هزینه‌ها را خنثی می‌کند. البته بئر استور گفته هیچ بخششی

سنجابی برق یک منطقه را قطع کرد



انفجار در محل کشته شد. "کادیم گریفیت" سخنگوی تی‌تی‌سی گفت: "برای کمک به بهبود حمل و نقل اتوبوس‌ها جایگزین قطارهای برقی شدند".

مشترک برق منطقه را تحت تأثیر خود قرار داده بود تا بعدازظهر طول کشید. قطع برق قطار برقی‌ها را نیز زمین گیر کرد و باعث تأخیر فراوان شد. خود سنجاب بعلت

ترجمه ایران استار- یک سنجاب صبح روز پنجشنبه باعث قطع شدن برق منطقه شرق تورنتو در ساعات سنگینی ترافیک شد و خیلی از مسافران "تی‌تی‌سی" را برای رفتن به محل کار به درد سر انداخت. این قطعی برق در ساعت ۸ صبح در حالی اتفاق افتاد که در نزدیکی تقاطع خیابان "دانلس" و "برادویو" یک سنجاب باعث اتصالی بین دو خط فشار قوی شد. این جوندۀ نگون‌بخت با قرار گرفتن بین خطوط ۱۳۸۰۰ ولت باعث ایجاد یک انفجار شد و در نتیجه صدها خانه در مناطق "زلزلیویل"، "ریوردیل" و نیز شرق "چاپینا تاون" بدون برق ماندند. تعمیر این قطعی برق که ۳۸۰۰

ایران استار به محل جدید نقل مکان کرد:

315 Steelcase Rd. East, Suite 201 Markham, ON. L3R 2R5

دفتر حقوقی

DANSON RECHT LLP

BARRISTERS AND SOLICITORS

- Serious Personal Injury (Car accident, slip & fall)
- مصدومیت‌های ناشی از تصادفات رانندگی، زمین خوردگی
- دعوای 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 و کالت 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 دعوای زیر نظر مستقیم وکیل رسمی قرار می‌گیرد.

دفتر حقوقی

ACCESS
Paralegal Services

- Small Claims Court matters
- Landlord & Tenant matters
- Construction Lien
- Shoplifting
- All Criminal matters
- WSIB matters
- Speeding
- Driving with no Insurance
- ODSP Appeals

In Association With Mirian Law Firm

- آسپ دیدگیهای ناشی از تصادفات
- Car Accidents
- Slip & Fall matters
- All Real Estate matters
- All Immigration matters

- کلبه دعوای حقوقی تا سقف \$۲۵,۰۰۰
- کلبه امور مربوط به مالک و مستاجر
- دست‌گذاشتن روی ملک
- سرعت از فروشگاه
- کلبه امور کیفری
- آسپ دیدگیهای حین انجام کار
- سرعت غیر مجاز
- رانندگی بدون بیمه
- اگر تقاضای از کار افتادگی شما پذیرفته نشده، با ما تماس بگیرید

ساسان امام

— Licensed Paralegal, Commissioner of Oaths —

416.444.5555

— لیسانس حقوق از ایران یا ۱۵ سال سابقه کار حقوقی در انتاریو —

دفتر جدید:

7191 Yonge St., Suite 709B,
Thornhill, ON L3T 0C4

www.accessparalegal.ca
Direct: 416-910-7182

Access
Paralegal
Services

خبر- تورنتو

ریترز قهرمان شرق شد و به فینال "ان بی ای" رفت



ترجمه ایران استار - شور و هیجان طرفداران تیم "ریترز" که در خیابان‌ها و رستوران‌های تورنتو در حال تماشای بازی این تیم با "میلواکی باکس" آمریکا بودند پس از پیروزی ریترز وصفناپذیر بود. بعد از این برد ریترز به بازی فینال مسابقات بسکتبال آمریکای شمالی یا "ان بی ای" راه یافت.

تورنتو ریترز برای اولین بار در بازی فینال ان بی ای بازی می‌کند. این تیم بعد از دو شکست پیاپی در زمین باکس موفق شد چهار مسابقه بعدی را ببرد، در مسابقه سوم ریترز با گل ثانیه آخر و در یک مبارزه نفس‌گیر که هزاران نفر شاهد آن بودند موفق به کسب پیروزی شده بود.

طرفداران این تیم پس از راهپایی به فینال ان بی ای در حالیکه فریاد می‌زدند: "ما شمال هستیم" و "بزن بریم ریترز" به خیابان‌های تورنتو ریختند. این در حالی بود که این شور و هیجان جمعیت توسط پلیس، اتوبوس‌های "تی تی سی" و قطارهای شهری کنترل می‌شد. پلیس ساعت ۶ بعد از ظهر در توئیتر اعلام کرد منطقه‌ای که در آن تماشاچیان مشغول نگاه کردن بازی هستند را تا یک ساعت بعد از پایان مسابقه به دلایل ایمنی باز نخواهد کرد. البته این محدودیت یک‌ساعته باعث کم شدن هیجان طرفداران تیم نشد.

"جسی فیربلوم" ۲۲ ساله که در بیرون سالن مسابقه شاهد آن بود گفت: "من خیلی خیلی خوشحال هستم ولی از تشویق

زیاد خسته شدم". "داسکا میل" ۲۷ ساله و "کیت اسکات" ۳۰ ساله این دو دوست ۱ ساعت از "واترلو" رانندگی کرده بودند تا بتوانند مسابقه را تماشا کنند. صدای فریاد و شادی مردم از فاصله یک کیلومتری بیرون ورزشگاه قابل شنیدن بود گروهی با گوشی‌های خود در حال دیدن مسابقه بودند و بعضی‌ها از بیرون پنجره‌های رستوران‌های شلوغ سرک می‌کشیدند تا بتوانند صحنه‌هایی را از بازی ببینند. همانطور که بازی در حال انجام بود پیش‌بینی‌هایی در مورد آینده "دراک" سوپر ستاره رب کانادایی و نماینده تیم ریترز انجام می‌گرفت چون او در طی مسابقه چهارم شانه "تایک نرس" سرمربی

مردی برای رسیدن به آمریکا از کانادا عرض رودخانه نیاگارا را شنا کرد



ترجمه ایران استار - مقامات گمرک و مرزبانی آمریکا "سی بی بی" می‌گویند یک شهروند اسپانیایی که قصد داشت با شنا کردن در عرض رودخانه نیاگارا خود را به صورت غیرقانونی از کانادا به آمریکا برساند را دستگیر کردند.

"جاش بارت" از پلیس مرزبانی آمریکا گفت: "این فرد با شنا در سرتاسر رودخانه نیاگارا خود را در معرض خطر قرار داده است، او خوش شانس است که جان سالم به در برده است. این رودخانه با جریان قوی آب و درجه حرارت پایین فوق‌العاده خطرناک است."

سی بی بی روز سه‌شنبه با دریافت گزارشی مبنی بر اینکه مردی بالغ در جنوب پل وایر پول در حال شنا به سمت دیگر رودخانه است به محل اعزام شدند. به گفته پلیس مرزبانی آمریکا، آنها یک جلیقه نجات و باله‌های غواصی را در نزدیکی

ساحل پیدا کردند اما شناگر در محل نبود. یک وسیله نقلیه که اعتقاد بر این است که در عبور غیرقانونی مورد استفاده بوده نیز شناسایی شده است. این خودرو توسط پلیس کانادا در حدود ساعت ۳:۲۰ صبح پیدا شده است.

مراقب گوشت مرغ آلوده به سالمونلا باشید



ترجمه ایران استار - ای مصرف‌کنندگان مرغ، فریزر خود را بررسی کنید! آژانس بهداشت عمومی کانادا اعلام کرده است که شیوع بیماری سالمونلا ناشی از مرغ‌ها بسته‌بندی شده با نام تجاری "کامپلیمنت" است. این سازمان اعلام کرد بین ماه سپتامبر تا آوریل ۲۰۱۸، ۱۱ مورد بیماری در ۷ استان کانادا شناسایی شده است. موارد شناسایی شده به شرح زیر است: بریتیش کلمبیا ۲ مورد، آلبرتا ۱ مورد، انتاریو ۲ مورد، کبک ۳ مورد، نیوبرانزویک ۱ مورد، نو اسکوشیا ۱ مورد و جزیره پرنس ادوارد ۱ مورد.

یک نفر در بیمارستان بستری شده و هیچ مرگ و میری گزارش نشده است. این تکه مرغ‌های پوشیده شده با آرد سوخاری توسط "سوفیا فود" مارک‌های انتاریو توزیع شده است. دستور جمع‌آوری این بسته مرغ‌ها روز جمعه صادر شد. این بسته‌های مرغ ۹۰۷ گرمی بوده و تاریخ انقضای آنها ۲۴ نوامبر ۲۰۱۹ است.

آژانس سلامت عمومی کانادا اعلام کرد در صورتی که این مرغ‌ها به خوبی پخته نشوند و گوشت خام داخل آن باقی بماند در صورت مصرف و یا حتی دست زدن به راحتی احتمال بیمار شدن را به وجود می‌آورند. مطالعات اخیر نشان می‌دهد تنها طلایی شدن مرغ‌ها در هنگام آماده‌سازی نشان از پختن داخل آن نیست چون آرد سوخاری روی تکه‌های مرغ به سرعت طلایی می‌شود و در واقع داخل تکه‌های مرغ خام باقی می‌ماند. بقیه محصولات سوفیا شامل محصولات گوشت خوک، گوشت گاو، بوقلمون و مرغ

از "کودی"، "لیلی دیل"، "جینز"، "مسترو"، "سن دنیل"، "وینا" و "زمزم" مشکلی نداشته جزو اقلام جمع‌آوری شونده نیستند. روش‌های پخت و پز مطمئن: همه محصولات مرغ که با آرد سوخاری پوشیده شده‌اند باید دمای داخلی‌شان در هنگام پخت به ۷۴ درجه سانتیگراد و یا ۱۶۵ فرانهایت برسد تا شما مطمئن شوید که کاملاً پخته شده‌اند و خام نیستند. مقامات بهداشت عمومی توصیه می‌کنند از دماسنج‌های مواد غذایی دیجیتال برای اندازه‌گیری دمای داخلی تکه‌های مرغ استفاده کنید. البته دماسنج‌هایی که برای تکه‌های گوشت مرغ، گوسفند و گاو استفاده می‌شوند برای اندازه‌گیری دمای ناگت و همبرگر مناسب نیستند. ضمناً استفاده از دستگاه مایکروویو برای پختن محصولات تهیه شده از مرغ مانند مرغ پخته‌شده سوخاری، همبرگر مرغ و ناگت به دلیل امکان گرمایش نامناسب توصیه نمی‌شود.

Canada Trust



Maryam Akbari

Manager, Mobile Mortgage Specialist

مریم اکبری

- ✓ مدیر وام مسکن
- ✓ کارشناس امور وام
- با سال‌ها تجربه

بهترین نرخ برای انواع وام مسکن

- ✓ پیش تاییدیه
- ✓ وام مسکن برای مهاجران جدید
- ✓ وام مسکن برای افراد خوداشتغال
- ✓ وام اعتباری
- ✓ وام برای ساخت ساختمان

Tel: 416.704.9292

Fax: 1.855.262.8603

maryam.akbari@td.com



بیمه

از سال ۱۹۸۸ در کانادا

انواع بیمه و سرمایه‌گذاری

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

به تیم حرفه‌ای ما پیوندید

نادر خداپرست

416.576.7766

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



مقامات بهداشت امیدوارند با اقدامات جدید برای صنعت طیور که از تاریخ ۱ اپریل شروع شده است بیماری‌های مرتبط با سالمونلا را در چنین محصولاتی کاهش دهد. آژانس بازرسی مواد غذایی کانادا "سی اف ای" از اول اپریل، از همه تولیدکنندگان خواسته است تا سطح سالمونلا را به میزان کمتر از قابل تشخیص در محصولات مرغ سوخاری کاهش دهند و در بسیاری از موارد مرغ‌ها قبلاً از بسته‌بندی پخته شوند.

"اپریل هگزمر" مدیر آژانس سلامتی کانادا در "گولف" گفت: "تمام تولیدکنندگان باید به وضوح برجسب خام یا پخته را بر روی محصولات تولیدی خود حک کنند". "دانیله دوفور"، مدیر ارشد سوفیا، گفت: "در حال حاضر کلیه محصولات تولیدی این شرکت به صورت پخته به بازار عرضه می‌شوند".

علامت کوتاه مدت ناشی از این بیماری در افراد سالم ممکن است شامل تب، سردرد، استفراغ، حالت تهوع، گرفتگی شکمی و اسهال باشد. عوارض طولانی مدت ممکن است شامل آرتریت شدید نیز باشد.

اخبار - کانادا

مرگ پدر ایرانی ویکی از دخترانش که آنها را در آتش سوزاند



خوب نبود و او هرگز قهرمان پدرش نبوده است. لیلیا پس از ۲۷ سال زندگی مشترک، ماه گذشته تقاضای طلاق کرده بود و مدت کوتاهی بود که از شوهرش جدا زندگی می‌کرد. خانواده دهداری طی اطلاعیه‌ای اعلان کرد که: "ظاهراتی که در این زمینه توسط رسانه‌ها پخش شده، توسط خانواده ما منتشر نشده و صحت آنها نیز مورد تایید ما نمی‌باشد. ما انتظار حفظ حریم شخصی خود را در چنین زمان غم‌انگیزی داریم." همسایگان این خانواده، یک صفحه گوفاندی " برای این خانواده ترتیب داده‌اند. حداقل ۵۰ نفر از همسایگان فردای این اتفاق برای ادای احترام به قربانیان به محل رفته بودند. اطراف خانه به احترام علاقه این خانواده به رنگ قرمز نوار قرمز کشیده شده است.

چند ساعت پیش از این اتفاق دُرسا در طی یک توثیت به زبان فارسی نوشته بود که پدرش باعث زجر خانواده است و می‌خواهد که پدرش بمیرد: " از ته ته دلم می‌خواد بابام درجا بیفته جونش بالا بپاد که انقدر ما رو زجر نده. اعصابم دیگه کشش نداره." در توثیت‌های دیگری نیز دُرسا با اشاره به ارتباط درگیرانه‌اش با پدرش باز به فارسی نوشته است: " دروغ‌هاشو که می‌شنوم حس می‌کنم قلبم می‌گیره نفسم بالا نمی‌آد کاش بمیری بابا." او همچنین نوشته است که پدرش آرزوی زجر فرزندانش را داشته: " تاحالا ندیدم هیچ پدری آرزوی بدبختی بچه‌هاشو بکنه. هیچ وقت نمی‌بخشمت واسه این آرزویی که کردی." دُرسا در دیگر توثیت‌هایش گفته که کاش دروغ‌گویان سنگ می‌شدند. دختران به دوستان این خانه احضار شده بوده.

ترجمه ایران استار - پلیس کلگری می‌گوید، سوختن دو خواهر در آتش‌سوزی یک خانه در شمال غربی کلگری، مرکز استان آلبرتا، کانادا، عمدی بوده است. حیدر دهداری ۵۶ ساله و دخترش دُرسا ۲۲ ساله، هر دو در این آتش‌سوزی شنبه بعدازظهر کشته شدند، اما دختر کوچکتر دُرسا ۱۵ ساله که در حال مبارزه با مرگ است اکنون در بیمارستان پسر می‌برد.

سران پلیس "مارتین شیووتا" روز سه‌شنبه گفت که پلیس همچنان در حال تحقیقات بوده و این حادثه را بعنوان آدم‌کشی و قتل پیگیری می‌کند. پلیس معتقد است پیش از آتش‌سوزی، میان پدر و دخترانش مشاجره شدیدی رخ داده است و پلیس می‌گوید که نمی‌تواند در این مرحله علت مرگ و اینکه آیا پدر خانواده می‌خواسته خودش نیز کشته شود یا نه را مشخص کند؛ اما می‌گوید که همه اعضای خانواده در زمان آتش‌سوزی در خانه بسر می‌برده‌اند. پلیس اظهار داشت که لیلیا، مادر خانواده در آن زمان خارج از خانه بوده است. مالک این خانه لیلیا می‌باشد و دختران پس از جدایی حیدر از لیلیا، با مادرشان لیلیا در این خانه زندگی می‌کردند. پلیس می‌گوید در سال ۲۰۱۸ بخاطر مشاجره خانوادگی به این خانه احضار شده بوده.

کارنی، انتخاب لیبرال‌ها پس از رهبری ترودو است



انگلیستانی است که انگلیسی نیست؛ وی در کار خود بسیار موفق بوده است. کارنی در سال ۲۰۰۸ تا ۲۰۱۳ نیز ریاست بانک مرکزی کانادا را به عهده داشته که در آن زمان نیز کانادا را از بحران اقتصادی سال ۲۰۰۸ آمریکا دور نگاه داشت. کارنی شهروندی کانادا (دنیا آمده در قلمرو شمال غربی کانادا)، انگستان و ایرلند را دارد و دارای مدرک لیسانس اقتصاد از هاروارد، و فوق‌لیسانس و دکترای فلسفه است.

دختر ترودو در این رابطه از ارائه هرگونه توضیحی سرباز زده است.

می‌دهد که محافظه‌کاران از لیبرال‌ها پیش هستند، البته نه به میزانی که موفق به تشکیل یک دولت ثباتی گردند (احتمالا دولت حداقلی تشکیل خواهند داد). ترودو و لیبرال‌ها اکنون درگیر اتهاماتی درباره اثر گذاری شرکت‌های خصوصی و فساد هستند که با استعفاى دو وزیر لیبرال (ویلسون و فیلیپات) شروع شده است. در پی این اتهامات مشاور اول ترودو و رئیس شورای نگهبان کانادا از مقام خود استعفا دادند. مارک کارنی تنها رئیس بانک مرکزی

ترجمه ایران استار - گروهی از اعضای بانفوذ حزب لیبرال کانادا در پی جلب نظر رئیس فعلی بانک مرکزی انگلستان و رئیس سابق بانک مرکزی کانادا، "مارک کارنی" برای رهبری آینده این حزب، پس از جاستین ترودو هستند. دوره فعالیت کارنی در بانک مرکزی انگلستان در ژانویه ۲۰۲۰ پایان می‌یابد، انگلستان هنوز خبری را مبنی بر احتمال تمدید دوره کارنی سمت کنونی‌اش به بیرون درز نداده است. در طی یک‌سری ارتباط تلفنی، گفته می‌شود که با افت محبوبیت ترودو، لیبرال‌ها در حال بررسی فرصت‌سریعی برای جایگزین کردن ترودو با کارنی هستند و هنوز مشخص نیست که از چه زمانی و چگونه این موضوع مطرح شده و چگونه کارنی خواهد توانست احتمالاً جایگزین ترودو شود. طبق گفته یکی از کسانی که در این محاوره تلفنی حضور داشته ولی ناشناس باقی مانده است، احتمال اینکه ترودو بتواند ۱۴۰ کرسی مجلس را در انتخابات پاییز امسال کسب کند کم است، البته باید توجه داشت که برای تشکیل دولت حداکثری ترودو نیاز به ۱۷۰ کرسی دارد. آمارگیری‌های اخیر توسط شرکت "ای‌پی‌اس‌اواس" نشان

کانادا رسماً اعلان مالکیت بر قطب شمال را ارائه داد



تحقیقاتی شود که شما می‌دانید در نهایت دیگران از آن استفاده خواهند کرد." بایرز و هوبرت گفتند مذاکرات بر اساس اصل تعادل نسبت به جغرافیای زیرزمینی صورت می‌گیرد. این اصل حاکی از آن است که مرز دریایی در امتداد خط دو طرفه از سواحل کشورهای همسایه کشیده شده است. تحقیقات به این معنی نیست که شما همه چیز را برای خود می‌خواهید ولی امیدواریم بتوانیم با این تحقیقات چیزی را هم برای خودمان بدست آوریم. کمسیون ملل متحد در مورد محدودیت قاره‌ای، اعتبار سنجی گزارشات علمی هر سه کشور را انجام خواهد داد. پیش‌بینی می‌شود که این مذاکرات سال‌ها طول بکشد.

خواهد بود." انتظار می‌رفت کانادا پنج سال پیش این تحقیقات را ارائه کند. این گزارش، نتیجه سال‌ها تحقیقات با بیش از ۱۰۰ میلیون دلار هزینه است که در آخرین لحظه ارائه شد. گزارش‌ها حاکی از آن بود که به دلیل دستور مستقیم "استفن هارپر"، نخست وزیر پیشین تحقیقات بر روی منطقه بزرگتری انجام گرفته بود. "راب هوبرت"، متخصص قطب شمال از دانشگاه کلگری، گفت: "شواهد نشان می‌دهد که به تصمیم هارپر عمل شده است." اسناد به دست آمده از مطبوعات کانادا نشان می‌دهد که این حرکت کانادا دو کشور مدعی را شگفت‌زده کرده است. بایرز گفت: "سوال این است که چرا باید میلیون‌ها دلار صرف

ترجمه ایران استار - کانادا بالاخره پرونده مالکیت خود به قطب شمال را ارائه داد. پس از سال‌ها تاخیر و بحث سیاسی، کانادا استدلال علمی خود را برای کنترل بخش وسیعی از دریای قطب شمال و از جمله قطب شمال، به واحد ارزیابی سازمان ملل متحد ارائه داد. پنجشنبه گذشته، کانادا ۲۱۰۰ صفحه از شواهد علمی برای اثبات مالکیت به جزایر "های آرکتیک" در ۲۰۰ کیلومتری خط ساحلی از پایین شامل کف دریا و از بالا شامل جزایر "الزمیر" را ارائه کرده است.

دانمارک و روسیه قبلاً شواهدی ارائه کرده‌اند که بر اساس آن تمام نواحی ارزشمند قطب شمال از جمله هرگونه منابع آن باید متعلق به آنها باشد. روسیه می‌گوید همان رگه‌های زیرین دریایی از سمت قاره آسیا می‌آید. در نتیجه تمام زمین‌های ساحلی از سواحل روسیه تا نزدیکی قطب متعلق به روسیه است. دانمارک‌ها هم می‌گویند که این صفحه قاره‌ای از سمت "گرینلند" می‌آید بنابراین این محدوده متعلق به آنهاست. "مایکل بایرز"، استاد حقوق بین‌الملل در دانشگاه بریتیش کلمبیا، گفت: "همه کشورهای درگیر در این زمینه می‌دانند که مذاکرات مرزی در آینده‌ای نزدیک

ایران استار به محل جدید نقل مکان کرد:

315 Steelcase Rd. East, Suite 201 Markham, L3R 2R5



Mortgage Team Leader
Brokerage Licence # 10530
License #M08004237 (Nasi Vaghet)

نازی واقف

5 YEAR VARIABLE 2.87% from

استخدام: Mortgage Agent
با آموزش خصوصی و کمسیون بالا

- وام مسکن برای تازه واردین به کانادا Welcome To Canada Program
- وام برای افراد خوداشتغال Mortgage For Self Employed Program
- وام ساخت و بازسازی New Construction & Renovation Financing Program
- وام تجاری و صنعتی Commercial mortgages & Business Loan, Line of Credit

416.454.6274
8185 YONGE (SOUTH OF HWY7) SUITE 200

MORTGAGE ALLIANCE
Real Estate • Real Mortgage

Let 45 Mortgage Lenders Work For You!

- ادغام بدهی‌های شخصی و جایگزینی آن در یک وام مسکن
- تهیه وام مسکن برای تازه واردین
- تهیه وام مسکن آت‌هایی که مقیم کانادا نیستید

مجید حبیبی
416.553.3394
www.majidhabibimortgage.ca

کارشناس وام

MAJID HABIBI
Mortgage Agent
Lic. #12782

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

tribe
You belong.





CURRENCY EXCHANGE
LUMIERE

صرافی لومیر

با مدیریت اسماعیل هناره



- ✓ دریافت و ارسال حوالجات ارزی به اقصی نقاط جهان
- ✓ پرداخت همزمان ارز با کلیه کارت‌های عابر بانک‌های ایران
- ✓ بهترین نرخ در خرید و فروش نقدی ارزهای رایج جهان
- ✓ پرداخت حواله‌های کانادایی، ۲۸ ساعته از طریق بانک‌های داخلی کانادا



سریع • بهترین نرخ • معتمد

Tel: 416.542.1111
8167 Yonge St. Thornhill

پلازای سوپر پارسیان، محل سابق رویال بانک

A hand is shown placing a yellow pin on a green lawn. In the background, there is a large, two-story house with a white picket fence. A paved path leads from the foreground towards the house. The sky is blue with some clouds.



خرید خانه توسط ایرانی‌ها از زمان خروج آمریکا از برجام در اردیبهشت سال ۹۷ اوج گرفت. پارسال ۳۶۵۲ مسکن در ترکیه توسط شهروندان ایران به ارزش بیش از یک میلیارد دلار خریداری شده که نسبت به سال ۲۰۱۷ بیش از ۴۶ برابر شده بود. البته این آمار تنها مربوط به خرید مسکن است، نه همه انواع املاک مانند زمین و بناهای تجاری از قبیل کارگاه، فروشگاه و غیره. گزارش فروش انواع املاک در گزارش مرکز آمار قید شده است.

حدود ۱۳ هزار و ۳۳۸ مسکن در ترکیه طی چهار ماه ابتدایی سال فروخته شده است، بدین ترتیب سهم ایرانی‌ها از این رقم تقریباً ده درصد است. بعد از ایران بیشترین مشتریان خارجی مسکن در ترکیه، شهروندان عربستان، روسیه، افغانستان،

آمریکا هشدار داده است هر کشوری که نفت ایران را بخرد با تحریم مواجه خواهد شد. هنوز معلوم نیست که محموله‌های بارگیری شده در ماه مه، برای فروش بوده یا به مقاصد غیرنفتی. «دیلان» چین، مخنفره در انبارهای شرکت «فیتینو» که حمل‌ونقل دریایی نفت را رصد می‌کند، به روزیتر گفتند بارگیری روزانه نفت ایران در ماه جاری به ۴۰۰ هزار بشکه کاهش یافته که این محموله‌ها راهی بازارهای آسیایی شده‌اند.

ایران سیستم سیگنال نفتکش‌های خود را خاموش می‌کند و دقیقاً معلوم نیست این محموله‌ها سر از کجا در می‌آورند. گزارش‌ها حاکی از این است که در دو هفته اول ماه مه، میزان بارگیری نفت ایران روزانه ۲۵۰

آخرین نرخ انواع ارز طلا و نفت:

شاپور تنباکویی، روزنامه‌نگار و متخصص امور ارزی است،
 وی مدیریت ارز ملل در تورنتو را عهده دارد.

416-830-6500

سر دفتر استناد رسمی
Notary Public

دکتر ناصر عابدی



دکتر ناصر عابدی
لیسانس حقوق از ایران، لیسانس حقوق از کانادا
فوق لیسانس حقوق از انگلستان
دکترای حقوق از انگلستان

حقوق خانواده و امور مالی

- ## مہاجرت و سیتی زنی

- ## مور تجاری و شرکتها

- ## خرید و فروش املاک و مستغلات تجاری و مسکونی

7378 Yonge St. Unit # 9B, (Yonge/Clarck)

اعلام آخرین بخش انواع ارز : melal.ca



سریع ترین حواله به سراسر دنیا

ارز ملل

سرعت . دقت . امنیت

اپ جدید: Melal Exchange



اولین صرافی در سرعت حواله ۲۴-۴۸ ساعته

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

416.830.6500

6024 Yonge St.

North York (at Cannaught)

arze.melal@gmail.com



www.melal.ca

اخبار - کانادا

تابستان امسال کانادا چگونه است؟



شروع خواهند کرد ولی با این حال بارش تابستان نزدیک به نرمال خواهد بود و انتظار می‌رود این بارندگی‌ها تهدید برای خشکسالی را در منطقه کاهش دهد.

آلاتینک کانادا

تابستانی متغیر و مرطوب در سراسر سواحل اقیانوس اطلس پیش‌بینی می‌شود. پس از شروع آهسته فصل تابستان، انتظار داریم که در طول ماه‌های ژوئیه و اوت گرمای بیشتری در این مناطق حاکم باشد.

شمال کانادا

انتظار می‌رود در مناطق «یوکان» و شمال غربی تابستانی گرم‌تر داشته باشیم که این موضوع خطر آتش‌سوزی در این مناطق را نیز بالا می‌برد.

داشته باشد که بصورت جدی خطر آتش‌سوزی را در منطقه بالا می‌برد.

آلبرتا

در این منطقه تابستان متغیر است تابستان گرم از سمت غرب و تابستانی با گرمای کمتر از سمت شرق انتظار می‌رود. که یکی از این الگوها غالب گردد. انتظار می‌رود میزان بارش در اکثر استان‌ها نزدیک به نرمال باشد، اما مناطق نزدیک مرز ایالات متحده دارای بیشترین بارش‌ها خواهد بود، در حالی که مناطق شمال شرقی آدمونتون بیشترین خطر خشکی را دارند.

مانی‌توبا و ساسکاچوان

منتظر تابستانی خنک‌تر در این مناطق باشید. اکثر منطقه فصل را با خشکی

ترجمه ایران استار- پس از بهاری نه چندان گرم در سرتاسر کشور بسیاری از کانادایی‌ها می‌خواهند بدانند که این هوای نه چندان گرم در طول تابستان ادامه خواهد داشت یا نه ؟

برای پاسخ به این سوال، شبکه آب و هوا پیش‌بینی تابستان خود را برای ماه‌های ژوئن، جولای و اگوست منتشر کرده است. بر اساس این پیش‌بینی بریتیش کلمبیا تابستانی گرم و خشک با احتمال آتش‌سوزی زیاد در جنگل‌ها را خواهد داشت. از طرف دیگر در انتاریو، کبک و آتلانتیک کانادا شدت گرما نسبت به سال گذشته کمتر خواهد بود.

بزرگترین عدم اطمینان ما در پیش‌بینی آب و هوای تابستان در جنوب انتاریو و جنوب کبک است؛ انتظار می‌رود که این منطقه بین دو الگوی تابستانی مخالف قرار گیرد. تابستانی گرم از جنوب و یا تابستانی معتدل‌تر از شمال و غرب. انتظار می‌رود یکی از این الگوها بر دیگری فائق آمده و در جنوب انتاریو و کبک جا خوش کند. این جایگزینی در دو جبهه هوایی می‌تواند باعث طوفان و بارش‌هایی بیشتر از حد معمول گردد.

بریتیش کلمبیا

انتظار می‌رود تابستانی بسیار گرم و برای دوره‌ای طولانی آب و هوای گرم و خشک



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

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

حکم جدید دادگاه در دعوای بریتیش کلمبیا و آلبرتا



ترجمه ایران استار - دادستان کل بریتیش کلمبیا در واکنش به حکم دادگاه گفت: "بریتیش کلمبیا تصمیم دادگاه را محکوم می‌کند، این تصمیم دادگاه برخلاف

قوانین زیست محیطی بریتیش کلمبیا است." این دادستان، "دیوید ای" افزود: "ما معتقدیم که حق قانونی برای عدم عبور مواد خطرناک از طریق این استان را داریم." با این حال او اعلام کرد که این استان به دادگاه عالی کانادا درخواست تجدید نظر خواهد داد. وی اضافه کرد: "ما از این تصمیم ناامید شده‌ایم. دولت ما از همان ابتدا اعلام کرد که ما برای حفظ محیط زیست، اقتصاد و سواحل‌مان خواهیم ایستاد." این حکم به نفع جیسون کنی، نخست وزیر محافظه‌کار آلبرتا و جاستین ترودو نخست وزیر لیبرال دولت فدرال کاناداست. دادگاه تجدید نظر بریتیش کلمبیا روز جمعه استفاده دولت از قوانین زیست محیطی برای محدود و متوقف کردن عبور نفت سنگین از این استان را برخورد مستقیم با صلاحیت دولت فدرال در مورد خطوط انتقال نفت دانسته و آن را مردود تشخیص داد. قضات متوجه شدند قوانین زیست محیطی بریتیش

موسسه خبریه "اکوجاستیس" سازمان دفاع از محیط زیست نیز از این حکم دادگاه ابراز ناامیدی کرد. "کگان پیر اسمیت" وکیل اکوجاستیس گفت: "مسئله این پرونده به مراتب فراتر از یک پروژه خط لوله است، این حکم توانایی دولت در محافظت از محیط زیست و جامعه را زیر سوال می‌برد. دادگاه با این حکم به اتفاق آرا به این نتیجه رسیده است که بریتیش کلمبیا هیچ اختیاری برای ممنوعیت عبور نفت آلبرتا در خط لوله را ندارد."

کلمبیا اساساً حقی به هیئت ملی انرژی در تصویب پروژه‌های انرژی نخواهد داد. ای در واکنش به این تصمیم گفت که در اعتراض به این حکم، موضوع را به دادگاه عالی کانادا ارجاع می‌دهد. "جان هورگان" نخست وزیر بریتیش کلمبیا اظهار داشت: "دادگاه باید موضوع محیط زیست را نیز در نظر بگیرد." او گفت همیشه بین دولت استانی و فدرال بر سر محیط زیست کشمکش وجود دارد که نهایتاً دادگاه عالی باید در مورد آن تصمیم‌گیری کند.

دو وزیر مستعفی و اخراجی از حزب لیبرال، کاندیداهای مستقل انتخابات می‌شوند



پیشنهاد رهبری حزب در آینده را داده بود ولی هر دوی آنها گفتند که هیچ تصمیمی برای رهبری حزب در آینده را ندارند؛ همه گزینه‌ها بر روی میز بود ولی آنها علاقه‌مند نبودند. الزیبات نمی‌تواند بگوید که چرا این دو نفر دعوت او را برای پیوستن به حزبش قبول نکردند اما پیش‌بینی می‌کند که آنها احساس نارضایتی عمیقی از حضورشان در حزب لیبرال داشتند و تمایلی به پیوستن به دیگر احزاب را نداشتند.

ولیسون ریوبولد و فیلیپت هر دو به می و حزب سبز قول دادند برای مبارزه با تغییرات اقلیمی و حفاظت از محیط زیست به او و حزبش کمک کنند. فیلیپت گفت که مقابله با مسائل تغییر آب و هوا و مصالحه با مردم بومی نیاز به همکاری سیاسی دارد.

مردم در حال حاضر خسته از سیاست‌های حزبی و اختلال در سیستم فدرال هستند و به جای اختلاف آنها می‌خواهند که سیاستمداران برای یافتن راه‌حل‌های واقعی با هم همکاری کنند. وی افزود: "ما به اراده سیاسی نیازمندیم و احزاب مستقل از هیچ کس نمی‌ترسند." الزیبات می، رهبر حزب سبز که مدت‌ها تنها نماینده این حزب در مجلس بود و به تازگی و به واسطه انتخاب یک عضو دیگر این حزب در انتخابات میان‌دوره‌ای، تعداد اعضایش در مجلس فدرال اتاریو به دو نفر رسیده، می‌گوید: "امروز از ولیسون ریوبولد و فیلیپت ناامید شدم. پس از هفته‌ها بحث در مورد پیوستن به حزب آنها نتوانستند تصمیم درستی بگیرند." او گفت به هر دوی آنها

ترجمه ایران استار - "جودی ویلسون ریوبولد" و "جین فیلیپت"، وزرای سابق لیبرال کابینه دولت فدرال کانادا، پس از هفته‌ها مذاکره با "الیزبی می" رهبر حزب سبز پیشنهاد او برای عضویت در این حزب را نپذیرفتند و بدین ترتیب روز دوشنبه اعلان کردند که در انتخابات پاییز امسال به عنوان نمایندگان مستقل شرکت خواهند کرد. این دو وزیر سابق که اکنون در مجلس نمایندگان در صندلی‌های انتهایی مستقل می‌شینند، ۲ ماه پس از اخراج از حزب لیبرال در کنفرانس‌های جداگانه‌ای این خبر را اعلام کردند.

ولیسون ریوبولد در "ونکوور-گرانویل" گفت: "یک رویکرد غیر حزبی بهترین راه برای تغییر سیاست در کانادا است." او گفت که این تصمیم را بعد از خواست مردم جهت انتخاب مجدد گرفته است، وی اضافه کرد: "با حمایت شما، من مطمئن هستم که می‌توانم به عنوان یک نماینده مستقل بهترین کار را برای تغییر فرهنگ سیاسی در کانادا انجام دهم." ویلسون ریوبولد گفت که او با احزاب در موضوعاتی مانند محیط زیست کار خواهد کرد. وی اظهار داشت که معتقد است بهترین راه برای حل مسائل بزرگ در کانادا، تلاش جمعی است و این تلاش مستلزم شفافیت بیشتر است.

فیلیپت نیز در جمع حامیان خود در "مارکهام-استافول" انتاریو گفت که طرفدارانش از او خواسته‌اند که در سیاست‌های فدرال باقی بماند و در صورت عقب‌نشینی در واقع وی پیام اشتباهی را برای زنان جوان خواهد فرستاد. او گفت که



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)

۲۴ ساعته

با فروش
آنلایندر پلازای
ایرانیان

سوپر ارزان



اسپیشال های این هفته سوپر ارزان

مر بای شان، با طعم های مختلف

مر باها:

1 دلار

خرمای جواهر، ۲ تا 5 دلار

آجیل ها:

2 دلار

گوچه سبز، تازه و خوشمزه

نوبرانه ها:

تازه

بیسکوئیت آوند
با طعم های مختلف
هر عدد: 3 دلار
۲ تا 7 دلار

کلوچه نادى
هر عدد: 2 دلار
۳ تا 6 دلار

انواع دمنوش های طبی و
ارگانیک نیوشا رسید

توت خشک
سیاه و سفید
پوندى
4 دلار 99

رشته آش
نوشا و سبز دانه
پسته ای: 2 دلار
۲ تا 5 دلار

تن ماهی
شمیم
پسته ای: 2 دلار 49
۳ تا 6 دلار

تک
ماکارون
پسته ای: 0 دلار 99
هر بسته 99 سنت

روغن هسته انگور
صاف
پسته ای: 9 دلار 99
۲ تا 18 دلار

خیار شور بزرگ سوپر آذوقه
و هفت ستاره
هر عدد: 6 دلار 99
۲ تا 12 دلار

خیار شور
سلطان
هر عدد: 2 دلار 99
۲ تا 5 دلار

کرم کنجدی
عقاب
پسته ای: 3 دلار 49
۳ تا 10 دلار

سبزی سبز دانه،
سیبون
پسته ای: 3 دلار 99
۳ تا 10 دلار

رب گوچه
آتا و مهرام
هر عدد: 3 دلار 99
۲ تا 7 دلار

رب گوچه سلطان
و رایان
هر عدد: 2 دلار 99
۲ تا 5 دلار

قند
باخ
پسته ای: 1 دلار 99
۳ تا 5 دلار

بیسکوئیت
فرخنده
پسته ای: 2 دلار 99
۲ تا 5 دلار

رطب عسلی
پسته ای: 3 دلار 99
۲ تا 7 دلار

تی تاپ
پسته ای: 0 دلار 99
۳ تا 2 دلار

پفک نمکی
پسته ای: 0 دلار 99
۳ تا 2 دلار

انواع کمپوت
شهیدین
پسته ای: 1 دلار 99
۳ تا 5 دلار

رشته آش
ان سی
پسته ای: 1 دلار 99
۲ تا 3 دلار

سوهان
عسلی
هر 750 گرم
7 دلار 99

سوهان
حاج حسین
هر 750 گرم
9 دلار 99

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

انواع سفارشات کیتترینگ
و مجالس پذیرفته می شود

نان تازه پخت و با کیفیت سوپر ارزان



پلوپز ایرانی پارس خزر

4 نفره	93 دلار
8 نفره	113 دلار
12 نفره	133 دلار

سفارشات آنلاین با دلیوری:

پذیرفته می شود

www.arzon.ca

6103 Yonge St. (South of Steeles)

416-590-1234

416-222-4726

اخبار - جهان

مالزی هزاران تن ضایعات پلاستیکی را به کشورهای غربی پس می‌فرستد



ولی این دلیل نمی‌شود که کشورهای پیشرفته این گونه به ما زور بگویند." به گفته این مقام دولت مالزی، تنها در یک مورد، یک شرکت بازیافت بریتانیایی در عرض دو سال بیش از ۵۵ هزار تن ضایعات پلاستیکی را با حدود هزار کانتینر به مالزی صادر کرده است.

دولت مالزی از ماه ژوئیه سال گذشته تاکنون ۱۵۰ کارخانه غیرقانونی بازیافت ضایعات پلاستیکی را تعطیل کرده و در ماه اخیر ۵ کانتینر زباله‌های پلاستیکی از مبدأ اسپانیا را به این کشور بازگردانده است.

بزرگ حاوی لوازم خانگی و وسایل برقی اسقاطی تولید آمریکا، کانادا، ژاپن، عربستان و چین است. با وجود آن که این مقدار زباله بسیار زیاد به نظر می‌رسد، اما وزیر محیط زیست مالزی معتقد است با توجه به ممنوعیت واردات این گونه اشیاء در چین، ضایعات موجود در مالزی تنها می‌تواند "نوک کوه یخ" باشد که بخش اعظم آن دیده نمی‌شود.

وی که در یک نشست مطبوعاتی سخن می‌گفت، افزود: "مالزی زباله‌دانی نیست. درست است که ما کشور بزرگی نیستیم

مالزی ۳ هزار و ۳۰۰ تن ضایعات و زباله پلاستیکی بازیافت‌ناپذیر را به برخی کشورهای غربی از جمله آمریکا، بریتانیا، کانادا و استرالیا پس می‌فرستد. یثو بی بین، وزیر محیط زیست مالزی روز سه‌شنبه ۷ خرداد با اعلام این مطلب گفت کشورش نمی‌خواهد به زباله‌دان کشورهای ثروتمند بدل شود. وی گفت بعد از آن که چین در سال گذشته واردات زباله‌های پلاستیکی را ممنوع کرد، اکنون مالزی و بسیاری دیگر از کشورهای در حال رشد به مقصد تازه این ضایعات بدل شده‌اند. خانم بین تصریح کرد زباله‌هایی که قرار است درون ۶۰ کانتینر بارگیری و به کشور مبدأشان پس فرستاده شوند، در واقع از راه قاچاق وارد مالزی شده و در کارگاه‌های غیرقانونی در این کشور مورد استفاده قرار گرفته‌اند. وی در حالی که زباله‌ها را در سائیت در حوالی کوالالامپور پایتخت مالزی به خیرنگاران نشان می‌داد، گفت که ده تا از این کانتینرها قرار است تا دو هفته دیگر راهی شوند.

ضایعاتی که در زباله‌های درون این کانتینرها دیده می‌شوند شامل سیم‌های برق تولید بریتانیا، کارتن‌های شیر تولید استرالیا، سی‌دی‌های تولید بنگلادش و نیز بسته‌های

واکنش‌ها به استعفای ترزا می



جرمی کوربین، رهبر حزب کارگر بریتانیا تصمیم ترزا می برای کناره‌گیری از نخست‌وزیری این کشور را تصمیمی "درست" ارزیابی کرد.

به گفته جرمی کوربین، رهبر آینده حزب محافظه کار که پس از ترزا می به نخست‌وزیری خواهد رسید باید بلافاصله انتخابات زودهنگام برگزار کند تا رای دهندگان بریتانیایی بتوانند دولت آینده را انتخاب کنند.

بورس جانسون، وزیر خارجه سابق بریتانیا در کابینه ترزا می ضمن ستایش از سخنرانی روز جمعه وی خواستار اجرای

برکسیت شد. آرنل فوستر، رهبر حزب اتحادگرایی دموکراتیک در ایرلند شمالی ضمن اشاره به رویکردهای متفاوتی که او و ترزا می دنبال می‌کردند به وی ادای احترام کرد. از «تعهد» حزب اتحادگرایی دموکراتیک ایرلند شمالی شریک حزب محافظه کار در دولت ائتلافی فعلی است.

صالح خان، شهردار لندن نیز در واکنش به استعفای ترزا می خواستار لغو درخواست ارائه شده به اتحادیه اروپا برای خروج بریتانیا از این اتحادیه شد.

مایکل گوو، وزیر محیط زیست بریتانیا که از

ترزا می در سخنرانی روز جمعه خود اعلام کرد که روز هفتم ژوئن (۱۷ خرداد) از سمت خود کناره‌گیری می‌کند. او پس از مارگارت تاچر دومین نخست‌وزیر زن در تاریخ سیاسی بریتانیا بود. وی در آخرین حملات سخنرانی روز جمعه خود اظهار داشت: "من به زودی شغلی را ترک خواهم کرد که افتخار زندگی ام است که در این مقام خدمت کرده‌ام. دومین زن نخست‌وزیر بریتانیا بودم اما مطمئناً آخرین نیستم." مقام رهبری حزب محافظه کار و نخست‌وزیری بریتانیا باقی خواهد ماند.

او به عنوان یکی از گزینه‌های رهبری حزب محافظه کار یاد می‌شود به ترزا می ادای احترام کرد. آندرتا لدسم، یکی از اعضای بافوذ کابینه بریتانیا که چند روز پیش از سمت خود کناره‌گیری کرد از «تعهد» و «وظیفه‌شناسی» نخست‌وزیر بریتانیا ستایش کرد.

جرمی هانت، وزیر خارجه بریتانیا یکی دیگر از گزینه‌های احتمالی برای جانشینی ترزا می در مقام رهبری حزب محافظه کار است. او نیز در واکنش به استعفای ترزا می از "شجاعت" و "اراده" نخست‌وزیر مستعفی بریتانیا ستایش کرد.

حمله با چاقو به مسافران اتوبوس در ژاپن



یک سفر رسمی چهار روزه در توکیو به سر می‌برد. رئیس‌جمهوری آمریکا دقایقی پس از انتشار خبر حمله به مسافران یک اتوبوس شهری در کاواساکی در حالی که سوار بر یک کشتی نظامی ژاپنی بود نسبت به این حادثه واکنش نشان داد و گفت: "همه آمریکایی‌ها در کنار مردم ژاپن هستند و با قربانیان و خانواده‌های آنها در این حادثه ایاز مهندری می‌کنند." جزئیات بیشتری از این حادثه و نیز اطلاعاتی درباره هویت و انگیزه فرد مهاجم هنوز توسط رسانه‌های محلی منتشر نشده است.

یک منبع پزشکی با اعلام اینکه حال برخی از مجروحان وخیم گزارش می‌شود به خبرنگاران گفت: "در میان مجروحان یک زن چهل ساله و سه دختر بچه شش ساله دیده می‌شوند که در ناحیه سر و گردن جراحات جدی دارند.

به گفته معاون رئیس بیمارستانی که این افراد در آن بستری شده‌اند دو مجروح یاد شده باید به زودی تحت عمل جراحی قرار گیرند و به بخش‌های مراقبت‌های ویژه منتقل شوند. این حمله در حالی انجام شده است که دونالد ترامپ، رئیس‌جمهوری آمریکا برای

در پی حمله فردی با چاقو به ایستگاه اتوبوس در کاواساکی، شهری در استان کاناگاوا در مجاورت پایتخت ژاپن دست کم سه نفر کشته و چندین تن دیگر مجروح شدند.

این حمله صبح روز سه‌شنبه و در زمانی روی داد که دانش‌آموزان و کارمندان ساکن در این بخش از شهر کاواساکی برای عزیمت به مدرسه و محل کار خود به خیابان آمده بودند.

منابع محلی با اعلام اینکه یک دانش‌آموز دختر در جریان این حمله جان خود را از دست داده است از مجروح شدن دست کم دست کم هفده تن دیگر خبر داده‌اند. این درحالی است که خبرگزاری کیودو و به نقل از برخی مقامات محلی اعلام کرده‌اند که علائم حیات در دو تن از مجروحان (یک دانش‌آموز و یک فرد بزرگسال) دیده نمی‌شود.

فرد مظنون به ارتکاب این حمله به گفته رسانه‌های ژاپنی پنجاه ساله بوده و پس از حمله به مسافران اتوبوس در شهر کاواساکی صدماتی با چاقو به خود وارد کرده است. آخرین گزارش‌های حاکی است که وی پس از دستگیری در شب تحت جراحات جان باخته است.

خدمات مهاجرت و حقوقی در دستکار

Dorostkar Immigration Services Inc.

پرونده‌های پناهندگی

- ✓ دفاع از پرونده‌های پناهندگی در دادگاه وزارت مهاجرت
- ✓ مشاوره در زمینه پناهندگی
- ✓ بررسی پرونده‌های پناهندگی
- ✓ آماده‌سازی پرونده‌های پناهندگی

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

دکتر تورن‌هیل

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

دفتر ریچموند‌هیل

(905) 237-5003
10271 Yonge St., Unit 224,
Richmond Hill, ON L4C 3B5

info@dorostkar.ca , www.drlegalservices.ca

علیرضا بساقی زاده

416.570.9773

Centurion 2011, Centurion 2016
Century 21Canada
Top Producer Century 21
Heritage group 2011

Heritage Group Ltd., Brokerage
7330 Yonge St., Thornhill,
ON, L4G 7Y7
B: 905-764-7111

خرید ، فروش و اجاره

خرید و فروش مراکز پزشکی

Yonge / Steeles

NEW!

\$2,350 برای اجاره

خانه مستقل بانگلو، ۳ خوابه

با ۲ سرویس طبقه اصلی

نزدیک کلیه امکانات شهری

Yonge / Carrville

NEW!

\$1,788,000

خانه مستقل (بک‌اسپلیت) ۴ خوابه،

با ۴ سرویس، با زیرزمین تکمیل شده واک‌اوت، به روز شده، زمین بزرگ ۴۵x۲۴۱ فیتی

نزدیک کلیه امکانات شهری

Stunden / Maplevue

SOLD

\$624,900

خانه مستقل ۱+۳ خوابه، دو سال ساخت، با ۴ سرویس، با زیرزمین تکمیل شده

زمین بزرگ ۳۳x۱۱۰ فیتی

وسایل آشپزخانه و نازک‌کاری عالی

ایران استار به محل جدید نقل مکان کرد:

315 Steelcase Rd. East, Suite 201

Markham, ON. L3R 2R5

اخبار - جهان

ترامپ: واشنگتن به دنبال تغییر رژیم در ایران نیست



دونالد ترامپ، روز دوشنبه ۲۷ مه در جریان سفر خود به ژاپن اعلام کرد که به دنبال تغییر رژیم در ایران نیست.

او همچنین از تلاش نخست‌وزیر ژاپن در استفاده از روابط خوب خود با ایران برای کمک به ایجاد یک گفت‌وگوی احتمالی بین ایران و آمریکا استقبال کرد. ترامپ در گفت‌وگو با شینزو آبه گفت: "می‌دانم که نخست‌وزیر و ژاپن روابط بسیار خوبی با ایران دارد بنابراین بنیم چه اتفاقی می‌افتد."

وی در ادامه افزود: "نخست‌وزیر پیش از این، با من در این مورد صحبت کرد و معتقدم که ایران می‌خواهد مذاکره کند و اگر آن‌ها علاقمند باشند که مذاکره کنند، ما هم دوست داریم مذاکره کنیم. باید ببینیم چه اتفاقی می‌افتد... هیچ فردی مخصوصاً من، نمی‌خواهد که اتفاق‌های بدی رخ دهد."

این درحالی‌است که رهبر جمهوری اسلامی ایران ۱۴ مه با رد امکان مذاکره با دولت دونالد ترامپ گفته بود: "بعضی در داخل

می‌گویند مذاکره چه عیبی دارد؟ مذاکره سم است، تا وقتی آمریکا این است که الان هست و مذاکره با دولت کنونی آمریکا یک سم مضاعف است."

ترامپ در نشست خبری مشترک با نخست‌وزیر ژاپن همچنین با تأکید بر اینکه دنبال تغییر رژیم در ایران نیست، افزود: "می‌خواهم این موضوع را شفاف کنیم. ما می‌خواهیم ایران سلاح هسته‌ای نداشته باشد." رئیس جمهوری آمریکا تصریح کرد که با

محمدعلی نجفی، همسرش را کشت و در آگاهی تهران به گرمی مورد عنایت قرار گرفت



نام میترا استاد که روز سه‌شنبه، ۷ خرداد در تهران به قتل رسید یک بار دیگر حدود یک سال پیش در رسانه‌ها مطرح شد. وقتی این خبر منتشر شد که او با محمد علی نجفی، شهردار پیشین تهران و وزیر در چند دولت پیشین در ایران ازدواج کرده است.

پیش از آن این خبر منتشر شده بود که محمدعلی نجفی که چند ماهی بود شهردار تهران شده بود، کناره‌گیری کرده است. ابتدا علت کناره‌گیری او را بیماری عنوان کردند. محمدعلی نجفی ابتدا در اسفند ۱۳۹۶ استعفا کرد، اما شورای شهر تهران که او را با رای قاطع انتخاب کرده بود، ابتدا استعفاش را نپذیرفت. کم‌کم شایعاتی پیرامون علت استعفا او شکل گرفت و نهایتاً شورای شهر استعفا او را پذیرفت. امروز صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران تصاویری را پخش کرده است که در آن محمدعلی نجفی شهردار و وزیر سابق دولت، بدون حضور وکیل به قتل همسرش اعتراف می‌کند و جزئیات تازه‌ای از قتل میترا استاد را مطرح می‌کند.

در این فیلم ویدیویی که به وضوح مشخص است بخش‌هایی از آن قطع شده، آقای نجفی از "بالا گرفتن دعوای دو سه روز اخیر" با همسرش صحبت می‌کند و می‌گوید قصد داشته همسرش را (با نشان دادن اسلحه) بترساند.

آقای نجفی در این ویدیو توضیح می‌دهد که به دنبال همسرش به حمام می‌رود و همسرش که هنوز وارد وان نشده بود هول می‌کند و با او گلاویز می‌شود.

این وزیر سابق دولت در ادامه توضیح می‌دهد که بارها خواسته همسرش را به طلاق توافقی راضی کند اما ایشان به دلایل خودش قبول نمی‌کرد، روحیه خاصی داشت و همین روحیه باعث شد که هم او جانش را از دست بدهد و هم من این اشتباه را بکنم.

رئیس پلیس آگاهی تهران گفته است پنج تیر از اسلحه آقای نجفی شلیک شده و یک گلوله به دست و یک گلوله دیگر به قلب مقتول اصابت کرده است.

در ویدیوی دیگری که ابتدا توسط صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران و برخی

خبرگزاری‌های دیگر این کشور منتشر شد، تنها ساعاتی پس از وقوع قتل، خبرنگار این رسانه، در حضور چند مقام انتظامی دیگری اسلحه‌ای را در برابر دوربین نشان می‌دهد که می‌گوید اسلحه ارتکاب جرم است و درحالی که گلوله‌های آن را خالی می‌کند و می‌شمارد درباره تعداد گلوله‌های شلیک شده به مقتول توضیح می‌دهد.

در یکی دیگر از ویدیوهای منتشر شده توسط صدا و سیما، آقای نجفی با "ظاهری آراسته" دیده می‌شود درحالی که در دفتر آگاهی تهران روی میلی در برابر رئیس پلیس آگاهی، علیرضا لطفی، نشست و مشغول نوشیدن چای است.

انتشار این ویدیوها از صدا و سیما و نحوه گزارش این قتل با واکنش کاربران در شبکه‌های اجتماعی منتشر شده است. نحوه انتشار و به روز رسانی این خبر در رسانه‌های ایران به ویژه در صدا و سیما باعث تعجب بسیاری از جمله وکیلان و حقوقدانان شده است.

مهرانگیز کار وکیل دادگستری به بی‌بی‌سی فارسی گفت: "بر اساس ماده ۱۶۰ قانون مجازات اسلامی، ادله اثبات جرم عبارت است از اقرار، شهادت و قسامه. شخص قرارکننده قاعدتاً اقرارش را می‌نویسد و بعد به حکم مقام قضایی بازداشت و تحقیقات درباره او آغاز می‌شود. بدون انجام این تحقیقات و فقط بر اساس یک اقرار نمی‌توان کسی را محکوم کرد"

به گفته خانم کار "در جریان رسیدگی به

خلیل هناره

-عضورسی انجمن مشاورین املاک اناریو.
-همراه و بجام با مشاورای تصمیم گیری بهترین خرید و فروش
-املاک تجاری، پیش‌فروش، مسکونی و مزرعه.
-کلیک در تهر انواع وام های مسکونی و تجاری.
-ارزانی ملک شایسته خرید و یا فروش.
-آماده پاسخگو بر آورد خواسته های مشاور امور املاک.

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

Khalil Henareh

B.Sc., Sales Representative
Experince Excellence

Direct: 416.275.8747

Office: 905.764.7111 Ext.1397

Fax : 905.764.1274

Email : Khalil.henareh@century21.ca

Century 21
HERITAGE GROUP LTD.
BROKERAGE*
Independently owned and operated

REALTOR®
MLS
MULTIPLE LISTING SERVICE
Trust, Honesty and Integrity... Always.

حراج بزرگ یکشنبه‌ها



وسایل منزل، مبلمان،

انواع فرش، آنتیک

و اقلام دیگر

Huge Outdoor Sale

Household Goods, Furnitures, all types of Carpets and Rugs, Antiques, collectables and much more...

Lots of Free Parking, Rain or Shine,
Sundays Only, 8am to 6pm

فقط یکشنبه‌ها از ۸ صبح تا ۶ عصر

8240 Yonge St.

پذیرش داوطلب در یک موسسه حسابداری

Accounting Volunteer Opportunity

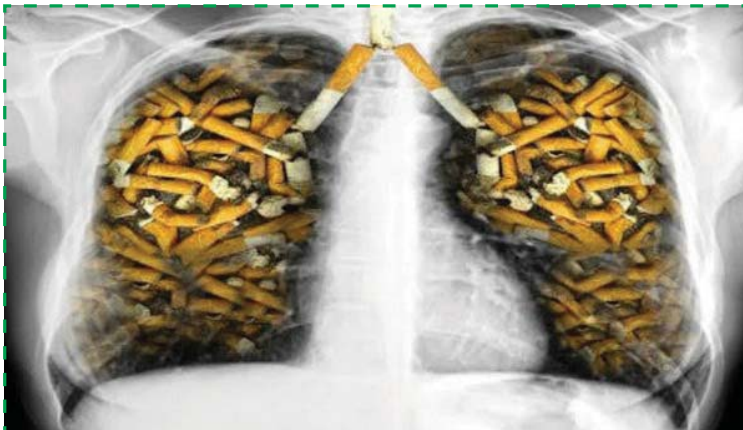
A well-established accounting firm is looking for a motivated volunteer bookkeeper and office assistant; who is willing to learn and is available for 25 hours a week.

Working knowledge of MS Office & bookkeeping is an asset.
Please send your resume to info@bahmanacconting.com

به بهانه روز جهانی بدون دخانیات

محمد رحیمیان
مشاور ارشد بیمه

تبلیغ، ترویج و حمایت از دخانیات ممنوع



می‌دهند؟ چرا بسیاری از افراد سیگاری، با علم به موقعیت سست‌تر سلامتی‌شان نسبت به غیر سیگاری‌ها، برای دوران بیماری و ناتوانی‌شان فکری نکرده‌اند؟ چرا آمار سالانه افرادی که در اثر مصرف دخانیات از بین می‌روند صعودی است؟ اینهمه رسانه، فیلم‌های تبلیغاتی، سازمان‌های بهداشتی و بزرگداشت‌های جهانی چرا نتوانسته جلوی از بین رفتن جمعیت کثیری را در اثر بیماری‌های ناشی از مصرف سیگار بگیرد؟ به شعار امسال روز جهانی بدون دخانیات فکر می‌کنم. "تبلیغ، ترویج و حمایت از دخانیات ممنوع" به امید نفس کشیدن در جهانی بدون دخانیات!

ترجمه و منابع: www.cover4u.ca

از خوانندگان و علاقمندان دعوت به عمل می‌آوریم که تجربه‌های خوب و بد خود را به شمار بیمه با ما در میان بگذارند. مطالب این مقالات صرفاً در 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 است.

www.insufin.com
www.sherkatebimeh.com
9053700011

۱۵ تا ۲۰ درصد سایر سرطان‌ها، ۷۵ درصد برونشیت مزمن و آمفیوز و ۲۵ درصد مرگ و میر ناشی از بیماری‌های قلبی و عروقی در سنین بین ۳۵ تا ۶۹ سال، ناشی از مصرف دخانیات بوده است. امروزه بسیاری از کارخانجات تولید سیگار، به توتون موجود در آن آمونیاک اضافه می‌کنند. آمونیاک سرعت جذب نیکوتین در خون را تا ۷ برابر افزایش می‌دهد، در نتیجه ۵ ثانیه پس از اولین یک به سیگار، نیکوتین آن به مغز می‌رسد و با ترشح هورمون‌هایی، ضرایب قلب، فشار خون و قند خون را افزایش می‌دهد. این عوامل سبب سرحال شدن فرد می‌شود. اما عاملی که سبب اعتیاد افراد به سیگار می‌شود، افزایش مقاومت بدن در برابر نیکوتین است. تأثیری که اولین سیگار در بدن فرد می‌گذارد، دیگر با یک سیگار ایجاد نمی‌شود بلکه او باید برای تجربه همان احساس، تعداد بیشتری سیگار بکشد و مقدار بیشتری نیکوتین وارد بدن خود کند. به این ترتیب رفتار جدیدی در ضمیر ناخودآگاه فرد شکل می‌گیرد و ۴۰ نوع ماده سرطان‌زای شناخته شده موجود در سیگار توسط فرد سیگاری و اطرافیان وی بلعیده می‌شوند.

سوالات زیادی به این مناسبت به ذهن ما می‌رسد: با توجه به گسترش اطلاع‌رسانی در خصوص مضرات سیگار، چه زمانی پدر و مادران سیگاری، به سلامتی خود و متعاقب آن فرزندان‌شان توجه علاقه‌ای نشان

حال توسعه است. بررسی‌های انجام شده نشان می‌دهد تا سال ۲۰۳۰، دخانیات به عنوان بزرگ‌ترین عامل مرگ و میر در جهان موجب کشته شدن ۱۰ میلیون نفر در هر سال خواهد شد. متأسفانه در جمعیت‌هایی که استعمال دخانیات در آنها امری متداول است ۹۰ درصد سرطان ریه،

بیش از یک میلیارد و سیصد میلیون نفر در دنیا مصرف‌کننده مواد دخانی و از این تعداد حدود ۸۰۰ میلیون نفر ساکن کشورهای توسعه یافته هستند. مقایسه این آمار با ارقام مشابه در سال‌های گذشته نشان می‌دهد اپیدمی مصرف سیگار در دنیا در حال جابه‌جایی به سمت کشورهای در

دخانیات، مراسم ویژه‌ای در سراسر دنیا برگزار می‌شود تا آخرین فعالیت‌های انجام شده در زمینه کنترل دخانیات و آمار میزان رشد و یا کاهش مصرف‌کنندگان آن به اطلاع همه مردم رسانده شود. براساس گزارش‌های اعلام شده از سوی سازمان بهداشت جهانی، در حال حاضر

در دنیای امروز در هر ۶ ثانیه، یک نفر به دلیل استفاده از محصولات تنباکو، جان خود را از دست می‌دهد و به این ترتیب می‌توان گفت تنباکو یکناله محصول در سطح جهان است که قادر است نیمی از مصرف‌کنندگان‌ش را از بین ببرد. تاریخچه تنباکو به دوره بومیان قاره آمریکا در دوران باستان بر می‌گردد. آنان در ابتدا به خواص گیاه تنباکو پی بردند. کریستف کلمب و همراهانش در سال ۱۴۹۲ میلادی به جزیره‌ای بین آمریکای شمالی و جنوبی رسیدند. آنها متوجه شدند که افراد بومی این منطقه، گیاهی عجیب را روی آتش ریخته و دود آن را به داخل ریه‌های خود فرو می‌بردند. کریستف کلمب به تصور این که این گیاه، ماده‌ای جادویی دارد، هنگام بازگشت مقداری از برگ‌ها و دانه‌های آن گیاه را با خود به اسپانیا برد و به این ترتیب توتون به اروپا راه یافت. مردم اروپا این گیاه را توباکو نامیدند (در ایران به تنباکو معروف است) و واژه سیگار از زبان اسپانیایی و نام توتون از زبان بومی گرفته شده است. به پیشنهاد سازمان بهداشت جهانی و برای اهمیت دادن به پدیده زیانبار دخانیات، همه ساله روز ۳۱ می، با عنوان روز جهانی بدون

پاسخ به نامه خوانندگان

درز اسناد ویکی‌لیکس، رابط با آمریکا و تماس ایرانی کانادایی‌های جستجوگر



این نشریه و کلیه همکاری که با شرافت و سخت‌کوشی، سعی می‌کنند تا بدون غرض و مرض ولی با دیدگاه‌های متفاوت در خدمت جامعه ایرانیان کانادا باشند و نه رابط و تریبونی برای دولت‌ها و با افراد وابسته به آنها، کاملاً قابل درک و تأثیر برانگیز است. بسیاری از همکارانمان حاضرند مثل ایران استار که همیشه رسماً اعلان کرده: "هرگز و در هیچ شرایطی، اطلاعات هیچ ایرانی یا غیرایرانی را جمع‌آوری نکرده و به هیچ دولتی یا شخصی ارائه نکرده و نخواهد کرد و مضافاً اینکه هرگز هیچ مبلغی را نیز از هیچ دولت و یا افراد وابسته به آنها دریافت نکرده و نمی‌کند"، را با اخلاص به دنیا بگویند. ما آن "رابط" را نه رسانه‌چی می‌دانیم و نه ایرانی؛ و به تلاش همه همکاران واقعی‌مان احترام می‌گذاریم.

دوستان، خوانندگان و تماس‌گیرندگان گرامی توجه داشته باشند که این درخواست شما از ایران استار مستلزم تحقیقات جمع‌آوری واقعیات و معرفی یکی از رسانه‌های همکارمان در این شهر خواهد بود که احتمالاً به برخورد بین آن همکار با ما و دیگر همکاران خواهد انجامید. ایران استار هم‌اکنون در حال بررسی راهکارها و رویکردهای متفاوت در این زمینه بوده و از شما نیز درخواست دارد تا نظرات خود را منعکس نمائید. البته در نظر داشته باشید که بر پایه حدس و گمان و بدون ارائه مدارک، نمی‌شود فرد یا رسانه‌ای را در خصوص این موضوع زیر سوال برد. از اعتماد و توجه شما، بسیار سپاسگزاریم و برای همه ایرانیان، در هر کجا که هستند، و ایران عزیزمان، آرزوی بهترین فرداها را داریم.

اجاره

Bayview/ John

بنگالوی باز سازی شده ۳ خوابه +

۲ خواب در بیسمنت (Walk Out)

دلباز و بسیار تمیز - نزدیک به امکانات رفاهی ۲۹۰۰ دلار

416-570-9773

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

می‌خواهید به سینما بروید؟

فیلم‌های این هفته سینما

پُر فروش‌های آخر هفته از ۲۴ تا ۲۶ می							
شماره هفته	هزینه تولیدفیلم به میلیون دلار	جمع خالص تا ۲۷ می	فروش آخر هفته	نام فیلم به انگلیسی	نام فیلم	رتبه هفته قبل	رتبه فعلی
1	\$183	116,805,962	91,500,929	ALADDIN	علاءالدین	-	1
3	\$57	107,613,238	24,587,676	JOHN WICK: CHAPTER 3 - PARABELLUM	جان ویک ۳ برای جنگ آماده شو	1	2
6	\$356	803,395,591	17,200,742	AVENGERS: ENDGAME	انتقام‌جویان: آخربازی	2	3
4	150	120,070,023	13,416,259	POKEMON DETECTIVE PIKACHU	پوکمون کارآگاه پیکاچو	3	4
1	-	8,701,363	6,933,620	BOOKSMART	خرخون	-	5



پدرام نظمزاده تورنتو Pedram_nazemzadeh@yahoo.com

فیلم‌هایی ۳۱ می می‌آیند:

گودزیلا سلطان هیولاها
Godzilla: King of the Monsters



داستان فیلم در خصوص تلاش‌های قهرمانانه سازمان نهان‌جاندارشناسی مونارک است که اعضایش با تنش و درگیری میان هیولاها و غول‌پیکر مواجه می‌شوند. از جمله گودزیلای قدرتمند که با ماترا، رودان و حریف نهایی‌اش گیدورا شاه سه سر روبرو می‌شود. هنگامی که این ابرموجودات باستانی که گمان می‌شد افسانه هستند، دوباره ظاهر می‌شوند و همگی برای برتری رقابت می‌کنند.

کارگردان: Michael Dougherty
بازیگران: Kyle Chandler, Vera Farmiga, Millie Bobby Brown

Rocket man



رتبه ۷ و نیم از ده
فیلمی موزیکال و فانتزی که روایتگر داستان کامل و بی‌پرده‌ی سال‌های ظهور و پیشرفت التون جان است

کارگردان: Dexter Fletcher
بازیگران:

Taron Egerton-Jamie Bell-Richard Madden

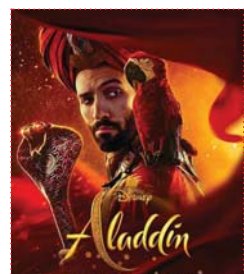
فیلمی که ۵ جون می‌آید:
Bharat



بهارات که برپایه یک ملودرام کرمانی به نام عهد با پدرم درست شده است به زمان تجزیه هند در سال ۱۹۴۷ اشاره می‌کند. بهارات پسر ۸ ساله به پدرش قول می‌دهد تحت هر شرایطی خانواده را کنار هم جمع کند.

کارگردان: Ali Abbas Zafar
بازیگران:

Salman Khan-Katrina Kaif-Tabu



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

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 انترایو
- ورود به دانشگاه بدون نوشتن امتحانات تافل، حتی اگر ۴ سال در دبیرستان تحصیل نکرده اید (از ۲۴ سال به بالا و برای دوره های لیسانس)

مشاوره رایگان تحصیلی

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



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



با تضمین ۱۰۰٪ قبولی

آموزش و تهیه Art Portfolio

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

416-221-2111

www.RWSschool.com , www.MTCschool.ca

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

تاریخ - معرفی شرق شناس انگلیسی

شرق شناسی - ۹۳

زندگی بویل جان اندرو، شرق شناس انگلیسی



محمدعلی اختری
تاریخ شناس

بویل، جان اندرو

این خاورشناس معروف از کشور انگلستان و متخصص در زبان و ادبیات فارسی، تاریخ مغولان است. وی در دهم مارس ۱۹۱۶ در ووستر پارک ساری (Worcester Park Surrey) انگلستان به دنیا آمد. لیسانس زبان آلمانی را از دانشگاه بیرمنگام گرفت و سپس به تحصیل زبان‌های شرقی در دانشگاه‌های گوتینگن و برلین پرداخت و در سال ۱۹۴۷ با ارائه ترجمه‌ای از تاریخ (جهانگشای) زیر نظر ولادیمیر مینورسکی به دریافت درجه دکتری از دانشگاه لندن نائل آمد. از زمان جنگ دوم جهانی تا ۱۹۵۰ کارمند وزارت خارجه بریتانیا بود، سپس مربی زبان فارسی در دانشگاه منچستر گردید و در سال ۱۹۵۸ به خاطر ترجمه (تاریخ جهانگشای) اثر عظیم‌الجوبنی نشان درجه اول سیاس ایران را دریافت نمود و در سال ۱۹۵۹ دانشیار و ۱۹۶۶ استاد مطالعات ایرانی در دانشگاه منچستر گردید. بویل عضو شورای گردانندگان انستیتوی مطالعات ایرانی انگلستان، عضو هیات ویراستاران تاریخ ایران کامبریج، عضو هیات مشاوران ایران‌شناسی، عضو موقوفات گیپ، عضو انجمن فولکلور و رئیس انجمن انگلیسی - مغولی بوده است. وی در ۱۹ نوامبر ۱۹۷۸ درگذشت.^(۱)

خانم دکتر مریم میراحمدی نوشته است که درباره حکومت‌های مستقر در ایران در دوران اسلامی صرف نظر از دوره خلفای اموی و عباسی محققان ایران‌شناس به سلسله‌های ایران پرداختند و مسائل حکومت‌های مختلف را جداگانه مورد بررسی قرار داده‌اند، از جمله جان بویل هم درباره تاریخ خوارزمشاهیان و تاریخ مغولان در ایران و افغانستان و نیز متون خطی دوره مغول تحقیق فراوان کرده است. بویل دکترای خود را نیز در باره تالیفات جوبینی و دوره مغول نوشته است.^(۲)

در دانشنامه آزاد (ویکی‌پدیا) در خصوص این شرق شناس نام‌آور انگلیسی مقاله‌ای وجود دارد که ترجمه خلاصه آن را می‌خوانیم: او مطالعات خود را در رشته زبان‌های شرقی در دانشگاه‌های گوتینگن و برلین در آلمان ادامه داد و درجه دکتری خود را تحت نظر ولادیمیر مینورسکی گذراند و بعداً استاد زبان و ادبیات فارسی در دانشگاه منچستر گردید و کتابی هم درباره فرهنگ زبان فارسی معاصر و دستور زبان فارسی امروز تألیف نمود و تنها اروپایی بود که نشان سیاس از دولت ایران دریافت کرد.^(۳)

در دانشنامه انگلیسی زبان ایرانیکا (Iranica) چاپ آمریکا در مقاله‌ای به قلم پیتر جکسون (Peter. Jakson) شرح حال جان اندرو بویل با این عبارت بیان شده: پدرش یک شخص شیفته کتاب و مترجم با استعدادی بود که کنسول کشور بولیویا در بیرمنگام شده بود. بویل هم خودش با درجه ممتاز در دانشگاه بیرمنگام زبان آلمانی آموخت و در ادامه به تحصیل زبان‌های شرقی در دانشگاه گوتینگن و برلین پرداخت. در خلال جنگ دوم جهانی پس از دوره کوتاهی در موسسه مهندسی سلطنتی مشغول بود که بعد به وزارت خارجه منتقل گردید و تا ۱۹۵۰ در آن اداره بود در آن سال به سمت استادی زبان و ادبیات فارسی در دانشگاه منچستر برگزیده شد و در نتیجه در سال ۱۹۶۶ به پروفسوری مطالعات زبان فارسی انتخاب گردید. بویل کتاب فرهنگ زبان و گرامر مختصری درباره زبان فارسی جدید و معاصر پرداخته بود که در سال ۱۹۶۶ در ویسبادن (Wiesbaden) چاپ شده بود که بهترین به عنوان محقق درباره تاریخ

کترینگ کدبانو

انواع غذا، پیش غذا،

دسر، فینگر فود، کیک و شیرینی با کیفیتی عالی

مناسب برای مجالس و مهمانی‌های شما

647-466-3845

آیا در فکر وام مسکن هستید؟

✓ مشاوره وام مسکن بدون هیچ گونه الزام

✓ راه حل وام مسکن متناسب با شیوه زندگی شما

✓ تصویب اولیه سریع و آسان وام مسکن تا

بتوانید با اطمینان خرید کنید

مناسب‌ترین وام مسکن برای شما

دانیال نیلی

— کارشناس وام مسکن —

647-668-2200

Daniel H. Neely
BMO Mortgage Specialist
Cell: 647-668-2200



BMO Financial Group
We're here to help.™

تمام وام‌های مسکن منوط به تأیید اعتبار می‌باشد. شرایط و محدودیت‌های خاص در مورد آنها اعمال می‌شود.

برق از ۳ فازت نپره!



اگه قیمت‌های ما رو ببینی، اینجوری نمیترسی!

Graphic Design Print Web Development Social Media Marketing

۲۳

خردمند با بیش از ۲۴ سال سابقه درخشان در تورنتو

بهترین انتخاب برای انجام کلیه کارهای چاپی و تبلیغاتی شما

Local: 416-676-9-676

Toll Free: 1-855-676-9676

www.khrc.ca

Since 1996

انتشارات خردمند

We Know Advertising.

ایران دوره مغول محسوب شده است، بویژه به علت ترجمه شیوا و سلیسی که از کتاب تاریخ جهانگشای جوبینی (دو جلد چاپ ۱۹۵۸ در منچستر) که تکمیل شده و گسترش یافته‌ای از رساله تز دکترای او بود که در سال ۱۹۴۷ و تحت نظر ولادیمیر مینورسکی تهیه کرده بود، بعلاوه ایشان ترجمه بخشی از تاریخ جامع‌التواریخ رشیدالدین فضل‌الله همدانی قسمت مربوط به چنگیزخان مغول را در سال ۱۹۷۱ چاپ نمود و تعدادی مقاله در همین زمینه که بعداً تحت عنوان امپراتوری مغول در سال‌های ۱۲۰۶-۱۳۷۰ میلادی در سال ۱۹۷۷ و در لندن به صورت کتاب مستقلی در آمد. وی یکی از نویسندگان تاریخ کمبریج ایران (جلد پنجم) هم بود که تحت عنوان سلجوقیان و امپراتوری مغولان در سال ۱۹۶۸ از طبع در آمد و بخشی ایلخانیان را در این کتاب ایشان نوشته بود و ترجمه کتاب الهی‌نامه عطار را هم در تاریخ ۱۹۷۷ در منچستر منتشر نمود. خدمات او در مورد تاریخ ایران از سال ۱۹۵۸ شناخته شده بود. بی‌شک تمام تحقیقات و آثار او در زمینه تاریخ ایران است و دانش عمیق او در زبان و ادبیات ارمنی و زبان‌های سُلتیک او را قادر ساخت که در زمینه فولکلور ایرانی هم زور آزمائی کند و مقالات ارزنده‌ای هم در این زمینه از خود به یادگار گذاشت.^(۴)

خاورشناس دیگر انگلیسی اول ساتن (Elwell Sutton) طی مقاله‌ای که در مجله فولکلور (Folklore) شماره ۹۰ مورخ ۱۹۷۹ به مناسبت درگذشت جان اندرو بویل نوشته بعضی مطالب جدید را در شرح حال ایشان ذکر کرده که در این جا به خلاصه آن مقاله اشاره می‌کنم. ایشان نوشته است: با درگذشت جان اندرو بویل استاد دانشگاه جهان شرق‌شناسی یکی از اعضاء سرشناس و برجسته خود را از دست داد. پدرش فردی کتاب دوست و کتاب‌خوان بود و پسرش را در کتابخانه خود به کار واداشت. جان تحصیلات رسمی چندان‌ی نداشت و زیر نظر پدرش که زمانی کنسول بولیویا در بیر منگام بود تحصیلات مقدماتی را گذراند مادر بزرگش اسپانیایی بود و پدرش کتاب‌خوان و کتابفروش معروفی محسوب می‌شد و جان در نزد پدرش که ترجمه‌هایی از زبان‌های لاتین و فرانسه و اسپانیایی را انجام می‌داد، زبان‌های لاتین و یونانی را از وی آموخت. جان در کتابخانه پدرش به یک نسخه از کتب فارسی برخورد کرد و علاقه به مسائل و زبان‌های شرقی در او زنده شد و او برای فراگیری این زبان‌ها به آلمان رفت و نزد استادان آلمانی مانند اچ اچ شدر (H H Schaefer) و اولاف هائسن (Olaf Hansen) زبان فارسی باستان و اوستائی و فارسی میانه و فارسی معاصر را آموخت و نزد پروفسور هارتمان (Hartman) عربی و ترکی را فرا گرفت و اندکی زبان‌شناسی را مطالعه کرد و احتمال وقوع جنگ او را مجبور کرد که به لندن برگردد. در آنجا به او بورس آموزش مطالعات ایرانی اهدا شد و او توانست در مدرسه زبان‌های شرقی مطالعات خود را تحت سرپرستی خاورشناس معروف روسی مقیم لندن

۱- مطالعات درباره تاریخ جهانگشای جوبینی (پایان‌نامه دکتری) - چاپ ۱۹۴۷ لندن.
۲- فرهنگ تخصصی زبان فارسی (Practical Dictionary of the Persian language) چاپ لندن ۱۹۴۹. یادداشت‌ها درباره زبان محاوره‌ای ایران به روایت از برخی نوشته‌های اخیر چاپ ۱۹۵۲.
۳- ادبیات فارسی امروز (Persian Literature Toray) چاپ ۱۹۵۷ که ترجمه فارسی این مقاله در مجله سخن تیرماه ۱۳۳۶ چاپ گردیده است.
۴- تاریخ جهانگشای جوبینی (ترجمه)
۵- جوبینی و رشیدالدین به عنوان منابعی درباره تاریخ مغولان .
۶- فرمانروایان مغول در افغانستان و هند به روایت طبقات ناصری جوزجانی.
۷- چنگیزخان چاپ ۱۹۶۵/۸.
۸- جلال‌الدین خوارزم شاه. چاپ ۱۹۶۵.
۹- غازان محمود ایلخان- چاپ ۱۹۶۵.
۱۰- دستور زبان فارسی امروزی -چاپ ۱۹۶۶ ویسبادن.

۱- گروه مؤلفان و مترجمان: فرهنگ خاورشناسان ج ۲ ص ۴۸۲ چاپ تهران ۱۳۸۲ و محمد رستمی: ایران شناسان وادبیات فارسی ج ۲۱۹ چاپ تهران ۱۳۹۰ هر دو کتاب از انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
۲- دکتر مریم میراحمدی: تاریخ تحولات ایران‌شناسی دوران اسلامی ص ۳۲ چاپ تهران ۱۳۹۵ از انتشارات طه‌پوری.
3- Wikipedia - J. A. Boyle Peter Jackson John Andrew Boyle
۴- چاپ شده در دانشنامه Iranica.
5- ELwell 'Sutton Obituary : John Andrew Boyle
چاپ شده در مجله Folklore ص ۱۰۶ شماره ۱ سال ۱۹۷۹ دوره ۹۰ مورخ ۳۰ ژانویه ۲۰۱۲.

منابع مطالعه بقیه آثار این شرق شناس می‌توانید به وب‌سایت ایران‌استار مراجعه فرمایید.

منابع وماخذ این مقاله:

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

من در سال‌های ۷۷-۱۹۷۶



دکتر شجاع‌الدین ضیائیان
shodjaeddin@gmail.com

فرهنگ‌نامه فرانسه- فارسی داریوش آشوری

در پاریس، گمان کنم دانشگاه بود، با یکی از آشنایان، اگر اشتباه نکنم "یهلوان"، تصادفاً برخورد کردم. گفت که "داریوش آشوری" یک کتاب واژگان علوم اجتماعی فرانسه به فارسی منتشر کرده که درونش پر از نام نوست.

در واقع، نام کتاب "واژگان فلسفه و علوم اجتماعی (برابر نهاده‌های مترجمان و مولفان ایرانی، فرانسه - فارسی)" بود که در بهار سال ۲۵۲۵ شانشاهی (۱۳۵۵)،

(۱۹۷۶)، در چهار چوب "پژوهشگاه علوم انسانی" در تهران منتشر شده بود. پر از نام من هم نبود اما نام من و کتاب "مارکس و مارکسیسم" و اصطلاحاتی که در ترجمه آن به کار برده بودم، جسته و گریخته به عنوان یکی از منابع در کنار ۲۱ منبع دیگر قرار گرفته بود. افتخار و سربلندی بزرگی برای من نوپا بود که ترجمه من در کنار تالیفات و ترجمه‌های بزرگ‌ترانی باشد چون "جمشید بهنام"، "باقر پرهام" (که معرف من در عضویت در کانون نویسندگان ایران شد)، "حمید عنایت"، "ابوالفضل قاضی"، "محمد علی فروغی" (فیلسوف و نخست وزیر دوران گذر از رضا شاه به محمد رضاشاه، مولف "سیر حکمت در اروپا") و "مشفق همدانی". طبعاً به داریوش آشوری که صرفاً به خاطر

نام ایرانی او و اینکه جزو "انتلکنتول‌ها" محسوب می‌شد از قبل "سمیاتی" داشتم، درجا بیشتر علاقمند شدم. تا آنکه کتابی را که درباره "حافظ" چند دهه بعد از "انقلاب" نوشت و منتشر کرد خواندم و در ذهن من به گروه بزرگ "روشنفکر انقلابی" پیوست. داستانش بهمانند، اما یاد نمی‌رود که پهلوان پیدرنگ پس از آن خبر با لحنی به نظرم گله‌مندانه پرسید: "چرا اون کتاب را ترجمه کردی؟" ("مارکس و مارکسیسم" را می‌گفت). وا ماندم و جوابی نداشتم که بدم چون معنای سوال را نمی‌فهمیدم و هنوز هم در جستجوی علت و معنای آن پرسش هستم. همینقدر می‌دانم که اکثر این اشخاص به طور "ایرانی‌زانی" می‌اندیشند و جواب می‌خواهند. من کتاب را ترجمه کردم برای اینکه کتاب بسیار خوب و باب طبعم بود و برای آنکه دانشگاه تهران افتخار ترجمه‌اش را به من سپرد و برای آنکه انتشارات دانشگاه تهران نیز با اشتیاق قرارداد ترجمه و انتشارش را با

من بست. نمی‌دانم بالاخره این پاسخ را به او دادم یا نه. متأسفانه در "گوگل" شرحی از "پژوهشگاه علوم انسانی" یافت نمی‌شود. غفلت و کاستی نابخشودنی این قبیل روشنفکران است که اقدامی برای بزرگداشت و ثبت تاریخ ایران نمی‌کنند.

رسماً شهروند جهان شدم

Citoyen du monde / World Citizen چقدر مایه شعف بود کشف نهاد کوچکی در پاریس که محل "ثبت نام شهروندان جهان" Register des Citoyens du monde بود و اینکه این محل‌های ثبت نام در جاهای دیگر دنیا هم وجود داشت، و با سازمان ملل متحد نیز در ارتباط. عاشقانه بودند!

طبیعی است با اشتیاق، در این ثبت نام شرکت جستم. و کارت هویت مخصوص شهروند جهان را دریافت داشتم! گمان کنم سال ۷۵ یا ۷۶ از "تقویم جهانی" بود. ۱۹۷۵-۷۶.

در فرانسه مبتکر و مدیر این محل ثبت نام



باشد. اصلاً معنای ایران و آریا با صلح و آرامش گویا همدریف است.

مرکز "جامعه‌شناسی جنگ" دانشگاه بروکسل

کشف دانشگاه بروکسل و دانشکده جامعه‌شناسی آن یک "مرکز جامعه‌شناسی جنگ" دایر کرده بود. سال ۱۹۷۶ اسفندی به آن مرکز داشتم. آشنائی با دست‌اندرکاران آن و استفاده از کتابخانه کوچک آن و مطالعه کارهای تحقیقاتی مربوطه برآیم هم مفید هم دلگرم کننده بود. خانم "نادینلودسکی" آنجا را می‌چرخاند.

موقعی که سال‌ها بعد (۱۹۸۸) از ایران به کانادا مهاجرت کردم و بروکسل را محل "گذر" و انجام کارهای مهاجرت برقرار داشتم، خانم "لودسکی" هنوز آنجا بود و مرا شناخت و یاری داد. دفتر و دستکی در اختیارم گذاشت و می‌خواست و می‌توانست مرا به عنوان پژوهشگر و استاد در همان مرکز استخدام کند تا پژوهشم را درباره "علل و عواقب انقلاب اسلامی در ایران" به انجام رسانم، اما زوجهام می‌خواست به کانادا نزد خواهرزاده‌هایش برود و این فرصت بزرگ از دست رفت. این مرکز سال پیش، ۲۰۱۸، که به دانشگاه بروکسل رفتم دیگر وجود نداشت ولی در عوض مطالعات مربوط به جنگ و صلح به شکل‌های گوناگون وافر بود. امروزه مدیر مسئول دانشکده بزرگ "جامعه‌شناسی" دانشگاه بروکسل دکتر فیروزه نهایندی است که پدرشان دکتر هوشگ نهایندی، وزیر سابق و رئیس سابق دانشگاه‌های شیراز و تهران بود.

موسسه بین‌المللی مطالعات استراتژیک لندن

International Institute of Strategic Studies

گفتم هم‌ا‌ش به منابع و مراکز فرانسوی زبان اکتفا و قناعت نکنم. در ایران، دانش‌آموختگان ایرانی از کشورهای مختلف، با برداشت‌های مختلف ناشی از محیط تحصیلی خود، در "رقابت" بودند. به ویژه میان دانش‌آموختگان تحصیل کرده فرانسه و آمریکا و انگلیس، رقابت و تفاوت‌های فرهنگی مشهود بود. سری به لندن زدم تا از فرهنگ انگلیسی بی‌بهره نمانم. به عضویت "موسسه بین‌المللی مطالعات استراتژیک" لندن در آمدم و یکی دو روزی در آن موسسه که اسم دهان‌پرکنی داشت تحقیق کردم.

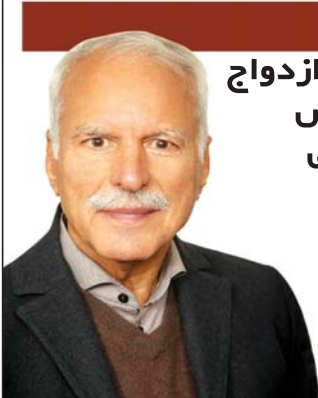
ایالت‌های متحد آمریکا

در مطلب پیش شرح دادم که به ناچار دستکم دو اصطلاح مهم و مفهوم نوین به زبان و فرهنگ فرانسوی تقدیم داشتم: Homo pacificus و economician). یک ابداعی دیگر مربوط به کاربرد صفت "آمریکائی" برای شهروندان "ایالت‌های متحد آمریکا" بود. آمریکا نام یک قاره است نه یک کشور. ضمن آنکه به فارسی نیز بهتر است نام آن کشور را از "مغرب" آورده بگوئیم "ایالت‌های متحد آمریکا". در زبان فرانسوی، به جای آمریکائی، am'ricain، به انگلیسی (american) از واژه خودساخته 'tasunien که فارسی‌اش می‌شود "ایالت متحده‌ای" (که البته دو برابر درازتر است)، استفاده کردم. امروزه دیدهام که برخی روزنامه‌نگاران و نویسندگان فرانسوی زبان ایالت "کیب" کانادا نیز همین اصطلاحی را که ۴۵ سال پیش ابداع کردم به کار می‌برند.

سال ۱۹۷۷، مطالعات جنگ و صلح‌شناسی من به "ایالت‌های متحد آمریکا" کشانده شد و تجربه‌های جالبی همراه آورد. هم‌زمان هم‌همه‌ی رموز و شکر یک تغییر بزرگ در ایران، به طور مبهم، به گوش من که حواسم تماماً به پژوهش و نگارش "تزر بود می‌رسید.

ایران استار به محل جدید نقل مکان کرد:
315 Steelcase Rd. East, Suite 201
Markham, ON. L3R 2R5

Ph.D.
دکترای روان‌شناسی از دانشگاه لندن انگلستان
فوق دکترای روان‌شناسی از دانشگاه یورک تورنتو
عضو رسمی کالج روان‌درمانگران انتاریو CRPO
عضو دائم انجمن روان‌شناسی انتاریو OPA



روان درمانگر CRP ۳۰ سال تجربه حرفه‌ای

- ✓ **اختلافات خانوادگی و زناشویی، مشاوره قبل از ازدواج**
- ✓ **مشکلات شخصی، مدیریت خشم و کاهش استرس**
- ✓ **وسواس، خود شیفتگی، رفع نگرانی و افسردگی**
- ✓ **اشکالات رفتاری و تحصیلی کودکان و نوجوانان**
- ✓ **مشاوره و راهنمایی حرفه‌ای و رشته تحصیلی**

Cell: 416.303.5730

Office: 905.770.4556

حسابداری ایده‌ال

Personal, Small Business & Corporation E-File

Ideal Accounting

مجتبی فریور



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**



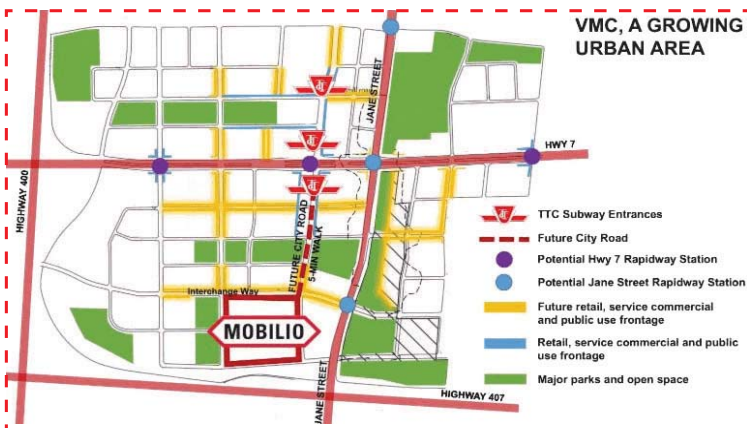
تکمیل فرم‌های Child Tax و GST رایگان است

905 59-777-59

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

مایل به پیش خرید هستید؟ بهترین منطقه و شرایط این هفته:

مرکز جدید شهر وان با آینده‌ای مانند مرکز شهر تورنتو



دکتر رامین سیروسی مشاور املاک



با عرض سلام و آرزوی اوقاتی خوش برای شما، در این هفته قصد دارم در مورد شهر وان و مرکز آن یا Vaughan Metro Center با شما صحبت کنم. این منطقه، ناحیه‌ای است که دولت اونتاریو و شهرداری وان در آن سرمایه‌گذاری خیلی زیادی کرده و در آینده‌ای نزدیک، رقبی جدی برای مرکز شهر تورنتو Down town خواهد شد.

در دنباله مقاله نسبت به پیش خرید یک پروژه از سازنده معروف Menkes در این منطقه، اطلاعاتی را ارائه خواهم کرد. شهر Vaughan در شمال خیابان Steeles قرار گرفته و از سمت شرق به خیابان یانگ و از سمت غرب به بزرگراه ۴۱۰ محدود می‌شود. همچنین، این شهر دارای دو بزرگراه خیلی مهم یعنی بزرگراه ۴۰۰ و بزرگراه ۴۰۷ می‌باشد که از آن عبور می‌کنند، از سال‌ها قبل دولت تصمیم جدی برای گسترش این شهر گرفت و در سال‌های اخیر بیشترین بودجه و سرمایه دولت برای شهر وان مصرف شده است.

در سال ۲۰۱۷، دولت سرانجام متروی شهر وان را تکمیل کرد و آن را به متروی یانگ معرفی نمود. جایی که متروی شهر وان شروع می‌شود، محل تقاطع خیابان‌های Highway ۷ و Jane می‌باشد

که مرکز جدید شهر وان Vaughan Metro Center در آنجا دایر خواهد شد. حالا اجازه بدهید در مورد محل شروع متروی وان و یا همان مرکز شهر وان صحبتی داشته باشیم. دولت قصد دارد تمام شرکت‌هایی را که از مرکز شهر تورنتو به این منطقه نقل مکان دهند، برای سال‌ها از مالیات معاف کند.

مرکز شهر وان که در خیابان Highway ۷ و در نزدیکی بزرگراه ۴۰۰ واقع شده، محلی است که تمام سرمایه‌گذاری در آنجا انجام شده است.

در این ناحیه ۱۲ هزار نفر مشغول به کار خواهند شد که نیمی از آنها، کارهای Office خواهند داشت در حقیقت دولت اونتاریو می‌خواهد بسیاری از شرکت‌ها و Businessهای دان‌تاون تورنتو را به این منطقه حرکت دهد. به همین دلیل هر شرکتی که در این منطقه باز شود و یا دفتر خود را از مرکز تورنتو Down town به این منطقه منتقل کند، برای سال‌ها از معافیت‌های مالیاتی استفاده خواهد کرد. بنابراین تعداد بسیار زیادی از کارمندان و شاغلین مرکز شهر تورنتو به این ناحیه نقل مکان خواهند کرد. پیش‌بینی می‌شود که این حجم از کارمندان باعث بالا رفتن تقاضا و به دنبال آن افزایش شدید قیمت خانه و مسکن در این منطقه شود.

علاوه بر آن، در ناحیه مرکز شهر Vaughan، دولت اقدام به ساختن مراکز جدیدترین مرکز ورزشی Ymca در تورنتو، در فاصله چند قدمی این منطقه

ساخته شده و همه ساکنین خواهند توانست از این Ymca چند طبقه استفاده کنند. علاوه بر آن یک کتابخانه بسیار مجهز در همین منطقه ساخته شده است که در نزدیکی Ymca قرار دارد. بنابراین همانطور که می‌بینید، این منطقه پتانسیل بسیار خوبی برای رشد و سرمایه‌گذاری دارد.

در همین منطقه، یکی از قدیمی‌ترین و سابقه‌ترین سازنده‌های تورنتو Menkes، اقدام به ساخت و پیش‌فروش واحدهای آپارتمانی و تاون‌هاوس نموده است. این تاون‌هاوس‌ها و آپارتمان‌ها که ۳-۲ سال دیگر حاضر خواهند شد، بسیار مناسب قیمت‌گذاری شده‌اند. علاوه بر آن فاصله قسط‌های پرداختی شما طوری است که آخرین قسط شما، ۲ سال بعد از عقد قرارداد شما است و این فاصله طولانی به شما فرصت پس‌انداز و Saving کافی می‌دهد.

علاوه بر آن کسانی که از ما اقدام به خرید کنند، تخفیف ویژه‌ای ۳ هزار دلار خواهند داشت. پروژه فوق یکی از دها پروژه‌ای است که هر هفته بدست من می‌رسد، شما می‌توانید برای کسب اطلاعات بیشتر و بازدید از پروژه به صورت رایگان یا من تماس بگیرید.

رامین سیروسی

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

انسداد حساب‌های فیسبوک حامی حکومت ایران



فیسبوک و توییتر اعلام کرده‌اند که ده‌ها حساب کاربری را که به دروغ خود را به جای سیاستمداران، روزنامه نگاران و شخصیت‌های آمریکایی معرفی می‌کردند، مسدود کرده است.

به گفته فیسبوک هدف این حساب‌ها حمایت از منافع ایران و تاثیر بر افکار عمومی آمریکایی‌ها در مخالفت با سیاست‌های رئیس جمهوری این کشور بوده است.

فیسبوک گفته است که آنها ۵۱ حساب فیسبوکی، ۳۶ صفحه، ۷ گروه و ۳ حساب اینستاگرامی را که داده‌های غیر واقعی هماهنگ شده منتشر می‌کردند را بسته

است. به گزارش فیسبوک افرادی که پشت این فعالیت‌های سازمان یافته پنهان شده‌اند، کاربران را درباره هویت این حساب‌ها و فعالیت‌هایشان گمراه می‌کرده‌اند.

این حساب‌ها تلاش می‌کردند تا نشان دهند حساب‌های معتبر و مشروعی در اروپا و آمریکا هستند که اخبار صحیح درباره خاورمیانه منتشر می‌کنند. آنها خود را روزنامه‌نگار یا در قالب شخصیت‌های دیگر معرفی می‌کردند و با مقامات سیاسی، گزارشگران، اساتید دانشگاه، مخالفان ایرانی و دیگر چهره‌های شناخته شده فضای عمومی تماس می‌گرفتند تا آنها را تحت تاثیر قرار دهند.

از آوریل ۲۰۱۸، گروهی ناشناس با ساختن حساب‌های غیرواقعی آمریکایی در شبکه های اجتماعی تلاش کرده‌اند تا خود را روزنامه‌نگار معرفی کنند، نامه به روزنامه‌ها بفرستند و با برداشتن عکس کاندیدهای جمهوریخواه یا دموکرات خود را جای آنها جا بزنند. تلاشی که فیسبوک آن را تلاشی آشکار از این گروه ناشناس برای تروج منافع ایران، ارزیابی کرده است.

سوال اصلی درباره این فعالیت‌ها این

است که آیا این فعالیت‌ها را سرویس اطلاعاتی ایران انجام می‌داده است یا یک کشور سوم و یا باندی از افرادی که سیاستمداران را به تمسخر می‌گیرند؟ بر اساس گزارشی که روز دوشنبه فیسبوک منتشر کرد، هیچ کس نمی‌تواند ۱۰۰ درصد مطمئن باشد که چه کسی پشت این کارزار حساب‌های جعلی است. به گزارش فیسبوک، فضای رسانه‌ای که به‌وسیله تکنولوژی تغذیه می‌شود، از ایلات متحده آمریکا یک مشکل جهانی برای آزادی بیان ساخته است و همین موضوع راه را برای دستکاری افکار عمومی آمریکایی‌ها نیز باز کرده است و هنوز هیچ پاسخ مناسبی برای اینکه به ما بگوید با این پدیده چگونه باید مواجه شد، پیدا نشده است.

لی فوستر که مدیریت تیم هوش مصنوعی "قایر ای" را برعهده دارد می‌گوید این ماجرا نشان می‌دهد بازیگرانی که در این شکل فعالیت‌ها شرکت دارند از تاکتیک‌ها و تکنیک‌های متفاوت در تمام رسانه‌ها و پلتفرم‌ها استفاده می‌کنند. از نظر او فضای اطلاعاتی آمریکا با این خطر مواجه است که به‌طور موثری امکان دخالت عوامل خارجی در آن وجود دارد و باید



دکتر رامین سیروسی

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

ژاله وحدت‌پناه

متخصص وام مسکن و
تهیه بهترین وام برای واجدین شرایط
416.826.9797

نام‌های آشنا و مطمئن با سال‌ها تجربه صادقانه



با هر خرید یا فروش شما، مبلغی به

بیماران دیابتی در ایران کمک می‌شود

آیا بدنبال مناسب‌ترین پروژه‌ها برای پیش خرید می‌گردید؟

آیا سوالات زیادی در مورد نحوه پیش خرید دارید؟

آیا چگونگی گرفتن وام مسکن پیش خرید برای شما روشن نیست؟

آیا می‌خواهید مشاور املاک تا آخر مرحله تحویل پیش خرید با شما باشد؟

آیا بدنبال مشاور املاک با عملکرد صادقانه هستید؟

جواب سوالات خود را تنها با یک تماس از من بخواهید

با سال‌ها تجربه همکاری با شرکت‌های

بیلدر بزرگ در سراسر تورنتو و حومه

Listing

Yonge at Newmarket



تاون هاوس نو، Freehold
تحویل: دسامبر ۲۰۱۹
فقط با: ۷۰ هزار دلار
قیمت: ۸۰۵ هزار دلار

Yonge / 16th



آپارتمان ۱ خوابه، ۶ ساله
بسیار زیبا
فقط: ۴۱۵ هزار دلار
قسط ماهانه: ۱،۵۵۰ دلار

Yonge / Major Mac



آپارتمان ۱ خوابه + دن
بسیار نورگیر
فقط با: ۴۳۰ هزار دلار
قسط ماهانه: ۱،۶۰۰ دلار



مقاله معرفی بهترین پروژه‌های روز در همین صفحه



www.Dr-Homes.ca



Persian Circle

مجموعه کتاب‌های دکتر عباس میلانی، دکتر فرزانه میلانی



قابل خرید در:

milanibooks.com

دو کتاب فروغ فرخزاد و نگاهی به شاه را

علاوه بر آن‌ها، از بنیاد پریا و یا کتابفروشی‌های شهر تهیه فرمایید



الان شما تعداد شمارش سلولی‌تان چقدر است؟ فرمودید ۹۳۰۰ واحد بود که رسید به ۲۵.۳۵ الان چقدر شده؟ برای یک آدم سالم باید حداکثر ۳۵ باشد، من اکنون بین ۳۰ تا ۳۵ هستم. من هر سه هفته یک بار آزمایش خون می‌دهم که قبل از اینکه بروم برای تزریق آزمایش خونم به دست دکتر برسد. این است که خودم مرتب در جریانش هستم و سه هفته پیش ۲۳ بود.

پس شما الان دیگر شیمی‌درمانی ندارید و همان ایمینوتراپی را هر ۲ یا ۴ هفته یکبار انجام می‌دهید؟ خیر، شیمی درمانی ندارم، در واقع هر ۳ هفته یکبار می‌روم برای ایمینوتراپی.

می‌توانم بیرسم که هزینه‌ها چطور بوده؟ هم قسمت اول که دنبال پزشکی کلاسیک رفتید و هم قسمت دوم که با آقای نادر جوادی انجام دادید.

در قسمت اول چون هنوز ۶۵ ساله نبودم و "مدیکر" (Medicare) نداشتم از جیب خودم سالی ۲۰۰۰ دلار خرج می‌کردم که ۵۰۰ دلار آن کسر نشدنی بود (deductible). سال اول ۲۵۰۰ دلار دادم چون حداکثر خرج را داشتم، بجز هزینه "از جیب خودم" بقیه‌اش را بیمه می‌داد. ولی از وسط‌های ۲۰۱۶ که به من "مدیکر" تعلق گرفت که تقریباً ۸۰ درصد هزینه‌های مراجه را بیشتر نمی‌دهد مجبور شدم یک بیمه مکمل بخرم که نتایجش در ماه حدود ۵۰۰ دلار خرج من می‌شود و بقیه را بیمه پرداخت می‌کند. ولی خوبی این سیستم اینجاست که هر دارو یا هر عمل جراحی را این دو تا بیمه پوشش می‌دهند اما در مورد آقای دکتر جوادی، چون دو داروی شیمی‌درمانی توسط سازمان پزشکی آمریکا تایید شده پس همه پولش را بیمه می‌دهد ولی داروی ایمینوتراپی برای بیماری من چون هنوز تایید سازمان پزشکی آمریکا را ندارد نتایجش بیمه پولش را نمی‌دهد ولی خوشبختانه ۸۰٪ پول بیمه را خود کمپانی سازنده دارو تقبل کرده و می‌دهد. من سال اول هر دو هفته یک بار برای هر تزریقی نزدیک ۴۰۰ دلار مجبور بودم بدهم ولی اکنون که دائمی شده شرکت‌های مالی که با شرکت داروسازی کار می‌کنند پرداخت آنرا به عهده گرفته‌اند پس از تقریباً ۳-۲ تا تزریق پیش دیگر هیچ پولی نمی‌دهم. این را اشاره کنم، داروهایی که هنوز تاییدیه ندارند، اگر بیمه پول آنها را ندهد، خود کارخانه‌های داروسازی پولش را می‌دهد چون معتقد است هر چه بیشتر برای مریض استفاده شود و پاسخ درمان شده بیماری بگیرند آنها راحت‌تر موفق به اخذ تاییدیه خواهند شد، به همین دلیل خودشان با شرکت‌های مالی کار می‌کنند که با توجه به درآمد بیمار به آنها خیلی کمک می‌کنند.

من شنیده‌ام که دولت امریکا بودجه‌ای را کنار گذاشته که به شرکت‌های دارویی کمک کند زیرا وقتی داروهای آنها بیماران را درمان می‌کند از هزینه‌های بیمارستانی، هزینه‌های جانبی و فشارهای اجتماعی کاسته می‌شود.

دقیقاً، الان چیزی را که دکتر جوادی این همه سال باپزش زحمت کشیده و دارد ثابت می‌کند، و دارند از ایشان قبول می‌کنند همین است که این نوع داروها به مریض‌ها کمک می‌کنند. ولی متأسفانه هنوز بیماری‌هایی هستند که تاییدیه سازمان پزشکی آمریکا را ندارند. مشکلی که سازمان پزشکی آمریکا دارد اینست که این داروها گران هستند و شرکت‌های بیمه از پرداخت سهم خودشان سرباز می‌زنند. دکتر جوادی دارد می‌گوید که پولی را که شرکت‌های بیمه بابت بیمار سرطانی و شیمی درمانی می‌دهند در دراز مدت، خیلی بیشتر از پول خرید این

سال که توسط سازمان پزشکی آمریکا برای بیماران سرطانی سینه مورد تایید قرار گرفته و احتمالاً این دارو و روش به زودی توسط تمام دکترها قابل استفاده خواهد بود. چیزی حدود ۲ یا ۳ ماه پیش هم سازمان پزشکی آمریکا آن را برای سرطانی ریه تایید کرد که البته هنوز در دسترس همه دکترها نیست، ولی به زودی انشالله در چند ماه آینده در دسترس خواهد بود. کاری که آقای دکتر جوادی در حال انجامش است اینست که می‌خواهد به سازمان پزشکی آمریکا ثابت کند که هر نوع سرطانی غیر از سرطانی خون (بعلت حالت استثنایی که دارد) را حتی با مراحل آخر بیماری می‌توان با این دارو معالجه کرد.

چه مدت طول کشید تا درمان شدید؟ بعد از ۷ ماه در ژانویه ۲۰۱۹ سلول‌های من از ۹۳۰۰ واحد رسید به ۲۵.۳۵، و دو ماه است که شیمی‌درمانی نمی‌کنم ولی به طور مرتب سه هفته یکبار می‌روم آنجا و همان ایمینوتراپی را برای من انجام می‌دهند. روز به روز حالم بهتر می‌شود و انرژی از دست رفته‌ام برگشته.

من دوسال بود رانندگی نمی‌کردم، در این دو سال حتی وقتی می‌خواستم لباس عوض کنم باید کسی کمکم می‌کرد و آنقدر انرژی کم بود که همه چیزم با کمک شخص دیگری بایستی انجام می‌دادم، ولی الان حدود ۱/۵ ماه است رانندگی می‌کنم و کارهای خودم را خودم انجام می‌دهم. خودم حمام می‌کنم، خودم لباس عوض می‌کنم، همه کارهایی که واقعاً یک آرزو شده بود برایم را انجام می‌دهم.

امیدوارم یک روزی برسد که این دارو به کار تمام بیماران سرطانی بیاید.

خیلی ممنون که تا این اندازه دقیق توضیح می‌دهید زیرا هرکسی جزئیات بیماری‌اش را به این اندازه یا نمی‌داند و یا به این دقتی توضیح نمی‌دهد.

من خودم حتی اسم داروهایم را می‌دانستم، اینکه چه وقتی باید آنها را تزریق کنم و اثر آنها چیست. می‌دانید وقتی می‌گویند کسی سرطانی دارد هم خودش و هم اطرافیان بلافاصله وحشت‌زده می‌شوند که ای وای الان موهایش می‌ریزد. در صورتی که مو ریختن آسان‌ترین قسمت داشتن سرطانی است، مو می‌ریزد و خودش هم درمی‌آید، ولی متأسفانه اثرات جانبی با دوز بالای داروها خیلی زیاد و آزاردهنده هستند درحالی‌که متأسفانه ما فقط دلمان شور مو را می‌زنند.

آیا شما از داروهای خانواده اینترفون (سلولی) نیز استفاده کردید؟

خیر، البته این را بگویم که سرطانی من ریشه ژنتیک دارد، در خانواده مادرم تقریباً می‌توانم بگویم که هر خانمی که فوت کرده از یک نوع سرطانی فوت کرده و حتی دو تا از دایی‌هایم هم از سرطانی فوت کردند. این است که من همیشه خیلی مواظب خودم بودم و خیلی مرتب به دکتر می‌گفتم برایم آزمایش‌های مختلف بدهد. حتی من ۶ ماه قبل از اینکه تشخیص سرطانی را بگیرم، سونوگرافی داخلی برای تخمدان داشتم که به من گفتند هیچ چیزی نیست، ولی متأسفانه ۶ ماه بعدش که تشخیص دادند، پتاسکن نشان داد که این تقریباً یک مریضی یکساله است.

بله، متأسفانه دستگاه‌های مختلف میزان تشخیص‌شان متفاوت است و البته بسته به ارگان هم دارد. خوشبختانه این آزمایش خونی که دکتر نادر جوادی می‌دهند که برای دانشش باید به آریزونا رفت خیلی چیزها را مشخص می‌کند که در آزمایش‌های معمولی مشخص نمی‌شود. اکنون گویا دارند آنرا توسعه می‌دهند تا همه آزمایشگاه‌ها بتوانند انجامش دهند.

اکسیژنش به ۵۳٪ رسیده که فوق‌العاده پایین بود. مرا به بیمارستان بردند و من از آن لحظه هیچی یادم نیست تا تقریباً ۴ یا ۵ روز بعدش که شب به هوش آمدم در حالی که با دستگاه کمک به زندگی (لایف ساپورت) زنده مانده بودم. در حین این بیهوشی یک عمل دیگر نیز انجام دادند از طرف سمت راستم دوباره عمل قلب را تکرار کرده بودند و آب دور قلب را کشیده بودند. به هر حال من ۱۰ روز توی بخش مراقبت‌های ویژه (CCU) بودم و که ۶ روز از این ۱۰ روز را با کمک صددرصدی دستگاه کمک به زندگی گذرانده بودم.

بعد از آن دوباره حالم بهتر شد و برگشتم خانه. ولی متأسفانه در حین این بیهوشی دو تا کلیه‌هایم از کار افتادند و از همان موقع هفته‌ای ۳ بار روی دیالیز هستم. بعد از آن نیز یکبار دیگر مجبور شدم در بیمارستان بستری شوم، که این دفعه پشت ریه‌ام را یک لوله گذاشتند که بتواند آنها را خالی کنند، و به مدت ۶ ماه هم خانه خودم آب‌های ریه را خالی می‌کردم. تقریباً حدود جون ۲۰۱۸ آزمایش خون من نشان می‌داد که میزان سلول‌های سرطانی مرتباً بالا می‌رود اگرچه متأسفانه پتاسکن چیزی را نشان نمی‌داد. تا اینکه در ۵ جولای ۲۰۱۸ وقتی پتاسکن را بردم پیش دکتر، گفت میزان سلول‌های سرطانی من به ۹۳۰۰ واحد رسیده و متأسفانه سرطانی به دستگاه لنفاوی هم سرایت کرده و دارد حسایی رشد می‌کند و دیگر کاری از دستشان بر نمی‌آید که برایم انجام دهند. بنده هم ضعیف‌تر از آن حدی شده بود که نتوانند شیمی‌درمانی تجویز کنند. به هر حال خودم از دکتر پرسیدم که چقدر وقت دارم و در کمال ناباوری به من گفتند که اولاً عمر دست خداست ولی بین ۶ ماه تا حداکثر ۹ ماه بیشتر وقت نداری. آنجا بود که من با وجود روحیه قوی که دارم بعد از ۲،۵ سال حالم خراب شد و گفتم دیگر نمی‌خواهم و راحت بگذارید.

در حقیقت شما دیگر تسلیم شده بودید!

بله منتها شوهرم قبول نکرد و در اثر پیگیری‌ها و جستجوهایی که کرد آقای دکتر نادر جوادی را در لس‌آنجلس پیدا کرد. ما خودمان در آرنج کانتری هستیم. دکتر جوادی خیلی به سختی وقت می‌دادند، ولی شرایط من را که فهمیدند ۱ ماهه به من وقت دادند. ۲ اگست ۲۰۱۸ با کمال ناامیدی و ناباوری رفتم پیش آقای دکتر نادر جوادی. ایشان در این یک ماه تمام پرونده من را از بیمارستان خواسته و مرور کرده بودند. آنجا برای من توضیح دادند که نوع سرطانی من نوعی هست که یک کم درنتر مشخص می‌شود چون به صورت یک تومور نیست که بتوان سریع پیدایش کرد و یا سریع برداشت. سرطانی من طوری بود که به طور زل در سطح شکم پخش می‌شد و سلول‌ها را خیلی ریز نگه می‌داشت تا اینکه همه جا را می‌گرفت. دکتر جوادی راه‌هایی پیشنهادی را مطرح کردند و گفتند برو و فکرهایت را بکن و برگرد. من همانجا گفتم من قفری ندارم بکنم و با شما شروع می‌کنم، اگر برای خودم جواب داد که چه بهتر و اگر جواب نداد حداقل شما چیزهای بیشتری یاد می‌گیرید برای مریض‌های آینده. و به این صورت به من وقت دو هفته بعدش را دادند و از من آزمایش خونی گرفتند که خیلی دقیق بود و فقط آزمایشگاهی در آریزونا بود که آن آزمایش را انجام می‌داد. جواب آزمایش‌هایم که آمد بعد از دو هفته شروع کردند به من ایمینوتراپی (بالا بردن نیروی دفاعی بدن) تجویز کردند همراه با دو داروی شیمی‌درمانی با دوز خیلی خیلی پایین، چون بدنم نمی‌توانست تحمل کند.

تحقیقات روز در زمینه سرطانی درباره همین نوع درمان به روش ایمینوتراپی هست که البته خوشبختانه بعد از ۷-۸

دوباره شیمی‌درمانی را شروع کردند و من ۲ هفته یک بار تحت شیمی‌درمانی‌های خیلی قوی‌تر قرار گرفتم که عارضه‌های خیلی زیادی برایم داشت، از جمله این‌که تمام بدنم تاول زده بود، تاول‌های خیلی درشت که خیلی اذیتم می‌کرد. در طی این مدت شیمی‌درمانی به اواسط سال ۲۰۱۷ که رسیدیم پتاسکن‌ها نشان داد که سرطانی در حال رشد است و متأسفانه دور قلب آب جمع شده و طوری بود که اصلاً نمی‌توانستم نفس بکشم. دکترها به این نتیجه رسیدند که باید عمل قلب کنم، که نتایجش وسط سینه‌ی مرا شکافتند، کیسه زیر قلب را پاره کردند و آب‌ها را بیرون کشیدند. ولی متأسفانه بعد از دو ماه دوباره این آب‌ها جمع شد و باید به طور مرتب با یک سوزن بلند از پشت آب‌های قلبم می‌کشیدند.

شیمی‌درمانی من تا نوامبر ۲۰۱۷ ادامه داشت، در آن زمان به خاطر این آب‌هایی که جمع می‌شد مجبور شدند شیمی‌درمانی را متوقف کنند چون خیلی خطرناک شده بود و من بدنم همینطور بزرگ و بزرگ‌تر می‌شد، اشتها نداشتم ولی هر روز وزنم بالا می‌رفت. یعنی به طور مشخص بدنم داشت آب جمع می‌کرد و پزشکان مرتباً از شکمم، از پشتم، از ریه‌ام و از قلبم آب می‌کشیدند. تا اینکه اواسط ژانویه ۲۰۱۸ در خانه حالت خفگی خیلی شدید به من دست داد، در حال خفه شدن بودم. شوهرم رنگ زرد و آمدن و آخرین چیزی که یادم است، گزارش‌ی که به بیمارستان می‌داد می‌گفت ما الان رسیدیم و رنگش خاکستری است و

سریع توانستیم مجوز استفاده از بیمه را برای انجام آزمایشات بگیرم، نتایجنا توانستم وقت زودی برای پتاسکن بگیرم (پتاسکن، نوعی اسکن‌ست که برای مریض‌های سرطانی تجویز می‌شود، چون طی سلسله مراتبی قادر است که سلول‌های سرطانی را مشخص کند). دو روز بعد رفتم پتاسکن و مشخص شد که سرطانی من، سرطانی تخمدان است؛ منتها متأسفانه سطح شکمم هم پُر شده بود از آن سلول‌های ریز سرطانی. من را به چند دکتر آنکولوژیست معرفی کردند که من سه تا دکتر را دیدم و بالاخره دکتر سوم را خودم انتخاب کردم به نام دکتر جان وام که ایشون امریکایی بودند و بلافاصله در ۱۶ فوریه من را تحت عمل جراحی قرار دادند و حتی مجبور شدند پردای که بین چربی‌ها و اجزای شکم هست را کامل در آورند و من دو هفته بعد از عمل، شیمی‌درمانی را شروع کردم. چون خیلی سرطانی پیشرفته بود به جای سه هفته یک بار، من هر هفته تحت ۲ نوع داروی شیمی‌درمانی بودم که یکی هر هفته و دیگری سه هفته یک بار تجویز می‌شد. بعد از ۶ ماه تشخیص دادند که سرطانی من از میان رفته که این خیلی باعث خوشحالی ما شد.

این قطعاً خبر خوبی بوده، بعد چه شد ؟

بله ولی سه ماه بعد که اولین آزمایش کامل (چکاپ) را دادم مشخص شد که سرطانی برگشته و به شدت دارد رشد می‌کند. نوامبر ۲۰۱۶ بود که بلافاصله

[← ادامه از صفحه ۱۱ قرار]

خانم شهرزاد، زندگی شما در این چند سال اخیر، بسیار سخت و دردناک بوده، با اینکه مایل نیستیم آن خاطرات را برایتان مجدداً یادآوری کنیم اما اگر اجازه دهید به سراغ آن روزها برویم، چرا که در نهایت این تجربه می‌تواند راهگشای انسان‌های بسیاری باشد.

با کمال میل، من با همه وجود حاضرم به هر کسی که چنین بیماری دارد کمک کنم تا مانند من به سلامت برسد.

چه زمانی سرطانی شما تشخیص داده شد؟ بیماری و معالجه شما چقدر طول کشید؟ و چه مدت است که خوب شدید؟

من در دسامبر ۲۰۱۵ تشخیص سنگ کیسه صفرا گرفتم و آن را عمل کردم؛ ولی در ضمن عمل، دکتر دقت بیشتری نشان داده و داخل شکم را با دوربین نگاه کرده بود (چون عمل لاپراسکوپي بود) و دید که حباب‌هایی داخل شکم من وجود دارد که کمی غیرطبیعی به نظر می‌رسیدند، دکتر از آنها نمونه‌برداری کرد و برای آزمایش فرستاد، بعد از ۲ هفته یعنی ۸ ژانویه ۲۰۱۶ وقتی برای پیگیری عمل رفتم، متأسفانه سرطانی است ولی هنوز نمی‌دانم چه نوع، این را احتمالاً با بررسی بیشتر با دکتر خانوادگی می‌توانید مشخص کنید. آن روز جمعه بود و البته من قبلاً از دکتر خانوادگی وقت گرفته بودم، صبح دوشنبه رفتم پیش او و به کمک او خیلی

با متخصصان ایرانی کانادایی

آزمایش‌های طبی خود را به زبان فارسی انجام دهید





سونوگرافی



رومانتولوژی



کاردیولوژی



پوکی استخوان

در دو محل:

ریچموند هیل

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

نورت یورک

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



Ultimate Diagnostics Inc.

ریچموند هیل

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

نورت یورک

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

مجهز به واکینگ کلینیک

Ultimate Diagnostics Inc.

مراسم شب بیداری
در حمایت از کارگران صدمه دیده
جمعه ۳۱ می
از ساعت ۶ شب
سیزدهمین سال همبستگی با کارگران صدمه دیده
به همراه شعر و شام و موسیقی
در مقابل پارلمان انتاریو
647-784-3302
(Vigil)
2019

JUNE 1 A CELEBRATION OF THE POWER OF INJURED WORKERS

Join INJURED WORKERS and allies as we come together to celebrate a HISTORY of RESISTANCE and to demand JUSTICE for ALL WORKERS in ONTARIO

ONTARIO NETWORK of INJURED WORKERS' GROUPS

- End PHANTOM JOBS
- Listen to INJURED WORKERS' DOCTORS
- No cuts based on PRE-EXISTING CONDITIONS

WORKERS' COMP IS A RIGHT

Saturday JUNE 1st 2019
QUEEN'S PARK
11am to 12:30pm
This is a family friendly event with kids activities & refreshments

سوزنی هم رفتید؟
من سراغ آنها نرفتم. طب سوزنی را امتحان نکردم اگرچه در کنار شیمی درمانی به من گفتند که سی بی دی (CBD) - روغن ماری جوانا که ماده مخدرش را گرفته اند و بسیار هم گران است) می تواند جایگزین شیمی درمانی باشد ولی من سراغ هیچکدام از آنها نرفتم. البته من هیچ کدام از این چیزها را نفی نمی کنم ولی فقط توصیه می کنم حرف های دکتر معالجتان را قدم به قدم گوش کنید و به پیش بروید و روحیه خود را حفظ کنید و مواظب غذایان باشید. مثلاً کسی که سرطان دارد در هر مرحله ای از آن که باشد، حتی مثل من که الان قابل کنترل است، شکر نخورید چون شکر غذای سلول های سرطانی است، گوشت قرمز را در هفته بیشتر از یک یا دو بار نخورید. نوع غذا خیلی مهم است، منظور من این نیست که بروید و یک رژیم سفت و سخت را اجرا کنید که در آن هیچ چیز نمی توانید بخورید، چون من خودم ۲-۳ ماه اینکار را کردم و بدنم خیلی ضعیف شد. توصیه این است که بیشتر سبزیجات بخورید و از انواع میوه جات هم بیشتر از خانواده "بری" (Berry) بخورید.

شما چه راهی برای یک بیمار سرطانی پیشنهاد می کنید که به آقای دکتر جوادی دسترسی داشته باشند؟ بیشتر کسانی که احتمالاً این مطلب را مطالعه می کنند نزدیک ایشان و ساکن آنجا نیستند، در واقع می خواهیم راه حلی پیدا کنیم که اگر کسی از راه دور مشکلی داشت بتواند راحت تر با ایشان در تماس باشد. اول از همه اگر کسی بخواند می تواند با خودم تماس بگیرد، تمام این اطلاعات را در اختیارش قرار بدهم. شما می توانید اسم و یا شماره تلفن من را بدهید و من خوشحال می شوم اگر بتوانم کمک کنم که حتی یک نفر نجات پیدا کند. دوم اینکه در آمریکا من مریض هایی را می بینم که از ایالت های دیگر ۲ هفته یکبار برای تزریق می آیند و دکتر را می بینند. سوم اینکه وقتی برای تزریق می روم پیش دکتر جوادی از خودشان می پرسم تا بهترین راه را بشود در اختیار مردم قرار داد.

شما برای کسانی که در حال حاضر مشکلی مانند سرطان دارند چه چیزی دارید که بگویید؟
من الان در مرحله آخر سرطان هستم (۴) و هیچ موقع از سرطان پاک نمی شوم اما سرطانم اکنون تحت کنترل است، یعنی مثلاً شده مثل فشار خون که می توان با دارو کنترلش کرد. من بعد از بیش از ۳ سال بیماری و دوران سختی که گذرانده ام به همه می گویم خودتان را نیازید، در این بیماری روحیه بیمار ۵۰ درصد درمان است و بیمار اگر روحیه اش را از دست بدهد دارو هیچ کاری نمی تواند برایش انجام دهد. من یک روحیه بسیار قوی داشتم و خودم به خانواده ام و به اطرافیان دلداری می دادم و همیشه می گفتم من با این بیماری می جنگم و به خاطر عزیزانم خوب می شوم و واقعا این کار را هم کردم. تنها موردی که خودم را ۴-۳ روز باختم روزی بود که به من گفتند ۶ ماه بیشتر وقت نداری و من انتظار شنیدنش را هنوز نداشتم. ولی با این طبی که دارد پیشرفت می کند من حتی برای کلیه هایم هم نگران نیستم چون می دانم که اگر عمرم به این دنیا باقی باشد یک وسیله ای هم برای کلیه پیدا می شود که جای دیالیز را بگیرد. روحیه خوب و استقامت و شجاعت و قبول کردن آن چیزی که برای من پیش آمده مهمترین چیزی است که می توانم به همه بگویم، می گویم قبولش کنید که بیماری بخشی از زندگی است و باید با آن مبارزه کنید.

آیا شما سراغ درمان های دیگری مثل هومیوپتی و انرژی درمانی و طب

WOMEN OF INSPIRATION
Offering Support, Encouraging Tenacity & Education and Outreach to Women Injured in Work

VIGIL

To remember the struggles and resilience of women injured workers

MAY 31, 2019 at 6:00 PM
Queen's Park Lawn (South End)

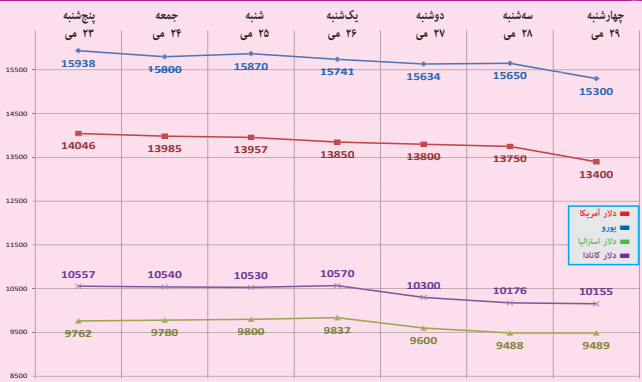
Join us for an evening of poetry and song as we celebrate our 13th annual vigil.

Contact:
injuredwomenofinspiration@gmail.com

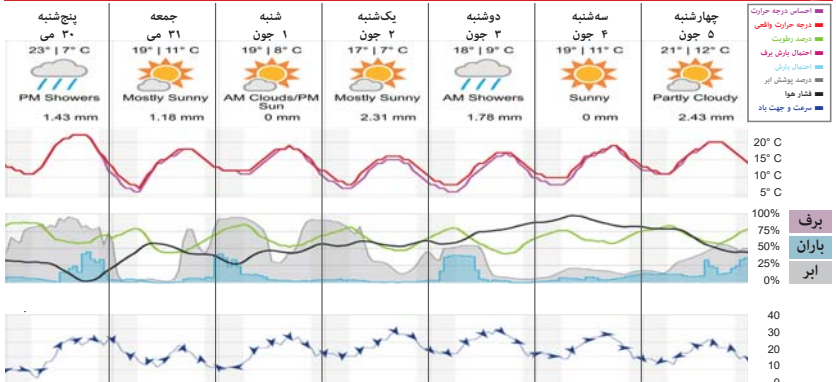
ایران استار به محل جدید نقل مکان کرد:

315 Steelcase Rd. East, Suite 201, Markham, ON. L3R 2R5

تغییرات نرخ ارز (در ایران و به تومان) - هفته گذشته



آب و هوا - هفته آینده



اخبار کامل و کوتاه جهان - هفته گذشته

چهارشنبه ۲۹ می	سه‌شنبه ۲۸ می	دوشنبه ۲۷ می	یکشنبه ۲۶ می	شنبه ۲۵ می	جمعه ۲۴ می	پنجشنبه ۲۳ می
- بازرس مولر استعفا دارد: قانون اساسی	- همسر سابق مالک آمازون ۳۶ بیلیون دلار به اجازه متهم کردن	- ترامپ در ژاپن: به دنبال تغییر حکومت در ایران	- دو کشته در زلزله ۸ ریشتری گردباد آواکها	- نامه سرکشاده ۷۶- آمریکا ۱۵۰۰	- آمریکا ۱۷ اتهام تازه علیه آسانژ توسط	- آمریکا ۱۷ اتهام تازه علیه آسانژ توسط
- رئیس جمهوری می‌کند	- کشته‌های در درگیریها	- چهل‌دو کشته در تورتو ریتوزر	- ترامپ در آمریکا ۸ بیلیون	- آمریکا ۸ بیلیون	- طرح لزوم اخذ مجوز از کنگره قبل از حمله به ایران را رد کرد	- طرح لزوم اخذ مجوز از کنگره قبل از حمله به ایران را رد کرد
- من‌های ایران نفتکش‌های فقیهه را خراب کرده	- دانشجویان در فقیهه را خراب کرده	- دانشجویان در فقیهه را خراب کرده	- دانشجویان در فقیهه را خراب کرده	- دانشجویان در فقیهه را خراب کرده	- دانشجویان در فقیهه را خراب کرده	- دانشجویان در فقیهه را خراب کرده
- یک مرد مقابل کاخ سفید خودش را به آتش کشید	- سوزین راهپیمایی آرژانتینی‌های طرفدار قانونی	- شدن سق جین قاضی کیکی: اس‌ان‌سی کانادا برای فساد به دادگاه پرود	- سوزین راهپیمایی آرژانتینی‌های طرفدار قانونی	- سوزین راهپیمایی آرژانتینی‌های طرفدار قانونی	- سوزین راهپیمایی آرژانتینی‌های طرفدار قانونی	- سوزین راهپیمایی آرژانتینی‌های طرفدار قانونی
- ترخ بهره پایه کانادا ثابت ماند	- ترخ بهره پایه کانادا ثابت ماند	- ترخ بهره پایه کانادا ثابت ماند	- ترخ بهره پایه کانادا ثابت ماند	- ترخ بهره پایه کانادا ثابت ماند	- ترخ بهره پایه کانادا ثابت ماند	- ترخ بهره پایه کانادا ثابت ماند
- ایران و آمریکا، منطقه را به آتش می‌کشند	- ایران و آمریکا، منطقه را به آتش می‌کشند	- ایران و آمریکا، منطقه را به آتش می‌کشند	- ایران و آمریکا، منطقه را به آتش می‌کشند	- ایران و آمریکا، منطقه را به آتش می‌کشند	- ایران و آمریکا، منطقه را به آتش می‌کشند	- ایران و آمریکا، منطقه را به آتش می‌کشند
- وزیر خارجه سابق انگلیس برای ورود دادگاه می‌رود	- وزیر خارجه سابق انگلیس برای ورود دادگاه می‌رود	- وزیر خارجه سابق انگلیس برای ورود دادگاه می‌رود	- وزیر خارجه سابق انگلیس برای ورود دادگاه می‌رود	- وزیر خارجه سابق انگلیس برای ورود دادگاه می‌رود	- وزیر خارجه سابق انگلیس برای ورود دادگاه می‌رود	- وزیر خارجه سابق انگلیس برای ورود دادگاه می‌رود
- روز چهارشنبه (دب‌روز) بانک مرکزی کانادا با ثابت نگاه داشتن نرخ بهره پایه گفت که افت اقتصادی کانادا "موقتی" است و انتظار دارد که در چهارماهه دوم سال اقتصاد کانادا رشد کند. این اظهار نظر با پیش‌بینی‌های دو بانک اصلی که در بالا آمده در تعارض است. اکنون بانک مرکزی همچنان نرخ پایه بهره را در ۱.۷۵٪ ثابت نگاه داشته و افزوده که میزان خرج کردن مردم و آمار خیلی خوب مشاغل نشان می‌دهد که افت اقتصادی به زودی مرتفع خواهد شد. البته این بانک اشاره کوچکی به برداشته شدن گرم‌کی آلومینیوم و فولاد کانادا توسط آمریکا داشته است. زمان تصمیم‌گیری بعدی بانک مرکزی در این باره روز ۱۰ جولای خواهد بود.	- روز چهارشنبه (دب‌روز) بانک مرکزی کانادا با ثابت نگاه داشتن نرخ بهره پایه گفت که افت اقتصادی کانادا "موقتی" است و انتظار دارد که در چهارماهه دوم سال اقتصاد کانادا رشد کند. این اظهار نظر با پیش‌بینی‌های دو بانک اصلی که در بالا آمده در تعارض است. اکنون بانک مرکزی همچنان نرخ پایه بهره را در ۱.۷۵٪ ثابت نگاه داشته و افزوده که میزان خرج کردن مردم و آمار خیلی خوب مشاغل نشان می‌دهد که افت اقتصادی به زودی مرتفع خواهد شد. البته این بانک اشاره کوچکی به برداشته شدن گرم‌کی آلومینیوم و فولاد کانادا توسط آمریکا داشته است. زمان تصمیم‌گیری بعدی بانک مرکزی در این باره روز ۱۰ جولای خواهد بود.	- روز چهارشنبه (دب‌روز) بانک مرکزی کانادا با ثابت نگاه داشتن نرخ بهره پایه گفت که افت اقتصادی کانادا "موقتی" است و انتظار دارد که در چهارماهه دوم سال اقتصاد کانادا رشد کند. این اظهار نظر با پیش‌بینی‌های دو بانک اصلی که در بالا آمده در تعارض است. اکنون بانک مرکزی همچنان نرخ پایه بهره را در ۱.۷۵٪ ثابت نگاه داشته و افزوده که میزان خرج کردن مردم و آمار خیلی خوب مشاغل نشان می‌دهد که افت اقتصادی به زودی مرتفع خواهد شد. البته این بانک اشاره کوچکی به برداشته شدن گرم‌کی آلومینیوم و فولاد کانادا توسط آمریکا داشته است. زمان تصمیم‌گیری بعدی بانک مرکزی در این باره روز ۱۰ جولای خواهد بود.	- روز چهارشنبه (دب‌روز) بانک مرکزی کانادا با ثابت نگاه داشتن نرخ بهره پایه گفت که افت اقتصادی کانادا "موقتی" است و انتظار دارد که در چهارماهه دوم سال اقتصاد کانادا رشد کند. این اظهار نظر با پیش‌بینی‌های دو بانک اصلی که در بالا آمده در تعارض است. اکنون بانک مرکزی همچنان نرخ پایه بهره را در ۱.۷۵٪ ثابت نگاه داشته و افزوده که میزان خرج کردن مردم و آمار خیلی خوب مشاغل نشان می‌دهد که افت اقتصادی به زودی مرتفع خواهد شد. البته این بانک اشاره کوچکی به برداشته شدن گرم‌کی آلومینیوم و فولاد کانادا توسط آمریکا داشته است. زمان تصمیم‌گیری بعدی بانک مرکزی در این باره روز ۱۰ جولای خواهد بود.	- روز چهارشنبه (دب‌روز) بانک مرکزی کانادا با ثابت نگاه داشتن نرخ بهره پایه گفت که افت اقتصادی کانادا "موقتی" است و انتظار دارد که در چهارماهه دوم سال اقتصاد کانادا رشد کند. این اظهار نظر با پیش‌بینی‌های دو بانک اصلی که در بالا آمده در تعارض است. اکنون بانک مرکزی همچنان نرخ پایه بهره را در ۱.۷۵٪ ثابت نگاه داشته و افزوده که میزان خرج کردن مردم و آمار خیلی خوب مشاغل نشان می‌دهد که افت اقتصادی به زودی مرتفع خواهد شد. البته این بانک اشاره کوچکی به برداشته شدن گرم‌کی آلومینیوم و فولاد کانادا توسط آمریکا داشته است. زمان تصمیم‌گیری بعدی بانک مرکزی در این باره روز ۱۰ جولای خواهد بود.	- روز چهارشنبه (دب‌روز) بانک مرکزی کانادا با ثابت نگاه داشتن نرخ بهره پایه گفت که افت اقتصادی کانادا "موقتی" است و انتظار دارد که در چهارماهه دوم سال اقتصاد کانادا رشد کند. این اظهار نظر با پیش‌بینی‌های دو بانک اصلی که در بالا آمده در تعارض است. اکنون بانک مرکزی همچنان نرخ پایه بهره را در ۱.۷۵٪ ثابت نگاه داشته و افزوده که میزان خرج کردن مردم و آمار خیلی خوب مشاغل نشان می‌دهد که افت اقتصادی به زودی مرتفع خواهد شد. البته این بانک اشاره کوچکی به برداشته شدن گرم‌کی آلومینیوم و فولاد کانادا توسط آمریکا داشته است. زمان تصمیم‌گیری بعدی بانک مرکزی در این باره روز ۱۰ جولای خواهد بود.	- روز چهارشنبه (دب‌روز) بانک مرکزی کانادا با ثابت نگاه داشتن نرخ بهره پایه گفت که افت اقتصادی کانادا "موقتی" است و انتظار دارد که در چهارماهه دوم سال اقتصاد کانادا رشد کند. این اظهار نظر با پیش‌بینی‌های دو بانک اصلی که در بالا آمده در تعارض است. اکنون بانک مرکزی همچنان نرخ پایه بهره را در ۱.۷۵٪ ثابت نگاه داشته و افزوده که میزان خرج کردن مردم و آمار خیلی خوب مشاغل نشان می‌دهد که افت اقتصادی به زودی مرتفع خواهد شد. البته این بانک اشاره کوچکی به برداشته شدن گرم‌کی آلومینیوم و فولاد کانادا توسط آمریکا داشته است. زمان تصمیم‌گیری بعدی بانک مرکزی در این باره روز ۱۰ جولای خواهد بود.

مطلب ویژه این هفته

ثابت ماندن نرخ پایه بهره؛

نگرانی بانک‌های اصلی کانادا در بدهی‌های مردم

KEY OVERNIGHT INTEREST RATE

A look at the Bank of Canada's trend-setting overnight rate:

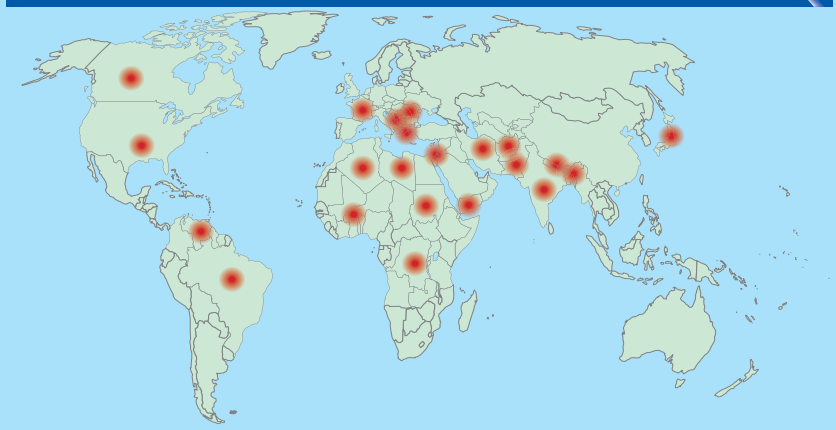


ترجمه ایران استار - بانک‌های رویال و تی‌دی که دو بانک بزرگ کانادا هستند با نشان دادن درآمدی بیشتر از پیش‌بینی‌ها در چهار ماه اول سال، که به واسطه افزایش نرخ بهره و نیز تغییر در مقررات وام‌های داده شده برای سرمایه‌گذاری بدست آمده اکنون با کند شدن اقتصاد در چهارماهه دوم روبرو هستند. افت بازار املاک، افزایش زیاد نسبت بدهی به درآمد خانواده‌ها موجب نگرانی درباره از دست رفتن وام‌های آنها شده است.

بانک به نسبت کوچکتری مانند سی‌ای‌بی‌سی تخمین زد که رشد درآمدی سهامدارانش صفر خواهد بود و به همین علت ارزش سهامش در دومین روز متوالی افت کرد. به عقیده "کریس کوپر" آنالیزور یک سازمان تحقیقاتی، اظهار داشت: چهارماه اول سال برای بانک‌ها خیلی خوب بود اما چهارماه دوم شرایط قری می‌کند رویال بانک تقصیر افت درآمد را به گردن ضررهای اشخاص و تجارت می‌اندازد و معتقد است ۵۵٪ مشکلات چهارماهه دوم شامل این موضوع‌هاست. این بانک می‌گوید برخی از مشتریان که در صنعت نفت و گاز فعال هستند بعلت افت درآمد، تحت فشارند. رویال بانک پیش‌بینی می‌کند حاشیه سود بهره در چند چهارماه آینده تقریباً صفر باشد که این تصمیم را با توجه به شرایط نرخ بهره پایه در کانادا گرفته است.

بانک تی‌دی نیز ۱۴٪ بیش از پیش به بودجه احتمالی از دست رفتن سرمایه‌هایش افزوده است و ۶۲۳ میلیون دلار را به همین منظور کنار می‌گذارد.

جهان در یک نگاه - هفته گذشته



- مطالب منتشره با نام، مصاحبه و یا رسیده از خوانندگان، نظرات آنان را بیان می‌کند و مسئولیت آن به عهده ایران استار نیست.
- از انتشار هرگونه تهمت، تاذر ست، چسباندن فردی به گروهی، توهین، بند کردن به شخصیت، درخواست حذف، جهت‌داری و طرف‌داری سیاسی یا غیر سیاسی، مطالب بکفره و آگاهی غیر قانونی، معذوریم.
- ایران استار در صورت لزوم حق ویرایش، ترجمه و کوتاه کردن مطالب را برای خود محفوظ می‌دارد.
- آخرین فرست ارسال یا تصحیح مطالب دوشنبه ۱۲ ظهر و آگاهی‌ها سه‌شنبه ۱۳ ظهر است.
- هرگونه استفاده از مطالب، طراحی و تصاویر این رسانه منوط به اجازه کتبی می‌باشد.

Iran Star Marketing Inc.

Tel: (+1) 647-674-4048 | Web: www.iranstar.com

169 Steeles Ave East, North York, ON M2M 3Y5, Canada

ارز ممل
 Metal Exchange
 بهترین نرخ حواله فوری
 ۲۸ ساعته
 پرداخت همین ارز با
 کارته اعتباری ایران
416.830.6500 6024 Yonge St.

ایران استار خانواده
 www.iranstar.com
 315 Steelcase Road East, Suite 201, Markham, Ontario, L3R 2R5 | info@iranstar.com | Tel: 647.674.4048
 Thu, 31 May 2019 - V. 26 - No.1240
 ۱۳۴۰ ش. ۲۶ - سال ۱۳۹۸ - خرداد ۹۹

صرافی بهمنی
 با مجوز رسمی از بانک مرکزی • با ۱۳ سال سابقه درخشان
416 319 0000
 6120A Yonge St, Unit 209

۳۶ - سلامت
 شیردهی به کودک
 خطر بیماری قلبی را
 کاهش می دهد
 محققان دانشگاه آتن

۳۸ و ۳۹ - آشپزی
 دسر خامه و نسکافه
 پورک با برگ کلم
 مافین سبزیجات، چای ماسالا
 حلوائ نارگیل با شیر
 پروین ترابی

۴۰ - دانش
 کشف پروتئین کلیدی
 در درمان آرتروز
 پزشکان امریکایی

۴۲ - رمان دنباله دار
 آتوسا (دختر کوروش بزرگ)
 قسمت ۸
 هلن افشار

۴۴ - تغذیه
 روزی یک گوجه خام
 و کلم بروکلی، سرطان
 پیشرفته پروستات را
 درمان می کند
 محققان دانشگاه اورگن

نیازمندیها
 اخبار محلی
 استخدام و اجاره
 ۴۸ -
 ۵۱ -
 ۵۶ & ۵۷ & ۵۸ & ۵۹ -

اطلاعات عمومی
 سودوکو، فال
 جدول
 لیست مشاغل ایرانی

محققان دانشگاه ییل آمریکا:
بازماندگان سرطان سینه برای جلوگیری از شکستگی استخوان سویا بخورند!



سویا از انواع حبوبات یا دانه هایی است که از گیاه سویا گرفته شده است و بزرگ ترین تولیدکننده آن کشور آمریکاست. سویا سرشار از پروتئین است و به همین خاطر برای رشد جنین و سلامت مادر مفید است. علاوه بر پروتئین و کلسیم، سویا دارای انواع ویتامین ها از جمله ویتامین B است که از زایمان زودرس جلوگیری می کند. به تازگی نتایج تحقیق یک جدید نشان می دهد مصرف سویا موجب کاهش ریسک شکستگی های استخوانی در بازماندگان سرطان پیش از یائسگی می شود. نتایج مطالعات محققان دانشگاه ییل آمریکا نشان می دهد مصرف بیشتر سویا با کاهش ۷۷ درصدی ریسک شکستگی های استخوانی در زنان جوان تر مرتبط است. محققان در این مطالعه به بررسی تاثیر ورزش و مصرف سویا بر نرخ شکستگی استخوان در بین بازماندگان سرطان پرداختند. "اولین شی"، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می گوید: "رود به دوره یائسگی، دوره ریسک بالا

۳۴ - پزشکی
 با آزمایش ادرار، به جای
 پاپ اسمیر می توان سرطان
 رحم را تشخیص داد
 پژوهشگران منچستر

۳۲ - فیلم
 بازی های تاج و تخت
 فصل ۷
 پدرام ناظم زاده

۲۲ - زندگینامه - کتاب
 نگاهی به شاه
 قسمت ۵۳
 دکتر عباس میلانی

۲۴ - سخن و اندیشه - ۶۵
 عبور یک طرفه از خود
 قسمت سوم و پایانی
 دکتر حسن گل محمدی

۲۶ - روانشناسی
 خشم زنان
 قسمت دوم
 دکتر صفر داعی

۲۸ - مشاور خانواده
 چرا در یک رابطه بیمار و
 نادرست گیر می کنیم؟؟؟
 قسمت دوم
 فرشته نیک خواه

۲۹ - طنز
 اندر حکایت تب و تاب
 ترامپ در انتظار تلفن
 و بقیه قضایا
 فضول خان کامیونیتی

۳۰ - سیستم آموزشی انترایو- ۴۷
 سرفصل های درس علوم
 اجتماعی کلاس پنجم
 دبستان های انترایو
 لیلا کاظم زاده

۳۲ - کودک و کتاب
 پیشنهاد یک نویسنده
 آمریکایی برای علاقه مند
 کردن کودکان به کتاب

بهترین انتخاب همیشگی برای شستن قالی های شما
قالیشوئی مازیکی
 تعمیرات، رفوگری،
 لکه برداری، رنگرزی
 و ریشه کشی
416-856-9491

نگاهی به شاه



سفر کوتاه آیزنهاور، رئیس جمهور آمریکا به ایران - ۱۳۳۸

فرمان رئیس دولت شوروی را اطاعت کرد و اقدامات لازم برای تحقیقش را فراهم آورد. اما طرح ترور شاه، ناکام ماند. مردی که برای این کار به تهران گسیل کردند، بی کفایت بود و عملیاتش با شکست روبرو شد. فولکس واگنی را پر از مواد منفجره کرده و آن را در مسیر حرکت شاه، در روزی که دوره تازه مجلس را افتتاح می کرد، قرار داد. طرح این بود که درست در لحظه ای که ماشین شاه از نزدیکی فولکس واگن می گذرد، انفجار صورت بگیرد و شاه را به قتل برساند. ولی ماشه مورد استفاده برای این انفجار در لحظه بزنگاه درست عمل نکرد. انفجاری صورت نگرفت و شاه از مهلکه ای که خروشچف برایش تدارک دیده بود، جان سالم به در برد.

در کنار این طرح ناکام، روابط دیپلماتیک ایران و شوروی هم در نتیجه شکست مذاکرات تیره شد. سفارت آمریکا حتی گزارش داد که گویا سفیر شوروی در تهران "به پخش این داستان" پرداخته که نیروهای ارتش شوروی به زودی وارد خاک ایران خواهند شد و آذربایجان را تحت تصرف خود درخواهند آورد. در همین گزارش تأکید شده بود که "این داستان" به نظر کذب محض است و هیچ نشانی از حرکت نیروهای شوروی در مرز با ایران مشاهده نمی توان کرد. انگار هدف اصلی سفیر شوروی جنگ روانی با شاه و رژیمش بود.

چند ماه بعد از شکست این مذاکرات، شاه به دعوت دولت انگلستان به آن کشور سفر کرد. بنابر یادداشت هایی که مقامات انگلیسی در تدارک این سفر برای نخست وزیر وقت، هارولد مک میلان آماده کرده بودند، هدف انگلستان از این سفر تأکید مجدد "بر اتحاد و همبستگی آمریکا و انگلیس" با ایران اعلان شده بود. می گفتند نخست وزیر باید از هر فرصتی استفاده کند و در تأکید "خطر کمونیسم شوروی" برای شاه بکوشد.

با شدت گرفتن حملات تبلیغاتی رادیو مسکو علیه شاه، او به کرات از آمریکا خواست تا از نفوذ خود استفاده کند و شوروی را به پایان بخشیدن به این حملات وادارد. آمریکا هم بر آن شد که هم به طور مستقیم شوروی را در این باب تحت فشار بگذارد و هم از نفوذ دبیرکل سازمان ملل، که در آن زمان داگ هامرشل نام داشت

دکتر عباس میلانی
استاد دانشگاه - پژوهشگر
milanibooks.com



چند روزی از دریافت این نامه پر تهدید و دیدار پر تنش با دنیس رایب نگذشته بود که شاه نظرش را در باب امضای قرارداد دوستی با شوروی تغییر داد. روس ها از این تغییر و تحول سخت برآشفتنند. معتقد بودند که در اصل و آغاز این خود شاه بود که در طرح چنین قراردادی پیشگام شده بود. شاه مستمسک خوبی برای امضا نکردن قرارداد پیدا کرد. به هیأت بلندپایه شوروی که در ایران بود اطلاع داد که ایران تنها در صورتی حاضر به امضای این قرارداد خواهد شد که شوروی لغو مواد کلیدی قرارداد ۱۹۲۱ (۱۳۰۰) و ۱۹۲۷ (۱۳۰۶) را بپذیرد. در طول سی و چند سالی که از تصویب این قراردادها می گذشت شوروی بارها مضمون این مواد از قراردادها را - یا دقیق تر، تفسیر خود از مضمون این ماده ها - را مورد استفاده و استناد قرار داده بود تا ایران را تهدید کند و از این با آن اقدام برحذر دارد. واضح بود که روس ها این شرط جدید شاه را بر نمی تابیدند. حاصل این شده که هیأت بلندپایه شوروی با دستی خالی به مسکو بازگشت. در ۱۴ فوریه ۱۹۵۹ (۲۵ بهمن ۱۳۳۷) شاه در نامه ای هم "علل خود برای آغاز مذاکرات" و نیز "علل شکست خوردن مذاکرات با شوروی" را برای آیزنهاور شرح داد.

ولی شکست این مذاکرات پیامدهایی دیگر هم داشت. به محض بازگشت هیأت بلندپایه به مسکو، دستگاه تبلیغاتی شوروی کارزاری گسترده و بی سابقه علیه شاه و "سیاست های ارتجاعی" اش آغاز کرد. دیپلمات های غربی در تهران معتقد بودند "خروشچف هرگز شاه را نخواهد بخشید". می گفتند از روزی که مذاکرات با شاه به شکست انجامید، "هدف اصلی شوروی در ایران چیزی جز سرنگونی رژیم شاه نبوده است".

این حدس و گمان ها چندان هم اغراق آمیز نبود. به گفته رئیس دفتر کا گ ب در تهران، خروشچف آنقدر از دست شاه عصبانی شده بود که دستور قتلش را صادر کرد. کا گ ب هم



Freight Services International



حمل و نقل بین الملل

- حمل و نقل هوایی و دریایی
به تمام نقاط دنیا
- حمل و نقل کانتینر کامل یا کمتر
- بیمه حمل و نقل و تهیه مدارک
واردات و صادرات

دارای دفاتر نمایندگی
در 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 اسپانسرشیپ
- دعوتنامه توریستی
- سوپر ویزا
- تمدید کارتهای PR
- کلیه امور حقوقی در ایران
- گواهی امضاء و کپی برابر اصل
- اسکان تازه واردین

**ترجمه
رسمی**

Tel: 416.733.4050

Fax: 647.477.4151

www.salamtoronto.com

e-mail: info@salamtoronto.com

7191 Yonge St. Suite 914

Toronto, Ontario, L3T 0C4

Canada

کامران نقوی

کارشناس رسمی مهاجرت

416.733.4050



سرود خوانی دختران ایرانی برای آیزنهاور - ۱۳۳۸

نظامی و اطلاعاتی تا صنعتی و کشاورزی- گسترش دهد. بلافاصله پس از مصاحبه شاه در ۲۴ ژوئیه ۱۹۵۹ (۱ مرداد ۱۳۳۸)، دیوید بن گورین، نخست‌وزیر اسرائیل، از مقامات آمریکا خواست تا بیش از پیش در تقویت نظامی شاه و ایران کوشا باشند. قبل از پایان سال ۱۹۵۹ (۱۳۳۸)، آیزنهاور تصمیم گرفت به قصد تحکیم پایه‌های مؤدت بین دو کشور به تهران سفر کند.

اسناد دولت آمریکا نشان می‌دهد که در برنامه‌ریزی سفر رئیس‌جمهور به آسیا، مقامات کاخ سفید با معضلی روبرو بودند. وقت کم بود و شمار کشورهایی که آیزنهاور قصد دیدارشان را داشت فراوان. در عین حال می‌دانستند که اگر آیزنهاور به ایران سفر نکند، به شاه برخورد خواهد خورد. بالمآل به این نتیجه رسیدند که رئیس‌جمهور را حتی برای چند ساعت به ایران بفرستند. آیزنهاور در ساعت هشت و چهل دقیقه بامداد ۱۴ دسامبر ۱۹۵۹ (۲۲ آذر ۱۳۳۸) به فرودگاه مهرآباد رسید و ساعت دو و نیم بعد از ظهر، یعنی شش ساعت بعد، تهران را ترک گفت. گفتگوی آیزنهاور با شاه بیشتر بر محور خطر کمونیسم و تهدیدات شوروی دور می‌زد. شاه در مقابل، از نگرانی تازه خود در زمینه ناصر و ناسیونالیسم عرب سخن می‌گفت. تأکید داشت برای دفاع مؤثر از ایران در برابر حمله نظامی عراق، ایران حداقل به پنج پایگاه نظامی ویژه جنگنده‌های نیروی هوایی نیازمند است. آیزنهاور به نگرانی‌های شاه گوش داد. نوید مشخصی برای کمک نداد اما در عین حال در روایت خود از این دیدار متذکر شد "که میزان بلوغ فکری شاه تحت تأثیرش قرار داده است."

علاوه بر همه این اقدامات دیپلماتیک، شاه در عین حال بر آن شد که توان دولتش را در تقابل با کارزار تبلیغاتی مسکو و قاهره تقویت کند. در بحبوحه بحران‌های سال ۱۹۵۸ (۱۳۳۷)، سفیر آمریکا در تهران به شاه گفته بود که او محتاج است "تصویر اجتماعی" خود را بهبود بخشد. در عین حال گفته بود که تبلیغات ضد کمونیستی دولت ایران باید پختگی و قوام بیشتری پیدا کند. حملات پیوسته رادیو مسکو به شاه و "رژیم ارتجاعی" اش شاه را بالاخره متقاعد کرد که در این کارزار ایدئولوژیک محتاج کمک مستشارانی زنده و پرتجربه‌تر است. تیمسار علوی‌کیا را که در آن زمان معاون ساواک و معتمد شاه بود،

[نگاهی به شاه، ادامه در صفحه ۴۶ ←]

و یکی از پرنفوذترین دبیران کل تاریخ سازمان ملل بود - استفاده کند. آمریکا خواستار "پایان کارزار تبلیغاتی شوروی علیه" شاه بود. کار به جایی رسید که ایران حتی به این فکر افتاد که از شوروی به سازمان ملل شکایت کند. در اوت ۱۹۵۹ (شهریور ۱۳۳۸) آیزنهاور در نامه‌ای به شاه سعی کرد از نگرانی‌های شاه در این مورد بکاهد. به شاه اطمینان داد که آمریکا "از هر فرصتی استفاده خواهد کرد" تا به "حملات مذبحخانه" خروشچف علیه شاه پایان بخشد.

گرچه شاه از دریافت این نامه ظاهراً خوشحال شد، اما نوید کمک آمریکا را کافی به مقصود نمی‌دانست. شواهدی حکایت از آن دارد که تصمیم ناگهان شاه در ۲۴ ژوئیه ۱۹۵۹ (۱ مرداد ۱۳۳۸) در اعلان این که "ایران اسرائیل را به طور دفاکتو به رسمیت شناخته است." و نیز تصمیمش در امضای قراردادی با گروه راسچیلد برای ساختن خط لوله‌ای که مناطق نفت‌خیز ایران را با بندر ایلات در اسرائیل مرتبط کند، همه بخشی از تلاشش برای تثبیت پیوندهایش با جهان غرب بود. می‌خواست در برابر حملات به راستی تند و دائمی رادیو مسکو دست‌کم از حمایت متحدان غربی‌اش تردیدی نداشته باشد. البته مسأله فروش نفت ایران به اسرائیل مسبوق به سابقه‌ای پیچیده‌تر بود.

تا اوایل ۱۹۵۵ (۱۳۳۴)، اسرائیل بخش بزرگی از نیازهای نفتی خود را از کویت دریافت می‌کرد. اما در آن سال، به توصیه انگلستان "ناگهان فروش نفت با تخفیف به اسرائیل از طرف کویت قطع شد. انگلستان نگران بود که اگر واقعیت فروش نفت کویت به اسرائیل روزی برملا شود، دولت کویت که متحد انگلستان بود، از پیامدهای سیاسی زیانبار چنین ماجرای جنجالی، به‌ویژه در میان کشورهای عرب، جان سالم به در نخواهد برد. انگلیس‌ها در پی یافتن راه حلی برآمدند و بعد از مدتی به این نتیجه رسیدند که "راه حل واضح این معضل اینست که ایران "نفت اسرائیل را، آنهم با تخفیف تأمین کند. در عین حال انگلیس‌ها توصیه کردند که ایران هم باید همان "راه کویت را دنبال کند و نفت کش‌ها را نه به مقصد حیف که کبک تورز ارسال کند." شاه این پیشنهاد را پذیرفت. به علاوه با بالا گرفتن تنش‌هایش با مسکو، و برآمدن ناسیونالیسم عرب ناصر، شاه در اواخر دهه پنجاه (سی) به این نتیجه رسیده بود که روابط ایران با اسرائیل را در همه سطوح - از



حسن گل محمدی
نویسنده و شاعر

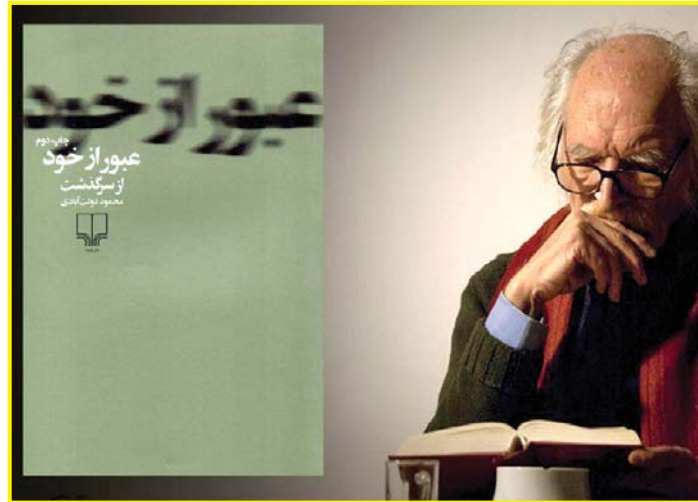
عبور یک طرفه از خود

نقدی بر کتاب "عبور از خود" محمود دولت آبادی

قسمت سوم و پایانی

در آن زمان دولت آبادی در انجمن تئاتر کار می کرد که توسط ناصر رحمانی نژاد و سعید سلطانیپور که وابسته به حزب توده بودند، تأسیس شده بود. محسن یلفانی نویسنده و نمایشنامه نویس توده ای به علت روی صحنه بردن نمایشنامه "آموزگاران" همراه سعید سلطانیپور دستگیر شده بودند. بنابراین با توجه به این سوابق دولت آبادی را که فیروز شیروانلو اتاقی به او در کانون داده بود، دستگیری می کنند. شیروانلو توده ای معروف در آن زمان مرکز سینمایی کانون را اداره می کرد. او یکی از اعضای توطئه برای ترور شاه و از مارکسیست های طرفدار مانو بود که بخشیده شده و به لطف فرح پهلوی که خود گرایش های چپ داشت به یکی از مهره های اجرایی فعالیت های فرهنگی دوره پهلوی دوم رسیده و مشاور فرهنگی دفتر مخصوص فرح و موسس فرهنگسرای نیاوران بود.

در آن ایام کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان به ریاست فرح پهلوی توسط لیلی امیرآرجمند از دوستان نزدیک فرح و فردی با گرایش های مارکسیستی اداره می شد و پاتوق و محل تجمع گروه های باصلاح روشنفکری و نویسندگان، شعرا و هنرمندان وابسته به حزب توده و جریان های چپ که ادعا می کردند از



از ایدئولوژی های چپ بود بر علیه رژیم شاه به نگارش درآورد. در یک چنین حالتی صبح زود برای دستگیری دولت آبادی می روند و به او اجازه می دهند که با رفقای خود محافظی کند و همراهشان برود. جریان هایی که نویسنده از نحوه دستگیری و برخورد عوامل ساواک با خود تعریف

عملکرد گذشته خود پشیمان هستند، گردیده بود. حال تصور کنید شخصی مانند شیروانلو به استاد دولت آبادی که به ادعای خودش نه سیاسی بود و نه به حزبی و جریانی یا گروهی وابسته، دفتر و میز کار داده بود تا او آنجا بنشیند و کتاب ها و نمایشنامه هایش را که همه برگرفته

می کند یک مقدار طنز تلقی می گردد تا واقعیت. دولت آبادی می نویسد که چگونه مامورین ساواک برای دستگیری او عذرخواهی می کنند و می گویند: "استاد، ببخشید، این دستور اداره است." نگارنده که خود به علت نوشتن، گرفتار مامورین ساواک و شهریاری رژیم گذشته شده ام، خوب می دانم که برخورد افراد رژیم این گونه که استاد دولت آبادی شرح می دهد، نبوده است.

حرف هایی که دولت آبادی از شخصی به نام رسولی می نویسد، باورش مشکل است. رسولی یک شکنجه گر بددهن و توهین کننده در زندان ها بود. اسم اصلی او ناصر نوذری بود. قبل از اینکه در ساواک استخدام شود در اهواز مامور بود. رسولی اطلاعات زیادی درباره گروه های کمونیستی داشت و به همین دلیل مورد توجه مقامات بالا بود و در کمیته مشترک ضد خرابکاری کار می کرد. دولت آبادی می نویسد از اول تا آخر کار که او را آزاد کردند، دائماً سر و کارش با همین رسولی بود و یکبار که در فضای بیرون از سلول زندان با نظارت این شخص به دولت آبادی ملاقات با خانواده داده بودند. این آقای رسولی، سیاوش پسر کوچک دولت آبادی را سر دست بلند کرده و گفته: "تو می دانی پسر بزرگترین نویسنده ایران هستی؟" باور این حرف ها سخت مشکل است. یکبار هم رسولی به جای اینکه دولت آبادی را به سلول انفرادی ببرد به بند ۸ برده است که جایی عمومی تر و راحت تر از سلول انفرادی بود. بچه های اتاق هم به دولت آبادی ارادت داشتند و جای مناسب تری برای خواب به او می دادند. او از زندان بند ۸ و هم اتاق شدن با مسعود رجیبی و

بهترین قیمت ایران

تنها یک تماس کافیت!

Tehran Specials (To/From)

Economy : \$990/ \$625
Comfort : \$1930/ \$1545
Business : \$3550/ \$2050

قیمت های استثنایی
ترکیش ایرلاین
به ایران (۳۱ جسدان)

فروش مستقیم پروازها و چارترهای داخلی ایران

برای اولین بار

416.642.2372
647.23456.97
1-855-642-2372

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

با مدیریت پیوند کامران و همکاری مجرب ترین مشاوران امور مسافرتی

Reg# 5001858
tico.ca

416.642.AFRA (2372)

افرا، آغازگر خاطره خوش سفرهای شما

IATA

رگتورز

(با راهنمای فارسی زبان)

IATA TIDS tico.ca 416.730.8687

مجری تورهای تفریحی لوکس ارزان

تور کبک سیتی + مونترئال

با بازدید از کلیه نقاط مهم
۲ شب و ۳ روز در هتل ۴ ستاره با صبحانه

۲۹ جون
تا اول جولای

هم‌نسلان آنها از آن موضوعات با تجربه عمر و زندگی خود گذر کرده‌اند، چنانچه از چهارچوب وقایع اتفاقیه یا رویدادهای جامعه عدول کنند، حافظه کوتاه مدت و میان مدت خوانندگان این عدول از واقعیت‌ها را تعارض با تجربیات و مشاهدات خود می‌بینند و احساس می‌کنند که نوشته‌های نویسنده به واقعیت‌های رخ داده‌ها نزدیک نیست.

به همین علت نگارنده معتقد است این کتاب استاد دولت‌آبادی "عبور یک طرفه از خود" است نه عبور از خود.

حسن گل‌محمدی، 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.

golmohammadihassan@yahoo.com

اسپانسرهای مطلب سخن و اندیشه:

رستوران خانوادگی دربند
۶۴۷-۸۹۳-۳۴۴۱

شرکت توریستی رهنورز
۶۴۷-۴۰۲-۸۶۸۷

شرکت گنجینه فرش
۹۰۵-۲۳۷-۴۳۹۴

دولت‌آبادی در ادامه بیان خاطرات ضد و نقیض دوران زندانش از نامه‌ای که به فرح پهلوی نوشته بود، پرده برمی‌دارد و می‌گوید، نه تنها این نامه را نوشته است بلکه از طرف گروه توأبین وابسته به ماجرای گلسرخ به او پیشنهاد دادند که او نامه‌ای بنویسد و تقاضای عفو کند و بیاید بیرون و رئیس دفتر شهبانو شود. او جواب می‌گوید باید خود شهبانو او را بخواهد نه آن که عفونامه بنویسد، بالاخره کاری صورت نمی‌گیرد و دولت‌آبادی دو سال محکومیتش را سپری می‌کند.

روز آزادی او را با عزت و احترام، همانطوریکه موقع ورود به زندان کمیته مشترک شخصی به نام آرش تحویل گرفت، موقع خروج نیز شخصی به نام تهرانی از زندان تحویل گرفت و برد دم در خانه پدرنش تحویل داد. آرش که نام اصلی‌اش فریدون توانگری بود، یکی از خشن‌ترین بازجویان و شکنجه‌گران در زندان کمیته مشترک ضد خرابکاری بود. معلوم نیست چه ارتباطی بین این شکنجه‌گران با دولت‌آبادی برقرار شده بود که استاد اینگونه مورد لطف و مرحمت جلادهای ساواک قرار گرفته بود.

معلوم نیست که این دو نفر از شکنجه‌گران معروف ساواک چرا در طول مدت زندان، استاد را تر و خشک می‌کردند. هر چند که دولت‌آبادی کتاب خود را با کلامی از ابوالفضل بیهقی با جمله "این روزگار نیز بر یک قرار نماند" تمام کرده است، ولی نگارنده بار دیگر باز می‌گردد به اول این نوشته‌ها که گفتیم: "نویسندگان معاصر وقتی از موضوعاتی صحبت می‌کنند که

مذهبی، سفره خود را از چپ و توده‌ای‌ها جدا کردند، او جزو چپ‌ها به شمار آید؛ آن وقت دائماً تکرار کند که به هیچ جایی وابسته نبود و نیست. دولت‌آبادی در زندان با بسیاری از روحانیون که بعداً جزو مقامات رژیم جمهوری اسلامی شدند، گفتگو می‌کرد. جالب است یکی از آنها آقای رفسنجانی بود که دولت‌آبادی با او در زندان پینگ‌پونگ بازی می‌کرد. نویسنده می‌گوید یکبار آقای رفسنجانی به او گفته بود: "می‌توانی یک کمی درباره مارکسیسم برای من صحبت کنی؟" او جواب می‌دهد که در این باره چیزی نمی‌داند. مطلبی که در اینجا مطرح است این است که حتماً آقای رفسنجانی از سابقه فعالیت و علت زندانی شدن دولت‌آبادی اطلاع داشته که این سوال را از او کرده است.

دولت‌آبادی نتیجه‌گیری می‌کند آنچه که از مؤانس در زندان با روحانیون برای او قطعی شد این بود که آینده مملکت در اختیار روحانیون خواهد بود. این یک فهم و درک اشراقی و حسی او بود. این نویسنده حتی ادعا می‌کند که زندان برای او یک دوره دکترا بود و در زندان خلوتی برای او فراهم شد تا آن که کتاب‌هایش از جمله "کلیدر" را در ذهنش بنویسد و وقتی بیرون آمد آنها را به روی کاغذ آورد. ماجرای حضور نمایندگان صلیب سرخ جهانی در زندان هم شنیدنی است. بویژه آنجایی که یک نماینده از دولت‌آبادی سوال می‌کند: "دوستان شما در اروپا می‌گویند شما نویسندهای مارکسیست هستید، نظر خودتان چیست؟" این بار او در پاسخ دادن سفسطه می‌کند.

مصطفی جوان خوش دل و دیدن دکتر شریعتی و بعضی از روحانیون قصه‌ها می‌گوید که با همه اینها حشر و نشر داشته است. ولی باز هم تکرار می‌کند به هیچ گروه و حزبی وابستگی نداشت و رسولی در حضور او دیگران را شکنجه می‌کرده است.

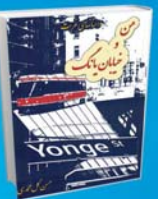
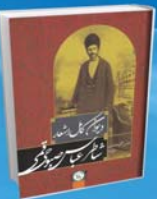
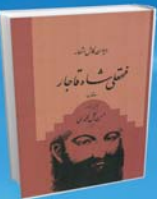
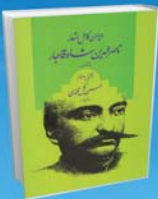
دولت‌آبادی پس از چندی توسط همین رسولی به زندان قصر می‌رود در حالیکه همراهش کتاب "هزار سال نثر پارسی" بود. مولف این کتاب کریم کشاورز از اعضای حزب کمونیست ایران بود که بعداً به عضویت حزب توده درآمد. دولت‌آبادی در زندان قصه یوسف را از تفسیر و تاریخ طبری برای زندانی‌های می‌خواند و یکبار هم آقای کروبی آمده و بالای سر او ایستاده بود که قرآن خواندن دولت‌آبادی در زندان را تصحیح کند. خلاصه آن که او را به دو سال زندان محکوم کردند. این نویسنده که این همه از ریزه‌کاری‌های داخل زندان نوشته است از علت محکومیتش چیزی نمی‌نویسد، اما وکیل تسخیری او که یک نظامی بود،

علت محکومیت دولت‌آبادی را عضویت در حزب توده عنوان می‌کند، ولی دولت‌آبادی می‌گوید این واقعیت نداشت. عقل سلیم می‌گوید، مگر می‌شود که آدم داستان‌های پرولتاریایی بنویسد؛ تمام همکاران و دوستانش عضو حزب توده باشند؛ در نمایشنامه‌های روسی از جمله در "در اعماق" ماکسیم گورکی نقش بازی کند؛ با خانم اسکویی که در مسکو تئاتر خوانده، کار کند؛ مورد حمایت افرادی نظیر فیروز شیروانلو قرار گیرد؛ در زندان که بچه‌های مسلمان به علت تعصبات

هیچ هدیه‌ای بهتر از کتاب نیست

کتاب‌های حسن گل‌محمدی، نویسنده، شاعر و روزنامه‌نگار ساکن تورنتو

تهیه: دفتر مجله ایران استار، کتابفروشی‌های معتبر ایرانی تورنتو، یا با تلفن: 416.221.0122





دکتر صفی داعی
روان درمانگر

خشم زنان^۲



در نوشته پیش اشاره نمودم که راه تغییر طرف مقابل و نیز الگوهای نامناسب قبلی دعوا و ستیز و داد و فریاد نیست و از این طریق راه به جایی برده نمی‌شود. پس بهتر است مهارت‌های دیگران را یاد گرفت و به کار برد تا یک زندگی زناشویی مناسب همراه با عشق و شادی بوجود آورد.

این نوشته به نوعی یادگیری جدید برای خانم‌هاست تا بدانند چگونه خشم خود را ابراز کنند.

یادگیری‌های جدید: زنان باید ابتدا خشم خود را هر چه بهتر و روشن‌تر بیان نمایند و بر خشم خود کنترل داشته باشند. و در هرگونه رابطه‌ای که در آن هستند آرام بمانند. حال این می‌تواند با یک دوست باشد، با یک همکار و یا حتی در یک سوپرمارکت. باید یاد بگیریم مسائلی که با اعضای اولیه خانواده‌مان داریم کنار بگذاریم، زیرا آنها بیشتر آتش خشم را در روابط دیگری که داریم شعله‌ورتر می‌کند.

زنان می‌توانند یاد بگیرند که چگونه خشم خود را به عنوان آغاز کار مورد استفاده قرار دهند تا بتوانند الگوهای یاد گرفته قدیمی را تغییر دهند و افراد دیگر را سرزنش نکنند. شکی نیست که در این حال ممکن است نگرانی‌های زیاد خود و نیز عواطف درون خود و دیگران را بالا ببرند تا بالاخره بتوانند الگوهای رفتاری قدیم را مجدداً

به نظر می‌رسد که اینها سوالات آسانی باشند، اما بعداً ملاحظه خواهید نمود که چقدر آنها پیچیده هستند. واقعاً قابل تعجب است که شما خانم‌ها بارها به جنگ و ستیز رفته‌اید بدون اینکه واقعاً بدانید این جنگ و دعوا در مورد چیست؟ شما ممکن است انرژی خشم خود را برای تغییر و یا کنترل یک فرد که نمی‌خواهد عوض شود به کار برید و یا اینکه همان انرژی را برای روشن شدن موقعیت خود و نیز انتخاب‌های خودتان مورد استفاده قرار دهید. این ویژگی در روابط نزدیک شما مورد استفاده دارد، یعنی آنجایی که شما نتوانید یاد بگیرید که خشم خود را به خوبی به کار برید. ابتدا بهتر است فکر خودتان و احساسات‌تان، اولویت‌هایتان و انتخاب‌هایتان را روشن نمایید، در غیر این صورت در یک دور باطل جنگ و سرزنش قرار می‌گیرید که به هیچ جایی نخواهد رسید. مدیریت کردن خشم به صورت موثر، با رشد یادگیری روشن هر دو در ارتباط می‌باشند. یعنی خود شما کارشناس بهتری برای خود خواهید شد.

۲- مهارت‌های گفتگو کردن را یاد بگیرید.

از این مسیر حداکثر تغییراتی که خواهید شنید و نیز تعارضات و تفاوت‌های قابل گفتگو را خواهید داشت. از یک طرف، با ابراز خشم مداوم، طوری که شما آنرا احساس می‌کنید ممکن است بدون دخالت فکر و مشورت و سنجش و بررسی صحیح مواجه شوید و متوجه شوید که ابراز خشم اشتباه نیست. البته اگر شیوه سازنده ابراز شود. موقعیت‌هایی وجود دارد که ابراز خشم و عصبانیت ضروری است و به فرد کمک

۱- منابع واقعی ایجاد خشم خود را پیدا کنید.

مثلاً از خود بپرسید چه موقعیت‌هایی شما را عصبانی و خشمگین می‌کند. موضوع اصلی چیست؟ در لحظه عصبانیت چه احساسی دارید و چگونه فکر می‌کنید؟ چه چیزی را می‌خواهید کامل و یا تمام نمایید؟ مسئول چه کسی است؟ چه چیزی را اقرار است عوض نمایید؟ چه کارهایی را باید بکنید و چه کارهایی را نباید انجام دهید؟

به شیوه دیگری برقرار سازند و یا اینکه ممکن است در اثر عجله زیاد روابط مهم خود را قطع کنند که لزوماً راه حل خوبی نخواهد بود. برای کاربرد خشم خود به عنوان وسیله‌ای برای تغییر در روابط، مواردی را در زیر خواهم آورد تا خانم‌ها یاد بگیرند و در چهار زمینه مورد نظر رشد نمایند و مهارت‌های خود را شفاف و صیقل دهند.

و اما آن راه کارها:



INCOME TAX E-FILE

Personal, Small Business & Corporate

خدمات حسابداری و مالیاتی

رضا پورلطیفی

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

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

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

Let our experience bring harmony to your finances



8131 Yonge St., Suite 211,
Thornhill, ON L3T 2C6

Tel: (416) 900-4188 www.HarmonicTeam.com
Fax: (416) 900-4189 info@harmonicteam.com

در پلاژی
سوپر پارسیان

حسابداری ایده‌ال

Personal, Small Business & Corporation E-File

Ideal Accounting



مجتبی فریور



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

INCOME TAX

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

تکمیل فرم‌های Child Tax و GST و رایگان است

905 59-777-59

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



موجود وفق می‌دهید؟ واقعا اگر در چنین شرایطی قرار بگیرید چه می‌کنید؟ پاسخ به این پرسش‌ها آسان نیستند که راحت جواب دهید و یا حتی درباره آنها فکر کنید. در کوتاه مدت بعضی مواقع آسان‌تر است که شخص همان راه‌های آشنای قدیمی را ادامه دهد، حتی موقعی که تجربه شخصی آن فرد نشان می‌دهد که روش‌های او موثر نخواهند بود. در بلند مدت بهتر است آنچه را که تا کنون از این نوشته یاد گرفته‌اید به کار برید و متوجه خواهید شد که نه تنها می‌توانید از راه‌های جدیدتری خشم‌های کهنه شده خود را مدیریت نمایید، بلکه از خود فردی روشن‌تر و نیرومندتر خواهید ساخت. در این حال گنجایش برای صمیمیت بیشتر و شادتر از خود بوجود می‌آورد. بسیاری از مشکلات در اثر خشم زمانی اتفاق می‌افتد که فرد بین داشتن روابط و داشتن خود، یکی را انتخاب نماید. نوشته بالا در هر دو پدیده می‌باشد. در نهایت اگر نمی‌توانید خشم خود را کنترل کنید و یا بارها امتحان کرده و به نتیجه نرسیده‌اید، حتما با فرد متخصص تماس بگیرید. به خاطر داشته باشید همیشه مشورت با کسی که در این زمینه تجربه و دانش دارد، به مراتب بهتر از ماندن و ادامه دادن اشتباهاتی است که گاه به قیمت از بین رفتن یک رابطه خوب، تمام می‌شود.

دکتر صفر داعی، روان‌درمانگر از دانشگاه انگلستان است.

Safardaei4@hotmail.com
Office:905-770-4556

مقاومت در برابر تغییر، مانند تغییر یک اراده است. و این البته طبیعی و جنبه جهانی در تمام سیستم‌های انسانی دارد. اگر واقعا برای تغییر، جدی هستید می‌توانید یاد بگیرید و نگرانی و گناهی را که احساس می‌کنید شما را تحریک می‌کند تا پاسخی به تغییر، مثل سابق در برابر عکس‌العمل‌های دیگران نمایید. بخوبی مدیریت نمایید. مشکل‌تر اینکه در ذهن خود توجه کنید که ترس و مقاومت در برابر تغییر، در درون وجود شما است.

نگرانی شما به خاطر روشن نمودن آنچه را که شما فکر می‌کنید و چگونه احساسی دارید ممکن است در بسیاری از روابط مهم ما بزرگترین عامل باشد. به مجرد اینکه شما واقعا واضح و روشن و مستقیم ابراز خشم نمایید، افراد دیگر هم ممکن است با احساسات و افکار خود روشن و مستقیم کنار بیایند و یا درباره واقعیتی که نمی‌خواهند تغییر کنند بیشتر آگاه شوند. فراموش نکنید زمانی که شما این واقعیت را بپذیرید ممکن است با بعضی از انتخاب‌های دردناکی مواجه شوید. مثلا آیا قصد دارید با بعضی از روابط ویژه و یا موقعیت آزار دهنده بمانید؟ آیا ترک موقعیت را انتخاب می‌کنید؟ آیا می‌مانید و کوشش می‌کنید بعضی از تغییرات را در خود انجام دهید؟ یعنی خود را با موقعیت

متفاوت می‌باشد. شما نمی‌توانید فرد دیگری را که ایده‌های قدیمی دارد تغییر دهید، اما اگر بتوانید قدم‌هایی را که خود برمی‌دارید عوض نمائید این دعاها نمی‌توانند به همان الگوهای دیکته شده قبلی ادامه پیدا نمایند.

۴- در بحث و گفتگو با روشی متفاوت شرکت کنید.

زنان می‌توانند یاد بگیرند که در بحث و گفتگوها شرکت نمایند و با حرکات متفاوت خود، برای تغییر الگوهای گذشته و عکس‌العمل‌های دیگران فعال باشند. هر کدام از شما خانم‌ها به گروه‌ها و سیستم‌های بزرگی تعلق دارید و این گروه‌ها برای ماندن شما در آنجا سرمایه‌گذاری کرده‌اند، پس در جای خود محکم بایستید و به فعالیت خود برای تغییر الگوهای گذشته ادامه دهید. اگر شما بخواهید الگوهای از پیش ساخته خود را که عبارت از سکوت، سردرگمی و یا جنگ‌های بی‌ارزش مختلف است تغییر دهید، به ناچار با مقاومت‌های شدید برخورد خواهید کرد. این برخورد چه بسا در درون شما و یا افراد معتبری که دور و بر شما هستند رخ دهد. شما خواهید دید افرادی که نسبت به شما نزدیک هستند چه انتقادات و یا شکایاتی دارند که به روشنی و راحت آنها را بیان می‌کنند. به علاوه گاهی خود شما در برابر تغییری که در جستجوی آن هستید مقاومت می‌کنید. این

می‌کند، البته به شرطی که فرد حالت آزارگری نداشته باشد. بسیاری از مواقع از کوره در رفتن و یا جنگ کردن ممکن است یک آرامش موقت بوجود آورد، اما زمانی که این طوفان تمام شود، متوجه می‌شوید که چیزی واقعا عوض نشده است. به علاوه روابط مشخصی وجود دارد که حفظ آرامش و وضعیت غیرسرزنی و یا سرزنش نکردن برای تغییر نهایی، ضروری است.

۳- توجه کنید و الگوهای بی‌فایده واکنش‌ها را به هم بزنید.

گفتگوهای روشن و موثر حتی در بهترین شرایط باز هم سخت است. زمانی که شخص عصبانی باشد، حتی سخت‌تر هم هست. به سختی امکان دارد که فرد بخواهد توجه و تمرکز نماید و یا در میان طوفان جنگ، انطباق‌پذیری نشان دهد. زمانی که حالات عاطفی بالا بگیرد می‌توانید یاد بگیرید که آرام بمانید و قدری کناره‌گیری کنید تا متوجه شوید که سهم شما در عکس‌العمل‌هایی که درباره آنها شکایت دارید چیست. یادگیری مشاهده و تغییر سهم شما در الگوهای روابط، با افزایش حس مسئولیت شخصی در هر نوع روابطی که شما در آن هستید، دست در دست هم‌دیگر هستند.

یادتان باشد که هدف از قبول مسئولیت خود-سرزنش کردن و یا برجسب زدن به خودتان به عنوان عامل مشکل‌ساز نمی‌باشد. بلکه در اینجا هدف توانایی پاسخ دادن در برابر عکس‌العمل‌های دیگران است. یعنی Response ability، به معنی توانایی مشاهده خود و دیگران در عکس‌العمل‌ها و پاسخ‌ها در یک موقعیت آشنا، اما از راه نو و



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



چرا در رابطه بیمار گیر می کنیم؟^۲

این اجبار در ماندن در را پدر یا مادری که به خاطر کودکشان به زندگی ادامه می دهند هم نظاره گر باشیم.

این را بدانید که شما آدم خیلی خوبی هستید، اگر تا به حال هم با امید به آینده ای بهتر در این رابطه ای ناسالم مانده اید، این خود ثابت می کند که شما قلب مهربانی دارید. شما لیاقت این را دارید که با کسی زندگی کنید که به شما عشق بورزد و ارزش شما را بداند.

این را بدانید که این عشقی که شما به دیگران هدیه می دهید بسیار ارزشمند است. دنیا پر از انسان هایی است که آرزوی گرفتن چنین عشقی را از کسی دارند. اگر شما در رابطه ای هستید که طرف مقابل

قدر این تلافی شما و عشق ورزیدنتان را نمی داند، شما نباید این انرژی و حس بسیار زیبا را هدر بدهید. عشق سرشار خود را برای کسی نگه دارید که به شما احترام می گذارد و قدر شما را می داند.

برای خودتان زمان بگذارید و روی رشد فردی خودتان تمرکز کنید. از اینکه یک رابطه ای بد را تمام کنید نترسید.

به این فکر کنید که آینده ی بسیار درخشانی رو به رویان است. امیدوارانه برای آن فردای بهتر تلاش کنید.

ولی باید حواستان هم باشد که تمام کردن رابطه با یک فرد سوء استفاده گر آسان نخواهد بود. بعد از صحبت کردن درباره احساسات، آن فرد تمام تلاشش را خواهد کرد که دوباره برای تصمیمی که گرفته اید به شما احساس گناه بدهد و شما را مقصر ناراضی تان در این رابطه بداند! او ممکن است از هر تاکتیکی استفاده کند تا دوباره به شما نشان دهد مقصر شما هستید و دارید اشتباه می کنید. بهترین کار این است که به خود و تصمیمتان اعتماد داشته باشید و تمام دلایل خود را برای تمام کردن رابطه روی یک کاغذ بنویسید. اینطور همیشه می توانید به آن ها برگردید و به خود یاد آوری کنید که چرا این تصمیم را گرفتید. صرف نظر از اینکه طرف مقابل به شما چه چیزهایی خواهد گفت، به خودتان ایمان داشته باشید و به آینده ی فوق العاده ای که منتظر شماست فکر کنید... این مسئله مهم را در نظر داشته باشید که رابطه لزوماً رابطه احساسی نیست می تواند رابطه میان دو دوست باشد، یا میان دو فامیل، رابطه با خانواده و یا هرکس دیگری.

اما چگونه بر هر کدام از این دلایل غیرمنطقی غلبه کنیم؟؟؟

فرشته نیک خواه روان درمانگر و مشاور خدمات فردی و اجتماعی در کانادا است

فرشته نیک خواه

فرشته نیک خواه

فرشته نیک خواه

فرشته نیک خواه

فرشته نیک خواه

فرشته نیک خواه

فرشته نیک خواه

فرشته نیک خواه

فرشته نیک خواه

فرشته نیک خواه

فرشته نیک خواه
روان درمانگر



در هفته گذشته در مورد رابطه و علت ناسالم بودن بعضی روابط خواندیم. این هفته بررسی می کنیم که چرا بعضی از ما در رابطه ناسالم گیر می کنیم و از آن خارج نمی شویم.

همه ما می دانیم که عاشق شدن و رابطه دوستی عمیق در عین دلپذیر بودن بر قدرت قضاوت ما تاثیر می گذارد و به همین دلیل نمی توانیم به تصمیم های درست و منطقی برای ادامه یا قطع روابط عاطفی خود دست پیدا کنیم.

اشخاصی که ما با آنها وارد رابطه می شویم مانند ما در شرایط و موقعیت های مختلفی رشد کرده اند و مانند ما شرایط رفتاری متفاوتی دارند، اما در عین حال که سعی می کنید آن ها را بفهمید، این را هم بدانید که شما موظف نیستید تمام این رفتارهای ناسالم را تحمل کنید و به جان بخرید. شما هم به عنوان یک فرد بالغ و مستقل زندگی و اهداف خود را دارید که برایتان ارزشمند هستند و حق این را دارید که یک زندگی فوق العاده برای خودتان بسازید. اگر بعد از چند بار تلاش کردن می بینید که این رفتارها قابل حل شدن نیستند و طرف مقابل هم دوست ندارد که به شما در این مورد احترام بگذارد، این را بدانید که شما هیچ وظیفه ای در قبال آن فرد ندارید. می توانید محترمانه با طرف مقابل در رابطه با احساساتتان صحبت کنید، آن رابطه را ترک کنید و به دنبال رویاهای خود بروید. در این راه دلایل زیادی ممکن است جلوی شما را در قطع رابطه بگیرد دلایل غیرمنطقی به شرح زیر است:

• **تنهایی.** • **ترس و عادت.** • **احساس تقصیر**

• **زمان.** • **مال و اموال.** • **حسرت و نادانی.** • **امید**

بعضی چیزها در گذر زمان بهبود می یابد، اما گاهی این امکان وجود ندارد. تعدادی از زوجها تعهد زیادی به ازدواج کردن و ماندن در رابطه به هر قیمتی دارند. چنین افرادی تا زمانی که همه چیز را از دست ندهند، رابطه را ترک نخواهند کرد. باید دید که ماندن در یک رابطه و صرف وقت برای ترمیم و بهبود آن شنی است یا خیر؟ اگر زوجها باهم سختی و هماهنگی نداشته باشند، گذشت زمان و صرف انرژی و تلاش برای رابطه راه به جایی نخواهد برد و تنها بر میزان نفرت میان دو زوج افزوده خواهد شد. مشکل از آنجا شروع می شود که ما قادر به ترک این رابطه نیستیم و یا به دلیل وابستگی شدید و ترس از تنهایی خود را مجبور به ماندن در آن رابطه می کنیم و البته این اجبار برای ادامه رابطه فقط در افراد جوان دیده نمی شود، ما می توانیم

ور شکستگی؟؟؟

قادر به بازپرداخت بدهی خود نیستید؟

ما بطور کاملاً خصوصی شما را از بدهی خلاص می کنیم،

مشکلات مالی شما را حل می کنیم.

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

سرویس

**رفت و آمد به فرودگاه
و کلیه مناطق شهر**



خدمات
ترجمه
در همراهی با شما
در مکان های انجام
کارهای اداری
شما

با قیمت های مناسب

فریده 416.903.7030

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 سرمایه گذاری

تحصیلات و تجربه کاری

ویزای سریع کار و تحصیلی

دفاع از پرونده های مهاجرتی و سیتیزنی و حضور جهت مصاحبه با افسر اداره مهاجرت و امنیت 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.

اندر حکایت تب و تاب ترامپ در انتظار تلفن و بقیه قضایا



فصول خان کامیونیتی

به روی تختخواب خوابیده تنها

نموده قفل درب‌های اتاقش

کسی هرگز نمی‌گیرد سراغش

ملینا منع شده از جستجویش

که شاید بشنود او گفتگویش

دم صبح چون گرفته بود حالش

بزد زنگ ناگهان خط موبایلش

پرسید از جا و برگرفت خط دور را

بزد تندی که خاص عبور را

گمان کردی ظریف است اون ور خط

صدایی بس لطیف است اون ور خط

ولی افسوس صدای جان بولتن

شنید از پشت خطش ناگهان اون

هزاران فحش ناب‌گو را

نتارش کرد خیلی زود او را

مدیا را خبر کرد روز دیگر

غضبناک گویا گردیده مضطرب

به سرعت کرد امضاء حکم جان را

نمودی با لگد اخراج آن را

کری را جای بولتن برگزیدی

تمام مشکلات را حل دیدی

شب دیگر ترامپ در تاب و تب بود

ظریف را خنده‌ها بر روی لب بود

تلفن زنگ زد با حالت ناز

ظریف کرد گفتگو را با او آغاز

بلی دوستان با علم و کیاست

پدر مادر ندارد این سیاست

از خدا پنهان نیست، از شما هم پنهان نباشد که این روزها ترامپ در تب و تاب تلفن زدن به او سخت گرفتار است. استاد فصولی که دستی در سرودن هم دارد، در گوشه دفتر یادداشت‌های خود، چند بیتی به سبیل مطایبه یادداشت کرده بود که آن را برای شما در اینجا می‌آوریم:

"ترامپ از وضعیت آشفته حال است

گرفتار هزار فکر و خیال است

نشسته پای تی وی روز و شبها

یواشی گوش خود داده به گپ‌ها

هزاران جبهه از جنگ وانموده

چو حرف پامپ و بولتن را شنوده

از این پوتین شده آزرده خاطر

همی حرص می‌خورد مانند شاطر

بیسته تعریف بر جنس چینی

به بازار جنس چینی تو نبینی

به کانادا همی اُلج نموده

لبش را یک وری و کج نموده

خلیج فارس پُر از طیاره کرده

روابط با جهانش سرد شده

ولی چند روزه سخت حالش گرفته

که از تنانیا حرفی شنفته

گاهی خنده گهی گریه شبانه

همی در روز می‌گیرد بهانه

نشسته در اتاقی تک و تنها

نه روزها در تمام طول شب‌ها

نهاده در کنارش چند تلفن

ز بی‌خوابی شده یک لوداغون

عصبانی شده یارش ملینا

* به قصد شوخی و طنز

سرفصل‌های درس علوم اجتماعی کلاس پنجم دبستان‌های انتاریو

آشنایی با سیستم آموزشی انتاریو-۴۷



لیلا کاظم‌زاده
معلم رسمی انتاریو

در این میانه پای حرف هر کدام از این دو گروه اگر بنشینیم، می‌توانیم به آنها حق دهیم. حالا ببینیم که در دسته انتظارات بعدی اجتماعی (مردم و محیط زیست) چه چیزی گنجانده شده است: نقش دولت و وظایف شهروندان.

• شهروندان و دولت بایستی با همدیگر کار کنند تا بتوانند مسائل و مشکلات را با این همکاری برطرف کنند، و بطور منصفانه و موثری امور را سامان بخشند.

• در بررسی هرگونه مساله، مهم است بدانیم دو طرف ماجرا چه کسانی هستند و دیدگاه آنان را در نظر بگیریم.

• برای اینکه شهروند فعال و موثری باشیم می‌باید اولاً از حقوقمان به عنوان یک کانادایی مطلع باشیم. و البته از شرح وظایف خود، و چگونگی کارکرد دولت، آگاه باشیم.

به یاد دارم روزی کلاس پنجمی‌هایی که دایره‌وار نشسته بودند، هریک کارتی داشت که بر آن یا وظیفه‌ای یا حقی را نوشته بود و بچه‌ها موظف بودند به نوبت، راجع به کارت خود با صدای بلند برای کلاس توضیح دهد تا درس جلسه پیش مرور شود.



را نمی‌دانند باید انتظار سوء تفاهم‌ها بود. مثلاً بومیانی که جنسی مثلاً طلا را دریافت کرده‌اند و نمی‌دانسته‌اند که این پول در ازای زمین آنها می‌باشد. سپس کاشفان شروع به دخل و تصرف در زمین‌ها می‌کردند. حالا بومیان ناراحت شده و به نشان اعتراض، دست به آسیب زدن می‌بردند.

وجود دارد و این مرادده گاهی به همکاری مفیدی می‌انجامد و گاهی کار به اختلاف می‌کشد. بدینگونه که مشاهده می‌کنید جنگ‌ها و درگیری‌های بومیان با کاشفان اروپایی دارای صورتی دیگر می‌شود چرا که وقتی دو گروه به هم برسند که به هیچ روی زبان طرف مقابل

کلاس پنجمی‌ها البته که رئیس هستند: در مدرسی که از پیش دبستانی هست تا کلاس پنجم! در برخی مدارس هم تا پایه هشتم وجود دارد. امروز می‌خواهیم بدانیم این بچه‌ها در ساعت علوم اجتماعی چه یاد می‌گیرند و مباحث اصلی کارشان چیست. پس با ما باشید و به قول معروف: Keep Calm & Read On!

در بخش اول این درس، که مربوط به میراث و هویت (heritage & identity) است، باید روابط متقابل بومیان و اروپاییان قبل از سال ۱۷۱۳ را مطالعه کنند. همین روابط، کشور کانادا را وجود آورد. در این میانه این ایده‌ها در سرفصل‌ها به چشم می‌خورد:

• ارتباطات متقابل با دیگر مردمان، پیامدهایی به دنبال دارد که برخی از آنها مثبت تلقی می‌شود و برخی منفی.

• وقتی که مناسبات بینابینی مردمان مختلف را مطالعه می‌کنیم، مهم اینست که آگاه باشیم که هر گروه دیدگاه خاص خودش را در مورد این ارتباطات دارد، و از زاویه خودش به قضیه نگاه می‌کند.

• همکاری و اختلافات فیما بین، جزء ذاتی تعاملات انسانی هستند. در همه ارتباطات دو سر

لیلا کاظم‌زاده

معلم رسمی انتاریو و ساکن تورنتو می‌باشد. او کارشناس ادبیات انگلیسی از دانشگاه علامه طباطبائی و کارشناس آموزش از دانشگاه لیک هد (Lakehead) است.

leilakazemzadeh@gmail.com



**The Little House
Of Kebobs North**

با بیش از ۲۰ سال سابقه

Little House of Kebobs North



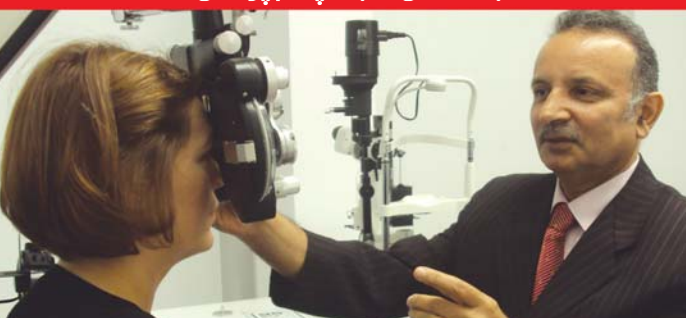
در قلب ریچموند هیل با مدیریت ایرانی

رستوران ایرانی
با انواع غذاهای اصیل ایرانی

905-787-9988
1480 Major Mackenzie Dr. East
Major Mackenzie & Leslie

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)

پیشنهاد یک نویسنده آمریکایی برای علاقه‌مند کردن کودکان به کتاب



خواهند داشت.
۳. برای کتاب خواندن کودکان جایزه تعیین کنید. مثلاً می‌توانید ساعت‌های خواب کودکان را به خاطر کتاب خواندن به تأخیر بیندازید یا اجازه دهید صبح‌ها کمی بیشتر بخوابند.

۴. زمان خاصی را به عنوان زمان خواندن داستان در نظر بگیرید. این مورد به خصوص برای کودکان نوبا بسیار مهم است. زمان قصه سرایی نباید طولانی باشد. در این مواقع کیفیت از همه چیز مهم تر است، اما سعی کنید آن را به صورت برنامه‌ای منظم در هر روز دنبال کنید.

۵. تعیین محلی برای کتاب خواندن یکی از ضروریات است. در خانه مکانی خاص برای مطالعه کتاب تعیین کنید و خودتان نیز از همان مکان برای خواندن کتاب برای کودکان استفاده کنید. گوشه‌ای از خانه با تعدادی بالش و وسایل راحتی همراه با چند کتاب برای فرزندان تدارک ببینید. کودکان عاشق چنین مکان‌هایی در خانه هستند. در این مکان با او به کتابخوانی مشغول شوید و با هم آنجا را به محلی تبدیل کنید که صرفاً برای مطالعه و کتابخوانی استفاده می‌شود.

۶. آشنایی با کتابخانه و کتابفروشی‌های جذاب شهر یکی از برنامه‌هایی است که معمولاً خانواده‌های اهل فرهنگ برای فرزندان‌شان تدارک می‌بینند.

کتابفروشی‌های خاص و جذاب برای کودکان نیز جذاب است. قفسه‌های کتاب با جلدهای رنگارنگ برای کودکان جذاب است. از همین جذابیت برای کتاب خواندن کودکان استفاده ممکن را ببرید.

۲. یکی از راه‌های علاقه‌مند کردن کودکان به مطالعه کتاب این است که کتاب کودکان را با صدای بلند برای خودتان بخوانید تا کودک با شنیدن داستان نظرش به سمت کتاب جلب شود. همچنین زمانی که کتاب کودکان را می‌خوانید می‌توانید حرف‌های مشترک مفیدی با کودکان داشته باشید پس می‌توانید مدام درباره کتاب‌های مختلف با آنها صحبت کنید. همچنین زمانی که کودکان ببینند که شما کتاب آنها را می‌خوانید به کتابشان علاقه‌ی بیشتری پیدا می‌کنند و احساس بهتری نسبت به کتاب خود

کرده است و اعتقاد دارد والدین می‌توانند با رعایت نکات زیر در علاقه‌مند کردن کودکان به کتاب موثر واقع شوند:

۱. همان کتابی را برای کودکان بخوانید که خودتان خوانده و دوست دارید. هیچ وقت کتابی که حال شما را خوب نمی‌کند برای کودکان نخوانید چون این حس منفی به کودکان منتقل می‌شود. بهتر است کتابی انتخاب کنید که فیلم سینمایی با اقتباس از آن ساخته شده باشد و بعد از مطالعه کتاب همراه فرزندان خود به تماشای فیلم بنشینید.

آیا جزو والدینی هستید که از رو آوردن فرزندان به اینترنت و دنیای مجازی نگرانید؟ آیا فرزند شما مانند اکثر هم سن و سالانش از خواندن کتاب فراری است؟ باید گفت که همه آن را نمی‌توان به گردن دنیای مجازی انداخت. نقش والدین در اشاعه چنین رفتاری، خیلی هم کم‌رنگ نیست. شما به عنوان یکی از والدین، چقدر کتاب می‌خوانید؟ چه الگوی رفتاری در زمینه مطالعه برای فرزندان مهیا کرده‌اید؟ تحقیقات نشان داده بیشتر کسانی که به کتاب و کتابخوانی علاقه دارند والدینی داشته‌اند که در دوران کودکی لحظات شیرین و گرمی را هنگام خواندن داستان‌ها برای آنها ساخته و پرداخته‌اند. همانطور که تکنولوژی با سرعت پیشرفت می‌کند سرعت عادت کودکان نیز به این دستگاه‌های عجیب و غریب الکترونیک بیشتر می‌شود و در این میان والدین درصدد پیدا کردن راهکارهایی برای علاقه‌مند کردن کودکان به مطالعه کتاب و دوری از دستگاه‌های دیجیتال هستند.

کودکان باید از همان ابتدا به کتاب خواندن عادت کنند و از لحظات خود بهترین استفاده را داشته باشند. اما در دوره‌ای که کودکان و نوجوانان مدام با تبلت و بازی‌های کامپیوتری مشغول هستند چگونه می‌توان آن‌ها را به کتاب و مطالعه علاقه‌مند کرد؟

کریستین مائه نویسنده آمریکایی و عضو سرویس نویسندگان آموزن تکنیک‌هایی برای علاقه‌مند کردن کودکان به کتابخوانی پیشنهاد کرده است. وی تجربه خود را با علاقه‌مند کردن فرزندان به کتاب هری پاتر با موفقیت آزمایش

Income TAX

حسابداری نشنال

افشین غایبی



- ✓ خدمات حسابداری و مالی
- ✓ تنظیم صورت حساب‌های مالی
- ✓ خدمات مالیاتی (اشخاص و شرکت‌ها)
- ✓ تهیه اظهار نامه‌های مالیاتی
- ✓ ثبت شرکت‌ها
- ✓ برداشتن شرط مهاجرت تجاری

416.223.3336

6120 Yonge St. Suite 212, Toronto, ON M2M 3W7

طبقه بالای سوپر گوشت زمانی و پسران

بازی‌های تاج و تخت

فصل هفتم



که می‌داند تنها سلاح برای از بین بردن وایت واکرها، شیشه اژدها است، فرماندهی شمال را به سانس می‌سپارد و راهی درگون استون می‌شود. او پس از صحبت با دنریس و تیریون این اجازه را می‌گیرد که شیشه‌ها را از آنجا استخراج کند. دنریس که از دو شکست خود بسیار ناراحت بود، علی‌رغم مخالفت تیریون با اژدهایش و دوتراکی به ارتش لنیسترها که به سمت کینگزلندینگ با غنایم در حال حرکت بود حمله می‌کند و آنها را به آتش می‌کشد. جیمی لنیستر به کمک برون، یار دیرینش فرار می‌کند و تارلی‌ها هم که تسلیم دنریس نمی‌شوند در آتش سوزانده می‌شوند. تیریون لنیستر مخفیانه وارد کینگزلندینگ می‌شود تا با جیمی صحبت کند. او به جیمی می‌گوید که سرسی را قانع کند که با دنریس بر سر صلح موقت تا شکست دادن کامل وایت واکرها موافقت کند. جان اسنو برای اثبات وجود وایت واکرها تصمیم می‌گیرد با گروهی به آنسوی دیوار برود و یکی از مردگان را با خود به کینگزلندینگ بیاورد تا همه را قانع کند که این خطر چقدر جدی است.

سرانجام جان اسنو و گروهش در راهشان به آنسوی دیوار پس از درگیر شدن با گروه کوچکی از مردگان یکی از آنها را گیر می‌اندازند، اما در همان موقع گروه بزرگی از مردگان به سمت آنها هجوم می‌آورند و جان اسنو به جندری، فرزند نامشروع رابرت باراتیون که همراه آنها بود، می‌گوید که با سرعت به سمت دیوار برگردد و از دنریس کمک بگیرد.

جان اسنو و گروهش در محاصره ارتش مردگان قرار می‌گیرند. پس از مدتی در حالی که مردگان به سمت آنها هجوم آورده بودند، ناگهان دنریس و دو اژدهایش به کمک جان آمدند اما در همین حال پادشاه شب نیزه‌ای به سمت اژدها پرتاب می‌کند و یکی از اژدهاهای دنریس کشته می‌شود و دنریس سوار بر اژدهایش آنجا را ترک می‌کند؛ اما جان اسنو نمی‌تواند به آنها برسد، عمویش به یاری او که تقریباً محاصره شده بود می‌آید و او را سوار بر اسبی می‌کند تا به سمت دیوار بازگردد.

پدرام ناظم‌زاده
تورنتو

Pedram_nazemzadeh@
yahoo.com



داستان این فصل، اقتباسی است از رمان بادهای زمستان، ششمین جلد از مجموعه کتاب‌های ترانه یخ و آتش که توسط جرج آر. آر. مارتین نوشته شده‌است.

خلاصه فصل هفتم:

آریا استارک با کشتن بقیه لردهای خانه فری تسویه حساب کاملش را انجام می‌دهد و از لیستش کاسته می‌شود. او که به سمت کینگزلندینگ رهسپار بود تا سرسی را هم از لیست حذف کند، متوجه می‌شود که جان اسنو شاه شمال شده است و از تصمیم خود منصرف می‌شود و به خانه‌اش در وینترفیل بر می‌گردد. سرسی که از قدرت ارتش دنریس و اژدها یانش با خبر بود به دانشمند دربارش دستور تهیه سلاحی برای کشتن اژدها می‌دهد. همزمان یورون گریجوی به امید ازدواج و خاندان تارلی به خاطر تنفر از دوتراک‌ها و سابقه شاه دیوانه به ارتش او می‌پیوندند تا با قدرت به مصاف دنریس تارگرین برود. از سوی دیگر، دنریس و یارانش در درگون استون مستقر می‌شوند. ارتش دریایی دنریس به فرماندهی پارا گریجوی و الیا مارتل که می‌خواستند کینگزلندینگ را محاصره کنند از یورون گریجوی پانک می‌خورند و در نهایت پارا به اسارت عمویش در می‌آید و تیون که نمی‌تواند خواهرش را نجات دهد، از دست او فرار می‌کند و الاریا و دخترانش هم به قتل می‌رسند. جیمی لنیستر که با ارتشش به سمت های‌گاردن در حرکت بود اولنا تایلر را هم به قتل می‌رساند و او به قتل جافری، پسر سرسی اعتراف می‌کند؛ سپس با غنایم از آنجا راهی کینگزلندینگ می‌شود.

سم تارلی در مطالعاتش در سیتادل متوجه می‌شود که دراگون استون معدنی از شیشه اژدها دارد و جان را از این موضوع مطلع می‌کند. جان



با بهترین قیمت

شستشوی فرش های خود را به ما بسپارید

قالیشوئی مازیک

خدمات ما

تعمیرات، رفوگری، لکه برداری، رنگریزی و ریشه کشی

کلیه قالی های نفیس و ابریشمی

شستشوی فرشهای دستباف و ماشینی

با بیش از ۲۰ سال تجربه در ایران و کانادا

416-856-9491

Free Delivery
and Estimate

فرش های دست دوم
یا نو شما را خریداریم



— با متخصصان ایرانی کانادایی —

آزمایش های طبی خود را به زبان فارسی انجام دهید



ایکس ری

روماتولوژی

سونوگرافی

کاردیولوژی

پوکی استخوان

درد و محل:

ریچموند هیل

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

نورت یورک

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

مجهز به واکینگ کلینیک

Ultimate Diagnostics Inc.



سررسی که با ملاقات دنیس و جان اسنو موافقت کرده بود به دراگون پیت می آید و با دنیس و جان دیدار می کند و همه آنها مرد مرده ای که جان از اسنوی دیوار آورده بود، می بینند و سررسی به ظاهر با صلح موقت موافقت می کند. جان و دنیس و ارتشش به سمت شمال می روند. جیمی لنیستر هم بر خلاف خواسته سررسی راهی نبرد با وایت واکرها می شود. لیتل فینگر که در پی دسیسه ای برای تفرقه انداختن بین اریا و سانسو بود، توطئه اش توسط آنها خنثی می شود و اریا در حضور همه، با خنجر گلی او را می برد. برن برای سم که از سیاتدل به وینترفل آمده بود، بازگو می کند که جان فرزند لیانا استارک و ریگار تارگرین است و اسم حقیقی او، ایگون تارگرین است. موردی که با سندکتبی ازدواج نیز اثبات می شود. ارتش پادشاه شب با کمک اژدهای دنیس که دیگر جزو زامبی ها شده دیوار را نابود می کند.

همیشه این سؤال برایم بود چه می شد بنیاف و وایس تهیه کنند تا تعداد ایزدوها را افزایش بدهند؟ تازه نامردا از ۱۰ تا ۷ تا رساندند، خلاصه کفران نعمت، نعمت از کف بیرون کند! شروع این فصل برخلاف فصل قبلی واقعا خوب بود. اینکه قهرمان مورد نظر از یک دختر بچه شیطان و بازیگوش به ندای انتقام یک خانواده تبدیل شود و کاری می کند که کلا خانواده فری از صحنه روزگار حذف شود، گرچه تغییر صدا و تغییر قیافه همراه با تغییر قد و وزن دیگر کار عادی تلقی نمی شود!! در این داستان وقتی یک طرف خیلی خشن برخورد می کند بقیه هم همین جواب را به او می دهند. یاد ناپودی کامل گنجشک اعظم یا سران دوتراکی ها بیفتید. قسمت خوب داستان اختلاف های سانسو و جان است که خوب پرداخته شده موقعی که جان به هنگام غوغا خانواده های آمبر و کاراستارک می گوید من پسران را به خاطر گناه پدران مجازات نمی کنم، یاد بچگی خودش افتادم که با نامهربانی کاتلین استارک روبرو می شد و همچنین این حقیقت که با خطری که جان اسنو در مقابل پادشاه شب دیده متحد شدن بین خانواده ها را با اهمیت تر از تسویه حساب دیده گرچه سانسو با توجه به خاطراتی که از پدر و بردارش دیده فکر می کند شرافت و صداقت

جملات به یادماندنی:

آریا بعد از کشتن باقیمانده خانواده فری: اگر یک گرگ را تنها بگذاری هیچوقت گوسفندان ایمن نیستند. وقتی ازت پرسیدند چه اتفاقی افتاده یگو شمال همیشه به خاطر دارد زمستان برای خاندان فری آمد.

[بازی های ادامه در صفحه ۵۰ ←]

محققان دانشگاه‌های گلاسگو و کوپن مری:

سلامت کبد بیماران دیابتی باید به طور مداوم بررسی شود



نتایج یک مطالعه بزرگ نشان می‌دهد احتمال بروز بیماری‌های مرگبار کبد در بیماران مبتلا به دیابت بیشتر است و سلامت کبد این بیماران باید به طور مداوم مورد بررسی دقیق قرار گیرد. معمولاً بیماری‌های مرگبار کبد از جمله سیروز (التهاب کبد) و سرطان در مراحل بسیار پیشرفته تشخیص داده می‌شوند، بنابراین عوامل خطر آنان بسیار حائز اهمیت است. مطالعه و بررسی اطلاعات بیش از ۱۸ میلیون نفر در اروپا توسط محققان دانشگاه‌های گلاسگو و کوپن مری نشان می‌دهد افراد مبتلا به دیابت نوع دو در ریسک بالایی برای ابتلا به بیماری‌های خاموش دارند و باید به طور مداوم غربالگری شوند. بیماری‌های مرگبار کبدی از جمله این بیماری‌های خاموش به شمار می‌آید.

وجود چربی در کبد طبیعی است؛ ولی زمانی که این میزان افزایش یابد، یعنی بیش از ۵ تا ۱۰ درصد از وزن کبد شود، عارضه‌ای به نام کبد چرب به وجود می‌آید. دو نوع کبد چرب الکلی و غیر الکلی وجود دارد. کبد چرب الکلی به دلیل مصرف الکل به وجود می‌آید. تجمع بیش از اندازه آهن در بدن و چاقی، احتمال ابتلا به کبد چرب الکلی را افزایش می‌دهد.

حدود یک چهارم افرادی که در غرب زندگی می‌کنند، به کبد چرب غیر الکلی یا NAFLD مبتلا هستند. کبد چرب غیر الکلی به شدت با چاقی و دیابت نوع ۲ مرتبط است و رژیم غذایی

دکتر یاسر نژادی، جراح زانو:

۹۰ درصد افراد مبتلا به پوکی استخوان کمبود ویتامین D دارند



دکتر یاسر نژادی متخصص ارتوپدی با بیان اینکه کمبود ویتامین D از علت‌های شکستگی و پوکی استخوان است، گفت: یکی از دلایل عمده ناتوانی عضلات در افراد مسن، سطح پایین ویتامین D است.

وی اظهار داشت: ویتامین D یا کلسیفرول از دسته ویتامین‌های محلول در چربی است، این ویتامین با افزایش جذب کلسیم و فسفر از روده‌ها به رشد و استحکام استخوان‌ها کمک می‌کند، لازم است بدنیم ویتامین D۳ یا کوله کلسیفرول از انواع دیگر ویتامین‌های D در بدن، از اهمیت بیشتری برخوردار است. ویتامین D و کلسیم باعث افزایش قدرت و هماهنگی در عضلات افراد میانسال نیز می‌شود که از دلایل عمده ناتوانی عضلات در افراد مسن سطح پایین ویتامین D آنها است. پایین بودن سطح ویتامین D در اطفال باعث بیماری نرمی استخوان و کمبود همین ویتامین در بزرگسالان باعث استئوپوروز یا پوکی استخوان خواهد شد.

این جراح زانو افزود: در تحقیقاتی که در ایران

پژوهشگران دانشگاه منچستر:

با آزمایش ادرار، به جای پاپ اسمیر می‌توان سرطان رحم را تشخیص داد



پژوهشگران می‌گویند زنانی که از انجام آزمایش "پاپ اسمیر" برای غربالگری سرطان دهانه رحم هراس دارند یا خجالت می‌کشند، ممکن است بتوانند از یک آزمایش ادرار کمک بگیرند، در حقیقت آزمایش ادرار می‌تواند به همان اندازه پاپ اسمیر در شناسایی ویروس پاپیلوم انسانی (HPV) که یک عامل خطر ساز اصلی برای سرطان دهانه رحم است، موفقیت‌آمیز باشد.

گرچه هنوز باید کارآزمایی بالینی بزرگ‌تری درباره این آزمایش ادرار انجام شود تا دقت آن ثابت شود، اما این آزمایش ادرار که در خانه هم قابل انجام است، می‌تواند شرایط را برای زنان تغییر دهد.

پژوهشگران دانشگاه منچستر که این بررسی را انجام داده‌اند، می‌گویند استفاده از این آزمایش ادرار می‌تواند به افزایش شمار زنانی که برای سرطان دهانه رحم غربالگری می‌شوند، کمک کند.

این آزمایش ادرار همچنین می‌تواند در کشورهای روبه توسعه که امکان انجام پاپ اسمیر وجود ندارد و سرطان دهانه رحم تا ۱۵ برابر شایع‌تر است، نقشی سودمند داشته باشد.

روش غربالگری معمول در این مورد انگلیس انجام آزمایش برای انواع "پرخطر" ویروس پاپیلوم انسانی و بررسی میکروسکوپی سلول‌های دهانه رحم در زنان مثبت از لحاظ این ویروس‌ها است. حدود یک زن از هر ۲۰ زن ممکن است

تغییرات غیرطبیعی نشان دهند که ممکن است پیش سرطانی باشد و در مرحله بعد برای کولپوسکوپی ارجاع می‌شوند.

در این آزمایش دهانه رحم با عدسی بزرگنمایی می‌شود و امکان دیدن نواحی غیرطبیعی و نمونه‌برداری و درمان حتی پیش از ایجاد سرطان وجود دارد. به گفته این پژوهشگران نمونه‌های دهانه رحم، نمونه‌های جمع‌آوری شده واژنی به‌وسیله خود شخص و نمونه‌های ادرار همگی در تشخیص انواع پرخطر ویروس پاپیلوم انسانی کارایی دارند.

سرطان دهانه رحم در مین زنان ۳۰ تا ۳۵ سال بیشترین شیوع را دارد. مرحله پیش سرطانی از ۵ تا ۱۰ سال پیش از آن قابل‌شناسایی است، اما مشکل این است که تا یک‌سوم زنان برای انجام آزمایش پاپ اسمیر مراجعه نمی‌کنند.

دکتر فریدون عزیزی:

علایم کم کاری و پرکاری تیروئید



می‌کند، بدیهی است که کاهش میزان آن باعث چاقی، افسردگی، ضعف و بی‌حالی فرد شده و افزایش میزان آن سبب کاهش وزن، اضطراب و تپش قلب می‌شود.

رشد ناهنجار برخی قسمت‌های غده تیروئید می‌تواند منجر به ایجاد تومور شده که با توجه به اینکه غده تیروئید معمولاً در گردن وجود دارد، هرگونه رشد نامتعارف در گردن به راحتی قابل مشاهده است و فرد در صورت مشاهده باید سریعاً به پزشک متخصص مراجعه کند تا در صورت مشاهده علائم توسط پزشک، معالجه دارویی یا عمل جراحی انجام شود.

البته تنها پنج درصد این تومورها بدخیم است که نیاز به جراحی دارد و ۹۵ درصد مابقی با درمان دارویی قابل کنترل است.

دکتر فریدون عزیزی رئیس انجمن غدد درون‌ریز، با بیان اینکه نوع کارکرد غده تیروئید در زمان‌های مختلف از زندگی، اثرات متفاوتی بر انسان می‌گذارد، گفت: یکی از مواقعی که کارکرد این غده اهمیت زیادی دارد، زمان جنینی و کودکی است که عملکرد درست آن تأثیر مستقیمی در رشد جسمی و ذهنی جنین و کودک دارد. مادرانی که در زمان بارداری دچار کمبود ید بوده‌اند یا نوزاد آنها با کمبود ید مواجه است، ضرب هوشی کمتری دارند و دچار اختلالات ذهنی، عصبی و روانی می‌شوند.

بیماری‌هایی نظیر عقب‌افتادگی ذهنی، کوتاهی شدید قد و... از نتایج کمبود شدید ید است. البته این نارسایی امروزه با مصرف نمک‌های یددار در کشورها کاهش چشم‌گیری داشته و میزان ید موجود در نمک توسط کارخانجات به نحوی کنترل می‌شود که نیاز بدن تمام افراد برطرف شود. البته خانم‌ها در دوره بارداری نیاز بیشتری به مصرف ید دارند و به همین دلیل باید در زمان بارداری با مشورت پزشکشان از قرص ید استفاده کنند. وی افزود: از آنجایی که این هورمون سوخت‌وساز سلول‌های بدن را کنترل



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 وصیت نامه و

وکالت نامه

■ 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

محققان دانشگاه آتن:

شیردهی به کودک خطر بیماری قلبی را کاهش می دهد



یک پژوهش جدید نشان می دهد زنانی که نوزادانشان را با شیر خود تغذیه می کنند، در سنین بالاتر کمتر در معرض خطر بیماری قلبی قرار می گیرند. این پژوهش نشان می دهد هرچه دوران شیردهی مادر طولانی تر باشد، خطر بیماری قلبی در او کاهش بیشتری پیدا می کند. پژوهشگران در این بررسی سلامت قلب و عروق گروهی از زنان یائسه شده را همراه سابقه شیردهی از پستان به نوزادانشان را بررسی کردند.

این پژوهشگران پس از در نظر گرفتن عوامل دیگر مؤثر بر سلامت قلب مانند وزن، سن، میزان کلسترول و سیگار کشیدن، به این نتیجه رسیدند که زنانی که به نوزادانشان شیر داده اند، به طور عمده ای کمتر از در معرض بیماری قلبی و عوامل خطر ساز برای بیماری قلبی هستند. بر اساس نتایج این بررسی که در اجلاس سالانه جامعه متخصصان غدد داخلی اروپا در لیون فرانسه ارائه شد، بیشترین کاهش خطر بیماری قلبی در زنانی مشاهده شد که برای مدت طولانی تری به نوزادانشان شیر داده بودند. ایرنه لامبرینوداکی، استاد دانشگاه آتن در یونان و سرپرست این بررسی گفت: "این یافته ها نشان می دهد که شیردهی به نوزادان خطر بیماری قلبی را در زنان کاهش می دهد. البته این بررسی فقط یک همراهی و نه رابطه سببی را ثابت می کند. در مرحله بعد ما می خواهیم عوامل زمینه ساز این اثر محافظتی را بررسی کنیم." لامبرینوداکی افزود: "اگر بتوانیم رابطه سببی بین شیردهی از پستان و کاهش خطر بیماری

قلبی را ثابت کنیم، یک دلیل دیگر بر سودمندی کوتاه مدت و دراز مدت شیردهی از پستان برای مادران و نیز کودکانشان به دست می آید." پژوهش های پیشین نشان داده اند که شیردهی به نوزاد خطر افسردگی پس از زایمان و خطر برخی از سرطان ها را در زنان کاهش می دهد و می تواند به مادران کمک کند تا وزن سالم داشته باشند و قند خونسشان را تنظیم کنند. به گفته این پژوهشگران این سودمندی های بهداشتی احتمالاً مربوط به میزان های بالاتر هورمون پرولاکتین در بدن زنانی که به نوزادانشان شیر می دهند. بررسی های اخیر نشان می دهند که پرولاکتین خطر دیابت را که عامل خطر ساز عمده ای برای بیماری قلبی و یک علت اصلی مرگ زنان در سراسر جهان است، کاهش می دهد. این پژوهشگران اکنون در حال بررسی سازوکارهای مولکولی چگونگی تأثیر پرولاکتین بر قند خون هستند.

پژوهشگران آمریکایی:

شطرنج بازی کنید تا مغزتان تقویت شود

فرمت بازی شطرنج به گونه ای است که به رشد مهارت پیش بینی و ارزیابی حرکات محاسبه شده بعدی کمک می کند. به گفته محققان آمریکایی، این بازی موجب افزایش خلاقیت و تمرکز می شود. در ادامه به برخی فواید بازی شطرنج اشاره می شود.

تقویت قدرت مغز: بازی شطرنج با به چالش کشیدن مغز، موجب تحریک رشد دندریتهایی می شود که مسئول ارسال سیگنال های مغزی به کل بدن هستند. از این رو وجود دندریتهای بیشتر موجب افزایش ارتباط عصبی می شود.

ورزش مغز: طبق مطالعات، شناسایی شکل ها و موقعیت های بازی تخته ای به فعال سازی هر دو نیم کره مغز کمک می کند. از این رو شطرنج بازها برای واکنش سریع به موقعیت ها در بازی، از هر دو طرف مغزشان استفاده می کنند.



افزایش IQ: بازی شطرنج موجب بهبود عملکرد کلی مغز می شود. این مسئله به تدریج موجب بهبود میزان IQ مغز می شود.

پیشگیری از بیماری آلزایمر: با افزایش سن، ورزش مغز برای توانایی روبه نزل مغز مهم است. طبق نتایج تحقیقات، افرادی که در بازی های فکری مهارت دارند کمتر مبتلا به آلزایمر می شوند

روند بهبود سریع از سکنه یا ناتوانی جسمی:

شطرنج موجب بهبود مهارت های حرکتی می شود و بدین ترتیب روند بهبود از سکنه یا ناتوانی تسریع می شود. با استفاده از مهارت های فکری در بازی شطرنج، توانایی های شناختی هم در کنار مهارت های حرکتی ایجاد می شوند.

محققان آمریکایی:

حتماً در تاریکی مطلق بخوابید



اگر از جمله افرادی هستید که روی کاناپه و مقابل تلویزیون به خواب می روید یا ترجیح می دهید هنگام شب چراغ اتاق را روشن نگه دارید ضرورت دارد این عادت خود را ترک کنید زیرا سلامتتان را به خطر می اندازد. کارشناسان به افراد توصیه می کنند هنگام خواب چراغ ها را خاموش کنند زیرا بر کیفیت خواب اثر می گذارد. به هنگام تاریکی بدن سیگنالی دریافت می کند که به مفهوم زمان استراحت است. در حالیکه قرار گرفتن در معرض نور، ذهن و جسم را هوشیار ساخته و حتی هنگام شب به بیدار ماندن کمک می کند، ساعت زیستی بدن را مختل می سازد.

خوابیدن در محیط روشن در هنگام شب ساعت خواب داخلی بدن را تغییر می دهد. همچنین نتایج مطالعه ای که اخیراً انجام گرفته نشان می دهد این کار خطر ابتلا به دیابت را افزایش می دهد.

محققان آمریکایی بر این باورند که خوابیدن در فضای روشن شرایط را برای ابتلا به بیماری دیابت فراهم می سازد. در این مطالعه ۲۰ فرد ۱۸ تا ۴۰ ساله مورد بررسی قرار گرفتند. محققان از این افراد درخواست کردند در اولین شب در محیطی کاملاً تاریک استراحت کنند. در شب دوم نیمی از این افراد در اتاقی روشن و نیمی

دیگر در محیط تاریک استراحت کردند. محققان نشانه های حیاتی این افراد، فعالیت امواج مغزی، حرکت چشم ها و پاهای آنان را هنگام خواب مورد بررسی قرار دادند. همچنین سطح هورمون ملاتونین این افراد اندازه گیری شده و تست گلوکز از آنان گرفته شد. یافته های بدست آمده نشان داد: خوابیدن در محیط روشن مقاومت به انسولین را افزایش می دهد که در نهایت به دیابت منجر می شود. همچنین خواب بی کیفیت، فرد را در معرض بیماری قلبی، سکنه مغزی و چاقی قرار می دهد.

لادن گیاهی، متخصص تغذیه از پژوهشگاه ابن سینا:

مراقب عوارض کپسول های لاغری باشید



لادن گیاهی، متخصص تغذیه، نسبت به عوارض خطرناک مصرف کپسول های لاغری هشدار داد. وی گفت: یکی از رایج ترین و شناخته شده ترین کپسول های لاغری در دنیا، "اورلیستات" است که بر خلاف تصور افراد که فکر می کنند چربی سوز است، این طور نیست. بلکه مانع اثر آنزیم لیپاز و جذب چربی می شود.

وی با عنوان این مطلب که کپسول لاغری اورلیستات در هر وعده غذایی تا ۲۵ درصد جذب چربی را کاهش می دهد، افزود: اگر افرادی هستند که انرژی دریافتی خود را از طریق منابع غیر چربی به دست می آورند، مصرف این کپسول برای آنها اثربخشی ندارد.

گیاهی از پژوهشگاه ابن سینا، تأکید کرد: مطالعات نشان داده است که اورلیستات، همراه رژیم غذایی و ورزش، می تواند در مدت یک سال، ۵ درصد بیشتر منجر به کاهش وزن شود. در عین حال کم عارضه ترین کپسول لاغری است، در صورتی که بیش از دوز مصرفی که سه عدد کپسول در سه وعده غذایی است، استفاده نشود. این متخصص تغذیه، در عین حال به مطالعات NIH اشاره کرد و افزود: این مطالعات نشان می دهد، همان طور که این کپسول از طریق آنزیم لیپاز مانع جذب چربی می شود، آنزیم دیگری در ارگان های داخلی را مهار می کند که

نقش مهمی در سم زدایی بدن دارد که می تواند به تجمع سموم در ارگان هایی مثل کبد، کلیه ها و دستگاه گوارش منجر شود. فردی که غذای چرب می خورد و بعد از آن اورلیستات مصرف می کند، عوارض گوارشی بیشتری به دنبال دارد که می تواند منجر به اسهال و نفخ شود. وی افزود: استفاده از این کپسول در ابتدای شروع لاغری، منجر به دفع ویتامین های A، D، E، K، و بتاکاراتن می شود. بنابراین ضمن اینکه توصیه می کنم برای لاغری سراغ کپسول های لاغری نروید، تأکید دارم بخصوص بدون مشورت و اجازه پزشکتان هرگز از اینگونه روش ها برای لاغر شدن استفاده نکنید.



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

دسر خامه و نسکافه

پروین ترابی
کیتربینگ کدبانو



مواد لازم:

شیر: ۴ پیمانه
خامه صبحانه: یک پیمانه
شکر: ۱۲ قاشق سوپ خوری
پودر ژلاتین: چهار قاشق
آب سرد: نصف پیمانه
نسکافه: دو قاشق سوپ خوری

طرز تهیه:

شیر و شکر و نسکافه را در ظرفی مناسب ریخته و روی حرارت ملایم قرار می‌دهیم تا فقط گرم شده و شکرها حل شوند. ژلاتین را روی آب سرد پاشیده و روی بخار آب کتری قرار می‌دهیم تا



حل شود.

بعد آن را با شیر مخلوط کرده، می‌گذاریم خنک شوند، در آخر خامه را اضافه می‌کنیم. سپس مواد را در قالب مورد نظر ریخته و به مدت چهار ساعت در یخچال قرار می‌دهیم تا خودش را بگیرد.

بورک با برگ کلم

مواد لازم:

مرغ پخته و ریش ریش شده: ۳۰۰ گرم
سیب‌زمینی رنده شده: ۱ عدد
پیاز خرد شده: ۱ عدد
هویج رنده شده: ۱ عدد
نمک و فلفل: به میزان لازم
آویشن: به میزان لازم

طرز تهیه:

ابتدا برگ کلم سفید را به آرامی ورقه ورقه کرده. (به اندازه‌ای که خودتان می‌خواهید بورک درست کنید کلم را برگ برگ کنید) در ظرف آبی که در حال جوشیدن است به مدت ۵ دقیقه برگ‌ها را قرار داده تا نرم شود. سپس در آبکش می‌ریزیم تا خنک شود.

(قسمت وسط برگ که خیلی کلفت است را ببرید و جدا کنید من به صورت ۷ قیچی می‌کندم). پیاز را تفت داده تا نرم شود سپس سیب‌زمینی را می‌ریزیم.

بعد از چند دقیقه تفت دادن هویج را می‌ریزیم خوب هم زده تا مواد ما نرم و پخته شود. سپس



مرغ و ادویه‌جات و نمک را زده در قابلمه را برای چند دقیقه می‌گذاریم. بعد از خنک شدن مواد، مقداری از آن را برداشته و روی وسط برگ ریخته و برگ را مانند رول می‌بندیم و البته قسمت بالا و پایین را به طرف داخل بورک می‌بندیم. در ظرفی تخم‌مرغ را هم زده و بورک را داخل آن زده و در روغن داغ با حرارت ملایم سرخ می‌کنیم.

انواع پیش غذا؛ فینگرفود و سینی مزه،
انواع کیک؛ مناسبتی، تولد، نامزدی و
کیک‌های طبقاتی مراسمی و مهمانی‌های شما



kadbanoo.ca

Kadbanoo
Caterer
کیتربینگ کدبانو

کیتربینگ کدبانو با ارائه بهترین‌ترین

غذاهای ایرانی آماده پذیرایی از شما و نیز مهمانان عزیز شماست

647-466-3845

در صورت سفارش همزمان

غذا و دسر از تخفیف ویژه

۱۰٪ بهره‌مند شوید.



سوپ کدو سبز رژیمی

مواد لازم:

آب مرغ یا آب قلم: ۶ پیمانه
کدو سبز خورشتی: ۳ عدد متوسط
ماست: ۲ پیمانه
پیاز رنده شده: ۱ عدد متوسط
سیر: ۵ حبه
نعنا خشک: ۳ قاشق غذاخوری
نمک و فلفل: به میزان لازم
آرد: ۲ قاشق غذاخوری
کره: ۵۰ گرم

طرز تهیه:

ابتدا پیاز را با کره و کمی زردچوبه تفت دهید (فقط در حد نرم شدن) سپس سیر و کدو رنده درشت شده را اضافه کرده و پنج دقیقه تفت دهید.

سپس به آب مرغ یا آب قلم اضافه کنید و بعد



از نیم ساعت مخلوط ماست و آرد را کم کم اضافه کنید و هم بزنید. بعد از ده دقیقه نعنا خشک را اضافه کنید و بعد سه دقیقه شعله را خاموش کرده و سرو کنید.



چای ماسالا (چای لاته)

مواد لازم:

شیر: ۱ پیمانه

هل: ۳-۴ حبه

میخک: ۲-۳ عدد

پودر زنجبیل یا زنجبیل تازه: ۱ قاشق چای خوری

پودر جوز: ۱ قاشق چای خوری

چوب دارچین: ۱ عدد

شکر قهوه‌ای: ۲ قاشق چای خوری

چای: ۱-۲ قاشق چای خوری

آب: مقداری

طرز تهیه:

و ادویه دلخواه (پودر دارچین، جوز، زنجبیل، هل، میخک) می‌زنیم تا به لیه‌ها بچسبد. لیوان را به اندازه ۱/۳ از چای پر کرده و مابقی را با ترکیب شیر آماده شده تکمیل می‌کنیم. *در صورت تمایل برای کف کردن شیر می‌توانید از همزن‌ها یا لیوان‌های مخصوص اینکار استفاده کنید



مافین سبزیجات

مواد لازم:

پنیر رنده شده: ۲۵۰ گرم

آرد معمولی: ۲ فنجان (آرد معمولی BP+ به ازای هر فنجان ۲ قاشق چای خوری BP)

تخم‌مرغ: ۲ عدد

شیر: ۱ و ۱/۲ فنجان

کنسرو دانه ذرت: ۱۲۵ گرم

فلفل دلمه‌ای قرمز ریز خرد شده: نصف فلفل

اسفناج تازه خرد شده: مقداری

نمک و فلفل: به میزان نیاز

برگ ریحان تازه برای مافین و تزئین: مقداری

طرز تهیه:

آرد را در کاسه‌ای بزرگ الک کنید. تخم‌مرغ، فلفل دلمه‌ای، اسفناج و ریحان (اختیاری) را با هم مخلوط کنید. حالا پنیر و ذرت را به کاسه آرد اضافه کنید و خوب بهم بزنید.

در آخر هم فلفل و ریحان و تخم‌مرغ را به مواد بالا اضافه کنید و خوب مواد را با هم مخلوط کنید.

حالا مایه آماده مافین را در قالب‌های چرب شده بریزید و روی هر کدام از آنها برگ ریحان بگذارید و به مدت ۲۵ دقیقه بپزید تا زمانی که روی مافین‌ها طلایی قهوه‌ای شود

تکات: می‌توانید برای مواد داخلی از گوجه‌فرنگی، قارچ، پیاز، کلم بروکلی و کدو سبز و... استفاده کنید. از پنیر فتاهم می‌توانید استفاده نمایید. می‌توانید این مافین را در فریزر نگه دارید و قبل از سرو در مایکروویو گرم کنید.



اسنک پنیر و فلفل

مواد لازم:

جعفری (خرد شده): ۲ قاشق سرپُر

پنیر پارمزان: ۱/۴ لیوان

پنیر سیر و سبزیجات: ۲/۱ لیوان

فلفل قرمز خرد شده: نصف لیوان

آب: ۱ قاشق سوپ‌خوری

تخم‌مرغ: ۱ عدد

خمیرسنگک یا لواش: بین ۲۰۰ تا ۲۵۰ گرم

طرز تهیه:

فر را با دمای ۲۰۴ درجه سانتی‌گراد داغ کنید. تخم‌مرغ و آب را در یک کاسه‌ی کوچک با چنگال یا همزن بزنید. سطح کار خودتان را کمی آرد پاشی کنید. خمیر نان را به شکل مستطیل باز کنید سپس کمی روی آن آرد بپاشید. با یک وردنه کمی پهن کنید تا چین‌های خمیر باز شوند. لازم نیست ورقه‌ی خمیر را بزرگتر کنید. روی خمیر نان جلای تخم‌مرغی بمالید. نصف فنجان پنیر، سبزیجات و سیر را به طور یکدست روی خمیر بمالید سپس فلفل‌های

خرد شده، پنیر پارمزان و جعفری را روی آن بپاشید. از لبه‌ی نزدیک به خودتان شروع کنید و خمیر را مانند رول ژله لوله کنید. به شکل ۲۰ تکه به عرض ۱ سانتی‌متر برش دهید. برش‌ها را داخل سینی فر قرار دهید. سپس روی آنها را کمی جلای تخم‌مرغی بمالید. ۱۴ تا ۱۸ دقیقه تا زمانی که قهوه‌ای طلایی روشن شوند در فر بپزید.



لواش زرشک خانگی

مواد لازم:

زرشک تازه: یک کیلوگرم

آب: یک پیمانه

نمک: به میزان لازم

طرز تهیه:

ابتدا زرشک تازه را پاک کرده و بشویید و داخل سبد آبکش بریزید. حالا قابله‌ای مناسب بردارید و زرشک‌ها را داخل آن بریزید فقط دقت داشته باشید قابله باید به اندازه‌ای باشد که آب زرشک زمانی که شروع به جوشیدن کرد سرازیر نشود. در همین مرحله حدود یک پیمانه آب به زرشک‌ها اضافه کنید و اجازه دهید زرشک‌ها با شعله ملایم بجوشند زمانی که یکی دو قل زد و مقداری آب از جوشیده شد زرشک‌ها را همراه آب آن‌ها داخل مخلوط‌کن بریزید و خوب میکس

کنید. کف سینی را سلفون بکشید و کمی چرب کنید سپس مایه را خیلی نازک در کف سینی بریزید سپس با استفاده از کاردک روی لواشک را صاف کنید تا یک دست و زودتر خشک شود. در مرحله آخر سینی را در پشت پنجره که آفتاب گیر است قرار دهید تا لواشک خشک شود. در ضمن برای تهیه این لواشک می‌توانید از زرشک خشک نیز استفاده کنید، فقط باید به مدت ۲۴ ساعت در آب خیس کنید.



حلواى نارگیل با شیر

مواد لازم:

گلاب: نصف پیمانه

شکر: ۲ پیمانه

شیر: ۱ پیمانه

پودر هل: ۱ قاشق چای خوری

پودر نارگیل: ۳ تا ۴ پیمانه

زعفران آب شده: ۱ قاشق چای خوری

پودر پسته: مقداری برای تزئین

طرز تهیه:

شکر و شیر را با هم مخلوط کرده و روی حرارت قرار می‌دهیم تا شکر حل شود و کمی مواد با هم بجوشد و غلیظ شود. سپس گلاب و هل و زعفران آب شده را اضافه می‌کنیم و خوب به هم می‌زنیم. در این مرحله مواد را از روی حرارت برداشته و پودر نارگیل را اضافه می‌کنیم تا جایی که خودش را بگیرد و کمی سفت شود. کف قالب حلوا را با فویل می‌پوشانیم و روی آن را چرب



برگر فلافل گیاهی

مواد لازم:

نخود: ۳/۴ پیمانه

پیاز بزرگ: ۱ عدد

جعفری: ۳/۴ پیمانه

سیر: ۲ حبه

سس چیلی: ۱ قاشق چای خوری

گوچه خشک شده: ۲ قاشق غذاخوری

نمک: ۱ قاشق چای خوری

پودر زیره: ۱ قاشق چای خوری

بادام خام: ۴/۱ پیمانه

جوش شیرین: ۱/۲ قاشق چای خوری

آب: نصف یک لیمو

آرد: ۳/۴ پیمانه

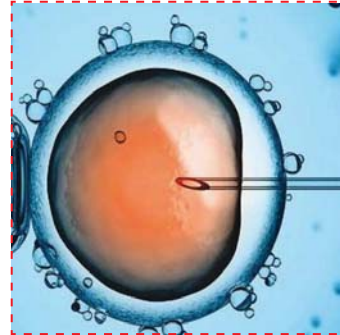
طرز تهیه:

به ظرفی منتقل کرده و با آرد مخلوط می‌کنیم. از مواد به اندازه یک کف دست برداشته و به شکل همبرگر آن را فرم می‌دهیم و هر طرف آن را برای ۳-۲ دقیقه در مقداری روغن سرخ می‌کنیم. اینکار را برای همه‌ی مواد انجام می‌دهیم. سپس برگرهای سرخ شده را به مدت ۱۵ دقیقه در فر می‌پزیم تا کاملاً مغز پخت شوند. برگر آماده شده را با سبزیجات دلخواه به شکل ساندویچ سرو می‌کنیم.

نخود را به مدت ۶-۴ ساعت خیس می‌کنیم. فر را با حرارت ۱۷۵ درجه سانتی‌گراد گرم کرده، همه مواد را به جز آرد داخل دستگاه غذاساز قرار داده و کاملاً باهم میکس می‌کنیم. سپس مواد را

توسط یک شرکت آمریکایی:

تست انتخاب باهوش ترین جنین ۱۰ سال آینده در اختیار همگان!



طبق پیش بینی یکی از دانشمندان پیشرو تا ۱۰ سال دیگر زوج‌هایی که تصمیم دارند از طریق IVF باردار شوند، می‌توانند باهوش‌ترین جنین را انتخاب کنند.

"استفن هسو" معاون تحقیقاتی دانشگاه ایالتی میشیگان در این باره می‌گوید: پیشرفت‌های علمی بدان معناست که در آینده می‌توان جنین‌ها را براساس IQ احتمالی آنها رده بندی کرد. چنین روندی سوالات اخلاقی عمیقی در جامعه و البته درباره استفاده از این فناوری به وجود می‌آورد. شرکت Genomic Prediction (متعلق به هسو) از هم اکنون آزمایشاتی را برای بررسی جنین‌هایی با IQ بسیار پایین در اختیار زوج‌هایی قرار می‌دهد که در کلینیک‌های باروری سراسر آمریکا درمان می‌شوند.

هسو در این باره می‌گوید: پیش بینی دقیق IQ به طور حتم در ۱۰ سال آتی امکان پذیر خواهد بود. تست‌های پیش بینی ژنوم Genomic Prediction هم اکنون در انگلیس موجود نیست اما این شرکت تصمیم دارد تا پایان سال به سازمان "باروری و جنین شناسی" در انگلیس درخواستی ارائه کند و تستی برای رصد خطر دیابت نوع یک در جنین را برای این کشور فراهم کند.

البته از دهه ۱۹۹۰ میلادی زوج‌هایی که از طریق IVF صاحب فرزند می‌شوند، می‌توانند جنین مورد نظر خود را برای جهش‌های ژنتیکی

بررسی کنند. این تست‌ها جنین را برای وجود جهش‌هایی بررسی می‌کند که به بیماری‌های سخت و البته مواردی مانند سندروم داون منجر می‌شوند.

به هر حال Genomic Prediction نخستین شرکتی است که از روش بررسی جنین برای پیش بینی ریسک استفاده می‌کند و در صورت احتمال خطر ابتلاء جنین به سرطان، دیابت، بیماری‌های قلبی و همینطور وجود IQ پایین، به زوجین هشدار می‌دهد.

در حال حاضر چشم انداز نسل جدیدی از کودکانی که به طور ژنتیکی گزینش شده‌اند، نگرانی‌هایی را درباره عواقب ناخواسته درمان‌های پزشکی و احتمال عمیق‌تر شدن نابرابری‌های اجتماعی به وجود آورده‌اند.

توسط پزشکان آمریکایی؛

کشف پروتئین کلیدی در درمان آرتروز



پزشکان آمریکایی در یک مطالعه جدید به راهکار درمانی و پیشگیرانه برای مقابله با بیماری آرتروز خبر دادند. آنها در این بررسی دریافتند پروتئین‌های موسوم به Fox O در حفظ سلامت مفاصل نقش کلیدی دارد. با افزایش سطح این پروتئین‌ها احتمال درمان آرتروز وجود دارد و حتی می‌توان از پیشرفت آن جلوگیری کرد.

آرتروز یا اوستئوآرتریت بیماری مفصلی پیش‌رونده است و شایع‌ترین نوع التهاب مفاصل به حساب می‌آید. این بیماری با تحلیل رفتن و فرسوده شدن غضروف‌ها شناخته می‌شود. آرتروز بیشتر بر مفاصل زانو، لگن و دست تاثیر می‌گذارد.

پیش از این در یک مطالعه دیگر این تیم تخصصی مشاهده کرده بودند سطح پروتئین Fox O در غضروف مفصل کاهش پیدا می‌کند. در بررسی جدید محققان به دنبال آن بودند که در مورد چگونگی تاثیر این پروتئین بر سلامت مفاصل اطلاعات بدست آورند.

آنها با مطالعه روی موش‌هایی که با کمبود پروتئین‌های Fox O در غضروف مفاصل روبرو بودند به این یافته‌ها دست پیدا کردند.

توسط اداره نظارت بر دارو و غذای آمریکا:

گران‌ترین داروی جهان برای درمان یک معلولیت ارثی مجوز گرفت



اداره نظارت بر دارو و غذای آمریکا، مجوز استفاده از یک داروی جدید ژن درمانی را برای درمان معلولیت ارثی ناشی از اتروفی عضلانی نخاعی صادر کرد، قیمت هر دوز این دارو دو میلیون و ۱۰۰ هزار دلار است. مسلمان بدون کمک بیمه‌ها، هیچ خانواده‌ای امکان استفاده از این درمان بالای دو میلیون دلاری را نخواهد داشت. سازمان غذا و دارو در آمریکا (FDA) مجوز استفاده از داروی Zolgensma را که توسط شرکت داروسازی سویسی "نوارتیس" برای درمان کودکان مبتلا به بیماری ارثی اتروفی عضلانی نخاعی ساخته شده است، صادر کرد.

اتروفی عضلانی نخاعی که به اختصار SMA نامیده می‌شود، یک بیماری نادر عصبی - عضلانی است که با از دست رفتن اعصاب حرکتی و تحلیل عضلات همراه شده و به مرگ زودرس یا معلولیت همیشگی فرد مبتلا منجر می‌شود. از هر ۱۰ هزار تولد، یک نوزاد با این بیماری عضلانی به دنیا می‌آید.

شرکت سازنده داروی Zolgensma می‌گوید این دارو یک رونوشت سالم را جایگزین ژن معیوب ناقل بیماری می‌کند و با تزریق یک واحد از آن، روند بیماری متوقف می‌شود. البته این دارو نمی‌تواند آسیب‌های موجود نزد فرد مبتلا را به نقطه صفر برساند. بر همین اساس تاکید شده که تشخیص فوری و به موقع SMA اهمیت حیاتی دارد.

در اغلب مراحل ژن درمانی، ژن طبیعی به درون ژنوم وارد می‌شود تا جایگزین ژن بیماری‌زا شود. یک مولکول حامل که به آن ناقل (vector) می‌گویند، برای وارد کردن ژن درمان‌کننده به سلول‌های هدف بیمار مورد استفاده قرار می‌گیرد.

برای اولین بار در ایران و خاورمیانه؛

اولین پیوند سلول‌های بنیادی در بیمار مبتلا به ایدز انجام شد



مینو محرز رئیس مرکز تحقیقات ایدز دانشگاه علوم پزشکی تهران، خبر از عمل پیوند سلول‌های بنیادی خون ساز در بیمار مبتلا به عفونت اچ آی وی، برای اولین بار در ایران و خاورمیانه داد. سید رضا صفایی فوق تخصص خون و انکولوژی، در تشریح این عمل پیوند، گفت: بیمار، فرد ۴۴ ساله‌ای است که مبتلا به ایدز بوده و شرایط عمومی و سن او، اجازه این پیوند را داد. وی با اشاره به موفقیت آمیز بودن این پیوند، افزود:

خوشبختانه این پیوند با موفقیت انجام شده و در حال حاضر دو هفته از زمان این پیوند می‌گذرد و بیمار مرخص شده است، این بیمار به مدت سه ماه تحت مراقبت قرار می‌گیرد و بعد از آن، بیمار به پزشک معالج خودش معرفی و تحت

نظارت قرار دارد. صفایی در پاسخ به این سوال که این پیوند تأثیری در روند کنترل ویروس اچ آی وی دارد یا خیر، گفت: انتظار چنین تأثیری را نداریم، اما گزارش‌هایی داشته ایم که در روند کنترل ویروس اچ آی وی، تأثیر داشته است.

بازگشت همه به سوی اوست

همکار گرامی، استاد ارجمند

سرکار خانم زهرا رمضان

درگذشت همسر گرامی، شادروان جناب آقای

دکتر غلامحسین حکیم الهی

را به شما و فرزندان عزیزتان آقایان

شهرام و شهریار تسلیت عرض می‌نمائیم.

همچنین فقدان این دانشمند برجسته را به تمامی جامعه علمی و دانشگاهی

کشورمان و بویژه جامعه شیمیدانان تسلیت عرض نموده و

برای آن شخصیت ماندگار آرامش ابدی و برای خانواده

عزیزشان شکیبایی، از خداوند بزرگ خواستاریم.

TFS High School

مدرسه فارسی تورنتو



پیام تسلیت رئیس دانشگاه به مناسبت درگذشت دکتر حکیم الهی استاد شیمی دانشگاه شیراز



با کمال تأسف و تأثر، خبر درگذشت استاد گرانمایه، دکتر غلامحسین حکیم الهی، شیمیدان برجسته کشور و استاد شیمی دانشگاه شیراز دریافت شد. جامعه علمی و دانشگاهی کشور را باری دیگر، در غم و ماتم از دست دادن یکی دیگر از دانشمندان این مرزوبوم فروبرد. بی‌تردید این رویداد ناگوار، ضایعه‌ای عظیم در مجموعه علمی و فناوری کشور و فقدانی جبران‌ناپذیر برای جامعه بزرگ دانشگاه شیراز است.

شادروان دکتر حکیم الهی، عمر گرانمایه خود را در راه اعتلا و پیشرفت علم و دانش این مرزوبوم صرف کرد و با وجود سالها دوری از وطن، همواره به تحقیق در حوزه شیمی آلی حیاتی مشغول بود و دستاوردهای بسیار ارزشمندی از خود به جا گذاشت که تا ابد، به منزله ی مرجعی استوار از تحقیق علمی، نزد پژوهشگران ماندگار خواهد بود.

ایشان افزون بر نقش آفرینی بی‌وقفه در مقام استادی دانشگاه، از یابان بسیار مؤثر در راه اندازی دوره دکتری در ایران در سال ۱۳۶۴ بود و بدین ترتیب در تعلیم و پرورش دانشجویان، استادان و صاحب نظران علم شیمی، خدمات ارزشمندی را به میهن عزیز اسلامی ارائه نمود. امید که دانشجویان و همکاران عزیز، راه این استاد والای مقام را که آئینه تمام‌نمای اندیشه و زری و فروتنی است، ادامه دهند و همچنان نام و یاد ایشان را در آسمان پُر فروغ علم و دانش، درخشان نگاه دارند.

اینجانب با اندوهی فراوان، درگذشت این استاد فرزانه را نخست به خانواده مکرم ایشان و سپس به جامعه علمی و دانشگاهی کشور، به ویژه همکاران ارجمند و دانشجویان عزیز ایشان در دانشگاه شیراز تسلیت عرض نموده، برای آن جاودان نام غفران و رحمت الهی و برای بازماندگان، شکیبایی و آرامش از خداوند متعال خواستارم.

حمید نادران
رئیس دانشگاه شیراز



اطلاعیه تسلیت دانشمند برجسته استاد دکتر غلامحسین حکیم الهی

حوالقی

بدینوسیله فقدان دانشمند برجسته استاد دکتر غلامحسین حکیم الهی استاد وابسته مرکز تحقیقات بیوشیمی و بیوفیزیک دانشگاه تهران را به استحضار همگان میرساند.

دکتر غلامحسین حکیم الهی استاد بخش شیمی دانشگاه شیراز بودند که زمینه تحقیقاتی ایشان شیمی آلی حیاتی بود و ایشان یکی از بنیانگذاران اصلی راه‌اندازی دوره دکتری در دهه ۱۳۶۰ در کشور بودند که از بخش شیمی آغاز شد.

فقدان این استاد بزرگ را به خانواده ایشان و دانشگاهیان به‌ویژه شیمیدانان تسلیت می‌گوییم.

روابط عمومی مرکز تحقیقات بیوشیمی و بیوفیزیک



آتوسا

هزن افشار



آتوسا گفت:

- با این همه، شما را به هنگام گفتگو با مردانی دیدم که برایشان دلربایی می کردید.
- باز هم می گویم، آنان را بیشتر از خودم نخواستم. اکنون به نگرانم پایان دهید و بگویید چه کسی به دل شما راه یافته که در تاریکی با یاد او دمساز شده‌اید.
آتوسا برای زمانی کوتاه دست به گریبان شرم و خاموشی شد و سرانجام واژه‌ی جادویی را بر زبان راند:

- داریوش!

دگرپار خاموشی اتاق را فراگرفت و از دور دست‌ها، فریاد شغالی سرگردان به گوش رسید.

پس از زمانی آتوسا به آرامی پرسید:

- آیا اشتباه کرده‌ام؟

رکسانا یک دست را بر شانه‌ی خواهرش نهاد و گفت:

- نه چنین نیست. او سرداری نامدار است و خانواده‌ی بسیار خوب و آینده‌ای روشن به او برتری می‌دهد. با این همه کمی خشک و سرد است.

- خشک و سرد؟

بله. نمی‌دانم چرا همیشه می‌پندارم او از همسرش خواهد خواست تا مانند سربازان دژ، فرمانبردار بی‌چون و چرایش باشد. نگاهش به‌سان سنگ سخت است. همه چیز را می‌بیند و هیچ چیزی بروز نمی‌دهد. می‌دانی که سریرا، دختر آریاسب، دلباخته‌ی اوست.

- نه نمی‌دانستم!

- آری او را دوست دارد. با این همه، از سنگ و چوب نوایی برون آمده و از او درنیامده. از سوی دیگر با آن که می‌داند، سریرا او را می‌خواهد به دیگر مردان پاسارگاد نغفته و آبروی دختر را بر باد نداده. هم چنین او تنها کسی است که در بیست سالگی به فرماندهی سپاه برگزیده شد و دستوراتش بر سرداران میانسال روا می‌دارد. خیلی‌ها می‌گویند این جایگاه پای‌ی خودپسندی‌اش شده. می‌خواهم بگویم در کنار او چشم به راه واژگان مهرآمیز نباشید و گمان نبرید روزی می‌آید که در برابر شما بایستد و از دلدادگی‌ش سخن بگوید.

آتوسا در هنگامی که با انگشتان کشیده‌اش برجستگی‌های پنجره‌ی چوبی را نوازش می‌کرد، گفت:

- خیلی‌ها با دیدن چهره‌ی من همین سخنان را می‌گویند. با این همه در دلم چیزی نیست و کمتر از دیگران زیبایی‌ها را نستوده‌ام.

- سخن دیگری هم هست، جایگاه شما کشش ویژه برای مردان جوان دارد. هر بزرگ‌زاده‌ای می‌داند که پیشکش شاه در جشن گواهیگری دخترش، فرمانروایی یک کشور خواهد بود. این می‌تواند سنگ‌های بزرگ را نرم نماید.

- با این دید نگاه نکرده‌ام. تنها می‌دانم او را دوست دارم و در نبودش، دلنگ هستم. این که فرماندار کشوری باشد، برایم بهتر از آن است که هر سال هنگام بهار، به سوی یک مرز لشکرکشی کند. دیگر آن که گفتید سریرا دلباخته‌ی اوست.

نوشتاری که پیش روی شماست، تاریخ نیست. رمانی است برگرفته از سرگذشت آتوسا دختر کوروش بزرگ. بانویی که نگارش‌های باستانی، او را به خوبی در یاد نگاه داشته است.

زنی توانا که ردپایش در میان هزاره‌های گمشده، ما را به شگفتی وامی‌دارد.

این نوشتار پیشکشی است از آیین و باورهای مردم ایران باستان، برای کسانی که دوست دارند آنان را نه در گزارش‌های تاریخ که در رمان تاریخی جستجو نمایند.



در کاخ پدرش بدون خواهان مانده است؟ دوست دارم در این گستره با اندیشه و دریافت خودم گام بردارم و به ندای درونم گوش بسپارم.

رکسانا گفت:

- بسیار خوب. من می‌ایستم و از دور شما را نگاه می‌کنم. پیش بروید تا ببینم به کجا می‌رسید و اکنون که رازتان آشکار شد، من هم سخنی برای گفتن دارم که هرگز به پای شیدایی شما نمی‌رسد.

نگاه پرسشگر آتوسا به روی خواهرش چرخید. رکسانا از برازندگی تیگران و این که آنان نیز به هم روی آورده‌اند، سخن گفت. شاهدخت‌ها بر لب‌ی پنجره نیمه باز، تا پاسی از شب به گفتگو نشستند. زمانی که به بستر رفتند باز هم خواب، راه چشمان آتوسا را گم کرده بود. دختر در میان نگاره‌های بی‌سر و سامانی که پندارش را فرا می‌گرفت، تنها یک نگاه ژرف و سیاه را به یاد می‌آورد. همان که آرزو داشت، پیش از آفتاب، او را در برابر خود بیاید.

این که در چه زمانی خواب هوشیاری‌اش را ربود به یاد نمی‌آورد. با این همه، چشم‌ها را که گشود، روز بر تاریکی شب پیروز شده بود. آن خفتن کوتاه پس از دو شب بدخوابی پی در پی، به دانش رسید. نخستین چیزی که به اندیشه‌اش راه یافت، چشم به راهی داریوش بود. و او نمی‌دانست گام دیگر چیست. نگاه سرگردانش

خوب اردانش هم مرا دوست دارد و این چیزی را دگرگون نمی‌کند.

رکسانا خواهرش را به خود فشرد و گفت:

- پس در بند مهر او گرفتار آمده‌اید؟ آیا خودش هم این را می‌داند؟

آتوسا برای خواهر زمان یا نهادن در بازار تا بدردو گفتنش را مویه‌مو گزارش کرد. چشمان رکسانا دم‌به‌دم، گردتر می‌شد. در پایان بانگ خنده‌اش به هوا برخاست و گفت:

- پس چنین واژگانی را نیز می‌داند؟ صدافسوس که شما خواهر گرامی‌ام هستید، وگرنه بر سر زبان افتادن داستان مهرورزی داریوش خودپسند، چه هنگامه‌ای به پا می‌کرد.

رکسانا همان گونه که می‌خندید افزود:

- و او گفته که از روبرو شدن با پدر و کمبوجیه نگران است؟ برایش نوشیدن سرب داغ ساده‌تر از این کار است؟ می‌آید به آسانی پاسخش را بدهید.

سر دواندن او می‌تواند بازی شیرینی باشد.

- این بازی نیست. من آن مرد را دوست دارم.

رکسانا با نوایی شوخ گفت:

- چنان دلباخته او شده‌اید که از مهر فروزانتان آتش می‌گیرم. سپس خنده را کناری گذاشت و افزود: امیدوارم آشکارا، هر آن چه در دل دارید با او درمیان نگذارید، زیرا شنیده‌ام مردها بهای دلاری که آسان به‌دست می‌آید، نمی‌دانند.

- می‌خواهید بگویید او می‌پندارد دختر کوروش

در اتاق چرخید و به روی گلدان گل، آرام گرفت. مادر! بله او به هم‌نشینی آمیتیس نیاز داشت. باید به دیدار او می‌رفت و از او یاری می‌گرفت. پوشش خواب را به در آورد و چهره را با آب و گلاب شستشو داد و آرام از اتاق بیرون رفت. در کنار ورودی سرای شهبانو و پادشاه همواره نگهبانان و کارکنان کاخ در رفت و آمد بودند. پرسید آیا مادرش از خواب برخاسته است؟ دریافت که بر سر میز ناشتایی نشسته‌اند.

در زد و وارد شد. کوروش و آمیتیس به تنهایی پشت میز نشستند. هیچ‌کس در اتاق دیده نمی‌شد. آتوسا می‌دانست که پدرش رفت و آمد کارکنان در هنگام خوراک خوردن را دوست ندارد. او همیشه می‌گفت، بهترین زمان برای گرد آمدن و نزدیک شدن خانواده زمانی است که با آرامش بتوانند با یکدیگر گفتگو نمایند. مادر که با پذیرایی‌های درباری بزرگ شده بود به این خواسته‌ی پدر گردن نهاده بود. آتوسا پس از درود به پدر و مادر در کنارشان جای گرفت. آنان نیز با لبخندی به او پاسخ دادند. مادر شیر گرم در برابرش نهاد. آتوسا از دیدن چهره‌ی باشکوه و مهربان پدر شرمگین شد. چگونه می‌توانست آن چه در دل دارد، با کوروش در میان نهد. به یاد آورد که داریوش چون او گرفتار این پرسش و پاسخ است. گفتگوها پیرامون زندگی و آینده‌ی کمبوجیه دور می‌زد.

مادر گفت:

- امروز نمایندگان مصری از پاسارگاد می‌روند و تنها، شماری از نزدیکان عروس در کاخ می‌مانند. بهتر است با کمبوجیه گفتگو کنید و او را برای بازگشت به شهر فراخوانید. شاهپور از شما فرمان می‌برد.

کوروش گفت:

- نمی‌دانید در دلم چه می‌گذرد. هر بار از کنار آن کاخ نیمه‌کاره که برای زندگی کمبوجیه و همسرش ساخته می‌شود، می‌گذرم، اندوه تن و روانم را در بر می‌گیرد. به هر روی، او هم چون مردان جوان دیگر هزاران امید و آرزو دارد. نمی‌توانم با پسر از جایگاه پادشاه سخن بگویم.

آمیتیس گفت:

- نمی‌گویم به او دستور بدهید. سختم این است که همراهی و همدلی شما، او را به آغوش خانواده بر می‌گرداند.

کوروش نگاهی مهربان به آتوسا افکند و گفت:

- دخترم چرا نشسته‌اید؟ ناشتایی را آغاز کنید که بدون شما برابم خوشایند نیست.

آتوسا روی آن را نداشت تا در چشمان پدر نگاه کند. چگونه می‌توانست از مهری که میان او و سردار پدید آمده سخن بگوید، یا به نام همسر داریوش از آن کاخ بیرون برود؟

کوروش بر سخنان پیشین افزود:

- هم چنین برایم دشوار است که جشن گواهیگیری بردیا را در میان اندوه و سرخوردگی کمبوجیه برپا کنم.

آمیتیس گفت:

- می‌خواهید دست نگه داریم و جشن گواهیگیری بردیا را پس از جنگ برگزار کنیم؟

کوروش آهی کشید و دستش را بر ریش انبوه و خاکستریش سایید و گفت:

- نه. شایسته نیست شاه پیمان‌ش را زیر پا بگذارد. ما به خانواده‌ی هوتن گفته‌ایم که گواهیگیری را در بهار برپا می‌کنیم و باید این کار را انجام دهیم.

می‌خواهد تن دهم.

سردار فراسوی تاج و تختی که پیرامونشان خودنمایی می‌کرد، دلداه شاهدخت بود. پس به آن پیمان ساده که میانشان بسته شد، خشنود گشت و بیش از آن به کاری که در توان اتوسا نبود پافشاری نکرد. آنان زمانی را در کنار یکدیگر گذراندند و از امید و آرزوهایشان با یکدیگر گفتگو کردند. اتوسا دریافت با هر گامی که به داریوش نزدیک‌تر می‌شود دست کشیدن از او دشوارتر می‌گردد. زبان دختر برای گفتن بدورد او را یاری نمی‌کرد. پیش از این می‌پنداشت، مهرورزی هم چون کوهی می‌ماند که به هنگام بر زبان آوردن دوست دارم، بر نوک آن چیره می‌شود و اکنون می‌دید با هر گامی که بر می‌دارد، بزرگی و گستردگی کوهستان را روشن‌تر از پیش در می‌یابد. به هر روی آن دیدار هم به پایان رسید و نوایی آشنا، بار دیگر گفت: - بدرود اتوسا و ایدون باد!

چند روز گذشت تا کمبوجیه به کاخ برگشت، رفتارشان چنان نشان می‌داد که رویداد تلخ را به یاد نمی‌آورد و اندوه و سرخوردگی‌اش را به فراموشی سپرده و زندگی را هم چون گذشته پی می‌گیرد. تنها دگرگونی که در او دیده می‌شد، این بود که به سرای نیتتیس نزدیک نمی‌شد و همواره از راهروی پشت آن گذر می‌کرد. همه‌ی کسانی که در کاخ بودند تلاش می‌کردند تا با مهر و دوستی از تنهایی نیتتیس بکاهند و در این میان کردار کمبوجیه چنان بود که هرگز آن زن را ندیده و نامش را نشنیده است. او که پیش از این ساخت کاج جدید را از نزدیک پیگیری می‌کرد، دیگر نیم نگاهی هم به کاخ پایدار نمی‌انداخت. گویی زمان را به یک سال پیش از آن کشیده باشند و کمبوجیه نه همسری دارد و نه دردرسی.

از سوی دیگر همه خود را آماده‌ی عروسی بردیا و فایدم می‌کردند و آن جشن، نمایی دیگر داشت. عروس و داماد را همه می‌شناختند و دوست داشتند. بیشتر روزها آشپایان کاری را بهانه می‌کردند و در خانه هوتن و با کاخ گرم می‌آمدند و هنگامه‌ای به پا می‌شد و تا نیمه شب بانگ آواز و پایکوبی به گوش می‌رسید. کوروش نگران از آینده‌ی جان‌نیشان‌اش که در کنار آن همه هیاهو، سر در گریبان کرده، زمان زیادی را با پسرش می‌گذراند. پدر به چشم می‌دید که دیوار میان دو پسر بلندتر می‌شود. بردیا زیبا و نیکومنش، بیش از کمبوجیه‌ی تندخو ستوده می‌شد و به چشم می‌آمد. در زمانی که پسر بزرگ‌تر به بهانه کار، خودش را در اتاقی پنهان می‌کرد، بردیا به سختی برای خوابیدن به اتاقش برمی‌گشت. در پاسارگاد کسی نیتتیس را به چشم تازه عروس نمی‌نگریست. در برابر، فایدم عروس همه‌ی آشپایان بود. سرانجام روزی رسید که باید پیشکش‌های او را به خانه دایی هوتن می‌بردند. شهبانو دخترانش را فراخواند. دو شاهدخت بزرگ‌تر را برای برگزاری این آیین به همراه بردیا روانه‌ی خانه هوتن کرد. گردونه‌های شاهی لبریز از پیشکش از جلوی ایوان به راه افتادند.

پاسخ شاهدخت، خواب را از چشمانش ربوده. در برابر اتوسا ایستاده بود و سرخی چشمانش نشان می‌داد که به راستی، شب سختی را پشت سر گذاشته. او گفت:

- هرگز گمان نمی‌کردم که بر زبان آوردن این پیشنهاد تا بدین پایه برایم دشوار باشد. نمی‌دانید گفتن آن سخنان و پس از آن، چشم به راه پاسخ شما بودن چه کار دشواری است. آمدنتان کمی اندیشه‌های شما را برپایم آشکار می‌کند با این همه، شکیباییم به پایان رسیده. او یک دستش را به سوی گردن برد و هم چون خنجر در کنار گلو نگاه داشت و افزود: خواهش می‌کنم زودتر پاسخ بدهید و مرا از این بیم و نگرانی رها سازید. اتوسا از دیدن او به خنده افتاد و در پشت آن خنده، شرمش را از چنین گفت و شنودی پنهان کرد.

- من تنها توانستم با مادرم و رکسانا گفتگو کنم و آنان شما را شایسته می‌دانند. هنوز اندیشه‌ی پدرم، کمبوجیه و بردیا را نمی‌دانم.

دست داریوش هنوز روی گردنش بود و گفت: - بنابراین باز هم در میان زمین و آسمان رها شده‌ام.

اتوسا گفت:

- آشکار است که اکنون زمان درخوری برای گفتگو با کمبوجیه نیست. همه می‌دانند این روزها در کاخ چه می‌گذرد. اگر چه پیش از این هم، چنین توانی را در خود نمی‌دیدم تا با برادر بزرگم چنین سخنانی بگویم.

داریوش گفت:

- راست می‌گویید. با این همه، اگر پسان فردا پیک‌هایی از هندوستان به ایران بیاوند و خواهان شاهزاده‌ای از پارس باشند، خواسته شما چیست؟ پیشانی اتوسا از شرم تر شد و اندیشید، پاسخ دادن به چنین پرسشی کاری بس سخت و دشوار است و گفت:

- شما یکی از جوانان نامدار و شایسته‌ی پارسی هستید.

داریوش با ناامیدی گفت:

- یکی از؟

و شاهدخت دانست که اشتباه کرده و بایسته نیست آن دلاور مهرجوی را با واژگانی سرد بیازارد. پس گفت:

- جان تاریک من تنها با دیدن شما برافروخته می‌شود و بس.

داریوش دمی آسودگی فرو داد و دستش را پیش آورد. گویی در جستجوی هم پیمان است.

- پس با من پیمان ببندید که یاد یکدیگر را به دست فراموشی نسپاریم.

اتوسا دست او را فشرد و گفت:

- با این یادآوری که ما هنوز اندیشه‌ی بزرگتره‌ایمان را نمی‌دانیم، می‌پذیرم.

- اگر روزی بیاید که خانواده‌ی شما کس دیگری را پیشنهاد بدهند، به سادگی تن به آن خواسته می‌دهید؟

- به سادگی تن به آن خواسته نمی‌دهم. با این همه، در جایگاه من کسی نمی‌تواند تنها بر پایه‌ی درخواست دل رفتار کند. امروز نیتتیس در برابر ماست. او آتش میان خانواده‌اش و فرعون مصر را به مرز میان دو کشور کشانده. به ما آموخته‌اند، همان‌گونه که از باج و خراج مردم سود می‌بریم، می‌بایست در برابر آنان نیز پاسخگو باشیم. پس می‌بینید که نمی‌توانم به هر کاری که دلم

استخوان او هستید. آیا روا است که در تمام جنگ، پدرتان با سردار داریوش هم سخن باشد و نداند میان شما چه گذشته است؟

اتوسا با دست‌هایش چهره را پوشانده بود و مادر برای آن که او را نرم کند گفت:

- می‌توانم از پدرتان بخوام تا او را برای پیکارهای دشوار نفرستد.

اتوسا پافشاری کرد و گفت:

- نه، نه. اگر چنین کنید دیگر نمی‌توانم با پدرم روبرو شوم.

آمیتیس خندید و گفت:

- این راهی است که باید بپیمایید. همین پدر باید شما را دست به دست بدهد و روانه خانه‌ی تازه کند. بهتر است کار را به من بسپارید. در زمان مناسب سر رشته‌ی سخن را به دست می‌گیرم و او را آگاه می‌سازم.

اتوسا با شنیدن گفتار مادر، آینده را هم چون پروانه‌ای آزاد و شاد می‌دید که از گلی به گل دیگر پر می‌کشد و اندیشه‌ی ساده و بی‌آلایش او تنها آرامش و مهربانی را به خود راه می‌داد. واژگانی چون ناکامی، شکست و سرنوشت از آن مادر بزرگ‌ها بود و او تا آن زمان راهی دراز در پیش داشت. شاید هم جوانی و زیبایی در زندگی او جاودان می‌شد و هرگز تلخی‌ها سختی‌ها را نمی‌چشید. بیرون از سرای مادر به یاد آورد که ایبار، مهتر داریوش، چشم به راه پیام او در گوشه‌ای از میدان ایستاده. از این اندیشه لرزشی شیرین به تنش راه یافت. آلودگی را فراخواند. او را برای آگاه ساختن مهتر به میدان فرستاد. گزینش جامه‌ی شایسته‌ی چنان دیداری برایش دشوار می‌نمود. می‌توانست جامه‌ی ابریشمی سپیدی که برای گواهیگری بردیا دوخته به تن کند. بلاپوش نازک آن در زیر جوبیار گیسوان سیاهش که از شانه به سوی کمر پیچ و تاب می‌خورد، زیبایی او را به رخ بر بیننده‌های می‌کشید. و اگر سوار بر گردونه باشکوه مادرش به دیدار سردار می‌رفت، بی‌گمان نگاره‌ای می‌شد که هیچ دختر دیگری در میان پارسیان توان

برابری با او را نداشت. با این همه گردونه‌ی زربین شهبانو با آن درفش گوهر نشان، تمام نگاه‌ها را به سوی خود می‌کشید و دیگر روز تمامی شهروندان می‌دانستند که شاهدخت اتوسا، دلبسته‌ی داریوش پسر ویشتاب است و از او این کردار پرهیز داشت. بنابراین جامه‌ی ساده‌ی سوارکاری را به تن کرد. هم چنین می‌توانست در زیر باشلق، چهره‌اش را بیاراید و در زمان شایسته که از نگاه مردم کنجکاو دور شد، آن را بگشاید.

در پایان نیمی از شیشه‌ی مشک و انبر را بر دست و گردن خود افشانند.

در آن روز آفتابی و زیبای بهاری، درچه‌های تازه بر روی شاهدخت گشوده شد و زمانی درخور برای شناختن داریوش به دست آورد. مرد جوانی که به دیدارش آمد، سردار هوشیار و تکاور سپاه پدرش نبود، چرا که با وجدانی آسوده برادر کوچک‌ترش اردوان را به بهانه‌ی بیماری، به جای خودش به دژ پاسارگاد روانه کرده، به دور از هیاهوی لشکریان در آن آرامش دشت به دیدار یار آمده بود. هم چنین پسر توانگر و دارای ویشتاب هم که دختران پایتخت او را به خود پسندی می‌شناختند، نبود. داریوش بدون پرده‌پوشی، از شبی که پشت سر نهاده سخن می‌گفت و این که نگرانی و دلهره‌ی شنیدن

هم زمان با این جشن، تلاش خواهم کرد زمان بیشتری را با کمبوجیه بگذرانم تا ببینم در آینده چه راهی در برابرمان باز می‌شود.

اتوسا تا هنگام پایان ناشتایی پدر، خاموش بر جای خود نشست و به سخنان آنان گوش سپرد. پس از آن که کوروش از اتاق بیرون رفت، از خود دلیری نشان داد و به مادرش گفت که می‌خواهد با او سخن بگوید. آمیتیس با لبخند مهریان همیشگی، شنونده‌ی گفتار فرزندش بود. شاهدخت روی سخن گفتن از آرزویش را نداشت. بیهوده با قاشقی که به دست داشت، شیر و عسل را به هم می‌زد. آوای نوازشگر مادر، به گوش رسید:

- نگران نباشید و هر چه در دل دارید با من در میان بگذارید. مادران نزدیک‌ترین دوست فرزندان هستند.

اتوسا اندیشه‌اش را در جستجوی واژه‌ای مناسب کاوش می‌کرد و چیزی نمی‌یافت. نوای بم قاشق که به دیواره‌ی پیاله می‌خورد، به گوش می‌رسید. آمیتیس گفت:

- در نگاهت که به پایین دوخته‌ای نور امید و زندگی می‌بینم و چهره‌ات درخشان شده.

اتوسا لبش را به دندان گزید و از نگرانی خودش به تنگ آمد. آن چه در دل داشت برای مادر بازگو کرد. آمیتیس با آرامش به دخترش گوش سپرد و در پایان گفت:

- من خواسته و آرزوی شما را گرامی می‌دارم. می‌دانم که توانایی آن را دارید که با بهره‌گیری از خرد برای آینده‌ی خود راه نیک را در پیش گیرید. اگر چنین می‌پندارید که او شایستگی شما را دارد، بنابراین از نگاه من این پیوند، فرخنده و خجسته است. با این همه می‌دانم که جنگی بزرگ پیش رو داریم و سپاهیان به سوی مرزها رهسپار می‌شوند و دیگر آن که، خواهر بزرگ‌تر شما از میان خواستگاران، هنوز کسی را برنگزیده است. من نیز رای شما را می‌پسندم و می‌پندارم بهتر است مهری که میان شما پدید آمده آشکار نشود و مانند یک راز خانوادگی، در میان ما بماند تا پس از پیروزی و بازگشت لشکریان با خانواده‌ی ویشتاب گفتگو نماییم.

اتوسا از سخنان مادر آسوده گشت. پیاله‌ی شیر را به لبانش نزدیک کرد و آن را چشید. نگاهش در سرای شهبانو چرخید و یاد گذشته‌های دور، در اندیشه‌اش جان گرفت. در کودکی به هنگام دور شدن پدر از پاسارگاد، دخترها و پسرهای یکی به آن اتاق پناه می‌آوردند و مادر دستور می‌داد که رختخواب‌های آنان را در سرای خودش پهن کنند و تا نیمه شب برای آنان داستان‌های گوناگون را بازگو می‌کرد. بامدادان را به یاد آورد که با بالش‌ها بر سر و تن یکدیگر می‌کوبیدند و آندوه دوری پدر را در میان بازی‌های کودکان، کم‌رنگ می‌کردند. اکنون آنان بزرگ شده بودند و هر کدام در پی سرنوشتی از پدر و مادر جدا می‌شدند.

نوای آمیتیس، بار دیگر در اتاق پیچید. او گفت: - آیا می‌توانم سخنان شما را برای پدرتان بازگو نمایم؟

اتوسا گفت:

- هرگز! اگر چنین کنید از شرمساری خواهم مرد.

مادر گفت:

- کمی دل داشته باشید. شما از گوشت و

مواد خوراکی ممنوع برای افراد مبتلا به اختلالات روحی



الکل: به عنوان یک عامل افسردگی تلقی می‌شود چراکه موجب ایجاد توده‌ای در درون سیستم عصب مرکزی که مسئول جریان احساسات و هیجانات است، می‌شود. عملکرد سیستم عصب مرکزی با مصرف مشروبات الکلی مختل می‌شود. **غذاهای فرآوری شده:** این مواد خوراکی شامل نان، انواع کوی‌ها، چیپس و غیره هستند که می‌توانند موجب افزایش قندخون شده و موجب ایجاد احساس ناراحتی و تحریک‌پذیری می‌شوند. **شکر تصفیه شده:** مصرف شکر تصفیه شده می‌تواند منجر به افزایش میزان التهاب در بدن و مغز شده و در نتیجه علائم افسردگی بروز کنند.

اختلالات روانی به مجموعه‌ای از مشکلات سلامت روان اشاره دارد که بر خلقیات، فکر و رفتار تأثیر می‌گذارد.

برخی اختلالات شایع روانی عبارتند از افسردگی، اضطراب، اختلالات تغذیه‌ای، رفتارهای اعتیادی، و شیذوفرنی. علائم این اختلالات شامل احساس ناراحتی، تفکر گیج و سردرگم، خستگی و ضعف، توهم، احساس بیش از حد گناه، تغییر در عادات تغذیه، خشم، و فکر خودکشی است.

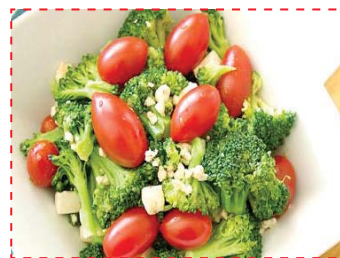
اختلالات روانی ممکن است به دلیل فاکتورهای پرخطری نظیر خصوصیات ارثی، قرارگیری در معرض مواد سمی، الکل یا مواد مخدر، اختلال در انتقال دهنده‌های عصبی، تجربه تروما در گذشته یا شرایط پراسترس زندگی روی دهد.

محققان توصیه می‌کنند افراد مبتلا به اختلالات روانی باید برای پیشگیری از تشدید مشکلشان از مصرف برخی مواد خوراکی اجتناب نمایند:

کافئین: ارتباط غیرمستقیمی با افسردگی دارد. مصرف کافئین می‌تواند منجر به اختلال در خواب شده و در نتیجه افسردگی وخیم شود. **مواد غذایی حاوی سدیم بالا:** این مواد خوراکی شامل مغزیجات آجیلی شور، گوشت کنسرو شده، و ماهی هستند که برای سلامت روان مشکل‌ساز هستند. مصرف زیاد نمک هم منجر به احتباس آب در بدن شده که می‌تواند عامل تحریک‌پذیری باشد.

محققان دانشگاه ایالتی اورگن:

روزی یک گوجه خام و کلم بروکلی سرطان پیشرفته پروستات را درمان می‌کند



محققان دانشگاه ایالتی اورگن در حال بررسی ترکیب شناخته شده‌ای به نام سولفورافن هستند، که به طور طبیعی در بروکلی وجود دارد. آنها درصد اثبات امکان استفاده از این ترکیب برای درمان سرطان پروستات پیشرفته هستند.

"رودریک دشود"، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: "شواهد بسیاری مبنی بر خواص ضدسرطانی اکثر سبزیجات خانواده کلم وجود دارد. با این حال تحقیق ما از جمله اولین مطالعاتی است که نشان می‌دهد سولفورافن می‌تواند به تغییر دادن آنزیم خاص در سلول‌های سرطان پروستات، یک عامل درمانی جدید برای سرطان پروستات پیشرفته باشد."

این نوع سرطان می‌تواند باعث انسداد در دستگاه ادراری یا متاستاز به سایر اعضا بدن شود. در حالی که درمان‌هایی مانند عمل جراحی برای برداشتن پروستات، پرتودرمانی، هورمون درمانی و شیمی درمانی در مراحل ابتدایی سرطان پروستات مؤثر هستند، اما اغلب این سرطان با سرعت به موضع‌های دیگر سرایت می‌کند. هنگامی که این اتفاق بیفتد، احتمال زنده ماندن بیمار به طرز چشمگیری کاهش یافته و گزینه‌های درمانی نیز محدود می‌شوند.

متخصصین تغذیه:

برای لاغر شدن، چیزی را از غذایتان حذف نکنید



این روزها رژیم‌های غذایی با گونه‌های مختلف گیاه‌خواری و خام‌خواری طرفداران بسیاری برای کاهش وزن پیدا کرده است غافل از آن‌که در تنظیم هرم‌های غذایی دو اصل تنوع و تعادل فراموش می‌شود و افراد دچار آسیب‌های جسمی و حتی روحی می‌شوند.

آمارها نشان می‌دهد حدود ۷۰ درصد رژیم‌های لاغری با شکست مواجه می‌شوند زیرا افراد به ویژه زنان که طرفداران اصلی کاهش وزن هستند، پس از مدتی که به وزن مطلوب خود رسیدند دوباره شروع به پرخوری کرده و چاق می‌شوند.

کارشناسان تغذیه و رژیم درمانی بر این باورند افرادی که برای کاهش وزن از مصرف مواد نشاسته‌ای مثل نان، برنج، ماکارونی و بطور کل گروه نان و غلات را از برنامه غذایی خود حذف می‌کنند یا از مصرف چربی و روغن خودداری می‌کنند دچار انواع کمبودهای تغذیه‌ای مثل کمبود ویتامین‌های گروه B و ویتامین محلول در چربی می‌شوند که نتیجه آن به خطر افتادن سلامت سیستم عصبی مثل تحریک‌پذیری، مشکلات قاعدگی، ریزش مو و مشکلات پوستی است.

احمد عبادی کارشناس تغذیه می‌گوید: خطر رژیم‌های غذایی نامناسب برای نوجوانان و جوانان دختر بیشتر است، دختران در این سنین نسبت به تصویر بدنی خود حساس‌ترند و برای اینکه در این گونه رژیم‌های غذایی محدودیت شدید در مصرف مواد غذایی دارند، حذف یک وعده غذایی موجب بروز انواع کمبودهای تغذیه‌ای مثل آهن، کلسیم، روی و کمبود ویتامین‌ها، اختلال در سرعت رشد، کوتاه قدی و غیره می‌شوند.

عبادی افزود: برخی از نوجوانان دختر در این سنین به علت حساس بودن به وزن بدن مصرف قرص‌های لاغری، روی می‌آورند، رژیم‌های غذایی سخت و بدون مشورت با متخصص تغذیه عوارض جانبی نامطلوبی نظیر تهوع، تحمل نکردن سرما، ریزش مو، مشکلات پوستی، سنگ کیسه صفرا و نامنظمی سیکل قاعدگی را به همراه دارد.

حذف چربی‌ها ممنوع

این کارشناس تغذیه تأکید می‌کند: رژیم‌های سخت غذایی روی قاعدگی دختران جوان تأثیر گذاشته و باعث بی‌نظمی آن می‌شود، در این گونه رژیم‌های غذایی معمولاً مصرف چربی‌ها حذف می‌شوند در حالی که چربی‌ها مهمترین منبع تأمین انرژی هستند و لازم است ۳۰ درصد انرژی مورد نیاز روزانه از چربی‌ها تأمین شود. وی می‌گوید: بنابراین حذف چربی‌ها اگر چه ممکن است در کوتاه مدت موجب لاغری شود ولی بروز کمبود ویتامین‌های محلول در چربی در دراز مدت مثل ویتامین‌های A، D، E، K، مشکلات متعددی از جمله مشکلات پوست، مو، کاهش سرعت رشد و غیره را بدنبال دارد.

عبادی اضافه می‌کند: رژیم‌های سخت و طولانی مدت باعث کمبود ویتامین‌ها و مشکلات جسمی

جدی می‌شود اما در این میان نباید پیامدهای روحی را از یاد برد که در اکثر موارد نگران‌کننده و متأسفانه شایع است، این افراد در اغلب موارد به جایی می‌رسند که از تغذیه دوری می‌کنند و در این شرایط لذت غذا خوردن، حس گرسنگی و سیری جای خود را به ترس‌های جدی می‌دهند که در طولانی مدت قابل تحمل نیست. وی می‌افزاید: ترس از شکست در پیروی از رژیم غذایی و اضافه وزن موجب اضطراب، فشارها و تنش‌های روحی، اختلالات عصبی و بی‌اشتهایی در دختران می‌شود.

مصرف زیاد مایعات باور غلط رژیم لاغری

مینا گودرزی متخصص رژیم درمانی می‌گوید: رژیم‌های غذایی غلط که شامل مصرف زیاد مایعات است به دلیل رقیق شدن خون و اختلالات الکترولیتی، کمبود شدید سدیم و کمبود پروتئین ایجاد می‌شود که با علائمی مانند حالت تهوع، گیجی، سرگیجه و در موارد شدید کما همراه است. وی اضافه کرد: در رژیم‌های غذایی که ماهی، تخم‌مرغ، سبزیجات و دیگر غذاهای دریایی وجود ندارد و از اسیدهای چرب امگا ۳ و امگا ۶ بی‌بهره است سلامت قلب و عروق، چشم و عملکرد ذهنی را به خطر می‌اندازد.

گیاخواران در معرض کمبود روی

گودرزی می‌گوید گرسنگی بیشتر از هشت ساعت می‌تواند نقش مؤثری در کاهش قدرت حافظه داشته باشد، به همین دلیل توصیه می‌شود افراد هنگامی که مشغول کارهای ذهنی هستند هر ۳۰ تا ۴۵ دقیقه یک بار برای تنظیم قند خون، به مقدار کم از مواد غذایی مناسب استفاده کنند، وی اضافه می‌کند: کاهش وزن مناسب و استاندارد، در هفته نیم تا یک کیلو و در یک ماه ۲ تا چهار کیلو است، این مقدار کاهش وزن به سلامتی بدن لطمه‌ای وارد نمی‌کند.

این متخصص رژیم درمانی در پایان تأکید کرد که بهترین روش لاغری استفاده از تمام گروه‌های غذایی نان و غلات، فرآورده‌های غلات، سبزیجات لبنیات، گوشت قرمز و سفید، تخم‌مرغ و حبوبات است و برای کاهش وزن به تعادل و تنوع مواد غذایی و میزان آنها باید توجه کرد. هرگز برای لاغر شدن، چیزی را از غذایتان حذف نکنید، تا هم بدن‌تان آسیب نبیند و هم به سرعت بعد از مدتی چاق نشوید.

ارائه کننده همه نوع

بیمه

برای همه نیازهای امروز و فردای شما



توریستی و مسافرتی ✓

تجاری ✓

بیزینس ✓

اتومبیل ✓

مستغلات ✓

محل کسب ✓



Connect Insurance Inc.

Tel: 416.816.1010

Email: shahramb@connectinsurance.ca
545 North Rivermede Road Suite 201A
Concord, Ontario L4K 4H1

شهرام بینش

بروکر

R.I.B.O

[ادامه از صفحه ۲۳. نگاهی به شاه]

به آلمان فرستاد وظیفه‌اش در این سفر این بود که از همتای خود در سرویس اطلاعاتی آلمان در یافتن چنین مستشار ایدئولوژیک مدد بطلبید. در بن، پایتخت آن زمان آلمان غربی، علوی کیا با معاون دستگاه اطلاعاتی آلمان دیدار کرد و هدف سفرش را باز گفت. ایران محتاج "مستشاری برای کار مبارزه با کمونیسم" است و شاه بر آن بوده که برای این کار از آلمان کمک بخواهد. افسر اطلاعاتی آلمانی با اشتیاق جواب داد که بهترین کاندید این کار از قضا آلمانی است و اتفاقاً این روزها در پی یافتن کاری مناسب است، می‌گفت نام مستعارش "دکتر ضد" است چون ضدیتش با کمونیسم حدی نمی‌شناسد و در آلمان به عنوان یکی از برجسته‌ترین نظریه‌پردازان کارزار تبلیغاتی علیه کمونیسم شهرت پیدا کرده است. آن چه در آن دیدار به علوی کیا گفته نشد اطلاعاتی بود که مقامات آلمانی از چندوچون مشاغل "دکتر ضد" در دوران آلمان نازی داشتند. می‌دانستند که نام واقعی‌اش دکتر ابرهارد توبرت است. می‌دانستند که در دوران هیتلر یکی از برجسته‌ترین تبلیغات‌چی‌های حزب نازی بود. در عین حال می‌دانستند که توبرت از هر نوع تبلیغات در مورد سوابقش گریزان است و همیشه هم چنین بوده. می‌گفتند تنها در اکتبر ۱۹۵۰ (مهرماه ۱۳۲۹) بود که اجازه داد عکسی از او گرفته شود.

ولی توبرت تخصصش تنها در "تبلیغات ضد بلشویکی" نبود. سامی‌ستیزی دواشته بود و در این زمینه هم در محافل نازی شهرتی تمام داشت. گفته می‌شد "سناریونیس محبوب گوبلز بود". گفته می‌شد در تهیه یکی از زشت‌ترین فیلم‌های ضد یهود دوران هیتلر نقشی اساسی داشت، همان فیلمی که "بیان بی‌پرده توجیه نازی‌ها برای هولوکاست" بود.

توبرت در سال ۱۹۳۱ (۱۳۱۰) به حزب ناسیونال سوسیالیست هیتلر پیوست. در آن زمان ۲۴ ساله بود. از همان آغاز پیوستنش به حزب، محور اصلی فعالیتش تبلیغات ضد کمونیستی و ضد یهودی بود. پس از سقوط هیتلر، توبرت به استخدام حزب دمکرات مسیحی آلمان درآمد. "ماهی سه هزار دلار حقوق می‌گرفت" و تبلیغات ضدمارکسیستی حزب را سامان می‌داد. شایع بود که روس‌ها، از مذتهای پیش در جستجوی توبرت بودند. حتی گفته می‌شد یک میلیون دلار برای یافتنش جایزه تعیین کرده بودند. یکی از پراوازه‌ترین پوست‌های ضد کمونیستی سال‌های بعد از جنگ در آلمان غربی آن زمان، کار توبرت بود. در آن در هر گوشه و کناری جاسوسی روسی در کمین نشسته بود.

در اوت ۱۹۵۰ (مرداد ۱۳۲۹) توبرت با همکاری سه نفر دیگر گروهی تشکیل دادند که تنها هدفش مبارزه با کمونیسم در آلمان بود. گفته می‌شد گروه سالیانه حدود شصت هزار دویچ مارک از دولت آلمان کمک دریافت می‌کرد. در عین حال این واقعیت که گوبلز او را "افراطی دوست داشتنی" می‌خواند، و نیز این شایعه که او به نوعی مسئول قتل حدود ۲۰۰ هزار یهودی بود دست به دست هم داده و از او شخصیتی جنجالی ایجاد کرده بود. ولی در هر حال او توانسته بود از سابقه شوم خود در دوران نازی‌ها فاصله بگیرد و بی آنکه دستش رو شده باشد



دکتر ابرهارد توبرت، عضو حزب نازی، یهود ستیز و ضد کمونیسم بود



سرباز سپاه دانش در یکی از مدارس مناطق روستایی شیراز - ۱۳۴۳



یکی از معلمان سپاه دانش در اهواز

در ایران خبردار بودند. در ایران نیز توبرت، مثل آلمان، زندگی نیمه مخفی داشت. اتاقي در منزل سرهنگی که برای ساواک کار می‌کرد اجاره کرد. نه دوستی داشت، نه تفریحی. گاه برای پیاده‌روی به کوه‌های اطراف تهران می‌رفت. محور اصلی فعالیتش در تهران کمک به کارزار تبلیغاتی علیه شوروی و رادیو مسکو بود.

در آن روزها رادیوی ایران هم روزانه برنامه‌هایی برای حمله به شوروی و به "رفیق خروشچف" پخش می‌کرد. مضمون این برنامه‌ها جدی و پیامشان به نظر مؤثرتر از تبلیغات مألوف رژیم می‌آمد. این تنها توبرت نبود که به تهیه این برنامه‌ها کمک می‌کرد. یکی از نویسندگان زبردست برخی از این برنامه‌ها روزنامه‌نگاری ایرانی بود. نصرت‌الله معینیان نام داشت. کارش را در دستگاه دولت و رادیو تازه شروع کرده بود. طولی نکشید که به وزیری و سپس به ریاست دفتر مخصوص شاه منصوب شد. بی‌شک یکی از برجسته‌ترین و درستکارترین شخصیت‌های آن زمان بود. به توصیه او بود که ایران برنامه‌هایی در باب اسلام برای مناطق مسلمان‌نشین شوروی

تدارک کرد. توبرت البته سواي ارائه پند و اندرزهایی در باب چند و چون مبارزه تبلیغاتی با کمونیسم و با شوروی گهگاه با تکیه به تجربیات گذشته‌اش، به عرصه‌های دیگری هم گام می‌گذاشت و نظرانی بر سبیل طرح و توصیه ارائه می‌کرد. برای مثال معلوم نیست که فکر ایجاد "سپاه دانش" را چه کسی برای نخستین بار صورت‌بندی کرد. آیا فکر خود شاه بود؟ آیا، آن چنان که تیمسار علوی کیا به یاد دارد، این توبرت بود که این فکر را در طرحی تدوین کرد. "سپاه دانش" جوانانی را که سواد داشتند به جای سربازی به معلمی در روستاها می‌فرستاد. هم در دوران هیتلر "جوانان نازی" در طرحی مشابه به روستاها گسیل می‌شدند، هم حتی در سال‌های پایانی سده نوزدهم، برخی از روشنفران روسیه به قصد کمک به خلق روستایی عازم دهات می‌شدند. برخی منابع حتی ادعا کردند که فکر سپاه دانش را نخست پرویز ناتل خانلری طرح کرد و از طریق دوستش اسدالله علم آن را به گوش شاه رساند. در هر حال، توبرت پنج سال، بی سر و صدا، در ایران کار کرد.

در سال ۱۹۶۳ (۱۳۴۲) روابط ایران و شوروی رو به آشتی داشت. حملات تبلیغاتی هر دو طرف علیه یکدیگر هر روز کمتر و کمتر می‌شد. دیگر نیاز چندانی به خدمات توبرت نبود. بعلاوه برخی منابع مدعی شدند که اخراج توبرت از ایران، یکی از شرایط شوروی برای بهبود روابطش با ایران بود. برخی دیگر می‌گویند اسرائیلی‌ها هم تا آن زمان از حضور توبرت در تهران خبردار شده و خواستار اخراجش بودند. بالاخره توبرت ایران را به قصد مقصدی نامعلوم ترک گفت. گفته می‌شد مدتی در مصر و سپس در لبنان خدمت کرد و آن‌گاه به آفریقای جنوبی پناه جست. تلاش شاه برای استفاده از "کارت شوروی" علیه غرب در سال ۱۹۵۹ (۱۳۳۷) ناکام ماند. حتی به روایتی می‌توان گفت که به ضرر شاه تمام شد. اما این آخرین باری نبود که شاه از "کارت شوروی" علیه آمریکا و انگلیس بهره جست. تنها دو سال بعد از خروج توبرت از تهران شاه بار دیگر به فکر بهبود روابط ایران با شوروی افتاد.

در زمان آغاز اجرای قرارداد ناکام با شوروی، شاه، در دیدارش با سفیر انگلیس مطالبی جالب درباره چشم‌انداز آینده ایران ابراز کرد. سفیر انگلیس در شرح مضمون این دیدار چنین نوشت: "شاه در جهت تبدیل شدن به یک مستبد لیبرال است؛ می‌خواهد از این پس تکیه‌گاش عمده‌تا بورژوازی [ایران] باشد؛ درست مثل لویی فیلیپ دزدگی‌اش از اشرافیت زمین‌دار هر روز آشکارتر می‌شود."

[ادامه در شماره بعد]

منابع نوشتار کتاب از ۶۰ هزار سند موجود در دانشگاه استنفورد، توسط نویسنده استخراج شده و علاقمندان برای مطالعه منابع می‌توانند به "کتاب شاه" مراجعه فرمایند.

این کتاب قابل خریداری از بنیاد پریا و همچنین بصورت آنلاین توسط لینک زیر می‌باشد:

www.milanibooks.com

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



ساختمان سازان ایرانی - ICBA

مجمع عمومی عادی سالانه
بدین وسیله به اطلاع اعضای محترم انجمن می‌رساند که مجمع عمومی عادی سالانه انجمن براساس مفاد پنج (۵) اساسنامه، امروز پنجشنبه ۳۰ می (Thursday May 30th) از ساعت ۶:۳۰ تا ۸:۳۰ بعد از ظهر در محل دائمی انجمن برگزار می‌گردد. در صورت عدم حضور خواهشمند است فرم وکالتنامه (Proxy) را از دفتر انجمن درخواست فرمایید.

Tel: 905-695-0104

Web: www.icbuilders.ca

Email: secreteray@icbuilders.ca

Address: ICBA Head Office, 7191 Yonge St., Unit 1001

انجمن ادبی شبی با دوستان

• پنجشنبه: شعر و موسیقی، ساعت ۷ عصر
اوریل کامیونیتی سنتر شماره ۲۹۷۵ دان‌میلز
Tel: ۴۱۶ ۹۹۸۲۲۰۹

کانون مدیریت زنان انتاریو

به سوی سیمرغ: گشت و گذاری در ادبیات عرفانی ایران توسط: کریم زبانی
زمان: دومین و چهارمین دوشنبه هر ماه
از ۷:۳۰ تا ۹:۳۰
مکان: ۵۷۳۴ خیابان یانگ، طبقه دوم
این کارگاه‌های آموزشی به شکل کاملاً رایگان در می‌گردد.

خدمات به تازه واردین

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

102, 103, Markham

(Woodbine & Highway 7)

Welcome Centre Immigrant Services

Richmond Hill

9325 Yonge Street, Unit 31A,

Richmond Hill (Yonge & 16th)

Welcome Centre Immigrant Services

Vaughan

9100 Jane Street, Building H, Unit 56 ; 67
(Jane & Rutherford)

Welcome Centre Immigrant Services

Newmarket

16655 Yonge Street, Unit 26

(Yonge & Mulock)

TELEPHONE NO: 1-877-761-1155

بنیاد خیریه کهریزک کانادا

بنیاد خیریه کهریزک کانادا یاریگر سالمندان، معلولان و بیماران ام. اس خیریه کهریزک ایران است.
Tel: 3090-221-416

University Settlement

• دوشنبه و سه شنبه: کلاس مکالمه‌ی انگلیسی: از ساعت ۳ الی ۵ بعدازظهر.
• چهارشنبه و جمعه: آمادگی برای امتحان سیتیزن شپ: ۹:۳۰ الی ۱۱:۳۰ صبح
طبقه چهارم 6075 Yonge Street
داخلی ۲۲۱ / ۸۹۹۰ - ۲۱۸ - ۴۱۶ Tel:

بنیاد فرهنگی فرودین

آموزش کامپیوتر و رسانه‌های اجتماعی برای علاقمندان

Tel: ۴۱۶-۸۴۰-۷۳۳۷

180 West Beaver creek U#34

اطلاعیه ارشدان ایرانی

• جمعه: ریچموند هیل/ سه شنبه: آرورا و نیومارکت از ساعت ۸:۳۰ تا ۲ بعدازظهر، کلاس مکالمه انگلیسی و ورزش.

Tel: ۹۰۵-۷۱۳-۳۳۷۳

داخلی ۷۰۳۷

سازمان زنان

• پنجشنبه ۳۰ می - ورکشاپ مقدمه ای بر مهرت‌های ارتباطی محبت آمیز و بدون خشونت ساعت ۶ تا ۸ عصر
• جمعه ۳۱ می - کارگاه صلح ساعت ۲:۳۰ تا ۵ بعد از ظهر
• پنجشنبه جون ۶ - کارگاه آموزشی مراقبت کنندگان از سالمندان ساعت ۵ تا ۷ عصر
• سه شنبه - کلاس هنردرمانی، ۱۰:۰۰ تا ۱۱:۳۰
• سه شنبه - کلاس زومبا، ۶ تا ۷ عصر
• چهارشنبه - خدمات استقراریه تازه واردین، ۹ تا ۱۲
• چهارشنبه - کلاس یوگا، ۶ تا ۷ عصر
• پنجشنبه - برنامه ویژه شهروندان ارشد، ۱۱:۳۰ تا ۳ بعدازظهر
• پنجشنبه - کلاس مکالمه انگلیسی سطح پایه، ۳ تا ۴:۱۵ بعدازظهر

• پنجشنبه - کلاس مکالمه زبان انگلیسی سطح متوسط، ۴:۳۰ تا ۶ عصر
• جمعه - کلینیک سلامت روان، ۹:۳۰ تا ۱۲:۳۰
• جمعه - قصه خوانی برای کودکان و نوجوانان، ۴:۳۰ تا ۶ عصر

1761 Sheppard Ave E, Ground Floor,

Tel: 416- 496- 9566

بنیاد پریا

• کلاس‌های آموزش زبان اسپانیولی هر دوشنبه از ساعت ۸:۳۰ تا ۱۰ بعد از ظهر.
• سفر یک روزه به CASALOMA برای جوانان و نوجوانان ۱۲-۲۵ سال در تاریخ یکشنبه جون ۲۳ از ساعت ۴ تا ۱۱ بعد از ظهر، جهت ثبت نام و کسب اطلاعات بیشتر با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.
• چنانچه شما برای استفاده از تلفن، لب تاپ و یا تبلت جدید خود دچار مشکل هستید می‌توانید در جلسات خصوصی و رایگان ما، با تعیین وقت قبلی مشکلات خود را حل نمایید.
• کلاس آموزش زبان فارسی برای کودکان و بزرگسالان روزهای جمعه از ساعت ۴ تا ۵ بعد از ظهر توسط خانم مهشید تاج جهت کسب اطلاعات بیشتر و ثبت نام در این کلاس با داخلی ۱۰۸ تماس حاصل فرمایید.
• خدمات و سروس جهت کارایی و رزومه نویسی و آمادگی جهت مصاحبه شغلی هر سه شنبه با همکاری سازمان JVS با تعیین وقت قبلی.
• مشاور و روانشناسی رایگان خانواده
روزهای چهارشنبه توسط روانشناس و مشاور خانم فریده جلایی‌فر، و روزهای پنجشنبه دکتر مجید کاوه با تعیین وقت قبلی در بنیاد پریا برگزار می‌گردد.
• آموزش سازه‌های دیوان، تنبور، تار، سه تار، قوپوز و ساز ترکی آذری، سنتور، دف، سلفژ و آواز توسط علی زندی.
• کلاس آواز و هم خوانی توسط حسن انعامی چهارشنبه از ساعت ۶ تا ۸.

• خدمات عمومی با تعیین وقت قبلی - رایگان
کمک و اطلاع رسانی به تازه واردین و ستیزن‌ها جهت پر کردن فرم‌های دولتی و شخصی، اطلاعات در مورد ولفر، بازنشستگی، مهاجرت، نوشتن نامه اداری و کمک و ترجمه در تماس‌های تلفنی با ارگانهای دولتی. این خدمات روزهای دوشنبه و سه شنبه با تعیین وقت قبلی در بنیاد پریا انجام می‌گردد.
• خدمات رایگان جمعه‌ها در جهت مسکن دولتی، به زبان ارمنی و فارسی - از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر
خدمات مربوط به خانه دولتی، کمک به تازه‌واردان در پیدا کردن مسکن.

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

• برنامه شهروندان ارشد (یاران پارسی) روزهای جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعد از ظهر Seniors Days آموزش زبان برای این عزیزان هر هفته از ساعت ۱۰ الی ۱۲ بعد از ظهر. جهت شرکت در این برنامه رزو جا تا روز پنجشنبه صبح ساعت ۱۰ امکان پذیرا می‌باشد.

• کتابخانه پریا جهت استفاده عموم رایگان می‌باشد. کتاب مورد نظر خود را می‌توانید به مدت دو هفته بصورت امانت در اختیار داشته باشید.

344 John Street, Markham,

Tel: 905 764 0202 ext.108

Email: admin@Parya.org

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

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



جایزه ۶۰ هزار دلاری آمازون کانادا به نویسنده "ماهی کوچولو" تعلق گرفت



نوشته لیز هارمر، "در جستجوی تری" نوشته تایلر هلارد، "دندان کرم خورده" نوشته تانیا تاگاک، "جانی آپلسد" نوشته جاشوا وایتهد، و "بازتولید" نوشته ایان ویلیامز در فهرست نهایی جایزه آمازون کانادا قرار داشتند.

دورتا لاتو، رئیس هیئت داوران این جایزه گفت: "انتخاب از بین این شش اثر کار سختی بود. همه این آثار قدرت قصه‌گویی برای نزدیک کردن جوامع را به خواننده نشان می‌دهد. علاوه بر این نویسندگان حاضر در فهرست نهایی به ما ثابت کردند که ادبیات به قلب، روح، و ذهن ما اعتلا می‌بخشد."

پلت می‌گوید دریافت این جایزه مالی به او کمک می‌کند تا مدتی کار دیگری انجام ندهد و درباره آینده حرفه‌ای خود تصمیم بگیرد.

ویندسر پلت نویسنده جوان کانادایی سال‌ها با خود فکر می‌کرد که آیا می‌تواند کتابی بنویسد که دیگران علاقه‌ای به خواندنش داشته باشند یا نه اما حالا به ستاره ادبیات کانادا تبدیل شده است.

وی برای نگارش رمان "ماهی کوچولو" برنده جایزه ۶۰ هزار دلاری آمازون کانادا برای بهترین رمان کتاب‌اولی شد. پلت پس از دریافت جایزه در مصاحبه‌ای گفت: "اصلاً نمی‌دانستم دنیا چه عکس‌العملی به داستان من نشان می‌دهند. خیلی خوشحالم که کتابم مورد استقبال قرار گرفته است." چهل و سومین دوره جایزه آمازون کانادا برای نویسندگان کتاب‌اولی با حمایت مجله وارلس کانادا برگزار شد. علاوه بر "ماهی کوچولو" آثاری چون "غیر حرفه‌ای‌ها"

حاشیه‌ها:

فصل هفتم سریال بازی تاج و تخت را می‌توان پر حاشیه‌ترین فصل این مجموعه به حساب آورد. قسمت اول سریال تنها در طی سه روز بیش از چندین میلیون بار به صورت غیرقانونی دانلود شد.

نکته قابل توجه این است که با وجود انتشار زودتر از موعد اپیزود چهارم، این اپیزود در روز پخش اصلی بیش از ۱۰ میلیون نفر بیننده داشت و موفق شد عنوان پرمخاطب‌ترین اپیزود سریال را به خود اختصاص دهد. با این حال اما حواشی سریال ادامه پیدا کرد.

حدود یک هفته قبل از پخش قسمت ششم با نام "آنسوی دیوار" این اپیزود ناگهان بر سطح اینترنت پخش شد. ابتدا گمان می‌رفت که باز هکرها این کار را کرده باشند اما مدیران اچ‌بی‌او اعلام کردند که این اپیزود به اشتباه از طرف کشور اسپانیا پخش شده‌است و آن‌ها تحقیقات خود را برای کشف بروز این اتفاق آغاز کرده‌اند.

اپیزود ششم نیز به صورت گسترده‌ای دانلود شد و بازخوردهای جالبی از سوی تماشاگران نسبت به آن منتشر شد.

جوایز:

این فصل برای هفتمین جشنواره امی ۲۲ بار کاندید جوایز شد و برای بهترین سریال درام و بهترین بازیگر نقش دوم "پیتر دینکلج" در سریال درام برنده جایزه شد.

ادامه از صفحه ۳۳: بازی‌های تاج و تخت

واریس، در توضیح روش کار خود به دبیرس تارگرین:

"سازگاری را نباید با وفاداری کور تحسین کرد. زمانی که چشم‌هایم را دارم، از آنها استفاده خواهم کرد. من در یک خاندان بزرگ متولد نشدم. من از هیچ چیز آمده‌ام. من به عنوان یک برده فروخته شدم و روی من قیمت گذاشته شده است، در کوچه‌ها، خانه‌ها و خانه‌های رها شده زندگی می‌کردم، تو می‌خوای بدونی من به کجا وفادارم؟ نه به یک پادشاه یا ملکه، بلکه به مردم. افرادی که تحت اختیار و رنج و عذاب حکام هستند. کسانی که آرزوی موفقیت شما رو می‌کنند. اگر شما تقاضای یک اتحاد کور را می‌کنید، من به آرزوی شما احترام می‌گذارم. کرم خاکستری می‌تونه من رو بکشد، یا ازدهاتون من رو طعمه قرار بده.

اما اگر شما من رو زنده نگه دارید، من به شما به خوبی خدمت خواهم کرد. من خودم را به دیدن شما بر روی تخت آهن متعهد می‌کنم، چون من تو را انتخاب می‌کنم از آنجا که می‌دانم مردم هیچ شانس بیشتری از شما ندارند."

بریک دنداریون به جان اسنو:

مرگ دشمن ماست، اولین و آخرین. دشمن همیشه پیروز می‌شه ولی ما بازم باید باهاش بجنگیم.

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 و برآورد قیمت مجانی 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
 با ۵۰ سال تجربه آموزش والیبال در ایران و کانادا

416-818-0940

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

استخدام

به یکنفر کارگر برای کارهای متفرقه در کارگاه ساختمانی مورد نیاز است. داشتن اتومبیل شخصی برای رفت و آمد الزامی است

اطلاعات بیشتر:
416-839-3706

آشنایی و ازدواج

آقایی هستم ۵۰ ساله
مایل به آشنایی با خانمی
بین ۳۰ تا ۵۰ سال که ساکن تورنتو باشد
هستم

416-953-3418

حراج بزرگ

فقط یکشنبه‌ها

وسایل منزل، مبلمان
انواع فرش، آنتیک
و اقلام دیگر

۸۲۴۰ خیابان یانگ

تورن هیل

از ساعت ۸ صبح تا ۶ عصر

استخدام

به چند جوان
جهت ارگانیز کردن فرش
در یک فرش فروشی
نیازمندیم

647- 444-2229

پذیرش داوطلب در یک موسسه حسابداری

Accounting Volunteer Opportunity

A well-established accounting firm is looking for a motivated volunteer bookkeeper and office assistant; who is willing to learn and is available for 25 hours a week.

Working knowledge of MS Office & bookkeeping is an asset.

Please send your resume to info@bahmanaccounting.com

اجاره

یانگ و استیلز

خانه ۳ خوابه مستقل بانگلو، ۲ سرویس
بازسازی شده، طبقه اصلی، ۲۵۰۰ دلار

416-570-9773

استخدام

به یک خانم یا آقای جوان
جهت عکاسی
و کار وبسایت
نیازمندیم

647- 444-2229

رستوران خانوادگی ۲۴ ساعته دربند

غذای تازه و لذیذ را با ما امتحان کنید

کباب بره
جوجه کباب
انواع خورش‌ها

رستوران: ۴۱۶-۴۴۵-۱۷۷۷

کترینگ: ۶۴۷-۸۳۲-۸۲۳۲

879 York Mills Road, North York

کله پاچه
دیزی سنتی
حلیم

\$69

Per Month

شنبه هر هفته همراه با

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



مدرس فارسی بچه های 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

توجه ترجمه فوری توجه
(ATIO Member)

ترجمه

کلیه اسناد رسمی

گواهینامه . شناسنامه
مدارک تحصیلی
مدارک ازدواج و ...

و اداره مهاجرت کانادا

طلای و ازدواج شرعی و کانادایی

توسط وکلای رسمی دادگستری کانادا و پایه یک ایران

416-850-6455

محضر رسمی تورنتو

و با همکاری وکلای رسمی دادگاههای اتاریو کانادا و ایرلند

• تنظیم و تأیید رسمی دعوتنامه

• تنظیم و تأیید اجازه سفر فرزندان

• اجازه خروج مکرر

• گواهی امضاء

• تنظیم، تایپ و تأیید وکالتنامه

10087 Yonge St. Richmond Hill

مهر

حواستان را جمع کرده‌اید که منطقی به نظر برسد، اما اگر فرصتی دست دهد ممکن است منطقی‌گریز شوید. حتی اگر در آخرین لحظه به عقل‌تان رجوع کنید، باز هم می‌توانید به درستی تصمیم بگیرید. اگر از این ناپایداری که در رفتارشان به وجود آمده آگاه باشید مشکلی پیش نخواهد آمد. اجازه ندهید که احساسات بر شما غلبه کنند، همین که باهوشیاری پیش بروید همه چیز حل خواهد شد.

آبان

امروز ممکن است یکی از اطرافیان‌تان که کمی هم ستیزه‌جو به نظر می‌رسد برایتان مانع تراشی کند. فعلاً نمی‌توانید روابط‌تان را تغییر دهید، زیرا برخی نیازهای اساسی شما به این روابط بستگی دارند. سعی کنید تا جایی که امکان دارد به ثبات دست پیدا کنید، اما این را هم بدانید که اگر تسلیم وضع موجود شوید از ورود به مرحله بعد بازخواهید ماند. اگر پیشرفتی حاصل نشد خودتان را ناراحت نکنید، هر وقت زمانش برسد همه چیز خود به خود عوض خواهد شد.

آذر

بهتر است زندگی‌تان را به همان روال سابق بازگردانید، اگرچه دلتان می‌خواهد مسیر جدیدی را در پیش بگیرید. به نظر می‌رسد که مهلت شما رو به پایان است و شما هنوز سرگرم امور بیهوده‌ای هستید که حاصلی جز اتلاف انرژی ندارند. اگر رویکردتان را تغییر دهید، حتی کسل‌کننده‌ترین کارها نیز خوشایند خواهند شد. برای بازگشت خیلی وقت ندارید، هر چه سریع‌تر به روال قبلی زندگی بازگردید.

دی

امروز بسیار خوشبخت به نظر می‌رسد، زیرا می‌توانید از ساده‌ترین چیزها بیشترین لذت را ببرید. نیازهای کنونی شما چندان سخت و پیچیده نیستند، به همین دلیل دست یافتن به آن‌ها مشکل نیست. اما حواس‌تان باشد که اگر روزتان را بی هدف سپری کنید، ممکن است از دست یافتن به اهداف بلند مدت‌تان بازمانید. ابتدا مقصد مورد نظرتان را مشخص کنید، سپس هدفمند به سوی مقصد تعیین شده حرکت کنید. پیشنهاد بزرگی به شما در خصوص کار می‌شود که اگر با دقت سراغش بروید وضعیت‌تان کاملاً دگرگون خواهد شد.

بهمن

امروز دلتان می‌خواهد که در منزل بمانید و استراحت کنید. اما مجبورید که خودتان را از انزوا خارج کنید و آمادگی کار شوید. سعی کنید تا امید نشوید و تا جایی که می‌توانید در برابر مشکلات پیش رو ایستادگی کنید. به شما توصیه می‌شود که ابتدا وظایف‌تان را انجام دهید و بعد به استراحت و آسودگی بپردازید. روزهای خوبی در پیش دارید و بزودی به وضعیت مشخص و دلخواهی می‌رسید، لازم است کمی تلاش کنید و بدانید که همیشه همینطور نمی‌ماند.

اسفند

امروز به طرز عجیبی سرسخت به نظر می‌رسد و تمایلی هم ندارید که رویکردتان را تغییر دهید. از آن جایی که نمی‌خواهید خودتان را با برنامه‌های دیگران سازگار کنید و برخلاف معمول انعطاف‌پذیر نیستید، دیگران همه از این رفتارشان متعجب خواهند شد. فعلاً دوست ندارید انگیزه‌های خود را با جزئیات توضیح دهید، پس فقط به دیگران بگویید که الان نمی‌توانید بیش‌تر از این توضیح دهید و بعد به راه خودتان ادامه دهید. بدانید که بعضی از مسیرها را باید تنهایی طی کرد.

فروردین

امروز نباید به دنبال چیزهای خارق‌العاده در ماوراء الطبیعه باشید، زیرا می‌توانید همین امور عجیب و غریب را در ارتباطات این جهانی خود تجربه کنید. اما انتظار هیجانات آن چنانی را نداشته باشید. به جای این مدام در جست و جوی ناشناخته‌ها باشید، بهتر است به جنبه‌های عادی روابط‌تان بپردازید. غیرعادی‌ترین چیزها همین جا جلوی چشمانتان هستند، فقط کافی است پیرامونتان را به دقت نگاه کنید.

اردیبهشت

بهترین راهکاری که می‌توانید در پیش بگیرید این است که اجازه دهید احساسات‌تان به طور طبیعی بالا و پایین شوند، یعنی ریتم عادی خود را طی کنند. اگرچه ممکن است آفت و خیز احساسات‌تان بیش از حد انتظار شما باشد، اما اگر بخواهید مقاومت نشان دهید همه چیز بدتر خواهد شد. به شما توصیه می‌شود که فعلاً هیچ تصمیم بلند مدتی نگیرید و صبر کنید تا این وضعیت ناپایدار فروکش کند. بدانید که نمی‌توانید کنترل همه جوانب زندگی‌تان را به دست بگیرید، اما می‌توانید طرز برخوردتان با شرایط را تغییر دهید.

خرداد

به نظر می‌رسد اسراری دارید که می‌خواهید پنهان‌تان کنید، اما ممکن است تصویر مبهمی در ذهن‌تان شکل بگیرد که ترغیب‌تان کند حرف بزنید. چنین رویکردی کمک‌تان می‌کند تا دیگران را تحت تأثیر قرار دهید، پس از این فرصت استفاده کنید تا موضع‌تان را به بهترین شکل ممکن نشان دهید و خودتان را به جریانات پیش رو بسپارید. تا دل و جرات نشان ندهید، کاری از پیش نخواهد رفت.

تیر

فعالیت‌های اجتماعی می‌توانند حکم داروی شفابخش را داشته باشند، به ویژه اگر دوستانی داشته باشید که بتوانند حمایت‌تان کنند تا جان بگیرید. شاید پذیرفتن پیشنهادی که به شما شده جالب به نظر برسد، اما حواستان باشد که فعلاً بهترین کار این است که احساساتی را که دارید پنهان نکنید. نیازی نیست بین خودتان و کسانی که دوست‌تان دارند دیوار بکشید. برای این که صمیمیت‌تان بیشتر شود باید درجه‌ای قلب‌تان را به روی آن‌ها باز بگذارید.

مرداد

کمی استراحت ایده‌ی بسیار خوبی به نظر می‌رسد، اما از طرفی هم نمی‌توانید فرصت هیجان‌انگیزی را که پیش آمده نادیده بگیرید، زیرا از شما خواسته شده تا رهبری گروه را به عهده بگیرید. چه در منزل باشید و چه در محل کار فرقی نمی‌کند، به هر حال دیگران می‌توانند از راهنمایی‌های شما بهره‌مند شوند. اما بدانید در صورتی می‌توانید تأثیرگذارتر واقع شوید که از پشت صحنه کنترل امور را به دست بگیرید یا این که در حاشیه کار کنید. پس یادتان باشد که برای درخشیدن لازم نیست همیشه ستاره‌ی صحنه باشید.

شهریور

اگر پیش از این تصمیم مهمی را به تعویق انداختید، یادتان باشد که امروز فرصت را از دست ندهید تا موضوع‌تان را روشن کنید. امروز از قدرتی برخوردار هستید که می‌توانید به تصمیمات عملی و پایدار دست پیدا کنید. نگذارید که احساسات آشفته پریشتان‌تان کنند. اکنون بهترین راهکار برای به دست آوردن تعادل این است که بر افق‌های دور دست تمرکز کنید.

همه نوع تعمیرات منزل شما

کامل کردن زیرزمین Basement Finishing
کاشی کاری Tiling
دیوار Drywall
چهار چوب‌ها Framing
کف (چوب، لمینیت) Flooring (Laminate - Hardwood)

رضا 416.836.6490

سوپر هفت سین

لذت شب‌نشینی‌های خاطره‌انگیز خود را دو چندان کنید

26 Levensdale Rd., Richmond Hill, ON L4C 4H2
905-737-7934

در ریچموند هیل

Elgin Mills
Nofrills
Levensdale
Major Mac

Hamid Auto Service Inc.

تعمیرگاه، صافکاری و نقاشی در ریچموند هیل



بدون وقت قبلی

در طول مدت تعمیر، اوسیل
اجاره‌ای در اختیار شما قرار می‌گیرد
با انجام هر گونه تعمیرات، بکسل
خدمات تئوونک و جاده‌ای رایگان می‌گیرید

- ✓ سفتی و آمیختن تست (سواری، کامیون)
- ✓ قبول انواع بیمه، پرداخت "دیداکتبل"
- ✓ تعمیر جلوبندی و میزان فرمان
- ✓ خریدار اتومبیل‌های فرسوده
- ✓ سرویس گولر اتومبیل
- ✓ عیب‌یابی با کامپیوتر

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

Tel: 416.967.1616
1.877.967.1616
www.HamidAuto.com
info@HamidAuto.com
28 Industrial Rd. Richmond Hill, ON L4C 2Y1



خشک‌شوئی و تعمیرات البسه

PLUS 1 CLEANERS	
PANTS HEMMING	\$ 5.99
PANTS WAIST IN/OUT	\$ 9.99 & UP
PANTS CHANGE ZIPPER	\$ 9.99 & UP
JACKET SLEEVE SHORTENING	\$ 29

کوتاه کردن شلوار فقط ۵/۹۹ دلار 905-883-5254

تمایز قیمت‌ها با ارائه این آگهی
تضمین شده است

بانک بالاتر از میجر مگزی
روبروی No Frills جنوب سوپر هفت سین

36 Levensdale Road, Richmond Hill, L4C 4H2



جدول سودوکو یک جدول ژاپنی هست که به آن جدول اعداد متقاطع هم گفته میشه. این جدول یک جدول مربعی شکل هست که از ۹ سطر و ۹ ستون تشکیل شده است. از طرفی به ۹ تا مربع مساوی هم تقسیم شده بطوری که آن مربع‌های ۳ در ۳ داخلی در دل مربع اصلی قرار دارند و به آنها بلوک گفته می‌شود.

قانون‌های این بازی شامل ۴ شرط اصلی و ساده است:

همه سطر و ستون‌ها 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 پُر و راه را برای تکمیل جدول هموارتر نمود.



سخت

5			6	8		9	1	
	8							
			2	9				6
	2						4	3
8					1	5		2
				7				
7	9	4	5			3		
		3					4	2
			1		4			9

۴۷۶



متوسط

7		2	6		9			1
	6		1	5				7
	1			8	2	3		
				3		5		8
5			8		7		1	
				2				9
		9		7				
	4	6		1				
		8	5					4

۴۷۲



آسان

7	4	9			1	3		2
	2		6			4		
6		3	9		4	1	7	
2				8				3
			1					9
		4		6				
	3		2		8			
				3		8	1	
	7	8	5	9		2		

۴۷۲

1				6	8			9
	8	4	9					
	3			4	2			
			5				7	
7	9			3		4		
	5				4	9		
	4				3			
		6			7			4
		2		8	6		3	

۴۷۷

5		3		6	8			9
9	6		7		2			8
8								
	4	9		1			5	
						8		
3				9	4			1
						5		3
1			6		5			
7		8	3	2	9			

۴۷۵

2	4				5			
3				2	4	6		9
	9		3			5		
	6		5			9		
7		3				4		1
				7	8			
		8	2			7	4	5
		5	8		3	1	6	2
1								

۴۷۲

3	5	6	2	7	8	4	1	9
8	9	1	4	5	3	7	2	6
7	2	4	6	9	1	8	3	5
9	3	7	5	2	4	1	6	8
1	6	5	8	3	7	9	4	2
2	4	8	9	1	6	3	5	7
5	8	3	7	4	2	6	9	1
6	1	9	3	8	5	2	7	4
4	7	2	1	6	9	5	8	3

۴۷۰

پاسخ

8	1	6	5	2	7	9	3	4
9	7	3	6	8	4	1	2	5
2	4	5	9	1	3	6	8	7
7	5	2	3	4	9	8	6	1
3	6	8	7	5	1	2	4	9
1	9	4	2	6	8	7	5	3
4	2	1	8	7	5	3	9	6
5	8	9	1	3	6	4	7	2
6	3	7	4	9	2	5	1	8

۴۶۸

پاسخ

1	8	4	2	5	9	3	7	6
9	3	6	8	1	7	4	2	5
5	7	2	4	6	3	8	9	1
6	9	3	1	2	4	5	8	7
8	1	7	3	9	5	6	4	2
2	4	5	6	7	8	9	1	3
4	5	8	7	3	2	1	6	9
7	6	9	5	4	1	2	3	8
3	2	1	9	8	6	7	5	4

۴۶۶

8	9	5	2	3	6	1	4	7
7	1	4	8	9	5	3	2	6
6	2	3	7	1	4	8	9	5
3	6	9	4	5	1	7	8	2
4	5	7	3	2	8	6	1	9
1	8	2	6	7	9	4	5	3
2	3	1	5	8	7	9	6	4
9	7	6	1	4	2	5	3	8
5	4	8	9	6	3	2	7	1

۴۷۱

پاسخ

6	8	4	7	2	5	9	3	1
7	3	5	1	6	9	8	4	2
9	1	2	3	8	4	5	6	7
2	5	6	4	9	7	3	1	8
8	9	1	2	3	6	4	7	5
3	4	7	5	1	8	2	9	6
1	2	8	6	4	3	7	5	9
4	7	9	8	5	1	6	2	3
5	6	3	9	7	2	1	8	4

۴۶۹

پاسخ

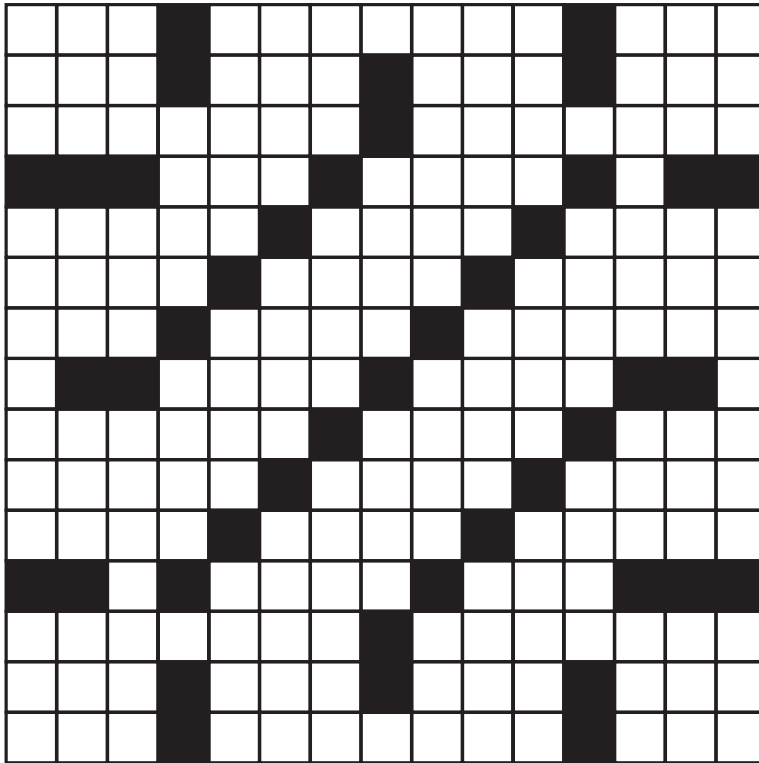
2	9	4	6	1	5	3	7	8
5	3	7	9	2	8	1	4	6
6	8	1	4	3	7	9	2	5
7	6	5	1	4	9	2	8	3
9	1	2	5	8	3	4	6	7
8	4	3	2	7	6	5	9	1
1	2	8	3	6	4	7	5	9
3	5	6	7	9	2	8	1	4
4	7	9	8	5	1	6	3	2

۴۶۷

جدول

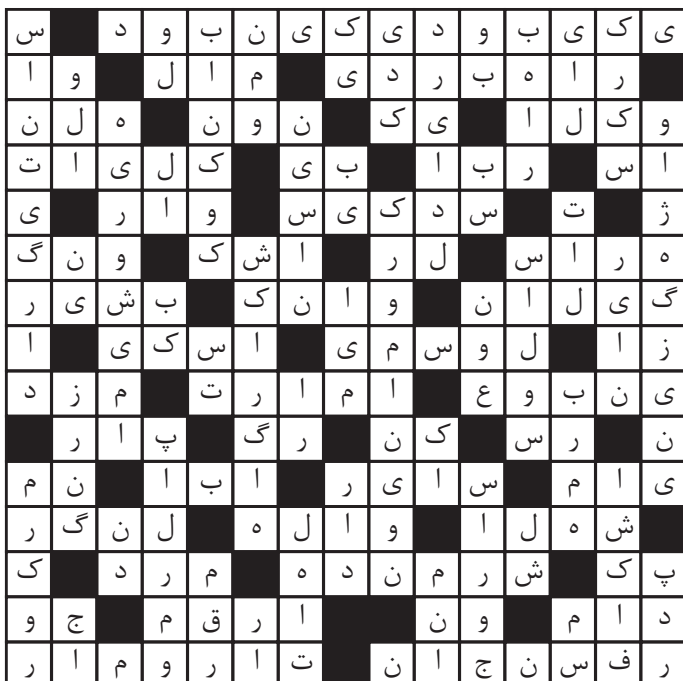
شماره ۱۲۴۰ - الف

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵



پاسخ شماره ۱۲۳۹ - الف

۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶ ۷ ۸ ۹ ۱۰ ۱۱ ۱۲ ۱۳ ۱۴ ۱۵



افقی

- ۱- آموختنی شاگرد - پول روز مبدا - فرشته
- ۲- حرف درد و افسوس - آهوبره - چشم - کشتی جنگی
- ۳- شرف و آبرو - قسمتی از خانه‌های قدیمی
- ۴- کامیون اسبی - حرف آرزو
- ۵- پیشوا - ناسازگار - حاصل
- ۶- هنر هفتم - صورت اسامی - شاعر تبریزی
- ۷- شعبده‌بازی - ملخ دریایی - مادر
- ۸- ساحل دریا - کشور همسایه
- ۹- دفعه و مرتبه - بیابان بی آب و علف - درند
- ۱۰- مخفف گشتاپو پلیس مخفی هیتلر - نمو - بیماری‌زاست
- ۱۱- هدیه‌ای به عروس - مرکز - گریه
- ۱۲- مرکز استان گیلان - زشت‌رو
- ۱۳- پایتخت ونزوئلا - صراف
- ۱۴- دوستدار - خشت پخته - مادر باران - از شهرهای استان مازندران
- ۱۵- پول فلزی - تولیدشده - سوقات گجرات

عمودی

- ۱- پایین - خودبزرگ‌بینی - دهل
- ۲- عقیده - آقا و سرور - از نوشابه‌های قدیمی - غربال کوچک
- ۳- مخترع عکاسی - بالای زانو - عضو نفس‌کش
- ۴- بخیل و خسیس - زن گندمگون
- ۵- پایتخت کشور سابق چکاسلواکی - از رودهای مرزی - کمد دیواری
- ۶- از مصالح ساختمانی - مددکار - بازرگان
- ۷- دریاسالار - ناله - خانه بزرگ
- ۸- در یکتا - کار پُرخطر
- ۹- مناجات - گشاد - ساربان
- ۱۰- حالا - باران یخ‌سته - پیشوای روحانی زرتشتی
- ۱۱- محل نگهداری مجرم - جواب پشتک - رفیق سفر
- ۱۲- نخ تابیده شده - پیمانه
- ۱۳- صورت غذا - مبارکی و فرخندگی - عبور کالا از کشوری به کشور دیگر بدون پرداخت گمرکی
- ۱۴- بی‌وفایی - روح و روان - امر به آوردن - روز
- ۱۵- محله و برزن - رفراندوم - پراکندن

کلیه خدمات

لوله‌کشی و تاسیسات

Drain - Heating - Cooling

نصب و تعمیر لوله‌های آب و فاضلاب و شیرآلات، توالت، لباسشویی، ظرفشویی، جکوزی، یخچال و ایرکانه‌دیشن

لوله‌کشی گاز و نصب کباب‌پز BBQ

نصب لوله‌های Floor Heating، کانال‌کشی هوا

نصب و تعمیر انواع فرنس، بویلر، آبگرمکن، شومینه

تشخیص، رفع ترکیدگی و گرفتگی لوله‌های آب و فاضلاب

مهدی - Florimed Plumbing

416.875.5484

۷ روز هفت ۲۴ ساعته

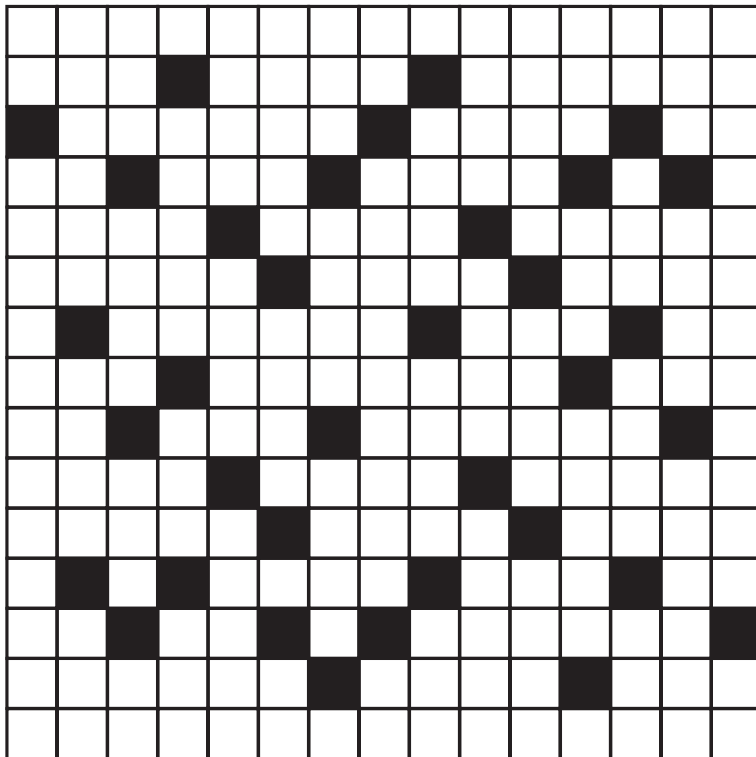
دارای بیمه خسارت WSIB و Fully License



جدول

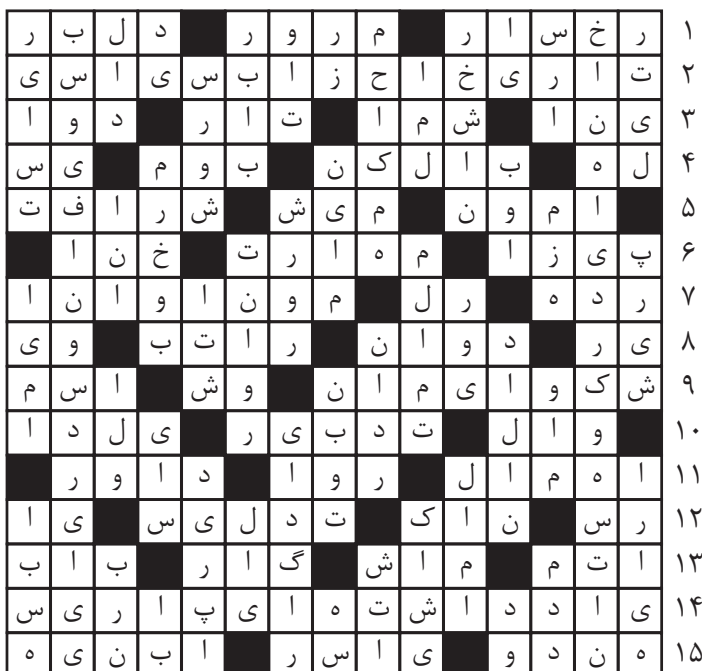
شماره ۱۲۳۹ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



پاسخ شماره ۱۲۳۹ - ب

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



افقی

- ۱- از اکتشافات راترفورد انگلیسی در سال ۱۹۱۹
- ۲- به آرامی و آهستگی - حاشیه کتاب - قوچ جنگی
- ۳- صدای بال مگس - از پرندگان - از شهرهای استان کردستان
- ۴- وسیله اجسام سنگین - کتاب هندوان - گوهر
- ۵- از کشورهای اروپایی - طول انگلیسی - حمام بخار
- ۶- رای و عقیده - گل شب بو - کرنش
- ۷- میان - مردم - گردندگان آسمانی
- ۸- از طوایف غرب کشورمان - چو بخوارک - عقیده
- ۹- ایرانی یا از نژاد آری - ظرف روغن - واحد پول ژاپن
- ۱۰- ریشه ریواس - جنس مانتو - دارویی خوشبو مانند مشک
- ۱۱- آگاه و ماهر - وجود و نهاد - اشباع شده
- ۱۲- جنس مذکر - آینده - انصاف
- ۱۳- زوربای آن را کانتزاکیس نوشته - او - ساز مولوی
- ۱۴- عقاید - راکب - عنوان سربازان قدیم روس
- ۱۵- کتابی از وبرجینیا وولف

عمودی

- ۱- از اکتشافات تامسون انگلیسی در سال ۱۹۱۸ - الفبای آبادانی
- ۲- نوعی پلنگ - هوس خانم باردار - امدادگر
- ۳- گشوده - مدرک - قاضی ورزشی - از حروف الفبای فارسی
- ۴- بالندگی - از فلزات - ناکسان و فرومایگان
- ۵- اسب اصیل و نجیب - آرزو - افسوس خوردن
- ۶- مرآت - بدنام - بیچاره و مسکین
- ۷- نژاد ما ایرانیان - نویسنده و فیلسوف فرانسوی قرن نوزدهم صاحب اثر آینده علم - هذیان
- ۸- پارو - کتابی از پابلونودا - سطح
- ۹- از مایع ظرفشویی - خیال شیرین - گریزگاه
- ۱۰- گلابی - کم و ناچیز - آببند
- ۱۱- دلاور - عبادت کردن محکم و پایدار
- ۱۲- کتابی از ماکسیم گورکی - شهر افغانستان - پهلوانی
- ۱۳- دیوار گلی - اثری از گوته - رود مرزی - بیماری
- ۱۴- جاویدان - اشاره - زندان مسعود سعد سلمان
- ۱۵- عدد نخست - هنرپیشه مرد آواز قو به کارگردانی سعید اسدی

FUTURLAND Homes

RENOVATION

بازسازی و نوسازی
خانه و آپارتمان های قدیمی

با بهترین کیفیت
و مناسب ترین 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.....	دبیرستان RWS (صبحی)	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	مرکز فرهنگی نور		
416-288-9868	Advanced Academy		
416-441-2656	دبیرستان راه سبز (Green Road Academy)		
416-496-9566	ریاضی، فیزیک مصیبی		
905-771-7147	دبیرستان Toronto Academy		
416-223-4120	دبیرستان و هنرستان صبحی		
416-665-6886	فاطمی زاده		
905-597-0096	مدرسه فارسی سینا		
416-431-4847	دبیرستان انتگرال		
905-763-1061	اسحاقی (ریاضی و آمار)		
416-918-6950	جلیل زاده		

آژانس مسافرتی

416-221-2792	آبان (وبدا)
416-730-8687	رهتورز (آژانس و تور مسافرتی)
416-224-5464	آسمان "میترا"
416-221-2792	اطلس
416-642-2372	افرا (کامران)
416-223-1441	سان شاین تورز
416-225-5509	یونایتد
905-597-9224	سیمرغ
416-830-4554	محسن امیدزاد

آموزش تحصیلی

416-875-0909	البرز
416-221-2111	دبیرستان RWS (صبحی)
416-843-3387	مدرسه فارسی تورنتو
416-871-1910	مرکز فرهنگی نور
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 صبحی
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 هنر صبحی
--------------	-----------------

الکترونیز

416-494-8136	الکترونیز 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
416-841-9160	افشین بهرام شاهی
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
416-704-6049	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
905-731-2000	پاسارگاد
416-829-5953	شان شاهواری
416-225-2900	محمد رضا اوجی

ALLEN ELECTRONICS



فروش و نصب
جاروبرقی مرکزی

تعمیرات هرگز نه وسایل پرفرقی منزل

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

905-508-4111

K.A. Signs K A SIGNS

تابلوسازی اهواز

ارزانتر و سریعتر از همه جا

140 Manville Rd. (Warden & Eglinton)

www.kasigns.ca

(416) 755-7501

تلفن های مشاغل در تورنتو

647-267-7373	کارن میراعلمی
416-570-9773	علیرضا بساق زاده
416-275-8747	خلیل هناره
647-466-4994	فتانه حمصی
416-904-9571	علی (ابوالقاسم) عسگری
416-817-7756	مehشید 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 باقر پور

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	رُز ابری (انواع بیمه)
416-829-7877	آقازاده، سیروس (انواع بیمه)
416-558-6454	آجورلو، نائله
647-606-9794	امیر کرمی
416-584-7070	پویا جواد
416-894-8944	فرحناز جاهد (بیمه و سرمایه گذاری)
416-576-7766	خداپرست، نادر
416-558-2138	رحیمیان، محمد
416-418-8587	سیروسی، رامین
289-809-8116	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

برق و صنعتی

647-533-2681	فرزاد فروزنده
647-764-4787	خدمات برق KHMG
416-834-2532	آلفا "برق"
416-899-5563	الکترو کام
416-899-5279	برق بهروز
416-258-8794	برق موسوی
647-205-7977	آریا الکتریک

ترجمه

416-619-0933	لیلا فاروقی (ترجمه رسمی)
647-965-3867	علیرضا درستکار
905-709-0062	جواد مددی ATIO
416-431-4445	اسکندر تدین ATIO
416-419-0476	سپهلا خاتمی ATIO
416-732-3278	دکتر رضا شیدفر
647-470-0220	ماه بانو غلامی ATIO
416-274-7448	آذین وکیلی ATIO
416-416-0476	سپهلا خاتمی
416-224-2829	ف. امامی

پزشکان خانوادگی و متخصص

905-882-8352	پروین زرین (همویتی)
416-548-6555	ارجمند (چشم پزشکی)
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

دامپزشک

905-882-0078	دکتر کفایی
--------------	------------

داروخانه

416-224-0003	داروخانه سینا (شعبه Finch غربی)
416-223-6991	داروخانه سینا (شعبه یانگ و ۴۰۱)

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)

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

آموزش رانندگی آریا

گرفتن وقت سریع برای تورنتو بزرگ
به ویژه
Aurora

توسط مربی با تجربه در مناطق
ریچموند هیل، تورنتو 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

این آژانس در تهران
از منزل شما
مکان کار شما

facebook www.blueshadeocan.com



تلفن های مشاغل در تورنتو



حسابداری		ارگ		سونوگرافی - ایکس ری	
آرت	416-841-6706	بهمنی	416-616-8585	شپرد و ریچموند هیل (دوشعبه ایرانی)	416-223-6500
ایده آل	905-59-777-59	پاک سیما	416-731-9797	فرش و موکت	
اشنا	647-848-1855	پرسپولیس	416-229-0000	فرش شوئی مازیک	416-858-9491
امین	416-224-0540	پاسارگاد	905-508-2580	فرش شوئی تهران	416-654-0114
آرش حسامی (حسابدار رسمی)	416-223-7272	تاج	647-345-3336	خانه فرش	416-569-1314
بهمن	905-597-0740	تهران تو	416-225-2345	فروشگاه خوار و بار	
پویا (عزت زنگنه)	416-225-6600	تورنتو	416-300-1070	ارزان	416-590-1234
تقی عبدالحسینی	416-658-4114	تهران	416-901-6555	تهران	905-482-1770
جاهد	905-597-7233	سرمايه	905-237-9050	سوپر مدنی	905-773-2323
جیکوب	416-857-1681	لومیر (اسماعیل هناره)	416-542-1111	قنادی و بیکری	
شایان	289-597-8880	ملل	416-830-6500	شیرینی سرا	416-510-1050
شفقت	905-709-0880	مثقال	416-844-5555	گل سرخ	416-223-5551
گیله وا	416-835-7210	مرکزی	905-482-7847	کابینت سازی	
یعقوب نصری (Jacob)	416-857-1681	مانی اسمارت	416-921-2899	Legend Kitchen	416-661-5101
هارمونیک	416-317-3003	نیویورک	905-597-8787	Top Kitchen	647-262-7551
نشنال (غایبی)	416-223-3336	Nationwide	647-669-7555	کامپیوتر	
متین	416-844-6634	یزدانپرست	416-300-1070	ادونس کامپیوتر	416-226-6939
یارخانی، بهروز	416-505-0055	یونیک	416-830-6830	PC Laptop Wireless	416-731-9300
حمل و نقل (اسباب کشی)		طبیعی درمانی		نوت بوک بهمین	647-500-8003
ارزان (مجید)	416-937-7525	مهبیز آزاد	416-779-7901	Apple MacBook Setup	416-854-0192
Max	416-745-3725	هنری مساوات	647-222-6568	کمک به سالمندان	
عباس مووینگ (حمل زباله)	416-490-9000	محسن رضوی	416-492-2111	AceHomeCare.ca (416) 628-8545	
حمل و نقل بین المللی		رستوران		کیتترینگ	
FSI (چاپچی)	416-590-8989	پارسی	905-597-1188	کدبانو	647-466-3845
متراس	416-497-0377	خانه کوچک کباب	416-595-9988	گلفروشی	
مترو	416-222-0242	دربار	647-351-4242	باغ سبز	416-250-7070
خدمات شیشه		دربند (اولین رستوران ۲۴ ساعته ایرانی)	416-445-1777	گلفروشی گلخونه	416-227-1600
سعیدی (اتومبیل)	905-532-0333	ساندویچ فروشی		لوازم یدکی اتومبیل	
دناگلاس (مسکونی)	416-262-7377	پارسی	905-597-1188	دلنا - لوازم یدکی نو	416-292-7001
صرافی و حواله پول					
اکسپرس	416-356-6666				
اکسچنج	647-202-1318				



تلفن های مشاغل در تورنتو

لولہ کشی

احمد حافظی (تصادفات و جرائم)..... 416-854-3300
 رُز بهرامی..... 416-777-2244 #720
 مهرداد صالحی (تصادفات - جرائم رانندگی)..... 416-551-1529
 مسعود فیض (تصادفات - جرائم رانندگی)..... 416-6500-274
 رویا گلسرخی (مهاجرت) 416-301-7420 #
 علیرضا درستکار (مهاجرت) 647-965-3867
 Top Immigration..... 416-871-4896
 Gateway..... 416-224-2829
 دکتر عابدی 416-666-6012
 کامران نقوی 416-733-4050
 ندا نظری (تصادفات)..... 647-297-9723
 موری فرجی (تصادفات)..... 416-835-2009
 وفا نعمتی (تصادفات - جرائم رانندگی)..... 416-788-4851

هتل و مهمانسرا

416-540-2379 اسکاٹ کانادا

تدریس خصوصی

ریاضیات، فیزیک، شیمی (دویرستانی و دانشگاهی)

ط مدرس

416-497-3107 اسابقه دانشگاه

[illegible]

تدریس خصوصی ریاضی و فیزیک

در منزل شما توسط رضا مصیبي

- دیپلم رسمی ریاضی و فیزیک در آموزش و پرورش تورنتو
 - سابقه تدریس ریاضی و فیزیک در دبیرستانهای دولتی و خصوصی تورنتو از سال ۱۹۹۵ تا به حال
 - دارای لایسنس تدریس و عضو رسمی Ontario College of Teachers
 - مشاوره و ایگاند در هر مورد تحصیلی
 - تدریس ریاضی و فیزیک به زبان انگلیسی می باشد (در صورت نیاز فارسی)
 - دروس گرید مورد قبول دانشگاه پذیرفته می شود

Grade7-12 , College , University (دیرستان، کالج و دانشگاه)
Calculus , Advanced Functions , Data , Physics

647-274-3050

وام

416-779-0706	بابک اسلامیہ
416-939-3769	کامران اعتصام
416-575-7392	رضا اسماعیلی (وام مسکن - TD)
416-704-7044	امید جلیلی
416-566-2444	سعید آرزوم
416-356-6310	سام انصاری
416-558-8990	علی شریف اصفہانی
416-710-9391	رئوف قدر دوست
416-831-3124	زہرا علوی
416-975-3875	سحر بوباش
647-622-0111	رعنا زوالٹ
416-571-4045	رویا روستا
416-648-3064	بابک فتوحی
416-454-6274	نازی واقف
647-546-4042	نیوشا نوری زادہ
416-856-7950	یہنوش شفیع (مسکن TD)
416-888-6753	افشین نژاد دھقان
647-922-6739	بہروز علی پور
416-553-3394	مجید حبیبی
416-704-9292	مریم اکبری
416-722-8069	مسین طباطبائی

وکالت - مهاجرت - تصادفات

905-918-9606 (الهام معاونی (وکیل رسمی دادگستری کانادا)

905-597-7759 سازمان مهاجرتی ایده آل (سودابه حوائجی)

416-929-2200 #114..... (مرجان دلاور (تصادفات)

لولہ کشی

416-661-9393	احمد
416-876-6679	رضا
416-880-3680	میلاد
416-708-4073	لوله کشی محسن
416-661-9393	لوله کشی رضا

ماہوارہ , WEB Design

647-669-7001	ماہوارہ
416-490-9009	Web

مالی و ورشکستگی

416-407-1119 جمشید عامری

416-658-4114 نقی عبدالحسینی

416-218-0660 مینا راستان

مدرسه فارسی

تورنتو (خانم رضایی)
416-876-8987

416-843-3387

محضر

905-216-8320 دفتر رسمی جم

416-850-6455 محضر رسمی تورنتو

مکانیک

905-883-1118 ویگن

موزیک و دی جی

416-693-0688 "سیامک" دی جی

خدمات جدید ایران استار



وب سایت بدردنخور والکی

- ❌ پیدا نمیشوید
- ❌ گروه یکفتری
- ❌ فروشگاه خالی
- ❌ هزاران نقطه
- ❌ هماهنگ با خشت خام
- ❌ زشت و ثابت
- ❌ عصر حجر
- ❌ بی‌زبانه
- ❌ کند
- ❌ ...
- ❌ ...
- ❌ ...
- ❌ ...
- ❌ ...
- ❌ ...
- ❌ ...
- ❌ ...

وب سایت حرفه‌ای و کارآ

- ✓ گوگل رنکینگ
- ✓ سوشیال مدیا
- ✓ فروشگاه اینترنتی
- ✓ بی‌نهایت صفحه
- ✓ هماهنگ با موبایل
- ✓ زیبا و قابل تغییر
- ✓ تکنولوژی روز
- ✓ چند زبانه
- ✓ سریع
- ✓ ...
- ✓ ...
- ✓ ...
- ✓ ...
- ✓ ...
- ✓ ...
- ✓ ...
- ✓ ...

نه! تماس نگیرید:

000.000.0000

you@donot.contact

با ما تماس بگیرید:

647.674.4048

info@IranStar.com

